



政府人員協會

Government Employees Association

油麻地會所

九龍油麻地廟街 47-57 號正康大樓 2 字樓

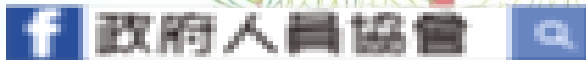
尖沙咀會所

九龍尖沙咀柯士甸道 118-120 號業廣商業大廈 3 字樓



網頁: www.geahk.net

Facebook 專頁:



香港工會發展及服務中心 HKTU DEVELOPMENT AND SERVICE CENTRE

香港工會發展及服務中心成立於 2005 年，是香港工會聯合會 - 政府人員協會屬下機構。多年來，本中心以“愛國、團結、權益、福利、參與”為指導方針，致力維護員工權益。近年來，中心更加大力度促進發展成立政府外判僱員工會及政府非公務員合約工會，以保障僱員利益，避免同工不同酬現象，並呼籲政府考慮把非公務員合約僱員轉為公務員職位。中心現有會員 4 千多人，屬會共 11 間。

課程推介

中國舞/民族舞

中國民族民間舞課程

長者中國舞

中國舞小品研習班

舞蹈團排演班

中國古典舞研習班

北京舞蹈學院中國舞 11

級考試課程(定期保送考試)

歡迎插班

芭蕾舞/集體舞/瑜伽

優美芭蕾舞基訓課程

纖體芭蕾舞課程

優雅芭蕾舞排演班

綜合特色集體舞

秀身瑜伽班

學以致用課程

春季護膚秘笈

冬季時尚化妝課程

特式髮型編織班

實用家居維修課程

推拿按摩手法研習班

拉筋療法與八段錦

社會保障工作助理面試工作坊

中心課程亦可到以下網址瀏覽：<http://hktudasc.weebly.com/>

課程報名/查詢電話：2392 3323 敬請先致電報名

辦公時間：星期一至五 下午 12 時至晚上 7 時

會所地址：九龍深水埗長沙灣道 43-45 號長興大廈 2 字樓 A、B 室(太子地鐵站 E 出口)

* 課程接受劃線支票付款，抬頭請寫「香港工會發展及服務中心」郵寄到會所地址，

支票背後請填上中文姓名，電話號碼及報讀課程開課日期，以便跟進！

* 所有報名及交費後，除所報讀課程取消外，均不退回所繳費用，敬請垂注！

2015年12月

政府人員協會 凝舞薈影舞蹈團

凝舞薈影舞蹈團成立於 2015 年 5 月，致力推廣舞蹈文化，為有興趣之人士提供舞蹈訓練、舞蹈演出，藝術交流平台。定期保送參加等級考試班，讓其更全面發展，共同宣揚文藝文化。舞蹈團亦榮幸邀請具有豐富舞蹈表演及教學經驗導師為駐團顧問及編舞訓練。

舞蹈團誠意歡迎愛舞蹈有夢想的您，踴躍報名參加本會的舞蹈興趣班，您也將有機會加入舞蹈團，在舞臺上，在賽場上，在閃亮的鎂光燈下呈現自己用汗水彙聚成的魅力。

榮獲邀請為以下舞蹈表演團隊

- 政府人員協會(慶回歸暨第十三屆理事會就職典禮)
- 香港青年動力協會(第三屆董事會就職典禮、義工加許禮)
- 香港海關人員總會(成立二十周年暨第十一屆理事會就職典禮聯歡晚會)
- 香港公務員團體(慶祝中華人民共和國成立六十六周年國慶晚會)
- 參加舞聯盃中國民族民間舞蹈比賽(榮獲金獎)



舞蹈團招收新團員(*將會由專人通知)

參加資格：凡年滿十六歲或以上的人士，對中國舞蹈有一定基礎和認識，曾參與本會舞蹈班組訓練均可申請加入舞蹈團(需經本團面試合格)。

參加辦法：可到本團索取表格，填妥後連同正面相片一張。

郵寄：九龍深水埗長沙灣道 43-45 號長興大廈 2 字樓 A、B 室「凝舞薈影舞蹈團」收。



《舞聯盃》中國民族民間舞蹈比賽(榮獲金獎)



