



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



欣悅坊

悅·讀

2024年10月至12月



封面作品提供：悅玩越開心學員作品

文青藝術之石頭畫



悅玩越開心



目錄

頁數	內容	頁數	內容
p.1	欣悅「藝」賞	p.11-12	離校生專隊計劃
p.2	目錄、個人資料私隱條例	P.13	心培計劃
p.3	中心簡介及 SQS 精明眼	p.14-21	活動宣傳
P.4	中心資訊	p.22-24	活動時間表
p.5	同工動向及樂悠咭	p.25	聖誕託管報名表
p.6	培訓殘疾人士外傭試驗計劃及機構 70 周年中心表演活動	P.26	託管服務報名及繳費程序
p.7	有團伙 @ 照顧者共融者計劃	p.27	託管服務報名時序
p.8	職業治療師專欄	p.28	WhatsApp 廣播同意書
p.9	生活小百科 - 探討流口水現象	P.29	活動報名須知
p.10	區區食玩買 - 東區	p.30	活動報名表

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

基督教家庭服務中心欣悅坊 – 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。

服務區域: 觀塘東 (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: 殘疾人士、其家屬或照顧者, 以及公眾人士。

由即日起, 新會員申請成為中心會員將根據以下時限處理, 本區會員將於收到轉介表後 1 個月內進行面談評估; 非本區會員將於收到轉介表後 3 個月內進行面談評估。

另外, 亦鼓勵非本區會員可到所屬本區 DSC 使用服務。附上全港各區 DSC 地址及電話, 歡迎查閱。



個案管理服務

為會員及照顧者提供個案管理服務, 包括: 評估需要、制訂計劃、輔導及轉介。

言語治療服務

為會員及照顧者提供諮詢、吞嚥及溝通能力評估, 並按個別需要及能力進行訓練。

託護服務

為會員提供陪診接送或家中看顧服務。
 服務費用: 每小時 \$33, 每半小時 \$17
 服務時段: 星期一至日
 服務時間: 上午 9:00 至晚上 7:00

嚴重殘疾人士日間照顧服務

為 15 歲或以上嚴重智障 / 肢體傷殘會員, 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
 服務費用: 每日 \$61 或每月 \$1002 (兩者收費包午膳), 車費每程 \$10
 服務名額: 每天 5 名

專職治療服務

為 15 歲或以上居住在社區的會員, 按個人需要於中心進行物理治療及職業治療, 並提供家居及工作環境改裝服務, 以減少環境造成的障礙, 提高獨立生活能力。
 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

為自閉症譜系障礙或有挑戰性行為的會員, 提供諮詢輔導及治療服務, 並為會員及照顧者提供講座小組及家庭教育。

恆常託管服務

為 6 歲或以上的會員提供中心託管, 小組活動及消閒活動。
 服務費用: 每小時 \$5 (午膳費用 \$37)
 備註: 每月 10 日至 17 日接受報名下一月份的託管服務。

離校生專隊

為特殊學校離校生及其照顧者提供早期介入服務及額外關顧和支援服務, 以協助他們順利從學校過渡到社區生活。

SQS 精明眼

服務標準內容請參閱中心可供借閱資料套

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。

標準 11

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要 (不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

標準 10

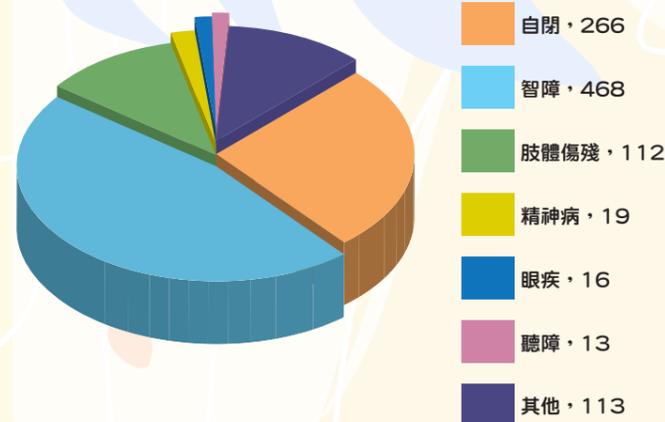
服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料, 知道如何申請接受和退出服務。

標準 12

服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。

中心資訊

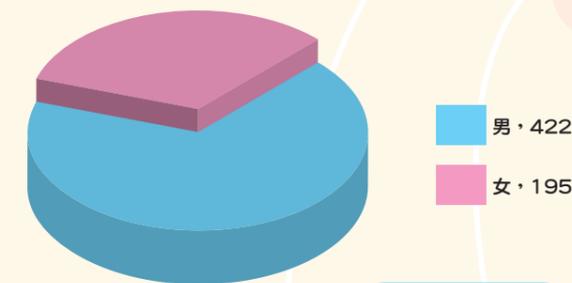
2024 年 7 月會員殘疾類別分佈



自閉	智障	肢體傷殘	精神病	眼疾	聽障	其他
266	468	112	19	16	13	113

* 一位會員可能多於一種殘疾狀況

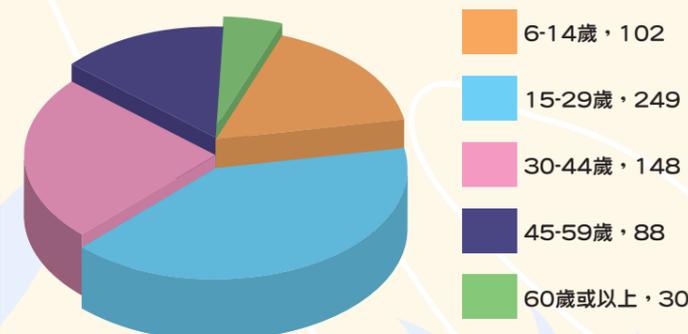
2024 年 7 月會員男女比例人數



男	女
422	195

共 617 人

2024 年 7 月會員年齡分佈



6-14 歲	15-29 歲	30-44 歲	45-59 歲	60 歲或以上
102	249	148	88	30

共 617 人



高級活動幹事 譚鴻章

大家好，我係離校生專隊高級活動幹事「章 sir」，好開心可以來到欣悅坊工作，未來與一眾會員及家長一起參與中心活動，共同進步。



社工 陳曉峰

大家好，我係新到職社工陳曉峰先生，大家可以叫我峰 SIR，負責中心托管服務，歡迎大家來到中心時搵我傾下計，讓我有機會認識大家。



復康工作員 殷翠儀

大家好，我係新入職復康工作員，殷姑娘。好高興可以加入欣悅坊，期待往後嘅小組或活動見到大家！



文員 羅惠珊

大家好，我係新入職文員羅姑娘，好高興加入欣悅坊這個大家庭！請大家多多指教，謝謝！



復康工作員梁詠珊轉職為高級活動幹事。
復康服務員翟玉娥轉職為高級復康助理。
活動及營運休助理周振源已於 6 月榮休。
社工梁慧貞已於 7 月離職。



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



培訓殘疾人士外傭 試驗計劃

目標

- 教授外傭照顧殘疾人士的基本知識和技巧；
- 透過提升外傭照顧技巧，減低殘疾人士健康風險

對象

獲聘請將會或現正照顧殘疾人士之外傭
(本區會員優先申請)

內容

4小時必修課程 + 2小時選修課程
(由專業人士教授)

授課語言

英語或廣東話

費用

全免

致電2191-3138 與 欣悅坊地區支援中心(觀塘東)
當值社工查詢

60+

香港居民 (包括合資格殘疾人士)

2024年8月25日起

必須使用樂悠咭

享用 \$2 乘車優惠

出行樂悠悠 換咭係時候

未滿60歲的合資格殘疾人士可繼續使用已加註「殘疾人士身分」的個人八達通享用\$2乘車優惠，毋須換咭



機構 70 周年中心表演活動

中心為了響應基督教家庭服務中心成立70周年，會員積極練習木箱鼓，並參加4月27日「凝聚力量·共建社區」70周年服務巡禮，為大家作公開表演，十分精彩。



當日人流甚多，許多社區人士參加是次活動。



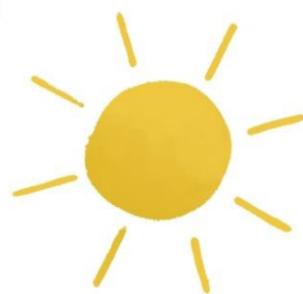
中心會員落力表演，值得嘉許。

資助機構:

撥款及監察機構:



有團伙@照顧者 共融計劃



活動內容:

- 數碼共融小組
- 融HUB 互助小組
- 園藝治療小組
- 花藝創作工作坊
- 共融市集

目標:

- 重塑生命價值
- 推動照顧者互助網絡
- 增強社區人士對照顧者的認同及肯定

對象：
殘疾人士照顧者
費用全免

如有查詢，歡迎致電2191-3138與職員聯絡



專注力知多少



周允中 職業治療師

在日常生活中幾乎我們做每件事情都需要運用到專注力，能夠保持良好的專注力不單止可以提升做事的效率，更重要的是可以保障我們的自身安全。這篇文章將會介紹不同專注力的分類，和一些可以提升專注力的方法。

專注力的分類

專注力可以分為以下四大類別：

1) 持續性專注力

這是最基本的專注力類型，是指在一段時間內持續專心做某項活動的能力。一般而言，小童在六歲後便可以持續 15 至 20 分鐘的專注力。

2) 選擇性專注力

我們大腦隨時都在接收非常大量的訊息，包括是外在的感官訊息，例如我們看到的事物、聽到的聲音、和嗅到的味道等等，以及我們腦海中內在的想法。但是我們的專注力有限，不能夠同時專注在眾多的訊息之中，所以我們大腦便要擔當着把當刻不重要的信息過濾及選擇並專注在有用的訊息的角色。

選擇性專注力就是指能夠在兩種或以上外在或內在訊息中忽略不需要的，而專心在需要的訊息的能力。例如日常我們和別人聊天時，能夠專心聆聽對方的說話，而不受外間的其他聲音或注目的事物而分心。

3) 分散性專注力

這是較進階的能力，指我們能夠一心二用，同時專注進行兩件或以上的的事情或接收回應兩種或以上不同的訊息。例如一邊聽音樂唱歌，一邊做手工。

4) 轉換性專注力

這是指能夠靈活地將專注力焦點從一樣事情放到另一樣事情或再次轉換回到原本事情的能力。例如學童在進行考試時，需要閱讀題目、抄寫文字、及留意時間等三項任務中靈活地轉換專注力。

提升專注力的方法

1) 個人層面：確保在進行活動前有充足的睡眠、進食適量的食物。若當天情緒不穩定，在做事前可以進行深呼吸或靜觀等練習，或做一些會令自己感到放鬆同時不用高度專注的事情，例如聽音樂和跟朋友聊天，令自己的負面情緒或壓力情況減低。

2) 感統層面：當我們的感覺統合調節出現障礙時，對不同的感覺反應出現過敏或過低的情況下便會影響我們的專注力。例如對視覺空間感反應較弱的人士，他們不能專注地閱讀一些排得密密麻麻的文字。一些對觸覺較敏感的人士，若穿上不合適的布料衣物時便會分心在使他們不舒適的感覺上。因應各人在感統上的需要，可以在進行事情上的方式、步驟和用具等各方面作出調整。例如可以一邊戴上降噪耳機，一邊進行活動、把需要閱讀的文字顏色對比度提升及增加行距等等。注意每位人士的感統需要都有不同，應先向職業治療師作出諮詢。

3) 環境層面：確保在進行活動的環境有適量的光線和溫度，當外在有噪音和其他視覺刺激時可以把窗和窗簾關上、關掉電視機和收音機等等。

4) 事情層面：我們可以按照自己的喜好，嘗試調節事情的趣味度，例如使用喜歡的文具做功課。在進行事情前，要了解自己的能力水平，應該先掌握好相當的技巧才開始下手做事，減少因挫敗感而分心的情況。在進行事情期間亦應該分段進行休息，例如每 25 分鐘便休息 5 分鐘，在休息期間做一些可以令自己放鬆的事情，而維持長期專注的能力。

5) 日常訓練：我們要先從最基本的持續性專注力入手，透過增加專注做事情的時來做訓練，可以先從自己喜歡做的活動開始，例如看書、砌積木、玩桌遊等等。同時，要確保自己有記低每次能夠維持的時間，監察着自己的進度。在持續性專注力上得到一定程度的改善後，便可以嘗試更進一步，例如一邊聽音樂，一邊砌積木或者選擇一些步驟較複雜的積木，在看說明書、尋找積木、和拼砌積木三樣任務中學習靈活轉換專注力。

如對專注力事宜有疑問，可向中心職業治療師查詢。

(資料來源：職業治療師 蕭雅綸、謝仁豪網誌)



生活小百科

探討流口水現象



人睡覺流口水這個現象其實還是比較常見的，通常情況下一共就有三大原因，很多人在趴著睡覺的時候總會出現流口水的現象。

原因一：過度興奮

有些人可能長期屬於疲勞狀態或者腦部過度活動，在入睡之後都可能會出現流口水的情況，不僅僅是因為神經發生了紊亂，同時也可能是大腦對於口水的控制能力下降，因此出現流口水的情況。



原因二：睡前缺乏口腔清潔

在睡覺之前並沒有針對自己的口腔或者牙齒進行針對性的清潔，這就導致細菌在口腔內大量的進行繁殖，進而促進唾液腺的分泌，就很容易出現睡覺流口水的情況。如果牙齒有畸形的人群，在晚上睡覺的時候也有可能出現流口水的情況。口水的情況。



其他原因：

這也是比較常見的原因，很多人都會因為睡覺姿勢不合理而出現流口水的情況，其中趴著睡覺就是一個最經典的姿勢，趴著睡覺的時候會導致嘴巴不能緊密的閉合，所以說流口水就很容易出現。

原因三：睡前服用藥物

如果在睡覺之前服用一些抗癲癇的藥物或者興奮性的藥物，都可能會出現流口水的情況，所以說在服藥之前一定要去注意藥物的副作用，針對性的進行預防。大部分人流口水可能是因為脾胃虛寒所引發的，因為脾胃虛寒會導致脾胃的功能失調，水濕在體內停留過久的話會導致食欲下降，在夜晚的時候就會出現流口水的情況。



區區食玩買

高級活動幹事 譚鴻章



人氣 Pizza 店 Jacomax



意式薄餅店 Jacomax 原店位於上環永樂街，開業超過十年，由在港生活多年的意大利人開設，主打意式薄餅。招牌菜之一是源自意大利北方的「招牌藍芝士蘋果薄餅」配搭大膽，如果不喜歡藍芝士還有好多款口味選擇。喜歡 Pizza 的朋友，不要錯過啦！

人均消費：\$101-200

地址：銅鑼灣渣甸街 50 號渣甸中心地舖

交通資訊：港鐵銅鑼灣站 F1 出口

營業時間：星期一至日 12:00 - 22:00



避風塘燈塔

五光十色的銅鑼灣，有個隱世的地點欣賞日落更可以飽覽九龍和港島的景色。



如何到達：

世貿中心出發→中心旁邊後巷→行到後巷後會看到往停車場的入口，入口標示前往午炮或香港遊艇會→到停車場沿隧道行→上到地面到達避風塘碼頭→在碼頭等候往避風塘燈塔的小船（記得問清楚船家）→下船到達。

避風塘歷史：

1883 年，香港政府於銅鑼灣進行填海工程，由現時銅鑼灣道填至現時的高士威道。高士威道對出的海灣，被修建成香港第一個避風塘。

1950 年，該避風塘被填平，原址興建維多利亞公園，舊堤則變成了現時的維園道，避風塘則遷至維園道對出至今。在 1970 年代，在銅鑼灣避風塘內有不少提供飲食及娛樂的船艇，提供具特色的避風塘美食，例如避風塘炒蟹。



在銅鑼灣基本上什麼都有得買，無論街頭市集、時髦的購物中心和專賣當地時尚單品和古董的零售店應有盡有。以下是銅鑼灣 9 大購物區：

1

香港時代廣場

位置資訊：香港銅鑼灣勿地臣街 1 號

2

香港 SOGO 崇光百貨

位置資訊：香港銅鑼灣軒尼詩道 555 號

3

渣甸坊市集

位置資訊：香港銅鑼灣渣甸坊 16-36 號

4

利園一至六期

位置資訊：香港銅鑼灣希慎道 33 號利園一期

5

香港 Fashion Walk 商場

位置資訊：香港銅鑼灣記利佐治街

6

希慎廣場

位置資訊：香港銅鑼灣軒尼詩道 500 號

7

金百利商場

位置資訊：香港銅鑼灣記利佐治街 1 號





社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department



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



欣悅坊
CHEERFUL PLACE



特殊學校 離校生專隊



專隊服務:

為特殊學校離校生及其照顧者提供早期介入服務及額外關顧和支援服務，以及協助他們順利從學校過渡到社區生活。

服務對象:

1. 將於未來6個月內離校的學生 (或將於未來12個月內離校的寄宿生)
2. 離開學校不超過18個月的畢業生
3. 上述人士的照顧者

服務內容:

1. 透過舉辦講座節目、活動或工作坊等，接觸特殊學校的學生及其照顧者，提供社區支援服務或資源的資訊。
2. 為離校生的照顧者提供互助支援小組或訓練課程，加強他們的照顧及相處技巧，並為離校生提供個人發展、社交或治療小組等服務。
3. 為離校生及其照顧者提供個案管理服務，訂立短期及長期的離校轉銜計劃包括配對社區支援服務、協助離校生適應成人服務及社區生活，減輕照顧者的壓力。

配對學校(排名不分先後):

1. 基督教中國佈道會聖道學校
2. 將軍澳培智學校
3. 中華基督教會基順學校



個案

小組

講座、節目、活動
或工作坊等



離校生專隊 專享活動

藝術才能發展 - 霓虹燈工作坊

簡介：由資深導師親身指導，製作香港獨特文化霓虹燈，在學習過程中，離校生可充分發揮自身創造力，創作獨一無二的「霓虹燈」。

日期：14/12/2024(六)
時間：上午 10:30 至下午 13:00
地點：美德工業大廈 B 座 6 樓, B3 室
節數：1
對象：已配對學校的畢業生及其家長 / 照顧者
名額：10 對親子
費用：\$20/ 位
負責人：社工 林環鴻 (鴻 sir)
備註：集合地點：上午 10:15 美德工業大廈

自理下午茶

簡介：製作簡易而美味的下午茶點，培養基礎烹飪技能及衛生自理，加強獨立生活技能。

日期：22/10、29/10、5/11、12/11、19/11、26/11(二)
時間：下午 4:30 至下午 5:30
地點：中心活動室
節數：6
對象：已配對學校的畢業生
名額：6 位
費用：\$20/ 位
負責人：高級活動幹事 譚鴻章
備註：如有任何食物敏感，請預先通知導師

當風箏遇上風

簡介：秋天就要把握時間到郊外玩啦！！一邊飽覽清水灣無敵大海景一邊放風箏，促進親子關係。

日期：16/11/2024(六)
時間：上午 11:00 至下午 5:00
地點：大坑墩
節數：1
對象：已配對學校的畢業生及其家長 / 照顧者
名額：10 對親子
費用：\$50/ 位
負責人：高級活動幹事 梁詠珊
備註：1. 請穿著合適的運動服
2. 帶備水樽
3. 費用已包括來回旅遊巴

個人發展

職業技能培訓 - 汽車清潔

簡介：透過實際工作環境下的汽車清潔體驗，讓離校畢業生學習不同工作上的技能。

日期：12/12/2024(四)
時間：下午 3:00 至下午 5:00
地點：威爾斯親王醫院停車場
節數：1
對象：已配對學校的畢業生
名額：5 位
費用：\$10/ 位
負責人：社工 林環鴻 (鴻 sir)
備註：1. 下午 2:45 第一城馬鐵站 B 出口集合，家長可陪同子女體驗或家長自行離開。當活動完結時，家長可在集合地點等候接送。
2. 因活動地點於停車場內，請帶備消暑用品，例如食水、電風扇等等。
3. 請穿著合適衣物如短褲及帶備替換衣服



康樂活動

親子蛋糕樂

簡介：由資深烘焙導師教導製作特色蛋糕，亦為離校生及其家長提供家庭樂的相處時間。

日期：23/11(六)
時間：下午 2:30 至下午 4:30
地點：觀塘道 404 號時運工廈 2 樓 A 室
節數：1
對象：已配對學校的畢業生及其家長 / 照顧者
名額：6 對親子
費用：\$100/ 位
負責人：高級活動幹事 譚鴻章
備註：1. 集合時間及地點：2:15pm 觀塘地鐵站 A 出口
2. 如有任何食物敏感，請預先通知導師

聖誕 party

簡介：為特殊學校離校生舉辦聖誕派對，讓一眾離校畢業生可以共聚一起歡度聖誕，延續更多社交生活。

日期：19/12/2024(四)
時間：下午 3:30 至下午 5:00
地點：中心活動室
節數：1
對象：已配對學校的畢業生及其家長 / 照顧者
名額：10 對親子
費用：\$20/ 位
負責人：高級活動幹事 譚鴻章



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的知識及技巧，達至全人成長。導師會按每位會員的需要設立個人目標計劃，以達至全人學習的需要。

對象 未有日間服務及正在輪候社署康復服務中央轉介系統登記輪候的資助住宿照顧服務或日間康復服務的殘疾人士。

舉行日期 2024年10月至12月

舉行時間 上午9:00至下午4:00

費用 每天\$42（包括午膳費\$37）

備註 須由本單位社工推薦，只接受本區會員申請

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	桌上遊戲 透過桌上遊戲，發掘個人興趣及幫助會員放鬆心情。	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。	音樂 透過學習及運用不同的樂器，共同創作及參與音樂活動。	電子競技 探索新興電子競技項目，發掘個人興趣及幫助會員放鬆心情。	藝術 培養對藝術的興趣，發揮個人創作力及想像力。
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。	工作技巧 透過不同的技能訓練，幫助會員瞭解個人能力、技能及興趣，以作職前準備。	生活技能 學習不同的生活技能，發掘潛能，提升自理能力。	手工DIY 透過製作工藝品，加強個人工作技能，提升自信。	肌能 透過帶氧運動及健體操，增強身體肌能。
下午 4:00	是日活動完結				

KN SATURDAY

備註：
參加者需有基本自理能力

叮叮杯麵遊

簡介： 早上到港島乘搭電車，飽覽電車沿途風光，午飯過後到尖沙咀合味道杯麵館，一嚐自製杯麵的過程，仲可以選擇自己喜歡的杯麵配料呢！

日期： 5/10/2024(六)
時間： 上午9:30- 下午3:30
地點： 港島及尖沙咀
對象： 15歲或以上會員
名額： 12位
費用： \$140/位
負責人： 高級復康工作員 藍珈瑩 劉慧

備註： 1. 包午膳。
2. 自備車資。
3. 包含味道工作坊費用。
4. 完成工作坊將獲得自家制杯麵一個。

哈囉喂大行動

簡介： 上午製作古靈精怪的裝飾，下午玩古靈精怪的遊戲。快啲嚟加入哈囉喂大行動啦~

日期： 26/10/2024(六)
時間： 上午10:00至下午4:00
地點： 中心活動室
對象： 15歲或以上會員
名額： 12位
費用： \$60/位
負責人： 高級復康工作員 何麗珊

備註： 1. 包午膳。



秋意週末

簡介： 上午製作抹茶曲奇，下午欣賞京都紅葉美景，並製作紅葉印畫，再享用自家制的曲奇作茶點，Chill住過週末。

日期： 9/11/2024(六)
時間： 上午10:00至下午4:00
地點： 中心活動室
對象： 15歲或以上會員
名額： 12位
費用： \$80/位
負責人： 高級復康工作員 劉慧

備註： 1. 包午膳。

橋咀島環島遊

簡介： 坐船觀賞海珊瑚，欣賞奇怪岩洞，再到世界級國家地質公園觀賞豐富多樣的地質遺跡，漫步連島沙洲

日期： 2/11/2024(六)
時間： 上午10:00至下午4:00
地點： 西貢
對象： 15歲或以上會員
名額： 12位
費用： \$120/位
負責人： 高級復康工作員 陳百堅 復康工作員 陳曉嵐

備註： 1. 包午膳。
2. 自備車資。
3. 船程約1小時，請根據會員身體狀況是否適合報名參加。

港鐵義工與你一起探索「金管局」2.0

簡介： 今次再與港鐵義工一起走入香港金融體系最重要地區 - 中環，參觀位於港島最高建築物「國際金融中心二期 - 金管局」認識香港金融發展歷史及港幣的獨特之處。

日期： 12/10/2024(六)
時間： 上午9:00至下午3:00
地點： 中環
對象： 15歲或以上會員
名額： 12位
費用： \$80/位
負責人： 高級復康工作員 陳家傑 復康工作員 黃倩影

備註： 1. 包午膳及旅遊巴來回車程。
2. 參加者需穿著輕便服裝，並自備水及外套。
3. 是次活動部分開支由港鐵資助。

今次大館有乜睇

簡介： 大館，即舊中區警署，是香港法定古蹟。透過參觀大館，體驗各種世界級藝術文化、了解文化和保育項目，其後上山頂欣賞香港景色，期待大家參與！

日期： 19/10/2024(六)
時間： 上午10:00至下午4:00
地點： 中環
對象： 肢體傷殘之會員
名額： 8位
費用： 免費
負責人： 社工 鍾雯鈴 高級復康工作員 何麗珊 復康工作員 殷翠儀

