



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

CHEERFUL PLACE
欣悅坊
地區支援中心 (觀塘東)

中心季刊
2017年10-12月

基督教家庭服務中心
欣悅坊 - 地區支援中心 (觀塘東)

地址: 九龍觀塘翠屏道3號7樓704-705室
電話: 2191 3138
傳真: 2304 4029
網址: www.cfsc.org.hk
E-mail: cheerfulplace@cfsc.org.hk
開放時間: 星期一至六 (上午9:00-下午6:00)
(星期日及公眾假期休息)



2017年 10-12月中心季刊
印刷數量: 800份



香港公益金會員機構
Member Agency of The Community Chest



香港社會服務聯會
The Hong Kong Council of Social Service





目

錄

中心簡介及服務介紹.....	p.1
中心消息	p.2-4
社工專頁	p.5-6
心培計劃	p.7
快樂時光照相館	p.8-9
本期活動報須知	p.10
10-12月活動報名表	p.11
活動宣傳 — 接收WhatsApp廣播傳輸訊息同意書	p.12
10-12月活動推介	p.13-22
發出颱風警告及暴雨警告各項小組或活動應變安排	p.22
活動時間表	p.23-25

中心簡介

本中心欣悅坊—地區支援中心（觀塘東）致力為殘疾人士（除精神病康復者外）提供一站式社區支援服務，藉此強化他們的社區生活能力及對其照顧者作出支援。

服務區域
觀塘東包括翠屏邨、寶達邨、秀茂坪、藍田、油塘、鯉魚門及安達邨等。

服務對象：
服務區域內6歲或以上的殘疾人士、其家屬或照顧者，以及公眾人士。

入會資格：
6歲至59歲之殘疾人士（除精神病康復者外）

服務內容簡介

專職治療服務

服務內容：

- 按個人需要於中心進行物理治療或職業治療
- 改裝服務使用者的家居及工作環境，以減少環境對他們造成的障礙，提高獨立能力。

服務對象： 居住在社區中的殘疾人士

服務費用： 免費（於中心進行治療）
\$51（每次上門治療）

臨床心理學家服務

服務內容：

- 輔導及治療服務
- 諮詢服務推行講座小組及家庭教育

服務對象： 居住在社區中的殘疾人士及其家屬

服務費用： 免費

個案管理服務

為殘疾人士及其家人提供個案管理服務，包括進行需要評估、制訂個案計劃和提供輔導服務，協助他們接觸各類社區資源。

托護服務

服務內容：

於家中看顧、提供陪診接送或協助其於家居活動。

服務對象： 會員

服務費用： 每小時\$33.00

托管服務

服務內容：

於中心托管，並提供小組活動及消閒活動。

服務對象： 會員

服務費用： - 每小時\$5.00
（於中心午餐費用另加\$20.00）

備註：

1. 屬本區會員可於每月21日申請服務，而非本區會員則可在每月23日申請。

嚴重殘疾人士日間照顧服務

服務內容：

提供日間個人照顧護理、訓練項目、專職治療及休閒興趣活動

服務對象： 15-59歲嚴重智障 / 肢體傷殘人士

服務費用： 每日\$60或每月\$988（兩者收費包午餐）車費每程\$10.00

重要消息!!

車務天雨安排

為保障會員及職員在惡劣天氣下之乘車安全，本中心在1/10/2017更新颱風及暴雨警告下之中心車接送安排，更新內容如下：

- 如早上8時天文台發出紅色暴雨警告，中心車接送服務(去程)暫停；但中心室內小組/活動繼續進行，各會員可按需要自行回中心使用服務。
- 如會員在中心進行活動/小組期間，天文台發出紅色暴雨警告，並在下午3:30紅色暴雨警告仍未除下，中心車接送服務(回程)暫停，各家長需自行到中心接送會員。
- 如早上8時天文台發出3號強風訊號，中心車接送服務(去程)暫停；但中心室內小組/活動繼續進行，各會員可按需要自行回中心使用服務。
- 如會員在中心進行活動/小組期間，天文台發出3號強風訊號，中心職員會盡快聯絡各會員家長，家長可決定自行接送會員，或由中心車提早接送各會員回家。
- 如天文台發出八號颱風/黑色暴雨警告訊號，本中心服務將會暫停；在除下八號颱風/黑色暴雨警告訊號後2小時，服務回復照常運作。

如就以上車務更新安排有何疑問，歡迎致電本中心向當值社工查詢。

托管服務資訊

為簡化報名程序及配合綠色環保生活，中心將於1/9/2017起，以電腦化系統處理托管服務之報名程序。以往報名後會員所收到之「繳費通知書」，職員將不會主動派發。但如家長有需要取閱「繳費通知書」，可以主動向職員提出再作額外列印，不便之處，敬請原諒。

就以上安排有何疑問，歡迎致電本中心向社工何姑娘查詢。

中心消息

2018會員續會

2018年將至，提提各親愛的會員，請攜同會員証到中心辦理2018年續會手續，全年年費\$21。

欣悅優惠大獎賞

1. 凡參與本中心所舉辦的小組，並在該小組出席率達75%或以上，可獲印花一個。累積三個印花後，可獲\$10津貼小組一個（童軍活動、基金活動及心培訓練除外）。
2. 所有印花須於活動後兩個月內向有關職員索取，否則不獲補發。
3. 凡參與本中心所舉辦的一次性活動，活動完結後，可獲印花一個。累積三個印花後，可獲\$20津貼參與另一次活動（童軍活動及基金活動除外）。
4. 津貼以實報實銷形式，只可作活動費之用，不可對兌換現金。
5. 以上優惠只適用於欣悅坊會員（會員家屬除外）。
6. 每次只可使用一張獎賞卡報名。
7. 中心不會有獎賞卡紀錄，會員應自行保管，如有遺失，將不會發還所累積的印花。
8. 如有任何爭議，「欣悅坊」保留最終決定權。
9. 詳情可致電本中心與當值社工聯絡。



服務質素標準(SQS)搜尋器 - 上期問題答案

1)A, 2)C, 3)A, 4)C, 5)B

有唔少會員都答中晒換左禮物喇！而答唔中既會員，都可以報名參加今季的SQS小組，增加對SQS的認識！



新同事介紹

黃卓康

大家好，我係新入職的社工黃卓康，大家可以叫我做阿康或者黃SIR。好開心加入欣悅坊的大家庭，歡迎大家黎到中心搵我傾下計，期待於中心或活動中見到你地每一位。

服務統計

本中心7月份會員人數：387人

2017年7月會員男女比例人數



2017年7月會員年齡分佈

6-10歲	22
11-15歲	46
16-20歲	77
21-25歲	58
26-30歲	52
31-35歲	43
36-40歲	27
41-45歲	18
46-50歲	17
51-55歲	12
56-60歲	8
61歲或以上	7

2017年7月會員殘疾類別分佈



個人資料私隱條例

基督教家庭服務中心將運用閣下的個人資料作開立收據、通訊、籌募、活動推廣、義工招募及收集意見之用途。有關資料將受到嚴格保密，並儲存於安全的內部系統。本會循此途徑收集之個人資料，除作上述用途之外，將不會以任何形式出售、租借及轉讓予任何人士或組織。

