



救世軍 The Salvation Army

天希中心

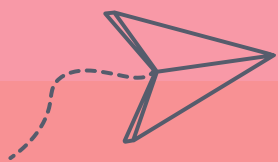
PATH Centre

天希號

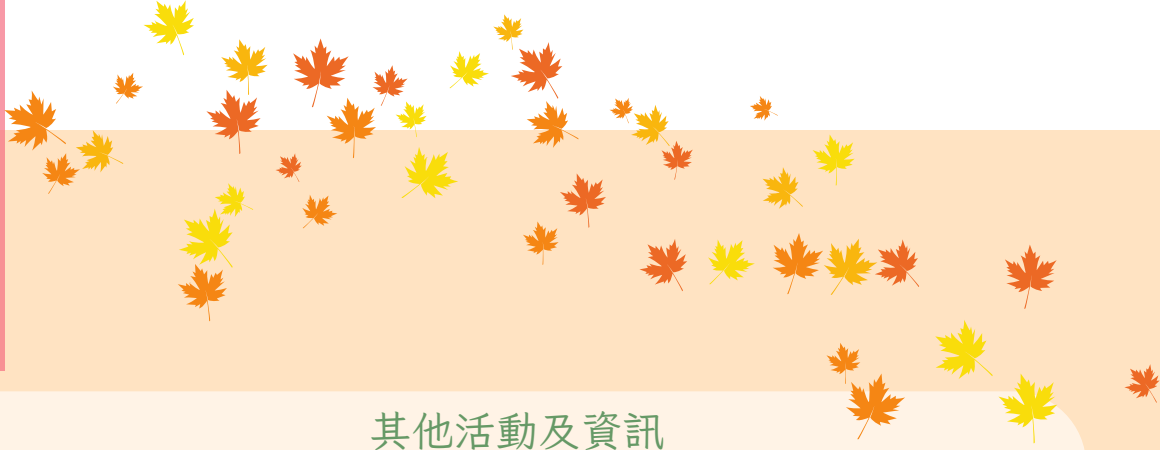
2023年10-12月



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，中心新增設施
- 3-4 服務簡介及諮詢服務
- 5 星聲專訪
- 6 區區有嘢玩
- 7 家長資訊

其他活動及資訊

- 19-20 「繫敢試」義工獎勵計劃
- 21 天希舊生會，HOBBY HUB
- 22 報名流程
- 23 活動報名表
- 24-26 小組及活動一覽表

活動資訊

- 8 家長活動
- 9 MARIO KART活動回顧
- 10 7至9月活動回顧
- 11-18 活動介紹

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

萬眾期待，由「繫敢試」義工獎勵計劃 - 季刊編輯小隊精心設計而成的《天希號》終於出版了！

為紀念第一本由會員設計的季刊的誕生，琉月紫苑以「義工服務」為主題設計封面，鼓勵大家**敢**於作出嘗試，並透過參與不同種類義工服務，善用光陰、發展潛能及**繫**社區。

感謝一眾編輯委員及編輯小隊的努力和用心製作，希望大家細心欣賞！如有興趣加入季刊編輯小隊，歡迎聯絡Zoie姑娘。

中心主任 - 海馬姑娘

服務質素標準之「SQS你我都知」



服務質素標準 13：私人財產

- 本服務單位會致力保護服務使用者的私人物品，並在適當的情況下保障他們不讓他人共用其私人財產的權利。
- 備有安全方便的地方，供服務使用者存放私人財物，或/並通知服務使用者小心保管私人財物。

天希中心常設服務使用者儲物櫃，各位可在接待處登記借用，暫存個人物品。

中心新增設施

♻️天希回收站♻️

致天希中心各會員：

我哋誠意邀請你/妳加入保護環境嘅環保回收工作，只需改變習慣嘅舉手之勞，你/妳哋一定做得到！

因為回收新技術關係，回收物只需清洗乾淨、晾乾，再唔需要清除回收物的貼紙/招紙，方便易做。中心推行第一階段回收，鋁罐、廢紙、膠樽、玻璃樽都會回收，另外如果物品為單一物料，例如：獨立包裝嘅口罩透明包裝袋、抽取式紙巾嘅包裝袋、外賣膠盒、廁紙筒等等都可以回收。大家洗乾淨、收集好可以交去中心簽到處嘅「天希回收站」，我哋會代為轉交環保署「綠在區區」回收中心，希望大家可以一齊去保護環境，如有唔了解嘅情況，可隨時向中心職員查詢，我哋定期介紹最新回收情況，多謝大家。



會員Yue Kin Ho



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，以紓緩他們的照顧壓力，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，以紓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

星聲專訪

劍玉之挑戰



究竟劍球同劍玉有咩分別？

經歷咗2次嘅劍球小組，究竟大家又學咗啲乜嘢呢？
不如我哋就訪問其中3位嘅代表，睇吓劍球有乜好玩啦！

Mandy

起初我參與《日之劍玉場》小組源於感覺新鮮，及後因導師教學有趣，且苦練花式後成功時的手感「呬」一聲，令我感到很治癒、有成功感及喜悅感，不知不覺就完成兩期小組了。近日我參與了「香港花式劍球協會X青BB挑釁王 香港劍球挑戰賽」打算以實力贏得獎金，誰知現場高手雲集，因此我調節自己的期望，讓自己輕鬆玩便可以。當然賽前我仍然有與同伴在一旁專注地練習，「陪跑」也要有體育精神！比賽中見到老練選手，令我見識到新技巧，簡直大開眼界。即使認為自己「陪跑」，我最後到驚喜地入到第三輪比賽，已經超額完成了！秘訣主要係勤練習，心中鼓勵自己：「唔好急就得，玩下輕鬆下啫，無壓力嘅」雖然沒獎，但這次經驗有驚喜，且有同伴一起參與，有同行感不孤單，有自己團隊真好。劍球可以話讓我認清自己能力，感覺刺激。如果你喜歡挑戰及享受新事物，或者想鍛鍊堅毅精神，願意屢敗屢試，絕對推薦你參加。



