



救世軍 The Salvation Army

天希中心
PATH Centre

天希號展覽





天希號 目錄

簡介

- 02 SQS資訊
- 03 服務簡介及職員架構圖
- 04 新職員介紹

資訊

- 05 編者的話
- 06 家長資訊
- 07 天希漫畫

活動資訊

- 08 10至12月活動回顧
- 09-14 1至3月活動預告
- 15 家長生涯規劃
- 16 Teen Home活動宣傳

其他活動及資訊

- 17 Teen希Buddies
- 18 區區有野玩
- 19 歌詞分享
- 20 天希LOGO設計比賽

其他

- 21-22 活動報名表

惡劣天氣服務指引

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	✗	✗	✗	✗	✗

✓ 小組或活動繼續進行

✗ 小組或活動延期/取消

當黑色暴雨警告懸掛時，中心將會暫停開放

當黑色暴雨警告懸掛時，中心已開放，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

★ 如小組或活動舉行前2小時仍懸掛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。

● 視乎當時天氣情況而定，請致電中心查詢最新安排：電話 3705 2639

服務質素 標準修訂

救世軍社會服務部已完成三年一次服務質素標準檢討於2020年11月1日起生效。

現在十六項服務質素標準的政策資料存放於服務單位辦公室，服務使用者及其他關注人士可隨時向當值職員索取以下政策資料閱覽：

- 標準一：服務資料
- 標準二：檢討及修訂政策及程序
- 標準三：運作及活動紀錄
- 標準六：計劃、評估及收集意見
- 標準九：安全的環境
- 標準十：申請及退出服務
- 標準十一：評估服務使用者的需要
- 標準十二：知情的選擇
- 標準十三：私人財產
- 標準十四：私隱和保密
- 標準十五：申訴
- 標準十六：免受侵犯

服務使用者及照顧者服務諮詢會

天希中心成立於2020年3月31日，我們將會舉辦服務使用者及照顧者服務諮詢會，當中除讓所有服務使用者或照顧者了解天希中心的服務安排及服務質素標準外，亦會聽取參加者對服務的意見，並就2021至2022年度計劃收集各位的建議。

日期：2021年1月30日（星期六）
時間：11:00AM - 12:30PM
地點：荃灣新領域廣場5樓512室 救世軍天希中心
內容：

1. 天希中心服務及職員介紹
2. 天希中心新購設備介紹
3. 活動回顧
4. 服務質素標準簡介
5. 2021至2022年度計劃意見收集

服務介紹

服務 簡介

救世軍天希中心為社會福利署資助的自閉人士支援中心，於2020年3月31日正式成立。主要為自閉症譜系障礙人士(下稱自閉人士)及其家屬提供支援服務，以及為受資助康復服務及社會福利服務單位提供自閉人士專業支援及諮詢服務。本中心命名為「天希」，意即啓迪天賦，建立正向有希望的人生，英文名為“PATH”，即Pathway of Talent and Hope。

目的

按自閉人士不同成長階段的需要，透過提供個人化及適切的服務，協助他們發揮個人的天賦潛能，才能盡展。並且鞏固其家庭關係及擴展社交網絡，以及促進他們融入社區，以建立正向及常存「希望」的人生方向，享受在家庭及社區的理想生活。

服務對象

- 15歲或以上及智力達70或以上自閉人士及其家屬
- 受資助的康復服務單位及其他受資助的社會福利服務單位

理念

我們本著「以人為本」的服務理念，相信每一位自閉人士都擁有無限潛能，並且尊重他們在人生中作出選擇的權利，並能實踐平等參與的生活。

新職員介紹

魏希欣 (二級職業治療師)

大家好！我係新加入天希中心嘅職業治療師魏姑娘
我除咗鍾意食野之外，一睇我嘅膚色就知道我都好
鍾意玩戶外活動啦！（有機會好想同大家出去玩）☺
希望遲啲係天希中心可以同你哋傾吓傷、互相認識、
一齊創造同經歷有意義、有希望嘅人生啦！



許智恒 (言語治療師)

大家好，我係言語治療師許SIR. 我鍾意打
機，煮嘢同埋泡茶，亦會喺中心搞相關既活
動，歡迎大家報名。

周玲 (職工)

大家好，我係周玲，大家可以叫我做玲姐，
係中心職工同事
好開心加入天希大家庭，多多指教！



桌遊說人生

築夢人生-我有我的路



關惠清姑娘

「你第日想做d 咩?」....「你未來有咩計劃?」....「你有咩夢想呀?」這些句子或許常出現在你的生活上。

築夢人生3D Life..是一副生涯規劃的桌遊，當中的目標是要讓參加者先進行簡單性格測試，了解自己的角色，之後按自己的角色去計劃自己的人生路，每個階段都有不同任務，並需要運用手上資源去完成。

