



救世軍 The Salvation Army

天希中心

PATH Centre

天希號

2023年1-3月



喜居寶地千年旺

封面設計: 琉月紫苑

天希號 目錄

中心資訊

- 1 目錄及惡劣天氣服務指引
- 2 編者的話，SQS資訊
- 3 服務簡介
- 4 諮詢服務
- 5 家長資訊
- 6 天希會員分享

活動資訊

- 7-8 10至12月活動回顧
- 9 天希舊生會介紹
- 10 家長活動
- 11-17 1至3月活動介紹

其他活動及資訊

- 18 區區有野玩
- 19 Hobby Hub (前名:Teen Home)
- 20 Teen希Buddies師徒義工計劃
- 21 報名流程
- 22 活動報名表
- 23 電子季刊新功能介紹
- 24-26 1至3月小組及活動一覽表

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
當黑色暴雨餘下後2小時，中心會重新開放

▲ 如小組或活動舉行前2小時仍懸掛或將會懸掛八號或以上風球，當日活動將會延期或取消。

★ 如小組或活動舉行前2小時仍懸掛紅色或黑色暴雨警告，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 / 5504 0287

編者的話

新年迎來不少的新開始和轉變，隨著大家人生階段的成長，中心的服務也會有不同的發展。這期開始，天希舊生會正式成立，象徵著部分會員已完成或退出個人服務計劃，做好個人裝備，邁向人生的新階段。中心希望維持和舊生們的聯繫，邀請舊生們以新身份參與中心小組、活動，透過與會員分享成長經歷，承傳「啓迪天賦」、「建立正向有希望的人生」的理念，讓會員和舊生建立互相支持的網絡。

在此祝願大家在新階段能「兔」氣揚眉，能如兔子般靈巧應對生活中不同的轉變。

海馬姑娘

服務質素標準資訊介紹

為確保服務使用者得到優質的服務，社會福利署和受資助機構由1999至2000年度起，逐步推行服務表現監察制度。其中包括津貼及服務協議、服務表現評估及服務質素標準。

在管理及提供服務方面，現時共有16項「服務質素標準」訂明了福利服務單位應具備的質素水平。「服務質素標準」乃依據以下四項原則釐定，而這些原則列出了福利服務的核心價值；

- 明確界定服務的宗旨和目標，運作形式應予公開；
- 有效管理資源，管理方法應靈活變通、不斷創新及持續改善服務質素；
- 鑑定並滿足服務使用者的特定需要；以及

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

標準四 職務及責任

標準五 人力資源

標準六 計劃、評估及收集意見

標準七 財政管理

標準八 法律責任

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

新職員介紹



馬倬恩 (訓練員)

我係新入職訓練員Peter Sir，希望日後可以認識一下大家，同大家一齊參與活動！



救世軍 The Salvation Army

天希中心

PATH Centre

救世軍是一間國際基督教教會和慈善組織，致力於塑造生命、關懷社群和造就信徒，自1930年起服務香港社會，因著神的愛積極回應本土需要，向處於危難和天災中的人提供援助，工作包括：傳揚福音、支援困難中的家庭、關懷弱勢長者、啟迪兒童及青少年、扶持殘障人士、扶助邊緣社群及救援災民。

服務簡介

救世軍天希中心為社會福利署資助的自閉症人士支援中心，於2020年3月31日正式成立。「天希」意即啟迪天賦，建立正向有希望的人生，英文名稱為“PATH”，即Pathway of Talent and Hope。

服務宗旨

本中心透過跨界別團隊，為高能力自閉症青年提供一系列合適的訓練及支援服務，以滿足其個別需要，幫助他們應付步入成年階段的挑戰。自閉症人士支援中心亦為高能力自閉症青年的家長/照顧者提供支援服務，並為服務自閉症人士的前線工作人員提供專業諮詢服務和培訓。

服務目標

- (a) 提升及發展高能力自閉症青年的能力，以助他們應付步入成年階段的挑戰；
- (b) 為自閉症青年的家長/照顧者提供支援服務，包括情緒支援和相關的資訊、知識及技巧，以舒緩他們的照顧壓力，並協助他們擔當適當的角色，引導和支援其自閉症子女順利步入成年階段；以及
- (c) 提升前線工作人員支援自閉症人士及其家庭的能力。

服務對象

- (a) 15歲或以上及智商達70或以上程度，患有自閉症譜系障礙的青年；
- (b) 上述(a)段所指人士的家長/照顧者及其他自閉症人士的家長/照顧者；
- (c) 為自閉症人士及其家庭提供支援及服務的津助康復服務及其他津助服務單位的前線工作人員；以及
- (d) 處理自閉症個案的社福或教育服務單位前線工作人員。

申請接受和退出服務

1. 自閉人士及家屬支援服務

有需要個案服務人士可透過學校、醫院及機構等向本中心作出轉介，亦可以自行掃描QR code或登入本中心網頁下載申請表，填妥後連同自閉症診斷及智力評估副本/高中或以上學歷證明一併郵寄/傳真/電郵/親身遞交本中心辦理。

如欲申請參加小組及社區活動，可自行掃描季刊內QR code及填妥報名表格/使用WhatsApp傳訊息至5504 0287/親臨中心辦理，待確認成功報名後繳交費用(如有)。

如服務使用者有意退出服務，正在接受個案服務人士/家長/照顧者需以書面通知個案經理，小組和活動參加者則可以透過書面/口頭方式通知本中心職員辦理。

*救世軍對接納申請與否保留最終決定權



2. 自閉人士專業支援及諮詢服務

如有服務單位需要到訪諮詢服務及專業培訓服務，可以自行掃描QR code或登入本中心網頁下載申請表，填妥後以郵寄/傳真/電郵/親身遞交本中心辦理。電話諮詢服務毋須申請，可於開放時間內隨時致電電話諮詢服務熱線 3705 2676。

