

**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 4708

網 址：www.cfsc.org.hk

E-mail：cheerfulplace@cfsc.org.hk



CHEERFUL PLACE
欣悅坊
地區支援中心 (觀塘東)

**2014年10-12月
中心季刊**



2014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

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。

目錄

中心簡介	
個人資料私隱條例修訂	P.01
本期活動報名須知	P.01
托管服務報名須知	P.02
欣悅優惠大獎賞	P.02
服務介紹 — 嚴重殘疾人士日間護理及照顧服務	P.02
中心特別通告	P.03
· 續會通知	
· 收取季刊新方法	
· 機構60週年慶典	
SQS精明眼	P.04
社區資訊站 - 嚴重殘疾人士家居照顧服務	P.05
生活彩筆 — 糖尿病	P.06-07
快樂時光照相館	P.08-10
欣悅坊猛料活動預告	P.11
『家長學堂』- 10-12月份家長活動推介	P.12-13
心培計劃	P.14
特能童軍	P.15
10-12月份活動推介	P.16-20
活動時間表	P.21-23
報名表	P.25
發出颱風警告及暴雨警告	
各項小組或活動應變安排	

個人資料私隱條例修訂

簡介：於1/5/2013起，個人資料私隱條例已更新，故中心有以下更新說明，請各會員留意：

注意事項

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。

Notice

Your personal data will be used by Christian Family Service Centre(CFSC) for purpose of issuing receipts, communications, fundraising, volunteer recruitment and conducting surveys for CFSC. Your personal data will be treated as strictly confidential and saved in our encrypted database. The personal data being collected via the present means, other than being utilized as the purposed above mentioned, will not be sold, traded or rented in and forms through any means to any other parties.

If you object your personal data being utilized for the above proposed, please contact CFSC at 2191 3138 or email the request to cheerfulplace@cfsc.org.hk. If CFSC do not receive your objection for utilizing your personal data for the above purposed, CFSC shall assume that you have no objection for utilizing your personal data for the above purposes until CFSC receives your further notification.

本期活動報名須知

1. 本區會員可於2014年9月13日報名，非本區會員可於2014年9月16日報名。
2. 報名可透過親臨、傳真、電郵、電話或郵遞等方式；
3. 可以現金或劃線支票（抬頭：基督教家庭服務中心）繳付費用；
4. 參加者必須於報名後7天內繳交全數費用，否則中心有權取消參加者預留之名額；
5. 低收入家庭可向社工申請減免費用；
6. 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。
7. 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。

服務介紹

嚴重殘疾人士日間護理及照顧服務

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予嚴重殘疾人士，以維持他們現有功能，並減輕照顧者負擔及壓力。

服務對象

15-59歲嚴重智障 / 肢體傷殘人士
沒有輪候嚴重殘疾人士護理院宿位之人士優先
沒有傳染病或急性醫療問題
無嚴重自我傷害及傷害他人行為或嚴重適應問題
不一需長期臥床或高度護理

服務名額

每日五名

服務時間

星期一至五上午九時至下午六時（公眾假期除外）

項目收費

每日\$60或 每月\$988（兩者收費包午餐）

申請方法

可由社工轉介 或 自行向本中心社工查詢

備註

使用嚴重殘疾人士日間照顧服務必須成為本中心會員

託管服務報名須知

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。
2. 長假期託管服務須留意附頁單張或聯絡中心職員。

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津貼參與小組一個（童軍活動、基金活動及心培訓練除外）。
2. 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）。
3. 津貼以實報實銷形式，只可作活動費之用，不可對兌現金。
4. 以上優惠只適用於欣悅坊會員（會員家屬除外）。
5. 每次只可使用一張獎賞卡報名。
6. 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。
7. 如有任何爭議，『欣悅坊』保留最終決定權。
8. 詳情可致電本中心與社工何姑娘聯絡。

中心特別通告

續會通知
由即日起，會員可攜同舊會員証到本中心辦理2015年續會手續，全年費用\$21。

收取季刊新方法

如會員欲透過電郵收取本中心季刊，請發電郵到 cheerfulplace@cfsc.org.hk，日後在您的電郵裡，每三個月能收到新一期的欣悅坊季刊。

機構60週年慶典

基督教家庭服務中心今年60歲大壽，換言之已為全港市民服務了60年，本機構將會大肆慶祝，活動資料詳見11頁。

凡由社會福利署資助的服務單位，都必須建立一套符合中心特色的服務質素標準（SQS），上期已簡介SQS12知情的選擇，今期介紹SQS13。

SQS13 - 私人財產政策

私人財產之定義

- 凡服務使用者擁有之金錢或物品均屬其私人財產。

執行指引

- 社工或導師會向家屬聲明中心不鼓勵服務使用者在接受服務期間攜帶任何貴重物品回中心，包括金錢、金飾、玉器、遊戲機、影音及電子產品等。
- 服務使用者發現遺失物品，需盡快通知中心員工，以便協助尋找。找尋不獲，員工要通知家人。若財物十分貴重，家屬可考慮報警求助，中心需協助提供資料。
- 職員平日教導會員怎樣保管自己財物，及其物件應如何存放及處理。
- 若發現沒有會員姓名的物品，員工需先嘗試辨認有關物品，若無法認出，安排家屬到中心辨認，始終無法認出，中心會安排棄掉。

財物代管

- 中心不會接納私人財產代管。

私人財產借用

- 絕對禁止職員向會員及其家屬借取金錢。
- 中心亦不會向會員及家屬借取任何私人物件。
- 對於會員間互相借取個人財物，中心會按需要作出勸喻及介入處理，避免引起彼此爭拗，並通知其家屬。

中心拾獲物品處理

- 先請各員工嘗試辨認。
- 請會員或到訪的家屬嘗試辨認。
- 張貼通告通知經常到中心的會員，物主需自行聯絡社工，說出物品的特徵，方可認領。
- 若以上步驟均沒結果，會把有關物品暫為保存至一個，月一個月後便會棄掉。