備註： 1. 包旅遊巴接送及午膳。
2. 只限3架輪椅，若超出名額需抽籤。
3. 活動由社會福利署 - 觀塘福利辦事處資助

週六大搜茶

簡介： 茶具文物館的主要工作是收集、研究及展出茶具文物和有關資料，是國際上第一所以茶具為專題的博物館。透過參觀讓大家對中國品茗文化有所認識。

日期： 16/11/2024(六)
時間： 上午10:00至下午4:00
地點： 香港公園
對象： 15歲或以上會員
名額： 12位
費用： \$80/位
負責人： 高級復康工作員 陳家傑 陸嘉善

備註： 1. 包午膳。
2. 自備車資。
3. 路程需步行約3小時，請根據會員身體狀況是否適合報名參加。

KN SATURDAY

備註：
參加者需有基本自理能力

獅子 · 老虎 · 大笨象

簡介：學習用紙皮及硬卡紙製作不同的3D動物。一同享受手工創作過程及渡過愉快的週末。

日期：30/11/2024(六)
時間：上午10:00至下午4:00
地點：中心活動室
對象：15歲或以上會員
名額：12位
費用：\$60/位
負責人：高級復康工作員 何蔚健

港鐵義工與你一起 秋遊曹公潭

簡介：齊往大帽山山麓的曹公潭戶外康樂中心暢玩營內活動、欣賞宜人景致，歡度愉快的秋日周末。

日期：23/11/2024(六)
時間：上午9:00至下午5:00
地點：曹公潭戶外康樂中心
對象：會員及家屬
名額：10對親子、15位會員
費用：\$30/位
負責人：高級復康工作員 陸嘉善 陳家俊
備註：
1. 親子名額共10個(一名會員最多與一名親屬參加)。
2. 活動由康文署資助場地及旅遊巴，康文署不收取該項活動任何費用。
3. 包午膳。
4. 部份活動為戶外運動，請根據會員身體狀況是否適合報名參加。

邊一個發明了行山之 藍地水塘

簡介：秋高氣爽，一同到屯門欣賞彩虹欄杆及藍地水塘美景。強健體魄之餘，亦可欣賞香港美麗景色。

日期：7/12/2024(六)
時間：上午9:00至下午4:00
地點：屯門
對象：15歲或以上會員
名額：12位
費用：\$80/位
負責人：高級復康工作員 何蔚健 何麗珊
備註：
1. 包午膳。
2. 自備車資。
3. 路程需步行約3小時，請根據會員身體狀況是否適合報名參加。
4. 參加者須穿著運動服裝及帶備水

又到聖誕 PARTY TIME

簡介：上午一齊整派對小食，中午一齊享用聖誕大餐，提早慶祝聖誕，下午齊齊玩 PARTY GAME，仲會教你如何寫好一張聖誕咭，送給致愛的親友。

日期：14/12/2024(六)
時間：上午10:00至下午4:00
地點：中心活動室
對象：15歲或以上會員
名額：12位
費用：\$100/位
負責人：高級復康工作員 劉慧
備註：1. 包午膳。



去參觀聖誕小鎮

簡介：透過參與「香港繽紛冬日巡禮」的精采節目，享受歡騰的冬日聖誕氣氛。

日期：21/12/2024(六)
時間：上午10:00至下午4:00
地點：西九龍文化區
對象：15歲或以上會員
名額：12位
費用：\$80/位
負責人：高級復康工作員 陳家傑 復康工作員 林麗秀
備註：
1. 包午膳。
2. 自備車資。
3. 路程需步行約2-3小時，請根據會員身體狀況是否適合報名參加。
4. 活動地點可能會按當日設施開放情況有所調整。



今年燈飾特別多

簡介：欣賞維港兩岸及尖沙咀區璀璨燈飾，再到大型商場與節日裝飾打卡

日期：28/12/2024(六)
時間：下午3:00至下午9:00
地點：尖沙咀
對象：15歲或以上會員
名額：12位
費用：\$80/位
負責人：高級復康工作員 陳百堅 藍珈瑩
備註：
1. 包晚膳。
2. 自備車資。

社交 康樂

一加一等於意義 (10-12/2024)

簡介：有你再加你的力量，一加一等於意義。一齊加入義工組，讓力量更大更有意義。

日期：10/10、17/10、24/10、31/10、7/11/2024(四)
時間：下午4:30至下午6:00
地點：中心活動室
節數：6
對象：15歲或以上會員
名額：10位
費用：免費
負責人：高級復康工作員 何蔚健 復康工作員 陳曉嵐
備註：
1. 最後一節為外出服務日(日期及時間待定)

乒乓學堂 (10-12/2024)

簡介：輕鬆學習乒乓球。

日期：16/10、23/10、30/10、6/11、13/11、20/11/2024(三)
時間：下午5:00至下午7:00
地點：瑞和街體育館
節數：6
對象：15歲或以上會員
名額：8位
費用：免費
負責人：高級復康工作員 藍珈瑩
備註：
1. 活動由恆生乒乓球學院贊助及由教練曾醒華先生教授。
2. 參加者需要自行往返活動場地。
3. 曾參與乒乓學堂的會員優先。

大澳 · 昂坪高質「素」 會員大會

簡介：今季會員大會同大家一齊到昂坪參觀昂坪市集及大佛。午餐到寶蓮寺食高質素菜後下午再往大澳遊覽。期間進行會員大會，發放中心最新動向及收集會員意見。

日期：14/12/2024(六)
時間：上午9:00至下午5:00
地點：大澳
節數：1
對象：會員及家屬
名額：44位
費用：\$120/位
負責人：社工 莊達偉 林灝明 高級復康工作員 何麗珊 藍珈瑩 何蔚健 復康工作員 殷翠儀
備註：
1. 親子參與優先(一名會員最多與一名親屬參加)
2. 活動由康文署資助，康文署不收取該項活動任何費用。
3. 參與會員殘疾類別需包含「智力障礙」
4. 費用包寶蓮寺齋宴午膳及旅遊巴



Chill Cup 最高葷素

簡介：葷食的濃厚口感，素菜的清甜可口。探索社區美食，一個活動、兩種最高享受。

日期：6/11(室內)、13/11、20/11(外出)(三)
時間：6/11下午2:00-下午4:00 13/11、20/11上午10:30-下午2:30
地點：中心活動室 / 外出(地點待定)
節數：3
對象：肢體傷殘之會員
名額：8位
費用：\$80/人
負責人：社工 林灝明 高級復康工作員 陳百堅
備註：
1. 其中兩節外出，時間將按活動內容作出調整
2. 午餐自費
3. 包來回車接送

社交 康樂

欣悅團契之齊唱佳音

簡介：與會員一同練習報佳音詩歌，並於平安夜當日到社區中，以詩歌向人述說聖誕節的意義及耶穌降生的佳音。

日期：26/11、3/12、10/12、17/12、24/12/2024(二)

時間：下午 4:30- 下午 6:00

地點：中心活動室

節數：5

對象：15 歲或以上會員

名額：10 位

費用：免費

負責人：高級復康工作人員 劉慧

備註：1. 24/12 外出時間待定。

悅玩越開心

簡介：增加會員的生活體驗及提昇其與人相處的機會，讓更多會員可以參加活動，內容每次不同，包括：集體遊戲、桌上遊戲、手工藝製作、藝術發展、肌能運動、煮食活動等等。

日期：2/10 至 20/12/2024
(以下日子沒有活動：25/11、02/12、09/12、16/12、23-31/12/2024)

時間：上午 09:00 - 12:00
(部份日子時間為 09:00 - 11:00)

地點：中心活動室

節數：53 節

對象：中心 15 歲或以上的會員，適合具自我照顧及基本自理能力會員參與。

名額：12 位 (每日)

費用：免費

負責人：社工 莊達偉 (Dawn sir) 及各高級復康工作人員

備註：中心長期假托管時段沒有提供活動。
(23/12/2024-31/12/2024 沒有此活動)

甜甜蜜蜜生日會

簡介：學習製作蜜糖鬆餅，一起準備茶點，一同為 10-12 月份生日的會員慶生及送上甜甜蜜蜜的生日禮物。

日期：12/10/2024(六)

時間：下午 2:00 至下午 5:00

地點：中心活動室

節數：1

對象：15 歲或以上會員

名額：12 位

費用：\$50/ 人

負責人：高級復康工作人員 陸嘉善
復康工作人員 殷翠儀

備註：1. 10-12 月份生日會員優先報名。
2. 非 10-12 月份生日的會員均可參加。
3. 費用包括材料費。
4. 需自備食物盒及餐具。

個人發展

魔力橋返嚟啦

簡介：魔力橋體驗班，認識益智又有趣嘅魔力橋桌上遊戲，一齊動動腦筋。

日期：14/11、21/11、28/11、5/12、12/12(四)

