



賽馬會星亮資源中心 活動快訊



中心消息

1. 每年的4月2日定為世界自閉症日(World Autism Awareness Day)。為響應這個大日子，本中心將於4月1日(星期六)舉行開放日，藉此提升公眾對自閉症的認識，推廣共融的理念。有關詳情請留意中心稍後的宣傳。
2. 港鐵觀塘延線現已開通。大家可以乘坐港鐵到何文田站，經A3或B2出口前往位於愛民邨的本中心。
3. 中心特別設有桌上遊戲(Boardgame)櫃，各款桌上遊戲既能訓練大家的思維及反應，同時亦能擴闊社交圈子。現歡迎星Club會員及中心親子會員於中心借用，一同享受桌遊的樂趣。

《協康會慈善獎券售賣日 義工招募》(JCSRC-17-00006)

協康會一年一度的大型籌款活動，慈善獎券售賣活動將於5月份舉行，現誠邀中心會員參與是次活動，為發展障礙兒童籌募訓練經費，使他們能得到適時適切的服務。

日期：13/5 (星期六) 時間：上午 10:00-下午 4:00 (可自由選擇時段)

地點：九龍區 對象：親子義工

備註：i. 出席活動的參加者可獲頒發義工證書

- ii. 如有興趣參加，請於報名表上註明可『出席時段』，中心職員將會個別通知參加者有關當日安排



Club - 活動推介

《K 歌任我唱》卡拉 OK 活動

(活動編號：JCSRC-17-00029)

藉活動培養會員興趣及增加其社交經驗！

日期：20/5 (星期六)

時間：下午 5:00 – 7:00

地點：賽馬會星亮資源中心

對象：星 Club 會員

名額：7 名

活動費用：免費

活動查詢：風姑娘

《五個小孩的校長》電影欣賞

(活動編號：JCSRC-17-00030)

電影欣賞後，將與會員互相交流及分享感受。

日期：16/6 (星期五)

時間：下午 5:00 – 7:00

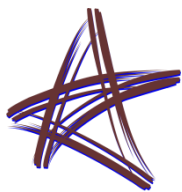
地點：賽馬會星亮資源中心

對象：星 Club 會員

名額：7 名

活動費用：免費

活動查詢：鍾姑娘



「星亮職訓」 高功能自閉症人士全方位就業支援計劃

計劃目的

- 1) 提供全面的職能評估及就職支援；
- 2) 提供朋輩支援服務；
- 3) 增加僱主僱員對自閉症人士的認識；
- 4) 建立家長互助網絡，互相分享與支持；
- 5) 加強社區教育，讓大眾認識自閉症人士的能力及其工作需要。

服務對象

- ~ 15-35 歲
- ~ 曾就讀主流學校的自閉症青年
- ~ 準備或現正公開就業，並能獨立乘搭交通工具往返工作地方

名額 每年 50 名

內容



* 培訓課程包括：

- i. 軟性技巧課程：例如社交溝通、應變解難、求職技巧等
- ii. 職業技能課程：例如烘焙、咖啡沖調、餐飲服務、電腦、辦公室助理等

*除社交溝通為必修課程外，其餘皆為自選課程

計劃特色

- 針對自閉症人士的特性，以「結構化教學法」(TEACCH)為基礎，提供有系統的訓練；
- 提供全面性職前評估，訂立實際可行的工作目標；
- 著重以個案形式跟進，切合學員的個別需要；
- 與工、商界結連，為合適的參加者提供工作實習的機會；
- 設有職能加油站，由職業治療師根據學員的能力及相關的工作要求，提供針對性的職能訓練；
- 由協康會專業團隊(包括教育心理學家、職業治療師及社工)攜手推行。

報名及查詢：請致電 3956 4651 與計劃負責同工鍾姑娘聯絡

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER

星 Club 會籍

對象

曾經或現正參加協康會舉辦的自閉症青年服務，包括賽馬會星亮資源中心的「星亮職訓」、海富中心「職訓展翅」、MSIG「自閉症青年職前訓練及工作體驗計劃」或油麻地中心「社署支援計劃」。



會員福利

會員可於特定時間內，免費借用中心桌上遊戲、電腦及卡拉 OK 設施
每季均可報名參與星 Club 小組活動



卡拉 OK 設施：

開放時間 – 逢星期六下午 12 時至 6 時

卡拉 OK 房每次最多可容納 6 人，每節可預約時間為 2 小時，如下一節時段有空缺，便可每小時續借。會員可於當天使用前 30 分鐘致電中心或提前親臨中心預約/借用。每節每人可借 DVD 一隻，並有一次更換的機會。