其實這副桌遊絕對是反映我們的人生，每個人當走入人生不同階段時，都會有自己的角色與任務，但有時候可能想法太多不知如何選擇，又有時可能因為我們完全沒有想法，以致迷失。所以，我們需要去了解自己的能力與興趣，自己有什麼資源，以規劃自己的人生方向，但規劃不等於完結，而是一個開始，我們需要去為自己所規劃的方向，定立長中及短期目標，並且一步一步去執行，這樣你的人生相信會更精彩。

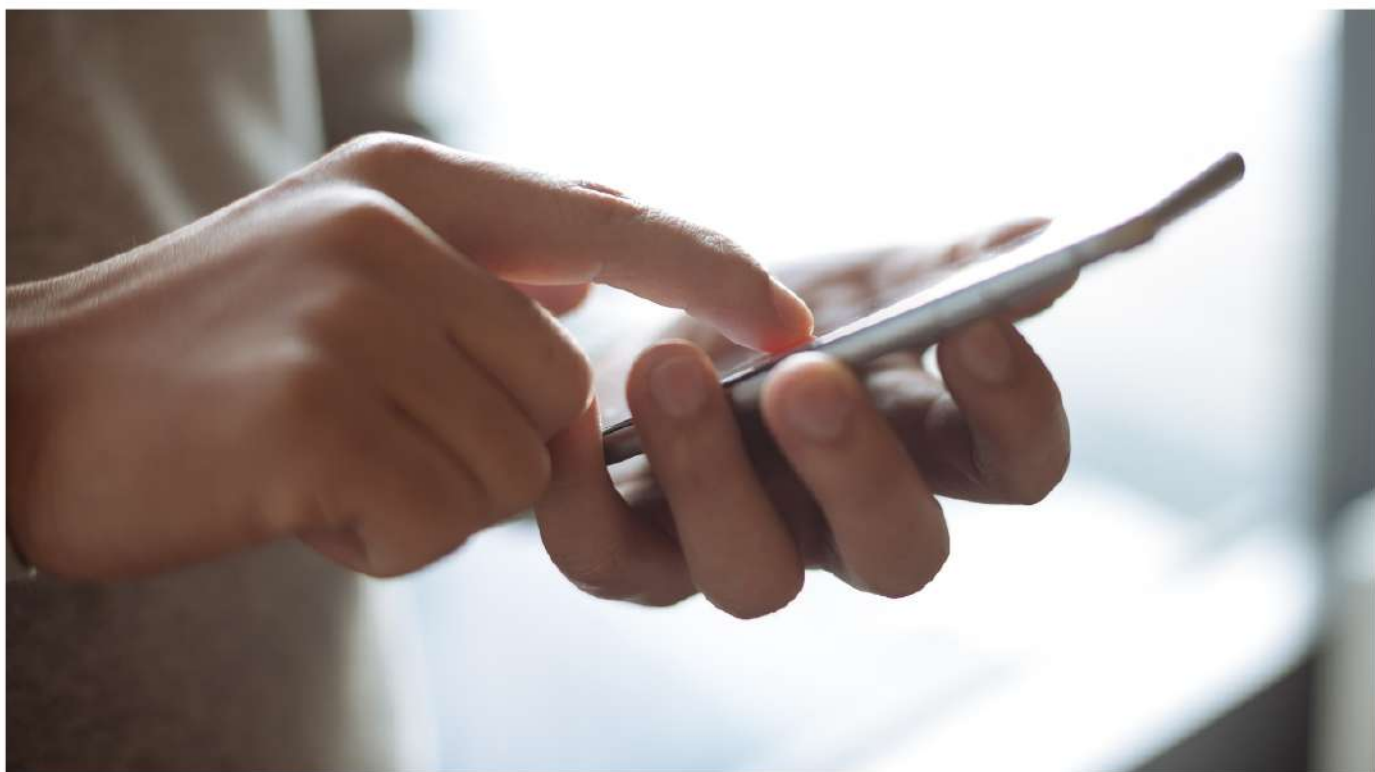


我自己一直以來的價值觀，期望可以成為別人的同行者，令他們可以在生命加添多點點色彩，所以我選擇了社工的路而放棄了會計的路，人生有取便有捨，這些年來，我很享受社工的工作，2020年更開心能夠負責開展天希中心，發展這個既有意義又充滿挑戰的服務，並且在當中認識到每一個可愛又活潑的你，令彼此生命亦添上色彩。

不過，人生總會於不同階段有不同方向，我會於天希中心工作至12月12日，這天之後，我便會離開天希中心，走進人生另一階段，繼續我人生的另一個使命與任務，雖然未能於日後在天希見到大家，但世界其實是細小的，或許，有一天，我們會再在世界的某一個角落相遇，有緣再聚!

大家要繼續努力呀！一同活出精彩人生，建立你的人生之路.....Create your PATH!