如服務單位有意退出到訪諮詢及專業培訓服務，需於三十日前向負責職員口頭提出申請，以安排結束服務。



服務理念

我們本著「以人為本」的服務理念，相信每一位自閉症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，並能享有平等參與的生活。

專業團隊

臨床心理學家、註冊社工、職業治療師及言語治療師

服務內容

本中心採用跨專業模式，提供一系列中心為本或外展的服務，包括但不限於：

為高能力自閉症青年

- (a) 執行個別化介入計劃，以提升和建立他們在情緒、社交、行為、感官及職業等各方面所需的能力，幫助他們順利步入成年階段；
- (b) 為每宗已完成計劃的個案提供後續照顧服務，以維持訓練得來的成果，維繫他們的社交關係，並建立互助網絡；

為家長/照顧者

- (c) 提供個案工作、小組及活動等支援服務，以加強高能力自閉症青年的家長/照顧者之間互相扶持，並提升他們的技巧及知識，助其支援子女順利步入成年階段，以舒緩他們引導和支援子女的壓力；
- (d) 設立和營運專用熱線，為所有自閉症人士的家長/照顧者提供諮詢服務，解答他們的查詢，並提供一般支援服務；
- (e) 為所有自閉症人士的家長/照顧者設立及營運網站和資源角，提供自閉症的相關資訊；

為津助康復服務及其他津助服務單位的前線工作人員

- (f) 舉辦培訓以便工作人員掌握處理自閉症個案的技巧及知識，以及建立他們與自閉症人士相處的專業知識；
- (g) 就支援自閉症個案提供電話諮詢，以及就管理/支援複雜自閉症個案提供特別到訪諮詢服務；

為社福或教育服務單位的前線工作人員

- (h) 提供自閉症個案電話諮詢服務；以及

其他服務

- (i) 聯繫社區內醫療界、教育界、社福界、各行各業以至商界等不同界別的相關持份者，以便推廣服務，促進社會共融、融入社會和社區參與，爭取可作轉介的資源，並提升社區認同自閉症人士的能力及潛能。

1. 自閉人士及家屬支援服務

以三層支援模式為自閉人士及家屬提供不同層面的支援服務



2. 自閉人士專業支援及諮詢服務

a. 到訪諮詢服務

由專業團隊透過實地觀察、個案研討及建議介入技巧，為津助康復服務及其他津助服務單位的前線工作人員提供到訪諮詢服務，範疇包括：工作/訓練支援(策略、技能及流程)、日常生活功能、情緒及行為支援、感覺統合處理、社交溝通技巧、吞嚥困難處理及環境調適。

b. 專業培訓服務

運用實證為本及具成效的一套針對自閉症人士特徵及需要的介入手法，按不同的介入需要及範疇，為津助康復服務及其他津助服務單位的前線工作人員設計及推行專業培訓工作坊/小組訓練。

c. 電話諮詢服務

由專業社工接聽，為津助康復服務單位、其他津助服務單位、社福服務單位及教育服務單位的前線工作人員就處理自閉個案的技巧及相關知識上提供專業意見及社區資源介紹等。

電話諮詢服務熱線：3705 2676

購物與執行功能之策略及應用

你的子女懂得獨立外出購物嗎？會否曾經遇到以下情況：不知道怎樣找指定物品？在超市行十圈才買齊貨品？不懂得格價？超市缺貨就不懂處理？原來以上種種都與執行功能息息相關。

什麼是執行功能？執行功能一般是指透過自我控制來解決問題及達成目標的認知操作。根據研究，有自閉症的人士所顯現的認知缺損與執行功能上的障礙有極緊密的關係。一般來說，高功能自閉症人士在靈活變通、情緒控制及規劃等執行功能均出現不同程度的困難。而日常生活的大小事，無論學業工作，還是獨立生活能力都需要運用執行功能，而這次主要著重分享「規劃能力」在日常外出購物中的角色和相應的策略。

步驟(一) 出發前先與子女一起製作購物清單，清晰列出各項物品的購買細節。(圖A)

步驟(二) 預計價錢：別小看這步驟！預先估計該物品的價錢，除了可以訓練子女對各類別物品的基本金錢認知之外，亦可以提升他們對格價的敏感度。(圖A)

購物清單 (例子)

| Plan A 產品 | 份量 | 預計價錢 (購物前價錢) | 實際價錢 (購物後價錢) | Plan A 地點 | Plan B 地點 | Plan B 同類產品 |
|-----------|-----|-----------------|-----------------|-----------|-----------|-------------|
| 奧法師即食麵 | 5包裝 | \$30 | \$20 | 西x超市 | 789雜貨店 | 辣骨味即食麵 |
| 檸檬茶 250ml | 6包裝 | \$40 | \$20 | 西x超市 | 789雜貨店 | 菊花茶 250ml |
| 養生菜 | 2 棵 | \$10 | \$13 | 西x超市 | 超市 | 豉汁菜 |
| 雞米湯 | 1罐 | \$25 | \$17 | 西x超市 | 789雜貨店 | 忌廉湯 |
| 總支出 | | \$105 | \$70 | | | |

(圖A)

步驟(三) 制定後備計劃 Plan B：很多時候我們處事會有慣用的方法，即原定的計劃(Plan A)；但有時因為種種未能預計的突發原因，令 Plan A 不能實行，這時就需要運用靈活變通的解難能力；然而靈活思考對自閉症的青少年來說比較困難，往往遇到突發情況就會手足無措。因此，如果出發前已預先設有 Plan B，他們便可更快捷、更從容地面對轉變。(圖B)