如閣下反對本會將閣下的個人資料作上述之用途，請致電2191 3138或電郵至cheerfulplace@cfsc.org.hk聯絡本會。在未有收到閣下通知反對使用閣下的個人資料作上述的用途前，本會將假設閣下不反對本會繼續使用閣下的個人資料作上述之用，直至本會接獲閣下的另行通知為止。



社區資訊提提你



智障或特殊需要人士 病房彈性探病時間安排

過往公立醫院並不容許有特殊需要或智障人士家屬於探病時間外協助照顧生病之子女或家人，但於2016年7月，醫院管理局已接納家長的意見，並已經向內部職員發出指引，鼓勵病房可以按個別病人的情況運用酌情權，在不影響病房正常運作、以及遵守醫院感染控制措施的大前提下，靈活處理有特殊需要的病人、特別是智力障礙病人家屬的需要，讓他們可以在非探病時間到病房照顧家人。

局方相信有關安排可達致「三贏」局面，病人可以得到最佳的照顧、而家長亦可減少憂慮。另外，家長可協助醫護人員穩定病人的情緒，對病房運作亦帶來便利。

如有智力障礙人士或有需要之病人需要留院診治，而家長期望於探病時間以外陪伴協助照顧時，謹記盡快向病房職員查詢及提出要求，需要時可引用以上內容。

資料來源：醫院管理局、9/8/2016成報



09.08.2016成報

聖約翰救傷隊牙科服務

香港聖約翰救傷隊設有牙科診所，由牙科總區轄下的義務牙醫輪流當值，為特殊需要人士提供免費牙科護理。

本中心已於本年度7月向有關服務登記成為合資格之非牟利機構，故本中心會員可申請接受牙科服務，當中包括基本牙齒檢查、洗牙、補牙及脫牙，而且費用全免。

為方便有特殊需要人士來往牙科診所，牙科總區更備有輕型小巴，經預約後可由金鐘地鐵站接載服務對象來往診所。（只在逢星期一晚上提供接載服務）

診所地址：

金鐘麥當勞道二號聖約翰大樓四樓聖約翰救傷隊牙科診所 (Room 406)

診所每週服務時間：

週一、二、四及五 19:00 至 21:30 及 週日 10:00 至 12:00

鑑於申請機構及輪候服務人士眾多，並需待有關服務之義務醫生作安排及協調日期，輪候時間或稍長。如會員欲參與以上牙科服務，歡迎致電2191 3138聯絡社工王姑娘作申請或查詢。

資料來源：聖約翰救傷隊網站 <http://www.stjohn.org.hk/zh/our-service>



《賀回歸禮物包》

為慶祝香港特別行政區成立二十周年，十八區民政事務處聯同區內非政府機構及地區團體向獨居長者、有特別需要的家庭派發禮物包，本中心將協助派發禮物包予部份有需要家庭。

派發對象：低收入家庭、有長期病患成員家庭、領取綜援家庭
禮物包內容：環保袋、紀念品、食品及日常用品等

有興趣之會員/家屬，可於9月10日或之前，親臨或致電本中心2191-3138向接待處職員報名，每位會員只可申請一個禮物包。禮物包數量有限，將以抽籤形式決定受惠者；領取時間為12-24/9。如有查詢請聯絡蔡姑娘或當值社工。

- 註：(1) 申請人必須是會員/家屬，禮物包不可轉贈、向外售賣或交易。
(2) 受惠者將獲個別通知及安排到中心領取，本中心有權保留最終之審批決定。
(3) 派發禮物包予受惠者時必須拍照以作紀錄，有關照片將轉交民政事務處。
(4) 如未能親身前來領取，需書面授權他人代領，並需提供授權人及被授權人之身份證號碼首3個數字，以便本中心辦理相關手續。
(5) 領取時必須出示綜援或家庭入息證明文件以作審批，本中心有權保留最終之審批決定。

心培計劃

計劃理念：透過小組訓練，以多元化的教學模式，讓不同能力的心培學員，循序漸進地學習不同知識及技巧，達至全人成長。當中會員會分配為兩組，分別是活力班及動力班，亦為每位不同需要的會員設立個人目標計劃，以達致全人學習的需要。

舉行日期：2017年10月至12月

舉行時間：上午9:00至下午4:00

費用：每天\$25（\$5冷氣費及\$20膳食）

備註：須由本單位社工推薦，由2016年9月1日起，只接受本區人士申請

內容：

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午9:00 - 10:00	時事討論區及健體運動				
上午 10:00 - 12:00	社區認識 認識及學習 使用社區設 施，以提升 社區生活的 技能	簡易烹飪 提升生活技 能，感受 入廚樂趣	社交 學習與人相 處的技巧及 社交禮儀	肌能感統 透過體感遊 戲訓練會員 肢體機能	藝術 以一雙巧 手，發揮無 限創作。今 期創作主題 ——手指畫
中午12:00 - 下午2:00	午膳及社交康樂時間				
下午 2:00 - 4:00	環保 提升環保觸 覺，學習廢 物利用，協 助環境永續	休閒娛樂 舒緩平日緊 張的壓力， 感受休閒活 動的樂趣	生活技能 學習不同生 活小技能， 提升會員獨 立能力	工作技能 製作工藝 品，訓練專 注力及學習 當中工序	資訊科技 體驗互聯網 的龐大資訊
下午4:00	是日活動完結				

快樂時光照相館

乘風航 你又跳，我又跳，忘情跳海唔會慌!!!



親子佛山廣州遊兩天

會員及家屬聚首一堂，玩吓、食吓、參觀吓，開開心心又輕鬆。



佛教孔仙州紀念中學入校活動

走入社區，讓會員展現不同才能，齊建共融和諧社會。



特能童軍之科學探索

勇於探索，成就非一般人生。



婦女香薰班

香薰可以保健，又可以扮靚，婦女首選學習課程。



皮革手作班

一針一線親手縫，八達通套無人同。



陶瓷班

左搓右撻，用心製作，必屬佳品。



2017 龍舟比賽

今年欣悅速龍隊在「特能共融男子中龍賽」蟬聯亞軍，可喜可賀。



2017速龍隊重聚日

齊齊努力攞亞軍，狂歡派對同慶祝。



本期活動報名須知

為更有效處理各會員/家長之活動報名，本中心於2016年1月起推出新的「活動報名程序」。以下為有關之安排，如有疑問歡迎向職員查詢。

「活動報名程序」

即日起至9月12日截止報名

- (1) 會員/家長可親臨中心、傳真至2304 4029或郵寄遞交報名表。
- (2) 選報之活動數量不限，敬請留意活動有否撞期。
- (3) 本區及非本區同步進行。

9月13日為抽籤日

- (1) 活動名額本區會員/家長優先抽籤，如有餘額則予非本區會員/家長抽籤。
- (2) 歡迎各會員及家長當日蒞臨本中心監票。

9月14日公佈參加者名單

- (1) 中籤名單將於9月14日公佈。
- (2) 中籤名單張貼於本中心7樓接待處告示板，有需要會員需主動致電本中心查詢。
- (3) 請恕中心不會個別通知會員。