星 Club 會員各項設施開放時段				
	時間	星期一至四	星期五	星期六
卡拉 OK	12:00nn – 6:00pm	不開放	不開放	✓
桌上遊戲	10:00am – 6:00pm	✓	✓	✓
以上設施每節可預約時間為 2 小時，如下一節時段有空缺，便可每小時續借。				
電腦	1:00pm – 2:00pm	請致電 預約	不開放	✓
	2:00pm – 4:30pm		✓	不開放
	4:30pm – 5:30pm		✓	✓
以上設施每節可預約時間為 1 小時，如下一節時段有空缺，便可每小時續借。				

星「知」學堂 ~ 自閉症家庭全面支援服務

本計劃為就讀主流中小學的自閉症學童及其家庭提供多元化的服務，藉此：

- i. 促進自閉症學童於主流學校的學習生活；
- ii. 協助高小學童順利過渡至升中階段；
- iii. 提升家長日常的管教技巧，舒緩他們的管教壓力；
- iv. 增加家長間的互助，協助他們建立支援網絡。



星「知」學堂~學習支援計劃

計劃詳情

對象：現就讀主流小學小一至小三的自閉症同學
上課日期：2016年9月至2017年7月(全學年)
上課地點：協康會賽馬會星亮資源中心
(地址：九龍何文田愛民邨新民樓地下106-117室)
上課時間：星期一至五，下午4:00-6:00
費用：每月\$1,200 (有經濟困難之家庭可申請減費)



計劃內容

- ✓ 個別或小組學科訓練，強化中英數各科的知識掌握
- ✓ 以日常功課為教學媒介，為同學提供學習指導及做功課技巧
- ✓ 引入社交訓練環節，提升同學的社交技巧及情緒管理能力

課程策劃

- ✓ 由協康會心理學家、特殊教育老師及專業社工共同策劃

課程導師

- ✓ 由合資格導師教導，並由協康會特殊教育老師及社工督導



小班教學，每組約4至5位同學

備註：

1. 遞交申請表格時，請連同 1)最近期心理學家或醫生評估報告 2)最近期學校成績表副本一併遞交
2. 報名之家長及同學將被邀請參加面試甄選。面試後將由專人通知甄選結果

報名或查詢：3956 4651

(曹姑娘 / 陳老師)

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER



- * 以下所有活動 (除註明外) 將於本中心內舉行
- * 請以獨立一張支票(抬頭：協康會)繳付「星知學堂」這一部份的活動費用
- * 活動查詢：曹姑娘(電話：3956 4651)

I) 學童篇

《五感學語文》 (活動編號：JCSRC-17-00014)

透過遊戲及運用五感增加學生之語文詞彙，提升學生對學習語文之興趣，從而幫助應付寫作、溝通及表達。

日期：18/4、20/4及21/4 (星期二、四、五，共3節)

時間：上午11:00 - 下午12:30

對象：就讀主流學校之小二至小三自閉症學童

名額：10名

費用：\$60



導師介紹：丁老師，於小學任教超過三十年，曾任教中文、數學及常識，亦曾擔任社會科及常識科科主任。丁老師曾於香港中文大學教育心理學系修讀小學中國語文科教師專業發展課程；優化語文教學支援讀寫困難學生之證書課程，富經驗於教導學生中文。

《猜猜畫畫學英文詞語》高小篇 (活動編號：JCSRC-17-00034)

透過輕鬆有趣的拆字及繪畫方式，讓學童找到屬於自己的英文記字方法，重拾他們對學習英文的信心。

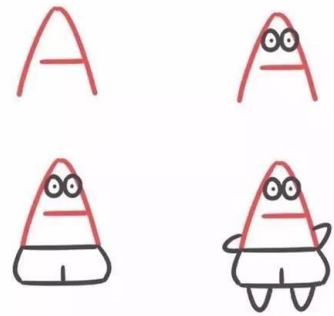
日期：19/4、20/4及21/4 (星期三、四、五，共3節)

時間：上午10:30 - 中午12:00

對象：就讀主流學校之小四至小六自閉症學童

名額：8名

費用：\$60



《味之「友」惑》 (活動編號：JCSRC-17-00013)

由義工哥哥姐姐帶領學童進行集體遊戲，以及一同購買材料製作壽司！

日期：22/4 (星期六)

