

服務範圍

本中心服務屯門區以下地區，包括：
屯門市中心、新墟、三聖、恆福、新景、
良景、寶田、建生、兆康、欣田、景峰、
富泰、和田、菁田、屯門鄉郊、掃管笏。

郵票

屯門震寰路 82 號康恩園 (臨時地址)
輕鐵建生站下車後，步行約 5 分鐘

屯門屯喜路 2 號屯門栢麗廣場南翼 26 樓
11 室 (臨時活動場地)
(須預約，不設偶到服務)

2465 3210 2994 1968

theclub@skhwc.org.hk

theclub.skhwc.org.hk

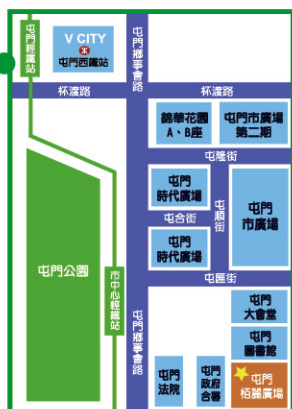
由香港聖公會福利協會有限公司營運



印行日期：3.2024
督印人：袁玉珍

印行數量：1000 份
編輯小組：陳楚霞、鄧裕禧、陳朗軒

樂喜聚位置圖



香港聖公會屯門精神健康綜合社區中心 - 樂喜聚

HKSKH Tuen Mun Integrated Community Centre for Mental Wellness - The Club

樂喜聚

2024 年 4-6 月份通訊



4 - 6 月份 活動報名日期及時間：

20/3/2024 (三) 下午 1:45 開始

電話查詢及報名：2465 3210



最新中心資訊可掃描 QR-code 獲取
或瀏覽中心網址 <http://theclub.skhwc.org.hk>



樂喜聚 Facebook

Contents 2024 年 4-6 月

編者的話	P.1
職員介紹	P.2
服務介紹	P.3
通訊及活動報名日 / 小組、活動及會員續會注意事項	P.4
班組活動預告 / 活動抽籤預告	P.5
好書 • 獻給你 - 「轉念·轉臉」	P.6
精神健康小物介紹	P.7
義·樂·Club 義工活動	P.8-9
活動班組分享	P.10-11
會員大會回顧	P.12
家屬、小家屬活動	P.13
職業治療服務	P.14
2024 年 4-6 月份活動內容	P.15-21
4-6 月活動行事曆	P.22-24
活動資料總表	P.25
小組活動報名安排、中心辦公時間及「悠閒閣」開放時間	P.26
會員及活動須知	P.27
SQS 服務標準提提你及服務意見欄	P.28
中心守則	P.29

編者的話

我想在此分享一個故事 << 屬於企鵝的飛翔 >>

小企鵝很羨慕天空上飛翔的小鳥，有一天，小企鵝問爸爸：「我覺得自己很無用，為何我也有一對美麗的翅膀，但我怎樣努力也拍翼飛不起呢？」

爸爸摸著自己圓圓的肚臍，拖著小企鵝，大叫一聲：「PK」兩隻一肥一瘦的企鵝就 PK 地在南極的冰天雪地上，展現了屬於自己獨一無二的翅膀，痛痛快快萬里「飛翔」了。

小企鵝興奮地說：「老爸，少時您教我唔好講粗口，您上次平地一聲雷大叫 PK 真係好爽呀！」

企鵝爸爸說：「哈哈！有人覺得 PK 係粗口，而對於我，PK 係代表 Penguin Kingdom (企鵝王國)，當您一天一天成長時，您不需要跟別人走一樣的路，不需要成為別人口中的強者，您只需要找到自己身上的翅膀，就會有力量創造屬於自己的王國」

親愛的會員，今期通訊活動節目都好豐富呀！

有一系列的「義·樂·CLUB」大招募、有各式各樣的身心社靈小組……

樂喜聚會陪伴大家一起走這趟復元之旅。

We are together in this Recovery Journey.





文員
古美玲



朋輩支援員(半職)
陳以琳



資深朋輩支援員
陳嘉雄



朋輩支援員(半職)
周麗珍



程序助理
馬蔚霖



社會工作員
鄧裕禧



社會工作員
麥嘉儀



社會工作員
賴佩珊



社會工作員
李婉寧



社會工作員
劉蘇娟



社會工作員
李奕琪



副主任
余懷德



督導主任
陳楚霞



副主任
何浩然



社會工作員
張淑芬



社會工作員
任天恒



臨床心理學家(半職)
陳翎漢



職業治療師(半職)
曾麗賢



社會工作員
朱翠茜



訓練導師
洪惠嫻



訓練導師
陳朗軒



精神科護士(兼職)
賴燕霞



訓練導師
周德威



訓練導師
陳愛敬

服務介紹

機構簡介

香港聖公會福利協會有限公司乃香港聖公會屬下負責協調、發展和提供社會福利服務的機構，其服務單位遍佈香港、澳門及廣州。

機構服務宗旨

協會以「社區照顧」為服務方向，並採用綜合服務手法和結合全面優質管理，提供多元化服務如幼兒、兒童、青少年、家庭、長者、新移民、復康、社區及輔導服務等，為有需要人士給予個別關懷和全面照顧。冀能透過完備的服務網絡和社區人士的參與，共同建立一個互相關懷和支持的社區。

優質服務承諾

香港聖公會福利協會有限公司及其屬下單位自一九九六年開始宣佈進入優質之旅～推行全面優質管理。這是向服務使用者提供優質服務的承諾，藉此確保協會同工均會上下一心，持續改善服務質素，以滿足服務使用者的期望和要求。

服務簡介

「樂喜聚」是屯門其中一間「精神健康綜合社區中心」，提倡身、心、靈整全健康，致力為區內居民、精神病康復者、有情緒及精神困擾的人士及他們的家人/照顧者，提供由及早預防以至危機管理的一站式、地區為本和便捷的社區支援及康復服務。

服務目標

- 提升區內居民的身心靈健康
- 培養樂觀喜悅的正向生活
- 共建互相關愛的和諧社區

我們希望「樂喜聚」能成為一個匯聚快樂，散發喜悅的地方，以關愛的鄰里關係建立樂觀正向的社區生活，並倡導身心靈和諧並培養居民內心的平和喜悅

服務內容

- 中心服務包括：
- 家屬支援服務
 - 偶到服務
 - 個案輔導
 - 外展服務
 - 日間訓練
 - 社交及康樂活動
 - 心理教育小組及活動
 - 治療及支援小組
 - 小家屬服務
 - 職業治療服務
 - 朋輩支援服務
 - 臨床心理治療服務
 - 中學生情緒支援服務
 - 社區精神健康教育活動
 - 服務轉介

* 本中心設有註冊社會工作者、註冊臨床心理學家、註冊職業治療師、註冊精神科護士及朋輩支援員提供有關服務。

服務特色

- 提倡身、心、靈社區整全健康
- 以多元手法提供教育及推廣活動
- 推動建立正向及關懷的社區

服務對象

- 當區居住/就讀的人士，包括：
- 就讀中學或以上的精神病康復者
 - 就讀中學或以上的懷疑有精神健康問題的人士
 - 上述人士的家屬/照顧者
 - 有意進一步認識或提升精神健康的居民

