



督印人
李端怡

審閱
陳詠詩



40期 | 2020年4-6月

編輯成員
周寶麗 蘇永茵



1000 份



facebook

關懷殘疾智障

促進傷健共融



Contents 目錄

經理的話	P.2
員工動向	P.3
2020-2021年度中心工作計劃	P.4
精油抗菌防病毒小貼士	P.5
支援站	P.6-7
社區照顧服務	P.8-9
智親至愛家長及親屬資源中心最新動向	P.10
地區網絡服務	P.11-17
服務質素標準	P.18
會員須知	P.19
地圖	P.20

曾經看過一篇文章：「從前有位化學家，曾把人體的價值估計過，作了下列的結論：人身脂肪可作肥皂六塊，燐質可作火柴二百二十根，所有的石灰質可以消毒一個雞籠，人身肉體內所含硫磺可殺死一條狗身上的跳蚤，鐵質可打一根洋釘，另有鹽一把，糖一杯，還有一點氮氣，若作成火藥，可放一砲。以上各種物質，以平時價值計算，不及一塊銀元。」

經歷這一場疫症，發現人真的很渺小，我們只能夠盡力保護自己，但我們絕不可以自誇百分之百確保自己身體健康，不被感染。如果我們負面地想，人真的很無能，不過事實卻非如此，人最寶貴之處就是彼此有「愛」，在人生低谷時，我們可以不斷埋怨，不斷問為什麼？然而，在逆境中我們又是否可以視為人生的挑戰？或者將為什麼改為「我可以做什麼？」當我們順境時，又是否願意踏出一步關心身邊有需要的人，彼此建立愛鄰舍的氛圍呢？

在這段期間，上班見到一班同事很喜樂和投入工作，大家努力將中心保持清潔，又不分你我，落力研究及車縫布口罩，互相交流，提出意見改良，主動關心有需要的會員，我期盼中心真正成為一所主動關心社區有需要人士的中心，大家能夠彼此欣賞，同工能夠切實做好自己的工作崗位，甚至願意突破自己一些限制和框框，讓自己與每一位會員的生命更豐盛和有意義。

今天收到朋友傳來的鼓勵圖片，表示「如果你感到失落、灰心、無力，記住，你並不孤單。祂未曾應許天色常藍，但會給我們平安。」經文就是「你們將一切的憂慮卸給神，因為祂顧念你們。」（彼得前書5章7節）

在此順祝大家身心靈健康！



Outbreak Tour 疫境之旅



Staff Corner
員工動向

人事變動

姓名	職位	生效日期
莫俊浩	復康助理	24/2/2020

新同工介紹

大家好，我是李姑娘，加入DSC已經一個月，在這裡工作感到很溫暖，也有很多歡笑，讓我有家的感覺。在未來日子希望能幫助有需要的會員，並為大家帶來歡樂。

Sisi



大家好，我是於2月新入職的復康助理Noel，大家亦可稱呼我N Sir，很高興能加入元朗地區支援中心這個大家庭。我空餘時喜愛畫畫與踩單車，期望藉著過往的長者復康工作經驗，能為中心的會員盡心服務，請大家多多指教。

莫俊浩 Noel



猜猜我是誰



我喜歡音樂，喜歡去旅行。閒時也會在宗下廚，製作料理。

猜猜相片是中心哪位職員？

- A. 鄧秀玲姑娘
- B. 梁心美姑娘
- C. 黃愷雯姑娘
- D. 王慧賢姑娘

大家可透過QR Code提交答案，答中又被抽中的參加者可獲禮品一份，結果將於下一期《圓萌》公佈，歡迎會員及家屬參加。



上一期答案：
C. 繆旭賢先生

2020-2021年度中心工作計劃

優化服務內容 • 創新多元發展



1. 重視會員的身心靈成長

※「里程」活動式發展小組

- 推行個人計劃及提供工作分析及評估

※社區照顧服務

- 增加短期訓練及興趣小組，達致增加服務人數
- 為有需要的會員提供個別訓練計劃

※嚴重殘疾人士日間照顧服務

- 推行以敘事治療作基礎的生命教育小組
- 加強會員的護理關顧，包括藥物培訓、個人自理、健康進度及提倡養生之道等

※多元小組及活動提供

- 持續運動及藝術發展，組織地壺球運動推廣小組，鼓勵不同的藝術創作
- 體現會員自主自決，推動籌組會員自務委員會

※嘗試推行「健康午餐」計劃

- 訓練會員協助提供自煮午餐，逐步減少進食外賣食物，既健康又環保



2. 專職治療服務發展

※增設不同的科技項目及設備，由OT/PT/ST等訂定個人復康計劃

※增加資源以提升現時服務的質與量

※由OT/PT/ST/CP提供的專題小組，加強對不同群組會員及家屬的支援

3. 家屬及照顧者的伙伴同行

※持續與「智親至愛」家長及親屬資源中心協作推行關顧工作

※定期推行家屬興趣小組、支援計劃等

4. 強化地區宣傳，確立服務連線

※拓展元朗各鄉各村，尋找隱蔽個案

※加強地區連線，定期與社區團體、特殊學校、醫院等聯絡，促進相互合作

5. 其他

※中心是年度為個別房間進行優化項目，未來亦期望能申請資源進行重鋪全中心地板工程

※為配合社署增撥的人力資源，中心計劃重整辦公室位置，靈活善用空間



中心願景：

我們歡迎各會員及家屬對中心的服務及發展給予意見，在撰寫《圓萌》時正是進行「服務意見調查」的時候，期盼收集到大家的意見，中心將積極回應，共同建立能符合大家需要的地區支援中心。



天然精油—抗菌防病毒好幫手

以往大家常用1:99漂白水來消毒家居及雙手，雖有強勁殺菌功效，但漂白水卻於使用時會釋出有毒的氯氣，可導致呼吸道問題、破壞中樞神經、引起頭痛及嘔吐不適等症狀。如果一直使用漂白水，身體必定累積不少有害的化學物，所以大家不防考慮以精油配方交替應用，達致抗菌防病毒的效果。