時間：下午 4:00 至下午 6:00

地點：中心活動室

節數：5

對象：15 歲或以上會員

名額：6 位

費用：免費

負責人：復康工作人員 陳曉嵐 林麗秀

節奏之旅打開音樂大門 - 2024 年 10-12 月份 木箱鼓班

簡介：學習敲打木箱鼓，發掘音樂才能，啟發對音樂的興趣。

日期：2/10、9/10、16/10、23/10、30/10、6/11、13/11、20/11、27/11、4/12、11/12、18/12/2024(三)

時間：下午 4:30- 下午 6:00

地點：中心活動室

節數：13

對象：15 歲或以上會員

名額：12 位

費用：\$150/ 人

負責人：高級復康工作人員 陳家傑

備註：1. 由外聘導師帶領活動。
2. 活動由伊利沙伯女皇弱智人士基金資助。
3. 第 13 節日期於稍後公佈。
4. 參與 7-9 月份木箱鼓班之會員優先。

節奏之旅打開音樂大門 - 忘憂鼓 (10-12/24)

簡介：忘憂鼓空靈而悠遠，令人感到安寧，即使在晚上敲奏亦不會吵到別人。學習音樂，能令人放鬆情緒，忘憂鼓是一件容易學習的樂器，即使你沒有樂器基礎，亦能輕鬆學習。

日期：4/10、18/10、25/10、1/11、8/11、15/11、22/11、29/11、6/12、13/12、20/12、27/12/2024(五)

時間：下午 4:15 至下午 5:45

地點：中心活動室

節數：13

對象：15 歲或以上會員

名額：12 位

費用：\$150/ 人

負責人：高級復康工作人員 何麗珊

備註：1. 社工推薦優先。
2. 由外聘導師帶領活動。
3. 活動由伊利沙伯女皇弱智人士基金資助。
4. 第 13 節日期於稍後公佈。

小型足球訓練計劃

簡介：參加者學習小型足球的規則及技巧，培養運動的習慣。

日期：3/10、10/10、17/10、24/10(四)

時間：下午 4:00 至下午 6:00

地點：觀塘遊樂場

節數：4

對象：15 歲或以上會員

名額：12 位

費用：免費

負責人：高級復康工作人員 陸嘉善
復康工作人員 林麗秀

備註：1. 活動由康文署資助，康文署不收取該項活動任何費用。
2. 請因應個人身體狀況報名。
3. 參加者需自行前往活動場地。
4. 參加者需穿運動服飾及自備補給品。



個人發展

轉轉禪繞畫

簡介：透過點、線、面，一步一步讓自閉症譜系人士學習繪畫出禪繞畫，提升專注力，培養對繪畫的興趣。

日期：8/10、15/10、22/10、5/11、12/11、19/11/2024(二)

時間：下午 4:30 至下午 5:30

地點：中心活動室

節數：6

對象：15 歲或以上自閉症譜系障礙會員

名額：6 位

費用：\$20

負責人：社工 鍾雯鈴
高級復康工作員 劉慧

備註：1. 自閉症譜系障礙會員優先參與。

殘疾人士健體計劃 (普及健體操) 3.0

簡介：由普及健體操教練分享：運動的益處、運動須知、運動指引及教授。

日期：16/11/2024(六)

時間：上午 9:30 至上午 11:30

地點：中心活動室

節數：1

對象：15 歲或以上會員 (只限智障會員參與)

名額：25 位

費用：免費

負責人：社工 莊達偉 (Dawn sir)

備註：1. 活動由康文署資助，康文署不收取該項活動任何費用。
2. 因活動需要一定的體力要求及學習正確的運動方式，請因應個人身體狀況報名。
3. 參加者需穿運動服飾及運動鞋、自備補給品及飲用水

心意生日卡

簡介：齊來發揮創意，設計和製作生日卡，為生日會員送上無限的祝福

日期：7/10、14/10、21/10、28/10、4/11、11/11/2024(一)

時間：下午 4:15 至下午 5:45

地點：中心活動室

節數：6

對象：15 歲或以上會員

名額：3 位

費用：免費

負責人：復康工作員 殷翠儀

備註：1. 社工推薦優先

社交故事之場合日記

簡介：學習在不同場合中會見到的事物；應有的禮儀；合適的衣著及情緒表達。

日期：13/11、20/11、27/11、4/12、11/12、18/12/2024(三)

時間：下午 4:30 至下午 6:00

地點：中心活動室

節數：6

對象：15 歲或以上會員

名額：6 位

費用：免費

負責人：高級復康工作員 何蔚健

生活技能提昇

特能童軍集會之營藝篇 2024

簡介：認識露營裝備，學習架設營帳及相關知識，為露營作好準備

日期：8/11、15/11、22/11、29/11、6/12/2024(五)

時間：下午 5:00 至下午 7:00

地點：中心活動室

節數：5

對象：11-15 歲 (童軍)
18-23 歲 (樂行童軍)

名額：16 位

費用：\$60/ 人

負責人：高級復康工作員 陳百堅
高級活動幹事 梁詠珊

備註：1. 曾參加及出席早前集會之會員優先。
2. 童軍招募需經由社工甄選，首次報名人士請直接致電中心聯絡社工莊先生。

特能童軍之露營必須走

簡介：秋冬季節又係露營嘅好時候，今次會透過露營活動同大家夜間觀星，探索夜空。

日期：7-8/12/2024(六至日)

時間：下午 2:00 至翌日下午 3:00

地點：沙田童軍中心

節數：1

對象：11-15 歲 (童軍)
18-23 歲 (樂行童軍)

名額：12 位

費用：\$300/ 位

負責人：社工 莊達偉
高級復康工作員 陳百堅
高級活動幹事 梁詠珊

備註：1. 參與本季集會之會員優先。
2. 費用包括當日晚餐及次日早餐午餐。
3. 自備車資。
4. 請根據會員身體狀況是否適合報名參加。
5. 參加者需自備適當保暖衣物。

煮食爐

簡介：一起『煮』、一起『食』、一起圍『爐』分享美食。

日期：31/10、7/11、14/11、21/11、28/11、5/12/2024(四)

時間：下午 4:30 至下午 6:00

地點：中心活動室

節數：6

對象：15 歲或以上會員

名額：6 位

費用：\$60/ 位

負責人：高級復康工作員 陳家俊

備註：1. 需自備餐具及食物盒

社區關注組 - 南豐紗廠

簡介：與你一起走進蘊含豐富歷史文化的南豐紗廠。

日期：9/10、19/10/2024(三、六)

時間：9/10 下午 4:30 至下午 6:00
19/10 上午 10:00 至下午 4:00

地點：中心活動室、荃灣

節數：2

對象：15 歲或以上會員

名額：8 位

費用：\$100/ 人

負責人：高級復康工作員 藍珈瑩
復康工作員 黃倩影

備註：1. 自備車資。
2. 費用已包午膳。
3. 費用已包導賞團費用。
4. 活動需步行 2-3 小時，請因應身體狀況報名。



照顧者活動

輕鬆樂半天 (2)

簡介：透過一同睇戲和用膳，讓照顧者能重拾相聚時光，放鬆一刻。

日期：11/12/2024(三)

時間：上午 10:00- 下午 2:00

地點：鑽石山

節數：1

對象：會員家屬

名額：24 位

費用：免費

負責人：高級復康工作員 陳家傑

備註：1. 自備車資。
2. 曾參與輕鬆樂半天 (1) 的不能重覆報名。
3. 活動由社會福利署 - 觀塘區福利辦事處資助



家長伸展班 2024 年 10-12 月份

簡介：由伸展運動導師教授基本的伸展運動，藉以加強身體柔軟度，減少受傷的機會。

日期：7/10、14/10、21/10、28/10、4/11、11/11/2024(一)

時間：上午 11:30- 下午 12:30

地點：中心活動室

節數：6

對象：會員家屬

名額：12 位

費用：\$300/ 位

負責人：復康工作員 黃倩影

備註：1. 由外聘伸展運動導師郭旭暉先生教授。
2. 參加者須穿著運動服和運動鞋，自備水及毛巾。
3. 曾參與「家長伸展班」的會員家長優先。

樂活園藝小組

簡介：藉植物的不同特性 (顏色、香味、質感等) 以刺激參加者的感官，並於過程中認識植物的獨特性及可塑性，創作不同的園藝作品，從而得到心靈的滿足。

日期：22/10、29/10、5/11、12/11、19/11、26/11、3/12、10/12(二)