9月14-20日中籤者繳費時段

- (1) 抽中籤之會員/家長請於9月14-20日內繳交全數費用。
- (2) 繳費形式：見備註*。
- (3) 如未能於限期內繳交費用則當作**自動放棄**，本中心不作另行通知。
- (4) 仍有餘額之活動可於9月14日起以先到先得方式，即時報名及繳費。

9月22-26日後備參加者報名

- (1) 有遞交報名但未能中籤之會員/家長將自動成為該活動的後備名單，並可於9月22-26日親臨本中心選報中籤者退出之活動，後備名單排名不分先後，餘額先到先得。

9月27日後公開報名

- (1) 有興趣參與活動的會員/家長可於9月27日後，親臨本中心選報仍有餘額之活動，餘額先到先得。

*繳費形式

1. 親臨繳交現金
2. 親臨繳交或郵寄劃線支票
(抬頭：基督教家庭服務中心)
3. 銀行過數(滙豐銀行：
030-001-580-001)，
並傳真入數紙至2304 4029
(須註明參加之活動名稱及會員姓名)。

注意事項

1. 一般情況下，活動一經報名則不得退款或轉讓他人。
2. 本中心將視乎個別參加者之狀況，決定是否取錄個別報名申請。
3. 低收入家庭可向社工申請減免費用。
4. 如因個人理由未能參與已付款之活動，所繳交的費用將不獲退還。
5. 已報名者需按時出席，除非活動有所變更，否則不會另行通知。
6. 本中心保留上述「活動報名程序」之最終決定權。

欣悅坊2017年10-12月季刊活動報名表

可選擇多項，請於適當方格內加以「✓」

傳真機號碼：2304 4029

會員活動：

171004DSC 悅坊小廚 □\$10	171005DSC 陽光大使 □\$10	171006DSC 乒乓學堂(10-12/2017) □免費	171007DSC 踏風(7-9/2017) □\$170	171008DSC 齊來學習非洲鼓(6) □\$500
171009DSC A+精英組 □免費	171010DSC 欣悅團契之喜佈佳音2017 □免費	171011DSC 17宿一燒 □\$100	171012DSC 七手八腳飲茶 □免費	171014DSC SQS大挑戰：SQS(9-16) □免費
171010DSC 歌星歌后生日會 □\$70	171013DSC 社區關注組-選舉你要知 □免費	171015DSC 共融跑愛作戰II □\$50	170709DSC-1 關懷聚一聚 □免費	171201DSC 博藝義工活動 □免費
171016DSC 「樂韻悠揚真我」 音樂活動 □15/10免費 或 □10/12免費	海洋公園同樂日 □免費			

「體展身姿·藝怡情」計劃

170501DSC-18 「體展身姿·藝怡情」計劃之欣悅醒獅隊5 □免費	170501DSC-19 「體展身姿·藝怡情」計劃之欣悅武術第五季 □免費	170501DSC-20 「體展身姿·藝怡情」計劃之網球班第四季 □免費
170501DSC-21 「體展身姿·藝怡情」計劃之 羽毛球學堂第四季 □免費	170501DSC-22 「體展身姿·藝怡情」計劃之 羊毛氈公仔DIY(第二季) □免費	170501DSC-23 「體展身姿·藝怡情」計劃之 蝶古巴特拼貼班第三季 □免費

親子活動：

170709DSC-5 親子社團行 □11/11 \$30 X ____人 或 □7/12 \$30 X ____人 或 □16/12 \$30 X ____人	170709DSC-6 親子身體檢查暨健康講座 □\$10 X ____人	171104DSC 穿山甲之親子盲人觀星 講座 □\$80 X ____人	171102DSC 一家人享天倫 □\$70 X ____人	171001DSC 親子潛水體驗日 □免費
--	---	--	--------------------------------------	-----------------------------

家長活動：

170709DSC-7 攜手伴晚晴之院舍參觀 □\$20	171013DSC 欣悅推聚 □免費	170807DSC-6 穴位療法小組 □\$100	170807DSC-4 身體創傷護理工作坊 □免費	170807DSC-2 伸展肌肉運動工作坊 □\$50	170807DSC-5 伸展運動小組 □\$100
171001LKG 大澳風味遊 □\$40	171001LKG 羽你同行(10月) □免費	171001LKG 羽你同行(11月) □免費	171201LKG 羽你同行(12月) □免費	171001LKG 舊區遊(下) □14/11免費 □12/12免費 □9/1免費	

單車活動：

170416DSC-OCT 特能單車招募 □\$60	170416DSC-6 特能單車之遠足無限FUN □\$50
----------------------------------	--------------------------------------

1. 本人_____ (家長姓名) 已閱讀及明白報名須知，並同意遵守所列守則。
2. 本人 * ☐ 同意 / ☐ 不同意 使用活動照片用作季刊、機構年刊及機構facebook刊登之用。
(*必須填寫此欄才可完成整個報名程序)

會員姓名：_____ 申請人為 本區 ☐ 非本區 ☐
申請人簽名：_____ 日期：_____

活動宣傳 - 接收WhatsApp 廣播傳輸訊息同意書

為更有效傳遞活動資訊(包括中心活動、社區活動及公開講座等)，本中心現已優化活動訊息的傳遞流程，已採用WhatsApp廣播傳輸功能，發放活動的宣傳資訊。有關之注意事項如下：

1. 系統訊息為單向的發放訊息，並不提供回覆服務，所有查詢及報名事宜，仍需致電2191 3138與當值同事聯絡。
2. 此非群組發訊模式，故閣下所提供的電話號碼將受到保密，而其他訊息接收者並不會看到 閣下的個人資料。
3. 必須先儲存本中心WhatsApp廣播傳輸電話號碼到 閣下的聯絡人列表中，才能接收中心發出的WhatsApp廣播訊息。
4. 若閣下日後拒絕再接收有關訊息，可致電2191 3138聯絡當值社工處理。

若閣下有興趣及願意以WhatsApp廣播傳輸途徑，接收中心發放的活動訊息及資訊，請填妥此同意書回條，並交回中心處理(可親身、傳真：2304 4708及郵寄：九龍觀塘翠屏道3號7樓704-705室遞交)。

本中心WhatsApp廣播傳輸電話號碼：
+852 5240 4907

活動宣傳 - 接收WhatsApp廣播傳輸訊息同意書回條

本人 _____ (會員姓名)

【如適用：及本人 _____ (家屬姓名)

為會員 _____ (會員姓名) 之家長/監護人】：

☐ *同意以WhatsApp廣播傳輸途徑，接收中心發放的活動訊息及資訊，可接收WhatsApp訊息之電話號碼為：

(1) _____ (關係: _____) ; ☐ 已於電話加入5240 4907為聯絡人

(2) _____ (關係: _____) ; ☐ 已於電話加入5240 4907為聯絡人

☐ * 不同意 以WhatsApp廣播傳輸途徑，接收中心發放的活動訊息及資訊。

(*合適者請√)