言語治療師 許智恒 先生

大家有否留意自己一天中使用手機/電腦的時間? 在酒樓/餐廳中，不難發現聚餐中的人們都在投入各自手機中，幾乎沒有作面對面的溝通。現代科技的進步，似乎在蠶食人們的溝通。網上的世界多姿多彩，聲畫俱備，相比之下人與人之間的溝通便變得較為平淡。有否試過眼前人說話說到一半，自己就不自覺地滑起手機? 科技的便利雖然能瞬間把遠距離的人聯繫起來，但同時亦很容易令人忽略眼前的人。

讓我們試著每天找15分鐘放下手機，做一些簡單的伸展運動，感受一下自己的身心狀態。又或者可以用這15分鐘去跟家人溝通，或共同做一些活動，如桌遊/玩一些合作的電視遊戲(如: switch/PS 4)。相信做一段時間後，會帶來身心的寧靜，亦可增進與家人的關係。

放下手機
找回生活

一個由理大、教大、東華學院及澳洲紐卡素大學組成的7人醫護團隊在上年於一份名為「Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking」的學術期刊裏發表了研究報告，探討香港小朋友及青少年沉迷手機的情況。調查結果發現，這些學生在上課日平均每天使用約1小時50分鐘(109.6分鐘)在手機上，假期時每天更使用超過3.5小時(218.5分鐘)手機。在十個與沉迷使用手機有關的選項中，最多人同意的首四項依次是：「不能忍受沒有智能手機」、「身邊的人告訴我用得太多手機」、「我比預料中使用手機的時間更長」及「即使日常生活受到嚴重影響，我也不會放棄使用手機」。總括而言，實驗結果顯示部分學生過分依賴手機，以致出現一些上癮的症狀。



10-12月 活動回顧



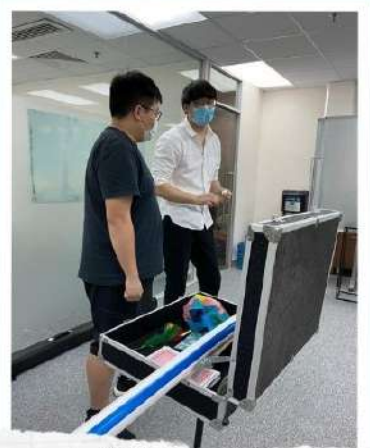
《芬蘭木柱》
唔止有姿勢，仲有實際



《咖啡拉花》
認真學習，拉花當然無難度



《剃鬚膏鞋》
藝術創品，我得，你都得



《魔術小組》
點解既？點解既？Magic



《天希狼人殺》
那怕神一般既對手，只怕🐷一般既隊友



《職場初體驗》
熨衫要變得靚、整齊，
都要經過練習架



《家長6A小組》
家長們投入聽專業分享，
學習如何發掘子女才能
及建立他們自信心

期待下季
有您參與!!



1-3月

小組

職場培訓 生涯規劃



社交溝通 獨立生活

《搵工路人甲》職能培訓系列 (活動編號：2020G51、2020G52)

課程會提供一站式的求職攻略,由探討工作能力和興趣、訂立工作目標、準備面試、搵工途徑,以至進修資訊。透過各種不同的練習,協助你去實踐就業計劃,開創你的星職前途!

日期：19/1、26/1
2/2、9/2、23/2
2/3、9/3、16/3 (逢星期二,共8節)
時間：下午2:00-3:00 (Group A - 學習就業知識及技巧)
下午3:00-4:00 (Group B - 實習或角色扮演)
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：職業治療師梁姑娘、社工郭SIR

《社交達人》社交系列 (活動編號：2020G53、2020G54)

明明已經學過很多社交技巧,但為什麼社交仍然出現問題?讓我們這8個星期重新一次由淺入深學習社交技巧,打好社交基本功,包括:學習溝通及交談技巧、社交思維、友好行為、朋輩相處、情緒理解及調控、思考及學習技巧、處理分歧及協商。

日期：2/1、9/1、16/1、23/1、30/1、
6/2、20/2、27/2 (逢星期六,共8節)
時間：下午3:00-4:00
(Group A - 認識不同社交思維及技巧)
下午4:00-5:00
(Group B - 練習及實踐不同社交技巧)
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6-8人
費用：免費
負責職員：社工郭SIR、社工洪姑娘

《生涯規劃系列》 (活動編號：2020G68、2020G69)

為自己計劃生涯路向除了認識自己,也需要了解現今社會多元化的工作模式及實際勞動市場情況,先「知己」後「知彼」,才可按個人能力在現實生活中尋求到適合自己的工作步伐及內容。

日期：5/2、10/2、19/2、26/2 (逢星期五,除10/2星期三,共4節)
時間：晚上6:00-7:00 (Group A - 認識不同工作模式及現實情況)
晚上7:00-8:00 (Group B - 探討個人能力與工作方向的合適配對)
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工李SIR、社工風姑娘

這個小組是一個讓大家交流、分享的網上電台,會一直陪住大家走過高山低谷,每月都會有不同的主題分享,在這裡,我們可以互相分享、表達,甚至作出鼓勵,短短一小時裡面,為大家注入新力量。