橋

我覺得劍球好玩又刺激，可以同組員一齊學到比較難的花式之餘，又成功通過阿SIR的技巧評核。另外我有參加香港劍球挑戰賽，比賽項目是「上大皿」，覺得簡單有信心，我都成功完成比賽，好開心，我會繼續參與《日之劍玉場》小組挑戰更多招式。



Francis

考慮到金錢、時間及能力，我最初未有報名參加《日之劍玉場》小組。但後來嘗玩劍球後發現自己有點天份和有興趣，便抱着放鬆和玩樂心態參加第二期小組。學習過程中我感到放鬆、好玩和有成功感；導師個別指導令我發揮更好。參與「香港劍球挑戰賽」是基於想有輕鬆和好玩的體驗。沒想到當日在場大部份參與者都是技術高的小朋友。只學了一個多月劍球的我深知自己不太可能勝出，但知道要上台對決，不想在人前表現太差，所以立即努力練習。沒想到我竟然可以晉身三十二強。第二回合開始時，主持人突然向我說話，令我分了心，表現受了影響。但我仍奮力完成餘下比賽。雖然第二回合止步，但成績遠比預期理想。贏不到比賽，但贏了經驗。經歷讓我嘗試走出舒適區，學習與緊張焦慮共存。如果你也想鍛鍊自己的耐性、手眼協調和平衡力，同時想有放鬆玩樂甚至挑戰自己的時刻，何不考慮來參與《日之劍玉場》小組呢？





區區有嘢玩 之 青衣好去處

編者：嘉杰

我今日介紹青衣不同的景點，第一個是青衣城商場(圖1)，位處港鐵站上蓋，商場內有不同的餐廳、商店、超市及遊玩地方等，日常生活所需的都一應俱全。我特別想介紹的打卡點是商場內的一處展覽區，商場不時會與不同的機構合作進行展覽。在剛剛過去一個月，商場就與環保創作團隊 Dreamcubics及&dear合作，舉行「潛游綠海」的環保展覽，展示品中令我最深刻的是有一條利用環保物料制作而成的超巨型鯨魚(圖3)，足足有6米長，令我覺得鯨魚仿如真實，非常有震撼感。



圖3：「潛游綠海」鯨魚

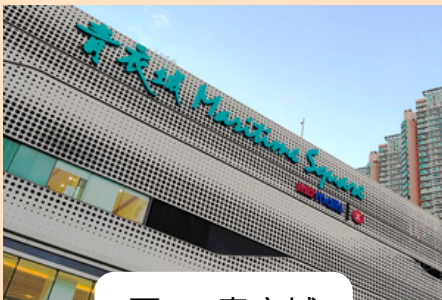


圖1：青衣城



圖2：夢幻樂園

第二個景點是青衣公園(圖4)，園內有露天廣場、人工湖、荷花池、兒童遊樂場、運動設施等，我特別想介紹的是人工湖旁的落羽松，因為到了每年的秋天，樹葉都會由綠色轉換成橙紅色，十分美麗，令人想一睇完再睇。而熱門的賞葉位置是人工湖對面的觀景台(圖5中的白色建築物)，每年都有不少人慕名而來打卡。



圖4：青衣公園地圖

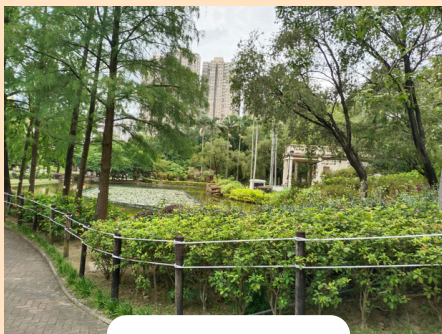


圖5：落羽松

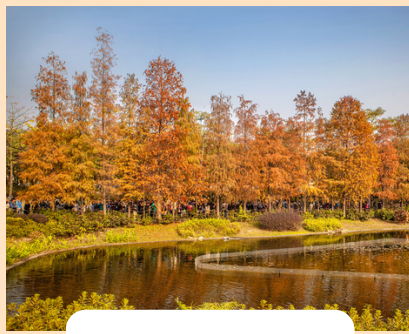


圖6：紅葉落羽松

第三個景點是青衣自然徑(圖7)，它的位置在長宏邨的巴士總站旁，自然徑沿途路線都被樹木包圍(圖8)，而大部分是平路，難度並不高，大約2小時便能完成，非常適合行山新手、老人家和小朋友。而最令我深刻的是行抵野餐區2號時見到一覽無遺的青馬大橋美景(如圖9)，真的十分難忘，值得一去再去！



圖7：青衣自然徑標誌門口



圖8：自然徑沿路景色



圖9：青馬大橋全貌

*部份照片為網上參考照片

家長資訊

照顧自己

職業治療師 周姑娘

在照顧自閉症青少年的過程中，家長可能會把重心都放在子女身上，忽略了照顧自己的精神健康。然而，保持身心平衡和健康，家長才能更好地應對生活上的挑戰，並提供更好的支持給子女。以下分享一些簡單的方法讓家長們了解如何照顧自己的精神健康。