精油可抑制流感病毒是有科學研究報告證實過的。於2014年，加拿大的英屬哥倫比亞大學刊登了一份有關精油和天然產品的研究，當中用了9種純天然精油及3種常見的精油代表化學純成份，以液態接觸和在封閉試管內用單獨擴香方式，測試對甲型流感病毒 H1N1的抑制效果。結果顯示，在液態接觸測試下，肉桂葉和佛手柑精油在稀釋至0.31%的狀況下，便能完全抑制H1N1；雖然澳洲尤加利和真正薰衣草精油，以及玫瑰天竺葵精油，在0.31%的稀釋度也有顯著抑制 H1N1的效果，但前兩者需要用到5%，後者則需要用到10%，才能完全抑制H1N1。另外，在擴香測試下，佛手柑和澳洲尤加利精油只需10分鐘便能完全抑制H1N1；肉桂葉、玫瑰天竺葵和真正薰

衣草精油則需30分鐘才能完全抑制 H1N1。研究報告亦指出，精油抑制流感病毒的原理，大多數情況是抑制病毒的血球凝集素HA (Hemagglutinin) 的活性。而除了肉桂葉精油能有效抑制病毒的神經氨酸酶NA (Neuraminidase) 的活性外，其他測試中的精油均沒有顯著效果。從這研究的結果同時可得知，含酚類成份的精油，如：肉桂葉及百里香酚百里香等，是最有效抗病毒的；其次則是含單萜醇和酯類的精油，如：茶樹、甜馬鬱蘭、天竺葵、花梨木、玫瑰草、薰衣草、香茅和沉香醇百里香等，都能有效抑制病毒。而根據元氣網一則報導，專家指相關具有抑制病毒的精油，包括：佛手柑、萊姆、肉桂、檸檬、絲柏、尤加利、永久花、綠花白千層、羅文沙葉、迷迭香、百里香及廣藿香；增加免疫力的精油則有：綠薄荷、乳香和檸檬；輔助呼吸道抗發炎的有尤加利、松針及絲柏等。

了解完精油對抗菌、防病毒的資訊，以下就為大家提供一些使用精油的配方及使用方法啦！

1. 清潔劑製作

材料

- 熱水3至4公升
- 白醋1杯50毫升
- 精油共20滴 (檸檬5滴、茶樹5滴、百里香5滴、薰衣草5滴)

做法

- 將白醋及精油混合後倒入熱水內即可使用

用法

- 將配方直接用來清潔家居地板及傢具，擦抹後無須過水

2. 吸聞方法

- 日常於家中擴香，可加入100毫升水於擴香機內，加入4-6滴精油提升免疫力及殺菌
- 每次可選其中2款精油：檸檬、乳香、檀香、雪松、香桃木、玉桂、丁香、沒藥、百里香(兒童或長者選用沉香醇百里香為佳)、綠花白千層、羅文沙葉
- 每次半小時至一小時，一天數次，不要連續數小時，因為這樣效果不佳，且容易造成血壓及心跳上升，每次都要更換新的精油及開窗，讓空氣流通
- 將配方直接用來清潔家居地板及傢具，擦抹後無須過水



3. 消毒噴霧

材料

- 10毫升酒精
- 20毫升蒸餾水
- 精油 (薰衣草、茶樹、雪松各2滴)

做法

- 將香薰精油滴入酒精攪拌
- 加入蒸餾水搖勻

使用方法

- 可作日常清潔消毒雙手，外出時使用亦很方便



以上是一些預防一般流感病毒方法的分享，但對今次的新型冠狀病毒，精油尚未有文獻證實有效，只能叮囑大家：戴好口罩、勤洗手、遠離群眾、多接觸大自然、睡好、吃好、加強抵抗力、保持身心平衡…這些方法比使用精油更直接有效！

香薰精油使用禁忌

- 藍膠尤加利，其殺菌功效好，對舒緩呼吸道亦有幫助；但可令神經產生極輕微的麻痺，故不適用於兒童
- 患有癲癇症者不適宜使用迷迭香、藍膠尤加利、茶樹、肉桂、丁香、百里香及綠花白千層
- 懷孕婦女切忌使用香薰精油
- 高血壓人士不宜使用迷迭香
- 緊記定時轉精油配方，特別選用了含酚化學成份的精油，如：丁香、肉桂、百里香酚百里香，因酚帶有刺激性和肝毒性，長期使用可引致肝中毒
- 家中有寵物的就最好不要使用茶樹，因為茶樹精油對寵物來說是毒物

參考資料：

- 1.《香薰師媽媽的無毒居家DIY》
- 2.《大紀元時報 - 防疫養生智慧(中) 用芳香療癒身心》
- 3.《元氣網 - 抗武漢肺炎除了戴口罩 專家教精油和藥草增加免疫力》
- 4.《Hong Gardo Aromatherapy (Nigel Chan)》



Sharing Corner 支援站

家人園地



展浩非常不捨得懷智，有一次我告訴他從手機收到一幅相，其中一個是里程會員阿恩，他就立即過來看，他又經常提及懷智導師的名字，例如鄧姑娘和謝姑娘。展浩要我幫他報懷智的活動，我問他不去學校的活動，例如參加學校的盆菜活動，他拒絕，但當我提及懷智的活動，他就說要去。感謝懷智職員的教導，使展浩進步了很多，令我感到非常開心，真的很喜歡你們，大家都很細心教導他。

會員展浩母親口述
社工冼錦鴻先生筆錄

家成是我弟弟，我跟家成相處了50年，看著他一日一日轉變，由學行路、出牙到現在牙都甩光了，由喜歡上學變到不願上學，家成轉變實在好大。家成以往在富善展能中心接受服務，到現在使用元朗地區支援中心服務，他又開始新的嘗試了。開始之初，汪Sir每星期上門訓練一次，家成由抗拒返中心，直至現在願意返中心，中心導師付出了不少，在此本人感謝各位導師。

陳家成哥哥

小組活動齊分享

大家好，我是美芳，我喜歡參加不同類型的小組，例如：手工藝及小食製作小組，我也喜歡參加尋樂小組，讓我有表演舞步的機會。參加小組，讓我有機會學習與各會員相處。



會員隨筆

不經不覺成為中心會員已有八年了！在院舍開小組，我最喜歡的活動是製作不同的小食，之後還可以與組員一起享用即溶咖啡，我覺得很滿足及很高興！

會員陳水口述
導師鄧麗萍姑娘筆錄



假日好去處



想起太平山頂，很多人只會聯想起纜車、香港夜景和有錢人的俱樂部等，但可能大家都不知道太平山頂上有個擁有大草園的公共花園。花園很寬敞，有少許歐陸式涼亭建築，非常特別，可以在這裡野餐、郊遊、散步…即使是假期，人流也不太多，還要有很美的風景，絕對適合假日去放空一下。

