

## 西貢區社區重點項目計劃－建設將軍澳文物行山徑及歷史風物資料館

## 「將軍澳風物訊」及「靈風雅舍」活動計劃 (2024 年 3 - 4 月)

活動項目	日期/時段	活動詳情	合作單位	預計參加人數	宣傳方法	預計收入	預計開支
單車遊導賞	3 至 4 月	<p>由導師導賞，讓參加者駕駛單車，遊歷將軍澳及認識不同在地景點。活動包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 導師於在地景點介紹將軍澳區內不同特色在地景點</li> </ul> <p>* 路線 A</p> <p>由將軍澳風物訊出發，經香港單車館、將軍澳南海濱和文曲里公園前往坑口站（銀澳路）。(*適合一家大細)</p> <p>* 路線 B</p> <p>由將軍澳風物訊出發，經調景嶺、康城海濱長廊及一小段跨灣大橋前往日出康城 6 期，繼而於日出康城 6 期經康城海濱長廊折返將軍澳南海濱。</p>	LocoBike、將軍澳風物訊	8 人(1 次免費活動)	將軍澳風物訊 Facebook 及合作單位宣傳平台	免費	\$53.5
				8 人(1 次收費活動)		\$150 x 8 = \$1200	\$72.8

退役單車重生計劃	3 至 4 月	<p>由導師指導，讓參加者使用回收單車車架及零件製作日常生活用品（包括：手作器物、燈飾、椅等），賦予退役單車第二生命及提高市民環保意識，向公眾/社區團體教授「基本手作器物製作」技術及知識。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 講解環保概念</li> <li>● 導師指導參加者進行手作器物製作</li> </ul>	LocoBike、將軍澳風物訊	10 人(1 次免費活動)	將軍澳風物訊 Facebook 及合作單位宣傳平台	免費	\$856
				10 人(1 次收費活動)		\$150 x10 = \$1500	\$880.1
大人細路學單車	3 至 4 月	<p>為成人或兒童(年滿 6-11 歲)提供初學訓練程度的單車課程。除了教授單車技術訓練外，推廣單車運動及單車安全，讓更多人正確認識單車活動。課程包括單車、頭盔及護具租用。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 認識檢查單車及佩戴頭盔護具的方法</li> <li>● 教授基本的單車平衡技巧、開車和停車技巧</li> <li>● 香港法例《道路使用者守則》</li> <li>● 單車安全知識</li> </ul>	LocoBike、將軍澳風物訊	5 人(1 次收費活動)	將軍澳風物訊 Facebook 及合作單位宣傳平台	\$150 x5 = \$750	\$65.6

雕刻橡皮章工作坊	3 至 4 月	<p>由導師及殘疾人士示範製作橡皮章雕刻及手帳等紙本/布藝印製，並協助參加者現場製作。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 簡介雕刻橡皮章的基本材料與工具</li> <li>● 轉印及雕刻基礎技巧</li> <li>● 工作坊提供簡易文字/圖案，參加者可親自設計製作小型橡皮印章</li> <li>● 橡皮章可用在各種用途上，例：手帳、小布袋等</li> </ul>	將軍澳風物訊、靈實創毅中心殘疾人士	10 人(2 次收費活動，每次 5 人)	將軍澳風物訊 Facebook 及合作單位宣傳平台	\$150 x10 = \$1500	\$1201.1
低碳行山生態遊	3 至 4 月	<p>由導師導賞，讓參加者遊歷將軍澳及認識不同在地景點。活動包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 導師於在地景點介紹將軍澳區內不同特色在地景點</li> </ul> <p>*路線 將軍澳風物訊→茅湖山觀測台→衛奕信徑 3 段→五桂山航空導航反射站及三角網測站→油塘</p>	將軍澳風物訊	10 人(1 次免費活動)	將軍澳風物訊 Facebook 及合作單位宣傳平台	免費	\$74.9
				10 人(1 次收費活動)		\$150 x10 = \$1500	\$99

將軍澳風物汛跑會	3 至 4 月	<p>設立跑會作為凝聚各街坊練習跑步的平台，於 2024 年 3 月 3 日（星期日）起運作，互相交流跑步樂趣，改善健康。</p> <p>由康城巴士總站出發，沿康城路和環保大道慢跑，轉入環澳路上將軍澳跨灣大橋，其後經調景嶺和尚德前往靈實醫院，最後靈實路上寶林南路以將軍澳風物汛作結。全程約 7 公里，適合各階段跑者作鍛煉之用。</p> <p>集合地點：康城公共運輸交匯處  解散地點：將軍澳風物汛  集合時間：隔週週日早上 9:30 -12:00</p>	將軍澳風物汛	20 人(4 次免費活動)	將軍澳風物汛 Facebook	免費	\$107
----------	---------	---	--------	---------------	-----------------	----	-------

營住運動體驗營	3 至 4 月	<p>由導師陪同及指導，透過多項運動訓練及營養知識講解，令活動參加者認識良好的運動及飲食習慣，達致理想健體目標。單車及遠足活動同時設有在地導賞，介紹將軍澳文化歷史。活動包括營養午餐。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <u>單車訓練</u> 由靈實醫院出發，經調景嶺、康城海濱長廊及一小段跨灣大橋前往日出康城 6 期，繼而於日出康城 6 期經康城海濱長廊折返將軍澳南海濱。</li> <li>● <u>遠足及跑步訓練</u> 由將軍澳風物訊出發，經調景嶺配水庫山路及澳景路前往油塘大本營商場。</li> <li>● <u>營養知識講解</u> 營養素介紹 增肌減重原理 生活習慣配合如何幫助減重</li> </ul>	將軍澳風物訊	6 人(1 次收費活動)	將軍澳風物訊 Facebook 及合作單位宣傳平台	\$500 x6 = \$3000	\$317.6
---------	---------	--	--------	--------------	---------------------------	-------------------	---------