自我照顧：

照顧子女需要大量的時間和精力，但家長也應該將關注點放在自己身上。確保有充足的休息，適當的飲食和運動，以及時間與家人和朋友交流。這些自我照顧的行為有助提高家長的應對能力和情緒穩定性。

尋找休息的機會：

照顧子女是一項長期的責任，但家長需要為自己尋找休息的機會。這可以是短暫的休息時間，例如到圖書館安靜地閱讀一本書、聽聽音樂或每天花廿分鐘細心品味一杯茶，把休息納入日常生活當中。同時，家長也應該找到支持他們的人，並尋求他們的幫助，無論是家庭成員、朋友還是專業人士。

學習放鬆技巧：

學習不同的放鬆技巧，例如意像鬆弛法、腹式呼吸法、漸進式肌肉鬆弛法，以幫助緩解身心的壓力。

尋求專業支援：

有時候，家長可能會感到無法應對子女的需要和挑戰。在這種情況下，尋求專業支援是非常重要的。相關專業人士可以提供家長所需的指導和支援，幫助家長們處理情緒壓力和一起製定應對策略。

照顧子女對家長來說是一項漫長而艱巨的任務，但同時也不能忽視家長自身的精神健康。通過自我照顧、尋找休息的機會、培養興趣和愛好以及尋求專業支援，家長可以更好地照顧自己，提高應對能力，並為自閉症青少年提供更好的支持和照顧。只有在保持身心平衡和健康的情況下，家長才能成為堅強的支持者，並為他們的孩子創造積極的環境和成長機會。

《伸展運動》家長小組 (活動編號：2324_07MG23)

透過伸展運動減少痛症，提升照顧者身心健康。

日期：7/10、14/10、21/10、28/10、4/11、
11/11、18/11、25/11/2023 (逢星期六·共8節)

時間：10:00am – 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

家長生涯規劃

《認識高青需要》家長小組 (活動編號：2324_07MG24)

透過社工及家長分享認識高青不同需要及
介入方法，滿足高青的發展需要及
提升照顧能力。

日期：9/12、16/12、23/12、30/12/2023
(逢星期六·共4節)

時間：10:00am – 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

《天希新興運動》家長活動 (活動編號：2324_09MA24)

透過進行新興運動布袋球
促進親子合作及關係。

日期：11/11/2023 (星期六)

時間：1:00pm – 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

《漁民文化導賞》家長活動 (活動編號：2324_09MA25)

透過參觀大埔三門仔進行漁民文化導賞活動
互相認識，建立家長凝聚力及支援網絡。

日期：2/12/2023 (星期六)

時間：9:00am – 2:00pm

地點：大埔三門仔

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、社工 郭Sir



MARIO KART

天希盃 & 跨中心賽事



Mario Kart 跨中心賽事已於2023年6月30日圓滿結束，經過一番龍爭虎鬥，本中心榮獲個人賽冠、亞軍以及團體賽總冠軍。是次比賽，我們的選手於事前下了不少苦功，讓我們回顧一下他們的進軍歷程。

5月27日

總共16名會員參與「電競之夜-Mario Kart 天希盃」，爭奪中心代表資格。



6月

賽前3個星期內，中心代表於中心進行了多次練習，他們除了熟習遊戲外，還共同擬訂比賽戰術。經過練習，他們表現得默契十足。



5月27日

當晚比賽勝出者將代表天希中心，參與6月舉行的Mario Kart跨中心賽事。



6月30日

跨中心賽事於九龍灣進行，雖然過程中遇上不少難題，但因著代表們的充分準備和堅持，難關一一渡過，最後他們得到了滿意的成績。



7-9月活動回顧



桌遊天地解難小組



季刊編輯小組



抱石初體驗



踩Roller



成長T計劃



簡易曲棍球



生涯探索隊



木箱鼓

社交溝通

10-12月小組 / 活動

《前面有樂10-12月》網上音樂頻道2023 (活動編號：2324_07MG25)

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：11/10、1/11、22/11、13/12/2023 (星期三·共4節)

時間：1:00pm-2:00pm

形式：Microsoft TEAMS網上視像

對象：天希中心會員

名額：不限

費用：全免

負責職員：訓練員 Zoie姑娘

《社交災難拯救隊》 (活動編號：2324_07MG26)

透過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：7/10、14/10、21/10、28/10、4/11、11/11、18/11、25/11/2023 (逢星期六·共8節)

時間：3:00pm-4:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員

名額：6人

費用：全免

負責職員：社工 洪姑娘、社工 郭Sir

《天希範圍》 (活動編號：2324_07MG27)

透過「團」契生活，以耶穌為模「範」學習彼此相顧，彼此分享，從屬靈角度了解自己與別人的關係。

日期：7/10、21/10、4/11、18/11/2023 (隔星期六·共4節)

時間：4:00pm-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



《Big Boy Club 2.0》男士小組 (活動編號：2324_07MG28)

冷冷寒冬，有咩好過一齊圍爐取暖，如果你都想識下朋友、同大家傾下近來的所見所聞、分享開心同唔開心既事，快D報名參加啦~

日期：6/10、20/10、3/11、17/11、1/12、15/12/2023 (隔星期五·共6節)

時間：6:30pm-8:00pm

地點：本中心

對象：天希中心男會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工 郭Sir、社工 發Sir

治療/教育

《創科。運將Ready GO!》(活動編號：2324_07MG29)

