

主辦機構



聖公會聖匠堂社區中心  
S. K. H. HOLY CARPENTER CHURCH  
COMMUNITY CENTRE

捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金

# 龍情

## 香港賽馬會社區資助計劃 龍城社區網絡計劃

2023年  
12月幸福號

幸福是沿途有您



聖公會聖匠堂社區中心  
Facebook



九龍紅磡戴亞街一號四樓聖公會聖匠堂社區中心

☎ 3960 4380

🌐 <http://hccss.holycarpenter.org.hk/>



Operated by  
Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council Limited  
由香港聖公會福利協會有限公司營運

### 計劃簡介

計劃於2005年4月起獲香港賽馬會慈善信託基金資助，推行香港賽馬會社區資助計劃 — 龍城社區網絡計劃，計劃主要服務九龍城區內的基層家庭：

兒童及青少年

新移民

低收入家庭

### 計劃目標

凝聚家庭成員，促進彼此正面溝通及鞏固家庭支援網絡。本計劃積極鼓勵基層家庭參與地區工作，從而接觸不同社群，增進彼此的認識及了解，加強對社區歸屬感，建立和諧、共融的社區。

### 申請程序

歡迎九龍城區綜合家庭服務中心、學校、家庭支援網絡隊、地區非政府組織轉介個案，計劃社工會聯絡及面見申請者

致電中心  
預約時間

親臨中心  
填妥表格

面見社工  
提交文件

完成申請成為

# 龍城之友

**對象：**九龍城區內基層家庭  
**查詢：**3960 4380  
社區中心社工  
(李先生/鄺姑娘/黎先生)

#### 中心開放時間

星期一至五：9:30am-1:00pm  
2:00pm-10:00pm

星期六：9:30am-1:00pm  
2:00pm-6:00pm

#### 地址：

九龍紅磡  
戴亞街一號四樓  
聖公會聖匠堂社區中心



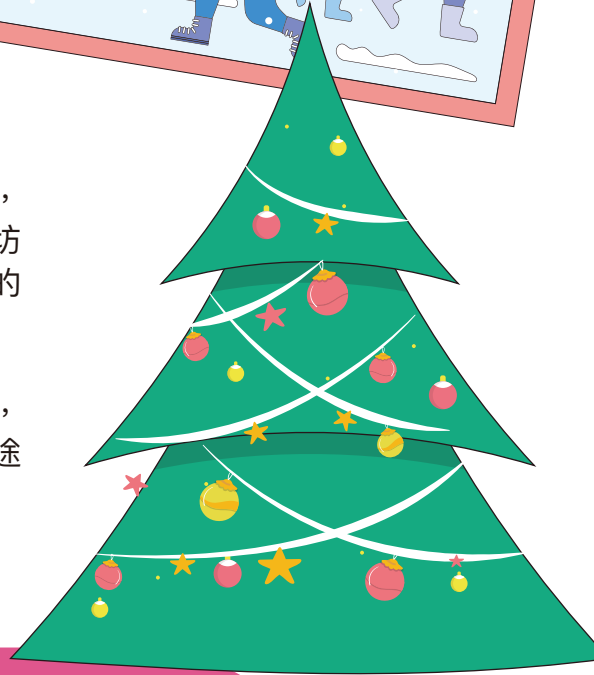
2023年來到12月，是個洋溢聖誕氣氛的日子。回想孩童時的我，最期待是交換聖誕禮物的時刻。學生時的我喜歡與朋友共渡，現在的我喜歡在節日陪伴家人，在一起的感覺已經很滿足。

## 聖誕是...

聖誕亦是學習感恩、愛與付出的日子。感恩2023年讓我認識到很多身體力行地去服務社區的同路人，包括同事，社區團體，社區義工及龍城之友。甚麼是最好的禮物？我認為「愛」與「陪伴」就是最好的禮物。帶著愛，你更能用心去做每一件事，每一年的事。