會員簽名：_____ 家長/監護人簽名：_____ 日期：_____

* 如已交此表格者不用填寫

10-12月份家長小組及活動

家長小組

羽你同行(10月)

編號：171001LKG
簡介：透過羽毛球運動舒緩日常生活的壓力和結識興趣相近的同路人。
對象：會員家屬
名額：8人
日期：4/10, 11/10, 18/10及25/10/2017
時間：10:00am-11:00am
節數：4節
地點：順利體育館
費用：免費
負責人：心悅社職員、導師黎靜蓮
備註：1. 參加者請自備球拍
2. 從未參與過羽毛球班人士優先取錄
3. 由心悅社主辦

羽你同行(11月)

編號：171101LKG
簡介：透過羽毛球運動舒緩日常生活的壓力和結識興趣相近的同路人。
對象：會員家屬
名額：8人
日期：1/11, 8/11, 15/11, 22/11及29/11/2017
時間：10:00am-11:00am
節數：5節
地點：順利體育館
費用：免費
負責人：心悅社職員、導師黎靜蓮
備註：1. 參加者請自備球拍
2. 從未參與過羽毛球班人士優先取錄
3. 由心悅社主辦

羽你同行(12月)

編號：171201LKG
簡介：透過羽毛球運動舒緩日常生活的壓力和結識興趣相近的同路人。
對象：會員家屬
名額：8人
日期：6/12, 13/12, 20/12及27/12/2017
時間：10:00am-11:00am
節數：4節
地點：順利體育館
費用：免費
負責人：心悅社職員、導師黎靜蓮
備註：1. 參加者請自備球拍
2. 從未參與過羽毛球班人士優先取錄
3. 由心悅社主辦



家長活動

欣悅雅聚

編號：171013DSC
簡介：1. 討論有關社會服務/殘疾人士福利方面的議題。
2. 收集家屬對中心的意見。
3. 分享日常生活的心得。
對象：會員家屬
名額：10人
日期：19/10, 23/11, 14/12/2017 (四)
時間：10:00am-11:00am
節數：3節
地點：705室或711室
費用：免費
負責人：社工何倩影及導師黎靜蓮

「攜手伴晚晴」計劃之院舍參觀

編號：170709DSC-7
簡介：參觀其他機構的院舍服務，以讓家屬認識不同的復康機構
對象：會員家屬
名額：20人
日期：16/11/2017(四)
時間：9:30am-2:00pm
節數：1節
地點：待定
費用：\$20
負責人：社工何倩影
備註：1. 費用包括午餐及車資
2. 活動由社會福利署 - 觀塘區福利辦事處贊助

舊區遊(下)

編號：171102LKG
簡介：探索不同地區特色的地方，讓參加者可以結伴認識社區，感受休閒的生活節奏。
對象：會員家屬
名額：10人
日期：14/11、12/12/2017及9/1/2018
時間：10:30am-2:30pm
節數：3節
地點：元朗(14/11)，九龍城(12/12)，西九龍(9/1)
費用：免費
負責人：心悅社職員、導師黎靜蓮
備註：1. 請以每節日期報名，可以重複報名
2. 車費及午餐自費

大澳風味遊

編號：171001LKGJF
簡介：結伴到東方威尼斯——大澳，暢遊民風簡樸漁村，順道可以購買地道的手信，悠閒地享受美好的一天，忘卻日常繁忙的照顧工作。
對象：會員家屬
名額：15人
日期：17/10/2017(二)
時間：9:45am-4:00pm(暫定)
節數：1節
地點：大澳
費用：\$40
負責人：心悅社職員、導師黎靜蓮
備註：1. 集合時間：早上9:45
2. 集合地點：機構大樓地下
3. 費用包車費及膳食費用
4. 由心悅社主辦



10-12月份活動推介

家長活動

關愛基金照顧者津貼培訓之穴位療法小組

編號：170807DSC-6
 簡介：外聘註冊中醫師講解穴位療法，並讓參加者練習，醫師從旁指導，使參加者了解到身體那裏不適，按壓那個穴位。
 對象：接受關愛基金照顧者津貼的本區人士
 名額：8人
 日期：19/10-9/11/2017(逢四)
 時間：10:00am-11:30am
 節數：4節
 地點：705室
 費用：\$200
 負責人：導師關竣文
 備註：1) 以上工作坊及小組由關愛基金贊助。
 2) 若以上工作坊仍有餘額，可接受關愛基金照顧者津貼以外的照顧者報名。
 3) 如報名人數多於名額，則以抽籤方式決定參加者名單。
 4) 接受關愛基金照顧者津貼的本區人士，可憑收據向本中心社工申請培訓津貼。
 5) 由外聘註冊中醫師講解及教授

關愛基金照顧者津貼培訓之身體創傷護理工作坊

編號：170807DSC-4
 簡介：講解壓傷、割傷、哽塞的處理，除有示範外，參加者輪流練習，可在日常生活中應用。
 對象：接受關愛基金照顧者津貼的本區人士
 名額：10人
 日期：12/10/2017(四)
 時間：10:00am-12:00pm
 節數：1節
 地點：705室
 費用：免費
 負責人：導師關竣文
 備註：1) 以上工作坊及小組由關愛基金贊助。
 2) 若以上工作坊仍有餘額，可接受關愛基金照顧者津貼以外的照顧者報名。
 3) 如報名人數多於名額，則以抽籤方式決定參加者名單。
 4) 接受關愛基金照顧者津貼的本區人士，可憑收據向本中心社工申請培訓津貼。
 5) 由註冊護士講解及教授



關愛基金照顧者津貼培訓之伸展肌肉運動工作坊

編號：170807DSC-2
 簡介：講解常見肌肉受傷的成因及預防運動。
 對象：接受關愛基金照顧者津貼的本區人士
 名額：10人
 日期：7/10/2017(六)
 時間：9:00am-11:00am
 節數：1節
 地點：705室
 費用：\$50
 負責人：導師陳家傑
 備註：1) 以上工作坊及小組由關愛基金贊助。
 2) 若以上工作坊仍有餘額，可接受關愛基金照顧者津貼以外的照顧者報名。
 3) 如報名人數多於名額，則以抽籤方式決定參加者名單。
 4) 接受關愛基金照顧者津貼的本區人士，可憑收據向本中心社工申請培訓津貼。
 5) 外聘專業導師教授

關愛基金照顧者津貼培訓之伸展運動小組

編號：170807DSC-5
 簡介：教授伸展運動的基本技巧，藉以加強肌肉柔軟度，減少肌肉受傷的機會。
 對象：接受關愛基金照顧者津貼的本區人士
 名額：10人
 日期：7/11-28/11/2017(逢二)
 時間：11:30am-12:30pm
 節數：4節
 地點：705室
 費用：\$120
 負責人：導師陳家傑
 備註：1) 以上工作坊及小組由關愛基金贊助。
 2) 若以上工作坊仍有餘額，可接受關愛基金照顧者津貼以外的照顧者報名。
 3) 如報名人數多於名額，則以抽籤方式決定參加者名單。
 4) 接受關愛基金照顧者津貼的本區人士，可憑收據向本中心社工申請培訓津貼。
 5) 外聘專業導師教授