有沒有想過運動都可以同創新科技結合？是次小組將會融合創新科技、感覺運動的元素，讓大家可以予做運動於娛樂，與組員一齊享受做運動的樂趣！各位有興趣的運動健將快點來報名啦！

日期：1/12、8/12、15/12、22/12、29/12/2023 (逢星期五·共5節)

時間：3:00pm-4:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員

名額：6人

費用：全免

負責職員：職業治療師 黃姑娘



《新. 心靈》(活動編號：2324_07MG30)

你有壓力!我有壓力!生活中不同的範疇都會帶俾我地壓力，透過今次小組一齊去重新檢視我們的生活方式及學習減壓放鬆的方法。

日期：11/10、18/10、25/10、1/11/2023 (逢星期三·共4節)

時間：4:00pm-5:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員

名額：6人

費用：全免

負責職員：職業治療師 周姑娘

備註：參加《情緒社交應援團》的會員可優先參與，參加者需通過小組負責職員甄選

《情緒社交應援團》(活動編號：2324_07MG31)

有無試過自己面對問題時，覺得自己孤立無援？今次小組會提升組員自我覺察力，並建立支援網絡，讓自己順利渡過生命中的難關

日期：8/11, 15/11, 22/11, 29/11/2023 (逢星期三·共4節)

時間：4:00pm-5:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員

名額：6人

費用：全免

負責職員：言語治療師 許Sir

備註：參加《新. 心靈》的會員可優先參與，參加者需通過小組負責職員甄選

《福音使者》(活動編號：2324_07MG32)

透過認識不同聖經人物、實踐服事及參觀基督教場所，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：6/10、13/10、20/10、27/10/2023 (逢星期五·共4節)

時間：4:00pm-5:30pm

地點：本中心及基督教場所(待定)

對象：天希中心會員

名額：6人

費用：全免

負責職員：社工 洪姑娘



興趣發展

《日之劍玉場II》(活動編號：2324_07MG33)

劍球又名劍玉，是一種來自日本的傳統民間遊戲。可以隨時隨地玩，且能操練耐力及專注力，今次更是挑戰更多花式技巧呢。

日期：6/10、20/10、3/11、17/11、1/12、15/12/2023 (隔星期五·共6節)

時間：7:00pm-8:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：\$20 (包括導師費·另劍球自備或自費約\$100購買)

負責職員：社工 風姑娘

導師：香港花式劍球協會會長李浩翔先生



《天希飛鏢超級聯賽》(活動編號：2324_07MG34)

這是一個一連5次的飛鏢比賽，適合略懂飛鏢玩法至飛鏢高手參加，完成每次比賽後會在中心的聯賽榜公佈成績，取得冠亞季者會得到獎品，其他參加者會得到紀念品一份。

日期：13/10、27/10、10/11、24/11、8/12/2023 (隔星期五·共5節)

時間：6:30pm-7:45pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：10人

費用：\$10 (費用包括禮物及飲品)

負責職員：訓練員 Peter Sir



《釘線畫》(活動編號：2324_07MG35)

「畫」有不同的製作方法，不限於用畫筆、畫紙及顏料。有否想過，原來平日用於木工的釘，縫製用的線都可以製成畫？透過小組，發揮你的創意設計，擴闊藝術思維。

日期：17/10、24/10、31/10、7/11/2023 (逢星期二·共4節)

時間：4:00pm-5:30pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：訓練員 Zoie姑娘

《動腦筋玩桌遊》(活動編號：2324_07MG36)

桌上遊戲千奇百趣，你又能夠解開當中多少要訣，找出勝利的關鍵呢，Let's Start !!

日期：12/10、19/10、9/11、16/11、7/12、14/12/2023 (星期四·共6節)

時間：4:00pm-5:30pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工 發Sir



《職興探索隊》(活動編號：2324_07MG37)

小組以Holland職向特性嘗試不同的興趣活動，從中認識現時自己的職向及個人能力。

日期：3/11、10/11、17/11、1/12、8/12、15/12、29/12/2023

(逢星期五·除24/11、22/12外·共7節)

時間：4:30pm-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：社工 風姑娘

活動



《天希行山團 - 10月行山日》(活動編號：2324_09MA26)

秋高氣爽就嚟行山好日子，同時都嚟芒草的季節！輕鬆行下山，一齊出去吸下新鮮空氣，身心都舒暢，Let's Go !!

日期：21/10/2023 (星期六)

時間：10:00am-約4:00pm

集合地點：本中心

行山地點：大帽山

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工 風姑娘、社工 發Sir

備註：請自備適量金錢乘車，並且準備適量水及食物以作午餐食用。



《天希行山團 - 12月行山日》(活動編號：2324_09MA27)

秋高氣爽就嚟行山好日子，綠葉慢慢變紅，又嚟睇紅葉時間！輕鬆行下山，一齊出去吸下新鮮空氣，身心都舒暢，Let's Go !!

