



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

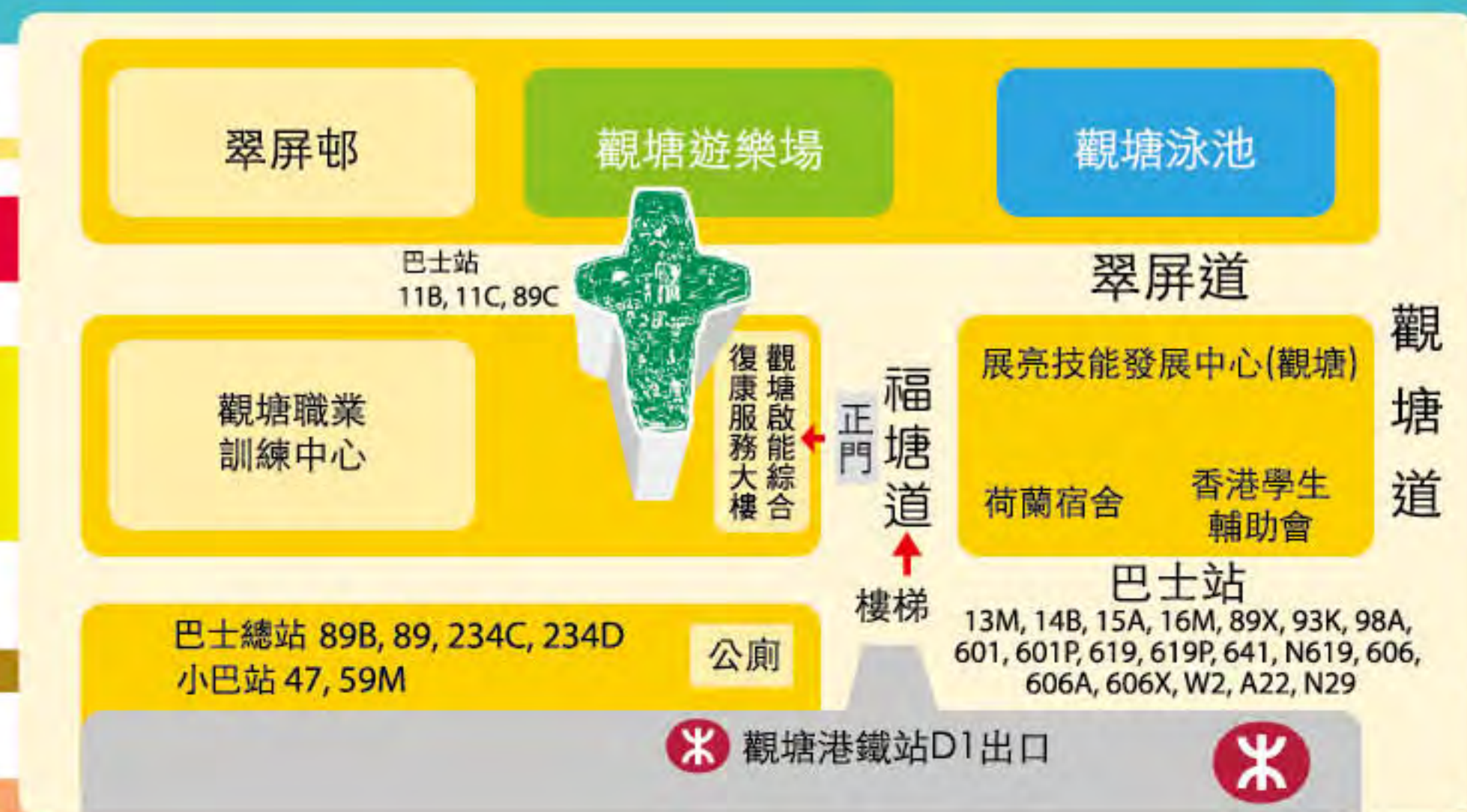
CHEERFUL PLACE
欣悅坊
地區支援中心 (觀塘東)

中心季刊

2020年7-9月

基督教家庭服務中心 欣悅坊 - 地區支援中心 (觀塘東)

地址：九龍觀塘福塘道4號啟能綜合康復服務大樓8樓
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)





目錄

中心簡介及服務內容簡介.....	p.1
中心消息.....	p.2-3
社區資訊.....	p.4
SQS精明眼.....	p.5
心培計劃.....	p.6
臨床心理學家專題.....	p.7-10
到訪欣悅坊路線圖.....	p.11-12
快樂時光照相館.....	p.13
本期活動報名須知.....	p.14
本期活動報名表.....	p.15
7-9月份活動推介.....	p.16-25
發出颱風警告及暴雨警告下各項小組或活動應變安排.....	p.25
活動時間表.....	p.26-28
活動宣傳 — 接收WhatsApp廣播傳輸訊息同意書.....	p.29

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。

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歲或以上之殘疾人士（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： 15歲或以上居住在社區中的殘疾人士

服務費用： 免費（於中心進行治療）
\$52（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： 自閉症人士或有挑戰性行為的會員

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： 提供陪診接送或家中看顧

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，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
（不包括中心午膳費用）