圖畫「識」對話 工作坊	4月27 日	<p>透過與「語聲社企」舉辦多元化活動，由義工言語治療師教導家長運用「對話式閱讀」進行親子共讀，提昇學生整體溝通能力，增加小朋友對生活創意及閱讀等興趣。內容包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 為父母進行對話式閱讀培訓；及為子女進行故事書工作坊</li> <li>● 將軍澳風物訊導賞</li> <li>● 親子講故事活動</li> </ul>	語聲社企(合作單位) / 梅門一氣(熱身運動示範)	30人(15個家庭，共15位家長及15位小朋友)	將軍澳風物訊 Facebook 及合作單位宣傳平台	\$150 x 15(家庭) = \$2250	\$196.7
----------------	-----------	--	------------------------------	--------------------------	---------------------------	-------------------------	---------

### 單車遊導賞

預計活動參加人數：8 人 (一次免費活動)

支出項目	金額
1. 第一次活動費用 (由風物汛員工負責)包括活動物資預備、活動進行及活動後執拾	\$0
2. 機構行政費用	\$3.5
3. 其他雜項	\$50
總支出金額	\$53.5

預計活動參加人數：8 人 (一次收費活動)

支出項目	金額
1. 第一次活動費用 (由風物汛員工負責)包括活動物資預備、活動進行及活動後執拾	\$0
2. 電子支付收費佣金(1.5%)	\$18
3. 機構行政費用	\$4.8
4. 其他雜項	\$50
總支出金額	\$72.8

### 退役單車重生計劃

預計活動參加人數：10 人 (一次免費活動)

支出項目	金額
1. 活動前物資預備 包括手作器物設計、開料、物料費用共 10 份	\$750
2. 第一次活動費用(由風物汛員工負責) 包括活動預備、活動進行及活動後執拾	\$0

預計活動參加人數：10 人(一次收費活動)

支出項目	金額
1. 活動前物資預備 包括手作器物設計、開料、物料費用共 10 份	\$750
2. 第一次活動費用(由風物汛員工負責) 包括活動預備、活動進行及活動後執拾	\$0

3. 機構行政費用	\$56
4. 其他雜項	\$50
總支出金額	\$856

3. 電子支付收費佣金(1.5%)	\$22.5
4. 機構行政費用	\$57.6
5. 其他雜項	\$50
總支出金額	\$880.1

### 大人細路學單車

預計活動參加人數：5 人 (一次收費活動)

支出項目	金額
1. 第一次活動費用 (由風物汛員工負責)包括活動物資預備、活動進行及活動後執拾	\$0
2. 電子支付收費佣金(1.5%)	\$11.3
3. 機構行政費用	\$4.3
4. 其他雜項	\$50
總支出金額	\$65.6



### 雕刻橡皮章工作坊

預計活動參加人數：10 人 (兩次收費活動)

支出項目	金額
1. 第一次活動費用 (由風物汛員工負責)包括活動物資預備、活動進行及活動後執拾	\$0
2. 第二次活動費用 (由風物汛員工負責)包括活動物資預備、活動進行及活動後執拾	\$0
3. 電子支付收費佣金(1.5%)	\$22.5
4. 機構行政費用	\$78.6
5. 物資費用(10 份)	\$1000
6. 其他雜項	\$100
總支出金額	\$1201.1

### 低碳行山生態遊

預計活動參加人數：10 人 (一次免費活動)

支出項目	金額
1. 第一次活動費用(由風物汛員工負責)包括活動物資預備、活動進行及活動後執拾	\$0

預計活動參加人數：10 人 (一次收費活動)

支出項目	金額
1. 第一次活動費用(由風物汛員工負責)包括活動物資預備、活動進行及活動後執拾	\$0

2. 機構行政費用	\$4.9
3. 其他雜項	\$70
總支出金額	\$74.9

2. 電子支付收費佣金(1.5%)	\$22.5
3. 機構行政費用	\$6.5
4. 其他雜項	\$70
總支出金額	\$99

### 將軍澳風物汛跑會

預計活動參加人數：20 人 (四次免費活動)

支出項目	金額
1. 路線預備、規劃費用(由風物汛員工負責)	\$0
2. 第一次活動費用(由風物汛員工負責)	\$0
3. 第二次活動費用(由風物汛員工負責)	\$0
4. 第三次活動費用(由風物汛員工負責)	\$0
5. 第四次活動費用(由風物汛員工負責)	\$0
6. 機構行政費用	\$7
7. 其他雜項	\$100
總支出金額	\$107

## 營住運動體驗營

預計活動參加人數：6 人 (一次收費活動)

支出項目	金額
1. 路線預備、規劃費用(由風物汛員工負責)	\$0
2. 第一次活動費用(由風物汛員工負責) 包括活動物資預備、活動進行及活動後執拾	\$0
3. 參加者午餐 (\$20 x 6)	\$120
4. 電子支付收費佣金(1.5%)	\$45
5. 機構行政費用	\$32.6
6. 其他雜項	\$120
總支出金額	\$317.6

## 圖畫「識」對話工作坊

預計活動參加人數：15 家庭共 30 人 (一次收費活動)

支出項目	金額
1. 言語治療師費用(導師費) 進行「對話式閱讀」活動	\$0
2. 平甩功導師費用(導師費) 「平甩功」示範	\$0
3. 電子支付收費佣金(1.5%)	\$33.8
4. 機構行政費用	\$12.9
5. 其他雜項	\$150
總支出金額	\$196.7