



香港民主民生協進會 職業訓練中心

同學會  
*Sharing our happiness!*

通  
一  
口

FREE OF  
CHARGE !



2012  
ISSUE:001

第一期

- 課程推介：ERB 「人才發展計劃」新技能提升課程
- 活動推介：基本急救課程
- 工作分享：麥子峯先生

鳴謝以下學員幫忙摺2011年第4期通訊：(排名不分先後)

家務助理證書課程第139屆 胡玉卿及標準保安證書課程第509屆 周國賀

# 工作分享

sharing

■ 麥子峯



麥子峯是包餅製作員證書課程第二十五屆的畢業同學，他以前是從事船務工作的，現在成功透過中心課程轉行成為蛋糕師傅。



問：點解當初你想讀包餅製作員證書課程？

答：以前生活為搵食，依家想做自己鍾意做嘅野，我一向都鍾意落廚，我曾經試過一個人煮廿幾人的飯餸，我對食有要求架，由買料到煮，都係自己親自做。

問：咁你讀完呢個課程有咩打算呀？

答：我終極目標係開間細細地嘅餐廳，四至五張枱就夠架啦，將自己煮嘅野同人分享。

問：咁你會做咩野去達到你嘅終極目標？

答：我依架一邊整蛋糕賣俾人，鍛鍊自己啲技術，一邊就繼續向製造麵包蛋糕的大公司求職，在大公司做一年半載吸收經驗後，再自己開鋪。

問：咁你會做咩野去達到你嘅終極目標？

答：我本身兄弟姊妹多，我會送幾個蛋糕去到佢哋收野嘅地方，俾人地試食，又或者街坊攞大食會，我又整幾個送過去，當人地試過好味就會同我訂，而我又會規定每次要訂四個或以上，人傳人，一傳十，十傳百，網絡就係咁樣建立出來。

問：客人啲要求唔同，如果遇到冇唔識嘅款式，你會點做？

答：我會問馮Sir，雖然畢左業，但我到依家都仲請教佢，睇下點樣改良口味，又或者會問下去邊度入貨平。

子峯懂得善用自己身邊的資源和網絡。並以「不怕吃虧」、「不計較」的心態，先送幾個自己的製成品給人家試食，慢慢為自己建立口碑及開拓客源。

■ 成功總結

如果有興趣成為我們民協的義工，可致電2370 3387報名或填妥下列資料寄回長沙灣道681號貿易廣場地下5-7號舖

如果你有一技之長、有心有力有時間，民協同學會義工需要你。

姓名：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

請於方格上勾出可做義工時間：

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
<input type="checkbox"/> 上午 至						
<input type="checkbox"/> 下午 至						
<input type="checkbox"/> 晚上 至						

請於方格上勾出你擁有的技能：

甜品製作	摺紙	瑜珈	電腦維修	花藝	其 他：
地道菜式	剪紙	舞蹈	網頁設計	日本語	
美甲	國畫	搏擊	動畫設計	韓文	
化妆	素描	花式單車	扭汽球	法文	
剪髮	攝影	花式跳繩	魔術表演	翻譯	

義工招募

民協同學會



# 職場

## 資訊

USEFUL INFORMATION

# 「休息日？」 的疑問



案例：小明剛獲保安公司聘請，工作了一個月，而這個月共有5個星期，可是僱主只給了4天休息日，那僱主是不是少給了休息日的假期？

答：未必的。根據僱傭條例第四章所講，每7天可享有一天休息日，休息日屬於有薪或無薪，就由僱主和僱員雙方協定，而一年共有52個星期，故此相對地休息日亦應該有52日。而小明的例子應該繼續觀察多一段時間，看看僱主如何安排(例如：在第5個星期安排放一天)。僱員如有疑問亦應向僱主了解清楚，或將合理的懷疑向自己工作地點附近的勞工處勞資關係科申報，交由他們調查，如果查明僱主無合理辯解而不給予僱員休息日，可被檢控，一經定罪，最高可被罰款5萬元。

如有疑問，歡迎致電本中心，電話：2370 3387，向李小姐查詢。  
(詳細法律條文可見勞工處網頁)

## 導師



介紹  
Meeting with tutors



我是潘永昌，之前是任職警察，在民協職業訓練中心任教保安課程已經有十多年時間。我覺得教書是一個以生命影響生命的愛心事業，上課除了教授知識之外，亦會灌輸正面的工作價值/人生觀，有時上課會見到同學電話出來玩，會儘量勸籲，學生畢竟是成年人，不能勉強他們，儘量教得一個得一個。