備註：

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歲或以上嚴重智障 / 肢體傷殘人士

服務費用： 每日\$61或每月\$1002（兩者收費包午膳）車費每程\$10.00

服務名額： 每天5名

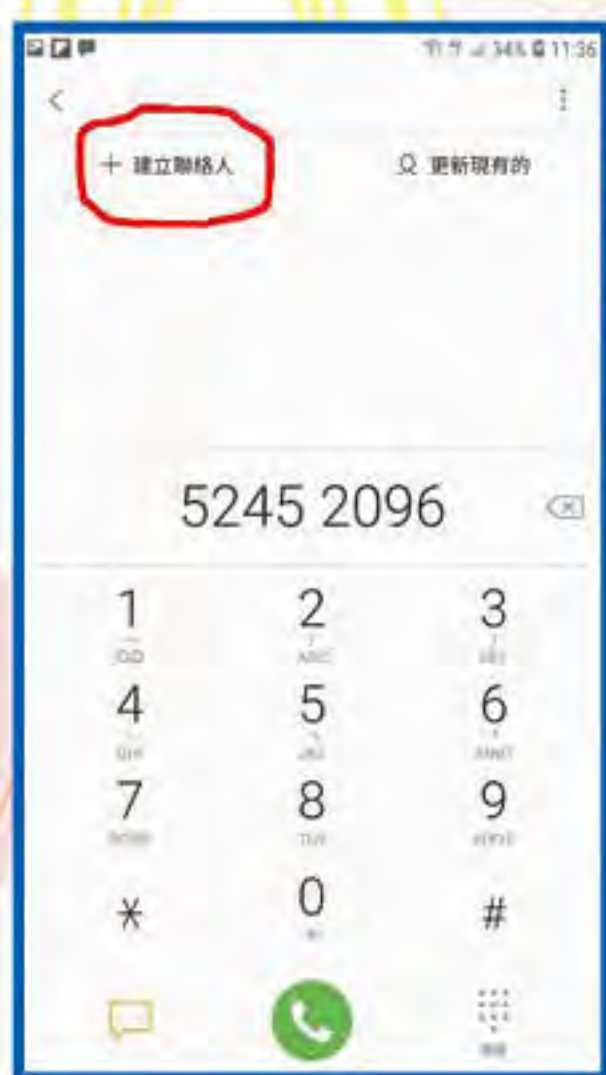
中心消息

- 中心已於2020年2月，由觀塘翠屏道3號的基督教家庭服務中心大樓7樓，搬遷至位於觀塘福塘道4號啟能綜合康復服務大樓8樓，電話及傳真號碼維持不變，敬請各位會員/家屬留意！
- 由於「2019冠狀病毒病」影響，早前部份需要續會的會員未能到中心辦理續會手續，現時疫情稍為穩定，歡迎需要續會的會員/家屬到中心接待處辦理續會手續。
- 因應「2019冠狀病毒病」疫情影響，所有到訪中心的人士均需要配戴口罩，於正門進行探熱及用酒精潔手液消毒雙手，如在中心逗留超過十五分鐘的人士，必須填寫「健康申報表」，敬請各位會員/家屬留意。
- 為方便各位會員/家屬接收中心的通告及資訊，中心鼓勵會員/家屬在手提電話新增中心的手提電話號碼：5545-2096為聯絡人，詳細操作請參閱下方的圖文指引，及簽署本季刊最後一頁的「接收WhatsApp廣播傳輸訊息同意書」交回中心。

