

2022 年舉辦 1 月至 3 月的樂活工作坊

舉辦日期及時間	主題	舉辦中心及地點	查詢及報名電話
1 月 4 日 下午 2 時 30 分至 5 時 30 分	水仙迎新春 教授及示範剉水仙頭的技巧及知識。	仁愛堂有限公司 屯門啟民徑 18 號仁愛堂賽馬會 社區及體育中心	2655 7577
1 月 14 日 上午 9 時 30 分至 中午 12 時 30 分	新年大掃除小技巧 教授年尾大掃除的清潔技巧，包括工具應用、工作流程、簡易清潔方法等。	循道衛理中心 香港銅鑼灣禮頓道 119 號公理 堂 20 樓 2004 室	2866 3256
1 月 18 日 下午 2 時至 5 時	步步糕昇 教授及示範賀年糕點【馬蹄糕、蘿蔔糕】的製作方法及技巧。	香港工會聯合會 土瓜灣馬頭涌道 50 號 8 樓	2714 7875
1 月 20 日 下午 2 時至 5 時	新年斷捨離 教授斷捨離、物品分類重點、善用資源進行收納的技巧，以及有效的清除污漬方法及各清潔劑的效用。	香港職業發展服務處有限公司 九龍黃大仙下邨龍和樓地下	2326 7174
1 月 24 日 下午 2 時 30 分至 5 時 30 分	團年飯輕鬆煮 教授及示範團年飯菜式【甜酸糖醋里脊、酥炸蝦盒及翡翠彩蝦迎春花】的製作方法及技巧。	循道衛理中心 香港柴灣翠灣邨翠灣商場 3A 舖 2 樓 201 室	2866 3256
2 月 24 日 下午 2 時至 5 時	新年「輕」養生 中醫師介紹飲用的花草茶款，以及教授提升調節生理機能的知識。	香港職業發展服務處有限公司 九龍黃大仙下邨龍和樓地下	2326 7174
2 月 28 日 上午 10 時至下午 1 時	搬運重物的技巧 教授工作時搬運重物的方法及技巧。	港九勞工社團聯會 屯門屯喜路 2 號屯門栢麗廣場 1810 室	2618 9645
3 月 1 日 下午 2 時 30 分至 5 時 30 分	春天養生小菜 教授及示範春天養生小菜【紅蘿蔔木耳炒肉絲、荷塘小炒及四季豆鮮百合炒肉片】的製作方法及技巧。	循道衛理中心 香港柴灣翠灣邨翠灣商場 3A 舖 2 樓 201 室	2866 3256

2022 年舉辦 1 月至 3 月的樂活工作坊

舉辦日期及時間	主題	舉辦中心及地點	查詢及報名電話
3 月 16 日 下午 2 時 30 分至 5 時 30 分	滋味西餐製作 教授及示範【卡邦尼意粉、南瓜湯】的製作方法及技巧。	仁愛堂有限公司 屯門澤豐花園商場 2 樓	2655 7577
3 月 23 日 上午 10 時至下午 1 時	勞工法例・僱員權益知多少？ 教授在勞工法例下，助理應有的權益及賠償計算方法等。	港九勞工社團聯會 屯門屯喜路 2 號屯門栢麗廣場 1810 室	2618 9645
3 月 29 日 下午 2 時至 5 時	中式懷舊甜品 教授及示範懷舊甜品【西米布甸、奶皇水晶包】的製作方法及技巧。	香港工會聯合會 土瓜灣馬頭涌道 50 號 7 樓	2714 7875

1. 每位助理每年（1 月 1 日至 12 月 31 日）可參加最多 3 個工作坊（不包括「『ERB 助理搵工』流動應用程式」工作坊）。
2. 以上工作坊內容、日期、時間及地點或會改變，以「樂活中心」通知資料為準。