未來社區中心的服務繼續以幸福感為主軸，每期集中分享不同的幸福元素，並邀請街坊朋友投稿分享生活中微小而感幸福與滿足的事(小確幸)，期待你們的參與。

今年是我第二個在「聖匠」渡過的聖誕節，讓我們一同懷抱希望迎接2024年，盼望沿途繼續與您同路同行，因為幸福是沿途有您。



## 新同工介紹

大家好，我是新加入聖匠堂社區中心的社工Tobey鄺姑娘，期待日後與各位龍友和義工見面及交流。空餘時間我喜歡留在家中陪小貓玩耍，亦喜歡看不同類型的書籍、電影，能夠不斷吸收新知識對我以言是最有幸福感的事，可以透過學習不同技能再運用去幫助他人或互相分享是我其中一個快樂來源。幸福不一定是一件大事，每天能夠有力量做同一件重複的事已經很滿足。如果大家有不同的技能，歡迎到中心與我分享。



計劃社工鄺婉靜 Tobey



除了工作與學習，也要分配時間參與中心戶外活動與家庭成員出外玩樂



新加入龍城計劃的街坊透過活動互相認識、互相分享、互相支援



參與義工領袖培訓，提升義工技巧，協作籌辦活動，繼續用心支援社區不同人士





中心的衣車組義工為社區人士修改衣服



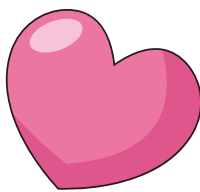
與凝動香港體育基金合作讓兒童及青少年接觸不同新興運動－劍擊



疫情後與朋友們參與普拉提班增強身體質素，保持健康



參與不同的活動，可獲得不同新的體會，更可享受那特別的快樂時光



放慢生活節奏，享受活在當下的時間，中心舉辦身心鬆一ZONE活動，參與街坊以頌鉢為自己注入正面能量，從新出發



自我接納

影相不單是一門藝術，更可用相片認識自己，反思自我，接納自己當下的狀況



藝術創作可以讓兒童發揮創意，更可將獨特的成果送給最愛的人！

# ❤️ 幸福生活元素 ❤️



運動品牌lululemon早前發表第三份年度《全球幸福感報告》，當中亦有統計香港區的幸福指數，只有15%香港受訪者認為自己達至整體身心幸福，而當中受訪者表示缺乏時間和空間運動是香港人身心幸福受阻的最主要因素。

## 報告建議三個方法，鼓勵大眾改善身心幸福： 改善運動空間

受訪者認為運動場所應能讓人感到安全、無拘無束及共融。過半受訪者認為成為運動社群的一員可令他們更有動力鍛練身體。

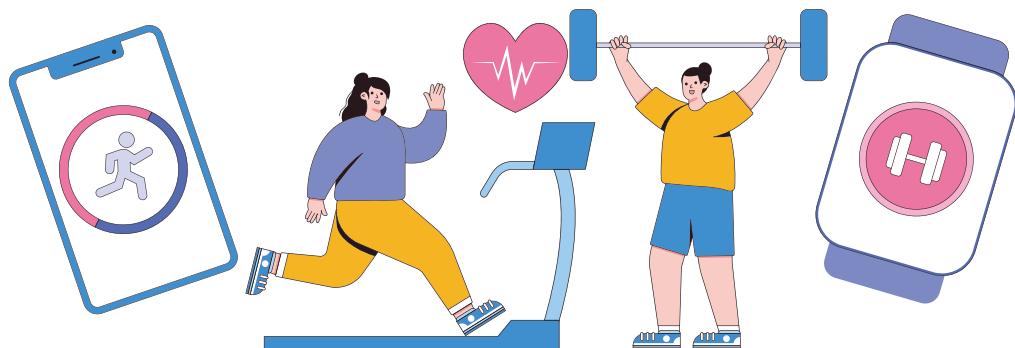
## 與其他人一起運動

過半受訪者認為成為社群的一員增加他們做運動的動力，幸福感較高的受訪者中有75%反映，現在較疫情前更常與他人一起運動（幸福感較低的受訪者中只有26%表示現在較疫情前更常與他人一起運動）。