加欣悅坊中心手機為聯絡人方法



1. 首先按「打電話」按鈕



2. 然後輸入中心手機號碼「5245 2096」再按「建立聯絡人」



3. 最後輸入聯絡人名稱再按「儲存」便完成。

- 社工陳文詩姑娘將於2020年7月15日正式離職。

中心消息

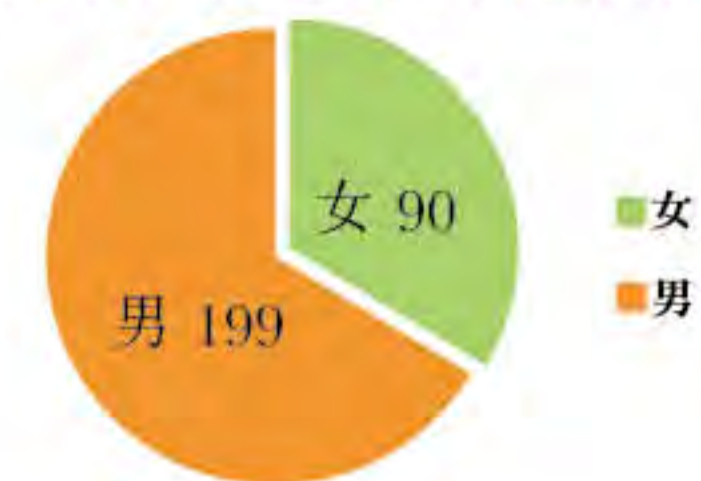
服務統計

本中心2020年4月份會員人數：289人

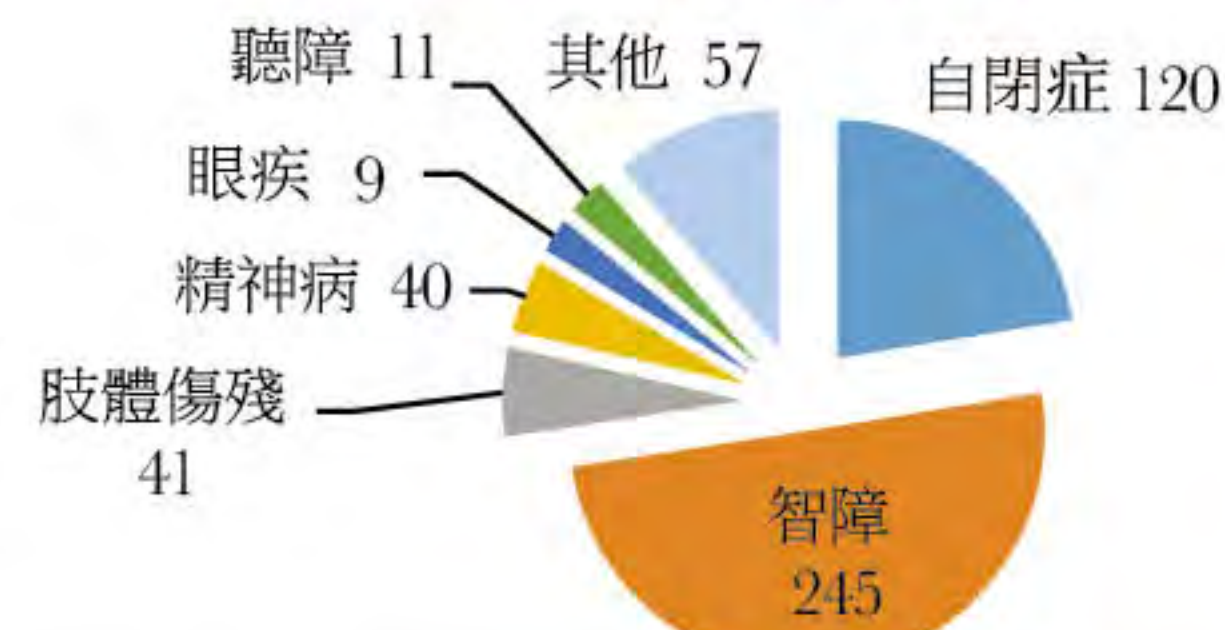
2020年4月會員年齡分佈

6-14歲	38
15-29歲	127
30-44歲	79
45-59歲	37
60歲或以上	8

2020年4月會員男女比例人數



2020年4月會員殘疾類別分佈



*一位殘疾人士有機會多於一項殘疾狀況

欣悅優惠大獎賞

從2020年4月1日起，凡參與本中心所舉辦的小組/活動，並在小組出席率達75%或以上，可獲負責職員簽名一個。

1. 累積3個負責職員簽名後，可獲\$10津貼報名小組/活動一個(童軍、基金活動及免費小組活動除外)。
2. \$10津貼只可作小組/活動費之用，不可兌現金。
3. 每個小組/活動只可用一張優惠卡。
4. 優惠只適用於欣悅坊會員(不包括會員家屬)。
5. 中心不會有優惠卡紀錄，會員需自行保管，如有遺失，將不會發還所累積的簽名。(小組完結後3個月內需向職員索取簽名，3個月後不可補回)
6. 如有任何爭議，「欣悅坊」保留最終決定權。

背景

香港政府於《行政長官2018年施政報告》宣佈將中醫藥納入香港的醫療系統，並訂立一套整全的政策，投入更多資源發展中醫藥服務，其中包括在18間中醫診所暨教研中心（中醫診所）於地區層面提供政府資助門診服務。

中醫動
酉CMK

服務對象

合資格的香港居民

服務範圍

- 中醫內科（包括診金及按臨床需要包不多於五劑中藥）
- 針灸
- 骨傷/推拿（於指定診所）

服務收費

- 每次診症收費定為120元
- 綜合社會保障援助受惠人/75歲或以上的高額長者生活津貼的受惠人將獲豁免收費
- 醫療券或折扣均不適用
- 所有求診人必須出示有效的身份證明文件正本及相關的受助通知書作核實其資格之用

以下為18間中醫診所及預約電話:

地區	地址	預約電話
香港島		
中西區	上環東華醫院楊國璋樓地下及1樓	2589 4700
東區	柴灣東區尤德夫人那打素醫院專科門診大樓地庫4樓西翼	3197 2000
南區	香港香港仔水塘道10號2樓	2580 8158
灣仔區	鄧肇堅醫院日間醫療中心2樓	3553 3238
九龍		
九龍城區*	何文田愛民邨保民樓401-412室	2193 7000
油尖旺區*	佐敦伊利沙伯醫院R座9樓	2618 7200
深水埗區	長沙灣政府合署1樓	2194 9911
黃大仙區	樂富香港佛教醫院C座地下	2338 3103
觀塘區	牛頭角賽馬會診所4樓	3583 4114
新界		
大埔區*	雅麗氏何妙齡那打素醫院J座員工中心地下	2663 0004
元朗區*	容鳳書健康中心3字樓	2478 5769
屯門區*	仁愛分科診所5樓	2430 1309
北區*	粉嶺健康中心7樓	2670 2130
沙田區*	沙田(大圍)診所地下	2479 2126
西貢區*	將軍澳醫院日間醫療大樓6樓	2701 1020
荃灣區	仁濟醫院C座4樓	2416 0303
葵青區	下葵涌分科診所及特殊教育服務中心地下	2370 2216
離島區*	東涌健康中心1樓	3188 5383

*有提供骨傷/推拿服務

有關政府資助中醫服務，有興趣的會員及家屬可到以下網站了解詳情及預約。
<https://cmk.ha.org.hk/services/GovtSubsidisedCMServices/#>

SQS精明眼

社會福利署以「服務質素標準」(即SQS)，訂明了福利服務單位，在管理及提供服務方面應具備的質素水平。

「服務質素標準」乃依據四項原則釐定，今季向各位會員介紹第二個原則：

原則二：服務管理

服務單位應有效地管理其資源，管理的方法應貫徹靈活變通、不斷創新及持續改善對服務使用者提供的服務。

標準 4 所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任 均有清楚的界定。

標準 5 服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

標準 6 服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

標準 7 服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

標準 8 服務單位遵守一切有關的法律責任。

標準 9 服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

由於篇幅所限未能盡錄內容，有興趣之人士可到中心查閱SQS1-16詳細之內容。



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。當中學員會分配為活力班及動力班兩組，亦為每位不同需要的學員設立個人目標計劃，以達至全人學習的需要。

舉行日期：2020年7月2日至9月30日(逢星期一至五)公眾假期休息

舉行時間：上午9:00至下午4:00

費用：每天\$34 (\$5冷氣費及\$29膳食)

備註：須由本單位社工推薦，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	工作技能 就個人能力、技能及興趣作職前準備	肌能感統 透過舞蹈及健體操，增強身體肌能	集體遊戲 透過集體遊戲幫助會員放鬆心情，減輕壓力	生活技能 學習不同的生活技能，發掘潛能，提升自理能力	社區探索 了解社區規劃，認識社區中各種設施，加強於社區的生活技能
中午12:00 - 下午2:00	午膳及社交康樂時間				
下午 2:00 - 4:00	社交 學習與人相處的技巧，累積社交經驗，改善人際關係	自我增值 透過不同訓練，提升會員各方面的能力，更能獨立自主	烹飪 學習使用不同廚具及煮食技巧製作美食	手工DIY 透過製作工藝品，加強個人工作技能，提升自信	藝術 培養對藝術創作的興趣，發揮個人創作力及想像力
下午4:00	是日活動完結				

