



# 保良局安老服務

導師編號：ES03-009

可教授項目：包餅及甜品製作

導師姓名：梁鳳蓮

性別：女

## 導師簡介

導師擅長製作教授包餅及甜品，而且性格主動，廚藝精湛，深得長者喜愛。

## 可教授地區

九龍東、九龍西、新界東、新界西、荃葵

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期5堂，每堂1小時，每堂收費\$100/\$150（不多於12名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES03-019

可教授項目：中式糕點

導師姓名：鍾彩雲

性別：女

## 導師簡介

導師曾於保良局教授中式糕點製作，導師性格主動，深得長者喜愛。

## 可教授地區

九龍東、九龍西、香港東、香港西、新界東、新界西、荃葵、離島

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期2堂，每堂1.5小時，每堂收費\$350（包括材料）

/\$300（不包括材料）（不多於10名學生）



美味中式  
糕點製作



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES08-019

可教授項目：中菜

導師姓名：黃美羨

性別：女

## 導師簡介

導師性格主動，擅長教授中菜菜式，為人和善盡責，亦深得長者喜愛。

## 可教授地區

將軍澳

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期2堂，每堂1小時，每期收費\$100（不多於8名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES08-020

可教授項目：西菜

導師姓名：梁秀英

性別：女

## 導師簡介

導師有多年做導師之經驗，擅長教授西菜菜式。

## 可教授地區

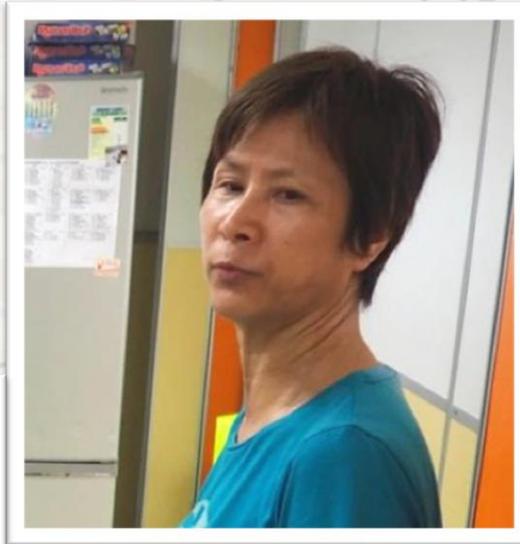
將軍澳

## 曾授課對象

成人及長者

## 導師收費

每期2堂，每堂1小時，每期收費\$100（不多於8名學生）



導師具教授經驗，講解清晰！

保良局

銀齡

銀齡展亮學苑

結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES08-023

可教授項目：中式甜品

導師姓名：馮元芬

性別：女

## 導師簡介

導師擅長教授中式甜品。

## 可教授地區

將軍澳

## 曾授課對象

成人及長者

## 導師收費

每期2堂，每堂1小時，每期收費\$100（不多於8名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生





# 保良局安老服務

導師編號：ES10-001

可教授項目：烹飪

導師姓名：姚玉鳳

性別：女

## 導師簡介

導師制作自家點心多年，當中以制作雞批最為突出，並公開其獨門秘方與各會員交流。



## 可教授地區

觀塘

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期5堂，每堂1小時，每期收費\$200（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES10-002

可教授項目：烹飪

導師姓名：羅準行

性別：男

## 導師簡介

為了調配一種適合老友記飲的奶茶，經不斷嘗試，得出茶與奶之間及各種茶葉的完美比例，達至茶香奶滑易入口的奶茶。

## 可教授地區

觀塘

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期5堂，每堂1小時，每期收費\$200（不多於15名學生）



即沖美味奶茶



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES10-004

可教授項目：烹飪

導師姓名：鄭惠玲

性別：女

## 導師簡介

導師示範水餃、蒸餃和煎餃的制作技巧，並即場試食大家的制作成果。

## 可教授地區

觀塘

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期5堂，每堂1小時，每期收費\$200（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES10-009

可教授項目：烹飪

導師姓名：郭家儀

性別：女

## 導師簡介

導師曾於保良局及其他機構參加或協助不同的興趣班組，並想以自身的飲食文化經驗分享給各會員，互相交流心得。

## 可教授地區

觀塘

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期5堂，每堂1小時，每期收費\$200（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES10-012

可教授項目：烹飪

導師姓名：彭英

性別：女

## 導師簡介

導師曾於保良局及其他機構學習多年不同運動班組，對廚藝較為熟悉，同時亦非常樂意與中心會員交流廚藝心得。

## 可教授地區

觀塘

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期5堂，每堂1小時，每期收費\$200（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES10-015

可教授項目：烹飪

導師姓名：李鸞英

性別：女

## 導師簡介

導師擁有數十年下廚經驗，當中的家鄉風味小菜更令人份外難忘，歡迎與各會員交流廚藝心得。

## 可教授地區

觀塘

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期5堂，每堂1小時，每期收費\$200（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES13-009