教學方法

幻想以下情景：你和子女現正身處於超市裡，而你們已準備排隊付款；這時，你的子女突然告訴你，原來學校活動安排了牠明天準備派對小食「菠蘿腸仔串」，所以他現在要購買材料，但他找不到菠蘿和香腸在超市的哪個地方。當然你不用尋找都知道片裝菠蘿和腸仔的存放於罐頭區，而腸仔可在急凍冰櫃找到。因為你想快點完成購物離開超市，你可能會直接告訴子女菠蘿和腸仔的存放位置；或者指示他繼續排隊，由你直接跑去拿取。這兩個方法當然比較快，但這代表著你的子女將來遇到同樣的問題時都會不懂得處理。

以上的做法，我們稱之為直接指令；然而，為提升子女的個人成長和自我檢視，引導式教學法會較理想，將知識學習以生活為基礎，使他們有機會在生活環境中實踐。以下是引導式教學法的例子：

- 詢問子女一些開放式問題以引導他們思考，例如：「我們可以在哪個類別找到香腸？」「它需要雪藏的嗎？」「我們通常可以在哪兒找到需要雪藏的食物？」
- 即場練習尋找貨品的視覺掃描小技巧：眼睛有規律地(例如由左至右、由上至下)搜尋
- 善用你的肢體語言，例如帶他們到相關的貨架 / 將手放在貨品附近吸引他的目光

雖然以上的建議看起來花費較多時間，但透過引導思考、預先計劃、自我檢視，子女能在過程中加深記憶和印象，亦慢慢培養良好的購物習慣，長遠而言有助提升他們的獨立生活能力。

「與其講我鍾意音樂，
不如話音樂係我嘅人生」

Mandy



天希會員分享

在中心，大家會經常會見到一位看著電腦認真作曲小女生，沒錯，她就是Mandy。

Mandy自小便學習音樂，家人除了希望培養興趣，也希望訓練她手眼協調，因此自小便開始學琴，直至小四暑假在社區中心機緣下接觸了聲樂，對音樂開了眼界，自此便慢慢沈醉於聲樂世界。「聲樂以人聲為主，主要學呼吸方法，吸氣..」將歌唱技巧與工作人員分享，娓娓道來，對Mandy來說音樂是快樂及享受。



升上中學後，老師開了聲樂小組，Mandy接觸音樂的種類也更廣闊，在學校認識更多志同道合的朋友，音樂才能也逐漸獲得了肯定，包括獲得全港校際音樂節及社際音樂比賽獎項。

中學畢業後也按著興趣發展，選了音樂系高級文憑，及後入讀中大的音樂系。那音樂是你的興趣嗎？Mandy沉思一會：「嗯，嚴格嚟講，音樂唔只係我嘅興趣，更係令我自豪嘅專長，與其講我鍾意音樂，不如話音樂係我嘅人生，我希望能夠將音樂成為事業」。

能夠將單純喜歡的事變成事業發展，過程也許不容易，但正因為如此，這也就是夢想的可貴處。



《第一屆飛鏢王大賽》

首次由三間自閉症人士支援中心聯合舉辦賽事，以鏢會友。天希中心包辦個人賽冠、亞軍及團體賽總冠軍獎項，成績彪炳。



10-12月 活動回顧

今季飛鏢活動相當豐富，一班熱愛飛鏢會員，由參加《飛鏢指導員》，在久經訓練下於中心參加《第三屆天希飛鏢大賽》，以及為中心出戰，由三間自閉症人士支援中心聯合舉辦的《第一屆飛鏢王大賽》。會員透過參與不同層次的飛鏢活動，除精進個人飛鏢技巧外，亦提升及練習專注、情緒抗壓及維持友好團隊關係技巧。

《飛鏢指導員》

為有意推動飛鏢發展的會員提供知識、技術及心理元素俱備的課程，培育專業飛鏢教練。



《第三屆天希飛鏢大賽》

天希鏢手技術已經提升到另一個層次，大家的實力旗鼓相當，最重要友誼第一。





《日的劍玉場》

劍球，又名劍玉是一項具高操作性的運動，可以鍛練耐性 & 專注力，更可發展創意，創造出個人花式。



《車！你識咩？》

"頭搖又尾擺，飄移境界"
室內飄移車，讓會員有更真實嘅揸車體驗。



《尋神記》

除了認識不同聖經人物，增加對信仰了解，還走訪不同基督教場所參觀，今次就去了遠東廣播有限公司。

天希舊生會

Q：點解會有「天希舊生會」出現？

A：讓大家可轉換新身份繼續參與天希中心，與會員、職員有社區連結同維繫社交關係。

Q：點樣先可以成為「天希舊生會」會員呢？

A：當完成或退出個人服務計劃後，你便會自動成為「天希舊生會」會員啦！

Q：「天希舊生會」會員有咩福利及責任？

A：
責任

1. 樹立良好社交榜樣
2. 鼓勵開放與會員分享自己的成長經歷

福利

1. 可報名參與
 - i) Hobby Hub、
 - ii) Teen希Buddies、
 - iii) 家長小組/活動、
 - iv) 親子活動、
 - v) 對象為「天希舊生會會員」之小組/活動
2. 可使用中心偶到服務及設施，包括：借閱資源閣書籍、借用電腦、桌上遊戲、電子遊戲等。

今期小組/活動推介

| 活動名稱 | 參考頁數 | 負責職員 |
|--------------------|------|-------------------|
| Hubby Hub 當值大使義工計劃 | 12 | 霍Sir, 風姑娘 |
| 藝術 Crossover | 14 | 風姑娘, Zoie姑娘 |
| 閨蜜Coffee Time | 15 | 風姑娘 |
| 閨蜜乒乓球 | 15 | 洪姑娘 |
| 情人節手工皂 | 15 | Zoie姑娘 |
| 天希生日會10-3月 | 16 | Zoie姑娘, Peter Sir |
| 白之戀人 | 16 | Zoie姑娘 |
| 麵條曲棍球 | 16 | Peter Sir |
| 香港懷舊甜點-砵仔糕 | 17 | 風姑娘 |