心理健康小TIPS

很多時候我們會記得要照顧自己的身體，往往忽略了自己心理上的需要

有時候你可能會感到：

「事事都唔如意架！真係好嬲呀！」



「醫院咁多菌，去覆診會唔會好危險架！」



「咁多嘢發生，我都唔知點處理。」



「都冇人明白我，冇人了解我。」

你可以試試：



放鬆身心：

做一些讓身體感覺舒適的活動。當身體感到舒適，心情也會較容易平靜下來



練習自我身心放鬆練習



做伸展運動

洗熱水澡



2 做喜歡的活動

按照個人喜好，做一些能即時感到愉快的活動



4 維持社交活動 / 支援

雖然現在未能與親友經常見面，但仍可以電話或其他社交媒體跟對方聯絡互相支援及分享感受。



3 適量接收資訊

調節每日接收有關訊息的時間，在睡前也不宜過分觀看有關消息，而令自己心亂及影響睡眠質素。



5 留意自己的情緒變化

接受自己會有負面情緒，惟當此情緒開始影響你的飲食、睡眠及生活動力等時，你可能需要尋求專業人士的協助。



善用網上資源 (QR Code)

鬆弛練習



網上繪本



社會福利署 臨床心理服務科 2020 抗疫心理資源庫



提升免疫力食物 / 食譜



益智小遊戲



到訪欣悅坊路線圖

由觀塘地鐵站前往啟能綜合康復服務大樓



到訪欣悅坊路線圖

由觀塘地鐵站到觀塘啟能大樓



快樂時光 照相館

心培藝術班-馬賽克



以七彩的馬賽克磚塊拼貼在杯上，好靚啊！

心培社區探索



齊齊學習乘搭交通工具，到社區探索一番

穿山甲之齊野餐



喺大草地野餐好開心呀！



1~2~3~ 飛呀!!!

本期活動報名須知

「活動報名程序」(「2019冠狀病毒病」下之特別安排)

由6月22日起至6月29日6:00PM接受報名(郵寄以郵戳的日期為準)

(1) 因應「2019冠狀病毒病」影響，是次報名中心不會接受會員/家長親臨中心報名，敬請留意。
會員/家長可透過傳真報名表至2304-4029或

Whatsapp至5245-2096 (需要整張活動報名表連簽署，資料不齊，恕不受理。) 或郵寄至九龍觀塘塘福道4號啟能綜合康復服務大樓8樓欣悅坊收(信封面請註明活動報名表)。

(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。

6月30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) 因應疫情，不會開放讓會員/家屬監票。會安排職員進行監票工作。

7月2日公佈參加者名單

(1) 因應疫情，中籤者將會由職員個別通知，不必親臨中心觀看結果，如果收不到中籤通知，則表示該活動報名落空。但會成為後備名單，如果有會員/家屬退出，

則會由後備名單再抽籤補上。

7月6日 10:00AM開始公開報名

(1) 有興趣參與活動的會員/家長可於7月6日 10:00AM致電2191-3138查詢活動餘額，會員/家長可透過傳真報名表至2304-4029或

Whatsapp至5245-2096 (需要整張活動報名表連簽署，資料不齊，恕不受理。)

報仍有餘額之活動，餘額先到先得。

中籤者繳費安排

(1) 是次活動中籤者暫不需要繳交費用，繳費安排將個別再通知。

如果家屬同意留位就必須繳交費用，敬請留意。

(2) 繳費形式：見備註*。

備註：活動日期及安排會因應疫情狀況而有所調節，中心職員稍後會與已報名的參加者及家屬聯絡。

*繳費形式

- 親臨繳交現金
- 親臨或郵寄劃線支票 (抬頭：基督教家庭服務中心)
- 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

- 一般情況下，活動一經報名則不得退款或轉讓他人。
- 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。
- 低收入家庭可向社工申請減免費用。
- 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。
- 已報名者需按時出席，除非活動有所變更，否則不作另行通知。
- 本中心保留上述「活動報名程序」之最終決定權。
- 傳真資料到中心後，敬請致電聯絡中心職員確實資料已收受。

欣悅坊2020年7-9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：

RDSC0002001LSG04-00 踏風 <input type="checkbox"/> \$260	RDSC0002004LSG05-00 七手八腳嘆吓茶(20年春夏篇) <input type="checkbox"/> \$80	RDSC0002007LSG01-00 樂韻悠揚顯真我 <input type="checkbox"/> 免費	RDSC0002008LSG01-00 齊來學習非洲鼓(17) <input type="checkbox"/> \$400	RDSC0002008LSG02-00 乒乓學堂 <input type="checkbox"/> 免費
RDSC0002008LSG03-00 欣悅布藝花 <input type="checkbox"/> \$5	RDSC0002008LSG04-00 小手黏黏樂(動物篇) <input type="checkbox"/> \$320	RDSC0002008LSG05-00 欣悅烘焙坊 <input type="checkbox"/> \$120	RDSC0002008LSG06-00 心之油畫班 <input type="checkbox"/> \$120	RDSC0002007LSG13-00 欣悅團契-耶穌的比喻(A) <input type="checkbox"/> 免費
RDSC0002007LSG14-00 欣悅團契-耶穌的比喻(B) <input type="checkbox"/> 免費	RDSC0002008LSG08-00 『疫』生活 <input type="checkbox"/> 免費	RDSC0002009LSG01-00 『自家製』生日派對(A組) <input type="checkbox"/> \$90	RDSC0002009LSG02-00 『自家製』生日派對(B組) <input type="checkbox"/> \$90	RDSC0002009LSG03-00 社區關注組(A) <input type="checkbox"/> 免費
RDSC0002009LSG04-00 社區關注組(B) <input type="checkbox"/> 免費	RDSC0002009LSG05-00 開心融樂組-義工小組 <input type="checkbox"/> 免費	RDSC0002009LSG09-00 天然護膚品工作坊 <input type="checkbox"/> \$120	RDSC0002008LSG07-00 擴香石花盤工作坊 <input type="checkbox"/> \$120	

家長小組：

RDSC0002008LSG10-00 關懷聚一聚(12) <input type="checkbox"/> 免費	RDSC0002008LSG11-00 家長伸展班(A) <input type="checkbox"/> \$260	RDSC0002008LSG12-00 家長伸展班(B) <input type="checkbox"/> \$260
---	---	---