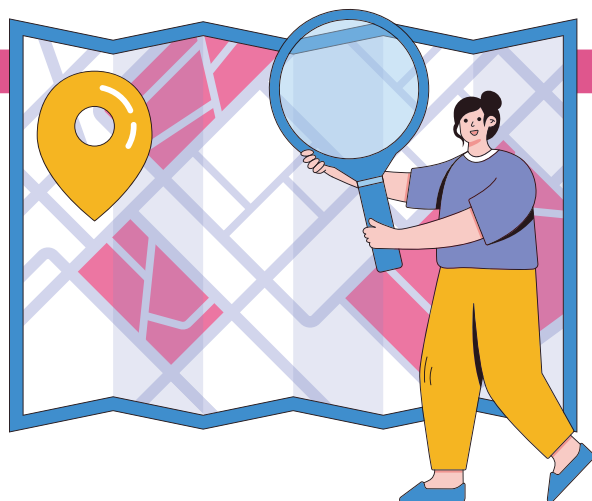
## 積極表達情感

幸福感較高的受訪者中有85%傾向積極表達自己於友誼、人際關係和家庭方面的需求（幸福感較低的受訪者中只有65%傾向積極表達自己於友誼、人際關係和家庭方面的需求）。

資料來源：《2023年全球幸福感報告》 2023 Global Wellbeing Report (lululemon.com)



各位街坊在日常生活中有否面對以上的煩惱？我們區內設有多個運動場地，以下介紹三個「龍城運動點」，鼓勵街坊可以與你的親朋好友一同到訪，分享做運動的樂趣。



## 聖匠堂社區中心

紅磡戴亞街一號

中心設有不同恒常運動班組，如上述調查分享，與其他人一起運動有助增加做運動的動力。

活動：

- 全人發展服務 — 跆拳道、排排舞、伸展運動班
- 龍城社區網絡計劃 — 普拉提、消脂瘦身運動 [身心鬆—Zone系列]



## 大環山公園

紅磡環海街

這是紅磡最近海邊的一個公園，可以看到整個維港的景色，公園內設有不同運動設施：籃球場、足球場、海濱長廊等，亦設有游泳池，偶像電視劇也

在此游泳池取景。



## 青州街遊樂場

紅磡青州街

設有多個籃球場及排球場，是喜愛球類活動的街坊聚腳點，彼此切磋競技。

我們每天都會遇上不同的事情，影響我們的情緒，可能令我們感到喜樂，亦有可能令我們悶悶不樂。原來愉快情緒可以透過每天的反思和練習建立，讓我們用「好心情」面對「壞事情」。機構「Action for Happiness」由三位英國人成立，希望透過不同行動建立一個更快樂和仁慈的世界，當中一個行動是推動每月幸福挑戰，鼓勵每人都可以透過挑戰逐步在日常生活中建立幸福感。



今期與各位分享其中一項有關愉快情緒的每月幸福挑戰，大家可以在日常生活中嘗試：



## 每月幸福挑戰 — 愉快情緒

1	拍一張讓你感到快樂的相片並與人分享	<p>讓你感到快樂的相片：</p> <p>你與誰分享：</p>
2	吃讓你感到快樂的美食並仔細品嚐	<p>讓你感到快樂的美食：</p>
3	聽一首令你振奮的歌曲	<p>令你振奮的歌曲：</p>
4	到郊外去，享受大自然環境	<p>你去了那個郊外地方：</p>

各位街坊可嘗試挑戰並紀錄在上表，逐步建立「愉快情緒」。如你完成其中兩項挑戰，可帶同「龍情」親身到中心向計劃職員換領「幸福小物」乙份，鼓勵各位踴躍參與！






# 街坊投稿分享

## 匠城小確幸

與人分享是快樂及有意義的事。「匠城小確幸」龍情徵文活動，收到了不少龍城之友及義工投稿分享生活中微小但感幸福與滿足的事 — 屬於他或她的「小確幸」，讓我們一起細閱，用心感受那獨特的幸福感。

生活中有很多感幸福與滿足的事，但令我最緊記的幸福事就是我女兒。我是一個單親家庭的媽媽，並生了一位女兒，女兒自小乖巧，她得知我工作辛苦，她會幫我買菜和煮飯。到她長大成人她不忘母親恩，當我生日、母親節、過新年等節日，也會給予我驚喜並與我相聚，從而讓我感覺到幸福與滿足。最後，亦感謝一路以來的信仰，感謝天主耶穌一直贈送幸福快樂在心中，讓我得到滿足與安慰。

龍城之友 Mary Deng

A photograph showing a woman in a black top and glasses holding a young child in a blue shirt. Another child in a white shirt is standing next to them, making a peace sign. They are in a lush green forest with a large log on the ground. A faint rainbow is visible in the background, arching over the scene.