去山頂公園，首先要先上山頂凌霄閣，交通方法如下：

1. 小巴 – 國金搭乘1號小巴；
2. 巴士 – 由中環5號碼頭出發乘15號巴士，或由銅鑼灣天后站乘15B巴士；
3. 纜車 – 山頂纜車總站，等候時間較長；
4. 的士或自駕

參考資料：<https://style-tips.com/blog/post/5055>

山頂公園 (30至40分鐘)



從山頂凌霄閣往利士甸山莊，經過利士甸遊樂場後繼續行，可抵達利士甸主園的山頂公園。公園位處太平山峰南麓，以504呎海拔為最高點的地點位置，環境幽靜，綠草如茵，設有停車場及小食攤位，是城市人休閒的「去處」好去處。

體壇焦點

2019懷智四十週年足球同樂日

適逢本會40週年，機構再與車路士足球學校(香港)合辦「2019 懷智四十週年足球同樂日」活動，是次獲得香港馬主慈善基金贊助活動經費，活動已於6/12/2019於天水圍天業路公園十一人足球場(人造草球場)順利完成。當天共有十個單位一同參與足球體驗遊戲，而當中4個單位更派隊參加七人共融賽，而本中心亦有派隊參與。當日單位共有24個會員參加足球體驗遊戲及七人共融賽，由於是次活動是在草地上進行，對於參加者來說較有新鮮感，過程中看見大家也很投入及開心，中心更在七人共融賽中順利奪得冠軍。

中心往後亦會繼續參加不同類型的足球比賽，對足球有興趣者亦可一同參與啊！



足球體驗遊戲



值得珍藏的紀念品



祐誠與山Sir互射12碼



順利贏得七人共融賽冠軍



與職員義工大合照

i-Run2020香港特殊馬拉松

i-Run2020香港特殊馬拉松已於12/1/2020順利舉行。會員獲得獎項如下：

3公里挑戰盃 女子先進組 亞軍—何笑琮

3公里挑戰盃 女子先進組 第四名—陳馮連

3公里挑戰盃 女子先進組 第八名—陳寶珍



俊強與義工齊上齊落



景紅努力完成比賽



笑琮再創佳績已沒有難度



寶珍與何姑娘同步步，非常合拍

地壺球推廣

中心於「十年拾趣開放日」期間進行地壺球運動推廣，地壺球是由冬季奧運冰壺運動演變而來，它是一個適合不同年齡和能力人士的團隊競賽體育運動。正因為地壺球適合幼兒園小朋友至長者，亦包括殘疾及智障人士，所以中心於1-3/2020開始於不同小組中推廣此運動，會員也玩得很投入。



下年度比賽及活動預告

比賽及活動	日期	負責職員
第四十四屆香港特殊奧運會足球比賽	2020年10月份	導師梁金漢先生
第四十四屆香港特殊奧運會游泳比賽	2020年11月份	導師何健倫先生

香港特殊奧運會註冊運動員大招募

想在香港特殊奧運會的各項運動比賽中大顯身手？就不能錯過現在的招募大行動！詳情可向導師何健倫先生了解。

藝術牆

禪繞畫



禪繞畫(Zentangle)是近年新興的藝術，「Zen」是「禪」的音譯，「Tangle」則是纏繞式的繪畫方法，由美國字體設計師Maria Thomas與有禪修習慣的丈夫Rick Roberts於2005年創立。他們在一次創作體驗中發現，專注且重複地描繪線條圖案能讓人不知不覺沈浸在筆下的圖形裡，隔絕外界的噪音與繁瑣，而從創作中獲得極大的滿足。

「生命是一幅沒有橡皮擦的藝術作品」是禪繞藝術的核心概念。禪繞畫看似複雜，其實它是一種利用重複的基本圖案，在設定的空間內創作的新型藝術形式。它的繪製輕鬆有趣且簡單易學，無須高深的繪畫基礎和特定場地，一支黑筆、一支鉛筆、一張紙，就可以隨時隨地盡情禪繞。

中心即將與各位會員分享運用禪繞藝術核心概念的心得，並試著繪畫出與別不同的迪茜比及其他圖案，欲了解換了新裝的迪茜比是如何煉成的，緊記密切留意中心稍後舉辦的禪繞畫小組及報名啦！



復活節長假期服務——續Fun復活節

復活節長假期又到喇！為了豐富大家的假期，我們準備了不同的主題活動，希望帶給大家一個有意義的復活節！

日期：2020年4月6日至4月17日(星期一至五，公眾假期除外)
時間：上午10:00-下午5:00
對象：6歲或以上在學之會員
名額：全日11人

A組5人(適合具自我照顧能力之會員參與)

B組6人(適合需要較多照顧之會員參與)

報名方法及詳情：☆由於新冠病毒(武漢肺炎)疫情持續，為減少人流聚集機會，是次活動以網上形式報名進行，先到先得(以中心收集時間為準)以決定先後次序。

☆活動將於3月25日(星期三)上午9:30開始接受報名，截止報名日期為3月27日下午5:00。

☆如未能進行網上報名之家長，可以在上述報名時段內，到中心找職員協助進行網上報名。

☆報名次序會於3月30日透過Whatsapp或短訊公佈。

☆職員會於3月30日至31日期間按次序聯絡家長進行服務登記及繳費安排。

☆如未能於上述報名時段進行報名，可於4月1日後到中心進行次輪報名。

☆如有任何爭議，本中心保留活動最後決定權。



開心加油站

(名額11人)

日期：2020年4月1日至6月30日
(逢星期一至五，公眾假期除外)
時間：下午4:00 - 7:00
對象：6歲或以上在學或接受日間服務之會員
費用：每小時\$5.1
活動內容：功課輔導、運動及獨立生活技能訓練等

日間暫顧服務

(名額2人)

日期：星期一至五(公眾假期除外)
時間：上午9:00-下午6:00
對象：6歲或以上之會員
費用：每小時\$5.1(不包括午膳費用)