時間：上午10:00 - 下午2:00

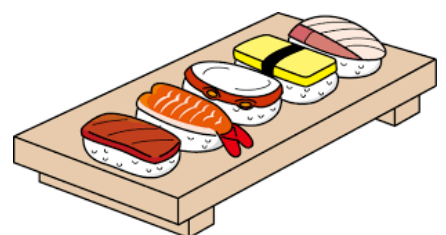
地點：本中心及愛民邨商場

對象：就讀主流學校之小四至小六自閉症學童

名額：10名

費用：\$10

備註：本活動由香港浸會大學社會工作系學生籌劃及帶領。



《「童」聲同「戲」之情緒篇》社交小組 (活動編號：JCSRC-17-00022)

透過故事情景分析、角色扮演、小組遊戲等活動，讓參加者認識情緒來源、表達情緒的恰當方法及處理負面情緒的方法等。

日期：22/4 - 24/6 (除 6/5 及 3/6，逢星期六，共 8 節)

時間：下午 4:30 - 5:45

對象：就讀主流學校之小一至小三自閉症學童

名額：8 名

費用：\$80



《藝術表我心-我們的小城市》 (活動編號：JCSRC-17-00007)



小組以城市為題材，參加者將以平面及立體藝術創作，創造自己的小城市。小組內會接觸各種質感的物料，包括輕黏土，陶泥，木材等，於輕鬆好玩的課堂中開闊對不同質感的接受程度，刺激創造力，同時，透過藝術創作讓孩子表達自己，增強自信。

日期：22/4 - 3/6 (逢星期六，共 7 節)

時間：下午 1:45 - 3:00

對象：6-12 歲發展障礙會員

名額：8 名

費用：\$525

備註：製作程序或許會弄髒衣服，請自備圍裙或舊的衣物。

導師介紹：

伍詩婷 Paula，畢業於香港理工大學社會工作(榮譽)文學士及香港藝術學院藝術文學士(繪畫)，註冊社工，持心理投射分析畫畫評估執行師證書，結合社工專業及藝術元素，為各類型特殊需要人士服務。

《「星」之生日會(4 至 6 月)》 (活動編號：JCSRC-17-00020)

為 4 至 6 月生日之會員慶祝生日，一同遊戲，讓參加者學習禮儀，並與人分享歡樂。

日期：6/5 (星期六)

時間：上午 10:30 - 中午 12:00

對象：就讀主流學校之小一至小六自閉症學童(四至六月份生日優先)

名額：15 名

費用：\$10

備註：歡迎學童之棠棣一同參與。



II) 家長篇

《教得其樂》家長工作坊(2017) (活動編號：JCSRC-17-00017)

本工作坊將教授家長20個管教技巧，讓家長能夠運用有效的管教方法去處理孩子的不同行為問題。

內容：第一節：學習建立良好的關係
第二節：兒童行為的分析
第三節：良好行為的建立
第四節：鞏固良好行為的方法
第五節：預防不當行為的方法
第六節：不當行為的處理方法(一)
第七節：不當行為的處理方法(二)
第八節：學習訂定綜合計劃

日期：24/4 - 19/6 (除 1/5，逢星期一，共 8 節)

時間：上午 10:00 - 11:30

對象：育有就讀主流學校之小一至小三自閉症學童家長

名額：15 名

費用：\$180

備註：出席率達 75%或以上者可獲家長手冊及教材乙套。



《繪本與語文學習》家長講座 (活動編號：JCSRC-17-00033)

繪本字少圖多，有助初小學生透過閱覽圖畫，發揮想像力，延展不同的故事。此外，以繪本進行親子共讀，可培養子女閱讀習慣，更可藉著親子互動訓練子女的口語表達，以及對事物的理解能力。

日期：3/3 (星期五)

時間：晚上 6:30 - 7:30

對象：育有就讀主流學校之小一至小三自閉症學童家長

名額：20 名

費用：\$10

備註：請於本期截止日期(即 25/2)前報名，本中心會於抽籤後致電通知獲抽中的參加者。



導師介紹：雲史老師，現為主流小學圖書館主任，有教導自閉症學童經驗，並經常於講座中向家長分享親子閱讀心得。

《小學支援知多少》家長講座 (活動編號：JCSRC-17-00023)

子女升讀小學後，家長對於學校及社區的支援感到陌生。本講座會介紹小學學校的支援(如評估、小組、調適等)及社區的資源，讓參加者了解如何協助子女獲得合適服務。

日期：13/3 (星期一)

