

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



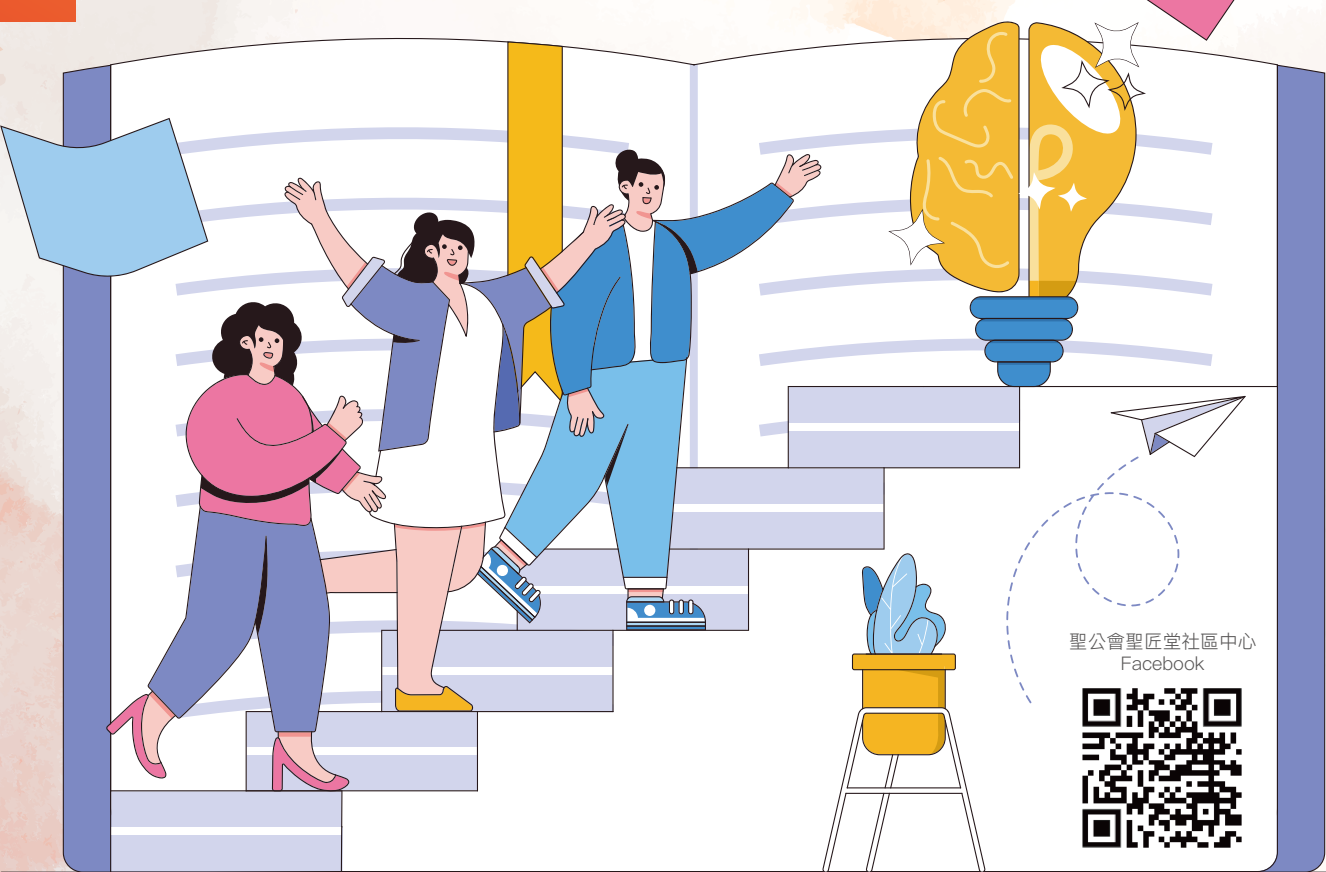
香港賽馬會慈善信託基金

龍情

香港賽馬會社區資助計劃
龍城社區網絡計劃

2024年
6月號

幸福是學習新趣



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
(鄭姑娘/黎先生/李姑娘)

