



救世軍 The Salvation Army

地區支援中心(沙田南)

District Support Centre (Shatin South)

2023年4月-6月

中心活動季刊



讀好及追蹤中心
Facebook page，
緊貼中心最新消息

P.1	封面	P.11	服務須知及報名方法
P.2	目錄、惡劣天氣服務指引	P.12-28	服務宣傳
P.3	中心特別消息	P.29-32	活動回顧
P.4	中心職員介紹、中心大使介紹、 社區資訊分享	P.33-35	4-6月小組及活動一覽
P.5	活動諮詢及義工招募	P.36	中心開放時間、聯絡方法
P.6-7	中心服務介紹、中心服務內容		
P.8	專職服務介紹		
P.9	與專家對話		
P.10	WHATSAPP廣播同意書、 SQS你要知		

惡劣天氣服務指引 (供服務使用者)

天氣情況	中心開放	室內舉行的小組或活動	外出活動	野外活動	水上活動
雷暴警告	✓	✓	✗	✗	✗
黃色暴雨	✓	✓	○	○	✗
紅色暴雨	✓	★	✗	✗	✗
黑色暴雨	✗ [#]	★	✗	✗	✗
一號風球	✓	✓	✓	✗	✗
三號風球	✓	★	✗	✗	✗
八號或以上風球	✗	✗	✗	✗	✗

中心開放前2小時仍懸掛黑色暴雨警告，中心將會暫停開放；中心開放期間，當黑色暴雨警告懸掛時，中心將會維持有限度服務；當黑色暴雨除下後2小時，中心會重新開放。

○ 視乎當時天氣情況而定，請致電中心查詢最新安排。

✓ 小組或活動繼續進行。

✗ 小組或活動延期/取消。

★ 如小組或活動舉行前2小時仍懸掛三號風球或紅黑或黑色暴雨警告，當日活動將會延期或取消。若小組或活動在室內進行中，將會繼續至完結。

中心特別消息

續會安排

大家可以於辦公時間內到中心辦理入會手續，新一期會籍為期至2024年3月31日。為答謝大家對本中心的支持，我們為完成續會的會員準備了小禮物。如有任何查詢，歡迎致電39564500與中心職員聯絡，謝謝！

「好賞你」

身心社靈全人發展計劃

我們特意鼓勵各會員積極參與中心活動，在「身、心、社、靈」方面有全面的提升，每參與一個活動，你便可獲得獎賞積分。

- 我們每年年底結算會員的積分，嘉許積極參與的會員。
- 每參加一個活動，並有60%出席的會員，便可有5分積分。
- 積分最高的10位參加者，可獲一次自組活動體驗。獲嘉許的會員會分為兩組，與中心同工一同籌組專屬大家的活動。所有會員參加任何中心活動，即自動參與計劃。

「中心會員証」
全民投票

感謝曾參與投票的你們，讓我們能選出大家喜歡的會員証，我們將於2023年4月30日開始，派發會員証予大家，敬請留意本中心FACEBOOK專頁以及WHATSAPP廣播群組最新資訊。



救世軍 The Salvation Army
地區支援中心(沙田南)
District Support Centre (Shatin South)

會員姓名：_____

會員編號：_____

有效日期：_____

會員証

單位健康申報及
感染控制措施及指引

基於最新疫情發展，本中心有以下最新健康申報措施：

- 如有發燒或出現呼吸道感染病徵，建議會員/家屬留在家休息。

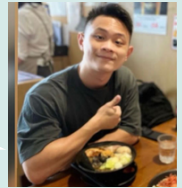
如就以上安排有任何意見或查詢，歡迎致電3956 4500與中心職員聯絡。

中心職員介紹



Hello大家好! 我係社工冼姑娘, 好高興認識大家!
希望之後可以喺不同的小組和活動見到大家。😊

Hello 大家好! 我係健體導師池sir呀, 希望之後可以
係中心同大家一齊做運動, 強身健體



大家好! 我係訓練員助理樂sir, 好開心認識大家,
希望有機會同大家一起玩啦 😄



中心大使介紹

時間過得真快, 轉眼間已到四月份 - 復活節的日子, 大家知道復活節的主角是誰嗎? 對! 就是耶穌。耶穌在聖經鼓勵我們愛人如己, 不但照顧自己身、心、社、靈的需要, 也關愛身邊的人。中心大使也拿著十字架, 鼓勵大家學效耶穌關愛別人的心, 我們也因此為大家推出以「愛」為主題的活動, 讓大家在復活節、雙親節等日子共同體驗愛與被愛, 關心自己及別人。

社區資訊分享

愛自己、愛別人, 也要愛地球!
我們在今期為大家介紹智能膠樽回收機, 大家可將沒有用途的膠樽回收, 每收一個貼有條碼的膠樽, 便可獲八達通回贈! 本中心所在的沙田商業中心地下大堂也有回收機, 大家可以經過地下大堂時使用一下。

(是次資訊分享由「生. 趣」學堂成員協助搜集資料)



相片下載自網上



藝

聚夢想

殘疾人士藝術發展基金



本中心獲「殘疾人士藝術發展基金」資助，以「藝·聚夢想」為名，由**2023年5月份**開始至**2024年10月**推行活動，讓殘疾人士、家屬及社區人士透過藝術活動，包括視覺藝術畫作、舞蹈及敲擊樂，聚在一起，分享及實現個人夢想，並透過藝術作品及表演展示活動，讓大家能將「夢想」的正能量與社區分享。

本中心將會陸續進行招募活動，現正先邀請有興趣參與藝術活動的會員表達意向，如會員或家庭有興趣參與「藝·聚夢想」，歡迎你掃描**QR CODE**填寫資料，也表達你的興趣。如就計劃有任何查詢，歡迎致電**3956 4500**與隊長(社工)李姑娘聯絡。