家長生涯規劃

《高青需要全方位支援》家長小組 (活動編號：2022FG9)

透過言語治療師分享認識高青的情緒和表達的關係，以及職業治療師分享提升高青理財能力。

日期：7/1、14/1、21/1、28/1/2023 (逢星期六·共4節)

時間：10:00-11:00am

地點：本中心

對象：天希中心家長

名額：6人

費用：全免

負責職員：社工洪姑娘 / 職業治療師 / 言語治療師

《天希玫瑰蘋果撻》家長活動 (活動編號：2022FA1)

透過進行由家長主導的製作蘋果批活動，提升滿足感。

日期：11/2/2023 (星期六)

時間：1:00-3:00pm

地點：本中心

對象：天希中心家長

名額：6人

費用：全免

負責職員：社工洪姑娘

《天希COFFEE TIME》 (活動編號：2022FA10)

透過進行由家長主導的沖調咖啡活動，提升滿足感。

日期：14/1/2023 (星期六)

時間：1:00-3:00pm

地點：本中心

對象：天希中心家長及會員

名額：16人

費用：全免

負責職員：社工洪姑娘

1 - 3月小組

主題: 社交溝通

《社交學院之團體活動篇II》 (活動編號: 2022655)

透過團體活動培養不同社交情境應對思維, 打好社交基本功, 學習友好行為。

日期: 7/1、14/1、21/1、28/1、4/2、11/2、18/2、25/2/2023 (逢星期六·共8節)

時間: 3:00-4:00pm

對象: 天希中心會員

名額: 8人

地點: 本中心

費用: 全免

負責職員: 社工洪姑娘、郭Sir

《前面有樂1-3月》網上音樂頻道2023 (活動編號: 2022651)

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, 每月一次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: 11/1、1/2、22/2、15/3/2023 (星期三·共4節)

時間: 1:00-2:00pm

對象: 天希中心會員

名額: 不限

形式: Microsoft TEAMS網上視像

費用: 全免

負責職員: 訓練員Zoie姑娘

《GAME CHALLENGE #社交大戰》 (活動編號: 2022657)

無論你係社交達人定社交初哥, 只要敢嘗試就歡迎參加Game Challenge #社交大戰, 認識一下社交有幾個可能答案!

日期: 3/1、17/1、31/1/2023 (星期二)、8/2/2023 (星期三)·共4節

時間: 3:00-4:30pm

地點: 本中心

對象: 天希中心會員

名額: 8人

費用: 全免

負責職員: 訓練員Peter Sir



1 - 3月小組

主題: 社交溝通、治療/教育

《HOBBY HUB當值大使義工計劃》 (活動編號: 2022656)

Teen Home將正名為「Hobby Hub」，同時我們需要招募Hobby Hub當值大使，負責招待點名、場地處理、帶動參與等。如果你覺得自己勝任成為Hobby Hub當值大使，快來報名吧！

日期: 7/1、14/1、21/1、28/1/2023 (訓練篇)

4/2、11/2、18/2、25/2、4/3、11/3、18/3/2023 (當值篇)

時間: 5:00-6:00pm(訓練篇)

5:30-6:30pm(當值篇)

地點: 本中心

對象: 天希中心會員 & 「天希舊生會」會員

名額: 8人

費用: 全免

負責職員: 社工霍Sir、風姑娘

備註: * 完成至少3節訓練及當值有5節或以上之當值大使，可獲\$100超市現金券1張作嘉許。

《尋神記II》 (活動編號: 2022654)

透過認識不同聖經人物，增加了解不同正向思維及技巧，培養正向品格，提升自我認識，檢視自己的品德並實踐於社會。

日期: 6/1、13/1、20/1、27/1/2023 (逢星期五 · 共4節)

時間: 4:00-5:30pm

對象: 天希中心會員

名額: 8人

地點: 本中心

費用: 全免

負責職員: 社工洪姑娘

《PRAY & PLAY 減壓遊戲》 (活動編號: 2022658)

透過分享和禱告讓會員互相鼓勵，舒緩壓力，另外透過康樂活動如: 桌遊、集體遊戲等等，與其他會員認識一下，建立良好關係。

日期: 22/2、1/3、8/3、15/3、22/3、29/3/2023 (逢星期三 · 共6節)

時間: 3:00-4:30pm

地點: 本中心

對象: 天希中心會員

名額: 8人

費用: 全免

負責職員: 訓練員Peter Sir



1 - 3月小組

主題:治療/教育

《第三代MASTER C.H.E.F.》 (活動編號: 2022650)

有無諗過煮嘢食都可以訓練到執行功能?今次小組會由淺入深,細至計劃購物清單、整理廚房、大至於限時內成功烹調各樣佳餚,全方位訓練大家成為獨立的居家達人。想唔8節小組內成為新一代嘅Master Chef,就唔好錯過啦! Let's Come to the Highway of Executive Function!