日期：30/12/2023 (星期六)

時間：10:00am-約4:00pm

集合地點：本中心

行山地點：元朗大棠

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工 風姑娘、社工 發Sir

備註：請自備適量金錢乘車，並且準備適量水及食物以作午餐食用。



活動

《閨蜜廚房》(活動編號：2324_09MA28)

透過進行烹飪活動促進互相認識，提升凝聚力，建立友誼。

日期：21/10/2023 (星期六)

時間：1:00pm-3:00pm

地點：本中心

對象：天希中心女會員及「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

《閨蜜釣魚樂》(活動編號：2324_09MA29)

透過進行釣魚活動促進互相認識，提升凝聚力，建立友誼。

日期：4/11/2023 (星期六)

時間：1:00pm-3:00pm

地點：待定

對象：天希中心女會員及「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



《高爾夫球》(活動編號：2324_09MA30)

高爾夫球你玩過未？它是一項既優雅又有益身心的運動。隨著高爾夫球開始普及化，現時有不少戶外練習場，包括發球道、草坪及沙池。透過小組我們來認識一下正確姿勢及揮桿技巧。

日期：5/10/2023 (星期四)

時間：4:00pm-6:00pm

地點：屯門康樂體育中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：訓練員 Zoie姑娘



活動

《健康小食》 (活動編號：2324_09MA31)

保持身體健康除咗做運動，仲可以係食方面入手。近年越嚟越多人注重健康，又想瘦身減肥，所以出現咗好多Superfood，而且簡單易整又好味。

日期：26/10/2023 (星期四)

時間：3:00pm-5:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：訓練員 Zoie姑娘



電波少年2023-吐露港篇 (活動編號：2324_09MA32)

挑戰由大埔步行至沙田，到達目的地後會共進午餐。

日期：3/11/2023 (星期五)

時間：9:30am-1:30pm

地點：大埔墟港鐵站集合，沙田港鐵站解散

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：\$10 (包括小食。請自備午餐費)

負責職員：訓練員 Peter Sir

備註：請自備水瓶盛飲用水；請穿合適戶外活動的衣物及鞋

遊戲世界 (活動編號：2324_09MA33)

以多種遊戲的方式，挑戰參加者的反應和腦筋，享受遊戲過程帶來的樂趣。

日期：10/11/2023 (星期五)

時間：2:00pm-4:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：訓練員 Peter Sir



活動

大西北的遷居Bird (活動編號：2324_09MA34)

參觀香港濕地公園，於園內觀看鳥及其他濕地棲息的生物

日期：16/11/2023 (星期四)

時間：9:30am-12:30nn

地點：天水圍港鐵站集合及解散，於香港濕地公園活動

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：\$15 (包括入場費)

負責職員：訓練員 Peter Sir

備註：請自備交通費及水瓶盛飲用水；並穿合適戶外活動的衣物及鞋



第四屆天希飛鏢大賽 (活動編號：2324_09MA35)

天希飛鏢大賽為天希中心一年一度的飛鏢比賽，勝出者將有機會代表天希中心參加與其他中心聯合舉辦的飛鏢大賽，聯合比賽於9/12/2023(六)晚上舉行。

日期：18/11/2023 (星期六)

時間：6:00pm-8:30pm

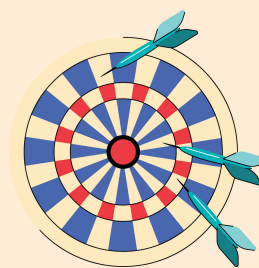
地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：不限

費用：全免

負責職員：訓練員Peter Sir



《實景遊戲 <魷魚遊戲x狼人殺>》 (活動編號：2324_09MA36)

你們收到一封神秘的邀請信並按照指示來到場地，準備參加一場來歷不明的神秘遊戲，雖然這個遊戲非常可疑，但據說贏家可以獲得豐厚獎金，對於身負巨債的你們來說並沒有選擇的餘地，只能被迫參賽，即將展開一場刺激又緊張的人性遊戲.....

日期：30/11/2023 (星期四)

時間：3:00pm-5:30pm

地點：油麻地彌敦道557-559號永旺行14樓

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：6人

費用：\$120(包括入場費)

負責職員：訓練員 Zoie姑娘、社工 風姑娘

活動

玩轉嘉道理農場 (活動編號：2324_09MA37)

參觀嘉道理農場，認識保護動植物的知識，親親大自然。

日期：2/12/2023 (星期六)

時間：9:30am-1:30pm

地點：太和港鐵站集合及解散，於嘉道理農場活動

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：\$20 (包括入場費。請自備交通費用)

負責職員：訓練員 Peter Sir

備註：請自備交通費及水瓶盛飲用水、輕便午餐如：三文治、飯團；並穿合適戶外活動的衣物及鞋



《X-mas Party@2023》 (活動編號：2324_09MA38)

睇到個名就知咩活動啦! 想知有冇遊戲玩? 有冇嘢食? 有冇禮物抽? 報名參加先啦! 到時再講!

日期：23/12/2023 (星期六)

時間：6:00pm-8:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：20人

費用：\$20 (包括食物及禮物等)

負責職員：訓練員 Zoie姑娘、社工 風姑娘



《10-12月生日會 x 一期一會》 (活動編號：2324_09MA39)

透過一期一會讓您先睹為快每季的精彩小組及活動，亦會為10至12月的天希朋友慶祝生日，節目豐富，記得一定要參加。

日期：2/12/2023 (星期六)

時間：3:30pm-5:30pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：25人

費用：全免

負責職員：訓練員 Zoie姑娘、社工 風姑娘





「繫取試」義工獎勵計劃

過往不少會員願意付出時間心力為中心籌辦活動、當值招待、製作季刊等...
為了鼓勵更多會員積極參與義務工作，關顧弱勢社群，
團結互助力量，共建關愛共融社會，中心將會推行義工獎勵計劃！

今年7月1日起，會員登記成為義工，並參與義工服務，職員會記錄義工時數，
如達到目標時數，會員義工將於2024年初的義工嘉許禮獲頒發獎項，
藉此鼓勵會員不但可以善用光陰、發展潛能、聯繫社區，
也在參與不同種類義工服務上敢於嘗試。