義工招募大行動

我們十分歡迎社區人士加入本中心成為義工，與我們一齊玩及嘗試新事物，更歡迎你與會員分享你的專長。如有興趣，可致電本中心與社工聯絡，我們也期待認識大家呢！

義工服務範疇：



課餘托管
(平日)



興趣小組/活動
(平日/週末)



外出活動
(週末)



歡迎公眾人士、學校或社區團體成為我們一員，如需個別安排**義工訓練**或**培訓服務**，請與中心社工聯絡！

如有興趣人士，亦可透過QRcode填寫聯絡資料/致電本中心，我們會儘快聯絡你們！

中心服務介紹

服務目標：

中心以地區為本的策略，為居住在社區中的殘疾人士、其家人或照顧者提供一站式服務和支援。我們致力強化服務使用者的家居及社區生活技能，協助他們融入社區，同時為他們的家人或照顧者提供訓練及支援，提升照顧能力及紓緩照顧壓力。



服務理念：

中心以「家庭為本」及「伙伴同行」為服務理念及策略，透過跨專業團隊之間的合作，從「身」：關顧健康、「心」：轉化生命、「社」：擁抱社區、「靈」：燃點希望，全方位回應殘疾人士及其照顧者的需要，促進他們享受理想的生活，為生活添上色彩。



服務對象：

在社區中生活的殘疾人士，包括智障、肢體傷殘、自閉、聽覺受損和視覺受損人士；其家人/照顧者；公眾人士。



🔍 服務地區：

- 歡迎在社區中生活的殘疾人士參與小組及活動。
- 沙田南居住的殘疾人士優先使用專職服務 (包括：沙田市中心、瀝源、禾輦、沙角、博康、水泉澳、乙泉、秦豐、新田圍、翠田、顯嘉、下城門、雲城、徑口、田心、翠嘉、大圍、松田、穗禾、火炭、駿馬)。



服務收費

會費	每年 \$21
專職到戶支援服務 (職業/物理/言語治療師)	每節 \$52； 每節為45分鐘
家居照顧及支援服務	每小時 \$33
中心照顧及支援服務	每小時 \$5.1
交通費	每程 \$10



備註：

1. 若參加活動、訂購午膳須另繳付費用。
2. 如有經濟困難，可以書面或直接向當值社工提出申請費用減免。

中心服務內容

個案管理服務

社工就服務使用者及其家人的個別需要訂立服務計劃及跟進支援（包括：評估、制定計劃及輔導）。

專職支援服務

由專業團隊提供支援服務（職業治療、物理治療、言語治療及臨床心理服務）。

中心照顧及支援服務

透過日間暫顧服務，豐富服務使用者的體驗（包括：學習、社區、閒暇、朋輩及健康生活）。

假期照顧及支援服務

服務使用者在假期到中心參與不同的活動，發展個人興趣，供家人或照顧者有作息及個人時間。

外展專業復康支援服務

為隱蔽殘疾人士提供支援及服務。

個人發展及社交康樂活動

長期發展及短期體驗小組/主題活動。發掘個人興趣及專長，提升對社區的參與。

家居照顧及到戶支援服務

提升服務使用者不同方面的技能及生活質素（包括：家居、社區、閒暇及健康生活）。

照顧者支援服務

強化家人或照顧者的照顧技巧及能力（包括：訓練活動、教育課程、講座及工作坊）。

社區聯繫

社區教育活動、義工服務及社區共融活動。建立與其他地區持份人的夥伴合作關係，攜手合作。

資訊角

提供社區資訊、社區資源轉介及偶到服務。

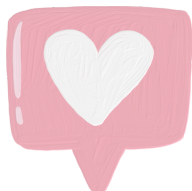


Doug Out
15 mins

Wonderful day!

申請辦法

1. 申請人可由社工轉介或親臨中心辦理申請手續，經中心社工確認申請符合資格後安排進入服務。



Like



Comment



Share



Doug Out
15 mins

Wonderful day!

退出服務安排

1. 如有意退出服務；服務使用者/家人/照顧者可隨時口頭或書面向中心社工提出；若有需要退出服務，例如：搬離服務範圍，中心社工會與服務使用者/家人/照顧者聯絡，作出退出服務的安排。

2. 中心會員於會籍期滿後而不再續會，則作自動退會論。



Like



Comment



Share

職業治療服務

服務範疇:

1. 個別/小組訓練：自理功能、認知功能、工作、家居生活、大肌肉、小肌肉、感覺統合
2. 家居評估：輔助用具建議、家居改裝諮詢服務



言語治療服務

服務範疇:

提供以下範疇的評估及訓練：

語言理解能力

吞嚥能力

語言表達能力

說話流暢度

社交溝通能力

發音

口部肌能

聲線



服務對象:

6-59歲之肢體殘疾人士、自閉症人士、智障人士
(有緊急服務需要但沒有正接受任何公私營專職醫療服務者可獲優先安排服務)

申請方法:

申請人需要經社工/治療師轉介

服務形式:

個人或小組
實體或Zoom視像

服務收費:

到戶治療服務: \$52/45分鐘
到中心接受個別治療評估/訓練: 費用全免
小組服務: 按需要收費

與專家對話 (六)

救世軍地區支援中心 (沙田南)

言語治療師

胡善彤 姑娘

聲線護理技巧

擁有一把清脆悅耳的聲音有助我們有效地與人溝通，然而有不少兒童或青少年因不同行為或生理因素令他們出現**聲音沙啞、氣聲過重、說話時走音或斷音等聲線問題**，以下將介紹聲線問題的常見成因及分享護聲方法。

聲線問題的常見成因



過度聲音扮演



經常大笑大喊

咳嗽/打噴嚏
時過度用力

過度說話



經常尖叫

保護聲線的方法

要保持聲線健康，應先養成以下良好的生活及用聲習慣。

你應該...