家居暫顧服務

日期：按需要預約及協商提供服務
對象：6歲或以上之會員
費用：每小時\$33
活動內容：提供一對一到戶看顧、陪診或陪同參與活動等

假日Fun Fun樂

週六系列

(名額11人)

日期：2020年4月18日至6月27日
(逢星期六，公眾假期除外)
時間：上午9:00 - 下午5:00
對象：6歲或以上在學或接受日間服務之會員
費用：每小時\$5.1(不包括午膳費用)
活動內容：社區生活、手工藝及美食製作等

週日系列

(名額5人)

日期：2020年5月24日及6月28日(星期日)
時間：上午9:00 - 下午5:00
對象：6歲或以上在學或接受日間服務之會員
費用：每小時\$5.1(不包括午膳費用)
活動內容：外出活動及興趣培養等

備註：

- 1.服務申請方法請參照「社區照顧服務須知」
- 2.以上的服務申請以元朗區會員優先
- 3.開心加油站及假日FunFun樂服務於2020年3月20日(星期五)將接受2020年4-6月之服務報名申請，詳情請密切留意中心活動報名表
- 4.申請人可自行預備午膳或經中心代訂

※會員家屬如對上述服務有查詢，
歡迎致電與社工陳偉成先生聯絡。

嚴重殘疾人士 日間照顧服務

服務目的

透過一系列以中心為本的日間照顧服務，如護理照顧、康復服務、個人及社交活動等，以減輕照顧者照顧嚴重殘疾人士的壓力，讓嚴重殘疾人士能繼續在社區中居住。

服務時間

星期一至五，上午9時至下午6時
(公眾假期除外)

服務對象

- 15至59歲之嚴重智障、嚴重肢體殘疾或老齡化智障人士
- 名額10人

費用

每日\$61(包括午膳)
每月\$1002(包括午膳)

申請方法

經註冊社工向本中心申請；如有查詢及轉介，歡迎與副主任黃先生聯絡。

備註：

1. 居住於元朗區將獲優先考慮；
2. 申請人無須長期臥床或接受療養；
3. 傷殘程度符合嚴重殘疾人士護理院或嚴重肢體傷殘人士宿舍的申請資格或經評估為有老齡化狀況的智障人士。

生活點滴

大家好，我是美馨，我成為中心會員好幾年了，職員好有心機照顧我，尤其是郭姑娘，還有陳姑娘、練姑娘及吳姑娘，每一個都好有心機幫助我。物理治療師劉先生及職業治療師李姑娘都好用心幫我，好多謝他們好悉心照顧我。很開心認識到你們這班朋友，還有要多謝蘇姑娘。

美馨



「里程」活動式發展小組

日期：2020年4月2日至6月30日(逢星期一、二、四、五，公眾假期除外)

時間：上午10:00-下午4:00

目的：透過活動式小組，為年滿15歲正在輪候日間服務的會員提供工場式職業訓練、主題小組活動及工場體驗等，讓正在輪候的會員及早適應日間服務的群體生活。

名額：每日10人

費用：以每日\$30.6計算(不包括午膳費用，有關收費詳情請參閱「齊樂聚」社區照顧服務須知。)

申請方法：所有申請人須參與面見及由社工甄別，並訂出服務日數及具體計劃。有興趣及合資格參加之會員，可向負責職員報名及預約面見。

時間程序表：

	一	二	四	五
上午10:00-10:10	簡介是日流程			
上午10:10-12:00	職業復康訓練 / 職前培訓 / 個人發展訓練			
下午12:00-1:00	午膳			
下午1:00-2:00	閒餘休息及運動鍛鍊			
下午2:00-3:45	主題小組			
	社交小遊戲	健康飲食	運動體驗 / 體感遊戲	藝術製作
下午3:45-4:00	活動總結			

負責職員：社工冼錦鴻先生、鄧麗萍姑娘、黃愷雯姑娘、何健倫先生及繆旭賢先生。



智親至愛家長及 親屬資源中心最新動向

在過去五年智親至愛的服務當中，我們經常強調「夢想」，我們希望智障人士照顧者在照顧子女的同時都需要照顧和重視自己，不要忘記自己曾經有過的夢想，故此我們在以往舉辦不同的活動，如「懷舊派對」讓照顧者回憶年輕時的自己，「五個小孩的校長電影欣賞」讓照顧者在電影中反思自己想做的事情等，而剛過去的1/2020，智親至愛也跟照顧者們完成了一個創舉。

適逢本會40週年，「智親至愛」邀請照顧者參與40週年閉幕禮暨「以愛同行四十載」的演出，表演於18/1/2020在元朗劇院順利完成。照顧者組成了兩個表

演團體，分別為由10位照顧者、懷智職員樂隊(Band Five)及社工Queenie組成的「智愛心Sing」，以及由7位照顧者、元朗地區支援中心導師May及社工Rita組成的「舞所不能」智愛舞蹈團。

「智愛心Sing」照顧者在現場樂隊的伴奏下，唱出六首串燒經典流行金曲，將他們照顧子女的心路歷程憑歌寄意演繹出來；而「舞所不能」照顧者則配合K-POP音樂跳出動感活力的舞蹈。除了台上的表演，「智親至愛」的照顧者早前亦參與了與資生堂香港有限公司合辦的四節美容工作坊，學習不同品牌的化妝技巧，學以致用，並於表現當日協助表演者化妝。

智愛心Sing



不少人對照顧者的印象均為「很苦」，認為他們很辛苦，但憑著智親至愛工作的經驗中，我們認為照顧者不一定只局限於照顧子女的框框內。正如是次「以愛同行四十載」中，不論台上或台下的照顧者，他們由起初練習時的緊張慌亂，到表演當日的淡定自信、投入地做著自己喜愛的事情，一幕幕都讓我們歷歷在目。雖然經歷困難，但照顧者仍不斷堅持去突破自己。照顧者的堅持和努力著實讓我們感到佩服和欣賞，在這裡再次感謝他們的積極參與，讓我們看到不一樣和自信投入的照顧者。



「舞所不能」智愛舞蹈團



與資生堂香港有限公司合辦 「智愛美善」美容護膚工作坊



12/2019 關顧照顧者靈性聚會， 照顧者相聚一起，慶祝聖誕節



近日，武漢肺炎疫情嚴重，根據社會福利署的指引，「智親至愛家長/親屬資源中心」將會維持有限度服務。屬感染高風險的大型活動、小組、探訪和聚會均會暫停。儘管如此，我們會透過電話聯絡方式關心照顧者及與他們保持聯繫。

疫情來勢洶洶，現時不少服務停頓，也難免讓照顧者倍感壓力。「智親至愛」盼望能在疫境中與大家同行。如有需要，歡迎致電我們(3525 0167/ 9457 7579)，而有關「智親至愛」的最新消息，歡迎瀏覽我們的Facebook專頁。

星級蛋糕甜品



法式焦糖燉蛋



英式提子鬆餅



原味、朱古力Muffin
(瑪芬)



瑞嫻很用心製作
朱古力曲奇!