充滿浪漫熱情的肚皮舞



政府人員協會(慶回歸暨第十三屆理事會就職典禮)表演中國古典舞【青花瓷雅】



芭蕾舞興趣班
表演典雅抒情芭蕾舞



榮譽香港青年動力協會(第三屆董事會就職典禮、義工加許禮)表演團隊



舞蹈課程

任教師：持有英國皇家芭蕾舞專業證書、西方排舞導師證書及中國舞蹈專業證書，中國舞等級考試教師，北京舞院芭蕾舞等級教師，中國民族民間舞考級教師，澳洲體適能瑜珈導師。具有豐富舞蹈表演及教學經驗。



(舞蹈團顧問駐團導師任教)

中國民族民間舞課程

(適合 16 歲或以上，稍有舞蹈基礎或有興趣之人士)

日期：12 月 29 日至 2016 年 2 月 23 日(逢星期二，共 8 堂)

時間：晚上 8 時 30 分至 10 時

日期：2016 年 1 月 8 日至 3 月 4 日(逢星期五，共 8 堂)

時間：下午 4 時至 5 時 30 分

課程編排富有民族特色的舞蹈基本認識訓練，選用片段組合練習，從而讓學員了解各民族的舞蹈風格提升表現能力。

會員/家屬\$650

非會員\$750

**上課時請穿技巧鞋和練功褲

長者中國舞

(課程專為長者而設，適合初學或有舞蹈基礎人士)

日期：2016 年 1 月 8 日至 3 月 4 日(逢星期五，共 8 堂)

時間：下午 1 時至 2 時 30 分

長者從課程中學習優美典雅的舞姿及享受箇中的樂趣。除了可以訓練手腳靈活外，跳舞亦是一項強身健腦、段練肌肉、強化骨骼、保養身心的長壽運動。跳舞更可預防老人痴呆，令生活變得充實，活得更健康、更有活力。

會員/家屬\$450

非會員\$500

**上課時請穿技巧鞋和練功褲

中國古典舞研習班

(適合 16 歲或以上，有舞蹈基礎或對中國舞有興趣之人士)

日期：2016 年 2 月 19 日至 4 月 15 日(逢星期五，共 8 堂)

時間：晚上 7 時 30 分至 9 時 00 分

透過不同的舞蹈技巧訓練，使學員能初步體驗及感受到中國古典舞特性與韻味，提升表演力，突出肢體的魅力。

\$1100

**上課時請穿技巧鞋和練功褲

舞蹈團排演班

(曾完成中國舞蹈小品研習班出席率達 80%或具兩年舞蹈基礎之人士)

日期：2016 年 2 月 19 日至 4 月 15 日(逢星期五，共 8 堂)

時間：晚上 7 時 30 分至 10 時 30 分(每堂 3 小時)

此課程延續了舞蹈小品研習班，從而更進一步提升學員對作品的表演力及感染力的層次，突出肢體的魅力。體現舞蹈的情感、景象、意境交融於一體的重要性。編排的節目包括中國古典舞、民族民間舞、當代舞等。(*完成課程表演良好的學員會被挑選代表本團參與演出及比賽)

\$2200

**上課時請穿技巧鞋和練功褲

中國舞小品研習班

(適合 16 歲或以上，具一年或以上舞蹈基礎人士)



日期：2016 年 4 月 22 日至 6 月 10 日(逢星期五，共 8 堂)
時間：晚上 8 時至 10 時

中國境內和邊境上，生活著許多美麗及各具風格特色的大小民族，為舞蹈創作提供了豐富的素材。這些舞蹈可帶您神游西藏高原、傣族的小河邊，或蒙古的遼闊草原。
課程內容包括：中國古典身韻組合訓練、民族民間舞(動律、步伐、體態等小品組合)。除了訓練學員身體的表現力，鞏固協調性外，更著重透提昇舞蹈修養及氣質。(定期甄選學員加入排舞演出班，讓其更全面發展提升舞蹈水平)