SQS13已初步簡述了，如需要更了解SQS13，可向本中心的職員借閱。



社區資訊站 - 嚴重殘疾人士家居照顧服務

背景

為加強對嚴重肢體傷殘和嚴重智障人士的支援，社會福利署（社署）於2011年3月起推出為期三年的『嚴重殘疾人士家居照顧服務先導計劃』（先導計劃），提供以家居為本的照顧服務。鑑於先導計劃反應良好，能切合需要，社署在2014年3月，把服務常規化，並把服務擴展至全港各區及非輪候院舍的嚴重殘疾人士，持續地為他們提供家居為本的綜合到戶服務，減輕其家人/照顧者的壓力，並協助嚴重殘疾人士留在社區生活，全面融入社會。

服務對象

- 正輪候資助住宿服務，包括：嚴重弱智人士宿舍、嚴重肢體傷殘人士宿舍、或嚴重殘疾人士護理院的嚴重殘疾人士；
- 經『嚴重殘疾人士家居照顧服務評估工具』評定為合乎資格的嚴重殘疾人士；
- 就讀肢體傷殘兒童學校或嚴重智障兒童學校的嚴重殘疾人士；
- 以上嚴重殘疾人士的家人/照顧者

服務內容

- 嚴重殘疾人士家居照顧服務將以配套綜合到戶服務模式提供，並由專業服務團隊制定及推行切合服務使用者需要的服務計劃。服務內容包括：
 - 個人照顧服務
 - 接送服務
 - 職業治療/物理治療康復訓練服務
 - 護理服務
- 照顧者支援服務

服務區域 服務由6個非政府機構營辦，服務範圍將全港劃分為以下6大區域提供：

區域	服務範圍	負責營辦機構	聯絡電話
香港	中西南區及離島、東區及灣仔	東華三院	2803 2103
九龍1	九龍城及油尖旺區、深水埗、將軍澳	循道衛理楊震社會服務處	2337 9966
九龍2	觀塘、黃大仙	基督教家庭服務中心	3996 8515
新界1	沙田、大埔及北區、西貢	香港耀能協會	2602 8900
新界2	荃灣、元朗、天水圍	保良局	2486 3888
新界3	屯門、葵涌、青衣	鄰舍輔導會	2618 0411

申請方法

嚴重殘疾人士及其家人/照顧者可直接向服務單位提出或經社工向服務單位申請。

*資料由社會福利署提供



生活彩筆

護士：鄧依蘭

糖尿病現時香港情況，就約有七十萬港人患糖尿病，即每十個人當中便有一人是病患者，數目亦有持續上升的趨勢。其主要原因是跟我們的不良飲食習慣、肥胖及缺乏運動有莫大關係。

糖尿病的種類 糖尿病可分為一型及二型：

	一型糖尿病 (又稱胰島素倚賴型)	二型糖尿病 (又稱非胰島素倚賴型)
成因	- 病因是製造胰島素的細胞受到破壞，因而不能製造足夠胰島素，引致血糖升高 - 與遺傳及免疫系統因素有關	- 病因是胰島素分泌較少，或身體對胰島素產生抗拒性 - 與遺傳、不良飲食習慣、肥胖及缺乏運動因素有關
患病人士	多為兒童及年青人	- 多為中年以上的人士 ** 在香港超過九成的糖尿病患者屬二型糖尿病患者 - 患有高血壓及高血脂 - 肥胖人士 - 有直屬親人患有糖尿病，其得糖尿病的機會較一般人為高
病情發展	發病一般較急	發病較慢，病徵較不明顯，部分患者初期並不察覺
治療方法	需注射胰島素以控制血糖	二型糖尿病的治療方法因人而異。輕微的可以透過實踐健康生活方式，如控制體重、改善飲食及定時運動來穩定血糖的水平，較嚴重的則需要口服降血糖藥，甚至注射胰島素。

糖尿病的病徵

患有糖尿病對患者的生活甚受影響，典型的特徵是「三多一少」：多尿、多飲、多食、消瘦。其他症狀包括：氣力減少、四肢痠麻、腰背痛、頑固性腹瀉或便秘、全身瘙癢、視力減弱、手腳刺痛或麻痺及體重下降等。可怕之處在於它可引致多種嚴重的併發症，包括肺結核、尿道感染、霉菌感染等。長期的病患者更可能有血管的病變。對於病患者及其家人，所帶來的痛苦實在不少。而對於長者，因身體狀況一般較差，其影響及傷害便更大。

治療方法 至目前為止，在醫學上未能完全根治糖尿病，但可透過以下的方法來控制病情：

保持標準體重，同時要減少吃高脂肪食物如煎炸、多醬汁及高糖食，亦要減少出外進食次數。進食時亦可配合高纖維食物如糙米、蔬菜、水果及豆類，以減慢血糖上升，減低身體對胰島素的需要。

均衡飲食

多做運動，保持活躍生活；用步行代替電梯及飯後多散步，既可促進血液循環，改善血管健康，又可增加身體對胰島素的敏感度。

適量運動

應按醫生指示服用降血糖藥物或胰島素注射劑，以免產生不良反應。

藥物治療

預防糖尿病

- 從小培養良好飲食習慣，採用低脂、低鹽、低糖、高纖維的飲食模式
- 多做運動，消耗熱量，增加身體對胰島素的敏感度，例如保持每週三次騎腳踏車、散步或游泳。在日常生活中，偶爾以騎腳踏車代替駕車或乘坐交通工具，或行樓梯而不乘搭電梯，藉以達到足夠的運動量
- 控制血糖、血脂肪和血壓
- 至少一年檢查眼睛一次
- 多做足部運動
- 經常檢查足部，預防足部受傷
- 預防尿道感染
- 早期偵測尿中的「微量白蛋白」，及早治療
- 高危人士要定時接受血糖檢查