生活習慣:

- ✓ 多喝暖水
- ✓ 多做舒展運動
- ✓ 充足睡眠
- ✓ 保持空氣清新及適當濕度

用聲習慣:

- ✓ 句子之間作適當停頓
- ✓ 放慢說話速度
- ✓ 保持合適的音量和聲調

請你避免...

生活習慣:

- ✗ 乾咳清喉嚨
- ✗ 用口呼吸
- ✗ 吃煎炸/辛辣等刺激性食物
- ✗ 過量飲食後立刻入睡，
以免胃酸倒流

用聲習慣:

- ✗ 說話急促
- ✗ 長時間大聲說話
- ✗ 情緒激動時放聲大哭

WhatsApp廣播同意書

為加強溝通及更有效傳遞資訊，中心將優化傳遞流程，透過WhatsApp廣播傳輸功能，發放有關資訊或宣傳。若閣下同意使用WhatsApp廣播功能，請儲存本中心WhatsApp電話號碼 96314460 到手機通訊錄內，並向此號碼發一個短訊，中心將在核實資料後加入閣下至廣播名單。



*短訊範例：

我是會員(姓名)/會員(姓名)照顧者，希望加入WHATSAPP廣播名單。✕

注意事項

- WhatsApp廣播主要用於資訊發放及活動宣傳。有關查詢及報名事宜，請直接致電與本中心職員聯絡。
- 此非群組發放模式，閣下所提供的電話號碼將受到保密，而其他訊息接受者並不會知悉。
- 閣下必須先儲存本中心WhatsApp電話號碼到手機內，才能接受相關資訊。
- 若閣下拒絕接收再有相關資訊，請致電本中心聯絡當值社工處理。

SQS你要知 服務質素標準資訊介紹

- SQS 13 服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。
- SQS 14 服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。
- SQS 15 每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。
- SQS 16 服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

救世軍社會服務部復康服務及社企製作了這小冊子作為“導向計劃”的執行文件，為新服務使用者於進入服務時進行導向活動，幫助服務使用者盡快適應新入住/工作/訓練的生活；並作為渠道讓服務使用者了解服務質素標準(SQS)各項推行之標準內容，從掌握服務政策而令服務使用者充權，達至監察接受之服務。



意見收集，如閣下對本中心有任何意見，歡迎隨時向本中心提出。

服務須知及報名方法

小組活動報名方法：

1. 掃瞄QR code報名或；
2. 填寫報名表後以郵寄/傳真/電郵方式/親臨中心進行報名。



報名須知：

1. 報名本中心/小組活動必須先成為本中心會員。
2. 收到報名表後，職員於3個工作天內確認收到報名通知。如未收到通知，請致電中心查詢。
3. 如參加人數超出活動名額，將會進行抽籤。
4. 未能成功中籤者列入候補名單，如有參加者在活動開始前退出，會按照本中心收到報名表的時序聯絡候補名單人士報名。
5. 如報名人數不足，本中心有權取消該活動，職員將通知退款安排。
6. 如因熱帶氣旋或暴雨警告關係而取消小組活動，本中心會盡量安排補堂；如參加者未能出席補堂，本中心不會安排退款。
7. 本中心保留更改小組/活動時間、地點及導師安排之權利，若參加者因中心更改活動安排而退出活動，可獲安排退款。
8. 如參加者出席活動前出現病徵，應通知職員及留家休息。如參加者提供醫生病假證明，已報名的活動費用可作退款。
9. 如報名結果公佈後仍有餘額，其後報名之會員將以先到先得方式取錄。
10. 報名結果公佈後，會員須於活動前2星期繳交費用，以確認參與，否則名額將由候補會員取代。
「生·趣」學堂及「開開心心同學會」：每月10號前繳交整月的活動費。如因私人理由缺席或退出小組，已繳交之費用概不發還。如會員需在中心訂餐，每月膳食費用將按該月實際用餐數目收取，於下月繳交(例如：1月份的膳食費，將在2月份連同活動費收取)。
11. 因應疫情及限聚令可能出現的情況，本中心將會按情況對各項活動作出相應的調整及變動，請留意本中心訊息及網頁之公佈。
12. 如欲申請專職支援服務、個案管理服務、到戶支援服務、日間及假期暫顧服務，須經中心社工面見後確定服務的安排。

繳費方法：

1. 親臨本中心繳交現金或支票。
2. 郵寄支票，支票抬頭寫上：救世軍地區支援中心(沙田南)，支票背面寫上：參加者姓名及活動名稱，不接受郵寄現金。



會員姓名：_____ 會員編號：_____ 聯絡電話(會員)：_____

家長姓名：_____ 聯絡電話(家長)：_____

	活動名稱	活動費用	備註 (由職員填寫)
1		\$	
2		\$	
3		\$	



日間訓練：「生·趣」學堂

想增值自己？ 發掘專長？ 成為社區達人？ 認識更多朋友？
「生·趣」學堂可以让你有更多機會充實自己，擴闊朋友網絡。我們
為你準備了不同的主題式活動，讓大家能提昇自己，發揮無限可能。

服務特色：



- 1 跨專業團隊**
以跨專業模式，為會員設計及推行不同的活動。
- 2 關注身心社靈發展**
就「身、心、社、靈」設計主題式活動，讓會員更關注個人獨特及全人的發展。
- 3 自我主導**
會員可選擇、參與規劃活動，讓他們主導個人的生活。
- 4 家庭為本**
以「家庭為本」及「伙伴同行」的理念，讓會員及家人在社區中覓得同行伙伴，發揮家庭的能力及資源。