申請服務和退出服務

- 申請服務：
- 自行向中心申請服務，或由醫生、社工、輔助醫療人員或政府部門轉介
- 退出服務：
- 可與中心負責職員聯絡

服務費用

費用全免，個別小組及活動則按情況收費

通訊及活動報名日

1. 本年度通訊每 3 個月出版一期，即分別為 4-6/2024、7-9/2024、10-12/2024 及 1-3/2025。
2. 報名日會安排於 20/3/2024（星期三）下午 1:45 分開始，以電話報名形式進行，會員可以報名參加 2024 年 4-6 月活動。
3. 留意每名會員可報名之「限報系列」活動為 4 個（首 2 項活動如有名額將即時確認報名成功，其後 2 項則為後備），「無限報系列」之活動則不在此限。（可參閱 P.25 的活動資料總表）

小組及活動接送及繳交活動費用安排：

1. 電話成功報名後，所有**收費活動**參加者須於**活動開始日前到樂喜聚於康恩園的臨時會址繳交費用**作實。煩請於中心工作天下午 4:30 前到中心繳交，否則繳費將不獲受理。
2. 若活動因疫情影響而未能實體進行，則會改以網上形式進行，部份活動或會改期或取消。

照片 / 短片之使用：

職員可能會為參加者在小組或活動過程中拍下照片或短片，日後上載於本會網頁、社交媒體、刊登於本會刊物或宣傳品上，給參加者下載作留念及作本會宣傳之用。如參加者不願意被拍或展示照片及短片，請於活動開始前通知負責職員，以便作出適當的安排。

有關每年會員續會事宜：

現時本中心會員之會期為每年 4 月 1 日至翌年 3 月 31 日，各位會員須於每年 3 月 31 日或之前續會，以便繼續維持會員資格。本中心將於 2024 年 4 月 1 日自動取消仍未續會人士之會員身份。



求助熱線：

香港撒瑪利亞防止自殺會：2389 2222
 生命熱線：2382 0000
 明愛向晴軒：18288
 社會福利署：2343 2255

撒瑪利亞會熱線（多種語言）：2896 0000
 東華三院芷若園：18281
 醫管局精神健康專線：2466 7350
 情緒通精神健康支援熱線：18111
 照顧者支援專線：182183



2024 年 7-9 月份通訊 - 班組活動預告！

身、心、社、靈四方面環環緊扣，互為影響，透過關注不同的範疇，有助建立一個人的整全健康。以上提及的四個範疇包括身體、心理、社交和靈性上的健康。



所以為了進一步推廣身心社靈的整全健康概念予會員，中心由下期通訊開始便會將班組活動分為四個範疇，讓會員更理解身心社靈四個概念的核心及相關重點，並於中心的班組活動及日常生活中發掘各範疇的活動，嘗試投入其中，培養成為一種習慣，以讓會員邁向整全的身心社靈健康。

2024 年 7-9 月份， 部份班組活動抽籤預告！

大家好！中心為令會員、家屬，義工們能有更多機會參加到不同的班組活動，在 2024 年 7-9 月份開始，部份班組活動將會採用抽籤報名形式，詳情敬請留意 7-9 月份通訊的報名安排啦！

好書獻給你

靈 ~ 信仰、信念篇

第一章：學習——寓復元於學習（節錄）

「來英，你第二個社工實習不合格，需要下一個學年重做，若再不合格，社會署要向你收回過往三年之學習津貼。」

聽到這晴天霹靂的噩耗，心中響起一聲雷暴，「吓，我沒有錢呀！」

主任離去後，淚水徐徐落下，整個人變得不知所措，窗外是晴朗的天氣，心中卻陰雲密布，驚惶和無助感伴隨著，我惟有掩面痛哭，一段時間後，我得收拾心情繼續工作。

在重做實習期間，督導老師循循善誘，悉心指導下合格完成實習。朋友的關懷，更為我禱告，抑鬱病最終有好轉。半年後，醫生表示我不用再吃藥和覆診，醫生並告誡我若日後精神有問題，務必再安排覆診期，我心中默念，「我不想再來看精神科醫生！」……

By 來英（樂喜聚 前半職朋輩支援員）



全文完整版本請掃描以下 QR CODE 直接到本中心網站瀏覽或本通訊封面上之中心 Facebook QR CODE 到 Facebook 瀏覽

精神健康小物系列介紹

樂喜聚自 2021 年起創作了精神健康小物系列，成為中心原創的精神健康大使，希望以卡通化的形式介紹精神健康的資訊，提升社區精神健康的關注。

本期通訊，我地邀請咗幾位精神健康小物，同各位會員見下面！

1 E-MO

E-mo / 名詞 / 音：衣毛 / 全名：Emotion /

1. E-mo 無分對錯
2. E-mo 老是常出現
3. E-mo 豐富生活
4. E-mo 是他也是你和我



2 A. E-MO

A.E-mo / 名詞 / 音：歛衣毛 / 全名：Anxiety (焦慮) Emotion /

1. 焦慮人人有
2. 焦慮是自然反應
3. 焦慮也可以是動力
4. 焦慮保護你和我



3 ALMOND 杏仁

杏仁 / 名詞 / 音：杏仁 / 全名：Amygdala (杏仁核)

杏仁核又名杏仁體，位於側腦室，是邊緣系統的一部分，因外型似杏仁而得名。杏仁核主要功能為掌管焦慮、急躁、驚嚇及恐懼等負面情緒，故有「情緒中樞」或「恐懼中樞」之名。



5 D. E-MO

D-E-mo / 名詞 / 音：啲衣毛 / 全名：Depressive (抑鬱) Emotion /

1. 抑鬱唔單止唔開心
2. 抑鬱狀況人人都有可能出現
3. 唔好再讓大把人唔過你嘞
4. 有我陪住你



4 P-CHO

P-Cho / 名詞 / 音：P雷 / 全名：Psychosis (思覺失調) /

1. 思覺失調即思及覺的失調
2. 思覺失調是混亂的精神狀態
3. 及早識別及早治療
4. 有人關懷好重要



6 梳乎仔

梳乎仔 / 名詞 / 音：梳乎仔

每人生活中難免會遇上各種困難及苦澀。然而，只要大家掌握快樂四大要訣：「正向心理」、「自我關顧」、「生活規律」及「連結社區」，就可以將生活轉變成「梳乎里」這道甜品一樣，既「輕」、又「鬆」！



義。樂。CLUB

大招募!!!