賀年食品製作



賀年食品油角與糖環，缺一不可！祝大家身體健康！



大家都十分投入學包油角



糖環大師，技巧，火候都十分重要



製成品之-盤滿鉢滿油角仔



各自專注不同的分工，為的是要做好油角仔



製成品二-香脆糖環

輕鐵背包行



乘輕鐵往天秀墟



到喇



品嘗茶座的菊花茶



(一) 訓練小組 ※15歲或以上及沒有接受日間服務之會員優先，截止報名日期

星期一 4月6日至6月29日 共12節		星期二 4月7日至6月30日 共13節	
上午 10:00-12:00	T001 (名額15人) 太極廿四 • 「眼隨手轉，手隨氣轉，氣隨心轉」，「以靜制動，雖動猶靜」，齊來感受太極的好處。 負責職員：導師黎淑美姑娘	T004 (名額15人) 香薰護膚品DIY • 學習製作天然護膚及護髮用品，同時認識化學產品所帶來的副作用。 負責職員：導師梁心美姑娘	T005 (名額12人) 做隻中學鴨 • 小學雞要升學了，繼續返璞歸真，在沒有複雜道具情況下玩足一個上午，快樂其實可以很簡單。 負責職員：導師梁金漢先生
	T002 (名額15人) 中心話事人 • 收集會員意見，從而舉辦更多創新和有趣的小組活動。有志服務會員的你，歡迎加入。 負責職員：導師胡俊達先生	T006 (名額15人) 元朗遊蹤 • 在元朗，哪裡有美食、有娛樂？小組逐一跟你介紹。 負責職員：導師繆旭賢先生	T007 (名額15人) 喜愛假期 • 香港一年有幾多天的假期？除了認識香港的假期，還會認識世界各地有趣的假期。 負責職員：導師何婉棋姑娘
	T003 (名額15人) 我是報導員 • 兒時有沒有想過做新聞報導員？捍衛言論自由，報導實事，現在機會來了，快來報名。 負責職員：導師繆旭賢先生	T008 (名額15人) 福音重要嗎？ • 福音在日常生活有來什麼啟示？快來傾聽耶穌的種種比喻，並進行實踐。 負責職員：導師汪國維先生	T009 (名額15人) 港聞時事 • 動動腦筋分析香港要聞，了解各大新聞事件對社會及自己的影響。 負責職員：導師余永康先生



溫馨提示

- 9/5/2020(六)下午1:30-3:00將舉辦「你有Say會員大會」，T020及T021小組將會暫停一節，小組會員可優先報名參加上述活動。
- 13/6/2020(六)下午1:30-5:00將舉辦「暖在心生日派對」，週六下午小組將會暫停一節，小組會員可優先報名參加上述活動。

月為21/3/2020。

星期四 4月2日至6月18日 共11節		星期五 4月3日至6月26日 共11節	
T010 (名額10人) 農耕有樂 • 想體驗春季天台耕種就快來報名啦！ 負責職員：導師何婉棋姑娘	T011 (名額8人) 壁佈改頭換面2 • 齊來為悅舞坊的壁報改頭換面啦！ 負責職員：導師鄧麗萍姑娘	T016 (名額15人) DSC廚房 \$120(包午膳) • 我們會挑選精英份子成為DSC廚房的好幫手，協助製作午膳。 負責職員：導師謝素芬姑娘	T017 (名額15人) 香港奇案 • 曾經轟動全港的奇案，你知道多少？一起探討奇案發生的原因及帶給我們的啟示。 負責職員：導師黃愷雯姑娘
T012 (名額15人) 生命之旅 • 家庭、學業、工作，人生各個階段我們有得選擇嗎？快來掌握自己的人生而加把勁！ 負責職員：導師汪國維先生	T013 (名額15人) 熱縮片飾物-香港篇 • 認識香港歷史並親手製作具香港文化特色的飾物。 負責職員：導師梁心美姑娘	T018 (名額15人) 餐桌禮儀 • 享用西餐為何要輕聲說話？享用中餐為何要用公筷？用膳表現可反映一個人的教養。我們一起探討各地餐桌禮儀，齊來做個有禮的人。 負責職員：導師鄧秀玲姑娘	
T014 (名額15人) 香港交通 • 認識香港交通工具十九世紀至今的轉變，同時細看十八區旅遊景點和特色小食。 負責職員：導師余永康先生	T015 (名額15人) 體育盛事大狙擊 • 本年夏天有歐洲國家杯及東京奧運，同屬4年一屆的盛事，齊齊追蹤兩項盛事的最新消息。 負責職員：導師梁金漢先生	T019 (名額15人) 繼續尋樂 • 尋樂舞團持續為發放正能量繼續裝備自己，為往後演出作好準備。 負責職員：導師黎淑美姑娘	

星期六
4月18至6月27日

下午 1:30-3:00 (共9節)	T020 (名額20人) 打卡熱點 • 認識香港特色街道和建築物，成功尋找打卡和影相熱點位。 負責職員：導師黃愷雯姑娘	T021 (名額20人) 工作開心Share • 認識勞工權益及職安知識，分享工作間的喜與樂，互相打打氣。 負責職員：導師謝素芬姑娘
	T022 (名額20人) 健康快活人 • 是否瘦到「紙片人」才是靚？何以為之健康？除了分享何謂健康，更會教大家懶人包，如何善用一張椅子做運動，保持健康。 負責職員：導師鄧秀玲姑娘	T023 (名額20人) 地壺樂 • 地壺球是由香港人創造的運動，你們想進行初體驗嗎？ 負責職員：導師何健倫先生