家長活動：

RDSC0002009LSG06-00 欣悅雅聚 <input type="checkbox"/> 免費
--

童軍活動：

RDSC0002008LSG16-00 特能童軍招募之藝術在身邊(A) <input type="checkbox"/> \$50	RDSC0002008LSG09-00 特能童軍招募之藝術在身邊(B) <input type="checkbox"/> \$50	RDSC0002009LSG07-00 特能童軍之活力藝團(A) <input type="checkbox"/> \$50	RDSC0002009LSG08-00 特能童軍之活力藝團(B) <input type="checkbox"/> \$50
---	---	--	--

專職治療：

RDSC0002008LSG13-00 溝通「鼓鼓」下 <input type="checkbox"/> 免費	RDSC0002008LSG14-00 有情細閱 <input type="checkbox"/> 免費	RDSC0002008LSG15-00 預防中風講座 <input type="checkbox"/> 免費
---	--	--

- 本人_____ (會員姓名)及_____ (家屬姓名)(如適用) 已閱讀並明白報名須知，同意遵守所列守則。
- 本人 * 同意 / 不同意使用活動照片作 * 季刊 / 年報 / 機構facebook刊登之用。
(*請刪除不適用選項)
(註：必須填寫此欄才可完成整個報名程序)
*各項活動/小組有一定風險，請各會員/家長自行評估個人狀況是否適合參與。

申請人簽署：_____ 申請人為：本區 非本區

家屬簽署 (如適用)：_____ 日期：_____

7-9月份活動推介

家長小組



關懷聚一聚(12)

編號：RDSC0002008LSG10-00

簡介：一班有心的家長義工，到你們家短聚一刻，並送上祝福，以表一番心意。

對象：會員家庭

名額：5個會員家庭

日期：7-9/2020 (實際日期會和參加家庭商討)

時間：9:30am-12:30pm

節數：1節

地點：你們的家

費用：免費

負責人：導師陳家傑

備註：1) 此活動是給予被探訪的會員家庭參加
2) 實際日期會和參加家庭商討

家長伸展班(A)

編號：RDSC0002008LSG11-00

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：會員家屬

名額：5人

日期：18/8-22/9/2020 (逢二)

時間：10:00am-11:00am

節數：6節

地點：MS房

費用：\$260

負責人：導師陳家傑

備註：1) 外聘伸展運動導師教授
2) 參加者須穿著運動服及運動鞋



7-9月份活動推介

家長小組

家長伸展班(B)

編號：RDSC0002008LSG12-00

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：會員家屬

名額：5人

日期：18/8-22/9/2020 (逢二)

時間：11:00am-12:00pm

節數：6節

地點：MS房

費用：\$260

負責人：導師陳家傑

備註：1) 外聘伸展運動導師教授
2) 參加者須穿著運動服及運動鞋



家長活動

欣悅雅聚

編號：RDSC0002009LSG06-00

簡介：由匯愛家長資源中心職員介紹其服務內容，讓參加者能更認識社會上的資源。

對象：會員家屬

名額：10人

日期：11/9/2020 (五)

時間：9:30am-11:30am

節數：1節

地點：九龍灣

費用：免費

負責人：社工呂明恩、導師陳家傑

備註：此活動與匯愛家長資源中心合辦

7-9月份活動推介

專職治療

溝通「鼓鼓」下

編號：RDSC0002008LSG13-00
簡介：以澳洲Holyoake Drumbeat 活動作藍本，透過非洲鼓讓會員學習與他人的不同溝通模式及技巧。
對象：15歲或以上會員
名額：6人
日期：7/8 - 28/8/2020 (逢五)
時間：4:15pm-5:15pm
節數：4節
地點：Drop in房
費用：免費
負責人：臨床心理學家劉可欣

有情細閱

編號：RDSC0002008LSG14-00
簡介：模擬不同的社交情況，引導會員如何有效調節及表達情緒。透過實際演習加強於日常生活的交流及調節能力。
對象：15歲或以上會員
名額：6人
日期：7/8 - 28/8/2020 (逢五)
時間：5:15pm-6:15pm
節數：4節
地點：Drop in房
費用：免費
負責人：臨床心理學家劉可欣



預防中風講座

編號：RDSC0002008LSG15-00
簡介：教導會員和家屬認識中風成因和徵狀、即時處理方法及如何預防中風
對象：會員及家屬
名額：6人
日期：20/8/2020(四)
時間：4:30pm-5:30pm
節數：1節
地點：日間護理室
費用：免費
負責人：護士賴玲玲

7-9月份活動推介

社交活動

『自家製』生日派對 (A組)

編號：RDSC0002009LSG01-00
簡介：與參加者一同製作生日蛋糕，並與7-9月生日之會員慶祝生日，分享喜悅。
對象：15歲或以上會員
名額：6人
日期：26/9/2020 (六)
時間：9:30am-11:00am
節數：1節
地點：ADL房
費用：\$90
負責人：導師張秀怡、陳百堅
備註：本區7-9月份生日之會員優先報名



『自家製』生日派對 (B組)

編號：RDSC0002009LSG02-00
簡介：與參加者一同製作生日蛋糕，並與7-9月生日之會員慶祝生日，分享喜悅。
對象：15歲或以上會員
名額：6人
日期：26/9/2020 (六)
時間：11:30am-1:00pm
節數：1節
地點：ADL房
費用：\$90
負責人：導師張秀怡、陳百堅
備註：本區7-9月份生日之會員優先報名

「疫」生活

編號：RDSC0002008LSG08-00
簡介：學習疫情下如何面對生活及情緒上的困擾。並學習用正面態度面對「疫」生活。
對象：15歲或以上會員
名額：6人
日期：27/8-17/9/2020(逢四)
時間：4:30pm-5:30pm
節數：4節
地點：ADL房
費用：免費
負責人：導師姚萊君

7-9月份活動推介

興趣活動

齊來學習非洲鼓 (17)

編號 : RDSC0002008LSG01-00
 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 : 7人
 日期 : 8/8,15/8,22/8
 5/9,19/9/2020(六)
 時間 : 3:00pm-4:30pm
 節數 : 5節
 地點 : 大Day Care房
 費用 : \$400
 負責人: 導師陳百堅
 備註 : 1) 由外聘專業音樂導師張志威教授
 2) 上季出席率達80%之會員優先報名