時間：上午 10:00 - 11:30

對象：育有就讀主流小學之自閉症學童家長

名額：20 名

費用：\$10

備註：請於本期截止日期(即 25/2)前報名，本中心會於抽籤後致電通知獲抽中的參加者。



《正面說話與子女情緒及自信心的關係》家長講座 (活動編號：JCSRC-17-00025)

家長對於子女不同行為的回應方法，將直接引發出子女不同的反應。而正面說話對子女的自信心的關係又是怎樣？

日期：3/4 (星期一)

時間：上午 10:00 - 11:30

對象：育有就讀主流小學之自閉症學童家長

名額：20 名

費用：\$10



III) 升中學童篇

《有招無慮》先導小組(高小版) (活動編號：JCSRC-17-00015)

近年學童受壓力及焦慮情緒困擾的情況廣泛報導，研究亦指出患有自閉症之學童比其他兒童更容易受焦慮情緒影響。現時各界暫未有相應的支援，令家長及兒童深受困擾。

有見及此，本會希望引入外國實証為本的小組，針對性地預防及處理自閉症學童的壓力及焦慮情緒，協助他們過一個「無憂無慮」的人生。

日期：7/4 - 19/5 (除 14/4, 逢星期五，共 6 節)

時間：下午 5:00 – 6:30

對象：就讀主流學校小四至小六、較容易受焦慮情緒困擾
之自閉症學童

名額：6 名

費用：\$90

導師：協康會教育心理學家 及 香港大學實習教育心理學家

導師簡介：

顏璋林先生(教育心理學家)
為註冊教育心理學家，亦為美國自殺學協會認可的自殺防治人員。顏先生曾為各類有特殊學習需要的學童提供輔導及訓練；亦為學校、老師及家長提供專業諮詢服務。另外，顏先生曾於美國及香港擔任「應用行為治療法」治療師。致力推廣正向心理學，以促進兒童在各方面的健康成長。

《Big Friend Club 之情緒篇》 (活動編號：JCSRC-17-00021)

透過情景分析、角色扮演及體驗，讓參加者認識情緒來源、表達情緒的恰當方法及處理負面情緒的方法等，同時提升參加者之社交技巧。

日期：22/4 - 24/6 (除 6/5 及 3/6，逢星期六，共 8 節)

時間：下午 2:30 - 3:45

對象：就讀主流學校之小四至初中自閉症學童

名額：8 名

費用：\$80



《「青春」無限》女生小組 (活動編號：JCSRC-17-00024)

踏入青春期，女生的自我保護尤其重要。本小組將會讓參加者認識自我保護的技巧及與異性相處的應有態度。

日期：2/6 - 30/6 (除 16/6，逢星期五，共 4 節)

時間：晚上 6:30 - 7:30

對象：就讀主流學校之小五至中二自閉症女生

名額：8 名

費用：\$80



《升中之「星」- 學習篇》學生小組 (活動編號：JCSRC-17-00026)

升中後之學習模式與小學大有不同，小組將讓參加者了解及體驗中學學習的模式，有助他們預備面對升中的轉變。

日期：17/6 - 8/7 (除 1/7，逢星期六，共 3 節)

時間：上午 10:00 - 11:15

對象：就讀主流學校之小五至小六自閉症學童

名額：10 名

費用：\$75



IV) 升中家長篇

「新一代健康成長錦囊」家長教育課程 (編號: JCSRC-16-00171)

青少年成長階段面對著各項挑戰，如容易受朋輩影響而濫藥、期望獨立自主、對性好奇等。為了讓家長認識子女成長需要及掌握管教子女的技巧，本中心特意舉辦相關家長教育課程，詳情如下：



節數	日期	時間	地點	對象	主題*
一	23 / 2 (星期四)	晚上 7:00 至 9:00	本中心	育有於主流小學就讀高小至初中之自閉症 / 有特殊學習需要之家長	吾家有子(女)初成長
二	23 / 3 (星期四)				望子成「？」
三	6 / 4 (星期四)				天賦角色難自棄
四	13 / 4 (星期四)				和子女有個「藥」會
五	20 / 4 (星期四)				懲罰以外，你的選擇
六	27 / 4 (星期四)				增強關係勝算高
七	28 / 4 (星期五)				家長通「性」
八	19 / 5 (星期五)				性價值知多少？

講者：生活教育活動計劃(LEAP) 高級幹事 庾仲馨姑娘

收費：\$300

名額：30 名(先到先得)

