



兩地足球少將

暑假，應該活力澎湃！今年8月，年度青少年足球盛事「賽馬會青少年足球精英匯」載譽歸來，曼聯16歲以下青年隊將訪港，與來自超級青年聯賽選手隊及中國香港U16代表隊的本地年青足球員，進行約一星期的足球及文化交流活動，亮點節目包括兩場分別於8月15日及17日、在旺角大球場舉行的足球友誼賽事；大會將提供網上直播，市民入場打氣之餘也可以選擇上網收看，同為足球少將喝采。

同交流同進步

馬會一直致力推動本地足球發展，「精英匯」是馬會、曼聯及中國香港足球總會自2017年攜手合作的項目，今年更獲馬會慈善信託基金捐款予東華三院籌辦活動，透過一同進步的活動，協助年青球員提升體能、心智和社交上的發展，啟發潛能，達致開拓眼界、促進全人發展的目標。今年的精英匯，也是馬會成立140週年的其中一項慶祝活動。

2025「賽馬會青少年足球精英匯」

首場友誼賽：8月15日晚上8時開賽
次場友誼賽：8月17日下午6時開賽

了解更多：



金齡老友

慢運動強身心

由馬會慈善信託基金捐助的賽馬會老友運動計劃—「靜觀動樂」，鼓勵55歲或以上的金齡人士及長者，透過「靜觀」及低強度為主的「慢運動」訓練，全面照顧健康；同時善用樂齡科技，協助他們建立持之以恆的運動習慣，從而減低患病風險和紓緩各種痛症。

相比一般運動過後的疲累感，慢運動能減輕身體疲勞，亦有助紓緩壓力及穩定情緒，更有效促進身心健康，適合沒有或甚少運動的人士，藉以建立恆常的運動習慣。

計劃由香港中華基督教青年會主辦，歡迎55歲或以上人士免費參加。

賽馬會老友運動計劃

靜觀動樂

動靜皆宜 快樂由心



賽馬會老友運動計劃—「靜觀動樂」

計劃詳情：



男士支援站

作為男性，你的煩惱是否包括個人經濟、生活壓力、家庭衝突、職場關係、健康問題，以至中年危機、親職教育等？應對男士的服務需要，賽馬會慈善信託基金捐助「和諧之家」開展賽馬會「男海啟航」支援計劃，透過外展及網上服務接觸更多男士，激發他們尋求協助的意願。有關模式不受限於地域和時間，打破傳統中心服務的規範。

計劃透過個案輔導、男士互助小組、夫婦關係增潤小組、親子活動及短期住宿支援等，目標提升個人抗逆力和改善家庭關係的技巧，促進個人心理健康和家庭和諧。

賽馬會「男海啟航」支援計劃

會員註冊：Link: <https://bit.ly/3xIjIVG>

計劃詳情：



認清真面目

向毒品say no

為加強本港禁毒教育工作，提醒市民遠離毒品，馬會早於2000年透過其慈善信託基金，先後撥款捐助禁毒常務委員會興建香港全港首個以禁毒教育為主題的永久展覽館—「賽馬會禁毒資訊天地」及提升其展覽設備。

於2020年，馬會再次支持禁毒資訊天地更新展品，並設置多媒體互動設施，包括動感遊戲和人體影像裝置等，以輕鬆有趣的方式讓公眾認清最新的毒品資訊及禍害、以及預防吸毒的方法。近年太空油毒品濫用問題日益嚴重，展館特別增設了「太空油」專區，協助家長和子女了解這種新興毒品的資訊，灌輸向毒品say no的訊息。



賽馬會禁毒資訊天地

開放時間：星期二至日上午10時至下午6時
地址：金鐘道66號金鐘道政府合署低座頂層

了解更多：