時間：上午 10:30- 上午 11:30

地點：中心活動室

節數：8

對象：會員家屬

名額：10 位

費用：免費

負責人：復康工作員 黃倩影

備註：1. 由實習園藝治療學生教授。
2. 活動由社會福利署 - 觀塘區福利辦事處資助



綜合健體運動班

簡介：由專業導師教授及精心編排內容，包括有氧健體操舞，強化肌肉運動，並進行伸展運動。讓參加者能鍛鍊身體之餘，亦紓緩情緒壓力。

日期：25/11、2/12、9/12、16/12/2024(一)

時間：上午 10:00- 上午 11:30

地點：中心活動室

節數：4

對象：會員家屬

名額：12 位

費用：\$240/ 位

負責人：高級活動幹事 譚鴻章

備註：1. 由外聘導師教授。
2. 參加者須穿著運動服和運動鞋，自備水及毛巾。
3. 如報名人數不足 10 人，小組將會取消。

照顧者參觀活動 - 香港耀能協會樂華宿舍

簡介：為令照顧者及會員更能了解「嚴重肢體傷殘人士宿舍」的住宿環境及服務內容。感謝 香港耀能協會樂華宿舍 提供 宿舍參觀及服務介紹給予本中心的會員及照顧者！

日期：18/11/2024(一)

時間：上午 10:00- 上午 11:00

地點：香港耀能協會樂華宿舍 (嚴重肢體傷殘人士宿舍)

節數：1

對象：會員及照顧者

名額：親子名額：2 對
照顧者個人名額：6 名

費用：免費

負責人：社工 莊達偉 (Dawn sir)

備註：1. 活動設問答環節，參加者可於活動前將問題以 Whatsapp 發送給中心，讓講者可以提前準備。
2. 如就子女所申請的宿舍類別有疑問 或 不清楚現時已申請的宿舍類別，可向協助申請宿舍服務的轉介社工了解。

2024 年 10 月 活動時間表



活動時間表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1	2	3	4	5
		9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 木箱鼓班	9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 小型足球訓練計劃	9:00-12:00 悅玩越開心 4:15-5:45 忘憂鼓	9:30-3:30 叮叮杯麵遊
7	8	9	10	11	12
9:00-11:00 悅玩越開心 11:30-12:30 家長伸展班 4:15-5:45 心意生日卡	9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-5:30 轉轉禪繞畫	9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 木箱鼓班 4:30-6:00 社區關注組 - 南豐紗廠	9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 小型足球訓練計劃 4:30-6:00 一加一等於意義	重陽節	9:00-3:00 港鐵義工與你一起 探索「金管局」2.0 2:00-5:00 甜甜蜜蜜生日會
14	15	16	17	18	19
9:00-11:00 悅玩越開心 11:30-12:30 家長伸展班 4:15-5:45 心意生日卡	9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-5:30 轉轉禪繞畫	9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 木箱鼓班 5:00-7:00 乒乓學堂	9:00-12:00 悅玩越開心 10:00-11:00 詠春齊體驗 4:00-6:00 小型足球訓練計劃 4:30-6:00 一加一等於意義	9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:15-5:45 忘憂鼓	10:00-4:00 今次大館有乜睇 10:00-4:00 社區關注組 - 南豐紗廠
21	22	23	24	25	26
9:00-11:00 悅玩越開心 11:30-12:30 家長伸展班 4:15-5:45 心意生日卡	9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-11:30 樂活園藝小組 4:30-5:30 轉轉禪繞畫 4:30-5:30 自理下午茶	9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 木箱鼓班 5:00-7:00 乒乓學堂	9:00-12:00 悅玩越開心 10:00-11:00 詠春齊體驗 4:00-6:00 小型足球訓練計劃 4:30-6:00 一加一等於意義	9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:15-5:45 忘憂鼓	10:00-4:00 哈囉喂大行動
28	29	30	31		
9:00-11:00 悅玩越開心 11:30-12:30 家長伸展班 4:15-5:45 心意生日卡	9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-11:30 樂活園藝小組 4:30-5:30 自理下午茶	9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 木箱鼓班 5:00-7:00 乒乓學堂	9:00-12:00 悅玩越開心 10:00-11:00 詠春齊體驗 4:30-6:00 一加一等於意義 4:30-6:00 煮食爐		



2024年11月

活動時間表

活動時間表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				1 9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:15-5:45 忘憂鼓	2 10:00-4:00 橋咀島環島遊
4 9:00-11:00 悅玩越開心 11:30-12:30 家長伸展班 4:15-5:45 心意生日卡	5 9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-11:30 樂活園藝小組 4:30-5:30 轉轉禪繞畫 4:30-5:30 自理下午茶	6 9:00-12:00 悅玩越開心 2:00-4:00 Chill Cup 最高葷素 4:30-6:00 木箱鼓班 5:00-7:00 乒乓學堂	7 9:00-12:00 悅玩越開心 10:00-11:00 詠春齊體驗 4:30-6:00 一加一等於意義 4:30-6:00 煮食爐	8 9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:15-5:45 忘憂鼓 5:00-7:00 特能童軍集會之營藝篇 2024	9 10:00-4:00 秋意週末
11 9:00-11:00 悅玩越開心 11:30-12:30 家長伸展班 4:15-5:45 心意生日卡	12 9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-11:30 樂活園藝小組 4:30-5:30 轉轉禪繞畫 4:30-5:30 自理下午茶	13 9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-2:30 Chill Cup 最高葷素 4:30-6:00 木箱鼓班 4:30-6:00 社交故事之場合日記 5:00-7:00 乒乓學堂	14 9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:30-6:00 煮食爐	15 9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:15-5:45 忘憂鼓 5:00-7:00 特能童軍集會之營藝篇 2024	16 9:30-11:30 殘疾人士健體計劃 (普及健體操) 3.0 10:00-4:00 週六大搜茶 2:00-5:00 當風箏遇上風
18 9:00-12:00 悅玩越開心 10:00-11:00 照顧者參觀活動 - 香港耀能協會樂華宿舍	19 9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-11:30 樂活園藝小組 4:30-5:30 轉轉禪繞畫 4:30-5:30 自理下午茶	20 9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-2:30 Chill Cup 最高葷素 4:30-6:00 木箱鼓班 4:30-6:00 社交故事之場合日記 5:00-7:00 乒乓學堂	21 9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:30-6:00 煮食爐	22 9:00-12:00 悅玩越開心 4:15-5:45 忘憂鼓 5:00-7:00 特能童軍集會之營藝篇 2024	23 9:00-5:00 港鐵義工與你一起 秋遊曹公潭 2:30-4:30 親子蛋糕樂
25 10:00-11:30 綜合健體運動班	26 9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-11:30 樂活園藝小組 4:30-6:00 欣悅團契之齊唱佳音 4:30-5:30 自理下午茶	27 9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 木箱鼓班 4:30-6:00 社交故事之場合日記	28 9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:30-6:00 煮食爐	29 9:00-12:00 悅玩越開心 4:15-5:45 忘憂鼓 5:00-7:00 特能童軍集會之營藝篇 2024	30 10:00-4:00 獅子·老虎·大笨象

2024年12月

活動時間表

活動時間表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
2 10:00-11:30 綜合健體運動班	3 9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-11:30 樂活園藝小組 4:30-6:00 欣悅團契之齊唱佳音	4 9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 木箱鼓班 4:30-6:00 社交故事之場合日記	5 9:00-12:00 悅玩越開心 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦 4:30-6:00 煮食爐	6 9:00-12:00 悅玩越開心 4:15-5:45 忘憂鼓 5:00-7:00 特能童軍集會之營藝篇 2024	7 9:00-4:00 邊一個發明了行山之藍地水塘 2:00-翌日下午 3:00 特能童軍之露營必須走
9 10:00-11:30 綜合健體運動班	10 9:00-12:00 悅玩越開心 10:30-11:30 樂活園藝小組 4:30-6:00 欣悅團契之齊唱佳音	11 9:00-12:00 悅玩越開心 10:00-2:00 輕鬆樂半天 (2) 4:30-6:00 木箱鼓班 4:30-6:00 社交故事之場合日記	12 9:00-12:00 悅玩越開心 3:00-5:00 洗車體驗II 4:00-6:00 魔力橋返嚟啦	13 9:00-12:00 悅玩越開心 4:15-5:45 忘憂鼓	14 9:00-5:00 大澳·昂坪高質「素」會員大會 10:00-4:00 又到聖誕 PARTY TIME 10:30-1:00 霓虹燈工作坊II
16 10:00-11:30 綜合健體運動班	17 9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 欣悅團契之齊唱佳音	18 9:00-12:00 悅玩越開心 4:30-6:00 木箱鼓班 4:30-6:00 社交故事之場合日記	19 9:00-12:00 悅玩越開心	20 9:00-12:00 悅玩越開心 4:15-5:45 忘憂鼓 3:30-5:00 聖誕 Party	21 10:00-4:00 去參觀聖誕小鎮
23	24 4:30-6:00 欣悅團契之齊唱佳音	25 聖誕節	26 聖誕節翌日	27 4:15-5:45 忘憂鼓	28 3:00-9:00 今年燈飾特別多
30	31				