對象：天希中心會員 & 「天希舊生會」會員

義工服務時數計算時段：2023年7月1日 至 2023年12月31日

目標時數：10小時或以上

負責職員：社工 海馬姑娘、社工 發Sir

請掃瞄右方QR CODE
登記成為會員義工及
報名參與義工服務



義工服務6大範圍



《Hobby Hub當值大使義工小組》(活動編號：2324_07MG38)

義工時數：2.5小時/節

新一季Hobby Hub當值大使招募，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：7/10、14/10、21/10、28/10、4/11、11/11、25/11、2/12、16/12、30/12/2023
(逢星期六·除18/11、9/12、23/12外·共11節)

時間：5:45pm-8:15pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：6人

費用：全免

負責職員：社工 霍Sir

備註：如曾參加Hobby Hub當值大使義工計劃，將會直接安排當值。

《集合吧！Day Camp籌委們》(活動編號：2324_07MG39)

義工時數：1.5小時/節

招募喜歡團體合作又有興趣為中心服務的會員成為日營籌委，一齊諗遊戲、事前準備、帶活動等。

日期：14/10、28/10、11/11、25/11、9/12、23/12/2023 (隔星期六·共6節)

時間：4:15pm-5:45pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：6人

費用：全免

負責職員：社工 風姑娘、社工 發Sir

備註：需出席並成功通過7/10/2023下午4:15-5:15的面試篩選

TEEN 希BUDDIES師徒義工計劃 (活動編號：2324_V02)

10月活動 – 天希大窩口新興運動

義工時數：2小時/節

本中心和救世軍大窩口青少年中心活動合辦活動，促進互相認識，貢獻社會。

日期：7/10/2023 (星期六)

時間：1:00pm-3:00pm

地點：救世軍大窩口青少年中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工 洪姑娘、社工 發Sir



11月活動 – 行山樂

透過行山活動，促進互相認識，建立團隊精神。

日期：18/11/2023 (星期六)

時間：9:00am-3:00pm

地點：城門水塘波蘿霸

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工 洪姑娘、社工 發Sir

備註：自備午餐、食水及穿運動服裝波鞋



12月活動 – 少數族裔生活導賞

透過參加少數族裔生活導賞認識少數族裔的不同文化，推動多元社區。

日期：16/12/2023 (星期六)

時間：1:00pm-3:00pm

地點：待定

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：社工 洪姑娘、社工 發Sir



天希舊生會

成立目的：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。

加入資格：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

福利：

1. 可參與標示為「天希舊生會會員」的活動
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。

責任：

1. 樹立良好社交榜樣
2. 鼓勵會員分享自己的成長經歷

Hobby Hub



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 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!!



日期：7/10、14/10、21/10、28/10、4/11、11/11、25/11、2/12、16/12、
30/12/2023 (星期六)