日期: 5/1、12/1、19/1、26/1、2/2、9/2、16/2、23/2/2023 (逢星期四·共8節)*

時間: 2:00-4:00pm

地點: 本中心

對象: 天希中心會員 (曾報名2022年7-9月《Master C.H.E.F.小組》及10-12月《第二代Master C.H.E.F.小組》而落選的會員優先)

名額: 5人

費用: 全免

負責職員: 職業治療師魏姑娘、黃姑娘

備註: *出席率達8成以上可獲得\$100超市禮券一張

《園中作樂》園藝治療小組 (活動編號: 2022652)

在園藝治療師帶領下,透過參與不同園藝活動及與植物互動,讓會員在過程中情緒達至放鬆,同時以植物為媒介,增加個人表達及社交溝通機會。

日期: 7/1、14/1、21/1、28/1、4/2、11/2、18/2、25/2/2023 (逢星期六·共8節)

時間: 4:00-5:00pm

地點: 本中心

對象: 天希中心會員

名額: 10人

費用: \$20 (包括園藝材料費)

導師: 香港園藝治療協會實習生

負責職員: 社工風姑娘

《漫事屋情緒大解構》 (活動編號: 2022660)

透過認識各動畫人物的經歷,了解當中的情緒,及跟隨的行動或行為。

日期: 2/2、9/2、16/2、23/2/2023 (逢星期四·共4節)

時間: 4:30-6:00pm

地點: 本中心

對象: 天希中心會員

名額: 8人

費用: 全免

負責職員: 臨床心理學家潘Sir

備註: 參加者預備兩套動畫的名稱方便小組討論



NEW

13

YEAR

1 - 3月小組

主題:興趣發展、職涯培訓

《藝術CROSSOVER》 (活動編號: 2022653)

天希中心蘊藏不少繪畫愛好者,與其獨樂樂,不如彼此分享繪畫技巧,透過互相學習及欣賞畫作,分享個人心得。同時,合大家之力設計一系列心意卡,有機會對外分享呢~

日期: 10/2、24/2、10/3、24/3/2023 (隔星期逢五·共4節)

時間: 6:30-8:00pm

地點: 本中心

對象: 天希中心會員&「天希舊生會」會員

名額: 8人

費用: 全免

負責職員: 社工風姑娘、訓練員Zoie姑娘

《新興運動圓網球》 (活動編號: 2022651)

近年有不少新興運動,其中一樣有圓網球。圓網球是源自美國的運動,其玩防守方式、發球方法的節奏緊湊。當中講求隊友間的默契、團隊合作,互相配合從而擊敗對手,以及身體的靈活度和應變能力,從中訓練手眼協調。

日期: 7/2、21/2、28/2、7/3、21/3、28/3/2023 (星期二·共6節)

時間: 4:00-6:00pm

地點: 本中心

對象: 天希中心會員

名額: 8人

費用: 全免

負責職員: 訓練員Zoie姑娘、Peter Sir

《飛鏢指導員》 (活動編號: 2022659)

為有意推動飛鏢發展的會員提供培訓課程,培育專業飛鏢教練

日期: 6/1、13/1、20/1、27/1/2023 (逢星期五·共4節)

時間: 6:00-8:00pm

地點: 本中心

對象: 天希中心會員

名額: 8人

費用: 全免

負責職員: 社工郭Sir、訓練員Peter Sir



《閨蜜COFFEE TIME》 (活動編號：2022A51)

透過沖調咖啡促進互相認識，提升凝聚力，建立友誼。

日期：7/1/2023 (星期六)

時間：1:00-3:00pm

地點：本中心

對象：天希中心女會員 & 「天希舊生會」女會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工風姑娘



《閨蜜乒乓球》 (活動編號：2022A52)

透過進行乒乓球活動促進互相認識，提升凝聚力，建立友誼。

日期：4/2/2023 (星期六)

時間：1:00-3:00pm

地點：待定

對象：天希中心女會員 & 「天希舊生會」女會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工洪姑娘

《情人節手工皂》 (活動編號：2022A48)

藉著情人節，一個動浪漫超溫馨的日子，親手製作小禮物送給您身邊所愛或愛您的人，表達對他們的情感及謝意。

日期：14/2/2023 (星期二)

時間：3:00-5:00pm

對象：天希中心會員 & 「天希舊生會」會員

名額：8人

地點：本中心

費用：全免

負責會員：其其

負責職員：訓練員Zoie姑娘

1 - 3月活動

《白之戀人》 (活動編號：2022A49)

白色情人節是源於日本非正式節日，是回禮並表達自己心意的日子，今次會教大家製作個人口味朱古力，讓您可作回禮小禮物。

日期：14/3/2023 (星期二)

時間：3:00-5:00pm

對象：天希中心會員 & 「天希舊生會」會員

名額：8人

地點：本中心

費用：全免

負責職員：訓練員Zoie姑娘

《天希生日會10-3月》 (活動編號：2022A50)

10-3月生生日朋友仔，到我地可以一齊係中心慶祝生日喇，今次會滿足大家三個願望，好玩、好睇、好食。有幾好玩、幾好睇、幾好食？到時就知。

日期：25/3/2023 (星期六)

時間：6:00-8:00pm

對象：天希中心會員 & 「天希舊生會」會員 (10-3月生生日會員優先)

名額：不限

地點：本中心

費用：全免

負責職員：訓練員Zoie姑娘、訓練員 Peter Sir

《麵條曲棍球》 (活動編號：2022A53)

以麵條(Fun noodle) 玩曲棍球你試過未? 簡單又刺激, 快來參加吧!

日期：24/2/2023 (星期五)

時間：3:00-5:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員 & 「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：訓練員 Peter Sir



1 - 3月活動

《逃出PATH 多元宇宙》 (活動編號：2022A54)

於遊戲當中，你需要與其他參加者合力使用各自的執行功能及社交智慧，解決重重關卡，務求從另一個平行宇宙回到我們的原居宇宙。

日期：10/3/2023 (星期五)

時間：3:00-5:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：訓練員 Peter Sir

《天希行山團-2月行山日》 (活動編號：2022A55)

輕鬆行下山，身心都舒暢，ARE YOU READY? GO!