你們看過日出嗎？我相信每個人都看過，而我的媽媽是每一天都能見到日出的人。爲什麼呢？5:30媽媽的一天開始啦，梳洗完畢後在窗邊晾衣服，這時太陽徐徐升起，陽光照射在媽媽充滿歲月的臉上。6:40媽媽急促的聲音響起，打破了我睡夢中的寧靜。7:10媽媽一手拿着我的書包一手拖着我出門了，嘴上不停嘮叨着：快點啦，遲到啦！到學校門口會給我一個大大的擁抱與吻，我最享受這一刻。媽媽就轉身匆忙離開去上班啦，看着媽媽的背影，她是那麼的偉大那麼的強大，感慨自己真幸福。直到接我放學，洗衣做飯，輔導作業，直至我睡覺，媽媽還要收拾屋子，辛苦的一天在22:00結束，這時媽媽才有短暫屬於自己的私人空間。多麼平常的一天，媽媽辛苦了，她沒有怨言沒有抱怨，日日重複。媽媽是怎麼在睡夢中聽到我哼哼唧唧的的聲音然後強撐睡意醒過來並說媽媽在這兒的。媽媽是怎麼和太陽公公比早起與勤勞的。媽媽是怎麼長出千隻手照顧着我與這個家的。媽媽是怎麼.....只要一句媽媽，她永遠說媽媽在這裡！ 媽媽我愛你，爲什麼那麼愛媽媽，因爲她是這個世界上我傷心難過時唯一能和我共情的人，她甚至比我更難過。我不敢描述母愛怕把她描述得太渺小，媽媽你伴我成長，我伴你左右，努力成爲你的防彈衣！

龍城之友 娜娜

## 匠城小確幸

抗疫期間，家中寬頻壞了，要找電訊師傅上門維修，由於怕感染，所以我將大門打開，讓空氣流通。突然間，鄰居的年青小夥子，衝入我家，我突然恐慌起來，然而他隨即在我面前，遞上一盒口罩，原來他擔心我這個長者沒有口罩，想送一些給我，而他表示按門鐘送上，又覺得不好意思，正好今天他見我打開了大門，便把握時機入屋送上，雖然被「嚇了一跳」，但他的舉動讓我感窩心、幸福與滿足！

義工 飛菲



今年九月，女兒入讀基道小學一年級，而我作為家長第一次參加女兒學校的親子運動會，雖然有點緊張，但是也很興奮很開心，可以與女兒一起經歷新事項！運動會開始時各班排隊並做熱身運動，接著就是學生的個人比賽及親子比賽，最後我們班得到了全場的季軍。在比賽當中，我發現女兒很投入，很認真參與比賽，在平時從未見過的，很開心可以在運動會中見到女兒這一面。同時我也發現到無論做什麼事，陪伴與合作真的很重要，感謝有這機會與女兒一同參與及經歷，更可貴是發現她的認真與投入。最後參與這次的親子運動會，我感覺好開心，收穫也很多，好幸福啊！

龍城之友 Lily

那天，我乘飛機前往探望兒子，飛機過了起飛時間，還停留不動。機長宣布因跑道擠塞，所有飛機需要輪候等待起飛，這一等竟然需延遲三個小時，我如熱鍋上的螞蟻，非常焦急。而基於我要轉機的關係，這一次延遲恐怕趕不上了，但我仍抱有希望。為了趕上下一班飛機，我找尋機組人員協助，很慶幸空姐們為我安排在前排位置，並將我的行李放入她的專櫃，方便我第一時間拿起行李就可以離開。而期間，空姐們持續的協助我聯絡轉機櫃位並向我更新航班資訊。隨後，告知我將乘的那班機也延遲了，而當降落後，機內乘客亦讓位置給我先行離開。最終，我也成功趕得上航班，而我也鬆了一口氣。回顧整件事，感謝遇上一群有愛心的人，雖則素未謀面，但也盡力協助，世界真是美好啊！感恩！

義工 美蘭

# 「每月活動推介」介紹

從10月開始，每月推出「活動推介」，亦設有 QR CODE，供各位「一掃」進入報名表格，報名心儀的活動。活動推介除了在網上發佈外，亦會在中心和外展街站中實體派發，歡迎取閱與你的鄰里分享。希望各位街坊多多支持。