2024 年聖誕節託管

日期：2024 年 12 月 23、24、27、30、31 日

時間：上午 9:00 至下午 6:15

對象：6 歲或以上的中心會員 (本區會員優先)

名額：13 人

服務費用：\$5/小時

午膳費用：\$37(可自備午膳)

中心接送費用：\$10 一程 (只限本區會員)

報名時段：即日起至 2024 年 11 月 8 日 (五) 下午 5:00

備註：

1. 只接受以下方式報名：
郵寄 (以郵局蓋印日期為準) /
傳真至 2304 4029
whatsapp 至 5245 2096 報名
(家長需自行致電中心，以確認本中心收受報名表)
2. 聖誕托管抽籤日為 2024 年 11 月 12 日 (二)。
3. 本中心將於 2024 年 11 月 15 日 (五) 下午 5:00 前以電話形式通知中籤者，未有收到通知則作落選論。
4. 請中籤會員於 2024 年 11 月 27 日 (三) 下午 2:00 或之前繳交服務費，逾期作棄權論。
5. 如有剩餘名額，將於 2024 年 11 月 28 日 (四) 上午 9:00 作公開報名，未中籤者可致電中心查詢。先到先得形式，額滿即止。

收表人：_____

收表日期：_____

2024 年聖誕託管 (12 月)

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
<input type="checkbox"/> 23/12 時間：___ 至 ___ <input type="checkbox"/> 午膳 <input type="checkbox"/> 車 (往 / 返)	<input type="checkbox"/> 24/12 時間：___ 至 ___ <input type="checkbox"/> 午膳 <input type="checkbox"/> 車 (往 / 返)			<input type="checkbox"/> 27/12 時間：___ 至 ___ <input type="checkbox"/> 午膳 <input type="checkbox"/> 車 (往 / 返)
<input type="checkbox"/> 30/12 時間：___ 至 ___ <input type="checkbox"/> 午膳 <input type="checkbox"/> 車 (往 / 返)	<input type="checkbox"/> 31/12 時間：___ 至 ___ <input type="checkbox"/> 午膳 <input type="checkbox"/> 車 (往 / 返)			

1. 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。

2. 本人 * 同意 / 不同意 使用活動照片作 * 季刊 / 年報 / 機構 Facebook / 機構網頁刊登之用。
(* 請刪去不適用選項)

所有託管服務請於限期內繳交費用，否則當自動棄權，恕不另行通知；如未能按時繳交費用有其他影響服務運作的情況，將重新考慮使用服務資格。

申請人簽署：_____ 居住：本區 (包括特殊學校專隊) 非本區

家屬簽署 (如適用)：_____ 日期：_____

中心託管服務報名及繳費程序

爲了讓家長更清晰了解中心託管服務的運作，由 2023 年 10 月起，恆常和週末託管的報名及繳費程序會重新整合，詳見下表。



下載託管報名表格

恆常託管

學校長假期託管

日期	逢星期一至六 (學校長假期及公眾假期除外)		學校假期 (新年、復活節、 暑假、聖誕)
	星期一至五	星期六	
時間	上午 9:00 至下午 3:00	下午 3:00 至下午 6:15	上午 9:00 至下午 6:15
名額	3 人	8 人	12 人
報名及繳費	每月 10 號至 17 號爲報名時段， 本區及非本區會員同步接受申請 每月 17 號後不會接受報名直至 28 號公開報名 請填寫報名表格後交回中心 (親臨中心遞交、傳真 2304 4029 或 whatsapp 至中心手提 5245 2096)，報名表格可到中心索取或在中心網頁下載 截止報名後會進行抽籤， 本區會員優先 於每月 18-20 號通知抽籤結果及所需服務費用 請中籤會員於每月 21-27 號繳交費用 如未能於限期內繳費會視作自動放棄，恕不另行通知 剩餘名額會於每月 28 號開始作公開報名，先到先得，名額保留至翌日下午 6 時，申請者必須在限期前繳費，以確認名額。 即日報名的申請者，需在當日繳付費用 如上述所提及的日期爲星期日或公眾假期，則順延至下一個工作天進行		程序與恆常託管相同。有關長假期截止報名及繳費日期，請參考季刊內長假期託管的安排。

如有疑問，可致電中心聯絡社工陳曉峰先生。

託管服務報名時序

每月

10-17 號
報名時段

填寫表格

可到中心索取表格或在中心網頁下載
遞交方法：1. WhatsApp
2. 親臨中心遞交
3. 傳真



每月

18-20 號
抽籤及通知

不接受新報名

請等候職員通知抽籤結果



每月

21-27 號
繳費時段

不接受新報名

請以以下方式繳交託管費用
1. 到中心支付現金
2. 支票
3. 銀行過數



每月

28 號
公開報名
先到先得

家長可致電中心查詢餘額，報名請填妥報名表格並以上述方法遞交，收到確認通知後請家長在翌日下午 6 時前繳交服務費確認名額，否則當作自動放棄。



託管服務問卷調查



接收 WhatsApp 廣播傳送訊息同意書

為更有效傳遞活動資訊，本中心現已優化活動訊息的傳遞流程，採用 WhatsApp 廣播傳送功能，發放活動的宣傳資訊。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. 以廣播群組模式發放訊息，閣下所提供的電話號碼將受到保密，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 廣播傳送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 廣播傳送途徑，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 廣播傳送電話號碼：+852 5245 2096

接收 WhatsApp 廣播傳送訊息同意書回條

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 廣播傳送途徑，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：

電話號碼：(1) _____ (關係：_____)； 已於電話加入 5245 2096 為聯絡人

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

* 不同意以 WhatsApp 廣播傳送途徑，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

活動報名須知 報名程序

欣悅坊 2024 年 10-12 月活動報名表 可選擇多項，請於適當方格內加以『✓』

12/09/2024 (四) 下午 06:00 (郵寄以郵戳的日期為準)
活動截止報名日期及時間

- 會員 / 家長可親臨中心報名、透過 Whatsapp 上的報名連結在網上報名、Whatsapp 至 6108-5360 (需要整張活動報名表連簽署，資料不齊，恕不受理) 或郵寄至九龍觀塘福塘道 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)。
- 選報之活動數量不限，敬請留意活動有否撞期。
- 本區及非本區同步進行。

16/09/2024 (一) 上午 10:00
抽籤日

- 活動名額由本區會員 / 家屬或現正就讀或離校不超過 18 個月的基順學校、聖道學校、培智學校學生優先抽籤，如有餘額則予非本區會員 / 家長抽籤。
- 中心於 10:00am 在活動室進行抽籤，歡迎會員 / 家長到中心監票。

17/09/2024 (二)
公佈參加者名單

會員 / 家屬請主動致電中心查詢 / 到中心查詢 / 網上查詢抽籤結果，中心不會個別通知會員 / 家屬。

注意事項

- 一般情況下，活動一經報名則不得退款 / 轉讓他人 / 轉換項目。
- 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妥。
- 請緊記需繳交中心會費，方可參加中心的活動及使用中心的服務。

* 繳費形式

- 親臨繳交現金或八達通
- 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)，並郵寄正本入數紙到中心地址 (參閱封底) (須註明參加之活動名稱及會員姓名)。

17/09/2024 (二) - 26/09/2024 (四)
為中籤者繳費時段

- 抽中籤之會員 / 家長請於 9 月 17 日至 9 月 26 日內繳交全數費用。
- 繳費形式：見備註 *。
- 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。
- 仍有餘額之活動可於 9 月 27 日起以先到先得方式，即日報名及繳費。
- 免費活動亦需到中心領取活動單據以確認中籤名額。
- 繳交費用前，請確實抽中的活動有否撞期，如已繳交的費用將不作退回。

27/09/2024 (五) 上午 9:00
開始公開報名

有興趣參與活動的會員 / 家屬可即日於辦公時間內親身或致電 2191-3138 查詢活動餘額，如成功留位之會員，需於當日親臨中心繳交費用確認位置，如未能當日繳費，則當作自動放棄該名額。