WELCOME

對象：

15歲或以上智障、自閉/殘疾人士

服務時間：

星期一至五，上午9:15 至下午4:15

(公眾假期以及每月首個星期五上午9:15-下午1:15除外)

收費：

活動費:\$10元/日 (*午膳費用另計)



「生·趣」學堂時間表

時間	星期一 「心靈」重整日	星期二 「健康」有營日	星期三 樂在「社區」日	星期四 「技能」發展日	星期五 「身心」社交日
09:15 10:00	中心/社區資訊分享、全民健康操、跟進會員健康情況				
10:00 - 11:30	五感療癒. 花園： •「園」來 咁好玩	自「煮」 「財」有 「營」計劃： •健康大使教室	「敢動」社區 訓練計劃： •「新興」 運動達人	家居生活 解難隊： •環保社區 生活篇	「拍住你、 輪住美」： •六色輪盤 趣味運動小組
11:30 12:00	午餐準備、個人學習時間、輕鬆自由講廣播				
12:00 - 13:00					
13:00 14:00	「午間CHILL CLUB」：時事分享、桌遊、音樂欣賞、茶藝時間				
14:00 - 15:30	社交/個人發展 活動： •藝術空間	自「煮」 「財」有 「營」計劃： •食得健康 CAFE	社區「自主」 全接觸： •全心全「義」 義工大使	家居生活 解難隊： •家居生活篇	社交/個人發展 活動： •社區「拍一 拍」智能天地
15:30 16:15	下午TEA—TEA、「自由講」時間、中心/社區資訊分享、桌遊時間、整理小花園、會員離開中心				



午餐(自我管理學習)



請掃QR CODE
填寫報名表報名

(2023年4至6月)

黃昏活動

「4點後約定你」



請掃QR CODE
填寫報名表報名



工作了全日、上了全日課堂，之後又想輕鬆一下？就嚟中心啦！中心全新推出一系列黃昏活動「4點後約定你」，讓會員可以有一個讓身心輕鬆的下午。

日期：2023年4-6月

(逢星期一至五，公眾假期除外)

時間：下午4:00-5:30

收費：按不同活動收費

地點：本中心

對象：15歲或以上具備獨立自理能力的會員

職員：社工何姑娘 / 訓練員

星期一

電競

「運動」鬥一番

以switch 與一班會員一起做運動，跳舞、打羽毛球、排球等都可以齊齊玩。

收費：全免



星期二

品味料理

齊齊製作健康小食、沖沖咖啡、分享飲食心得！

收費：每位\$20/
一個月



星期三

「藝」文青

齊齊創作，發揮創意！成為真正「藝」文青。

收費：每位\$20/
一個月



星期四

沙田好聲音

齊齊唱下歌，成為沙田好聲音！

收費：全免



星期五

輕鬆電影院

放工放學後，一齊睇下戲，傾下計。

收費：全免



(2023年4至6月)

課後託管：「開開心心同學會」

我們準備了豐富的課後活動，讓大家放學後一同做做家課、
玩玩遊戲，認識更多朋友。

對象：6歲或以上就讀特殊學校的學生

服務時間：

2023年4-6月 星期一至五

(3/4/2023-14/4/2023期間及公眾假期除外)

下午4:00-下午6:00

活動費：每天 \$20

(綜援/低收入家庭可向社工申請費用減免)

地點：本中心



請掃QR CODE
填寫報名表報名



截止日期：24/3/2023
公佈日期：28/3/2023

服務內容

✓ 家課時間 ✓ 主題小組 ✓ 遊戲時間

長假期託管：「復活樂滿FUN」

復活假期又到啦，我們特為將會放長假期的會員準備了「復活樂滿FUN」，讓大家能參與「身、心、社、靈」不同主題的活動，過一個開心、充實又有意義的假期。



對象：6歲或以上的中心會員

日期：3/4/2023-14/4/2023

服務時間：星期一至五，上午9:15分至下午4:15分

(公眾假期除外)

收費：\$20元 / 日 (*午膳費用另計)

備註：

1. 活動內容有機會因應中心安排而有所改變
2. 綜援/低收入家庭可向社工申請費用減免

請掃QR CODE
填寫報名表報名



截止日期：24/3/2023
公佈日期：28/3/2023



「復活樂滿FUN」時間表

時間	星期一 「心」GOOD DAY	星期二 社區先鋒	星期三 至FIT DAY	星期四 遊戲達人	星期五 傳「誠」
09:15 - 10:15	中心/社區資訊分享、全民健康操、跟進會員健康情況				
10:15 - 11:30	復活FUN FUN FUN 1. 認識復活節 2. 唱唱詩歌， 感受節日活動 	社區先鋒錦囊 1. 認識社區 生活禮儀 2. 認識社區 生活技能	運動先鋒 1. 運動遊戲 2. 認識運動的 益處	復活FUN FUN FUN 1. 認識復活節 2. 製作復活 小手工	遊戲FUN CLUB 1. 社交溝通 技巧 2. 遊戲技巧 
11:30 - 12:00	午餐準備、輕鬆自由講廣播、整理小花園				
12:00 - 13:00	 午餐(自我管理學習)				
13:00 - 14:00	「午間CHILL CLUB」：時事分享、桌遊、音樂及電影欣賞				
14:00 - 15:30	藝術空間 1. 認識不同 藝術 2. 製作藝術 作品	食得健康 1. 製作 復活節小食	健康廚神 1. 認識健康 飲食的重要 2. 製作簡單 健康小食	樂高天地 1. 社交溝通 技巧	手工傳「誠」 工作室 1. 製作小手工 2. 學習以送 手工表達心意
15:30 - 16:15	下午TEA—TEA、「自由講」時間、 中心/社區資訊分享、桌遊時間、家課時間、會員離開中心				