## 每月活動推介單張

「一掃」QR CODE直接進入報名表格



龍城之友

2023年12月活動報名 - 龍城社區網絡計劃

感謝你有興趣參與12月份計劃活動。  
如有興趣了解活動詳情，請參閱12月份活動推介  
[詳見: Whatsapp龍城群組 / Facebook專頁「聖公會聖匠堂社區中心」 / 親臨中心]  
查詢: 致電 3960 4380 / Whatsapp 9205 6563 計劃社工 黎生/李SIR/嚴焜

更方便



聖公會聖匠堂社區中心  
S.K.H. HOLY CARPENTER CHURCH  
COMMUNITY CENTRE

香港賽馬會慈善信託基金

### 龍城之友 十二月活動推介

「織福紅繩」時間銀行 x 龍城計劃 社區活動

社區活動

**芬蘭木棋**

芬蘭木棋是一個北歐傳統運動，簡單容易上手，玩法似保齡球，可以鍛鍊眼界及身手。歡迎你來參與，享受運動樂趣

日期: 2023年12月1、15、22日(五)  
時間: 上午10:30-11:45  
對象: 龍城之友  
名額: 8位  
費用: 全免/免時分  
地點: 中心4樓禮堂  
查詢: 計劃社工 李SIR  
(39604355 / WhatsApp 96023114)

**照顧者健康講座及兒童繪本伴讀**

由企業義工向照顧者分享健康知識及服務稱物注意事項，並會向參與人士送贈保健食品禮包，企業義工也會與參與兒童分享繪本，讓照顧者可以「鬆一鬆」

日期: 2023年12月2日(六)  
時間: 下午3:00-4:00  
對象: 龍城之友及社區人士  
名額: 10戶家庭  
費用: 全免  
地點: 本中心301室  
查詢: 計劃社工 黎生Sunny  
(39604335 / WhatsApp 92056563)

**睡覺講座 - 輕鬆睡得好**

都市人常遭受失眠之苦，睡眠不足影響精神和生活，甚至令我們造成壓力，你想一夜好眠嗎?本講座邀請註冊護士講解失眠原因及改善方法，建立良好的睡眠習慣，讓我們都能擁有一個好眠的夜晚。

日期: 2023年12月5日(二)  
時間: 上午10:30-12:00  
對象: 社區義工/龍城之友/九龍城區居民  
名額: 20名  
費用: 全免  
地點: 本中心303室  
查詢: 計劃社工 李SIR  
(39604355 / WhatsApp 96023114)

歡迎掃描 QR CODE 進入網上  
表格報名，亦可致電/  
Whatsapp同事查詢活動



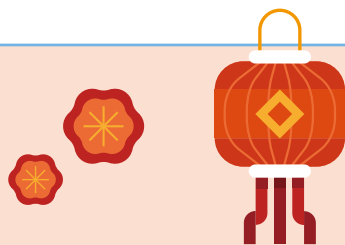
## 重點活動推介

2月份共享墟除了繼續有物品分享外，亦會設有多個技能分享及遊樂攤位，預早與各位街坊慶龍年。

日期	時間	對象	名額	費用	地點
2024年2月3日 (六)	下午2:30-5:00 共兩場	龍城之友及 社區人士	80位	全免	中心禮堂4樓

報名方法: 可留意1月份活動推介

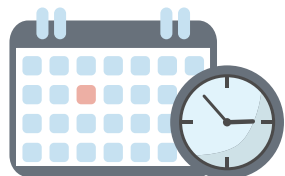
查詢: 3960 4335 社工黎生



# 時間銀行計劃介紹

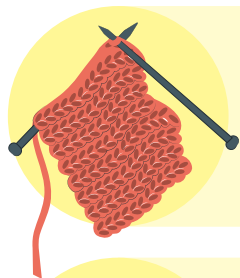


由社區投資共享基金資助的「織福紅磡」時間銀行計劃旨服務九龍城區社區照顧者，在紅磡邨、家維邨及紅磡選區(蕪湖街、機利士南路一帶)推行一系列活動，以關注身心健康為介入點，招募及培訓社區人士成為樓長，並配對區內有需要的家庭照顧者(照顧兒童及長者)，協助紓緩照顧者的壓力，提升身心健康，建立家庭照顧者鄰里互助網絡。



計劃同時以「時間銀行」存取制度運作，參與者透過付出服務「存放時分」，並在有需要時「使用時分」換取服務，鼓勵「家庭照顧者」及居民於日常生活中互助互惠，共同實踐「關顧樂同行，施受共時分」的精神！