相聚一刻

星期一	星期二	星期四
小小宇宙	大考驗	新嘗試

設最踴躍參與大獎，出席最高的 3 位會員可獲精美禮品 1 份，大家記得來啦！
活動時間：下午 4:30-6:00

10-12 月相聚一刻最踴躍參與大獎得獎名單

第一名	第二名	第三名
陳逸軒	吳迪文	黃偉星



週末樂·緣

編號	日期	時間	主題	活動性質	費用	名額	截止日期
R009	4月18日	10:00-12:00	電影世界	在中心觀看電影	---	15	8/4
R010	4月25日	10:00-12:00	曲奇製作	曲奇餅製作	\$10	15	15/4
R011	5月2日	10:00-12:00	空氣草小花盆	空氣草小盆栽製作	\$10	15	22/4
R012	5月9日	10:00-12:00	去濕糖水	針對潮濕天氣，製作去濕糖水	\$5	15	29/4
R013	5月16日	10:00-15:00	濕地遊	遊覽濕地公園+午膳	\$70	10	6/5
R014	5月23日	10:00-15:00	吃到飽	外出享用半自助午膳	\$90	10	13/5
R015	5月30日	10:00-12:00	健康小食	一起製作健康小食	\$5	15	20/5
R016	6月13日	10:00-12:00	迷你蛋糕仔	蛋糕仔製作	\$10	15	3/6
R017	6月20日	10:00-12:00	K歌之王	在中心唱K	---	15	10/6
R018	6月27日	10:00-15:00	韓燒	外出用膳	\$120	10	17/6

午間一聚

星期一	星期二	星期四
愛作戰	福音	至 TOP 點唱站

星期五	星期六
創意∞	競技大賽

本季活動

注意：野外露營出沒！

活動編號 R001

過去一段日子大家都足不出戶留在家抗疫，相信大家精神上感到沉悶和疲累，現誠邀大家到郊外，放下煩憂，舒展身心。露營有歷奇遊戲、營火會和野外煮食，保證大家樂而忘返！

日期 2020年4月25日至翌日26日 (星期六、日)

時間 下午2:00-翌日下午2:30

地點 大埔洞梓董軍中心

名額 20人

費用 \$100

對象 *會員

負責職員 導師何健倫先生、胡俊達先生及余永康先生

截止報名日期 2020年4月6日(星期一)

你有 Say 會員大會

活動編號 R002

透過會議，了解大家需要和喜好，集思廣益，打造會員主導的地區支援中心。

日期 2020年5月9日(星期六)

時間 下午1:30-3:00

地點 中心誼情天地

名額 40人

費用 全免

對象 *會員

負責職員 導師謝素芬姑娘及鄧秀玲姑娘

截止報名日期 2020年4月18日(星期六)

尋回自然之旅行團

活動編號 R003

大家可趁著這機會一起到大自然呼吸一下新鮮空氣，舒緩疫情帶來的鬱悶。

日期 2020年5月27日(星期三)

時間 上午9:00-下午4:00

地點 大埔蝶豆花有機農莊、元朗流浮山

名額 40人

費用 全免

對象 *會員及家屬

負責職員 導師鄧麗萍姑娘及梁金漢先生

截止報名日期 2020年5月6日(星期三)

暖在心生日派對

活動編號 R004

誠意邀請4-6月的壽星仔壽星女參與我們的暖在心生日派對，活動內容包括好玩刺激集體遊戲及小食製作等，有興趣報名的會員就快快參加啦！(生日會員半價及優先參與)

日期 2020年6月13日(星期六)

時間 下午1:30-5:00

地點 中心誼情天地

名額 40人

費用 \$20(本季生日會員優先及半價)

對象 *會員

負責職員 導師何婉棋姑娘及胡俊達先生

截止報名日期 2020年5月23日(星期六)

水晶巴本地遊

活動編號 R005

遠眺香港多個著名景點，在車廂中享用豐富午餐，期待你的參與。

日期 2020年6月28日(星期日)

時間 上午10:30-下午2:00

地點 遊覽港九旅遊景點

名額 40人

費用 全免

對象 *會員及家屬

負責職員 導師黎淑美姑娘及梁心美姑娘

截止報名日期 2020年6月6日(星期六)

好信息福音聚會

活動編號 R006

「神愛世人，甚至將他的獨生子賜給他們，叫一切信他的，不至滅亡，反得永生。」約翰福音3:16

誠邀各位一起參加好信息福音聚會，領受從神而來的喜樂。

日期 2020年6月6日(星期六)

時間 上午10:30-中午12:00

地點 中心誼情天地

名額 40人

費用 全免

對象 *會員及家屬

負責職員 導師繆旭賢先生

#歡迎即場參加

家屬系列

小心逆疫家屬會

活動編號 P001

武漢肺炎伴隨香港人一同踏入2020，搶購口罩、防疫用品及日常用品成為港人生活其中一大煩惱，大家都期望加強清潔和提升衛生程度，向病毒說不。是次家屬會，除了可以跟久久沒見面的家屬們共聚一堂，分享中心近半年的動向，還會與大家一起製作性質溫和及應用範圍廣泛的次氯酸消毒液。

日期 2020年6月20日(星期六)

時間 上午10:00-下午1:00

地點 中心悅舞坊

名額 25人

費用 \$5

對象 會員家屬(中心可為有需要的會員提供照顧服務)

負責職員 中心經理周寶麗姑娘及社工蘇永茵姑娘

截止報名日期 2020年5月30日(星期六)

感恩頌親恩

活動編號 R007

「要孝敬父母，使你得福，在世長壽，這是第一條帶應許的誡命。」以弗所書6:2。誠邀各位家屬及會員一同參與頌親恩活動。

日期 2020年5月31日(星期日)

時間 上午11:00-下午3:30

地點 荃灣悅來酒店

名額 100人

費用 待定

對象 *會員及家屬

負責職員 導師黃愷雯姑娘、汪國維先生及何健倫先生

#稍後將派發活動通告，敬請留意。

肢體殘障及視障系列

自由斟——幸福摩天輪

活動編號 R008

每一個城市，都會有一個摩天輪，香港也不例外，今次大家一起乘坐屬於香港的摩天輪，同時享用素食自助餐。

日期 2020年6月10日(星期三)

時間 上午10:00-下午4:00

地點 中環民光街33號

名額 8人

費用 \$75

對象 肢體傷殘會員及家屬

負責職員 導師繆旭賢先生

截止報名日期 2020年5月20日(星期三)