會員/家屬\$1200

非會員\$1300

**上課時請穿
[技巧鞋](#)和[練功褲](#)

北京舞蹈學院中國舞 11 級考試課程

(二年或以上舞蹈基礎)
學員可自由參加考試

日期：2016 年 1 月 2 日至 3 月 5 日(逢星期六，共 8 堂)
時間：晚上 7 時至 9 時

以「北京舞蹈學院中國舞等級考試」(簡稱：「北京級試」)的課程內容所編製。11 級課程內容包括中國舞基本功訓練、身體的協調性和靈活性、以身韻及民族舞為主，著關表演技巧。所有導師為合資格教授「北京級試」的導師，導師每年保送學員參加「北京級試」。本中心舞蹈團更為「北京級試」的學員推薦各大演出。(定期保送考試)

會員/家屬\$1900

非會員\$2200

**上課時請穿
[技巧鞋](#)和[練功褲](#)

優美芭蕾舞

基訓課程

(適合 16 歲或以上，初學者或有興趣之人士)

日期：2016 年 1 月 4 日至 3 月 21 日(逢星期一，共 8 堂)
時間：晚上 7 時至 8 時

課程以輕鬆及創新的教學方式，讓成人學員從優美的芭蕾舞及音樂裡舒展身心，緩減工作及繁忙生活的壓力，並且實現童年夢想，一嘗跳芭蕾舞的滋味。課程深入淺出教授芭蕾舞技巧通過藝術與運動結合，增加肢體的靈活運用，認識正確體態，從而改善動作協調及身體線條。



會員/家屬\$600

非會員\$700

**上課時請穿
[芭蕾舞技巧鞋](#)和
[緊身練功褲](#)

纖體芭蕾舞課程

(適合初學者至稍有基礎，或有興趣之人士)

日期：2016 年 1 月 5 日至 3 月 1 日(逢星期二，共 8 堂)
時間：晚上 7 時至 8 時 15 分

日期：2016 年 1 月 8 日至 3 月 4 日(逢星期五，共 8 堂)
時間：下午 2 時 35 分至 3 時 50 分

課程以芭蕾舞動作配合音樂舞動，以改善身型修長纖秀，舉手投足散發著優雅高貴氣質。芭蕾舞更是非常好的選擇，長期練習可結實肌肉拉長線條令身型更纖美。(定期參與演出)

會員/家屬\$650

非會員\$750

**上課時請穿
[芭蕾舞技巧鞋](#)和
[緊身練功褲](#)

優雅芭蕾舞

排演班

(適合 16 歲或以上，有芭蕾舞經驗之人士)

日期：2016 年 1 月 4 日至 3 月 21 日(逢星期一，共 8 堂)
時間：晚上 8 時 15 分至 9 時 45 分

本課程在學員掌握了芭蕾舞的基本技巧後，將會為學員編排合適的舞蹈，讓其有機會參與演出。通過表演增強自信心，使之學用貫通。(完成課程及表演良好的學員會被挑選代表舞蹈團參與演出及比賽)

會員/家屬\$900

非會員\$1000

**上課時請穿
[芭蕾舞技巧鞋](#)和
[緊身練功褲](#)

綜合特色集體舞

(適合 16 歲或以上，初學者或有興趣之人士)



日期：2016 年 1 月 4 日至 3 月 21 日(逢星期一，共 10 堂)
時間：晚上 8 時 15 分至 9 時 30 分

集體舞是群體演譯舞蹈的統稱，特點是不需舞伴，以個人為單位，在群體中一起跳出各種不同類型的舞蹈。除了可作為舞蹈藝術自娛外，更可當作運動，增強身體關節及心肺功能；更可改善手脚不協調及方向感，增強記憶，輕鬆減壓。

課程內幾乎任何舞蹈種類都可接觸得到，如民族舞、中國舞、爵士舞、Para Para、排排舞、Cha Cha、牛仔等等。對舞蹈有興趣的初學者都可以在此課程內，在輕快的音樂下，跟隨拍子學習上述各種舞蹈，藉此有助改善心肺功能及舒緩壓力。本課程簡單易學，任何人士，毋需任何經驗均可參加。