日期：7/1、14/1、21/1、28/1 - 主題：Happy New Year
4/2、11/2、18/2、25/2 - 主題：佳人有約
4/3、11/3、18/3、25/3 - 主題：與您同行
時間：下午1:00-2:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：不限
費用：免費

《前面有樂》網上音樂頻道 活動編號 (2020G59、2020G61、2020G67)

負責職員：社工風姑娘、訓練員Zoie姑娘
*以上小組會以網上收聽形式進行,參加者可事前就主題點播歌曲分享及並使用聊天功能互動。

《Cookation 2021》獨立生活系列 (活動編號：2020G78、2020G79)

輕鬆新煮意,在勞碌的生活中,我們會為大家準備四個家常小菜的食譜,享受Cookation的樂趣。

日期：2/1、9/1、16/1、23/1
(逢星期六,共4節)
時間：上午10:00-11:00
(Group A - 認識食物的種類、購買後處理及儲存和醃製手法)
上午11:00-12:00
(Group B - 學習烹調食物的技巧)
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：言語治療師許SIR、社工洛SIR

有人鍾意動漫、有人鍾意巴士,有人鍾意高達,亦有人鍾愛Figure,鍾意背後都有不同原因、個人喜好,唔需要比較,就比個機會大家一齊分享一下屬於自己的品味,一同敞開心扉,坦誠分享,擴闊圈子,一同探討男士不同話題。

日期：5/3、12/3、19/3、26/3
(逢星期五,共4節)
時間：晚上6:00-7:00
(Group A - 分享不同喜好及收藏)
晚上7:00-8:00
(Group B - 餐桌禮儀、探討男女相處之道)
地點：本中心
對象：天希中心男會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工李SIR、社工郭SIR

一齊玩Toolsup、Overcooked同Moving Out等遊戲,合作破解不同難關。

日期：5/2、9/2、19/2、26/2
(逢星期五,除9/2星期二,共4節)
時間：下午4:00-5:00
(Group A - 從遊戲中學習建立及維持合作關係)
下午5:00-6:00
(Group B - 學習團隊溝通的原素和技巧)
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：言語治療師許SIR、社工洛SIR

《Boy's Club》社交系列 (活動編號：2020G74、2020G75)

《暢遊Switch,齊來玩合作小遊戲》 團隊溝通系列 (活動編號：2020G57、2020G58)

1-3月

小組

靈性培養



運動探索

興趣探索

《愛之語》靈性培養系列 (活動編號：2020G55、2020G56)

有感受，但不懂表達；想關懷，但又怕做錯……「愛」是抽象的情感，透過分享人物生命例子、製作心意禮物、團體遊戲及學習具體方法，讓關愛表達出來，同時學習接受「愛」。

日期：8/1、15/1、22/1、29/1 (逢星期五，共4節)
時間：下午6:00-7:00
(Group A - 具體認識多樣化表達關愛的技巧)
下午7:00-8:00
(Group B - 彼此互助分享，實踐愛之語)

地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：4人或以上
費用：免費
負責職員：社工洪姑娘、社工風姑娘

《新興運動 - 地壺球》運動系列 (活動編號：2020G72、2020G73)

地壺球由冰壺運動演變而來，與對手球員沒有身體碰撞，是一個要求精準，策略，專注力，溝通，團隊合作，禮儀和逆境智能的運動。

日期：4/3、11/3、18/3、25/3 (逢星期四，共4節)
時間：下午4:00-5:00
(Group A - 講解安全，規則，禮儀和服裝要求)
下午5:00-6:00
(Group B - 得分，發球，練習，比賽和策略)

地點：荃灣運動場
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工李SIR、訓練員林SIR

《咖啡沖調拉花》興趣探索系列 (活動編號：2020G86、2020G87)

咖啡 - 令人想到「享受生活」、「生活品味」的形象，由自己親手沖咖啡會否份外有型？同時，也可試試自己的手藝、學習操作機器呢！

日期：6/3、13/3、20/3、27/3 (逢星期六，共4節)
時間：下午3:00-4:00 (Group A - 咖啡機操作、沖調、拉花知識及技巧)
下午4:00-5:00 (Group B - 學習招待咖啡的禮儀)

地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：4人或以上
費用：免費
導師：資深咖啡導師侯SIR
負責職員：社工風姑娘

睇電影睇得多，有冇諗過親身拍電影呢？參加天希大導演小組，會員有機會由0開始共同制作一部電影，由編劇，導演，拍攝，出演，後製都一手包辦，最後更加會係中心舉行首映會！(Group A)
透過共同制作電影，學習安排工作流程，社交溝通技巧，以及團隊合作的重要性。(Group B)

日期：9/1、23/1、30/1、27/2、6/3、20/3
(星期六，共6節)

時間：下午1:00-2:00 (Group A)
學習制作電影，包括編劇，導演，拍攝，出演，後製
下午2:00-3:00 (Group B)

透過共同制作電影，學習安排工作流程，社交溝通技巧。
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人或以上
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR、社工李SIR