*資料由衛生署提供



快樂時光
照相館

欣悅龍舟隊



再度蟬聯季軍，又有
燒豬食，可喜可賀



喜躍欣悅醒獅隊



參加者認真學習，似模似樣，
希望日後能為大家表演



欣悅會員大會之同遊花世界



會員及家屬開心同遊，促進感情好方法



南丫天空高掛我的夢



遠離市區，親親大自然，身心舒暢



遊走藝術



參觀不同藝術地點，
增加修養話咁易



家長同來焗蛋糕



家長用心
製作蛋糕，
製成品不
失禮嚟



廠出新天地之 Cup Cake 樂趣多



家長整蛋糕，會員整Cup-Cake，各有各樂趣

心培活動 心培活動多，會員笑呵呵



〈恐龍展覽〉



〈玩具展覽〉



〈熊貓展覽〉



欣悅坊猛料活動預告

機構60週年慶祝活動

本機構今年60週年，以友善社區、更美好的生活及家庭、永續環境及公平社會為是次活動主題，歡迎各界蒞臨參與，有關資料如下：

日期：2014年10月19日（星期日）

舉行地點：1 海濱道巧明界交界的天橋底
2 翠屏道3號愛心廣場
3 塘福道4號地下
4 觀塘道2號A

舉行時間：早上10:00-下午4:30

活動內容：攤位遊戲、小食製作、名人示範、皮革製作、健康測試、facial painting 及 手繪……等等

費用：全免

備註：設有穿梭巴士往來四個舉行地點

活動詳情本中心於稍後公佈

「夢想樂飛揚」計劃之自悠創·藝共融繪畫比賽

計劃負責人：王龍姑娘

各位會員，本中心今年獲得伊利沙伯女皇弱智人士基金的贊助，推行「自悠創·藝共融 繪畫比賽暨展覽」活動，透過繪畫表達傷健共融的精神，誠意邀請及鼓勵大家積極參與。以下為活動簡介：

比賽主題：以「和諧共融 平等尋夢」為繪畫主題，表達智障人士與健全人士都可追尋夢想，不分你我，互相支持及欣賞的信息。

對象：「展能組」- 6歲或以上之智障人士 及
「公開組」- 6歲或以上之社區人士

獎項：「展能組」及「公開組」分別設有：
◆ 冠軍1名：\$1000（禮券）及獎座
◆ 亞軍1名：\$800（禮券）及獎座
◆ 季軍1名：\$600（禮券）及獎座
◆ 優異獎20名：\$100（禮券）及獎狀

截止遞交日期：

由即日起直至30/11/2014，下午六時（郵寄以截郵日期為準）。

如欲參與，請向龍姑娘索取活動的詳細章程。

★「家長學堂」學習計劃★

「家長學堂」學習計劃是針對家長需要而設的創新學習計劃，旨在擴闊參加者的視野，增強個人自信及豐富其生活。而透過他們自訂的學習課程，能夠刺激他們的學習思維、發揮個人潛能，從而開創更精彩的人生。

課程內容

本計劃設有不同範疇的課程，供家長自行選擇，當中包括學術、藝術、人際和生活等，內容均針對家長的生活所需，讓家長更有效地處理各個生活環節。家長透過學習實用的知識、技巧和態度，以便培養子女在不同成長階段的全人發展。

另外，於年終的畢業嘉年華會展示家長的作品及技能，亦會根據家長修畢課程的累積積分，而頒發不同級別的「家長學堂」學習計劃證書。

積分計劃 - 記錄自我提升的階段成就

參加者若成功修畢一個單元課程，可獲 5 個積分。成功修畢兩個單元課程，可獲10個積分，如此類推。而本計劃亦設有很多特別活動，而參加者出席每個特別活動可獲得10個額外積分。
*成功修畢一個單元，是指該出席率達70%或以上。參加者出席特別活動，可獲10分。

家長修畢課程後累積下列「積分」

「家長學堂」學習計劃證書（鑽石）累積60積分
「家長學堂」學習計劃證書（金獎）累積40積分
「家長學堂」學習計劃證書（銀獎）累積30積分
「家長學堂」學習計劃證書（銅獎）累積20積分

可獲本單位頒發不同級別的「家長學堂」學習計劃證書，詳情如下：

家長小組

結伴行之家長田地

141001DSCDO

簡介 體驗有機耕種，開展綠色生活。亦讓家長認識有機耕種及其好處及提升家長的環保意識。

對象 會員家屬

名額 10名

日期 8/10、22/10、5/11、19/11、3/12及17/12（三）

時間 10-11am

節數 6節

地點 九龍灣都市綠洲

費用 免費

負責人 社工謝凱雯、導師何禮傑、黎靜蓮

備註 1) 有茶點提供。
2) 本活動由社會福利署觀塘區福利辦事處資助。

5分

結伴行之不織布甜品

141002DSCDO

簡介 透過手工藝製作增加照顧者彼此間的認識，鞏固社交網絡及舒緩照顧壓力。

對象 會員家屬

名額 8人

日期 14/10、28/10、11/11及25/11（二）

時間 10am-12:30pm

節數 4節

地點 705室

費用 \$10(包材料費用)

負責人 社工謝凱雯

備註 1) 由中心家長義務教授
2) 本活動由社會福利署觀塘區福利辦事處資助。

5分

結伴行之家長電腦手機來學習2

141003DSCDO

簡介 學習電腦和智能電話的基本操作，認識電郵社交網頁(YAHOO、FACEBOOK)及應用程式(Whatsapp、line、Google map)，藉以擴闊家長的資訊常識。

對象 會員家屬

名額 6名

日期 16/10-20/11（四）

時間 10:30am-12nn

節數 6節

地點 512室

費用 \$20

負責人 導師何禮傑

備註 1) 參加者必須自備智能電話。
2) 參加者須自備上網數據，中心不提供WiFi。
3) 中心提供電腦，不懂中文打字也可參加。
4) 本活動由社會福利署觀塘區福利辦事處資助。