疫情過，新氣象！在新一年中心將會繼續舉行各類不同的活動，當然亦需要各個義薄雲天既「義氣子女」義不容辭咁繼續支援中心既活動同會員啦！在此中心既義工服務係新一年將會來個大變身成為「義。樂。CLUB」，並分為五個義工隊去支援中心唔同既服務範疇，希望更加發揮到各位義工所長，同時幫到更多既會員！

「好。義。講」義工隊 (真人圖書館組)

主要負責於活動中分享個人復元故事，將大家同路人的正能量帶給社區上不同的服務對象

「好。義。煮」義工隊 (煮食組)

主要負責生日會或其他活動製作/預備食物

「好。義。探」義工隊 (探訪組)

主要負責與職員一同探訪及關心中心會員

「好。義。辦」義工隊 (活動組)

主要負責協助中心活動執行如嘉年華、街展、生日會、會員大會等

「好。義。扭」義工隊 (扭波組)

主要負責場地佈置或需扭波之活動

心動不如行動！中心亦好需要你哋既支持先可以為會員舉辦更多活動，以及傳遞更多正能量比有需要既人呢！新一年既義工聚會「好。義。大招募」等緊你既參與！如有任何查詢請致電中心與社工鄧SIR聯絡！

義。樂。CLUB 4-6月活動日誌

「好。義。大召集」

日期：18/4/2024(四)

時間：上午11:00 - 下午1:00

地點：康恩園11樓禮堂

內容：集合所有義氣仔女一同聚首一堂，除彼此認識、交流、聚餐外，還有義工服務簡介和新一年各個「義。樂。CLUB」的活動安排！中心十分需要你們的支持！！

「好。義。訓」

日期：10/4/2024(三)(扭波組特訓)

17/4/2024(三)(煮食組特訓)

24/4/2024(三)(活動組特訓)

8/5/2024(三)(探訪組特訓)

時間：下午3:00 - 下午4:00

地點：屯門栢麗廣場2611室

內容：由中心職員帶領各位「好。義。工」一齊練習扭波、擬定整作什麼食物於活動一齊開心享用以及增進大家活動帶領技巧！

助人自助探訪-良景篇

日期：5月份(待定)

時間：下午1:30 - 下午4:30

地點：屯門良景邨

內容：以同路人身份關懷社區上的會員，為他們送上關懷。

「好。義。講」 真人圖書館學堂

日期：7/6、14/6、21/6、28/6/2024(五)

時間：下午2:00 - 下午3:30

地點：屯門栢麗廣場2611室

內容：我們誠邀作為同路人的你將自己的在復康路上的故事向需要鼓勵及支持的會員甚或社區人士一同分享，將正能量傳遞予他人！有關訓練課程將透過思考如何適當披露自身經歷以及學習有策略地講述個人故事，讓自己的經歷成為同路人的祝福

活動班組分享

活動班組分享



2023年11月及12月生日會活動



布手作會員完成新年利是萬用袋



賀年活動好有FUN2024年

活動班組分享



聆聽平安音樂會



聖言書法的學員上課非常專心



2023年會員大會結他班表演



2023年團契聖誕派對



與義工一同外出協助推廣活動



二胡班在2023年會員大會中表演



日間訓練會員協助帶領其他會員
做酒精水墨畫



聖言書法班學員寫給會員們的揮春

會員大會回顧

過去幾年因為疫情關係，中心一年一度既會員大會一直以 ZOOM 形式進行，大家彼此都無緣以近距離一齊歡樂相聚。到今年闊別多年既實體會員大會終於可以再次於康恩園 11 樓禮堂舉行啦！「咁多年無見」，現場既活動氣氛明顯感受到特別濃烈！無論係二胡表演、義工嘉許、結他同 BAND 隊表演時，台上表演既十分賣力，台下欣賞既亦非常陶醉！而當日既高潮當然就係樂喜聚終極壓軸大抽獎啦！由於獎品超級豐富，加上在用幸運輪形式抽獎，整個抽獎過程中一班會員都非常緊張、刺激，現場亦尖叫聲不斷！最後即使中獎或無中獎既都盡慶而歸！



成人家屬活動

同您鬆 • 愛 DIY 手作體驗坊

日期：6/4/2024 (六)
時間：下午 2:30-5:30
內容：星光大道扶輪社義工與會員及家屬一同製作心意小禮物，彼此交流。
活動地點：康恩園 Joy Fusion
對象：會員及成人家屬 (18 歲或以上)
名額：會員 12 人、成人家屬 12 人
費用：免費
負責職員：張淑芬姑娘 (社工)、朱翠茜姑娘 (社工)
備註：活動由星光大道扶輪社資助

家屬加油站 5/2024

日期：18/5/2024 (六)
時間：下午 1:30-3:00
內容：家屬在照顧康復者上易遇到一些迷思及壓力，希望透過定期的集會，集結有相同背景的家屬，大家集思廣益，互相支援。
活動地點：屯門栢麗廣場 2611 室
對象：成人家屬 10 人 費用：免費
負責職員：張淑芬姑娘 (社工)、朱翠茜姑娘 (社工)
備註：活動只限成人家屬 (照顧者) 參與。如會員身兼照顧者身份 (即同住家人有精神病患)，也可參與。

迎新 • 精神健康專題講座 6/2024

日期：18/6/2024 (二)
時間：下午 1:30-3:00
內容：由中心精神科護士為大家講解精神健康資訊，歡迎新加入成為家屬會員的家屬參加。
活動地點：屯門栢麗廣場 2611 室
對象：會員 5 人、成人家屬 10 人
費用：免費
負責職員：張淑芬姑娘 (社工)、賴燕霞姑娘 (護士)
備註：此為家屬活動，名額主要給予成人家屬。如會員想參與，需與一名成人家屬一同參加。

小家屬活動

「童」心玩樂會 2024

日期：27/4/2024 (六)
時間：下午 2:00-4:00
內容：為慶祝 4 月兒童節，栢麗活動場地設有不同主題的遊戲和工作坊，讓節日主角的小家屬和家人可以同歡參與，更可以拍照打卡，贏取小禮物回家。(親子形式)
地點：屯門栢麗廣場 2611 室
對象：18 歲以下的小家屬及家人 (20 個家庭)
費用：免費
負責職員：洪惠嫻姑娘、張淑芬姑娘、朱翠茜姑娘

「童」「泡」媽媽

日期：4/5/2024 (六)
時間：下午 2:00-3:30
內容：適逢 5 月母親節，小家屬與家人一同製作「花」造型的泡泡浴芭，向偉大的媽媽表達謝意和愛意。泡泡浴芭具清潔作用，既可淋浴，也可洗手。(親子形式)
地點：屯門栢麗廣場 2611 室
對象：18 歲以下的小家屬及家人 (8 個家庭)
費用：每個家庭費用 \$20
負責職員：洪惠嫻姑娘、張淑芬姑娘、朱翠茜姑娘

「童」你鬆一鬆

日期：22/6、29/6、6/7、13/7/2024 (六)
時間：下午 2:00-3:30
內容：小朋友在面對升學、學業、朋輩相處上均有機會出現適應壓力，此小組透過靜觀、減壓小遊戲讓小朋友學習正面處理壓力，增強其抗壓能力，提升精神健康。
地點：屯門栢麗廣場 2611 室
對象：6-12 歲小家屬
費用：免費
負責職員：張淑芬姑娘 (社工)、朱翠茜姑娘 (社工)

職業治療服務



日間訓練

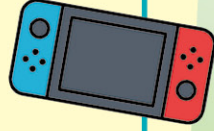
日間訓練旨在為中心會員提供不同訓練以助他們提昇生活獨立性，培養興趣、發展潛能、連結同伴、融入社區、與時並進、享受生活、做喜歡的事、愛所做之事。

職員致力以尊重及關懷為基礎，與會員共建安全地帶，讓日間訓練成為無障礙，沒批判的接觸點，以輔助會員建立具規律、存正念，說正話，做正事的正向生活態度。並依據會員強項、興趣及需要而安排個別訓練和集體活動，透過動腦健體，工藝製作，社區導向，放鬆身心練習或運動，及一系列科技應用體驗及生活技能訓練，助其建立健康活躍的生活模式和支援網絡。

每星期輪流編排的訓練環節分為以下五大主題：

- A：體感 (Switch 運動 / 健身環 / 八鍛錦 / 毛巾操...)
- B：認知 (智友腦 / 腦友導航... 平板電腦應用程式 / Switch 靈活腦學堂 / 桌遊...)
- C：健康 (C-Rehab 復康訓練網站 / 健康寶 - 健康管理應用程式 / 健康資訊視頻 / 球類運動...)
- D：靜態 (手工 - 和諧粉彩 / 禪繞畫 / 中心實務工作...)
- E：社區遊 (社區生活視頻 / 公園 / 郊遊 / 參觀展館...)