備註：1. 凡完成六節或以上之參加者(當中包括第四、第七及第八節)，可獲頒發證書及附有抗毒訊息及親子溝通技巧資源冊；

2. 本課程內容旨在讓家長對時下青少年課題有更多的了解及認識，加強親子關係，內容未必直接與自閉症人士有關，敬請留意。

3. 工作坊於 23/2 開始，如有興趣的家長，請於 **15/2 或之前直接致電中心報名** (電話:3956 4651)。如已於上一季報名之參加者，不用重覆報名。

《「答」上初中成功路》家長講座 (活動編號: JCSRC-17-00031)

初中與小學一樣，以打穩學科知識為基礎。然而，中學開始着重於資料閱讀和分析，這正是升中學生較難適應的一環。本工作坊將提供一些於解題上注意的地方及技巧，並分享鞏固學生根基的心得。



日期：26/6 (星期一)

時間：晚上 7:00 - 8:15

對象：育有就讀主流之小六至中三自閉症學童家長

名額：20 名

費用：\$10

導師介紹：

林 Sir，畢業於香港教育大學，主修中學商業教育，現為主流中學初中綜合人文科課程統籌主任。除設計課程外，亦負責該科課後延伸課程，針對學生弱點加以強化，提高學生答題的能力及信心。

《初中英語家長錦囊》家長講座 (活動編號：JCSRC-17-00032)

英文，往往是一般學生最具挑戰的科目，因此在初中階段打穩根基尤其重要。聽、說、讀、寫是學習英文的四個主要範疇，本工作坊將分享如何於這四方面，為初中學生於學習英文上，建立一個鞏固的根基。



日期：28/6 (星期三)

時間：晚上 7:00 - 8:15

對象：育有就讀主流學校之小六至中三自閉症學童家長

名額：20 名

費用：\$10

導師介紹：

梁老師，畢業於香港城市大學主修語言學，並於香港中文大學修讀教育文憑。現為中學英文教師，曾於 2016 年應香港教育大學邀請，分享如何為英文能力較弱的同學，透過五感增強學生英語寫作能力。

V) 親子篇

《復活節親子糖霜曲奇》 (活動編號：JCSRC-17-00016)

讓家長與子女一同製作糖霜曲奇，提早慶祝復活節。

日期：8/4 (星期六)

時間：下午 2:30 - 4:30

對象：就讀主流學校之中小學自閉症學童及家長

名額：6 個家庭 (每個家庭最多 2 人)

費用：每對親子\$40

備註：參加者請自備餐盒及圍裙。



《親子原野烹飪》 (活動編號：JCSRC-17-00027)

透過親子遊戲、原野烹飪等活動，讓家長及子女共同經歷不一樣的周日。

日期：25/6 (星期日)

時間：上午 9:30 - 下午 5:00

地點：白沙灣譚華正海上活動中心(暫定)

對象：就讀主流學校之高小至初中自閉症學童及家長

名額：8 個家庭 (每個家庭最多 3 人)

費用：(大小同價)\$50/人

備註：1. 參加者請自備餐具。

2. 本活動由香港童軍總會東九龍地域的童軍義工協助帶領原野烹飪。



《親子元朗古蹟遊》 (活動編號：JCSRC-17-00028)

與子女一同探索香港古蹟，享用海鮮餐，輕鬆愉快渡過周日。

日期：21/5 (星期日)

集合時間及地點：上午 9:00 於本中心集合

解散時間及地點：下午 5:00 於愛民商場解散

地點：大夫第、文天祥公園、恆香老婆餅製造工場、流浮山海味街 (暫定)

對象：就讀主流學校之小學至初中自閉症學童及家長

名額：58 人 (每個家庭最多 4 人)

費用：(大小同價) \$60/人

備註：1. 費用包括午膳(海鮮餐)及來回旅遊巴。

2. 為了令活動順暢舉行，參加者必須於本中心集合。

3. 請穿著輕便衣服、帶備飲用水及止嘔藥物(如有需要)。

4. 活動當日之聯絡電話: 61638071。

5. 活動地點或會因行程安排更改。



《拆「彈」專家 – 拆解數學應用題》親子工作坊(活動編號：JCSRC-17-00035)

家長與子女一同透過工作坊，學習拆解應用題的步驟及技巧，了解拆解應用題時遇到的難點，從而改變學童面對應用題的態度，讓家長和子女一同成為拆「彈」專家。

日期：10/6 - 24/6 (逢星期六，共 3 節)