日期：1/2/2023 (星期三)

時間：約10:00am-5:00pm

地點：待定

對象：天希中心會員

名額：8人

費用：全免 (自備午餐及交通費)

負責職員：訓練員 Peter Sir、職業治療師魏姑娘

《香港懷舊甜點》 (活動編號：2022A46)

砵仔糕、西多士是充滿香港風味的甜食，最適合作下午茶，邀請你來一同學習自製甜食。

日期：12/1/2023 (星期四)

時間：4:00PM - 6:00PM

地點：本中心

對象：天希中心會員 & 「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責會員：婷婷

負責職員：社工風姑娘



區區有野玩

FRANCIS大澳遊記



你們是怎麼聚在一起並決定一起去旅行呢？

One day, my friend M asked me whether I had ever been to Tai O. I have been to Tai O twice so I was invited to accompany her and friend A as a tour guide.

I did quite an in-depth online search about Tai O in terms of the possible means of transport, places to visit, food to eat and things to buy. And we agreed on the means of transport, meeting place, meeting time and dismissal time and decided to experience as much as we could before we head back home.

有一天，朋友M問我有沒有去過大澳。我曾兩次到過大澳，因此被邀請陪她及朋友A，似導遊般。

出發前，我在網上做了一個頗為詳細的資料搜集，特別在交通工具、參觀的地方、食物和紀念品。我們並約定好交通方式、集合地點、集合時間和散會時間，決定盡可能在回程前體驗多些。



旅途中有什麼驚喜/意外嗎？你們是怎麼克服的？

I expected possible sickness like headaches, stomachaches and motion sickness among any of us so I prepared some Panadol, Pepcidine and plastic bags in case of the uninvited unexpected. However, we did not expect that there would be no seats after the long and bumpy bus ride started; we did not expect M would have felt sick for quite a long time even after a long rest with some medication and dried salted plums from me.

Having said that, some of the unexpected were actually surprises – I was surprised by some passers-by who were supposed to walk past but showed care by passing white flower embrocation, for instance; I was surprised by what Mandy said to us with guilt, 'I am sorry for ruining the whole trip,' and friend A's response, 'Though we didn't visit many places in Tai O, we had a pleasant afternoon because we played with a cat while you had a rest in a small restaurant.'

Here come some morals of the story:

- A friend in need is a friend indeed.

- A loss can be a gain or a blessing in disguise.

- The invited unexpected can always make you expect better next time.

因為我預料我們當中可能會有人感到頭痛、胃痛和暈車等不適，所以我準備了一些止痛藥、胃藥和膠袋，以防那些不請自來的意外。然而，我們沒想到，自那漫長而顛簸的巴士旅程開始後，便沒有座位了；我們也沒想到朋友M在服藥和吃一些酸梅後以及休息了頗長時間後，仍然感到不適。

話雖如此，有些意外其實是驚喜——比如有些路人本該路過而已，卻顯關心地借出白花油；又比如朋友M內疚地對我們說：「很抱歉毀了整個旅程！」以及朋友A的回答：「雖然我們沒有在大澳參觀很多地方，但我們度過了一個愉快的下午，因為我們與你休息時，可以跟小餐館的貓咪玩。」

當中令我領會到：「患難見真情是真的」、「有失必有得，禍中可有福」、「不請自來的意料之外，總能讓你下次預測得更好。」



你如何總結你的旅行經歷？

Going on a trip alone makes you learn more about a place. Going on a trip with others not only makes you learn more about a place but also makes you learn more about the people around you and even yourself. And most importantly, it makes you a better person – a more patient, thoughtful and caring one.

一個人去旅行會讓你對一個地方有更多的了解。而與他人一起旅行不僅可以使你更了解一個地方，還可以使你更了解身邊的人甚至你自己。更重要的是，與他人一起旅行可讓你成為一個更好的人，一個更有耐心、體貼、懂關心他人的人。

HOBBY HUB (前名：TEEN HOME)

天希共享空間

你想有一個純粹輕鬆、漫無目的、能夠打發時間的空間嗎？

'Hobby Hub' 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！

Hobby Hub 歡迎每一個你，一齊同我地 Happy Share。

Hobby Hub 因應防疫措施會改以網上視像進行，如有最新安排將會 facebook 公佈！

Hobby Hub 共享服務：

桌遊共享 流行讀物及書刊共享 電腦共享 定期活動 與朋友相聚空間

《潮玩 tonight》興趣同玩系列

桌遊!! 電競!! 飛鏢!! 逢星期六晚上6至8, 天希都有精彩活動,

鍾意玩既你點可以錯過!!

時間: 晚上 6:00 - 8:00

日期: 1月 7、14、21、28日

2月 4、11、18、25日

3月 4、11、18日

對象: 天希會員

負責職員: 社工洪姑娘



TEEN希 BUDDIES

(活動編號：2022V4)

師徒義工計劃



1月活動

透過飛鏢活動促進互相認識，提升凝聚力，建立友誼。

日期：21/1/2023 (星期六) 時間：1:00pm - 3:00pm

地點：本中心

對象：高青會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工洪姑娘

2月活動

透過芬蘭木棋活動促進互相認識，提升凝聚力，建立友誼。

日期：18/2/2023 (星期六) 時間：1:00 - 3:00pm

地點：本中心

對象：高青會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工洪姑娘

3月活動

透過進行VR運動提升做運動的滿足感。

日期：18/3/2023 (星期六) 集合時間及地點：12:30pm SPORTS EXPO

活動時間：12:30 - 2:30 解散時間及地點：2:30pm SPORTS EXPO

地點：SPORT EXPO (旺角奶路臣街17號, THE FOREST 2樓, 212號舖)

對象：高青會員 名額：8人 費用：全免 負責職員：社工洪姑娘

備註：因應政府政策，場地需要疫苗通行證，參加者須符合疫苗通行證要求。

報名流程

方法 1

掃瞄QR code
及填寫內容

方法 2

Whatsapp傳訊息至
5504-0287

方法 3

親臨本中心
並填寫活動報名

收到報名後，職員
於3個工作天內
回覆確認收妥

成功中籤

不成功中籤

於結果公佈日
會收到Whatsapp通知
確認中籤的小組活動

· 於結果公佈日不會收到通知，並會自動抽籤排序列入候補名單內

· 如有參加者退出，剩餘名額將於小組活動前2天以Whatsapp通知候補者報名

免費

收費

於活動當日準時
出席參與即可

需於繳費日期前繳
交有關費用，以確
認參加

DON'T FORGET

天希WHATSPAPP廣播功能
助你更快收取中心最新資訊!