時間：6:00pm-8:00pm

地點：本中心

對象：天希中心會員及「天希舊生會」會員

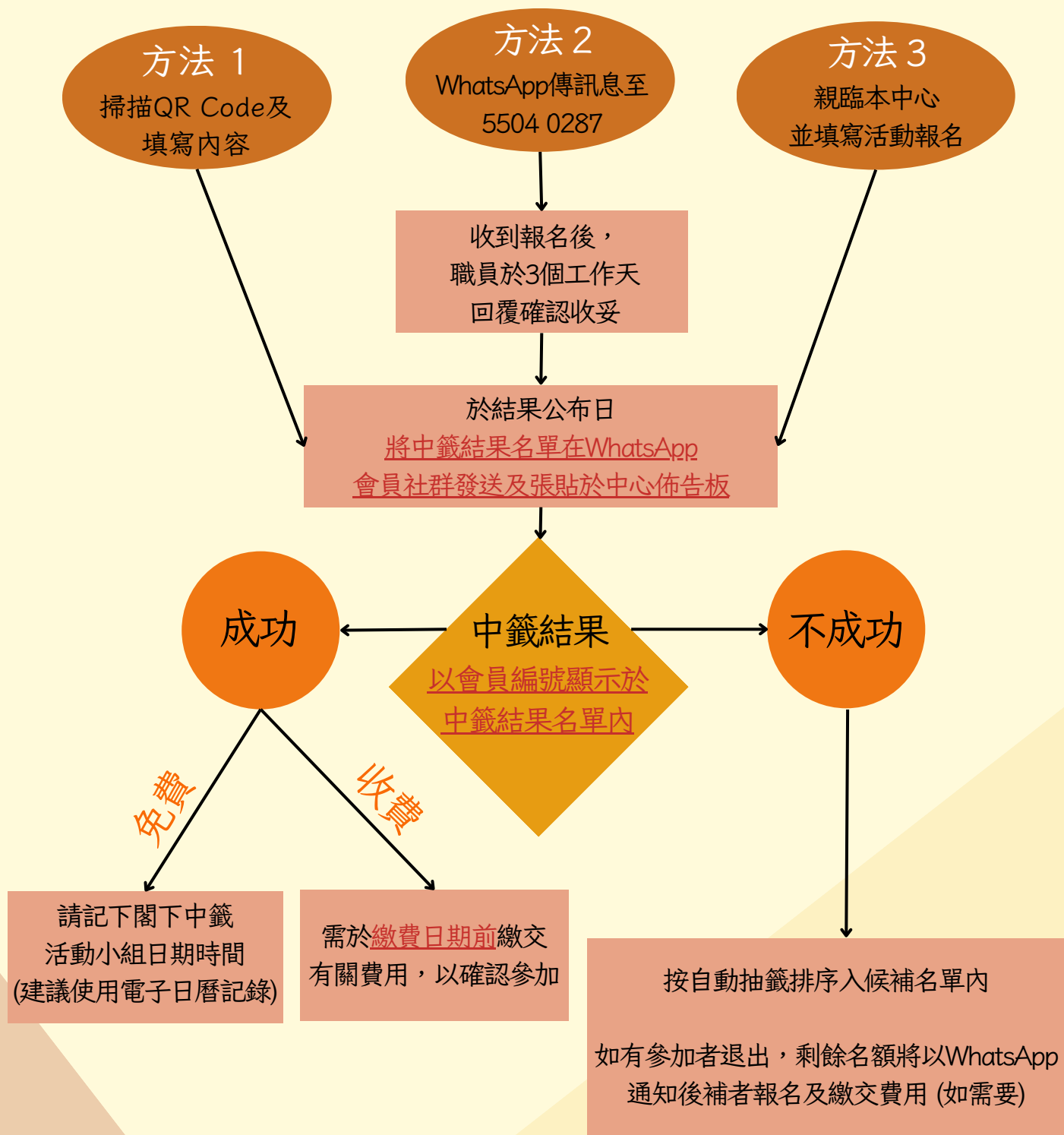
名額：8人

費用：全免

負責職員：社工 洪姑娘



報名流程



救世軍天希中心
2023年10至12月 活動報名表格

報名方法：

1. 登入網址 (會員活動及繫啟試) 義工獎勵計劃 <https://forms.gle/YBdsimMwGc2LJifEA>
(家長活動) <https://forms.gle/yHCJjWrGtQaDUATn8>
或 掃描右面QR Code
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

會員活動及
「繫啟試」義工獎勵計劃



家長活動



報名須知：

- 如需報名參與活動，請先登記成為天希會員
- 收到實體報名後，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」在WhatsApp會員社群收到中籤名單公佈結果或前往中心查看名單。
- 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，會員需於繳費限期前繳交活動費用，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)

****不接受郵寄現金**

活動報名日期： 2023年9月14日 截止報名日期： 2023年9月23日

報名結果公佈日： 2023年9月27日 繳費日期：2023年10月14日或之前

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:		\$	

OCTOBER 2023

TUE	WED	THU	FRI	SAT
3	4	5	6	7
	1:00-2:00 前·面·有·樂 4:00-5:00 新·心·靈	4:00-6:00 高爾夫球	4:00-5:30 福音使者 6:30-8:00 男士小組 7:00-8:00 日之劍玉場 II	10:00-11:00 家長組 1:00-3:00 BUDDIES 3:00-4:00 社交災難拯救隊 4:00-5:00 天希範圍 4:15-5:15 Day Camp籌委會面試 5:45-8:15 HOBBY HUB當值大使 6:00-8:00 HOBBY HUB
10	11	12	13	14
4:00-5:30 釘線畫	1:00-2:00 前·面·有·樂 4:00-5:00 新·心·靈	4:00-5:30 動腦筋玩桌遊	4:00-5:30 福音使者 6:30-7:45 天希飛鏢超級聯賽	10:00-11:00 家長組 3:00-4:00 社交災難拯救隊 4:15-5:45 Day Camp籌委會 5:45-8:15 HOBBY HUB當值大使 6:00-8:00 HOBBY HUB
17	18	19	20	21
4:00-5:30 釘線畫	4:00-5:00 新·心·靈	4:00-5:30 動腦筋玩桌遊	4:00-5:30 福音使者 6:30-8:00 男士小組 7:00-8:00 日之劍玉場 II	10:00-11:00 家長組 10:00-4:00 天希山行團 1:00-3:00 聞鑿廚房 3:00-4:00 社交災難拯救隊 4:00-5:00 天希範圍 5:45-8:15 HOBBY HUB當值大使 6:00-8:00 HOBBY HUB
24	25	26	27	28
4:00-5:30 釘線畫	4:00-5:00 新·心·靈	3:00-5:00 健康小食	4:00-5:30 福音使者 6:30-7:45 天希飛鏢超級聯賽	10:00-11:00 家長組 3:00-4:00 社交災難拯救隊 4:15-5:45 Day Camp籌委會 5:45-8:15 HOBBY HUB當值大使 6:00-8:00 HOBBY HUB
31				
4:00-5:30 釘線畫				

NOVEMBER 2023

TUE	WED	THU	FRI	SAT
	1 1:00-2:00 前面有樂 4:00-5:00 新心靈	2	3 9:30-1:30 靄波少年 4:30-6:00 職業探索隊 6:30-8:00 男士小組 7:00-8:00 日之劍玉場II	4 10:00-11:00 家長組 1:00-3:00 團體釣魚樂 3:00-4:00 社交災難拯救隊 4:00-5:00 天希範圍 5:45-8:15 HOBBY HUB 當值大使 6:00-8:00 HOBBY HUB
7 4:00-5:30 釘線畫	8 4:00-5:00 情緒社交應援團	9 4:00-5:30 動腦筋玩桌遊	10 2:00-4:00 遊戲世界 4:30-6:00 職業探索隊 6:30-7:45 天希飛鏢超級聯賽	11 10:00-11:00 家長組 1:00-3:00 家長活動 3:00-4:00 社交災難拯救隊 4:15-5:45 Day Camp 籌委會 5:45-8:15 HOBBY HUB 當值大使 6:00-8:00 HOBBY HUB
14	15 4:00-5:00 情緒社交應援團	16 9:30-12:30 大西北的遷居Bird 4:00-5:30 動腦筋玩桌遊	17 4:30-6:00 職業探索隊 6:30-8:00 男士小組 7:00-8:00 日之劍玉場II	18 9:00-3:00 BUDDIES 10:00-11:00 家長組 3:00-4:00 社交災難拯救隊 4:00-5:00 天希範圍 6:00-8:30 第四屆天希飛鏢大賽
21	22 1:00-2:00 前面有樂 4:00-5:00 情緒社交應援團	23	24 6:30-7:45 天希飛鏢超級聯賽	25 10:00-11:00 家長組 3:00-4:00 社交災難拯救隊 4:15-5:45 Day Camp 籌委會 5:45-8:15 HOBBY HUB 當值大使 6:00-8:00 HOBBY HUB
28	29 4:00-5:00 情緒社交應援團	30 3:00-5:30 實習遊戲		