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



幸福是

成就解鎖的經歷讓人相信自己及
他人都有無限潛能



上一次學習新趣，接觸新的學習是幾時？還記得當時的學習歷程嗎？

去年我修讀了一個與工作不相關的課程，過程比我想像中困難，除了付出心機和時間外，我卻體驗了一趟眼界大開的精華遊。過程中我認識了志趣相投的新朋友，對自己有新的發現，要接納自己的限制之餘，亦激發潛能，我發現原來我比自己想像中堅毅。後來當我有機會實踐所學，我發覺自信心和幸福感也提升了。

學習新趣的好處不是空談，而是我看見孩子、家長、義工、中心會員及學員因投入新的學習而改變了人生觀和態度的小故事。

- ✎ 我看見修讀僱員再培訓課程的學員，不但在課堂結識了新朋友，更會互相勉勵，在評核前一同回中心練習再練習，並肩跨過困難。當我看見畢業學員在重聚日穿上中心預備的畢業袍時，那份滿足喜悅的笑容，令我相當難忘。
- ✎ 我看見時間銀行計劃的成員學習鈎織，對部份成員是全新的學習，但過程所帶來的新鮮感和滿足感，成為推動成員積極投入地參與的重要元素。
- ✎ 我看見龍城計劃於5月舉辦的基礎衣車課程，由資深義工教授學員基礎車衣技巧，學習製作環保袋，更將製成品送給探訪對象，別具意義。我看見龍友踴躍地報名參加活動，對學習新趣的熱情，亦連繫到身體力行去關愛長者的善行。



學習新趣更是成就解鎖的經歷！如何克服困難，努力學習，在困難中找出阻礙前行之因素，並尋找適合自己的學習方法，自會有所突破。當然過程中可能要下一番苦功，但當達成目標，自會產生成功感，更加的全情投入。

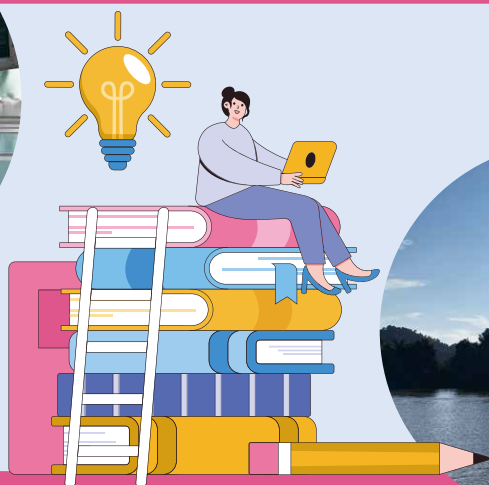
我深信每個人都擁有不同的潛能，待我們
在不同的人生階段去發掘，一同體驗
學習新趣所帶來的幸福感。

新同工介紹



你們好，我是剛加入聖匠堂社區中心的社工李姑娘，你們可以叫我「阿撈」。平日工作以外的時間，我喜歡學習和嘗試新事物，歡迎各位龍友或義工跟我分享你們所學。至於週末我多數會到戶外呼吸新鮮空氣，和朋友帶着小狗行山、閒聊、坐在海傍吹風，對我來說是很舒服、很幸福的事。生活中我們有大大小小的事情需要處理，有時候甚至感覺喘不過氣來，這個時候要學習停一停下來，深呼吸再繼續；往後試試這個練習，可能會有新的發現。邀請你們來到中心參與活動，跟我分享你們的想法和生活。

計劃社工 李翊瑩 Angel



大家好，我是新加入聖匠堂社區中心的計劃主任趙姑娘，很高興能夠成為中心的一員。我一直對社會公益和幫助他人充滿熱情。我希望能夠在這裡貢獻我的時間和精力，與大家一起努力，為需要幫助的人們帶來更多的溫暖和支持。我喜歡挑戰自我，並且樂於學習新事物。閒暇時，我喜歡閱讀、運動和旅行，這些愛好不僅豐富了我的生活，也讓我擁有更廣闊的視野和更開放的心態。閱讀讓我不斷吸收新知識，運動讓我保持健康的體魄，而旅行則讓我體驗不同的文化和生活方式，增強了我的適應能力和包容心。幸福感是多元的，每個人對幸福的追求和體驗可能有所不同，我期望能與大家有更多交流和見面的機會，不論什麼事情都歡迎各位來中心找我聊天，分享你生活中的大小事情。