職業治療服務須經由醫生或社工轉介，如會員有以上服務需要或查詢，歡迎與中心社工聯絡。



2024年4至6月活動內容



您會發現活動旁有個「身心社靈」的小印章，提示該活動的元素有助您滋養「身心社靈」的需要。重視及關愛自己，您可以由一個活動的選擇開始……

活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	#地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
1	「元氣 Level Up!」藝術治療小組	2/5、9/5、16/5、23/5 (四)	從藝術中萌生元氣，再次令自己的生命力再現，讓自己的情緒狀況帶來正面影響！是次小組會一步帶領著組員從畫作中更著重個人的經歷與成長，讓自己更接納自己。	下午 3:00-4:30	10	-	-	屯門 柏麗廣場 2611室	免費	李婉寧姑娘 (社工)、陳詠儀姑娘 (康恩園藝術治療師)、陳嘉雄先生 (朋輩支援員)	-		-
2	植物伴我同行 - 治療性園藝小組	5/6、12/6、19/6、26/6/2024 (三)	正以植物作為媒介，讓大家透過植物生長及所需的養分如種子、土壤，以及植物生長形態等探索自己的獨特性、優點/長處與限制等，就此建立現在或將來的理想生活。活動配合靜觀練習，讓大家透過大自然與自己的身心連接，以疏理思緒、情緒和身體反應等，提昇對自我的關注和察覺。	下午 3:00-4:30	8	-	-	屯門 柏麗廣場 2611室	\$50	李奕琪姑娘 (社工)、周麗珍姑娘 (朋輩支援員)	每節 10分		-


社工治療小組

活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	#地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
3	「童」心玩樂會 2024	27/4/2024 (六)	為慶祝 4 月兒童節，柏麗活動場地設有不同主題的遊戲和工作坊，讓節日主角的小家屬和家人可以同歡參與，更可以拍照打卡，贏取小禮物回家。(親子形式)	下午 2:00-4:00	18歲以下的小家屬及家人 (20個家庭)	-	-	屯門 柏麗廣場 2611室	免費	洪惠嫻姑娘、張淑芬姑娘、朱翠茜姑娘	-		-

家屬服務


地點或會因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

家屬服務




活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	義工	#地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
4	「童」媽媽	4/5/2024 (六)	適逢5月母親節，小家屬與家人一同製作「花」造型的泡泡浴芭，向偉大的媽媽表達謝意和愛意。泡泡浴芭具清潔作用，既可淋浴，也可洗手。(親子形式)	下午 2:00-3:30	18歲以下的小家屬及家人 (8個家庭)	-	屯門 栢麗廣場 2611室	每個家庭費用 \$20	洪惠嫻姑娘、張淑芬姑娘、朱翠茜姑娘	-		-
5	「童」你鬆一鬆	22/6、29/6、6/7、13/7/2024 (六)	小朋友在面對升學、學業、朋輩相處上均有機會出現適應壓力，此小組透過靜觀、減壓小遊戲讓小朋友學習正面處理壓力，增強其抗壓能力，提升精神健康。	下午 2:00-3:30	6-12歲小家屬	-	屯門 栢麗廣場 2611室	免費	張淑芬姑娘、朱翠茜姑娘	-		-
6	同您鬆·愛 DIY 手作體驗坊	6/4/2024 (六)	星光大道扶輪社義工與會員及家屬一同製作心意小禮物，彼此交流。	下午 2:30-5:30	12 12	-	康恩園	免費	張淑芬姑娘、朱翠茜姑娘	每節 10分		活動由星光大道扶輪社資助
7	家屬加油站 5/2024	18/5/2024 (六)	家屬在照顧康復者上易遇到一些迷思及壓力，希望透過定期的集會，集結有相同背景的家屬，大家集思廣益，互相支援。	下午 1:30-3:00	- 10	-	屯門 栢麗廣場 2611室	免費	張淑芬姑娘 (社工)、朱翠茜姑娘 (社工)	每節 10分		活動只限成人家屬 (照顧者) 參與。如會員身兼照顧者身份 (即同住家人有精神病患)，也可參與。
8	迎新·精神健康專題講座 6/2024	18/6/2024 (二)	由中心精神科護士為大家講解精神健康資訊，歡迎新加入成為家屬會員的家屬參加。	下午 1:30-3:00	5 10	-	屯門 栢麗廣場 2611室	免費	張淑芬姑娘 (社工)、賴燕霞姑娘 (護士)	每節 10分		此為家屬活動，名額主要給予成人家屬。如會員想參與，需與一名成人家屬一同參加。

地點或會因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

朋輩支援服務

活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	#地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
9	禪繞畫基礎班	3/5、10/5、17/5、24/5/2024 (五)	禪繞畫是一種心靈療癒而且有趣的繪畫活動，在作畫的同時，心靈呈現平靜狀態，能達到放鬆、心靜效果！並且有助於減輕壓力。大家自由自主地選擇去創造屬於你的作品	下午 3:15-4:45	6	-	-	屯門 栢麗廣場 2611室	\$40	周麗珍姑娘	每節 10分		只適合從未畫過禪繞畫的人士
10	好歌 1314	8/4、15/4、22/4、29/4/2024 (一)	一個同路人的聚會：透過歌曲，表達心意，透過傾訴，傳情達意	下午 2:30-3:30	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611室	免費	陳嘉雄先生	每節 10分		-
11	Inside cards 2024 1齊出發	7/6、14/6、21/6、28/6/2024 (五)	透過圖卡，與你探索生命可能性，在新的一年里共同出發	下午 3:30-4:30	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611室	免費	陳嘉雄先生	每節 10分		-

興趣小組／活動

活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	#地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
12	活力操 1 操	10/5、17/5、24/5、31/5/2024 (五)	來到五月，又到咗一齊活力操嘅時間啦！想開心運動一齊玩嘍朋友記住參加啦！	下午 2:45-3:45	10	-	-	屯門 栢麗廣場 2611室	免費	陳朗軒先生	每節 10分		1. 請自備足夠食水、毛巾及替換衣物，以及穿著適合運動鞋及服裝。 2. 本期兩個活力操小組只能二選其一，不能重覆報名。
13	活力操 2 操	7/6、14/6、21/6、28/6/2024 (五)	當然唔少得，六月都有活力操嘍時間！想開心運動一齊玩嘍朋友記住參加啦！	下午 2:00-3:00	10	-	-	屯門 栢麗廣場 2611室	免費	陳朗軒先生	每節 10分		穿著輕便衣服或運動服飾，自備飲用水。
14	Hehe haha 樂聚社 2024 年 6 月	7/6、14/6、21/6、28/6/2024 (五)	愛笑運動在疫情下有助減壓及睡眠效果，故中心會將愛笑運動推廣至會員層面，如果各會員有興趣想瞭解愛笑運動多一一些，建議大家唔好錯過是次愛笑會員篇。	上午 10:00-11:00	10	-	-	屯門 栢麗廣場 2611室	免費	陳愛敬姑娘	每節 10分		穿著輕便衣服或運動服飾，自備飲用水。