DECEMBER 2023

TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 3:00-4:00 <u>創科。運將Ready GO!</u> 4:30-6:00 <u>職業探索隊</u> 6:30-8:00 <u>男士小組</u> 7:00-8:00 <u>日之劍玉場II</u>	2 9:00-2:00 <u>家長活動</u> 9:30-1:30 <u>玩轉嘉道理農場</u> 3:30-5:30 <u>一期一會</u> 5:45-8:15 <u>HOBBY HUB當值大使</u> 6:00-8:00 <u>HOBBY HUB</u>
5	6	7 4:00-5:30 <u>動腦筋玩桌遊</u>	8 3:00-4:00 <u>創科。運將Ready GO!</u> 4:30-6:00 <u>職業探索隊</u> 6:30-7:45 <u>天希飛鏢超級聯賽</u>	9 10:00-11:00 <u>家長組</u> 4:15-5:45 <u>Day Camp</u> 6:30-7:45 <u>天希飛鏢超級聯賽</u>
12	13 1:00-2:00 <u>前面有樂</u>	14 4:00-5:30 <u>動腦筋玩桌遊</u>	15 3:00-4:00 <u>創科。運將Ready GO!</u> 4:30-6:00 <u>職業探索隊</u> 6:30-8:00 <u>男士小組</u> 7:00-8:00 <u>日之劍玉場II</u>	16 10:00-11:00 <u>家長組</u> 5:45-8:15 <u>HOBBY HUB當值大使</u> 1:00-3:00 <u>BUDDIES</u> 6:00-8:00 <u>HOBBY HUB</u>
19	20	21	22 3:00-4:00 <u>創科。運將Ready GO!</u>	23 10:00-11:00 <u>家長組</u> 4:15-5:45 <u>Day Camp</u> 6:00-8:00 <u>XMAS Party.</u>
26 公眾假期	27	28	29 3:00-4:00 <u>創科。運將Ready GO!</u> 4:30-6:00 <u>職業探索隊</u>	30 10:00-11:00 <u>家長組</u> 10:00-4:00 <u>天希行山團</u> 5:45-8:15 <u>HOBBY HUB當值大使</u> 6:00-8:00 <u>HOBBY HUB</u>



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

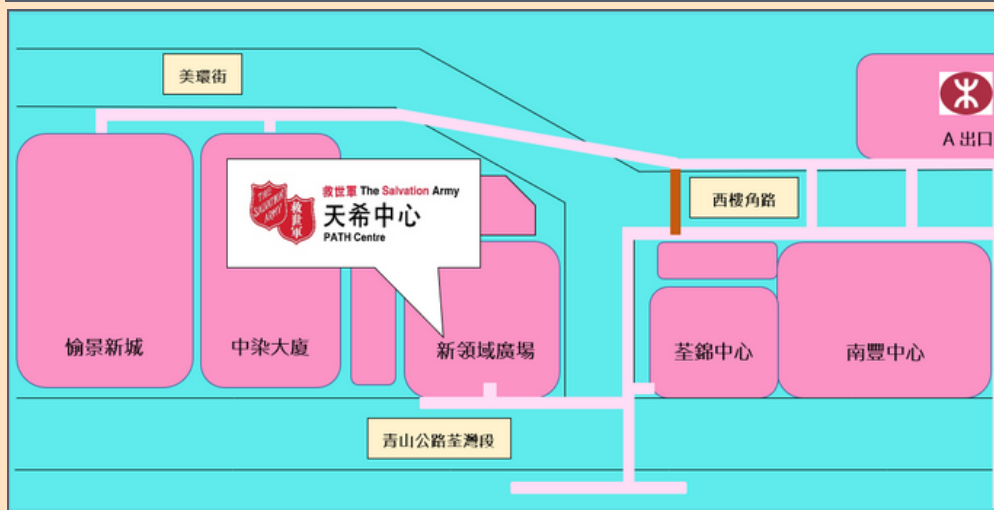


30、30X、33R、34、34M、39A、39M、40、41M、42M、43X、48P、48X、51、53、57M、58M、58P、59A、59M、60M、61M、61P、66M、67A、67M、68A、68M、69M、69P、234A、234B、234X、235、238M、243M、251M、259E、260C、265M、269A、269M、269P、934A、A31、E31、E32A

小巴



84、95、95A、95K、95M、96、96A、96B、96C、96M、301、301M、313



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

督印人：容嫻欣

編輯委員：馮穎恒 張蘊風 陳偉發

賴淑君 馬倬恩

編輯義工：袁思昊 羅天佑 何珮霖

鄒嘉杰

技術支援：陳國安

封面設計：琉月紫苑

印刷數量：600份