《天希大導演》興趣探索系列 (活動編號：2020G80、2020G81)

《輕學網動》運動系列 (活動編號：2020G60)

輕於「羽」毛，重於技術。羽毛球講求步法、反應及靈敏度，不過要有技術之前，都要經過不斷的練習，而且每一個肢體動作都要非常配合。另一方面，有時致勝關鍵就是策略。所以羽毛球是一種鍛鍊身心的好運動。

日期：4/2、11/2、18/2、25/2
(逢星期四，共4節)

時間：下午4:00 - 6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘、訓練員林SIR

芬蘭木柱門檻低，玩法多變，不像傳統運動般講求技巧，參加者能容易上手和取得成功感，適合提升專注力及手眼協調，而且又能享受球類運動的速度和刺激感。

日期：7/1、14/1、21/1、28/1 (逢星期四，共4節)
時間：下午4:00-5:00

(Group A - 增升參加者與團隊溝通及社交)
下午5:00-6:00
(Group B - 規則和策略，體驗活動比賽)

地點：荃灣運動場
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工李SIR、訓練員林SIR

《新興運動 - 芬蘭木柱》運動系列 (活動編號：2020G70、2020G71)

教授大家簡單魔術技巧，既可以增值自己，亦可與人分享快樂，過程中能訓練表達及溝通能力。

日期：8/1、15/1、22/1、29/1
(逢星期五，共4節)

時間：下午4:00-5:00 (Group A - 技巧訓練)
下午5:00-6:00 (Group B - 表演注意事項)

地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工李SIR、訓練員林SIR

《簡易魔術再學起來2》興趣探索系列 (活動編號：2020G62、2020G63)

1-3月



小組



專業教育

單次性活動



《我的Sensation》認識你的感覺密碼 (活動編號：2020G76、2020G77)

「難道沒練習太耐，感覺都追不回來」身處呢個眼花繚亂，充滿刺激嘅世界，你對自己嘅感覺有幾了解呢？例如：視覺、聽覺、嗅覺、味覺、觸覺等等。誠邀你參與小組認識自己嘅感覺，了解各種感覺防禦/過敏嘅情況，令你更容易適應、更享受呢個花花世界！

日期：30/1、6/2、20/2、27/2 (逢星期六，共4節)
時間：上午10:00-11:00 (Group A - 評估及認識自己的感官系統)
 上午11:00-12:00 (Group B - 體驗不同的感覺活動)
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：4-6人
費用：免費
負責職員：職業治療師梁姑娘、職業治療師魏姑娘

《「性」在有你》愛情/性教育系列 (活動編號：2020G82、2020G83)

「性」在我們生活中有著不能間斷的關係，包括身體「性」需要、男女相處、社會「性」文化影響、「性」安全等等，正向認識「性」知識有助提升自我保護及社交能力。

日期：6/3、13/3、20/3、27/3 (逢星期六，共4節)
時間：上午10:00-11:00
 上午11:00-12:00
 (Group A - 提升對「性」的認知及正確價值觀)
 (Group B - 學習生活中兩性相處之道)
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：4人或以上
費用：免費
負責職員：心理學家潘SIR、社工風姑娘



《活在當下》靜觀情緒管理系列 (活動編號：2020G84、2020G85)

生活煩擾不斷在纏繞腦海，自己也控制不到也停止不了，讓我們透過靜觀治療專注當下眼前事物，不受思緒困擾，身心放鬆。

日期：8/1、15/1、22/1、29/1 (逢星期五，共4節)
時間：下午4:00-5:00 (Group A - 認識靜觀治療的元素及技巧)
 下午5:00-6:00 (Group B - 體驗靜觀活動，舒緩情緒)
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：4人或以上
費用：免費
負責職員：心理學家潘SIR、社工風姑娘

學泰拳可以幫你Keep fit，強化你嘅心肺功能，保持身體健康，仲可以放鬆心情同減壓，咁多好處，仲唔即刻報名？

日期：13/1/2021 (星期三)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR，社工李SIR

《拳擊體驗班》 (活動編號：2020A56)



《迎春接福賀新年》 (活動編號：2020A36)

迎春接福賀新年... 當日會與大家玩遊戲，製作利是封花球、製作寧波湯丸及享用茶道。

日期：20/2/2021 (星期六)
時間：下午1:00-3:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人或以上
費用：免費
負責職員：社工洪姑娘、社工郭SIR

利用超擬真駕駛軚盤，配合超真實駕駛遊戲，讓你係中心學習基本駕駛及道路知識，體驗駕駛樂趣。

日期：5/1/2021 (星期二)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR



利用超擬真駕駛軚盤，配合超真實駕駛遊戲，讓你係中心學習深入駕駛及道路知識，體驗駕駛樂趣。

日期：12/1/2021 (星期二)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR

《天希駕駛學院初階班》 (活動編號：2020A53)

《天希駕駛學院進階班》 (活動編號：2020A55)

1-3月

小組

單次性活動



《新年小食大製作》 (活動編號：2020A40)