地點或會因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

興趣小組／活動

活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	# 地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
15	珍珠都無咁真	8/4、15/4、22/4、29/4/2024 (一)	製作獨一無二珍珠首飾，親自設計首飾，透過創新活動推及提高大眾對珍珠的認識。自用或送禮都非常好的禮物，真係珍珠都無咁真，仲諗?!機會就比佢人!	上午 10:30-12:00 中午 12:00	9	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	\$50	陳愛敬姑娘	每節 10 分		-
16	水苔玉加手作仔護膚 2024	6/5、13/5、20/5、27/5/2024 (一)	苔玉 (Kokedama) 是源自日本古代的一種栽種方法，這個日語漢字中的「苔」是指苔蘚，「玉」是指球體狀的物體。明顯的特別地方是「苔玉」不需要盆器來種植植物。集合美觀與特色的活動於一身，實踐綠色生活，把種植文化帶入每一個家庭，既可觀賞，又可療癒。加兩堂手作仔護膚作品，由內到外都一樣靚。	上午 10:30-12:00 中午 12:00	9	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	\$50	陳愛敬姑娘	每節 10 分		-
17	飛甩羽毛球 2024 年 5 月	2/5、9/5、23/5、30/5/2024 (四)	一個活動能提升促進新陳代謝、增強心肺能力、提高反應力、與學員社交與感情維繫、保持靚靚體態，係咩嘢活動? 就係飛甩羽毛球，久休的您，要復出啦!	下午 2:00-4:00	10	-	-	屯門 羽毛球場	免費	陳愛敬姑娘	每節 10 分		參加者須穿著合適服裝、運動鞋、羽毛球拍，及帶備足夠的水，車費自備。
18	「非」一般旅行	5/4、12/4、19/4、26/4/2024 (五)	旅行是一場修行；是為了找到回家的路；是人生中場的解藥。今次跟大家透過南非的食物和故事，跟大家經歷一次旅行。	下午 2:00-3:30	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	周德威先生	每節 10 分		-
19	動 1 動 Switch	10/5、17/5、24/5、31/5/2024 (五)	只要堅持動一動做運動，身體及心靈就會更健康，一起透過 Switch 的體感遊戲，以有趣的方法動起來。	下午 1:30-2:30	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	周德威先生	每節 10 分		-













地點或因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

興趣小組／活動



活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	# 地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
20	壁畫 Phone 景 2	7/6、14/6、21/6、28/6/2024 (五)	手機拍攝十分容易，只要加上小技巧就能影到一張漂亮的相片，今次再次跟大家到香港的壁畫街打卡，留下倩影	下午 2:00-4:00	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室 及 港島西區	免費	周德威先生	每節 10 分		-
21	初階手機班 (長者篇 24 年 4 月)	9/4、16/4、23/4、30/4/2024 (二)	教導 60 歲或以上會員認識個人智能手機，簡單介紹制式功能操作，幫助較年長的會員利用手機解決日常生活難題。	下午 2:00-3:00	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	洪惠嫻姑娘	每節 10 分		參加者需年滿 60 歲或以上。
22	媽媽粉觀些 (24 年 5 月)	7/5、14/5、21/5、28/5/2024 (二)	媽媽們，辛苦啦~難得有 Me Time 時間，齊齊打扮一下，關愛自己多一些，自己心情都會好一些，媽媽們亦可互相交流扮靚心得。	下午 2:00-3:00	6	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	洪惠嫻姑娘 和 周麗珍姑娘	每節 10 分		曾參加媽媽小組的婦女會員或有高中以下子女優先報名。
23	生日大快樂 (2024 年 4-5 月)	18/5/2024 (六)	祝你生日快樂! 如果你你是 4-5 月生日的會員，可以參加中心舉辦的生日會，還可以帶一名親友參加。	下午 2:00-3:30	20	2	2	康恩園 11 樓 禮堂	免費	待定	每節 10 分		生日會以實體舉行，並有小食提供，額滿即止，需致電報名作實。每名 4-5 月生日並有出席生日會的會員也會獲贈生日禮物一份。
24	布手作 (24 年 6 月)	4/6、11/6、18/6 (二)、26/6/2024 (三)	邀請會員導師教授製作實用及精美的布藝製品。	下午 2:00-3:00	6	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	會員 \$20	洪惠嫻姑娘	每節 10 分		-

地點或因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

長期班組

活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	# 地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
25	聖言書法 2024年 4-6月	9/4、23/4、 7/5、4/6、 18/6/2024 (二)	聖經都是神所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的，提摩太後書 3:16 (和合本)；敬畏耶和華是智慧的開端；認識至聖者便是聰明。箴言 9:10 (和合本)，由義務導師教授書法，主題為聖經話語，學習從神而來的智慧。	上午 10:00- 11:00	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	會員 \$30	陳愛敬姑娘	每節 10分	 	-
26	二胡會友 2024年 4-6月	9/4、23/4、 7/5、21/5、 4/6/2024 (二)	由義務導師教授，學習進一步掌握二胡之技巧，因二胡結友緣，彼此推動，發揮所長。	下午 2:30- 3:30	10	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	會員 \$30	陳愛敬姑娘	每節 10分	 	-
27	緣聚 結他班 2024年 4-6月	8/4、22/4、 6/5、20/5、 3/6、 17/6/2024 (一)	由義務導師教授，學習結他彈奏技巧，並透過一起彈唱，享受音樂的樂趣，抒發情感。	下午 2:30- 4:30	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	會員 \$30	周德威先生	每節 10分	 	自備結他，如有需要借用結他，可以負責職員聯絡
28	飛樂團· 義 Faith Band 2024年 4-6月	16/4、30/4、 14/5、28/5、 11/6、 25/6/2024 (二)	透過樂團聚集喜歡音樂及懂得彈奏樂器的義工，以音樂作情感抒發和溝通橋樑，其並於合適場合作義工表演	下午 2:45- 4:45	-	-	12	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	任天恒先生、 周德威先生	-	 	曾參加上一季義工可優先報名，並需要通過面試，確定後才可參加
29	基督教 團契小組 2024年 4-6月	12/4、26/4、 10/5、24/5、 14/6、 28/6/2024 (五)	以詩歌、查考聖經和祈禱，加強組員間的互助及支持	上午 11:00- 中午 12:00	20	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	陳愛敬姑娘、 周德威先生、 陳嘉雄先生	每節 10分	 	-
30	中國畫班 2024年 4-6月	15/4、29/4、 13/5、27/5、 24/6/2024 (一)	由義務導師教授中國畫，培養參加者畫畫興趣，陶冶性情。	下午 3:00- 5:00	8	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	會員 \$30	馬蔚霖姑娘	每節 10分	 	曾參加本中心上季中國畫班及出席率七成以上學員優先報名。