Happy Easter

週末CHILL CLUB

託管服務及/
假期照顧

想有個HAPPY WEEKEND，就來參加「週末CHILL CLUB」的活動吧！
不同種類的社區、興趣、發展性活動，相信能讓大家發展專長、認識朋友，過一個開心又有意義的週末。

週末聚聚

日期 2023年4-6月 (逢星期六)
(公眾假期8/4、24/6/2023除外)

地點 本中心

名額 8人

時間 第一節：上午9:00至中午12:00

第二節：下午2:00-5:00

收費 每節\$20

對象 6歲或以上智障、自閉/殘疾人士

職員 社工何姑娘

截止日期：24/3/2023

公佈日期：28/3/2023



請掃QR CODE
填寫報名表報名

內容 輕輕鬆鬆聚一聚，齊玩桌上遊戲、
繪畫創作、煮食運動、看圖書或選
擇自己喜歡的活動，過一個放鬆心
情的週末。



第一節

每季主題小組：(上午9:00 - 中午12:00)

每月第一週

每月第二週

每月第三週

每月第四週

煮食達人

小「藝」人

「健」「體」
勇士

社區博士



第二節

每季主題小組：(下午2:00 - 下午5:00)

每月第一週

每月第二週

每月第三週

每月第四週

煮食達人

小「藝」人

「健」「體」
勇士

社區博士



週末自由 Stay

想Hea? 想玩? 想傾計?
DSC幫到你!!!

本中心可以提供Switch及無限量Board Game，供大家暢玩，
可以同中心職員瘋狂暢談，仲有一個舒適嘅空間俾大家放空，
只要你肯嚟，就可以一次過滿足晒你三個願望！

請掃QR CODE
填寫報名表報名



2023年4-6月份 (逢星期六，公眾假期除外)

時間 下午3:30-6:00

地點 本中心

對象 15歲或以上具備獨立自理能力的會員

備註 參加者可以掃描QR Code填寫報名表
報名或即場報名



對象：6-14歲智障、自閉/殘疾人士

「肌」智小先鋒

截止日期：27/3/2023

公佈日期：29/3/2023

內容 透過不同的小遊戲，大家可以鍛練手眼協
調、認知及小手肌。玩得開心之餘，又可以
鍛練一下。

日期 1/4、6/5、3/6/2023 (4-6月第一個星期六)

時間 中午12:00 - 下午1:00

地點 本中心

名額 8人

職員 職業治療助理-康sir

收費 \$30



友你同伴

截止日期：27/3/2023

公佈日期：29/3/2023

內容 透過不同小遊戲，認識不同朋友
仔，並且學習與朋友相處小技
巧，快來報名啦！

日期 15/4、29/4、13/5、10/6/2023

時間 下午3:30-4:30

地點 中心

名額 8人

職員 社工-何姑娘

收費 \$10



對象：15歲或以上智障、自閉/殘疾人士

「敢動」社區全接觸

(2023年4至6月)

截止日期：27/3/2023

公佈日期：29/3/2023

內容 「敢動」社區全接觸讓你認識更多新興運動，發展更多運動專長！

地點 本中心

名額 8人

日期 1/4、15/4、22/4、29/4、6/5、13/5、20/5、3/6、10/6、17/6/2023

職員 訓練員/健體導師-池sir

時間 上午10:30 - 中午12:00

收費 \$30

社區大使GET SET GO

(2023年4至6月)

內容 關心社區，你我都做得到！快黎成為社區大使GET SET GO成員，學習成為義工！認識社區不同需要的人，一同付諸行動。

地點 中心/社區

名額 6人

日期 1/4、22/4、6/5、20/5、3/6、17/6/2023

職員 社工/訓練員

時間 下午2:30-3:30

收費 \$10

截止日期：27/3/2023

公佈日期：29/3/2023

(生活重整課程系列)

(2023年4至6月)

生活重整學堂



內容 「生活重整學堂」與你分享不同的生活智慧，如健康、社交、閒暇、家庭、社區、工作/學習生活，輕鬆開心過人生。

地點 本中心

名額 8人

日期 15/4、29/4、13/5、27/5、10/6/2023

職員 社工/訓練員

時間 下午2:30-3:30

收費 \$10

截止日期：27/3/2023

公佈日期：29/3/2023

「肌」智達人

內容 透過輕鬆小遊戲，讓大家段練手眼協調、認知及小手肌，成為「肌」智達人

地點 本中心

名額 8人

日期 1/4、6/5、3/6/2023
(4-6月第一個星期六)

職員 職業治療助理-康sir

時間 下午3:30-4:30

收費 \$30

截止日期：27/3/2023

公佈日期：29/3/2023

社交康樂個人發展活動

期間限定活動

我們着重會員在康樂、社交及個人潛能上的發展。
透過舉辦多元化的活動及小組，培養會員不同的興趣，發揮所長!

我們會與大家分享今期流行服飾配搭,化妝
打扮技巧,讓大家更建立個人的形象。

日期：13/5, 3/6, 17/6/2023(星期六)

時間：上午9:30-11:00

地點：聖雅各福群會曉明居

(碩門邨社會服務大樓6樓)

對象：15歲或以上具備獨立自理能力的會員

名額：6人

收費：免費

職員：社工-冼姑娘/訓練員

備註：*活動有可能因應天氣而改期進行

*此活動與聖雅各福群會合作

*參加者需在活動當日進行快速測試

*參加者需自行前往活動地點

截止日期：2/5/2023

公佈日期：5/5/2023



邀請照顧者及會員跟大隊,一齊享受大自然的
負離子及運動後「多巴胺」為身體帶來的正面影
響。快來行動,關愛自己的身體吧!