跆拳道

編號 : RDSC0002001LSG04-00
 簡介 : 與朋輩共同學習跆拳道的基本技巧, 以增加參加者的自信心, 促進其體藝發展及傷健共融。
 對象 : 12歲或以上會員
 名額 : 7人
 日期 : 8/8,15/8,22/8,29/8
 12/9,19/9/2020(六)
 時間 : 2:00pm-3:00pm
 節數 : 6節
 地點 : 大Day Care房
 費用 : \$260
 負責人: 導師陸嘉善
 備註 : 外聘導師, 由「國際跆拳道香港總會」委派資深教練黑帶六段周鈺琪教授



乒乓學堂

編號 : RDSC0002008LSG02-00
 簡介 : 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 : 6人
 日期 : 2/9-23/9/2020(逢三)
 時間 : 5:00pm-7:00pm
 節數 : 4節
 地點 : 體育館
 費用 : 免費
 負責人: 導師陸嘉善
 備註 : 1) 活動由恆生乒乓球學院贊助
 2) 由專業教練曾醒華先生教授
 3) 上一季出席率達80%之會員優先報名



7-9月份活動推介

興趣活動

小手黏黏樂(動物篇)

編號 : RDSC0002008LSG04-00
 簡介 : 在導師帶領下利用黏土製作小動物(小狗、兔子等), 除了為兒童帶來樂趣外, 更幫助他們的小肌肉、手眼協調和發揮創意。
 對象 : 8-12歲會員
 名額 : 6人
 日期 : 11/8-15/9/2020(逢二)
 時間 : 4:30pm-6:00pm
 節數 : 6節
 地點 : ADL房
 費用 : \$320
 負責人: 導師張秀怡
 備註 : 1) 由外聘手工藝導師教授
 2) 費用包括所有材料及物資

欣悅烘焙坊

編號 : RDSC0002008LSG05-00
 簡介 : 學習簡易烘焙技巧及烘焙安全知識, 並一同製作烘焙小食。
 對象 : 15歲或以上會員
 名額 : 6人
 日期 : 17/8-21/9/2020(逢一)
 時間 : 4:45pm-6:45pm
 節數 : 6節
 地點 : ADL房
 費用 : \$120
 負責人: 導師何蔚健
 備註 : 烘焙小食包括:
 1. 朱古力香蕉蛋糕
 2. 抹茶卷蛋
 3. 年輪蛋糕
 4. 熱香餅梳乎厘
 5. 提子鬆餅
 6. 月餅



樂韻悠揚顯真我

編號 : RDSC0002007LSG01-00
 簡介 : 讓參加者體驗透過音樂與生活結合, 學習表達自我。
 對象 : 會員
 名額 : 5人
 日期 : 12/7/2020(日)
 時間 : 3:00pm-4:00pm
 節數 : 1節
 地點 : 活動室1(鏡房)
 費用 : 免費
 負責人: 社工劉亮宜
 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。
 3. 參加者必須同意導師拍攝及攝錄活動過程作教桌及推廣用途。



7-9月份活動推介

興趣活動

心之油畫班

編號：RDSC0002008LSG06-00
 簡介：學習印象派畫家繪畫的風格，並學習運用油畫顏料及工具，藉著繪畫抒發內心世界。
 對象：15歲或以上會員
 名額：6人
 日期：20/8-24/9/2020 (逢四)
 時間：4:30pm-6:30pm
 節數：6節
 地點：活動室1(鏡房)
 費用：\$120
 負責人：導師劉慧



擴香石花盤工作坊

編號：RDSC0002008LSG07-00
 簡介：由外聘導師教授，學習製作擴香石花盤，並配上布藝花材。
 對象：15歲或以上會員
 名額：6人
 日期：3/8,10/8/2020 (一)
 時間：5:00pm-6:30pm
 節數：2節
 地點：活動室1(鏡房)
 費用：\$120
 負責人：導師劉慧

天然護膚品工作坊

編號：RDSC0002009LSG09-00
 簡介：由外聘導師教授，學習運用天然材料，製作出屬於自己的護膚品。
 對象：15歲或以上會員
 名額：6人
 日期：26/9/2020 (六)
 時間：2:00pm-4:00pm
 節數：1節
 地點：活動室1(鏡房)
 費用：\$120
 負責人：導師劉慧

欣悅布藝花

編號：RDSC0002008LSG03-00
 簡介：學習使用布料製作不同類型的花卉及花束。
 對象：15歲或以上會員
 名額：6人
 日期：19/8-23/9/2020(逢三)
 時間：4:30pm-6:00pm
 節數：6節
 地點：活動室1(鏡房)
 費用：\$5
 負責人：導師何蔚健



7-9月份活動推介

社區活動

社區關注組(A)

編號：RDSC0002009LSG03-00
 簡介：在疫情下用眼睛遊離島—東坪洲。
 對象：15歲或以上會員
 名額：7人
 日期：5/9/2020(六)
 時間：10:00am-12:00nn
 節數：1節
 地點：活動室1(無鏡房)
 費用：免費
 負責人：導師何穎思
 導師姚萊君
 備註：1) 參加者不能於同時參與社區關注組(B)
 2) 活動地點：中心

社區關注組(B)

編號：RDSC0002009LSG04-00
 簡介：在疫情下用眼睛遊離島—東坪洲。
 對象：15歲或以上會員
 名額：7人
 日期：5/9/2020(六)
 時間：2:00pm-4:00pm
 節數：1節
 地點：活動室1(無鏡房)
 費用：免費
 負責人：導師何穎思
 導師姚萊君
 備註：1) 參加者不能於同時參與社區關注組(A)
 2) 活動地點：中心

開心融樂組-義工小組

編號：RDSC0002009LSG05-00
 簡介：有想過您也可以服務他人嗎？本小組希望招募有承擔、有責任感的會員成為義工，幫助社會上有需要人士，建立共融社會。內容包括義工培訓、協助籌備及舉行義工活動等。期望參加者可以從中學習社交技巧、培養責任心、領導才能等，發揮助人自助的精神。
 對象：15歲或以上會員
 名額：6人
 日期：1-22/9/2020(逢二)
 時間：4:30pm-6:30pm
 節數：4節
 地點：活動室1(鏡房)
 費用：免費
 負責人：導師何蔚健、導師姚萊君
 備註：1) 曾參與開心融樂組之會員優先
 2) 參加者如沒有參加之前舉辦的義工小組，需接受義工培訓