新年通常會講恭賀說話，就連食物都會取其寓意，送上祝福，例如年糕、蘿蔔糕、煎堆、發菜蠔豉、笑口棗等等... 雖然臨近新年市面上都會有很多地方均有售賣，但仍有人喜歡親手製作，還可以配合自己口味。再者，收到自家製食物，應該比現成的，更增添一份味道“人情味”。

日期：29/1/2021 (星期五)
時間：下午2:00-4:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘

《理財小貼士》 (活動編號：2020A50)

「理財」、「儲錢」我們都經常會聽到，到底應該怎樣理財呢？別擔心！我們會舉辦理財小貼士，教導大家正確理財知識及技巧，齊來脫離月光族！

日期：6/1/2021 (星期三)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工洛SIR



《深·度遊·辦年貨》 (活動編號：2020A41)

年貨是過年前買一些好的食品、拜年時送的禮物及賀年裝飾物品，而採購過程則稱為辦年貨，是一個傳統習俗。年近歲晚，不少地方都會有新氣氛，特別在深水埗，滿街都擺買大大小小的裝飾物品。透過活動帶大家一齊去感受一下。

日期：2/2/2021 (星期二)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘、訓練員林SIR



俄羅斯刺繡重複戳戳的樂趣，不但可以紓解壓力，還能讓喜歡刺繡但一直無法完成一幅刺繡創作的你，在短時間享受完成很多幅作品的喜悅！不但容易學，還能有許多表現方式，只要一個工具在手，就能享受當中樂趣，人人都可以成為藝術家。

日期：12/3/2021 (星期五) 下午2:00-4:00
日期：16/3/2021 (星期二) 下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘

《俄羅斯刺繡》 (活動編號：2020A45、2020A46)

《動物義工》 (活動編號：2020A63)

到狗狗中途之家做義務工作，主要工作包括協助餵狗開飯，及後收拾及與狗狗同樂。

日期：3/3/2021 (星期三)
時間：下午3:00-6:00
地點：待定
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR



參觀位於旺角，佔地超過25,000呎，以最高規格設施，匯集競技、網吧、電玩、VR、商店、餐飲於一身，為大家帶來前所未有、一試難忘、全面覆蓋的電競場館。

日期：27/1/2021 (星期三)
時間：下午3:00-6:00
地點：本中心/旺角CGA電競館
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR，訓練員Zoie姑娘

《電競館半日遊》 (活動編號：2020A57)

同天希職員會員一齊去行城門水塘，呼吸下清新空氣，欣賞下靚景！

日期：5/2/2021 (星期五)
時間：下午2:00-5:00
地點：城門水塘
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR



《天希行山友》 (活動編號：2020A62)

1-3月 小組

單次性活動



《Happy Friday Chill住遊の荃灣秘境》 (活動編號：2020A38)

中心搬到荃灣已經一段日子了，大家有否對荃灣多了一點認識？荃灣除了有很多食肆、商場及購物熱點外，原來中心後面，有一條特色小村落。我哋一齊去影相打卡啦！

日期：15/1/2021 (星期五)
時間：下午2:00-4:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘



《Chill住遊の西九文化區》 (活動編號：2020A47)

西九文化區集結一系列文化、藝術、潮流、消費及大眾娛樂為一體，大家可以Chill住遊，可以坐在草地享受休閒時光，又可以於海邊欣賞維港景緻，甚至一齊去嘆杯咖啡傾下偈。

日期：24/3/2021 (星期三)
時間：下午3:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘、訓練員林SIR

《Chill住遊の錦田壁畫村》 (活動編號：2020A42)

壁畫村由一位老師發起，她與村民溝通後，獲讚成為各村牆壁添上色，為社區注入更多動力，以「愛」為主題加入圍村的歷史元素，讓藝術融入生活、文化和社區。2017年至今已完成數十幅壁畫，已成為一個特色景點。大家一齊去尋找，細味欣賞。

日期：24/2/2021 (星期二)
時間：下午3:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘、訓練員林SIR

騙徒手法層出不窮，經常會在電話、報章或街頭遇上別人推銷，讓人墮入騙局，隨時蒙受金錢損失。別擔心！參加反詐騙工作坊，學習應對技巧及應對方法。

日期：26/1/2021 (星期二)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工洛SIR



《反詐騙工作坊(二)》 (活動編號：2020A51)

《天希漁民樂》 (活動編號：2020A58)

跟住Zoie姑娘同林sir一齊去海邊體驗釣魚樂趣，輕鬆又寫意！

日期：17/2/2021 (星期三)
時間：下午4:00-6:00
地點：荃灣碼頭
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR，訓練員Zoie姑娘



天希巴士迷俱樂部比各位巴士迷相聚，討論更多有關香港巴士話題，仲會一齊走落街實地睇巴士。鍾意巴士既你，即刻報名啦！

日期：8/1/2021 (星期五)
時間：下午2:00-4:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR



坐巴士就坐得多，但有冇諗過你平時坐開嘅巴士線會由你親自駕駛？機會嚟喇，天希超真實駕駛配件，配上超真實巴士遊戲，等你體驗做一日巴士司機！

日期：20/1/2021 (星期三)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR

《巴士迷俱樂部2021》 (活動編號：2020A54)

《天希巴士公司》 (活動編號：2020A59)

1-3月 小組

單次性活動



《紮染環保袋》 (活動編號：2020A39)

紮染圖案可以有千變萬化的效果，透過不同方法、工具及染料色彩，可以將一些平平無奇的物品，染上獨一無二花紋，由紮布到上色，都需要一定的工序，然而，過程中不會見到任何成品效果，只是一團紮物，在這個對比情況下，拆布一刻總會令人有意想不到的驚喜。

日期：22/1/2021 (星期五)
時間：下午2:00-4:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘

《新界西探險隊I》 (活動編號：2020A60)

係荃灣行街商場就多，但其實新界西有好多不為人知既神秘地點，加入新界西探險隊，同隊員們一齊去發掘呢D地點啦！

日期：3/2/2021 (星期三)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR



《全民造“Sing”》 (活動編號：2020A43)

天希首次舉行歌唱活動，可能平日你都會聽下歌，哼一兩句，獨樂就不如眾樂，讓大家欣賞下你的唱歌天份，發揮才能。唱歌可能需要一定技巧，但最大的技巧就是投入及唱出感情，可能說話時不善表達，或者透過唱歌希望你有一個抒發空間。

日期：5/3/2021 (星期五)
時間：下午2:00-4:00
地點：待定
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘、訓練員林SIR



係荃灣行街商場就多，但其實新界西有好多不為人知既神秘地點，加入新界西探險隊，同隊員們一齊去發掘呢D地點啦！

日期：17/3/2021 (星期三)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員林SIR

《新界西探險隊II》 (活動編號：2020A61)

《輕鬆烹調工作坊(二)》 (活動編號：2020A52)

蒸焗爐大家都聽得多，到底大家又識唔識用呢？來天希中心嘗試製作一道菜色，用蒸焗爐烹調吧。

日期：23/2/2021 (星期二)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工洛SIR



夕陽無限好... 首歌你可能聽得多。日落其實每日都有，你又欣賞過幾多？而每個季節的日落時間及方位都不一樣，你又有否留意到？不如用少少時間，細心欣賞，而香港有很多地方的日落都非常值得一去欣賞。

日期：9/2/2021 (星期二)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：訓練員Zoie姑娘、訓練員林SIR

《日落之最》 (活動編號：2020A44)

透過學習專業手機攝影技巧e.g. 三分法、背光效果、顏色對比等，提升照片質素，同時學習以相片作品表達自己的想法及感受。

日期：10/3/2021 (星期二)
時間：下午4:00-6:00
地點：本中心
對象：天希中心會員
名額：6人
費用：免費
負責職員：社工風姑娘、魚蛋(會員)

《齊齊影靚相》 (活動編號：2020A3)



家長生涯規劃



日期及時間	主題	講員
9/1/2021 星期六 10am-11:05am	簡介輔助就業服務、陽光路上	救世軍恒安職業綜合復康服務
16/1/2021 星期六 10am-11:05am	簡介香港僱員再培訓局	香港僱員再培訓局
21/1/2021 星期四 3pm-4:05pm	簡介勞工處展能就業科	勞工處展能就業科
23/1/2021 星期六 10am-11:05am	簡介高青就業支援	東華三院賽馬會覓向計劃
30/1/2021 星期六 10am-11:05am	簡介勞工處青見展翅計劃	救世軍
6/2/2021 星期六 10am-11:05am	認識面對刑事的處理方法及法庭程序	前一級檢控官
16/2/2021 星期二 4pm-5:05pm	簡介明愛專上學院課程及升學途徑	明愛專上學院
20/2/2021 星期六 10am-12nn	簡介港專課程及升學途徑	港專

《出路巡禮》

(活動編號：2020FG8)

目的：認識不同社區資源及升學途徑，為子女生涯規劃作好準備。

對象：家長

地點：本中心

名額：4人或以上

費用：免費

負責職員：社工洪姑娘



《介入高青需要小組》

(活動編號：2020FG9)

目的：透過認識不同介入方法，滿足高青不同需要，以及提升高青不同能力。

對象：家長

地點：本中心

名額：4人或以上

費用：免費

負責職員：社工洪姑娘

日期及時間 主題 講員

27/2/2021 星期六 10am-11:05am	認識高青過渡期的特質及需要	臨床心理學家/社工
6/3/2021 星期六 10am-11:05am	以PEERS社交技巧及個案分析提升高青社交溝通	言語治療師/社工
13/3/2021 星期六 10am-11:05am	以step change方法進行高青生涯規劃	臨床心理學家/社工
20/3/2021 星期六 10am-11:05am	以國際健康功能與身心障礙分類ICF提升高青獨立生活能力及執行功能	職業治療師/社工
27/3/2021 星期六 10am-11:05am	家長如何為子女進行性教育及面對子女戀愛需要	臨床心理學家/社工