5分

結伴行之瑜伽達人

141005DSCDO

簡介 學習瑜伽基本技巧，分享運動心得，藉此放鬆心情，舒緩壓力！

對象 會員家屬

名額 8名

日期 27/10-15/12（一）

時間 10:15-11:45am

節數 8節

地點 705室

費用 \$50

負責人 導師何穎思

備註 1) 自備瑜伽墊及毛巾。
2) 由專業導師張惠兒女士教授。
3) 曾參與7-9月瑜伽樂趣多組員優先報名。
4) 活動由社會福利署觀塘區福利辦事處資助。

5分

結伴行之健康麻雀班

141101DSCDO

簡介 透過學習廣東麻雀的基本打法及規則，靈活腦筋/手部肌能之餘，亦能擴闊社交圈子。

對象 會員家屬

名額 4名

日期 7/11-5/12（逢五，28/11暫停）

時間 10:30am-1pm

節數 4節

地點 711室

費用 免費

負責人 導師黎靜蓮

備註 1) 適合初學者。
2) 以籌碼進行訓練，訓練後不可兌換金錢。
3) 本活動由社會福利署觀塘區福利辦事處資助。

5分

家長活動

結伴行之同行建關懷II

141004DSCDO

簡介 讓殘疾人士照顧者認識更多復康服務和各種家屬組織/團體，促進彼此交流，提升照顧者的生活質素並建立社區支援網絡。

對象 會員家屬

名額 20人

日期 3/10（五）

時間 9:30am-12:30pm

節數 1節

地點 懷智將軍澳綜合復康服務中心

費用 免費

負責人 社工謝凱雯

備註 1) 有茶點提供。
2) 本活動由社會福利署觀塘區福利辦事處資助。

5分

結伴行家長行山樂之碇甸乍山郊遊徑

141102DSCDO

簡介 乘港鐵到筲箕灣轉巴士至石澳道，沿小徑至馬塘坳，然後沿碇甸乍山郊遊徑而行至觀海亭，在此可遠眺石澳及大浪灣一帶的景色，最後經歌連臣角道下行至小西灣。（難度：★★★★★）

對象 會員家屬

名額 10人

日期 18/11（二）

時間 9:30am-3pm

節數 1節

地點 港島

費用 \$10

負責人 導師黎靜蓮及何禮傑

備註 1) 中心七樓集合。
2) 自備車資、乾糧、飲料、晴雨天用品。
3) 可選擇於小西灣(約2:00pm)或觀塘(3:00pm)解散。
4) 本活動由社會福利署觀塘區福利辦事處資助。

5分



心培計劃

計劃理念：以能耐為本之精神為基礎，以服務使用者為本，並善用環境發展服務使用者長處，內容包括工作技能、個人生活、藝術發展、健體肌能、社區融合及學術領域六個範疇，促進個人的成長。

舉行日期：2014年10月至12月

舉行時間：上午9:00至下午4:00

費用：每天\$20（\$5冷氣費及\$15膳食）

備註：須由本單位社工推薦

	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	手作仔 發揮創意，學習製作常用的頭飾	舞出真我 學習社交舞蹈，訓練腿部肌肉及協調能力。	製作小禮物 運用不同工具及物料製作小衣物	賀卡製作 使用紙品及布料，製作出賀卡	食得是福 認識食物分類及其相關食物營養
下午12:00-2:00	午膳及社交康樂時間				
下午2:00-4:00	學術領域 認識中國語文聽說讀寫，提升溝通技巧	永續環境 利用舊報紙製成有用的燈罩	創意天地 學習繪畫及技巧創作出自己的証件套	非洲鼓 學習以非洲鼓奏樂	藝術領域 學習顏色配對及大小，製作出馬賽克相架
下午4:00	是日活動完結				

特能童軍

特能童軍招募

140427DSC-OCT

對象：7歲半-11歲（幼童軍）

11歲-15歲（童軍）

18-23歲（樂行童軍）

內容：學習群體生活、體會野外活動、進行社區服務……等等

集會日期：18、25/10、1、8、22/11/2014（週六）

集會時間：上午9:30-11:30

集會地點：中心5樓飯堂或九龍灣都市綠洲

費用：每季\$60

負責人：社工何倩影、導師關竣文、何穎思、黎靜蓮

本期主題：學習種植植物及認識植物生長所需的要素。

（特能童軍2014秋季集會140427DSC-5）

特能童軍之香港頂峰一日遊

140427DSC-6

對象：特能童軍成員

內容：由大帽山的扶輪公園步行至大帽山頂，並於樹木研習徑漫步，感受秋天的大自然氣息。

日期：6/12/2014（星期六）

舉行時間：早上9:00至下午5:00

舉行地點：大帽山

費用：\$60（包午餐餐盒及單程回程旅遊巴）

負責人：社工何倩影、導師關竣文、何穎思、黎靜蓮

備註：1. 需自備去程車資。

2. 需穿著運動服飾

3. 帶備足夠的食水、防曬用品及雨具

4. 最少出席三次的本期童軍集會，方可參加是次活動。



就業錦囊

2014年10-12月會員活動推介

悅坊小廚

141001DSC

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 3/10-19/12 (五)
時間 9am-12nn
節數 12節
地點 505-506室
費用 免費
負責人 導師陳浩兒

興趣學習

齊來學習非洲鼓

141003DSC

簡介 由外聘專業音樂導師教授，配合歌曲的節奏及拍子，讓會員學習拍打非洲鼓技巧。
對象 會員及家屬
名額 12人
日期 4/10-20/12 (六)
時間 4-5pm
節數 12節
地點 5樓
費用 \$600.00
負責人 導師關竣文
備註 1. 由外聘專業音樂導師張志威教授。
2. 家人可陪同會員一起上課。

「夢想樂飛揚」計劃之 跆拳道(第二季)

141005DSC

簡介 與社區人士共同學習跆拳道的基本技巧，以增加參加者的自信心，促進其體藝發展及促進傷健共融。
對象 12歲或以上會員
名額 13人
日期 11/10、18/10、8/11、15/11、29/11、6/12、13/12、20/12 (六)
時間 5-6pm
節數 8節
地點 705室
費用 \$40
負責人 導師陳浩兒
備註 1) 本計劃由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助。
2) 外聘「智樂跆拳道會」區迪祺教練教授。
3) 曾參加跆拳道(第一季)之會員優先報名。