截止日期:17/4/2023
公佈日期:21/4/2023

在森林和原野



日期:29/4/2023(星期六)
時間:上午9:00-中午12:00
地點:沙田道風山

****集合地點:本單位****
****解散地點:沙田市中心****

對象:15歲或以上智障、
自閉症人士及其家屬/照顧者

名額:10人

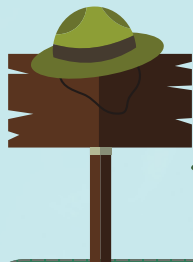
收費:免費

職員:社工/健體導師-池Sir

備註:活動有可能因應天氣而改期進行

*活動之交通開支需自行繳付

請掃QR CODE
填寫報名表報名



森林不厭煩 原野



邀請照顧者及會
員跟大隊,一齊享
受大自然的負離
子及運動後「多
巴胺」為身體帶
來的正面影響。
快來行動,關愛
自己的身體吧!

日期:6/5/2023(星期六)
時間:上午9:00-中午12:00
活動地點:沙田道風山

****集合地點:本單位****
****解散地點:沙田市中心****

對象:6-14歲智障、自閉症人士及
其家屬/照顧者

名額:10人

收費:免費

職員:社工/健體導師-池Sir

備註:活動有可能因應天氣而改期進行

*活動之交通開支需自行繳付

截止日期:24/4/2023
公佈日期:28/4/2023

請掃QR CODE
填寫報名表報名





請掃QR CODE
填寫報名表報名

截止日期：24/4/2023
公佈日期：28/4/2023

積木 fun fun CLUB

透過LEGO®遊戲，讓會員從玩樂的過程提升創意、專注、正向情緒及
社交技巧，發揮個人潛能，學習愛己愛人！

日期：3/5, 10/5, 17/5, 24/5, 31/5/2023(星期三)

時間：下午4:30-5:30

地點：本中心

對象：6-14歲智障、自閉症人士

名額：6人

收費：\$30

職員：隊長(社工)-李姑娘

(獲六色積木(SIX BRICKS)、得寶遊戲(LEVEL 1&2)、
LEGO BASED THERAPY認證證書)



「你我當入樽」

籃球訓練班

學習打籃球不同的技巧，一同組成地區支援中心(沙田南)籃球
隊，體驗籃球的樂趣，更有機會成為籃球達人！

日期：4/5、11/5、18/5、25/5、1/6、8/6、15/6、29/6/2023(星期四)

時間：下午4:00-5:00

地點：本中心/社區

對象：10歲或以上智障、自閉症或殘疾人士

名額：6人

收費：\$40

職員：訓練員-伍Sir

備註：參與會員需先經過甄選

請掃QR CODE
填寫報名表報名



截止日期：24/4/2023
公佈日期：28/4/2023

備註：

1. 截止報名日期：1/6/2023，公佈抽籤日期：6/6/2023；
2. 如報名人數超出名額，本中心將會進行抽籤。



請掃QR CODE
填寫報名表報名

DSC一週年慶 「青春常駐」生日PARTY

為4-6月生日的會員慶祝生日，
玩吓遊戲、識識朋友！

日期：17/6/2023(星期六)

時間：下午3:30-5:00

地點：本中心

對象：15歲或以上智障、自閉或殘疾人士及其家人/照顧者 (4-6月生日的會員及其家人/照顧者優先)

名額：20人

收費：每位\$20

職員：社工-陳姑娘/
訓練員-蔡姑娘

一齊慶祝
LET'S CELEBRATE!

救世軍

開 開 心 心[®]
玩轉慶生日 DSC

為4-6月的會員及家屬慶祝生日，歡迎其他會員一同參與，享用場地設施 (包括：彈跳迷宮，碰碰車及海盜船)、玩玩遊戲、製作曲奇，到時約定大家!

日期：27/5/2023(星期六)

時間：上午10:30-下午1:00

地點：美國冒險樂園(黃埔)

集合地點：港鐵黃埔站

對象：6歲至14歲智障、自閉或殘疾人士及其家屬/照顧者

名額：20對親子

收費：\$130 (每對親子，已包入場費用及20個代幣)

職員：社工-何姑娘 / 訓練員-關姑娘

備註：

1. 場地內部份遊樂設施只容許身高150CM或以下朋友參與，敬請留意；
2. 截止報名日期：5/5/2023，公佈抽籤日期：10/5/2023；
3. 如報名人數超出名額，本中心將會進行抽籤。



請掃QR CODE
填寫報名表報名



請掃QR CODE
填寫報名表報名



集合啦!

健康家庭心友會

家庭挑戰日之親親綠田園



為慶祝雙親節，我們特意安排了精彩戶外活動給各會員及家屬一同參與，以答謝父母親對子女無微不至的照顧。大家一同享用戶外場地遊玩設施、燒燒烤、製作茶果，到時見!