可教授項目：素食

導師姓名：胡少芳

性別：女

## 導師簡介

導師本為寺院煮素食，對素食有研究，亦曾到保良局長者中心分享煮食心得。導師性格主動外向，辦事認真細心。

## 可教授地區

九龍東、將軍澳

## 曾授課對象

長者、青少年、兒童

## 導師收費

每期8堂，每堂1小時，每期收費\$1440（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES13-023

可教授項目：甜品

導師姓名：黎冰華

性別：女

## 導師簡介

導師曾經報讀課堂學習製作甜品，自己平時也有下廚，素有研究，在家會自己焗製麵包和蛋糕等。

## 可教授地區

九龍東

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期2堂，每堂1小時，每期收費\$500（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES13-027

可教授項目：各式烹飪

導師姓名：陳麗萍

性別：女

## 導師簡介

導師積極參與各項義工服務及活動，為人友善、樂觀、樂於助人，經常發放正能量，懂得烹飪各式美食。

## 可教授地區

九龍東（黃大仙、鑽石山）

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期1堂，每堂2小時，收費視乎情況及材料（不多於12名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES15-006

可教授項目：中式點心

導師姓名：李春雨

性別：男

## 導師簡介

導師本為中心恆常義工，曾於保良局長者中心教授製作中式點心。由於導師性格隨和，學生們都十分喜愛他。

## 可教授地區

香港東、香港西

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期1堂，每堂1.5小時，每堂收費\$50（不多於8名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES15-007

可教授項目：中式點心

導師姓名：容雪清

性別：女

## 導師簡介

導師本為中心恆常義工，曾於保良局長者中心教授製作中式點心。由於導師性格細心，深受學生愛戴。

## 可教授地區

香港東、香港西

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期1堂，每堂1.5小時，每堂收費\$50（不多於8名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES15-008

可教授項目：烹飪

導師姓名：何蕙蓮

性別：女

## 導師簡介

導師本為中心恆常義工，曾於保良局及不同機構的長者中心教授製作多類菜式。由於導師具有豐富經驗，曾教授的學生多不勝數。

## 可教授地區

香港東、香港西

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期1堂，每堂1.5小時，每堂收費\$50（不多於12名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES15-013

可教授項目：製作素菜

導師姓名：梁麗靜

性別：女

## 導師簡介

導師本為中心恆常義工，曾於保良局長者中心教授烹調素菜。由於導師很有愛心及細心，於課堂上講解時十分詳盡。

## 可教授地區

香港東、香港西

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期4堂，每堂1小時，每堂收費\$25（不多於8名學生）



**結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生**



# 保良局安老服務

導師編號：ES15-021

可教授項目：烹飪

導師姓名：徐惠嬌

性別：女

## 導師簡介

導師本為中心義工，曾於保良局長者中心教授製作美食。導師性格開朗有愛心，深受學生愛戴。

## 可教授地區

香港西

## 曾授課對象

長者

## 導師收費

每期1堂，每堂1小時，每堂收費\$100（不包材料費）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES19-007

可教授項目：烹飪、手作

導師姓名：陳潤貞

性別：女

## 導師簡介

導師曾於保良局教授長者烹飪和手作。導師富有經驗和有責任感。

## 可教授地區

九龍東

## 曾授課對象

長者、小朋友

## 導師收費

每期4堂，每堂1小時，每期收費\$300（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES38-017

可教授項目：湯水

導師姓名：孔佩貞

性別：女

## 導師簡介

導師曾於保良局中心教授煲湯水。導師性格主動有責任感。由於性格隨和有禮，容易相處，熟悉藥膳，深得服務者愛戴。

## 可教授地區

九龍東

## 曾授課對象

長者、婦女

## 導師收費

每期2堂，每堂1小時，每期收費\$200（不多於15名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES38-022

可教授項目：烹飪

導師姓名：賴梅鳳

性別：女

## 導師簡介

導師曾於保良局中心教授烹飪。

導師平日的興趣是烹飪。喜歡與朋友研究菜式及交流煮食心得，深受其他長者歡迎。

## 可教授地區

九龍東、九龍西及將軍澳

## 曾授課對象

長者、青少年

## 導師收費

每期5堂，每堂1小時，每期收費\$150（不多於10名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生



# 保良局安老服務

導師編號：ES38-026

可教授項目：烹飪

導師姓名：張麗群

性別：女

## 導師簡介

導師曾於保良局中心教授烹飪。

導師堅持為家人及朋友煮美味的食物，平日喜歡與朋友研究菜式及交流煮食心得，亦樂於與人分享烹飪的樂趣。

## 可教授地區

九龍東、九龍西

## 曾授課對象

長者、青少年

## 導師收費

每期4堂，每堂1小時，每期收費\$200（不多於10名學生）



結集銀齡力量，惠澤社會階層 發展銀齡事業，優化長者人生