最記得有一次完班，有一個同學走出來與我握手，並向我承諾兩年內一定升到保安主任，最終這位同學只用了9個月時間就升到這個職位，他那種向著目標進發、那種衝勁，令到我對當時的情況記憶猶新。

我在班上會與同學分享人生哲理，最常引用佛洛依德的一句話：“思想影響行為；行為形成習慣；習慣塑造性格；性格決定命運。”，我多年來都用這句說話來提醒自己，今天在此與大家共勉之。

我俞乃通，任教保安課程已經有7年時間，之前做過多間大公司的保安，亦為奧運馬術及7人欖球賽擔任訓練工作。我覺得教書是有意義的工作，可以幫到想尋找工作的人，就算每班只有1個同學想工作的，我都會盡力協助。

我會用「亦師亦友」來形容我和學生的關係，我常說：“學生依家坐係度上堂，但出來做就係行家”，故學生畢業後，我會與他們保持聯絡，一來可以為他們加油、二來可以吐苦水、減下壓、交流經驗。

而本身作為導師，我仍然會孜孜不倦的追求知識、不繼增值。雖然工作、進修和交際佔去我大部份的時間，一星期只得一天陪伴家人，但家人對我很體諒，所以我一有時間，就會計劃和家人外遊。

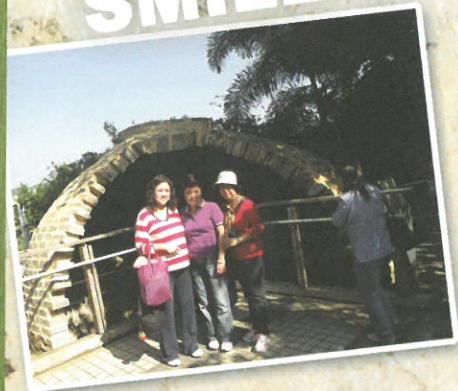
最令我感到欣慰的莫過於有個畢業同學，每逢休息日都會穿著整齊的制服回中心，向正在上課的同學分享經驗及介紹有什麼裝備是需要自行準備的，同學這種熱心和自覺性，真是不可多得！

口  
重  
大  
化  
女  
人



東涌馬灣一天遊

SMILE !!



CHECK IT OUT !

如有興趣曬相的，請於1月31日前與李小姐聯絡，曬相費為每張\$1.5

## 新同事 介紹

WHO ARE YOU ?

JOHN



各位街坊你們好！我是新同事吳傳杰，阿John，職位是助理培訓主任，主要負責保安課程等工作。相信保安班的同學對我會有一定的認識，就是一位沒有什麼風趣幽默，即使郁動些少臉部肌肉，也會覺得費勁的人。這份工作相比以往更多機會接觸到不同的人、不同的事。雖然當中有苦有甜，但也是難得的學習機會。最近參加了同學會旅行，使我見識了同學和街坊的熱情。希望日後有機會見到大家！

# 活動介紹

報請  
名即  
！

## “糕” “糕” 興興迎新年

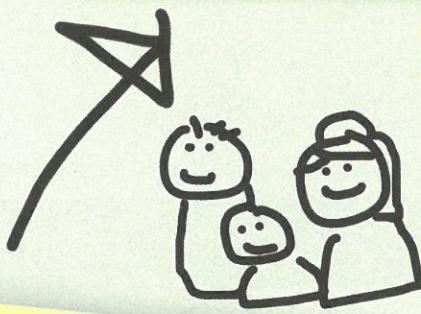
內容：學習和分享製作馬蹄糕、馬蹄條。  
活動日期：1月13日(五)  
活動時間：2:30 - 4:30p.m.  
活動地點：本中心  
名額：25人  
對象：同學會會員  
費用：\$40(包括材料費，學員會有製成品)

## 家居維修-水喉篇

內容：學習小型維修，包括水喉及廁所水箱。  
活動日期：2月27日(一)  
活動時間：7:00 - 9:00p.m.  
活動地點：本中心  
名額：20人  
對象：同學會會員  
費用：\$25

## 家務助理聚會暨勞工法例講座

內容：讓同學們了解行業情報，畢業同學經驗分享、新工作推介及勞工法例 講解。  
活動日期：3月23日(五)  
活動時間：10:00a.m. - 12:30noon  
活動地點：本中心  
名額：20人  
對象：同學會會員(家務助理學員)  
費用：\$20