## 計劃活動精選



### 編織義工團

活動由社區導師帶領，招募對編織有興趣或有技能的婦女，學習技藝同時為不同社區群體提供編織作品

時間：逢星期三 下午 1:30 – 3:00

時分收費：+90時分/每節



### 社區書法班

活動由社區導師帶領，教導社區人士書法技藝，從中享受閒暇，提升身心靈健康

時間：逢星期三 上午 10:30 – 下午 12:30

時分收費：免時分活動



### 身心康體組 — 太極班

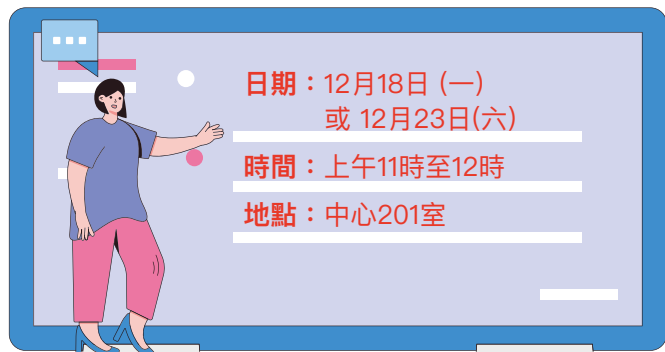
活動由社區導師帶領，予社區不同年齡、階層人士參與定期太極健體活動，提升對身體關注

時間：逢星期一 上午 10:00 – 11:00

時分收費：免時分活動

如欲成為樓長或對活動感興趣，  
歡迎參加活動簡介會：

報名請向計劃負責社工  
李姑娘 3960 4392 聯絡



## 在職家庭津貼

### 申請資格：

- 申請住戶(包括1人住戶)達到工時要求，而住戶的入息及資產符合有關限額。
- 如欲申請計劃的兒童津貼，合資格的兒童必須為15歲以下，或介乎15至21歲，並正接受全日制教育（專上教育除外）。



非單親及單親住戶每月總工作時數要求：最低 **36** 小時  
單親住戶

最低 **144** 小時  
非單親住戶

每月每個住戶的津貼：\$500 – \$1400

每月每名兒童的津貼：\$700 – 1400

\*需視乎申請住戶總工時及入息

有關申請津貼的最新入息及資產限額，請參閱在職家庭津貼辦事處網站  
<https://www.wfsfaa.gov.hk/tc/index.htm>

### 所需證明文件：

#### 工時

僱傭合約  
出勤記錄  
僱主提供的工作時數證明書

#### 住戶入息

糧單  
薪金收據  
僱傭合約  
銀行月結單或存摺  
僱主提供的入息證明書

#### 住戶資產

銀行月結單或存摺  
保險計劃結單  
投資結單  
車輛或船隻登記文件

### 遞交申請辦法：

#### A. 網上申請

<https://www.wfsfaa.gov.hk/tc/index.htm>

#### B. 文本申請表格



申請文件可於網上下載或於以下地點索取：

1. 本處轄下的在職家庭津貼辦事處
2. 本處轄下的學生資助處
3. 勞工處各就業中心及各行業性招聘中心
4. 社會福利署各分區福利辦事處
5. 社會保障辦事處
6. 綜合家庭服務中心
7. 民政事務總署各區民政諮詢中心

有關本津貼最新資訊，請參閱在職家庭津貼辦事處網站 <https://www.wfsfaa.gov.hk/tc/index.htm>

## 「匠心園」紅磡過渡性房屋項目

香港聖公會福利協會有限公司（本會），在獲得政府的撥款支持下，於聖匠堂社會服務大樓興建「匠心園」紅磡過渡性房屋，提供18個過渡性房屋單位，幫助基層家庭改善居住環境，同時透過所提供的社會服務，鼓勵入住居民積極參與活動，共建一個關愛、互助、共融的小社區。以下為本項目簡介，讓各位街坊了解更多：



香港聖公會福利協會  
HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL

# 匠心園

## 紅磡過渡性房屋項目



### 項目特色

- ✔ **交通便捷**  
5分鐘可達黃埔港鐵站  
設有多條巴士線來往港九新界
- ✔ **社區配套完善**  
十分鐘生活圈，鄰近街市及超市，  
可達大部分社區設施
- ✔ **佈局舒適 服務全面**  
設有升降機、每戶均設獨立洗手間  
24小時保安人員當值  
專職社工支援住戶需要