陽光大使

141002DSC

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 3/10-19/12 (五)
時間 9am-12nn
節數 12節
地點 505-506室
費用 免費
負責人 導師何穎思

特別任務(SQS 9-16)

141004DSC

簡介 透過講解及遊戲，讓參加者重溫本中心的9-16服務質素標準，從而了解中心運作。
對象 15歲或以上會員
名額 8人
日期 6/10-27/10 (一)
時間 4-5pm
節數 4節
地點 506室
費用 免費
負責人 社工龍又稱

「夢想樂飛揚」計劃之智樂團· 繫社群(第二季)(我要做記者)

141006DSC

簡介 會員一同嘗試做編輯、採訪及資料搜集。同心協力製作一份社區報。
對象 12歲或以上會員
名額 10人
日期 18/10-29/11(逢六，1/11暫停)
時間 10:30am-12nn
節數 6節
地點 觀塘區
費用 免費
負責人 導師何蔚健
備註 1) 本計劃由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助。
2) 曾參加上一季智樂團·繫社群之會員優先報名。

「夢想樂飛揚」計劃之 「滋味閣·樂滿廚」(第一季)

141007DSC

簡介 透過韓式美食製作小組，提升智障人士的廚藝技巧，並在輕鬆的環境下培養義工與智障人士的合作精神，共同分享成果。
對象 15歲或以上會員
名額 12人
日期 18/10-29/11 (逢六，1/11暫停)
時間 3-5pm
節數 6節
地點 501室
費用 \$30
負責人 導師何禮傑、何蔚健
備註 1) 費用包括材料費。
2) 本計劃由伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助。

女籃上學堂

141009DSC

簡介 學習籃球技巧，增強體魄，發揮團隊精神。
對象 12歲以上會員
名額 6人
日期 29/10-26/11 (三)
時間 4:30-6pm
節數 5節
地點 翠屏邨籃球場
費用 免費
負責人 導師葉玉薇
備註 1) 中心7樓集合。
2) 曾參加過前期的女子籃球組會員將優先錄取。
3) 參加者須穿著運動服裝出席。

小小油畫班(A班)

141102DSC

簡介 讓會員接觸油畫，認識油畫工具，並嘗試繪畫油畫作品。
對象 12歲以上會員
名額 4人
日期 15/11及22/11 (六)
時間 10am-12nn
節數 2節
地點 705室
費用 \$70
負責人 導師劉慧
備註 1) 報名時只可選擇小小油畫A班或B班，選其一。
2) 費用已包括顏料及畫具。
3) 如有需要，可自備圍裙及畫具。

決戰奔向共融馬拉松2015

141008DSC

簡介 學習長跑的基本技巧及鍛鍊體能，為參加香港特殊馬拉松2015比賽備戰。
對象 12歲或以上會員
名額 15人
日期 20/10-15/12 (一)及5/1、9/1、12/1、16/1、18/1
時間 4:30-6pm
節數 14節
地點 將軍澳運動場
費用 \$20
負責人 導師何禮傑、葉玉薇
備註 1) 參加者須自備運動服及運動鞋。
2) 參加者須額外繳交\$30作香港特殊馬拉松2015報名費，報名手續由導師代辦。
3) 第14節：18/1/2015(星期日)為馬拉松比賽日。
4) 曾參加7-9月馬拉松GoGoGo之會員優先報名。

手語歌之《上帝早已預備》

141101DSC

簡介 共同學習手語歌《上帝早已預備》，達到傷健共融。
對象 12歲或以上會員及會員家屬
名額 15人
日期 15/11-20/12 (逢六，22/11暫停)
時間 2-3:30pm
節數 5節
地點 705室
費用 \$5
負責人 導師陳浩兒
備註 由路德會長青群康中心手語導師教授

小小油畫班(B班)

141103DSC

簡介 讓會員接觸油畫，認識油畫工具，並嘗試繪畫油畫作品。
對象 12歲以上會員
名額 4人
日期 15/11及22/11 (六)
時間 2-4pm
節數 2節
地點 705室
費用 \$70
負責人 導師劉慧
備註 1) 報名時只可選擇小小油畫A班或B班，選其一。
2) 費用已包括顏料及畫具。
3) 如有需要，可自備圍裙及畫具。

聖誕畫多D

141201DSC

簡介 學習繪畫插圖、排版及封面設計，以製作成一份社區報。

對象 12歲以上會員

名額 6人

日期 2/12-23/12 (二)

時間 4-5:30pm

節數 4節

地點 711室 / 戶外

費用 免費

負責人 導師葉玉薇

備註 部份課堂安排會員到翠屏邨區域取景寫生，學習將實物繪畫成插圖。

親子共賞

父母子女拍住上

141104DSC

簡介 共分兩部份

1. 在營地進行體驗活動，會員及家屬需共同解決困難，衝破障礙從而完成任務。
2. 會員及其家屬於中心製作手工，把製成品送給其中一個參與家庭。

對象 會員及其家屬

名額 36人

日期/時間 2/11 (日) 9am-5pm
8/11 (六) 4-8pm

節數 2節

地點 樟木頭度假村及本中心501室

費用 每人\$50

負責人 導師何蔚健、關竣文、葉玉薇及社工何倩影

備註 1) 費用包2/11日營費、膳食、車費及8/11晚膳。
2) 參加者必須有家屬陪同出席。
3) 每名會員最多可報兩名家屬。
4) 本活動由觀塘區議會資助。

結伴行之探索人生親子遊

141103DSCDO

簡介 希望透過舉辦生死教育活動和正面的討論及分享，讓參加者整合人生，確立正面積極的人生觀。

對象 會員及其家屬

名額 35人

日期 28/11(五)

時間 9am-5pm

節數 1節

地點 馬灣娜亞方舟

費用 \$40(包午餐飯盒)

負責人 社工謝凱雲、導師黎靜蓮

備註 由社會福利署觀塘區福利辦事處資助

精神需要

欣悅團契之耶穌生平3

141010DSC

簡介 以團契形式學習唱頌基督教詩歌，認識基督教信仰。會員彼此分享生活近況，互相支持。

對象 15歲以上會員

名額 15人

日期 10/10-19/12 (五)(31/10暫停)