七手八腳嘆吓茶(20年春夏篇)

編號：RDSC0002004LSG05-00
 簡介：凝聚肢體傷殘的朋友互相認識，建立支援網絡，並一同討論外出活動內容
 對象：12歲或以上肢體傷殘之會員
 名額：5人(只餘名額3人)
 日期：8月(中心聚餐)：待定
 9月(外出茶聚)：待定
 9月(外出活動)：待定
 時間：8月(中心聚餐)及9月(外出茶聚)：10:30am-3:00pm
 9月(外出活動)：待定
 節數：3節
 地點：待定
 費用：\$80
 負責人：導師陸嘉善
 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) 膳食及其他自費



7-9月份活動推介

童軍活動

特能童軍招募之藝術在身邊(A)

編號：RDSC0002008LSG16-00
 簡介：學習群體生活，戶外活動體驗，進行社區服務。
 對象：11-15歲(童軍)及18-23歲(樂行童軍)
 名額：7人
 日期：8/8,15/8,22/8,5/9,12/9/2020(六)
 時間：9:30am-11:00am
 節數：5節
 地點：大Day Care房
 費用：\$50
 負責人：社工呂明恩，導師張秀怡、陳百堅及何穎思
 備註：1) 是季主題：藝術
 2) 童軍招募需經由社工甄選

特能童軍招募之藝術在身邊(B)

編號：RDSC0002008LSG09-00
 簡介：學習群體生活，戶外活動體驗，進行社區服務。
 對象：11-15歲(童軍)及18-23歲(樂行童軍)
 名額：6人
 日期：8/8,15/8,22/8,5/9,12/9/2020(六)
 時間：9:30am-11:00am
 節數：5節
 地點：大Day Care房
 費用：\$50
 負責人：社工呂明恩，導師張秀怡、陳百堅及何穎思
 備註：1) 是季主題：藝術
 2) 童軍招募需經由社工甄選



特能童軍之活力藝團(A)

編號：RDSC0002009LSG07-00
 簡介：認識不同藝術範疇，同時亦可製作一些成品，藉以發展童軍藝術才能。
 對象：11-15歲(童軍)及18-23歲(樂行童軍)
 名額：7人
 日期：19/9/2020(六)
 時間：9:30am-1:00pm
 節數：1節
 地點：大Day Care房
 費用：\$50
 負責人：社工呂明恩，導師張秀怡、陳百堅及何穎思
 備註：1) 基於疫情關係，童軍週年將會延期，日期待定；
 2) 必須最少出席四次本期童軍集會，方可參加是次活動

特能童軍之活力藝團(B)

編號：RDSC0002009LSG08-00
 簡介：認識不同藝術範疇，同時亦可製作一些成品，藉以發展童軍藝術才能。
 對象：11-15歲(童軍)及18-23歲(樂行童軍)
 名額：6人
 日期：19/9/2020(六)
 時間：9:30am-1:00pm
 節數：1節
 地點：大Day Care房
 費用：\$50
 負責人：社工呂明恩，導師張秀怡、陳百堅及何穎思
 備註：1) 基於疫情關係，童軍週年將會延期，日期待定；
 2) 必須最少出席四次本期童軍集會，方可參加是次活動

7-9月份活動推介

靈性活動

欣悅團契-耶穌的比喻(A)

編號：RDSC0002007LSG13-00
 簡介：耶穌在世時常常以簡易的比喻說出生道理，是季團契讓會員透過了解耶穌的比喻，從中學習基督教的道理，並會唱頌基督教詩歌、分享日常生活、互相支持及代禱。
 對象：15歲或以上會員
 名額：6人
 日期：9/7-13/8/2020 (逢四)
 時間：4:30pm-5:45pm
 節數：6節
 地點：活動室1(鏡房)
 費用：免費
 負責人：導師劉慧

欣悅團契-耶穌的比喻(B)

編號：RDSC0002007LSG14-00
 簡介：耶穌在世時常常以簡易的比喻說出生道理，是季團契讓會員透過了解耶穌的比喻，從中學習基督教的道理，並會唱頌基督教詩歌、分享日常生活、互相支持及代禱。
 對象：15歲或以上會員
 名額：6人
 日期：9/7-13/8/2020 (逢四)
 時間：5:45pm-7pm
 節數：6節
 地點：活動室1(鏡房)
 費用：免費
 負責人：導師劉慧

發出颱風警告及暴雨警告下 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 NW 西紅 SW 西南 NE 東北 SE 東南	×	×	×	×
3號風球 ㄣ3	×	×	×	× [△]
1號風球 T1	✓	✓	*	✓
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。

2020年7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 香港特別行政區 成立紀念日	2	3	4	5
6	7	8	9 欣悅團契-耶穌的比喻(A) 4:30pm-5:45pm 欣悅團契-耶穌的比喻(B) 5:45pm-7:00pm	10	11	12 樂韻悠揚顯真我 3:00pm-4:00pm
13	14	15	16 欣悅團契-耶穌的比喻(A) 4:30pm-5:45pm 欣悅團契-耶穌的比喻(B) 5:45pm-7:00pm	17	18	19
20	21	22	23 欣悅團契-耶穌的比喻(A) 4:30pm-5:45pm 欣悅團契-耶穌的比喻(B) 5:45pm-7:00pm	24	25	26
27	28	29	30 欣悅團契-耶穌的比喻(A) 4:30pm-5:45pm 欣悅團契-耶穌的比喻(B) 5:45pm-7:00pm	31		