日期：24/6/2023(星期六)

時間：上午9:30-下午4:30

地點：天水圍綠田園

集合地點：本中心

對象：6歲或以上智障、自閉或殘疾人士及其家屬/照顧者

名額：56人

收費：每位\$180 (已包入場費用、交通費及膳食費)

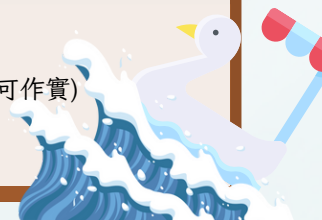
職員：社工-陳姑娘 及 社工-冼姑娘

1. 截止報名日期：17/4/2023，公佈日期：21/4/2023；

(中籤者必須於28/4/2023前繳付費用方可作實)

2. 如活動人數超出名額，本中心將會進行抽籤；

3. 場內室外遊玩設施須另行收費。



照顧者支援 家庭支援活動

我們重視每位家屬及照顧者在「身、心、社及靈」上的需要。
在照顧的路上，別遺忘自己的需要及興趣，讓我們一起與你同行。

照顧者支援活動意見收集



歡迎掃QR CODE
表達你對照顧者支援
活動的意見

「我愛家人」之齊齊整曲奇

與家人一同製作愛心曲奇，一同品嚐共同製作的美食，
與家人、朋友或鄰舍互相分享。

日期: 13/5/2023 (星期六)

時間: 上午10:30-12:30

地點: 本中心

對象: 6歲或以上智障、自閉症或殘疾人士及其家屬/照顧者

名額: 6對親子

收費: \$30(每對親子)

職員: 隊長(社工)-李姑娘



請掃QR CODE
填寫報名表報名

截止日期: 2/5/2023
公佈日期: 5/5/2023

花花世界之園藝教室

我們預備了不同的園藝及花藝活動，與大家一起製作押花、插花及盆景等作品。與大家一同體驗種植的樂趣!

日期: 1/4、15/4、20/5、3/6/2023 (星期六) 共4堂

時間: 上午10:00-中午12:00

地點: 本中心

對象: 6歲或以上智障、自閉或殘疾人士及其家人/照顧者

名額: 6對親子(最多12人)

收費: \$100(每對親子)

負責職員: 社工-陳姑娘 & 社工-何姑娘



1. 截止報名日期：21/3/2023，公佈抽籤日期：24/3/2023；
2. 如報名人數超出名額，本中心將會進行抽籤。



請掃QR CODE
填寫報名表報名





「親子齊運動」鬆一鬆



與家人一同學習拉筋運動、鬆一鬆筋肌，建立健康身體！

日期：1/4、6/5、3/6/2023 (星期六)

時間：下午2:00-3:00

地點：本中心

對象：6歲或以上智障、自閉症或殘疾人士及其家屬/照顧者

名額：6對親子(最多12人)

收費：\$30(每對親子)

職員：健體導師-池Sir

(持有AASFP高級私人體適能教練證書、
AASFP康復後體適能教練證書課程、
AASFP長者體適能教練證書)

請掃QR CODE
填寫報名表報名



截止日期：27/3/2023
公佈日期：29/3/2023



家長健體教室



截止日期：11/4/2023
公佈日期：14/4/2023

齊齊學習以正確阻力帶健體的方法，一齊進行有氧運動，伸展關節及鍛鍊肌肉，按著個人的能力，強身健體！

日期：24/4、29/5、26/6/2023 (星期一)

時間：上午9:30-10:30

地點：本中心

對象：6歲或以上智障、自閉症或殘疾人士的家屬/照顧者

名額：6人

收費：\$50(試玩價)

職員：健體導師-池Sir

(持有AASFP高級私人體適能教練證書、AASFP康復後體適能教練證書課程、
AASFP長者體適能教練證書)



請掃QR CODE
填寫報名表報名



「照顧同途人」me time

優勢為本互助小組

「ME TIME」提供休息、交流平台予社區不同照顧者，透過每月一次聚會，我們與大家分享不同的親子技巧及社區資源，又或者一同進行不同的興趣活動，互相分享、交流及學習，不要錯過啊！

日期：24/4、29/5、26/6/2023(星期一)

時間：上午10:30-11:30

地點：本中心

對象：6歲或以上智障、自閉症或殘疾人士的家屬/照顧者

名額：8人

收費：全免

職員：隊長(社工)-李姑娘/社工-冼姑娘



請掃QR CODE
填寫報名表報名



心靈休息站

在忙碌的生活中找一個時間「停一停、聽一聽、唱一唱、傾一傾」，一同在休息站傾傾計、學習詩歌、聽聖經故事及祈禱，更可以分享一下大家的興趣，期望在休息站見到大家！

日期：24/4、29/5、26/6/2023 (星期一)

時間：上午11:30-中午12:30

地點：本中心

對象：6歲或以上智障、自閉症或殘疾人士的家屬/照顧者

名額：8人

收費：全免

職員：隊長(社工)-李姑娘/社工-冼姑娘

請掃QR CODE
填寫報名表報名



日間訓練(恆常): 「生·趣」學堂

自「煮」「財」有「營」計劃:



家居生活解難隊:



工作及回收體驗!



社區「自主」全接觸:



外出認識社區~



藝術空間:



會員每日在「生·趣」學堂學習不同的新事物
及認識新朋友，成為社區生活達人!

課餘託管及假期照顧:



「長假期樂滿FUN」



每逢節日長假期，會員們都會到中心一齊參與不同主題的小組活動。



「開開心心同學會」



我哋每日準備咗唔同主題嘅小組，同學仔做完功課之後，就可以一齊學習新事物，增廣見聞。



週末託管及小組活動:

「週末聚聚」

上期週末聚聚以園藝為主題，與會員一起製作「草頭娃娃」。在會員悉心的照料下，「草頭娃娃」們茁壯成長。



家庭支援及期間限定活動



會員在場地玩互動遊戲，大家都感到很有趣！

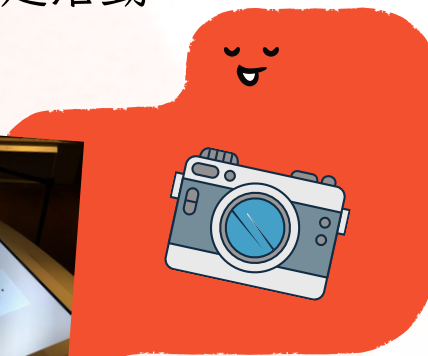


家庭支援及期間限定活動

故宮文化博物館一日遊



體驗中國文化一日遊!