地點或會因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	# 地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
31	「義。樂。 CLUB」大 招募	18/4/2024 (四)	集合所有義氣仔女一同聚首一堂，除彼此認識、交流、聚餐外，還有義工服務簡介和新年各個「義。CLUB」的活動安排！中心十分需要你們的支持！！	上午 11:00- 下午 1:00	-	-	30	康恩園 11 樓禮堂	免費	鄧裕禧先生、 陳愛敬姑娘	-	 	-
32	義工特訓 2024	10/4、17/4、 24/4、 8/5/2024 (三)	新的一年又開始，義工們，當一切復常，您還在家？一年一度的義工特訓又到，快啲出嚟同我們一同齊心同行，裝備好自己，復常如常出動，快啲致電來報名。	下午 3:00- 4:00	-	-	20	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	鄧裕禧先生及 陳愛敬姑娘	-	 	-
33	真人 圖書館學堂	7/6、14/6、 21/6、 28/6/2024 (五)	你願意用生命影響生命嗎？我們誠邀一班「有義氣」的同行者，將自己的在復康路上的故事向需要鼓勵及支持的會員甚或社區人士一同分享，將正能量傳遞予他人！有關訓練課程將透過思考如何適當披露自身經歷以及學習有策略地講述個人故事，讓自己的經歷成為同行者的祝福	下午 2:00- 3:30	-	-	10	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	鄧裕禧先生	-		-
34	「助人自助」探訪日 (2024年 5月)	5月份 日子待定	以同行者身份關懷社區上的會員，為他們送上關懷。	下午 1:30- 5:00	10	-	5	康恩園及 屯門社區	免費	鄧裕禧先生、 陳嘉雄先生、 周麗珍姑娘、 陳以琳姑娘	-		-

講座

活動編號	活動名稱	活動日期	內容	時間	會員	家屬	義工	# 地點	收費	負責職員	可獲 Club 分	活動元素	備註
35	齊認識如何保障 個人私隱及免受侵犯	22/5/2024 (三)	講服務使用者在中心服務層面來認識個人私隱及免受侵犯條例所帶來的保障及注意事項	下午 1:30- 2:30	20	-	-	屯門 栢麗廣場 2611 室	免費	余懷德先生	每節 20分		-

地點或會因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

義工服務

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
復活節星期一			清明節			
1	2	3	4	5	6	7
珍珠都無咁真 上午 10:30-中午 12:00 好歌 1314 下午 2:30-3:30 緣聚結他班 2024年 4-6月 下午 2:30-4:30	聖言書法 2024年 4-6月 上午 10:00-11:00 初階手機班 (長者篇 24年 4月) 下午 2:00-3:00 二胡會友 2024年 4-6月 下午 2:30-3:30	義工特訓 2024 下午 3:00-4:00		「非」一般旅行 下午 2:00-3:30	向悠鬆・愛DIY手作 體驗坊 下午 2:30-5:30	
8	9	10	11	12	13	14
珍珠都無咁真 上午 10:30-中午 12:00 好歌 1314 下午 2:30-3:30 中國畫班 2024年 4-6月 下午 3:00-5:00	初階手機班 (長者篇 24年 4月) 飛樂團・義 Faith Band 2024年 4-6月 下午 2:45-4:45	「義・樂・CLUB」 大招券 上午 11:00-下午 1:00		基督團契小組 2024年 4-6月 上午 11:00-中午 12:00 「非」一般旅行 下午 2:00-3:30		
15	16	17	18	19	20	21
珍珠都無咁真 上午 10:30-中午 12:00 好歌 1314 下午 2:30-3:30 中國畫班 2024年 4-6月 下午 3:00-5:00	聖言書法 2024年 4-6月 上午 10:00-11:00 初階手機班 (長者篇 24年 4月) 下午 2:00-3:00 二胡會友 2024年 4-6月 下午 2:30-3:30	義工特訓 2024 下午 3:00-4:00		基督團契小組 2024年 4-6月 上午 11:00-中午 12:00 「非」一般旅行 下午 2:00-3:30	「童」心玩樂會 2024 下午 2:00-4:00	
22	23	24	25	26	27	28
珍珠都無咁真 上午 10:30-中午 12:00 好歌 1314 下午 2:30-3:30 中國畫班 2024年 4-6月 下午 3:00-5:00	初階手機班 (長者篇 24年 4月) 飛樂團・義 Faith Band 2024年 4-6月 下午 2:45-4:45	義工特訓 2024 下午 3:00-4:00				
29	30					
珍珠都無咁真 上午 10:30-中午 12:00 好歌 1314 下午 2:30-3:30 中國畫班 2024年 4-6月 下午 3:00-5:00	初階手機班 (長者篇 24年 4月) 飛樂團・義 Faith Band 2024年 4-6月 下午 2:45-4:45					

地點或會因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
		勞動節				
		1	2	3	4	5
水苔玉加手作仔護膚 2024 上午 10:30-中午 12:00 緣聚結他班 2024年 4-6月 下午 2:30-4:30	聖言書法 2024年 4-6月 上午 10:00-11:00 媽媽扮靚些 (24年 5月) 下午 2:00-3:00 二胡會友 2024年 4-6月 下午 2:30-3:30	義工特訓 2024 下午 3:00-4:00	飛用羽毛球 2024年 5月 下午 2:00-4:00 「元氣 Level Up!」 藝術治療小組 下午 3:00-4:30	禪繞畫基礎班 下午 3:15-4:45	「童」心玩樂會 2024 下午 2:00-3:30	
6	7	8	9	10	11	12
水苔玉加手作仔護膚 2024 上午 10:30-中午 12:00 中國畫班 2024年 4-6月 下午 3:00-5:00	媽媽扮靚些 (24年 5月) 下午 2:00-3:00 飛樂團・義 Faith Band 2024年 4-6月 下午 2:45-4:45	義工特訓 2024 下午 3:00-4:00	飛用羽毛球 2024年 5月 下午 2:00-4:00 「元氣 Level Up!」 藝術治療小組 下午 3:00-4:30	基督團契小組 2024年 4-6月 上午 11:00-中午 12:00 動1 動 Switch 下午 1:30-2:30 活力操 1 操 下午 2:45-3:45 禪繞畫基礎班 下午 3:15-4:45	家屬加油站 5/2024 下午 1:30-3:00 生日大快樂 (2024年 4-5月) 下午 2:00-3:30	
13	14	15	16	17	18	19
水苔玉加手作仔護膚 2024 上午 10:30-中午 12:00 緣聚結他班 2024年 4-6月 下午 2:30-4:30	媽媽扮靚些 (24年 5月) 下午 2:00-3:00 二胡會友 2024年 4-6月 下午 2:30-3:30	佛誕	飛用羽毛球 2024年 5月 下午 2:00-4:00 「元氣 Level Up!」 藝術治療小組 下午 3:00-4:30	動1 動 Switch 下午 1:30-2:30 活力操 1 操 禪繞畫基礎班 下午 3:15-4:45		
20	21	22	23	24	25	26
水苔玉加手作仔護膚 2024 上午 10:30-中午 12:00 緣聚結他班 2024年 4-6月 下午 2:30-4:30	媽媽扮靚些 (24年 5月) 下午 2:00-3:00 二胡會友 2024年 4-6月 下午 2:30-3:30	飛用羽毛球 2024年 5月 下午 2:00-4:00	飛用羽毛球 2024年 5月 下午 2:00-4:00 「元氣 Level Up!」 藝術治療小組 下午 3:00-4:30	基督團契小組 2024年 4-6月 上午 11:00-中午 12:00 動1 動 Switch 下午 1:30-2:30 活力操 1 操 禪繞畫基礎班 下午 3:15-4:45	禪繞畫如何保障 個人私隱及免受侵犯 下午 1:30-2:30	
27	28	29	30	31		
水苔玉加手作仔護膚 2024 上午 10:30-中午 12:00 中國畫班 2024年 4-6月 下午 3:00-5:00	媽媽扮靚些 (24年 5月) 下午 2:00-3:00 飛樂團・義 Faith Band 2024年 4-6月 下午 2:45-4:45	飛用羽毛球 2024年 5月 下午 2:00-4:00	飛用羽毛球 2024年 5月 下午 2:00-4:00	動1 動 Switch 下午 1:30-2:30 活力操 1 操 禪繞畫基礎班 下午 2:45-3:45		