靜心觀心

活動編號 T024

靜觀有助我們聆聽內心的聲音，讓身心靈放回最平靜的狀態。不仿每天花十分鐘時間練習，享受平靜的美好。

日期 2020年4月1日至6月24日 (逢星期三，共13節)

時間 下午1:30-2:30

地點 中心誼情天地

名額 12人

費用 全免

對象 肢體傷殘會員

負責職員 導師胡俊達先生

截止報名日期 2020年3月21日(星期六)

滾動之旅

活動編號 T025

相信想提升表現的你不會錯過硬地滾球訓練吧！

日期 2020年4月1日至6月24日 (逢星期三，共13節)

時間 下午2:30-4:30

地點 中心誼情天地

名額 12人

費用 全免

對象 肢體傷殘會員

負責職員 導師何健倫先生

截止報名日期 2020年3月21日(星期六)



Social Network
地區網絡服務

天使義工



2019.11.23

私營院舍探訪活動

希望天使及家人義工一起探訪殘疾人士私營院舍，送贈禮物並與他們外出用膳，他們都很喜歡這類輕鬆活動！



2019.12.14

「元傳愛里。社區承傳禮」

彩虹天使設計及帶領攤位遊戲，與社區人士打成一片，共渡歡樂下午。



2019.12.18

「關愛全接觸」

彩虹天使到訪朗晴邨及水邊圍邨，讓社區人士從遊戲中認識中心，介紹服務予身邊有需要人士。



2019.12.20

童軍知友社探訪尋樂舞團

中心與童軍知友社賽馬會朗屏青少年服務中心合作，進行舞蹈及非洲鼓藝術交流，並藉以增加彼此認識。



2019.12.3

「機構義工嘉許禮2019-2020」

本中心的義工於機構義工嘉許禮中榮獲不少獎項(排名不分先後)：

- 「希望天使義工計劃」榮獲由社會福利署義工運動嘉許狀的「銀嘉許狀」、懷智傑出義工嘉許計劃的「團體銅獎」；
- 「彩虹天使義工計劃」榮獲懷智傑出義工嘉許計劃的「優異獎」；
- 家人義工陳炎烽先生榮獲由社會福利署義工運動嘉許狀的「銀嘉許狀」、懷智傑出義工嘉許計劃的「新人銀獎」；
- 希望天使黃汝雄先生榮獲由社會福利署義工運動嘉許狀的「銀嘉許狀」；
- 家人義工李貴霞女士榮獲由社會福利署義工運動嘉許狀的「銅嘉許狀」；
- 希望義工高惠珠女士榮獲由社會福利署義工運動嘉許狀的「銅嘉許狀」；
- 希望義工劉海亮先生榮獲由社會福利署義工運動嘉許狀的「銅嘉許狀」。



2019年10-12月服務時數最高義工

彩虹天使	謝美芳	28.5小時
希望天使	黃汝雄	26小時
家人義工	陳炎鋒(棋冰爸爸)	19.5小時

在此感謝各位義工的參與及協助，

義工們繼續把握機會多參與義務工作啦！

義工活動預告

日期	時間	活動名稱	內容	義工對象(人數)
27/4/2020 (星期一)	下午 4:30-5:30	朗晴家庭綜合服務中心探訪活動	環保手工藝製作	彩虹天使(20人)

照相館



到戶式拍攝服務

服務形式：為有需要的社區團體提供到戶式拍攝證件相片服務

服務對象：各社區團體(包括：復康團體、特殊學校、其他志願機構及地區團體等)

收費：\$10/12張

備註：1. 上述服務之宣傳品由本中心提供。

2. 如人數達40人以上及拍攝場地於屯門、元朗或天水圍區可豁免上門車費。如未達指定人數及地方偏遠，需由拍攝團體以實報實銷形式繳付組員的車費。



家庭照拍攝服務

本中心為個別有興趣的會員及家屬拍攝家庭照片，歡迎預約。

- 自選背景
- 自選照片尺寸(2R或4R)，如選其他尺寸須另議
- 中心提供道具供拍攝之用，也歡迎自備拍攝道具及衣飾
- 附送已選相片CD乙隻
- 家庭照組合為2-5人
- 超出上述人數／選擇中心以外場景拍攝，價錢另議。

自選組合

A \$200/10張

B \$350/25張

C \$600/50張



*相片將於3星期後才發放，敬請留意。

到訪中心拍攝服務

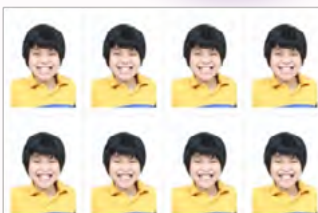
本中心將於下列日子為個別有興趣之社區人士提供拍攝證件相片服務(不包括回鄉證相片拍攝)

日期：27/4，25/5，29/6 (星期一)

時間：下午5:30-6:30

收費：\$10/8張(不連相底)，相底光碟每輯\$10/1隻

有興趣者可於使用服務前一星期致電本中心預約，以便安排人手提供服務，相片製作約一星期，敬請留意。



如有查詢，歡迎致電本中心與計劃負責人何婉棋姑娘或繆旭賢先生聯絡。

為生日的您送上祝福

中心已為4-6月生日的會員準備了小禮物，生日會員可憑會員證到中心換領禮物，現附上本季生日會員名單，願大家也為他們送上祝福：

惠儀、寶怡、柱華、子晴、梓澄、栢滔、淨容、愷盈、枝強、賢慶、穎書、偲衡、詠欣、紫彤、溥康、惠琮、樂恩、志傑、聖明、子鈞、承祐、秉錡、文釗、泓校、愛玲、志鈴、文瑄、崇熙、志芳、文慧、可瑩、詠紅、進來、賽娥、富年、佩仙、燕琴、錦洲、俊強、詠琳、雅麗、德好、德興、俊威、雪儀、兆基、鉅德、志雄、穎恩、晔澄、曉嵐、曉彤、秩綿、凱蕾、志豪、諄哲、麗琴、嶸峰、振雄、盛涌、卓惺、德昌、宥勝、嘉娟、世偉、家銘、錦章、玉環、展浩、宇軒、淑君、志文、永棋、子威、邦妮、振雄、綺華、志明、澤楠、海璇、志紅、黎水、楊剛、