1. 儲存天希手提「5504 0287」為聯絡人
2. 輸入文字「天希」，發送至天希手提

- 我地就可以透過WHATSPAPP
<廣播功能> 發放活動資訊給大家

救世軍天希中心
2023年1至3月 活動報名表格



報名方法：

1. 登入網址 (會員活動) <https://forms.gle/qb3qMPQoy8eHi67q6>
(家長活動) <https://forms.gle/EGau1mhUrgMXZGp56>
2. 以WhatsApp傳訊息報名 (電話號碼: 5504-0287)
3. 填寫以下活動報名表格, 親臨本中心報名



報名須知：

- 如需報名參與活動, 請先登記成為天希會員
- 收到報名後, 職員於3個工作天內以WhatsApp向會員確認收到報名通知, 如未收到確認, 請會員自行致電(3705-2639)查詢。
- 如參加人數超出活動名額, 將會進行抽籤, 以決定入選名單。
- 活動結果將於「報名結果公佈日」以WhatsApp個別通知會員。
- 請參加者依時出席活動, 如自願退出, 需於小組活動開始前最少2天通知。
- 未能成功中籤者, 將抽籤排序並列入候補名單, 如有參加者在活動開始前退出, 會按候補次序聯絡候補名單人士報名。
- 為令小組/活動資源更有效運用, 設有「即時候補」機制, 當小組/活動開始後5分鐘, 參與人數仍少於4人, 現場會員可即場參與是次小組/活動節數, 次序以候補名單為先, 即時報名為後。
- 如報名人數不足, 本中心有權取消該活動, 本中心職員將另通知退款安排。
- 若因熱帶氣旋或暴風雨關係而取消小組/活動, 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。
- 如遇特別情況, 本中心保留更改小組/活動時間、地點及導師之權利, 若參加者因中心更改活動安排而退出活動, 可獲安排退款。
- 如報名結果公佈後仍有餘額, 將張貼中心內並進行次輪報名, 會員可致電或親臨報名, 次輪報名之會員將以先到先得方式取錄, 次輪報名以該小組/活動滿額為止。
- 報名結果公佈後, 會員需於兩星期內繳交活動費用, 以確認參與, 否則名額將由候補會員取代。
- 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WhatsApp訊息及Facebook專頁之公佈。

繳費方法：

1. 親臨 天希中心 繳費 (地址: 荃灣西樓角路1-17號新領域廣場512-513室 救世軍天希中心) 或
2. 郵寄支票 (支票抬頭: 救世軍 / 支票背面: 寫上參加者姓名、活動編號及活動名稱)

**不接受郵寄現金

活動報名日期: 2022年12月13日 截止報名日期: 2022年12月20日

報名結果公佈日: 2022年12月24日 繳費日期: 2023年 1月7日

會員姓名: _____ 性別: _____ 年齡: _____ 聯絡電話(會員): _____
家長姓名: _____ 聯絡電話(家長): _____ 健康申報(如需要): _____

| 活動編號 | 活動名稱 | 活動費用 | 備註 (由職員填寫) |
|------|------|------|------------|
| 1 | | | |
| 2 | | | |
| 3 | | | |
| 總金額: | | \$ | |

電子季刊新功能介紹



我們已為每個活動建立google calendar 連結，當點擊活動名稱時，相關連結就會自動帶你到新增google calendar頁面，而且內容都已經幫你打好了，你只要按下儲存就搞掂！成功報名活動後，記緊儲存日曆，就不怕錯過天希活動了！

7月小組及活動一覽表

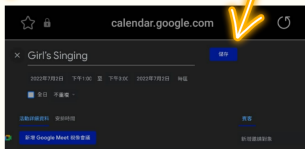
SUMMER

| TUESDAY (二) | WEDNESDAY (三) | THURSDAY (四) | FRIDAY (五) | SATURDAY (六) |
|-------------|---------------|--------------|------------|---|
| | | | 1 | 2 |
| | | | | <input type="checkbox"/> GIRL'S SINGING <input type="checkbox"/> 暑期營社交 <input type="checkbox"/> TEEN HOME |