地點或會因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	
日期	2024年4-6月	2024年4-6月	2024年4-6月	2024年4-6月	2024年4-6月	2024年4-6月	2024年4-6月	
活動	緣聚結他班 2024年4-6月 下午2:30-4:30	聖言書法2024年4-6月 上午10:00-11:00 布手作(24年6月) 下午2:00-3:00 二胡會友2024年4-6月 下午2:30-3:30	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30
節日		端午節						
活動編號	3	4	5	6	7	8	9	
活動	緣聚結他班 2024年4-6月 下午2:30-4:30	聖言書法2024年4-6月 上午10:00-11:00 迎新·精神健康專題講座 6/2024 布手作(24年6月) 下午1:30-3:00	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30
活動編號	10	11	12	13	14	15	16	
活動	緣聚結他班 2024年4-6月 下午2:30-4:30	聖言書法2024年4-6月 上午10:00-11:00 迎新·精神健康專題講座 6/2024 布手作(24年6月) 下午1:30-3:00	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30
活動編號	17	18	19	20	21	22	23	
活動	中國畫班 2024年4-6月 下午3:00-5:00	飛樂團·義 Faith Band 2024年4-6月 下午2:45-4:45	布手作(24年6月) 下午2:00-3:00 植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	布手作(24年6月) 下午2:00-3:00 植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	
活動編號	24	25	26	27	28	29	30	
活動	中國畫班 2024年4-6月 下午3:00-5:00	飛樂團·義 Faith Band 2024年4-6月 下午2:45-4:45	布手作(24年6月) 下午2:00-3:00 植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	布手作(24年6月) 下午2:00-3:00 植物伴我同行 - 治療性園藝小組 下午3:00-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	Hehe haha 樂聚社 2024年6月 活力操 2 操 上午10:00-11:00 壁畫 Phone 景相 2 下午2:00-3:00 真人圖書館學堂 下午2:00-3:30 Inside cards 2024 1 齊出發 下午3:30-4:30	

地點或會因應防疫措施需要而臨時修訂，請密切留意中心網頁資訊。

活動資料總表

限報系列

以下4-6月份活動請填寫報名優先次序
(首兩個活動正選，其後兩個活動後備)

活動編號	活動名稱	收費	優先次序
12	活力操 1 操	免費	
13	活力操 2 操	免費	
14	Hehe haha 樂聚社 2024年6月	免費	
15	珍珠都無咁真	\$50	
16	水蒼玉加手作仔護膚 2024	\$50	
17	飛甩羽毛球 2024年5月	免費	
18	「非」一般旅行	免費	
19	動 1 動 Switch	免費	
20	壁畫 Phone 景相 2	免費	
21	初階手機班(長者篇 24年4月)	免費	
22	媽媽扮靚些(24年5月)	免費	
24	布手作(24年6月)	\$20	
25	聖言書法 2024年4至6月	\$30	
26	二胡會友 2024年4至6月	\$30	
27	緣聚結他班 2024年4-6月	\$30	
28	飛樂團·義 Faith Band 2024年4-6月	免費	
30	中國畫班 2024年4-6月	\$30	

無限報系列

以下4-6月份活動無需填寫優先次序

活動編號	活動名稱	收費	(請✓)
1	「元氣 Level Up!」藝術治療小組	免費	
2	植物伴我同行 - 治療性園藝小組	\$50	
3	「童」心玩樂會 2024	免費	
4	「童」「泡」媽媽	每個家庭費用\$20	
5	「童」你鬆一鬆	免費	
6	同您鬆·愛 DIY 手作體驗坊	免費	
7	家屬加油站 5/2024	免費	
8	迎新·精神健康專題講座 6/2024	免費	
9	禪繞畫基礎班	\$40	
10	好歌 1314	免費	
11	Inside cards 2024 1 齊出發	免費	
23	生日大快樂(2024年4-5月)	免費	
29	基督教團契小組 2024年4-6月	免費	
31	「義·樂·CLUB」大招募	免費	
32	義工特訓 2024	免費	
33	真人圖書館學堂	免費	
34	「助人自助」探訪日(2024年5月)	免費	
35	齊認識如何保障個人私隱及免受侵犯	免費	

小組／活動報名安排

為令各樂喜聚會員均有機會參與本中心所舉辦的小組／活動，各參加者在新一期報名「限報系列」時，最多可選擇四個活動，首二項小組／活動於活動報名時，會即時確定報名成功與否，而「無限報系列」之報名次數則不限。

若小組／活動於舉行前兩星期內仍未滿額，則本中心會按參加者報名時後備選擇的優先次序，決定通知參加者參加該小組／活動。若該小組／活動已滿額，則本中心將不會再個別通知所有後備報名者。

此外，如有需抽籤之活動，將於活動舉行前最少兩星期，在悠閒閣進行公開抽籤，中籤的參加者名單將於兩天內張貼於悠閒閣。各參加者需於抽籤日後一星期內繳交活動費用，否則該活動名額予以取消而不另行通知。

各個需抽籤活動之抽籤日期，請參閱本刊行事曆。

備註：活動報名日及下一個工作天，疫情下所有活動只接受電話報名。

樂喜聚 中心辦公時間

開放時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午 9:00-1:00	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✗
下午 1:00-5:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗

* 除特別活動外，星期日及公眾假期休息

「悠閒閣」開放時間

(地點：康恩園地下大堂) 對象：區內居民

開放時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
下午 2:30-4:30	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗

會員及活動須知

會員資格

1. 服務對象詳見通訊第三頁服務介紹；
2. 申請手續：請向當值職員查詢

報名守則及須知

一．參與活動須知

1. 中心不會在小組、活動舉行前再次提醒參加者出席，參加者須準時到指定地點集合，逾時不候。
2. 所有小組及活動均不接受自行轉讓參與名額。
3. 所有於中心舉行之小組及活動於結束前 30 分鐘本中心將不會接送參加者參與活動，敬請各位參加者留意並準時出席。
4. 各參加者如需繳交小組及活動之費用，煩請於中心工作天下午 4:30 前到中心繳交，否則繳費將不獲受理。