會員/家屬\$400

非會員\$500

**上課時請穿
[有踭技巧鞋](#)
和[運動褲](#)

秀身瑜伽班

(適合 16 歲或以上有興趣之人士)



(日)日期：2016 年 1 月 2 日至 4 月 2 日(逢星期六，共 10 堂)
時間：下午 2 時至 3 時 30 分

(晚)日期：2016 年 2 月 19 日至 4 月 29 日(逢星期五，共 10 堂)
時間：晚上 7 時 30 分至 9 時

藉著細長柔和的呼吸以及提高身體柔軟度，靈活度以至鍛鍊肌肉的各種式子。適合任何人士長期練習尤其缺乏運動及長期於冷氣環境工作的人士。

會員/家屬\$500

非會員\$600

**上課時需穿
[運動服裝](#)
及帶備
[大毛巾一條](#)

化妝編髮教室

個人時尚課程

凝舞藝影舞蹈團 舞台化妝師王教

*課堂產品免費試用，如需購買可在課堂以後另外查詢

特式時尚化妝班(春季)

日期：2016 年 1 月 6 日至 1 月 20 日
(逢星期三，共 3 堂)

時間：晚上 7:00-8:30

會員\$300 非會員\$360

內容：
眉型配搭/ 修眉/基本上班日妝/ 攝影妝/ 簡單宴會妝



特式髮型編織初班

日期：2016 年 1 月 27 日
及 2 月 3 日
(逢星期三，共 2 堂)

時間：晚上 7:00-8:30
會員\$160 非會員\$200

內容：
簡單實用基本日常髮型，編髮變化造型，自然披散的飄逸捲髮



特式髮型編織進階班

日期：2016 年 2 月 17 日
至 3 月 2 日
(逢星期三，共 3 堂)

時間：晚上 7:00-8:30
會員\$180 非會員\$240

內容：
教妳編織高貴大方的宴會髮型，美艷動人的新娘髮型

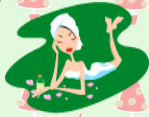


(舞蹈團顧問 駐團導師任教)

護膚秘笈

春季(手、身、面部深層補濕+眼部護理)

日期: 2016年1月8、15日
(逢星期五,共2堂)
時間: 晚上7:00-9:00
會員\$80
非會員\$100



- 內容:
1. 手、身、面部肌膚深層補水;
 2. 護膚五步曲、膚質及皮膚的分析, 牛骨 瘦面排毒美容;
 3. 眼部護理;
 4. 介紹滋潤湯水調理內在。

春季(眼部 SPA+白滑雞蛋肌)

日期: 2016年1月29、2月5日
(逢星期五,共2堂)
時間: 晚上7:00-9:00
會員\$80
非會員\$100



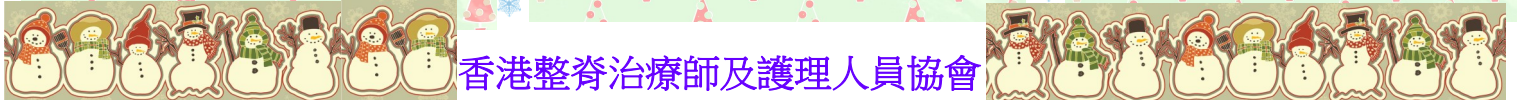
- 內容:
- 認識正確的眼部塗抹方法及按摩手法, 做好眼部保養。改善黑眼圈等問題。學習將不健康細胞快速代謝掉, 讓基底層長出健康細胞, 令肌膚又白又滑, 美如雞蛋。

春季(抗皺護理+速成化妝)

日期: 2016年2月19、26日
(逢星期五,共2堂)
時間: 晚上7:00-9:30
會員\$100
非會員\$130



- 內容:
1. 抗皺護理: 改善鬆弛、細紋、老化, 回復緊緻、柔嫩彈性。
 2. 速成化妝: 修眉(化眉), 如何劃出上下眼線等日妝及簡介宴會晚妝。



香港整脊治療師及護理人員協會

推拿按摩手法研習班

講師: 曹玉嬌(資深推拿治療師)
日期: 2016年1月11日至4月11日
(逢星期一,共10堂)
時間: 晚上7:00-9:00
費用: 會員\$600 非會員\$650