10-12月份活動推介

社交活動

A+精英組

編號：171009DSC
 簡介：為自閉症會員提供平台，學習與人相處，發揮其特殊潛能。讓自閉症會員更能融入社區。
 對象：自閉症會員
 名額：8人
 日期：9/10-6/11/2017(逢一)
 時間：5:00pm-6:00pm
 節數：5節
 地點：705室
 費用：免費
 負責人：導師郭翠珊及何蔚健
 備註：1) 參加者需經社工作評估
 2) 曾參加A+精英組之會員優先報名



歌皇歌后生日會

編號：171101DSC
 簡介：藉著活動讓會員一展歌喉，抒發情感，同時為10-12月生日會員慶祝生日，並增進會員之間的感情。
 對象：12歲或以上會員
 名額：15人
 日期：25/11/2017(六)
 時間：10:30am-3:30pm
 節數：1節
 地點：觀塘
 費用：\$70
 負責人：導師郭翠珊及陳家傑
 備註：1) 中心七樓集合
 2) 費用已包入場費及午膳費
 3) 10-12月生日會員可獲生日禮物一份
 4) 10-12月生日會員優先參加

「樂韻悠揚顯真我」音樂活動

編號：171016DSC
 簡介：由香港浸會大學的資深音樂老師 Michelana Lam 義務帶領，讓參加者體驗透過音樂與生活聯繫，學習表達自我。
 對象：會員
 名額：每節10位
 日期：15/10/2017(日)或 10/12/2017(日)
 時間：4:00pm-5:30pm
 節數：1節
 地點：506室
 費用：免費
 負責人：社工蔡穎怡
 備註：1) 適合對音樂有興趣的會員
 2) 曾參加及出席早前舉行的音樂小組之會員優先；如報名人數超過名額，將抽籤決定
 3) 導師需拍攝及攝錄活動過程，並作教學用途
 4) 只可報15/10或10/12其中一天



童軍活動

特能童軍招募

編號：170416DSC-OCT
 簡介：學習群體生活、體會野外活動、進行社區服務。
 對象：7歲半-11歲(幼童軍)、11-15歲(童軍)及18-23歲(樂行童軍)
 日期：7/10, 21/10, 4/11, 18/11及9/12/2017
 時間：9:30am-11:30am
 節數：5節
 地點：中心5樓
 費用：\$60
 負責人：社工何倩影、導師關竣文、何穎思及黎靜蓮
 備註：本期主題：遠足技巧

特能童軍之遠足無限FUN

編號：170416DSC-6
 簡介：由石崗軍營起步經雷公田至河背村
 對象：特能童軍
 日期：2/12/2017(六)
 時間：9:00am-6:00pm
 節數：1節
 地點：新界西
 費用：\$50
 負責人：社工何倩影、導師關竣文、何穎思及黎靜蓮
 備註：1) 需自備來回車資及晴雨天用具
 2) 必須穿著輕便服裝及運動鞋
 3) 必須出席最少2次本期童軍集會，方可參加是次活動
 4) 費用已包午膳餐盒

10-12月份活動推介

「體展身姿·藝怡情」計劃

「體展身姿·藝怡情」計劃之欣悅醒獅隊5

- 編號：170501DSC-18
 簡介：讓參加者參與醒獅訓練，學習中國傳統國粹，從而鼓勵傷健人士積極參與體育活動，藉以鍛鍊體魄，建立健康生活。
 對象：12歲或以上會員
 名額：13人
 日期：7/10, 11/11, 25/11, 2/12, 9/12及23/12/2017(六)
 時間：9:30am-1:00pm
 節數：6節
 地點：大圍成運路，潤福堂國術龍獅總會
 費用：免費
 負責人：導師何穎思及李思雅
 備註：1) 9:30am在中心七樓集合，另自備車費
 2) 參加者須自備運動服及運動鞋
 3) 小組由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助
 4) 上一季出席率達80%之會員優先報名
 5) 小組由外聘導師蘇耀昌教授



<體展身姿·藝怡情>之欣悅武術第五季

- 編號：170501DSC-19
 簡介：參加者透過學習中國傳統洪拳，從而舒展筋骨，鍛鍊體魄，建立健康生活。
 對象：12歲或以上會員
 名額：10人
 日期：9/10-4/12/2017(逢一)(27/11暫停)
 時間：6:00pm-7:00pm
 節數：8節
 地點：飯堂
 費用：免費
 負責人：導師何穎思
 備註：1) 參加者須自備運動服及運動鞋
 2) 小組由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助
 3) 上一季出席率達80%之會員優先報名
 4) 小組由外聘導師蘇耀昌教授



「體展身姿·藝怡情」計劃之網球班第四季

- 編號：170501DSC-20
 簡介：學習基本網球技巧，體驗網球樂趣，促進會員體藝發展，鍛鍊體魄。
 對象：12歲或以上會員
 名額：6人
 日期：16/11-21/12/2017(逢四)
 時間：4:45pm-6:15pm
 節數：6節
 地點：觀塘區網球場
 費用：免費
 負責人：導師何蔚健
 備註：1) 活動由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助
 2) 上一季出席率達80%之會員優先報名



10-12月份活動推介

「體展身姿·藝怡情」計劃

「體展身姿·藝怡情」計劃之羽毛球學堂 第四季

- 編號：170501DSC-21
 簡介：由外聘專業羽毛球教練教授，讓參加者對羽毛球有初步認識，學習基本技巧。
 對象：12歲或以上會員
 名額：8人
 日期：11/10-15/11/2017(逢三)
 時間：2:00pm-3:00pm
 節數：6節
 地點：觀塘區內體育館
 費用：免費
 負責人：導師關俊文
 備註：1) 活動由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助
 2) 上一季出席率達80%之會員優先報名



「體展身姿·藝怡情」計劃之羊毛氈公仔DIY(第二季)

- 編號：170501DSC-22
 簡介：由外聘導師教授如何以羊毛氈原材料，一針一針拈出可愛的毛公仔。
 對象：15歲或以上會員
 名額：10人
 日期：7/11-12/12/2017(逢二)
 時間：4:15-5:45pm
 節數：6
 地點：705室
 費用：免費
 負責人：導師劉慧
 備註：1) 活動由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助
 2) 上一季出席率達80%之會員優先報名
 3) 參加者需略懂使用針線



「體展身姿·藝怡情」計劃之蝶古巴特拼貼班第三季

- 編號：170501DSC-23
 簡介：學習將有美麗圖案的餐巾紙拼貼到木器、布藝、鐵器、玻璃或塑膠的技巧，將平平無奇的東西變成藝術品；促進會員藝術發展，陶冶性情。
 對象：會員
 名額：8人
 日期：19/10, 26/10, 9/11, 16/11, 23/11及30/11/2017(逢四)
 時間：5:00pm-6:00pm
 節數：6節
 地點：705室
 費用：免費
 負責人：導師郭翠珊
 備註：1) 外聘專業導師教授
 2) 小組由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助
 3) 上一季出席率達80%之會員優先報名