二．報名及繳費須知

1. 除特定列明報名安排外，會員報名參與小組、活動均採取先到先得形式報名，額滿即止。
2. 以抽籤形式決定參與名單之活動，各活動會於活動舉行前兩星期進行公開抽籤，截止報名日期請參閱活動內容及備註。
3. 除特定列明服務對象外，一般小組、活動報名名額優先給予會員，非會員可按個別小組、活動向相關負責職員查詢可供報名名額（非會員）。
4. 若小組／活動於舉行前兩星期內仍未滿額，則本中心會按參加者報名時後備選擇的優先次序，決定通知參加者參加該小組／活動。若該小組／活動已滿額，則本中心將不會再個別通知所有後備報名者。
5. 有興趣報名參加免費小組、活動之參加者可透過電話報名；收費小組、活動則必須在指定時間內親身繳費作實。
6. 敬請自備充足輔幣以支付費用；如需以劃線支票支付費用，抬頭請填上「香港聖公會福利協會有限公司」或「Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council Limited」
7. 參加者成功繳交活動費用後，一般情況下（例如活動撞期、缺席、請假等），已繳交之活動費用將不獲退還，有關名額亦不可轉讓予其他人士

活動更改或取消及退款安排

1. 若遇上惡劣天氣，中心會視乎天氣情況而決定是否將活動延期或取消，詳情請參閱下方「惡劣天氣下之服務及活動安排」
2. 凡因中心更改小組／活動收費及出席日期／時間，中心職員會透過口頭或電話通知已成功報名之參加者相關變更
3. 若中心因特別情況需將收費小組、活動延期或取消，致令參加者未能出席相關小組、活動（包括未能接受小組活動日期更改或因有關改動未能出席），中心將安排退款
4. 活動如須退款，各參加者請於接獲通知後 180 天內攜同活動正本收據到中心取回款項。逾期不取則會當作捐款處理，恕不另行通知

責任聲明

中心會盡力保障參加者在參與活動時的安全。惟參加者本人或其家屬／監護人亦應了解自身體能，並應自我評估是否適合參加相關活動。在參與活動時必須願意和遵守中心所定的一切章則，並聲明個人的健康及體能良好，適宜參加已報名的活動。參加者在活動進行期間，如因有不負責任的行為、個人疏忽、健康或體能欠佳，而引致個人或他人財物受到損毀、受傷或死亡，中心無需負責。參加者明白如對本身能力和其他方面有懷疑時，應在參加活動前，徵詢醫生和其他專業人士的意見。

惡劣天氣下之服務及活動安排

1. 當天文台懸掛 8 號風球，中心會停止服務，直至風球除下後兩小時內盡快恢復服務
2. 在惡劣天氣下，中心會在活動或開放前兩小時按以下指引決定活動是否如期舉行：
 - a. 如活動當日有雷暴警告，活動／小組會在天氣情況許可下，中心室內活動、參觀、日營及度假營的室內活動等照常進行，水上及野外活動（如遠足及戶外旅行等）取消
 - b. 若天氣於活動／訓練完結前兩小時內轉好，該節活動／訓練仍會依照之前的決定取消
 - c. 除了上述列舉之情況外，中心會視乎特別天氣情況，如酷熱天氣警告等、活動地區、以及活動性質，彈性決定是否將某項活動取消或延期，並儘量在活動前通知參加者。參加者亦應視乎所在地區之天氣及路面情況而決定是否出席活動
3. 在活動進行期間，若天氣轉趨惡劣，中心會在安全情況下疏散參加者或暫留參加者在活動場地，直至天氣好轉才安排離開

惡劣天氣下之服務及活動安排

雷暴 / 颱風 / 暴雨警告訊號	雷暴警告	一號風球	三號風球	八號風球或以上	黃色暴雨警告	紅色暴雨警告	黑色暴雨警告
日間訓練 / 中心服務 / 班組 / 悠閒閣	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✗
活動(室內, 非樂喜聚場地)	✓	✓	✓	✗	✓	✗	✗
活動(室外)	✗	✓	✗	✗	✗	✗	✗
網上活動舉行前兩小時	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✗
網上活動進行期間	✓	✓	✓	✗	✓	✓	✓

SQS 服務標準提提你

香港聖公會屯門精神健康綜合社區中心 - 樂喜聚乃香港聖公會福利協會有限公司轄下單位，並根據社會福利署之 16 個服務質素標準執行及運作，在執行服務表現監察系統的過程中，讓會員了解樂喜聚的服務及工作內容，及對服務給予意見。今期活動通訊向各位介紹第 13 至 16 的服務質素標準。

	內容
標準 13	私人財產： 服務單位尊重服務使用者的私人財產權利，因此備有說明保障服務使用者的私人財物政策及程序。單位會為服務使用者提供安全妥當的地方，存放其私人財物，亦會在中心範圍張貼告示，提醒服務使用者妥善保管個人財物。
標準 14	私隱和保密： 服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。會員之個人紀錄及資料只供獲授權之人士翻閱及有關資料亦以安全妥當的方式儲存。
標準 15	申訴： 服務單位備有處理投訴的政策及程序，歡迎職員、家屬及服務使用者自由向單位提出意見，而提出的意見亦會得到處理。
標準 16	免受侵犯： 服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

如對以上服務標準或對本中心服務有任何意見，請與中心主任、社工或當值職員聯絡。

服務意見欄

如有任何對中心服務或活動的意見，可填寫服務意見欄交回中心意見箱。

如不想繼續接收本中心之通訊，請致電本中心與職員聯絡。

《中心守則》

- 會員及到訪者應小心保管個人財物，如有損失，本中心恕不負責。
- 會員及到訪者有責任保持中心之地方清潔；未經本中心職員許可，請勿在中心範圍內飲食。
- 會員及到訪者在進入中心範圍內禁止吸煙及飲用含酒精成份飲品。
- 會員及到訪者在參與中心服務期間有責任保障他人之私隱並加以保密，不得在未經當事人同意下談論及發放他人個人私隱資料。
- 會員及到訪者在進入中心範圍內禁止向他人借錢及售賣物品。
- 會員及到訪者不得攜帶危險物品包括利器、易燃物品等進入中心範圍，以保障他人人身安全。
- 會員及到訪者在進入中心範圍內若出現不合理行為，包括行為不檢、擾亂中心秩序、粗言穢語、騷擾他人等行為，本中心職員有權要求會員及到訪者即時離開中心範圍以保障他人免受任何侵犯。
- 會員及到訪者在參與中心小組 / 活動期間若出現不合理行為，包括行為不檢、粗言穢語、騷擾他人等行為，至令小組 / 活動無法順利舉行，經本中心職員多次勸告無效後，本中心有權終止有關會員及到訪者參與該次及餘下小組 / 活動的資格，已繳小組 / 活動費用恕不退還。
- 會員及到訪者在接受中心服務期間，須遵守《中心守則》內一切規定；若會員及到訪者違反《中心守則》並經本中心職員多次勸告無效後，本中心有權重新檢視有關會員及到訪者是否繼續適合參與本中心的活動。
- 本中心保留執行及修訂中心守則的權利。