時間 4-5:30pm

節數 10節

地點 705/711室

費用 免費

負責人 導師劉慧

親子行山樂之南涌鹿頸遊

141105DSC

簡介 乘港鐵到粉嶺轉小巴到南涌，登尤德爵士紀念亭，俯瞰南涌全景，眺望沙頭角海，然後經陳屋村及黃屋村出鹿頸小巴總站。(難度：★★★★★)

對象 12歲或以上會員及其家屬

名額 14人

日期 9/11 (日)

時間 9am-5pm

節數 1節

地點 新界東北

費用 每人\$10

負責人 導師黎靜蓮及關竣文

備註 1) 中心五樓集合。
2) 自備車資、乾糧、飲料、晴雨天用品。
3) 必須以親子形式參加。
4) 每名會員最多可報兩名家屬。
5) 家長須照顧同行子女的安全。
6) 可選擇於粉嶺(約3:30pm)或觀塘(約5pm)解散。

輪椅友之濕地南生郊遊樂

141202DSC

簡介 提供機會讓需坐輪椅的會員外出郊遊，並與家人一同放鬆心情。需坐輪椅之會員及家屬

對象 5對家屬及會員

名額 6/12 (六)

日期 10am-4pm

時間 1節

地點 天水圍及元朗

費用 每人\$50

負責人 導師何蔚健

備註 1) 費用包車費及入場費。
2) 自費午膳。
3) 參加者必須有家屬陪同出席。

社區接觸

老友鬼鬼之We嘍大笑夜

141011DSC

簡介 為迎接萬聖節來臨，一同打扮鬼模鬼樣，到處派糖、狂歡大笑、製作特色手作、挑戰膽小小鬼屋及共同享用奇特豐富大餐。

對象 12歲或以上會員

名額 25人

日期 25/10 (六)

時間 4:30-10pm

節數 1節

地點 501室

費用 \$100

負責人 導師葉玉薇和劉慧

備註 1) 中心七樓集合。
2) 參加者可自備萬聖節服裝出席。
3) 活動期間可選擇裝扮成嘩鬼到處嚇人或成為大膽挑戰鬼怪者。

燒烤味宿一宵

141106DSC

簡介 秋高氣爽下，與一眾好友到西貢戶外康樂中心共渡2日1夜秋季營。

對象 12歲或以上會員

名額 24人

日期 22/11-23/11 (六、日)

時間 12:30pm至翌日3pm

節數 1節

地點 西貢戶外康樂中心

費用 \$100(膳食費用)

負責人 社工龍又稱、導師陳浩兒及何蔚健

備註 1) 此活動乃康文署提供之免費活動。
2) 參加者需有基本自理能力。
3) 收費為3餐膳食費用，其中晚餐為燒烤。

欣悅社區關注組－賞識假期

141203DSC

簡介 分享與會員有關的各類資訊，認識社區資源及關注自身權益。

對象 12歲或以上會員

名額 30人

日期 13/12 (六)

時間 3-5pm

節數 1節

地點 501室

費用 \$5

負責人 社工龍又稱、導師劉慧、何穎思及陳浩兒

穿山甲之冰雕涼浸浸

141012DSC

簡介 傷健人士一同到元朗大堂參觀佔地27萬呎的戶外冰雪嘉年華，讓會員體驗在10度氣溫下玩雪之餘，更有過百件冰雕欣賞。

對象 15歲或以上會員

名額 15人

日期 26/10 (日)

時間 9am-5pm

節數 1節

地點 元朗

費用 \$80

負責人 導師何蔚健及葉玉薇

備註 1) 自備車資及午膳費用。
2) 費用包入場費及借用羽絨外衣。

地質公園細意遊

141107DSC

簡介 乘坐旅遊巴士往返西貢地質公園，沿萬宜地質步道，近距離觀賞六角岩柱斷層，彎曲岩柱侵入岩牆等大自然其觀。

對象 15歲或以上會員

名額 15人

日期 29/11 (六)

時間 9:30am-4pm

節數 1節

地點 西貢

費用 \$100

負責人 導師何穎思及黎靜蓮

備註 費用包括車資及午膳。

秋日濃情暨會員大會

141204DSC

簡介 同遊青嶼幹線客務中心及觀景台，然後乘旅遊巴士到靈隱寺品嚐齋宴。餐後再前往大澳漁村，感受漁村風貌。

對象 會員及家屬

名額 45人

日期 14/12 (日)

時間 9am-6pm

節數 1節

地點 大嶼山

費用 \$75

負責人 社工何倩影、導師劉慧、關竣文

備註 1) 費用包旅遊巴士及午膳
2) 旅遊巴士由康文署提供

醉人燈飾耀生辰

141205DSC

簡介 透過活動在聖誕佳節前欣賞璀璨的燈飾，並在外界餐廳為10、11、12月生日的會員慶祝生日。

對象 12歲或以上會員

名額 20人

日期 18/12 (四)

時間 4:30-9:30pm

節數 1節

地點 觀塘及尖沙咀

費用 \$120

負責人 導師何禮傑及何穎思

備註 1) 集合時間及地點：4:30pm中心7樓。
2) 費用包括晚膳，另自備車費。
3) 10、11、12月生日之會員可獲生日禮物一份。
4) 餐廳地點待定。

會員家屬天地

Gym Club - 正確使用健身器材

141109DSC

簡介 講解健身概念，介紹運動器材及正確使用方法。完成課堂及考試合格者，會獲發健身咭一張。持咭會員/家屬可於Gym Club健身器材開放時使用。

對象 15歲或以上中心會員/會員家屬

名額 10人

日期 8/11、22/11 (六)

時間 2-3:30pm

節數 2節

地點 705室

費用 免費

負責人 物理治療師陳淑欣

備註 1) 如人數過多，會以抽籤形式抽出10名參加者，其餘將可優先參與下一期訓練。
2) 出席率須為100%並通過考試方可取得健身咭。

專職治療活動

玩樂無窮之歡樂天地

141013DSC

簡介 讓學員在多元化的遊戲中得到樂趣，同時增加學員之間的交流。

對象 15歲或以上會員

名額 8人

日期 4/10- 1/11 (六)