10-12月份活動推介

興趣活動

乒乓學堂(10-12/2017)

編號 : 171006DSC
 簡介 : 由專業乒乓球教練教授, 讓參加者對乒乓球有初步認識, 學習基本技巧。
 對象 : 10歲或以上會員
 名額 : 12人
 日期 : 18/10-22/11/2017(逢三)
 時間 : 5:00pm-7:00pm
 節數 : 6節
 地點 : 集合及活動地點: 瑞和街體育館
 費用 : 免費
 負責人: 導師郭翠珊
 備註 : 1) 專業教練曾醒華先生教授
 2) 上一季出席率達80%之會員優先報名
 3) 每堂需帶備殘疾人士登記証
 4) 課程獲恒生乒乓球學院贊助

齊來學習非洲鼓(6)

編號 : 171008DSC
 簡介 : 由外聘專業音樂導師教授打拍子的技巧及教授非洲鼓歌曲, 讓學員學習非洲鼓。
 對象 : 會員及其家屬
 名額 : 10人
 日期 : 7/10, 14/10, 4/11, 25/11, 16/12, 30/12/2017 (六)
 時間 : 3:00pm-4:30pm
 節數 : 6節
 地點 : 505室
 費用 : \$500
 負責人: 導師關淑文
 備註 : 1) 由外聘專業音樂導師張志威教授
 2) 會員可由家人陪同一起上堂, 陪同者不用收費
 3) 上季參加非洲鼓之會員優先報名



SQS大挑戰: SQS(9-16)

編號 : 171014DSC
 簡介 : 透過分享及小遊戲, 向參加者講解服務質素標準 (SQS) 9-16, 讓他們清楚了解中心的服務及運作
 對象 : 15歲或以上會員
 名額 : 8人
 日期 : 3/10-31/10/2017 (逢二)
 時間 : 5:00pm-6:00pm
 節數 : 5節
 地點 : 506室
 費用 : 免費
 負責人: 社工黃卓康

跆拳道(10-12/2017)

編號 : 171007DSC
 簡介 : 學習跆拳道的基本技巧, 以增加參加者的自信心, 促進其體藝發展。
 對象 : 12歲或以上會員
 名額 : 14人
 日期 : 7/10, 14/10, 21/10, 18/11, 25/11, 2/12/2017 (六)
 時間 : 5:15pm-6:45pm
 節數 : 6節
 地點 : 705室
 費用 : \$170
 負責人: 導師郭翠珊
 備註 : 1) 外聘「音樂跆拳道會」吳英煒教練教授
 2) 上一季出席率達80%之會員優先報名

共融跑愛作戰II

編號 : 171015DSC
 簡介 : 學習長跑的基本技巧, 備戰參加「傷健共融運動會」及「香港特殊馬拉松2018」(即「iRun」)
 對象 : 12歲以上會員
 名額 : 15人
 練習日期 : 24/10, 7/11, 21/11, 5/12, 9/12
 練習時間 : 5:00pm-6:00pm
 練習地點 : 觀塘遊樂場
 節數 : 5節練習, 2次比賽
 費用 : \$50(已包\$30「iRun」報名費)
 負責人: 1) 參加者須自備運動服及運動鞋
 備註 : 2) 曾參加「Run 2017」之會員優先

傷健共融運動會

比賽日期 : 4/11/2017(星期六)
 比賽時間 : 1:00pm
 比賽地點 : 西貢邵筆堅運動場
 (*需由職員甄選參加4X100接力賽)

iRun 2018

比賽日期 : 14/1/2017(星期日)
 比賽時間 : 10:00am
 比賽地點 : 中西區海濱長廊及龍和道

備註 : 報名成功與否, 有待主辦單位公佈

10-12月份活動推介

親子活動

「攜手伴晚晴」計劃之親子身體檢查暨健康講座

編號 : 170709DSC-6
 簡介 : 1) 為參加者量度血壓、體重及血糖測試。
 2) 設健康講座, 提升健康知識。
 對象 : 35歲或以上會員及其家屬優先
 名額 : 36人
 日期 : 24/10/2017(二)
 時間 : 9:00am-12:00nn
 節數 : 1節
 地點 : 705室
 費用 : 每人\$10
 負責人: 心悅社職員及導師陳家傑
 備註 : 1) 本活動與心悅社合辦
 2) 本活動由社會福利署-觀塘區福利辦事處撥款資助



一家人享天倫

編號 : 171102DSC
 簡介 : 共分為兩部份, 1) 會員及家屬於中心製作小菜, 與其他家庭共晉晚餐。2) 在營地進行體驗活動, 會員及家屬共同解決困難, 衝破障礙從而完成任務。
 對象 : 會員及其家屬
 名額 : 36人
 日期 : 18/11/2017(六), 26/11/2017(日)
 時間 : 3:00pm-7:00pm, 9:00am-5:00pm
 節數 : 2節
 地點 : 501室及保良局賽馬會北潭涌渡假營
 費用 : 每人\$70
 負責人: 社工何倩影、導師關淑文、陳家傑及黎靜蓮
 備註 : 1) 費用包括:
 a) 18/11晚餐
 b) 26/11日營費、車費、午膳
 2) 參加者有家屬陪同出席可優先報名
 3) 每名會員最多可報2名家屬
 4) 本活動由觀塘區議會撥款資助



親子潛水體驗日

編號 : 171001DSC
 簡介 : 親子一同參加由國際傷健潛水協會舉辦的潛水活動, 體驗與健全人士同樣質素的潛水樂趣, 共建難忘的經歷, 藉此增進感情。
 對象 : 會員及其家屬
 名額 : 5名會員(家屬另計)
 日期 : 29/10/2017 (日)
 時間 : 7:30am-1:00pm
 節數 : 1節
 地點 : 西島中學室內恆溫泳池
 費用 : 免費
 負責人: 導師何蔚健及李思雅
 備註 : 1) 參加的會員必須由一名家長/監護人陪同
 2) 教練及全套水肺器材由國際傷健潛水協會提供
 3) 參加者必須簽署健康聲明書及提供醫生證明
 4) 參加者於中心集合, 乘坐中心車往返目的地



10-12月份活動推介

陽光大使

編號 : 171005DSC
簡介 : 學習招待客人, 樓面工作及售賣小食等技巧, 服務宿舍會員, 從而培養合作精神及提升工作技巧。
對象 : 15歲或以上會員
名額 : 6人
日期 : 6/10-22/12/2017(逢五)
時間 : 9:00am-12:00nn
節數 : 12節
地點 : 505-506室
費用 : \$10
負責人: 導師陳家傑

就業錦囊

悅坊小廚

編號 : 171004DSC
簡介 : 模擬餐廳運作, 學習煮食及沖調飲品技巧。
對象 : 15歲或以上會員
名額 : 6人
日期 : 6/10-22/12/2017(逢五)
時間 : 9:00am-12:00nn
節數 : 12節
地點 : 505-506室
費用 : \$10
負責人: 導師劉慧