2020年8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 擴香石花盤工作坊 5:00pm-6:30pm	4	5	6 欣悅團契-耶穌的比喻(A) 4:30pm-5:45pm 欣悅團契-耶穌的比喻(B) 5:45pm-7:00pm	7 溝通「鼓鼓」下 4:15pm-5:15pm 有情細閱 5:15pm-6:15pm	8 齊來學習非洲鼓 (17) 3:00pm-4:30pm 胎風 2:00pm-3:00pm 特能運軍招募之藝術在身邊(A) 9:30am-11:00am 特能運軍招募之藝術在身邊(B) 9:30am-11:00am	9
10 擴香石花盤工作坊 5:00pm-6:30pm	11 小手黏黏樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm	12	13 欣悅團契-耶穌的比喻(A) 4:30pm-5:45pm 欣悅團契-耶穌的比喻(B) 5:45pm-7:00pm	14 溝通「鼓鼓」下 4:15pm-5:15pm 有情細閱 5:15pm-6:15pm	15 齊來學習非洲鼓 (17) 3:00pm-4:30pm 胎風 2:00pm-3:00pm 特能運軍招募之藝術在身邊(A) 9:30am-11:00am 特能運軍招募之藝術在身邊(B) 9:30am-11:00am	16
17 欣悅烘焙坊 4:45pm-6:45pm	18 小手黏黏樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm 家長伸展班(A) 10:00am-11:00am 家長伸展班(B) 11:00am-12:00am	19 欣悅布藝花 4:30pm-6:00pm	20 心之油畫班 4:30pm-6:30pm 預防中風講座 4:30pm-5:30pm	21 溝通「鼓鼓」下 4:15pm-5:15pm 有情細閱 5:15pm-6:15pm	22 齊來學習非洲鼓 (17) 3:00pm-4:30pm 胎風 2:00pm-3:00pm 特能運軍招募之藝術在身邊(A) 9:30am-11:00am 特能運軍招募之藝術在身邊(B) 9:30am-11:00am	23
24 欣悅烘焙坊 4:45pm-6:45pm	25 小手黏黏樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm 家長伸展班(A) 10:00am-11:00am 家長伸展班(B) 11:00am-12:00am	26 欣悅布藝花 4:30pm-6:00pm	27 心之油畫班 4:30pm-6:30pm 「疫」生活 4:30pm-5:30pm	28 溝通「鼓鼓」下 4:15pm-5:15pm 有情細閱 5:15pm-6:15pm	29 胎風 2:00pm-3:00pm	30

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

6	5	4	3	2	1	
齊來學習非洲鼓 (17) 3:00pm-4:30pm 社區關注組(A) 10:00am-12:00nn 社區關注組(B) 2:00pm-4:30pm 特能童軍招募之藝術在身邊(A) 9:30am-11:00am 特能童軍招募之藝術在身邊(B) 9:30am-11:00am	欣悅團契-耶穌的比喻(A) 4:30pm-5:45pm 欣悅團契-耶穌的比喻(B) 5:45pm-7:00pm	心之油畫班 4:30pm-6:30pm 「疫」生活 4:30pm-5:30pm	心之油畫班 4:30pm-6:30pm 「疫」生活 4:30pm-5:30pm	乒乓學堂 5:00pm-7:00pm 欣悅布藝花 4:30pm-6:00pm	小手黏黏樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm 開心融樂組-義工小組 4:30pm-6:30pm 家長伸展班(A) 10:00am-11:00am 家長伸展班(B) 11:00am-12:00nn	
13	12	11	10	9	8	7
胎風 2:00pm-3:00pm 特能童軍招募之藝術在身邊(A) 9:30am-11:00am 特能童軍招募之藝術在身邊(B) 9:30am-11:00am	欣悅雅聚 9:30am-11:30am	心之油畫班 4:30pm-6:30pm 「疫」生活 4:30pm-5:30pm	心之油畫班 4:30pm-6:30pm 「疫」生活 4:30pm-5:30pm	乒乓學堂 5:00pm-7:00pm 欣悅布藝花 4:30pm-6:00pm	小手黏黏樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm 開心融樂組-義工小組 4:30pm-6:30pm 家長伸展班(A) 10:00am-11:00am 家長伸展班(B) 11:00am-12:00nn	欣悅烘焙坊 4:45pm-6:45pm
20	19	18	17	16	15	14
齊來學習非洲鼓 (17) 3:00pm-4:30pm 胎風 2:00pm-3:00pm 特能童軍之活力藝團(A) 9:30am-11:30am 特能童軍之活力藝團(B) 9:30am-11:30am	齊來學習非洲鼓 (17) 3:00pm-4:30pm 胎風 2:00pm-3:00pm 特能童軍之活力藝團(A) 9:30am-11:30am 特能童軍之活力藝團(B) 9:30am-11:30am	心之油畫班 4:30pm-6:30pm 「疫」生活 4:30pm-5:30pm	心之油畫班 4:30pm-6:30pm 「疫」生活 4:30pm-5:30pm	乒乓學堂 5:00pm-7:00pm 欣悅布藝花 4:30pm-6:00pm	小手黏黏樂(動物篇) 4:30pm-6:00pm 開心融樂組-義工小組 4:30pm-6:30pm 家長伸展班(A) 10:00am-11:00am 家長伸展班(B) 11:00am-12:00nn	欣悅烘焙坊 4:45pm-6:45pm
27	26	25	24	23	22	21
「自家製」生日派對 (A) 9:30am-11:00am 「自家製」生日派對 (B) 11:30am-1:00pm 天然護膚品工作坊 2:00pm-4:00pm	「自家製」生日派對 (A) 9:30am-11:00am 「自家製」生日派對 (B) 11:30am-1:00pm 天然護膚品工作坊 2:00pm-4:00pm	心之油畫班 4:30pm-6:30pm	心之油畫班 4:30pm-6:30pm	乒乓學堂 5:00pm-7:00pm 欣悅布藝花 4:30pm-6:00pm	開心融樂組-義工小組 4:30pm-6:30pm 家長伸展班(A) 10:00am-11:00am 家長伸展班(B) 11:00am-12:00nn	欣悅烘焙坊 4:45pm-6:45pm
					29	28

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 4029及郵寄：九龍觀塘福塘道4號啟能綜合康復服務大樓8樓遞交)。

本中心WhatsApp廣播傳輸電話號碼：
+852 5245 2096

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5245 2096為聯絡人
 (2) _____ (關係: _____) ; 已於電話加入5245 2096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