時間 10:30am-12nn(4/10: 2-3:30pm)

節數 5節

地點 705室

費用 免費

負責人 職業治療師林雅欣

備註 如個案未接受過中心專職治療服務，報名前須先聯絡中心社工轉介治療師約見及評估。否則有關報名將不獲接受。

工作實驗室之辦公室篇

141108DSC

簡介 讓學員體驗辦公室助理的工作，包括利用環保紙製作便條簿及文件處理等。

對象 15歲或以上會員

名額 4人

日期 6/11、13/11、27/11、4/12、11/12 (四)

時間 10:30am-12nn

節數 5節

地點 711室

費用 免費

負責人 職業治療師林雅欣

備註 如個案未接受過中心專職治療服務，報名前須先聯絡中心社工轉介治療師約見及評估。否則有關報名將不獲接受。

編織工廠

141110DSC

簡介 由義務導師教授編織頸巾的技巧，並把完成的頸巾送給低收入人士。

名額 8人

日期 3/11-22/12 (一)

時間 2-3:30am

節數 8節

地點 711室

費用 免費

負責人 社工何倩影

備註 所需物資由本中心提供

「輕省愉快」

141014DSC

簡介 透過遊戲、討論、角色扮演等形式，學習以宗教/屬靈原則，教導會員怎樣與人相處及怎樣處理自身不快或焦慮。

對象 15歲或以上會員

名額 6-8名

日期 8/10 - 12/11 (三)

時間 1-2pm

節數 6節

地點 711室

費用 免費

負責人 臨床心理學家關智冰

備註 需由社工轉介

伸展有法

141015DSC

簡介 教導全身伸展運動，透過伸展運動放鬆平日緊張的肌肉，保持身體伸展能力。

對象 15歲或以上會員

名額 6人

日期 11/10、25/10、8/10、22/11、6/12 (六)

時間 10-11:30am

節數 5節

地點 705室

費用 免費

負責人 物理治療師陳淑欣

備註 如個案未接受過中心專職治療服務，報名前須先聯絡中心社工轉介治療師約見及評估。否則有關報名將不獲接受。

2014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
6 特別任務(SQS9-16) 4-5pm	7	1 國慶日	2 重陽節	3 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 結伴行之同行建聯樓II 9:30-12:30pm	4 玩樂無窮之歡樂天地 2-2:30pm 非洲鼓 4-5pm	5
13 特別任務(SQS9-16) 4-5pm	14 不織布甜品 10am-12:30pm	15 輕省愉快 1-2pm	16 家長電腦手機來學習2 10:30am-12nn	17 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	18 特能重軍 9:30-11:30am 玩樂無窮之歡樂天地 10:30am-12nn 我要做記者 10:30am-12nn 滋味園樂滿廚 3-5pm 非洲鼓 4-5pm 跆拳道 5-6pm	19 機構60週年活動 10am-4:30pm
20 特別任務(SQS9-16) 4-5pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	21	22 家長田地 10-11am 輕省愉快 1-2pm	23 家長電腦手機來學習2 10:30am-12nn	24 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	25 特能重軍 9:30-11:30am 伸腰有法 10-11:30am 玩樂無窮之歡樂天地 10:30am-12nn 我要做記者 10:30am-12nn 滋味園樂滿廚 3-5pm 非洲鼓 4-5pm 老幼重慶之Wee嘩大夾夜 4:30-10pm	26 穿山甲之冰雕游浸 9am-5pm
27 瑜珈達人 10:15-11:45am 特別任務(SQS9-16) 4-5pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	28 不織布甜品 10am-12:30pm	29 輕省愉快 1-2pm 女籃上學堂 4:30-6pm	30 家長電腦手機來學習2 10:30am-12nn	31 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn		

2014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 特能童軍 9:30-11:30am 玩樂無窮之歡樂天地 10:30am-12nn 非洲鼓 4-5pm	2 父母子女拍住上 9am-5pm
3 瑜伽達人 10:15-11:45am 繡繡工廠 2-3:30pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	4 輕省愉快 1-2pm 女籃上學堂 4:30-6pm	5 家長田地 10-11am 輕省愉快 1-2pm 女籃上學堂 4:30-6pm	6 家長電腦手機來學習2 10:30am-12nn 工作實驗室之辦公室 10:30am-12nn	7 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 健康麻雀班 10:30am-1pm 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	8 伸腰有法 10-11:30am 我要做記者 10:30am-12nn Gym Club 2-3:30pm 滋味閣樂滿廚 3-5pm 非洲鼓 4-5pm 胎風 5-6pm 父母子女拍住上 4-8pm	9 親子行山樂之 南涌鹿頸遊 9am-5pm
10 瑜伽達人 10:15-11:45am 繡繡工廠 2-3:30pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	11 不織布甜品 10am-12:30pm	12 輕省愉快 1-2pm 女籃上學堂 4:30-6pm	13 家長電腦手機來學習2 10:30am-12nn 工作實驗室之辦公室 10:30am-12nn	14 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 健康麻雀班 10:30am-1pm 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	15 小小油畫班(A班) 10am-12nn 我要做記者 10:30am-12nn 手語歌之《上帝早已預備》 2-3:30pm 小小油畫班(B班) 2-4pm 滋味閣樂滿廚 3-5pm 非洲鼓 4-5pm 胎風 5-6pm	16
17 瑜伽達人 10:15-11:45am 繡繡工廠 2-3:30pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	18 家長行山樂之 鼓句作山郊遊徑 9:30am-3pm	19 家長田地 10-11am 女籃上學堂 4:30-6pm	20 家長電腦手機來學習2 10:30am-12nn	21 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 健康麻雀班 10:30am-1pm 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	22 特能童軍 9:30-11:30am 伸腰有法 10-11:30am 小小油畫班(A班) 10am-12nn 我要做記者 10:30am-12nn 燒烤味宿一宵 12:30am-12nn Gym Club 2-3:30pm 小小油畫班(B班) 2-4pm 滋味閣樂滿廚 3-5pm 非洲鼓 4-5pm	23 燒烤味宿一宵 3pm 解散
24 瑜伽達人 10:15-11:45am 繡繡工廠 2-3:30pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	25 不織布甜品 10am-12:30pm	26 女籃上學堂 4:30-6pm	27 工作實驗室之辦公室 10:30am-12nn	28 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 結伴伴之探索人生 9am-5pm 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	29 地質公園園遊 9:30am-4pm 我要做記者 10:30am-12nn 手語歌之《上帝早已預備》 2-3:30pm 滋味閣樂滿廚 3-5pm 非洲鼓 4-5pm 胎風 5-6pm	30