社區接觸

社區關注組 - 選舉你要知

編號 : 171103DSC
簡介 : 選舉關乎每個香港居民的權利及義務, 透過參觀選舉資訊中心, 讓會員了解區議會選舉、立法會選舉、選舉委員會界別分組選舉、行政長官選舉等資訊; 活動同時促進會員對自身福利權益的了解。
對象 : 15歲或以上會員
名額 : 15人
日期 : 18/11/2017(六)
時間 : 9:30am-1:00pm
節數 : 1節
地點 : 705室/選舉資訊中心
費用 : 免費
負責人: 社工蔡穎怡、導師劉慧、導師李思雅

17宿一燒

編號 : 171011DSC
簡介 : 一眾好友一同到康文署宿營渡過愉快開心的兩日一夜。期間一同燒烤, 使用營地設施及玩集體遊戲。
對象 : 12歲或以上會員
名額 : 24人
日期 : 21-22/10 (六及日)
時間 : 21/10中午至翌日3:00pm
節數 : 1節
地點 : 曹公潭戶外康樂中心
費用 : \$100
負責人: 導師何蔚健及李思雅
備註 : 1) 費用已包3餐膳食費
2) 參加會員需懂基本自理



七手八腳飲餐茶

編號 : 171012DSC
簡介 : 凝聚肢體傷殘朋友互相認識, 建立支援網絡, 並一同討論外出活動內容
對象 : 12歲以上肢體傷殘之會員
名額 : 6人
日期 : 18/10, 1/11/2017(外出茶聚)
15/11/2017(外出活動)
時間 : 18/10, 1/11(二) 11:00pm-3:00pm;
15/11(三) 9:00am-5:00pm
節數 : 3節
地點 : 11/10, 8/11(外出茶聚) 13/12(外出活動)
費用 : 免費
負責人: 導師郭翠珊及何蔚健
備註 : 1) 家屬可參與外出活動
2) 參加者需經社工評估資格
3) 如有需要, 可安排中心車到住所接送
4) 外出活動內容由小組組員共同商議
5) 活動包車費、膳食自費



10-12月份活動推介

社區接觸

穿山甲之親子盲人觀星傷健營

編號 : 171104DSC
簡介 : 傷健人士一同參與一年一度的傷健界盛事 - 盲人觀星傷健營。於營內一同參與不同崗位, 榮譽及觀星。一同感受大自然的美好。
對象 : 12歲或以上會員及家屬
名額 : 15名會員(家屬另計)
日期 : 11-12/11/2017(六及日)
時間 : 11/11 中午至翌日中午
節數 : 1節
地點 : 上水
費用 : \$80
負責人: 導師何蔚健及郭翠珊
備註 : 1) 活動已包膳食
2) 單獨會員亦可參與
3) 親子一同參與優先



「攜手伴晚晴」計劃之親子社區行

編號 : 170709DSC-5
簡介 : 參加者分成三組, 由義工陪同前往昔日的舊地方或社區, 以作懷緬。
對象 : 曾參與「關懷聚一聚」活動的家庭
名額 : 36人
日期 : 11/11/2017(六)或7/12/2017(四)或16/12/2017(六)
時間 : 9:00am-2:00pm
節數 : 1節
地點 : 待定
費用 : 每人\$30
負責人: 導師黎靜蓮
備註 : 1) 費用已包括車費及午膳費
2) 活動由社會福利署-觀塘區福利辦事處贊助
3) 參加者只可選其中一節



博藝義工活動

編號 : 171201DSC
簡介 : 與博藝體運有限公司的義工一同到孫中山紀念館參觀, 並在西港城食肆享用午膳, 分享與交流, 渡過愉快的一天。
對象 : 會員
名額 : 10人
日期 : 16/12/2017(六)
時間 : 9:00am-4:00pm
節數 : 1節
地點 : 孫中山紀念館、西港城
費用 : 免費
負責人: 社工蔡穎怡及導師李思雅
備註 : 活動由博藝體運有限公司贊助

「攜手伴晚晴」計劃之關懷聚一聚

編號 : 170709DSC-1
簡介 : 一班有心的家長義工, 到你們家短聚一刻。並送上福袋, 以表一番心意。大家可聊聊天, 共享茶點。
對象 : 35歲或以上會員, 並和父或母同住
名額 : 15個家庭
日期 : 9/2017-1/2018其中六天上午
時間 : 9:00am-12:00am
節數 : 4節
地點 : 你們的家
費用 : 免費
負責人: 導師關峻文
備註 : 1) 此活動是給予被探訪的家庭參加
2) 實際日期會和參加家庭商討
3) 活動由社會福利署-觀塘區福利辦事處贊助



靈性活動

欣悅團契之喜佈佳音2017

編號：171010DSC

簡介：藉著學習唱頌聖誕歌，讓會員認識基督教信仰，團友間彼此分享生活近況，互相支持，並於平安夜晚頌唱詩歌，喜報佳音。

對象：15歲或以上會員

名額：10

日期：20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12, 15/12及24/12/2017

時間：4:30pm-5:45pm

節數：10節

地點：705室

費用：免費

負責人：導師劉慧

備註：24/12/2017報佳音活動地點及時間待定



海洋公園同樂日

簡介：一年一度的國際復康日，今年因應海洋公園安排，凡持有殘疾人士登記證者可免費入場，同行的家庭成員可持入場券免費入場。

日期：2017年11月19日

地點：海洋公園

名額：15

負責人：導師劉慧

備註：1. 主辦單位：香港復康聯會
2. 每名持有殘疾人士登記之會員只可替其家屬申請一張入場券
3. 參加者需自行前往海洋公園遊覽，本中心將不會派出職員帶隊
4. 如申請人數超出名額，則以抽籤形式決定

發出颱風警告及暴雨警告

各項小組或活動應變安排

颱風/暴雨警告訊號	室內小組/活動 (於中心內舉行)	室內小組/活動 (於中心外舉行)	戶外小組/活動	中心車服務
8號或以上風球 ▲8▼8▲8▼8▲9▲10 www.hk.gov.hk	×	×	×	×
3號風球 ▲3▼3	✓	×	×	× [△]
1號風球 ▲1▼1	✓	✓	*	✓
黑色暴雨	×	×	×	×
紅色暴雨	✓	×	×	×
黃色暴雨	✓	✓	*	✓
雷暴警告	✓	✓	*	✓

✓：如常進行

✗：取消或延期

*：視乎當日天氣及小組/活動類型而定；職員會盡快通知有關安排。

△：如各會員乘搭中心車回中心後，天文台才懸掛3號風球，中心會盡快聯絡家長，安排由中心車即時接送會員回家。

備註：

- 上述乃一般之安排。如果小組/活動開始之前，天文台資料顯示，天氣將於短時間內轉壞，或當小組/活動進行期間，天氣轉為惡劣，中心服務經理會視乎情況，決定有關小組或活動取消或延期。
- 取消的小組課室及單次性活動將按個別情況處理，不便之處，敬請原諒！
- 家長或會員可視乎實際情況決定會員是否返回中心/繼續參與活動。
- 歡迎家長或會員致電中心查詢，電話：2191 3138；本中心對以上安排保留最終決定權。