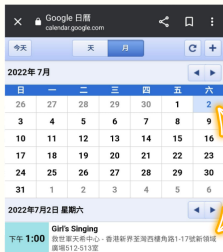
1. 點擊活動名稱

2. 點擊儲存

儲存後之網頁版面



若手機有用日曆功能，在手機上會同步處理日曆資料後，會看到同樣活動。
另外，可用手機登入google calendar，亦能看到同樣的活動(如右圖)。



JANUARY 2023



| TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|---|------------------|--|---|---|
| 3 3-4:30pm Game Challenge #社交大戰 | 4 | 5 2-4pm 第三代 Master CHEF | 6 11:30-2:30pm 冰密體驗 4-5:30pm 尋神記II 6-8pm 飛鏢指導員 | 7 10-11am 家長小組 1-3pm 閒置COFFEE TIME 3-4pm 社交學院 4-5pm 團體治療小組 5-6pm HobbyHub 常第六次義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 10 | 11 1-2pm 前面有樂 | 12 2-4pm 第三代 Master CHEF 4-6pm 香港風味 | 13 4-5:30pm 尋神記II 6-8pm 飛鏢指導員 | 14 10-11am 家長小組 1-3pm 家長活動 3-4pm 社交學院 4-5pm 團體治療小組 5-6pm HobbyHub 常第六次義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 17 3-4:30pm Game Challenge #社交大戰 | 18 | 19 2-4pm 第三代 Master CHEF | 20 4-5:30pm 尋神記II 6-8pm 飛鏢指導員 | 21 10-11am 家長小組 1-3pm Teen 系 Buddies 3-4pm 社交學院 4-5pm 團體治療小組 5-6pm HobbyHub 常第六次義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 24 農曆新年公眾假期 | 25 農曆新年公眾假期 | 26 2-4pm 第三代 Master CHEF | 27 4-5:30pm 尋神記II 6-8pm 飛鏢指導員 | 28 10-11am 家長小組 3-4pm 社交學院 4-5pm 團體治療小組 5-6pm HobbyHub 常第六次義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 31 3-4:30pm Game Challenge #社交大戰 | | | | |



FEBRUARY 2023



| TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|---------------------|--|---|---|--|
| 7 4-6pm 新興運動風網球 | 1 1-2pm 前面有樂 10-5pm 天希行山園 | 2 2-4pm 第三代 Master CHEF 4:30-6pm 漫事區情緒大解構 | 3 | 4 1-3pm 團體乒乓球 3-4pm 社交學院 4-5pm 團體治療小組 5-6pm HobbyHub 康星大使 義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 14 3-5pm 情人節手工皂 | 8 3-4:30pm Game Challenge #社交大戰 | 9 2-4pm 第三代 Master CHEF 4:30-6pm 漫事區情緒大解構 | 10 6:30-8pm 藝術Crossover | 11 1-3pm 家長活動 3-4pm 社交學院 4-5pm 團體治療小組 5-6pm HobbyHub 康星大使 義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 21 4-6pm 新興運動風網球 | 15 1-2pm 前面有樂 3-4:30pm Pray & Play 減壓遊戲 | 16 2-4pm 第三代 Master CHEF 4:30-6pm 漫事區情緒大解構 | 17 | 18 1-3pm Teen 香 Buddies 3-4pm 社交學院 4-5pm 團體治療小組 5-6pm HobbyHub 康星大使 義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 28 4-6pm 新興運動風網球 | 22 1-2pm 前面有樂 3-4:30pm Pray & Play 減壓遊戲 | 23 2-4pm 第三代 Master CHEF 4:30-6pm 漫事區情緒大解構 | 24 3-5pm 麵條曲棍球 6:30-8pm 藝術Crossover | 25 3-4pm 社交學院 4-5pm 團體治療小組 5-6pm HobbyHub 康星大使 義工計劃 6-8pm Hobby Hub |





MARCH 2023



| TUE | WED | THU | FRI | SAT |
|---------------------|---|----------------------------------|---|--|
| | 1 3-4:30pm Pray & Play 減壓遊戲 | 2 3:30-5:30pm 職事牧嘗試 | 3 | 4 5-6pm HobbyHub 當值大使 義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 7 4-6pm 新興運動圓網球 | 8 3-4:30pm Pray & Play 減壓遊戲 | 9 3:30-5:30pm 職事牧嘗試 | 10 3-5pm 逃出PATH 多元宇宙 6:30-8pm 藝術Crossover | 11 5-6pm HobbyHub 當值大使 義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 14 3-5pm 白之戀人 | 15 1-2pm 前面有樂 3-4:30pm Pray & Play 減壓遊戲 | 16 3:30-5:30pm 職事牧嘗試 | 17 | 18 12:30-2:30pm Teen Buddies 5-6pm HobbyHub 當值大使 義工計劃 6-8pm Hobby Hub |
| 21 4-6pm 新興運動圓網球 | 22 3-4:30pm Pray & Play 減壓遊戲 | 23 3:30-5:30pm 職事牧嘗試 | 24 6:30-8pm 藝術Crossover | 25 1-5pm 天希三歲生日會 6-8pm 天希10-3月生日會 |
| 28 4-6pm 新興運動圓網球 | 29 3-4:30pm Pray & Play 減壓遊戲 | 30 3:30-4:30pm 職事牧嘗試 「重聚日」 | 31 | |



鐵路



港鐵荃灣站A出口 (經南豐中心及荃錦中心可直達)

港鐵荃灣西站E出口 (沿天橋向南豐中心方向步行約20分鐘)

巴士



E31、E32A、30、30X、34、34M、39A、39M、40、42M、48X、53、57M、58M、59A、59M、59X、60M、61M、66M、67M、68A、68M、69M、230X、234A、234B、243M、251M、259E、260C、265M、269A、269M、934A

小巴



95、95A、95M、96、96A、96B、96C、96M



中心開放時間：

| 時間 / 星期 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 | 星期六 | 星期日 |
|-------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 9:00-12:00 | | ☑ | ☑ | ☑ | | ☑ | |
| 12:00-18:00 | 休息 | ☑ | ☑ | ☑ | ☑ | ☑ | 休息 |
| 18:00-21:00 | | | | | ☑ | ☑ | |

聯絡方法：

救世軍天希中心

中心地址：新界荃灣 西樓角路1-17號新領域廣場

五樓 512至513室 (接待處及活動室) 及 九樓 916室 (辦公室)

中心電話：3705 2639 / 5504 0287 (Whatsapp)

電話諮詢服務熱線：3705 2676

中心傳真：3104 2130

電郵地址：path.rse@hkm.salvationarmy.org

中心網址：www.salvationarmy.org.hk/ssd/spa

Facebook：救世軍天希中心 The Salvation Army PATH Centre

督印人：官耀欣

編輯委員：馮穎怡 張耀風

李兆豐 賴淑君

馬梓恩

義務設計：袁思昊

義務技術支援：羅天佑

封面設計：阮月樂苑

印刷數量：1000份