## 消防安全大使

上課日期：2012年3月18日 (星期日)  
上課時間：9:00 - 5:00 p.m.  
上課地點：長沙灣消防局  
費用：全免  
名額：25人  
對象：感興趣人士

(完成課程可得到消防署簽發的證書乙張)

有興趣人士，可致電本中心留下中、英文姓名及聯絡電話。  
#需繳付\$50按金，完成課程後退回



## 個人護理 - 面部刮沙篇

內容：面部護理、掌握刮沙的好處及技巧。  
活動日期：3月9日(五)  
活動時間：7:00 - 8:30p.m.  
活動地點：本中心  
名額：20人  
對象：同學會會員  
費用：\$45(包材料費刮沙板乙塊)

## 基本急救課程

上課日期：2012年2月18日 (六)  
上課時間：2:15 - 6:15p.m.  
上課地點：本中心  
講者：香港紅十字會導師  
名額：每班15 - 22人  
對象：同學會會員  
費用：\$135 (另加\$25繩帶包\*)  
\*繩帶包：敷料x1、2吋繩帶x1、  
三角巾x1、即棄手套x 1

#完成後可得到香港紅十字會頒發的聽講證書

## 平安咗

上課日期：2012年2月12日或3月4日  
或3月18日(日)  
上課時間：10:00 - 6:00p.m.  
上課地點：本中心  
講者：工業傷亡權益會導師  
名額：每班20人  
對象：感興趣人士  
費用：\$90

有興趣的會員，可到中心詢問處報名及繳費。

## 代報課程

## 心肺復甦法(CPR)

上課日期：2012年2月12日 (星期日)  
上課時間：9:00 - 1:00 p.m.  
上課地點：長沙灣消防局  
費用：全免  
名額：20人  
對象：感興趣人士  
(完成課程可得到消防署簽發的證書乙張)  
有興趣人士，可致電本中心留下中、英文姓名及聯絡電話。  
#需繳付\$50按金，完成課程後退回

## 半日制或晚間課程

費用全免\* !

想知多啲？請即致電 **2370 3387** !

### 美容系列

### 增值系列

### 食品製作系列

### 中醫保健系列

#### 課程名稱

#### 上課時間及節數

#### 上課地點

美甲技巧單元證書課程

一星期一堂，逢星期五，共5堂  
4堂：晚上7:00 - 9:30  
1堂：晚上7:00 - 9:00

長沙灣

產婦護理單元證書課程

星期一至六，共14堂  
10堂：上午9:00 - 13:00  
4堂：上午9:00 - 13:30

長沙灣

陪月滋補飲食知識單元證書課程

一星期3天，共3堂  
2堂：上午9:30 - 12:30  
1堂：上午9:30 - 13:30

長沙灣

保安培訓課程認可計劃質素保證系統單元證書課程(QAS)