### 地點

📍 紅磡戴亞街一號5-6樓

**查詢熱線：3960 4357**

逢星期一至五 上午10時至下午1時 及 下午2時至5時  
公眾假期除外

網頁：<https://www.skhw.org.hk/zh-hant/>  
<http://hccss.holycarpenter.org.hk/>  
電郵：[hc\\_application@skhw.org.hk](mailto:hc_application@skhw.org.hk)

### 對象

- 👥 甲類申請人(最少80%的單位):  
已輪候公共租住房屋（公屋）不少於三年的人士/家庭\*，或
- 👥 乙類申請人(不多於20%的單位):  
居於嚴重不適切住房而合理地被視為有迫切需要接受社區援助的人士/家庭。

\* 詳情請參考申請指引  
所有資料以申請指引為準



申請指引

### 申請方法

📄 2023年12月13日起接受申請

須向房屋局過渡性房屋專責小組  
遞交申請表格

**項目編號：38**



房屋局  
過渡性房屋



聖公會聖匠堂社區中心  
S. K. H. HOLY CARPENTER CHURCH  
COMMUNITY CENTRE

## 培訓及職業發展服務

中心為僱員再培訓局課程委任培訓機構，提供多元化的再培訓課程，協助服務對象透過培訓後重投就業市場，在新職位持續工作，及在工作上有進一步提升。

**對象** 15歲或以上及副學位或以下學歷之香港合資格僱員（包括新來港定居人士）

**課程類別** 就業掛鈎課程—為失業人士而設的全日制課程（費用全免，提供再培訓津貼及認可證書，並提供就業輔導及轉介服務）；技能提升課程；通用技能課程；及新來港人士課程。

**全日制課程特色**

- 學費全免，可申請再培訓津貼—出席率達八成，可獲發放培訓津貼
- 就業跟進—出席率達八成的合資格學員，可獲3個月的就業跟進服務
- 認可證書—出席率達八成的合資格學員，可獲畢業證書

## 2024年開課 就業掛鈎課程

# 現正招生!

▶ **美容** 開課日期：2024年2月7日至3月5日

### 化妝助理基礎證書 (H038DS)

認識及掌握化妝助理的基本知識及技巧：

- 認識本港美容業的行業文化及要求
- 化妝技能訓練
- 髮型設計技術訓練

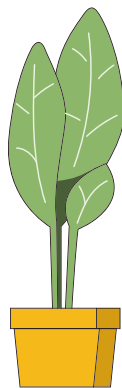


▶ **環境服務** 開課日期：2024年1月16日至2月27日

### 花店實務及花藝設計助理基礎證書 (HC045DS)

認識花店營運、店舖運作及花藝製作的基本技巧：

- 基本花束及花籃製作
- 節日花藝製作與櫥窗佈置技巧
- 婚禮花飾與宴會佈置技巧
- 葬禮花飾



► **中醫保健** 開課日期：2024年2月19日至4月16日

## 保健按摩基礎證書 (HC020DR)

掌握保健推拿及足部按摩的基本知識及技巧：基礎按摩理論；推拿按摩及足部反射區理論及手法臨床實習



► **中醫保健** 開課日期：2024年2月21日至4月9日

## 中醫診所助理基礎證書 (H061DS)

認識中藥配劑基礎概念、掌握正確的配藥流程、了解中藥倉存及診所舖面管理模式：現代中藥製劑學概念



## 職業治療助理基礎證書畢業重聚活動



## 全人發展服務

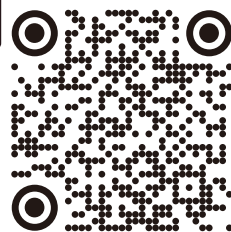
# 現正招生!

## 輕鬆齊學普通話

逢星期二中午舉行，\$480/8堂



中心舉辦跆拳道、普通話、跳舞及各系列伸展運動等班組，歡迎大家掃描此QR碼掌握最新資訊!



班組通過聆聽、朗讀、會話、拼寫等多方面的練習和課堂活動，來提升學員在聽、說、讀、寫普通話的能力。

名額有限，欲報從速!

# 歡迎成人及長者參加!

督印人：高級服務經理  
高寶琪  
印量：300本