Rai Adharsha

更新日期：22/1/2020



“福音園地”

不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。

馬太福音 6:34



服務質素標準 (一)

服務資料

政策目的：此政策及相關的程序旨在確保本會服務單位製備清楚明白的服務說明資料，隨時讓公眾人士查閱。

1. 本會備有網頁供有興趣人士閱覽 (<http://www.wjcs.org.hk>)
2. 本中心備有網頁供有興趣人士閱覽 (<http://dsc.wjcs.org.hk>)
3. 公眾查閱資料一覽表張貼於心悅坊
4. 各類單張存放在誼情天地單張架上供索取
5. 中心按分派名錄寄發服務資料予有關人士本會網頁中心網頁
6. 視乎需要，有關資料可以由職員向個別會員及其家屬解說



本會網頁



中心網頁



員工架構圖



本會年報

考考你 有獎問答遊戲

請圈出正確答案

1. 公眾查閱資料一覽表張貼於哪裡？

- A. 誼情天地
- B. 心悅坊

2. 中心備有網頁供有興趣人士閱覽？

- A. 有
- B. 沒有

上期正確答案：1. A會 2. B不是

意見收集站

本中心深信良好的溝通對提供優質及適切的服務是非常重要的！歡迎大家寫下寶貴意見，讓我們藉以作參考及改善。謝謝！



會員申請須知

入會資格： 居住於元朗區內之殘疾人士

入會費用： 每年\$21

申請手續： 1. 親臨本中心及填妥申請表格

2. 申請人之近照1張

3. 連同身份證及殘疾人士登記証等證明文件以便核對

會籍期限： 會籍有效期為一年（以每年4月至次年3月作計算）

會員福利： 1. 凡加入成為會員者均可獲贈精美迎新禮品1份

2. 每季獲贈中心《圓蔭》一本

3. 參加中心舉辦之活動

4. 專享中心會員福利



小組 / 活動報名須知

1. 中心舉辦之活動將於每季（1至3月）、（4至6月）、（7至9月）、（10至12月）刊列於《圓蔭》內，並張貼於中心壁佈板上，以供會員閱覽。惟《圓蔭》內之活動資料如有更改，恕不另行通知。
2. 凡持有效簽發之會員証者，均可填寫活動報名表格參與本中心舉辦之活動。如有需要，可向接待處職員索取或登入<http://dsc.wjcs.org.hk>網頁下載有關表格。
3. 會員享有平等參與活動的機會，如報名人數眾多，將以抽籤方式處理，中心保留最終之決定權利，會員不得異議。中心之活動不設留位或電話報名。
4. 會員須於活動截止報名當日或之前，將簽妥的活動報名表格交回中心或職員辦理報名手續。
5. 活動中籤名單張貼在中心壁報板，會員及家人可自行查閱，而後備名單可向接待處查詢。
6. 中籤者須於指定日期或中心開放時間內繳交活動費用，中心將發出收據確認參與資格，逾期者當棄權論。繳交費用請自備輔幣；以銀行入賬方式付款者，可將應繳款項存入香港上海匯豐銀行 004-508-077-310-002，中心以收取正本收據作為落實繳費之依據；若以劃線支票付款，抬頭請填寫「Wai Ji Christian Service」或「基督教懷智服務處」。所有活動繳費後(除因中心改期或取消外)將不設退款，亦不接受轉讓或轉換。
7. 元朗區會員獲優先安排參與本中心舉辦的小組／活動。
8. 會員應留意每次活動集合地點和時間，中心在一般情況下不另行個別通知。
9. 如遇上會員無故缺席三次小組活動，名額將由後備名單之會員補上。
10. 戶外活動如遇上惡劣天氣時，即在活動前兩小時天文台仍懸掛三號風球或以上、紅色或黑色雷暴警告，所有戶外活動均會改期或取消。會員亦可致電本中心(2442 3225)查詢。
11. 活動前兩小時，如天文台發出八號風球或黑色暴雨警告訊號，所有未開始之服務可獲得退款安排。
12. 會員請保留活動收據，若活動由中心改期或取消，會員可憑收據於兩星期內辦理退款手續，逾期無效。
13. 根據本會之個人資料收集守則，會員填報的資料均只供報名、統計及聯絡之用，一切資料絕對保密。
14. 低收入會員及其家庭可按需要申請「服務收費減免計劃」，有關詳情可向社工查詢。

後備名額登記須知

1. 中心之活動於額滿後，會把未能中籤之會員自動登記成為後備參加者。
2. 中籤的後備參加者將由中心個別通知，並須於通知後3天內繳付費用確認。
3. 如未能在指定時限確認參與，活動名額將給予另一位後備參加者。

備註：如屬社區照顧服務類別，詳情請參閱有關計劃服務須知。

中心位置



巴士 68A 青衣鐵路站 ↔ 朗屏
76K 清河邨 ↔ 朗屏
268B 紅磡碼頭 ↔ 朗屏鐵路站
268C 觀塘碼頭 ↔ 朗屏鐵路站

港鐵巴士 K66 大堂 ↔ 朗屏
K68 元朗工業邨 ↔ 朗屏
K73 天恒 ↔ 朗屏
K74 天瑞 ↔ 朗屏

輕鐵

豐年路

610, 614, 615 屯門碼頭 ↔ 元朗
761P 天逸 ↔ 元朗

港鐵(西鐵綫)
朗屏站B2出口

小巴

77 天水圍/落馬洲 ↔ 朗屏

《颱風及暴雨》時中心之運作情況

天氣情況		▲ 8	⬇ 3	T 1	Black 黑	Red 紅	Amber 黃
中心開放		×	✓	✓	✓	✓	✓
活動/訓練	戶外	×	×	✓	×	×	✓
	室內	×	✓	✓	×	✓	✓

*如遇上惡劣天氣，欲了解小組/活動提供情況，建議參考P.19 小組/活動報名須知或致電中心查詢。

中心開放時間

時間	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時至下午6時	✓	✓	下午2時至下午6時	✓	✓	上午9時至下午5時	休息

如閣下不想再收到本中心的資訊，請透過電話或電郵，與中心職員聯絡。

地址: 元朗朗屏邨繡屏樓地下一室
網址: dsc.wjcs.org.hk

電話: 2442 3225
電郵: dscwj@wjcs.org.hk

傳真: 2442 3227



香港公益金贊助