會員活動	<input type="checkbox"/> 免費	一加一等於意義 (10-12/2024)	<input type="checkbox"/> \$150/ 位	節奏之旅打開音樂大門 - 2024 年 10-12 月份木箱鼓班
	<input type="checkbox"/> \$120/ 位	大澳 · 昂坪高質「素」會員大會 x _____ 位	<input type="checkbox"/> 免費	小型足球訓練計劃
	<input type="checkbox"/> \$80/ 位	Chill Cup 最高葷素	<input type="checkbox"/> 免費	殘疾人士健體計劃 (普及健體操) 3.0 香港
	<input type="checkbox"/> 免費	乒乓學堂 (10-12/2024)	<input type="checkbox"/> \$20/ 位	轉轉禪繞畫
	<input type="checkbox"/> 免費	欣悅團契之齊唱佳音	<input type="checkbox"/> \$300/ 位	特能童軍之露營必須走
	<input type="checkbox"/> \$100/ 位	社區關注組 - 南豐紗廠	<input type="checkbox"/> \$60/ 位	特能童軍集會之營藝篇 2024
	<input type="checkbox"/> \$50/ 位	甜甜蜜蜜生日會	<input type="checkbox"/> 免費	心意生日卡
	<input type="checkbox"/> 免費	魔力橋返嚟啦	<input type="checkbox"/> 免費	社交故事之場合日記
	<input type="checkbox"/> \$150/ 位	節奏之旅打開音樂大門 - 忘憂鼓 (10-12/24)	<input type="checkbox"/> \$60/ 位	煮食爐
	<input type="checkbox"/> 免費	悅玩越開心 <input type="checkbox"/> 星期一 <input type="checkbox"/> 星期二 <input type="checkbox"/> 星期三 <input type="checkbox"/> 星期四 <input type="checkbox"/> 星期五		
KN SATURDAY	<input type="checkbox"/> \$140/ 位	叮叮杯麵遊	<input type="checkbox"/> \$30/ 位	港鐵義工與你一起秋遊曹公潭 <input type="checkbox"/> 會員 <input type="checkbox"/> 家屬
	<input type="checkbox"/> \$80/ 位	港鐵義工與你一起探索「金管局」2.0	<input type="checkbox"/> \$60/ 位	獅子 · 老虎 · 大笨象
	<input type="checkbox"/> 免費	今次大館有乜睇	<input type="checkbox"/> \$80/ 位	邊一個发明了行山之藍地水塘
	<input type="checkbox"/> \$60/ 位	哈囉喂大行動	<input type="checkbox"/> \$100/ 位	又到聖誕 PARTY TIME
	<input type="checkbox"/> \$120/ 位	橋咀島環島遊	<input type="checkbox"/> \$80/ 位	去參觀聖誕小鎮
	<input type="checkbox"/> \$80/ 位	秋意週末	<input type="checkbox"/> \$80/ 位	今年燈飾特別多
	<input type="checkbox"/> \$80/ 位	週六大搜茶		
家長活動	<input type="checkbox"/> 免費	輕鬆樂半天 (2)	<input type="checkbox"/> 免費	樂活園藝小組
	<input type="checkbox"/> \$300/ 位	家長伸展班 2024 年 10-12 月份	<input type="checkbox"/> \$240/ 位	綜合健體運動班
	<input type="checkbox"/> 免費	照顧者參觀活動 - 香港耀能協會樂華宿舍		
離校隊活動	<input type="checkbox"/> \$20/ 位	藝術才能發展 - 霓虹燈工作坊	<input type="checkbox"/> \$100/ 位	親子蛋糕樂
	<input type="checkbox"/> \$20/ 位	自理下午茶	<input type="checkbox"/> \$50/ 位	當風箏遇上風
	<input type="checkbox"/> \$20/ 位	聖誕 party	<input type="checkbox"/> \$10/ 位	職業技能培訓 - 汽車清潔

- 本人 _____ (會員姓名) (及) _____ (家屬姓名) (如適用) 已閱讀及明白報名須知，並同意遵守所列守則。
 - 本人 * 同意 / 不同意使用活動照片作 * 季刊 / 年報 / 機構 facebook / 機構網頁刊登之用。 (* 請劃除不適用選項) (註：必須填寫此欄才可完成整個報名程序)
- * 個別活動存在風險，請自行評估個人狀況而決定是否適合參與。

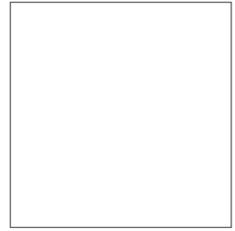
申請人簽署：_____ 居住：本區 非本區
(_____)

家屬簽署 (如適用)：_____ 日期：_____

惡劣天氣應變安排

颱風 / 暴雨警告訊息	中心開放	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 號或以上風球 8 號或以上風球	✗	✗	✗	✗	✗
3 號風球	只提供緊急託管服務	✗	✗	✗	✗
1 號風球	✓	✓	✓	*	✓
黑色暴雨	✗	✗	✗	✗	✗
紅色暴雨	只提供緊急託管服務	✗	✗	✗	✗
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。
 - 取消的小組課堂及單次性活動將按個別情況處理，不便之處，敬請原諒！
 - 家長或會員應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。



會員資料 更改通知書

會員姓名：_____

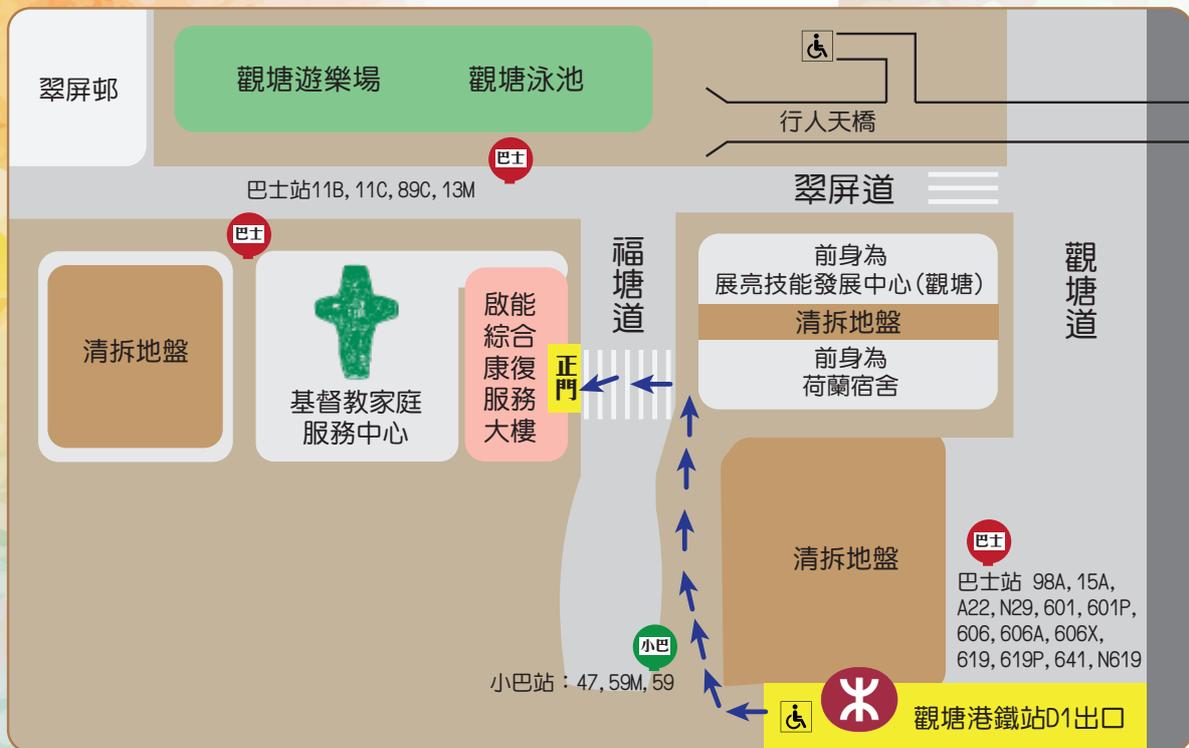
更改資料：(如地址 / 電話 / 其他)

生效日期：_____年_____月_____日

基督教家庭服務中心欣悅坊 - 地區支援中心 (觀塘東)

地址：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

電 郵：cheerfulplace@cfsc.org.hk
網 頁：www.cfsc.org.hk/dsc/
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)



督印人：黃卓康
編輯委員會：陳曉峰、何麗珊
數量：1250 份
出版日期：2024 年 8 月



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department



香港公益金
THE COMMUNITY CHEST
會員機構 MEMBER AGENCY



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