- 內容: 在繁忙都市生活中, 怎樣才能使體力恢復, 精神充沛工作暢快生活順意呢? 最直接及得益方法之一是先要保持好身心輕鬆, 經絡無阻, 氣魄長存。後要借按摩推拿等手法作保健。
- 講解經絡理論、推按手法技巧, 透過練習手法和自身體驗以實踐和理解課堂上的知識理論, 用簡單易學的手法調節身體, 使身體回復平衡, 自保能力加強, 免疫提高, 直接有效, 開心安心地生活!

保健工作坊 拉筋療法與八段錦

講師: 李文信(正骨推拿師)
日期: 12月28、2016年1月4日
(逢星期一,共2堂)
時間: 晚上7:00-9:00
費用: 會員\$150 非會員\$200

- 內容: 1. 拉筋療法;
2. 八段錦
(注: 每期討論一個個案)
- 目的: 1. 提升保健知識、關注健康及運動的重要性
2. 共同分享拉筋與八段錦健康保健知識

政府社會保障人員協會(退休分會) 主辦

社署-社會保障工作助理面試工作坊

- 導師: 有經驗社會保障工作人員
- 日期: A班—1月5日(星期二,共1堂) s/nSSA/1/05012016
B班—1月7日(星期四,共1堂) s/nSSA/1/07012016
C班—1月19日(星期二,共1堂) s/nSSA/1/19012016
D班—1月21日(星期四,共1堂) s/nSSA/1/21012016
- 時間: 晚上7:00-10:00
費用: 會員\$200 非會員\$300
- 內容: 1. 認識社會福利署的架構
2. 認識社會保障的福利服務內容
3. 了解社會保障工作助理的工作範圍
4. 面試的注意要點
5. 課堂上面試模擬練習



實用家居維修課程

『實用家居維修』對“家居維修、黏貼牆紙、拆門換鎖、修理水喉”既可及時解決家居煩憂, 又可有一份成功感。(*出席率達100%可向中心申請聽講證書)

導師: 潘錦鈴先生『註冊小型工程承辦商(個人及獲授權簽署人)僱員協會』 宣教主任

家居熱水器實用的實用知識

日期: 2016年1月6-13日(逢星期三,共2堂)
時間: 晚上7:00-10:00
會員\$200
非會員\$250

- 詳情:
1. 燃氣式、電熱式、即熱式、儲水式
 2. 各類保護器件
 3. 指示燈、恆溫掣、止回掣、安全閥、真空閥
- * 各類保護器件展示



家居門鎖探究認識

日期: 2016年1月27、2月3日(逢星期三,共2堂)
時間: 晚上7:00-10:00
會員\$200
非會員\$250

- 詳情:
- 玄關是家居之守護神, 而與它日久相對的門鉸、門鎖亦同樣肩負起重責, 保護我們的生命及財產。但時間長久, 難免有力不從心, 引致開關時會有刮門框及拖地的感覺, 另門鎖亦難以開啟。探究其原因, 大多是缺乏維修及保養, 所以本課程將講解各類門鉸、門鎖的認識及簡易裝配方法。
- * 門鎖零件展示



家居電力基本應用

日期: 2016年2月17、24日(逢星期三,共2堂)
時間: 晚上7:00-10:00
會員\$200
非會員\$250

- 詳情:
1. 電力條例簡介
 2. 電業承辦商及電力工程人員牌照
 3. 交流電、直流電及各類型插座
 4. 家居電力裝置的基本目視檢查
- * 插座極性測試器展示



家居排水系統及隔氣的基本知識

日期: 2016年3月9、16日(逢星期三,共2堂)
時間: 晚上7:00-10:00
會員\$200
非會員\$250

- 詳情:
1. 排水系統
 2. 污水系統、臭水系統、雨水系統
 3. 各類隔氣
 4. 樽型隔氣、防虹吸隔氣、S型隔氣
- * 各類隔氣展示