喜慶賀新春 (新年活動)



聖誕紛FUN起 (聖誕活動)

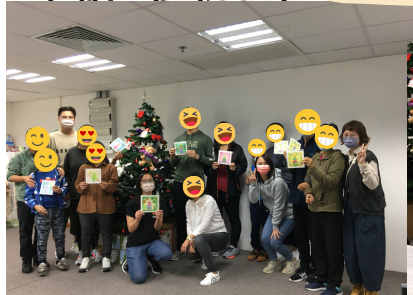


一起參觀香港杜莎夫人蠟像館!



積極參與，贏大獎!

和諧聖誕親子樂




























































































會員與家屬一起製作和諧粉彩聖誕卡!



好好食的DIY cupcake!



星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
3  長假期託管：「復活樂滿FUN」	4  長假期託管：「復活樂滿FUN」	5 清明節 	6  長假期託管 「復活樂滿FUN」	7 耶穌受難節 	1  14:00-15:00 「親子齊運動」鬆一鬆 14:30-15:30 社區大使Get Set Go 15:30-16:30「肌」智達人
10 復活節星期一 	11 	12 	13 	14  長假期託管：「復活樂滿FUN」	15  10:00-12:00 花花世界之團藝教室 10:30-12:00 「敢動」社區全接觸
17 	18 	19 	20 	21  長假期託管：「復活樂滿FUN」	22  14:30-15:30 社區大使Get Set Go
24 09:30-10:30 家長健體教室 10:30-11:30 「照顧同途人」 ME TIME 11:30-12:30 心靈休憇站 	25 	26 	27 	28  長假期託管：「復活樂滿FUN」	29  09:00-12:00在森林和原野 10:30-12:00 「敢動」社區全接觸

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 勞動節 	2   	3   	4   	5   	6 
	16:30-17:30 積木Fun Fun Club	16:30-17:30 積木Fun Fun Club	16:00-17:00 你我當入樽	16:00-17:00 你我當入樽	09:00-12:00 森林原野小歷險 「親子齊運動」鬆一鬆 10:30-12:00「敢動」社區全接觸 12:00-13:00「肌」智小先鋒 14:30-15:30 社區大使Get Set Go 15:30-16:30「肌」智達人
8   	9   	10   	11   	12   	13 
	16:30-17:30 積木Fun Fun Club	16:30-17:30 積木Fun Fun Club	16:00-17:00 你我當入樽	16:00-17:00 你我當入樽	09:30-11:00 我有偶包 10:30-12:30 「我愛家人」之齊齊整曲奇 10:30-12:00「敢動」社區全接觸
15   	16   	17   	18   	19   	20 
	16:30-17:30 積木Fun Fun Club	16:30-17:30 積木Fun Fun Club	16:00-17:00 你我當入樽	16:00-17:00 你我當入樽	10:00-12:00 花花世界之園藝教室 10:30-12:00「敢動」社區全接觸
22   	23   	24   	25   	26 佛誕	27 
	16:30-17:30 積木Fun Fun Club	16:30-17:30 積木Fun Fun Club	16:00-17:00 你我當入樽	16:00-17:00 你我當入樽	10:30-13:00 開心心玩轉慶生日 14:30-15:30 生活重整學堂
29 09:30-10:30 家長健體教室 10:30-11:30 「照顧同途人」 ME TIME 11:30-12:30 心靈休息站	30   	31   			

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31					



09:30-11:00 我有偶包
 10:00-12:00 花花世界之園藝教室

14:00-15:00 「親子齊運動」鬆一鬆
 14:30-15:30 生活重整學堂
 14:30-15:30 社區大使 Get Set Go
 10:30-12:00 「敢動」社區全接觸
 15:30-16:30 「肌」智達人
 12:00-13:00 「肌」智小先鋒



10:30-12:00 「敢動」社區全接觸
 14:30-15:30 生活重整學堂
 15:30-16:30 友你同伴



09:30-11:00 我有偶包
 10:30-12:00 「敢動」社區全接觸

14:30-15:30 社區大使 Get Set Go
 15:30-17:00 DSC 一週年「青春常駐」生日PARTY

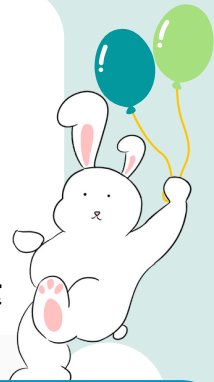


16:00-17:00 你我當入樽
 端午節

09:30-16:30 健康家庭心友會-家庭挑戰日之親親綠田園

16:00-17:00 你我當入樽

09:30-10:30 家長健體教室
 10:30-11:30 「照顧同途人」
 ME TIME
 11:30-12:30 心靈休息站



如無法郵寄，請退回地址：新界火炭山尾街18-24號 沙田商業中心1508室


中心開放時間


時間/日期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日及公眾假期
上午9:00 ~ 下午6:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗


中心位置圖


✓ 開放 ✗ 休息




 巴士：48P、73A、
80M、81K、85、88X、
280X、285、798

 小巴：69K、481、
811、811B


 地址：新界火炭山尾街18-24號
沙田商業中心1508室

 電話：39564500
96314460(Whatsapp)

 傳真：39564502

港鐵：火炭站B出口

沿綠圖中綠線行(步行約10分鐘)

 電郵：dsc.rse@hkm.salvationarmy.org

督印人：陳穎嫻

印刷數量：1800本

編輯委員：劉麗、李詩敏、陳焯然、陳述文

出版日期：2023年3月