一星期2天，上午9:00 - 19:00，共2堂

長沙灣

西餅的基本認識與製作(蛋糕類)單元證書課程

每星期3天，上午9:30 - 12:30，共10堂

澤安

西餅的基本認識與製作(雜餅類)單元證書課程

每星期3天，上午9:30 - 12:30，共10堂

澤安

西餅的基本認識與製作(咸包及酥包類)單元證書課程

每星期3天，下午2:30 - 5:30，共10堂

澤安

西餅的基本認識與製作(經典包類)單元證書課程

每星期3天，下午2:30 - 5:30，共10堂

澤安

家務助理家常廚藝單元證書課程

逢星期一至六，上午9:00 - 13:00，共11堂

澤安

足部反射保健進階單元證書課程

每星期2晚，晚上6:30 - 9:30，共5堂

澤安

保健推拿進階單元證書課程

每星期2天，上午9:30 - 12:30 或下午2:30 - 5:30，共6堂

澤安

筋骨保健進階單元證書課程

每星期2天，上午9:30 - 12:30 或下午2:30 - 5:30，共8堂

澤安

中醫實用食療基礎知識單元證書

每星期2天，下午2:30 - 5:30 或下午2:30 - 6:30，共8堂

澤安



報名地址：長沙灣道681號貿易廣場地下5-7號舖

註：\*待業或月入低於\$7,000可申請學費豁免；  
\$7,001-15,000可申請高額資助學費

電腦  
系列英文  
系列

## 課程名稱

## 上課時間及節數

## 上課地點

電腦操作初探單元證書課程	每星期2晚，晚上6:30 - 9:30，共10堂	長沙灣
基本電腦概念和鍵盤操作單元證書課程	每星期2晚，晚上6:30 - 9:30，共8堂	長沙灣
倉頡輸入法單元證書課程	每星期2晚，晚上6:30 - 9:30，共10堂	長沙灣
文書處理單元證書課程	每星期2晚，晚上6:30 - 9:30，共9堂	長沙灣
試算表單元證書課程	每星期2晚，晚上6:30 - 9:30，共10堂	長沙灣
基礎英語I單元證書課程	每星期3晚，晚上6:30 - 9:30，共10堂	長沙灣
基礎英語II單元證書課程	每星期3晚，晚上6:30 - 9:30，共20堂	長沙灣
基礎英語III單元證書課程	每星期3晚，晚上6:30 - 9:30，共15堂	長沙灣
職業英語(閱讀及寫作)I單元證書課程	每星期3晚，晚上6:30 - 9:30，共20堂	長沙灣
職業英語(閱讀及寫作)II單元證書課程	每星期3晚，晚上6:30 - 9:30，共20堂	長沙灣
職業英語(聽力及會話)I單元證書課程	每星期3晚，晚上6:30 - 9:30，共20堂	長沙灣
職業英語(聽力及會話)II單元證書課程	每星期3晚，晚上6:30 - 9:30，共20堂	長沙灣

## 2011年至2012年度課程

## 全日制就業掛鈎課程

費用全免及有再培訓津貼\*!  
想知多啲？請即致電 **2370 3387**！

全日制  
就業  
掛鈎

## 課程名稱

## 上課時間及節數

## 上課地點

標準保安及物業管理證書課程	12日全日，9:15 - 6:15p.m. 8日半日，9:15 - 1:15p.m.或2:15 - 6:15p.m.，共20天	長沙灣
家務助理證書課程	12日全日，9:00 - 6:00p.m. 8日半日，9:00 - 1:00p.m.或2:00 - 6:00p.m.，共20天	長沙灣
社福活動助理證書課程	17日全日，9:15 - 6:15p.m. 11日半日，9:15 - 1:15p.m.或2:15 - 6:15p.m.，共28天	長沙灣
包餅員製作證書課程	22日全日，9:15 - 6:15p.m. 14日半日，9:15 - 1:15p.m.或2:15 - 6:15p.m.，共36天	澤安
餐飲及宴會服務員證書課程	12日全日，9:15 - 6:15p.m. 7日半日，9:15 - 1:15p.m.或2:15 - 6:15p.m.，共19天	澤安
保健按摩證書課程	21日全日，9:15 - 6:15p.m. 14日半日，9:15 - 1:15p.m.或2:15 - 6:15p.m.，共35天	澤安



查詢電話：2370 3387

註：\*個別課程須符合相關入學要求

erb是撥款及監管機構 委託約130間  
培訓機構開辦「人才發展計劃」課程

# 參加者活動須知

- ① 本機構已為參加者購買綜合意外保險，詳情可與活動負責人查詢。惟參加者須遵照職員指示以免導致意外。
- ② 活動退款安排：  
活動如因八號風球 / 黑色暴雨或人數不足而取消，參加者將獲退還報名費用；  
如果天氣欠佳而考慮到可能影響參加者的安全情況，中心會將活動改為於中心舉行、改期或取消，參加者已繳費用將不獲退還；  
與外間團體合辦之活動，將根據團體之條款而決定退還情況。
- ③ 為協助活動負責人同時因應不同參加者健康情況，作出合適的活動安排，如有任何特別的傷患 / 疾病，請於報名時表明。
- ④ 活動照片及錄像或作公開展示用途。(如不同意，請主動向負責職員提出)  
如因參加者個人理由缺席活動，所繳交之款項將不獲退還。

## 惡劣天氣應變措施



天氣狀況	水上活動安排	一般戶外活動安排	中心內活動安排
雨天/山泥傾瀉警告/雷暴警告/水浸警告	X 註1	✓ 註2	✓
一號風球 / 黃色暴雨警告	X 註1	✓ 註2	✓
三號風球 / 紅色暴雨警告	X 註1	X 註1	✓
八號風球或以上 / 黑色暴雨警告	X 註1	X 註1	X 註1

註1：活動舉行前2小時仍懸掛，活動取消； 註2：如有特別安排，將會接獲電話通知；



STAMP  
HERE !!



香港民主民生協進會 職業訓練中心