2014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 瑜伽達人 10:15-11:45am 繡繡工廠 2-3:30pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	2 聖誕畫多D 4-5:30pm	3 家長田地 10-11am	4 工作實驗室之辦公室 10:30am-12nn	5 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 健康麻雀班 10:30am-1pm 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	6 特能童軍之香港頂峰一日遊 9am-5pm 輪椅友之濕地南生郊遊樂 10am-4pm 伸腰有法 10-11:30am 手語歌之《上帝早已預備》 2-3:30pm 非洲鼓 4-5pm 胎風 5-6pm	7
8 瑜伽達人 10:15-11:45am 繡繡工廠 2-3:30pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	9 聖誕畫多D 4-5:30pm		11 工作實驗室之辦公室 10:30am-12nn	12 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	13 手語歌之 《上帝早已預備》 2-3:30pm 欣悅社區關注組-賞識假期 3-5pm 非洲鼓 4-5pm 胎風 5-6pm	14 (秋日漂情) 會員大會 9am-6pm
15 瑜伽達人 10:15-11:45am 繡繡工廠 2-3:30pm 決戰奔向共融 馬拉松 2015 4:30-6pm	16 聖誕畫多D 4-5:30pm	17 家長田地 10-11am	18 醉人燈飾耀生辰 4:30-9:30pm	19 悅坊小廚 9am-12nn 陽光大使 9am-12nn 欣悅團契之耶穌生平3 4-5:30pm	20 手語歌之 《上帝早已預備》 2-3:30pm 非洲鼓 4-5pm 胎風 5-6pm	21
22 繡繡工廠 2-3:30pm	23 聖誕畫多D 4-5:30pm	24	25	26	27	28
29	30	31				

發出颱風警告及暴雨警告後 各項小組或活動應變安排

颱風 / 暴雨	室內小組 / 活動	戶外小組 / 活動
8號或以上風球 ▲8	✕	✕
3號風球 上3	✓	✕
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，職員會於小組或活動前至少2小時通知家長或會員有關安排。

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延期。
- 取消的小組課堂，中心不作補堂或退回費用，而一次性活動將按個別情況處理，不便之處，敬請原諒！
- 歡迎家長或會員致電中心查詢，

電話：2191 3138

欣悅坊2014年10-12月報名表

可選擇多項，請於適當方格內加以『✓』

會員活動：

141001DSC 悅坊小廚 ☐ 免費	141002DSC 陽光大使 ☐ 免費	141003DSC 齊來學習非洲鼓 ☐ \$600	141004DSC 特別任務 ☐ 免費
141005DSC 夢想樂飛揚計劃之貽風 ☐ \$40	141006DSC 夢想樂飛揚計劃之 智樂樂社群 ☐ 免費	141007DSC 夢想樂飛揚計劃之 滋味閣樂滿廚 ☐ \$600	141008DSC 決戰奔向共融馬拉松2015 ☐ \$20
141009DSC 女籃上學堂 ☐ 免費	141101DSC 手語歌之上帝早已預備 ☐ \$5	141102DSC 小小油畫班A班 ☐ \$70	141103DSC 小小油畫班B班 ☐ \$70
141201DSC 聖誕畫多D ☐ 免費	1411010DSC 欣悅團契之耶穌生平3 ☐ 免費	141011DSC 老友鬼鬼之we嘢大笑夜 ☐ \$100	141012DSC 穿山甲之冰雕涼浸浸 ☐ \$80
141106DSC 燒烤味宿一宵 ☐ \$100	141107DSC 地質公園細意遊 ☐ \$100	141203DSC 欣悅社區關注組賞識假期 ☐ \$5	141204DSC 秋日濃情會員大會 ☐ \$75
141205DSC 醉人燈飾耀生辰 ☐ \$120	141013DSC 玩樂無窮之歡樂天地 ☐ 免費	141014DSC 輕省愉快 ☐ 免費	141015DSC 伸展有法 ☐ 免費
141108DSC 工作實驗室之辦公室篇 ☐ 免費	會員家屬活動：		141109DSC Gym Club 正確使用健身器材 ☐ 免費
			141110DSC 編織工廠 ☐ 免費

親子活動：

141104DSC 父母子女拍上 ☐ \$50	141105DSC 親子行山樂之南涌鹿頸遊 ☐ \$10	141103DSCDO 結伴行之探索人生親子遊 ☐ \$40	141202DSC 輪椅友之濕地車生郊遊樂 ☐ \$50
--	---	---	---

家長活動：

141001DSCDO 家長田地 ☐ 免費	141002DSCDO 不織布甜品 ☐ \$10	141003DSCDO 家長電腦手機來學習2 ☐ \$20	141005DSCDO 瑜珈達人 ☐ \$50
141101DSCDO 健康麻雀班 ☐ 免費	141004DSCDO 結伴行之同行建關懷II ☐ 免費	141102DSCDO 家長行山樂之砵甸甸山郊遊徑 ☐ \$10	

童軍活動：

140427DSC-OCT 特能童軍招募 ☐ \$60	140427DSC-6 特能童軍之香港頂峰一日遊 ☐ \$60
--	--

本人已閱讀及明白報名須知，並同意遵守所列守則。

會員姓名：_____ 日期：_____

由中心填寫	
收款人姓名：	收款人簽名：
收款總額：	收款日期：