時間：上午 10:00 - 11:30

對象：就讀主流學校之小一至小三自閉症學童及家長

名額：8 個家庭 (每個家庭最多 2 人)

費用：每對親子\$60



中心活動介紹

報名須知：以下活動地點將於本中心內舉行

* 請以獨立一張支票繳付這一部份的活動費用

活動查詢：文員何姑娘(電話：3956 4651)



《共融 Art Jamming》 (活動編號：JCSRC-17-00008)

參加者將會與義工合作，透過無拘束的繪畫過程，一起盡情享受藝術的滿足感和樂趣！

日期：17/6 (星期六)

集合時間及地點：下午 2:00 於本中心集合

解散時間及地點：下午 5:45 於愛民商場解散

活動地點：4A01 工作室(位於新蒲崗)

對象：12 歲或以上發展障礙會員

名額：8 人 費用：\$30

備註：i. 活動備有旅遊車接送，並提供畫具、顏料及公用圍裙 (歡迎自備圍裙)；

ii. 活動由「牛奶有限公司-惠康」贊助

導師介紹：鄭菊明 KUMI CHENG，全職藝術工作者，畢業於香港中文大學專業進修學院西方藝術系。教授視覺藝術及立體創作藝術教育。從事特殊藝術教育達十年經驗。

《我的舞台》 (活動編號：JCSRC-17-00009)

透過不同創作媒介，包括舞蹈、音樂、戲劇及歌唱元素，發掘參加者的藝術潛能，配合聲音、情感及形體動作，將生活點滴展現，發揮個人及合作性，體驗屬於自己的表演角色。



日期：8/4 - 10/6 (逢星期六，除 15/4、29/4、27/5，共 7 節)

時間：下午 2:00-3:00

對象：12 歲或以上發展障礙會員

名額：8 名

費用：\$525

導師介紹：Kit，於 2007 年畢業於教育學院特殊教育系，擁有超過 20 年舞台藝術演出經驗，近 10 年從事特殊藝術教育方面的工作，發展學生於戲劇、舞蹈及敲擊樂等方面的潛能。

《藝術表我心-Project Identity》 (活動編號：JCSRC-17-00010)

透過兩個有關"我"的藝術項目重新探究自己外在與內在重要之處，認識自己，建立自我形象。利用自由空間及多樣性的物料，讓參加者以任何藝術方式表達對"我"的想法，例如身體動作，短片，文字，聲音，相片，畫作，立體作品或小形裝置藝術等。

日期：22/4 - 3/6 (逢星期六，共 7 節)

時間：下午 3:15-4:30

對象：12 歲或以上發展障礙會員

名額：8 名

費用：\$210

備註：i. 活動由「牛奶有限公司-惠康」贊助

ii. 製作程序或許會弄髒衣服，請自備圍裙或舊的衣物。



導師介紹：伍詩婷 Paula，畢業於香港理工大學社會工作(榮譽)文學士及香港藝術學院藝術文學士(繪畫)，註冊社工，持心理投射分析畫畫評估執行師證書，結合社工專業及藝術元素，為各類型特殊需要人士服務。

中心聯絡方法：

地址：九龍何文田愛民邨新民樓地下
106-117 室
電話：3956 4651 傳真：3956 4656
電郵：jcsrc@heephong.org

中心開放時間：

星期一至四：上午 9 時至下午 6 時
星期五及六：上午 9 時至下午 7 時 30 分
星期日及公眾假期：休息

**中心位置
及前往方法：**



港鐵：何文田站 A3/ B2 出口

巴士 (九龍及新界巴士)

7B	樂富 < > 紅磡碼頭總站
8	尖沙咀碼頭 < > 九龍鐵路站
17	觀塘(裕民坊) < > 愛民總站
18	深水埗 < > 愛民總站
41	青衣(長青邨) < > 九龍城碼頭
45	葵涌(麗瑤邨) < > 九龍城碼頭
E21A	東涌(逸東邨) < > 愛民邨

巴士 (過海隧道巴士)

109	何文田 < > 中環港澳碼頭
113	彩虹 < > 堅尼地城
170	沙田(市中心) < > 華富
182	沙田(愉翠苑) < > 中環港澳碼頭

小巴

8 (綠色專線)-	尖沙咀漢口道 < > 何文田邨 (於愛民總站下車)
紅色專線-	旺角花園街洗衣街公園 < > 愛民邨 (於愛民邨孝民街下車)