《迎春接福賀新年》 (活動編號：2020FA9)

日期：20/2/2021 星期六

時間：1pm-3pm

內容：遊戲、製作利是封花球、製作寧波湯丸、享用茶道

對象：家長

地點：本中心

名額：6人或以上

費用：免費

負責職員：社工洪姑娘、社工郭sir



TEEN HOME

專為會員而設，在這裡，你可以與朋友共同分享興趣、計劃夢想，認識新朋友或與朋友共享時光，一起探索人生的可能性！

TEEN HOME歡迎每一個你，一齊同我地HAPPY SHARE



《潮·玩TONIGHT》興趣培養系列

#1

(活動編號：2020T7、2020G64、2020G65、2020G66)

桌遊!! 電競!! 飛鏢!! 每個星期六晚上6至9，
天希都有精彩活動，鍾意玩既你點可以錯過!!

#2

1月 2、9、16、23、30日
2月 20、27日
3月 6、13、20、27日
(逢星期六，共12節)

#3

時間：晚上5:00-6:00

《天希小食亭》

一同製作美味小食，經濟又實惠呢!

#4

時間：晚上6:00-7:00

《桌遊俱樂部》

凝聚一群桌遊愛好者，鼓勵大家與一同玩桌遊樂

#5

時間：晚上7:00-8:00

《眾樂樂打機團》

一個人打單機Game好悶?不如同朋友一齊打機齊齊過關

#6

時間：晚上8:00-9:00

《天希鏢局》

透過進行飛鏢活動，學習玩飛鏢技巧，提升滿足感及自信心

#7

地點：本中心

對象：天希中心會員

名額：6人

費用：免費

負責職員：社工李SIR、訓練員林SIR、訓練員Zoie姑娘

TEEN 希 BUDDIES 師徒義工計劃 社區共融義工招攬



只要您合乎以下要求：

- 社區人士
- 願意服務社區上有需要人士
- 願意配合及參與本服務的活動及培訓

內容：

- 每月安排不同形式的義工訓練及服務
- 社區義工與天希義工進行一對一配對
- 社區義工透過分享工作經驗，引導天希會員發展個人方向活動及訓練課程
- 參與不定期義工社區探訪
 - 社區壁畫活動
 - 攝影技巧工作坊
 - 真人圖書館
 - 新興運動
 - 藝術創作

申請方法

- 填妥網上登記表 或
- 填妥登記表後，親臨中心 / 郵寄 / 電郵 / 傳真遞交
- 收妥表格後安排面試

聯絡及查詢

李兆豐先生 / 洪雅倩姑娘
中心電話：3705 2639
傳真：3104 2130





Jan Li

SW, Path Centre

香港離島遊又怎可少得長洲？不但特式美食多，大自然和人文景色多，可看日落、海浪、奇形怪石、昔日漁村樣貌等等，成為不少遊客和本地人的旅遊熱點。



長洲係香港人都聽過，沙灘、海鮮、大魚蛋、張保仔洞就係人都知好出名，但原來長洲都有好多新野食，新野玩。想係長洲嘆一杯COFFEE的話，長洲原來都有幾間文青CAFE。店面裝修簡單，帶輕工業風格，行入去都有種好放鬆既感覺。



仲有間長洲飲品店最有名的是有一面裝修成長洲地鐵站的打卡牆，吸引不少人前來拍照打卡！店來售賣不同既乳酪，乳酪味道濃郁，入口順滑，加上鮮甜的果肉、少許紫米，整體酸酸甜甜，非常適合行街時解渴！

#長洲 #離島 #充滿懷舊風情 #文青 #本土文化 #美食

SNAPSHOTS:



You and 389 people liked this.



郭SIR

在中環乘半小時快船就可到達，島內無論是單車或徒步方式遊覽，都能一日完成，絕對是週末好去處，本地一日遊的最佳地方。

Leave a comment...

好歌分享

PATH CENTRE



漫長的2020

天希小編

假使世界原來不像
你預期

才明白不要放棄

沈住愛反覆的心理

方皓玟

2020年，由一開始就很難過。由1月開始疫情肆虐，原本已經處於不安動盪嘅香港，進入更困難嘅環境。停工停課、周末不上街、搶口罩……為2019年未完的沉重更添沉重。再者，生老病死本是自然定律，今年卻有太多令人愕然的哀訊：NBA球星高比拜仁直升機意外身故，《黑豹》Chadwick Boseman末期大腸癌病逝，日本藝人三浦春馬30之齡驟逝，曾是不少港人「青春回憶」、台灣人氣正盛的「小鬼」黃鴻升因心血管離世，還有名導陳木勝、譚炳文、志村健等等。

2020年，這一年雖很難過，但也總會走過，也令我們成長很多。願我們一起，帶同思念和希望迎接2021年。