2017年10月活動時間表

Mon 星期一	Tue 星期二	Wed 星期三	Thu 星期四	Fri 星期五	Sat 星期六	Sun 星期日
						1
2	3 SQS大排戲 5-6pm	4 羽你同行 10-11am	5	6 陽光大使 9am-12nn 悅坊小廚 9am-12nn	7 欣悅聖誕 9:30am-1pm 喜慶 9:30-11:30am 仲慶工作坊 9am-11am 欣悅聖誕 5:15-6:45pm 非洲鼓 3-4:30pm 共融義工組 2:30-4:30pm	8
9 A+精英組 5-6pm 欣悅武術 6-7pm	10 龍區鼓 10am-4pm SQS大排戲 5-6pm	11 羽你同行 10-11am 羽你同行 2-3pm 羽你同行 5-7pm	12 劇團處理講座 10:00am-12:00nn	13 陽光大使 9am-12nn 悅坊小廚 9am-12nn	14 樂韻團 9am-1pm 欣悅聖誕 5:15-6:45pm 非洲鼓 3-4:30pm	15 樂韻悠揚團真我 4-6pm
16 A+精英組 5-6pm 欣悅武術 6-7pm	17 大澳運轉鼓 9:45am-4:00pm SQS大排戲 5-6pm	18 羽你同行 10-11am 七手八腳 11am-3pm 羽毛球 2-3pm 乒乓球 5-7pm	19 欣悅聖誕 10-11am 欣悅聖誕 10:00-11:30am 樂古巴特 5-6pm	20 陽光大使 9am-12nn 悅坊小廚 9am-12nn 欣悅聖誕 4:30-5:45pm	21 喜慶 9:30-11:30am 欣悅聖誕 5:15-6:45pm 欣悅聖誕 中午至翌日3pm 共融義工組 2:30-4:30pm	22 第一燒 宵一燒
23 A+精英組 5-6pm 欣悅武術 6-7pm	24 獅子騰 9am-12nn SQS大排戲 5-6pm 共融團 5-6pm	25 羽你同行 10-11am 羽你同行 2-3pm 羽你同行 5-7pm	26 穴位療法 10:00-11:30am 樂古巴特 5-6pm	27 陽光大使 9am-12nn 悅坊小廚 9am-12nn 欣悅聖誕 4:30-5:45pm	28	29 獅子騰 7:30am-1pm

2017年11月活動時間表

Mon 星期一	Tue 星期二	Wed 星期三	Thu 星期四	Fri 星期五	Sat 星期六	Sun 星期日
		1 羽拍同行 七手八腳 羽毛球 乒乓學堂 10-11am 11am-3pm 2-3pm 5-7pm	2 六位魔法 10:00-11:30am	3 陽光大使 悅坊小廚 欣悅團契 9am-12nn 9am-12nn 4:30-5:45pm	4 靈堂 非洲鼓 共融跑 9:30-11:30am 3-4:30pm 1-5pm	5
6 AA精英組 欣悅武術 6-7pm	7 伸展運動 羊毛氈 共融跑 11:30am-12:30pm 4:15-5:45pm 5-6pm	8 羽拍同行 羽毛球 乒乓學堂 10-11am 2-3pm 5-7pm	9 六位魔法 慕古巴特 10:00-11:30am 5-6pm	10 陽光大使 悅坊小廚 欣悅團契 9am-12nn 9am-12nn 4:30-5:45pm	11 欣悅團契 殺子社區遊 獅子社區遊 9:30am-1pm 中午至翌日12pm 9am-2pm	12 親子健康營
13 欣悅武術 6-7pm	14 伸展運動 編織班 羊毛氈 11:30am-12:30pm 10:30am-2:30pm 4:15-5:45pm	15 羽拍同行 羽毛球 乒乓學堂 七手八腳 10-11am 2-3pm 5-7pm 9am-5pm	16 院舍參觀 網球班 慕古巴特 9:30am-2pm 4:45-6:15pm 5-6pm	17 陽光大使 悅坊小廚 欣悅團契 9am-12nn 9am-12nn 4:30-5:45pm	18 靈堂 起風 社區關注組 一家人享天倫 共融義工組 9:30-11:30am 5:15-6:45pm 9:30am-1pm 3-7pm 2:30-4:30pm	19
20 欣悅武術 6-7pm	21 伸展運動 羊毛氈 共融跑 11:30am-12:30pm 4:15-5:45pm 5-6pm	22 羽拍同行 乒乓學堂 10-11am 5-7pm	23 欣悅健聲 網球班 慕古巴特 10-11am 4:45-6:15pm 5-6pm	24 陽光大使 悅坊小廚 欣悅團契 9am-12nn 悅坊小廚 4:30-5:45pm	25 欣悅健聲 生日會 起風 共融義工組 非洲鼓 9:30am-1pm 10:30am-3:30pm 5:15-6:45pm 2:30-4:30pm 3-4:30pm	26 一家人享天倫 9am-5pm
27	28 伸展運動 羊毛氈 11:30am-12:30pm 4:15-5:45pm	29 羽拍同行 10-11am	30 網球班 慕古巴特 4:45-6:15pm 5-6pm	31		

2017年12月活動時間表

Mon 星期一	Tue 星期二	Wed 星期三	Thu 星期四	Fri 星期五	Sat 星期六	Sun 星期日
				1 陽光大使 悅坊小廚 欣悅團契 9am-12nn 9am-12nn 4:30-5:45pm	2 欣悅健聲 靈堂活動 起風 9:30am-1pm 9am-6pm 5:15-6:45pm	3
4 欣悅武術 6-7pm	5 羊毛氈 共融跑 4:15-5:45pm 5-6pm	6 羽拍同行 10-11am	7 獅子社區遊 網球班 9am-2pm 4:45-6:15pm	8 陽光大使 悅坊小廚 欣悅團契 9am-12nn 9am-12nn 4:30-5:45pm	9 欣悅健聲 靈堂 9:30am-1pm 9:30-11:30am	10 樂韻悠揚揚真我 4-5pm
11 編織班 羊毛氈 10:30am-2:30pm 4:15-5:45pm	12 編織班 羊毛氈 10:30am-2:30pm 4:15-5:45pm	13 羽拍同行 10-11am	14 欣悅健聲 網球班 10-11am 4:45-6:15pm	15 陽光大使 悅坊小廚 欣悅團契 9am-12nn 9am-12nn 4:30-5:45pm	16 博藝活動 獅子社區遊 非洲鼓 9am-4pm 9am-2pm 3-4:30pm	17
18	19	20 羽拍同行 10-11am	21 網球班 4:45-6:15pm	22 陽光大使 悅坊小廚 欣悅團契 9am-12nn 9am-12nn	23 欣悅健聲 9:30am-1pm	24 欣悅團契之喜佈佳音 4:30-5:45pm
25	26	27 羽拍同行 10-11am	28	29	30 非洲鼓 3-4:30pm	31