計劃主任 趙嘉怡 Wincy



與人分享是快樂及有意義的事。「匠城小確幸」龍情徵文活動，收到不少龍城之友、義工及社區人士分享透過學習新知識而感到**幸福與滿足**，讓我們一起細閱，用心感受那獨特的幸福感。

街坊投稿分享

最近我參加了衣車班和珍惜食活動，這2個活動讓我很深的感受。珍惜食活動很有意義，部份食物有些少瑕疵而沒有人購買或丟棄，十分浪費食物，但其實大部份均為仍可安全食用的。在活動中，我們會篩選仍可享用的食物，並重新分配給有需要的人，讓我更珍惜食物和為環保出一分力。雖然有些水果瘀青，但只要切除該部分，用來煲湯或糖水，也是一種很好的處理方法。另外，我的縫紉「三腳貓功夫」在衣車前輩的指導下，突飛猛進，懂得車衣車褲。孩子的衣服再也不用花費金錢到外面找別人縫紉，活用自身技能。

龍城之友 阿媚



在2023年上完葡萄酒推廣員課程後，我在課程中學習到葡萄酒不同種類、年份的差異、產區的特性、鑑賞技巧……

葡萄酒就像諺語所說的「牡丹雖好，也需要綠葉扶持」，正如葡萄酒是飲食中的「綠葉」，它能夠為一頓晚飯增添無限魅力，突出食物的鮮味和特性，可以與互相輝映，讓你盡情享受食物的美味，亦能夠提升食物整體的風味，增加味蕾體驗。

以前我和親朋好友聚餐，我們只懂飲一至兩款葡萄酒，但在課程後的每頓聚餐中，我都將課堂知識應用在實際場景之中，我會因應不同的食物為他們推薦不同類別和款式的餐酒，它為餐宴作出細膩與協調的角色，而我亦能將葡萄酒美妙世界知識分享給大家，讓每人享用到一頓完美飯局。自此我們便多了歡聚暢飲，每次座上客因菜餚增添了深道和層次感都開始欣賞美酒與佳餚的配搭，而我們亦在享用時增進不少親友間的感情，這事讓我感到幸福及滿足，並激發起我對繼續學習及探索葡萄酒知識的渴望。

葡萄酒推廣員基礎證書學員 許妮娟





我是2023年參加僱員培訓局在聖匠堂舉辦的「花店實務及花藝設計助理基礎證書課程」的學員，在疫情期間，我們都是在只見花靚而嗅不到花香的情況下上課!全程師生都須要佩戴口罩上課。

我們老師非常年青，有豐富的專業知識，教學有條理，由淺入深；準備工作也是親力親為，搬花、取工具、把膠桶盛滿水……老師「嬌滴滴」，見她一人做着這「粗工」，我們立刻集合起來，很快便把工作做妥。同學也很快的熟絡起來；在分組練習時，更是合作無間，大家很快便達成如何把花插好的共識，我栽花泥，你剪花枝……很快便完成「作品」，還有時間清理垃圾及整理好工具!

時間也過得很快，大家都釋力以赴，我們都合格啦!

在聖匠堂上課實在是享受，師資、教學設備、課室環境都超水平。我們送了老師感謝咭，對她的教導表達感謝，大家還手捧「作品」拍了大合照。事後，聖匠堂為我們舉辦了個畢業禮；除了證書外，還為我們預備了畢業袍，很是窩心呢!禮成，茶點招待，言談甚歡!

花店實務及花藝設計助理基礎證書課程學員 筆名：「月羞軒主人」



我很開心能成為成為衣車義工組的一員，透過此活動，我不但能夠學識如何縫紉環保袋，更可以將製成品送給匠心園的住戶作禮品。還有，我能夠活學活用於日常生活中，為自己或身邊的人縫紉不同產品。學習新技能又能幫到人!

龍城之友 阿娣

「珍惜食」食物共享服務

活動由「Foodlink膳心連」捐出食物援助區內基層家庭。派發時間為每周五（每月最後一個星期除外）下午，食物包括水果、麵包及凍餅。

服務流程如下：



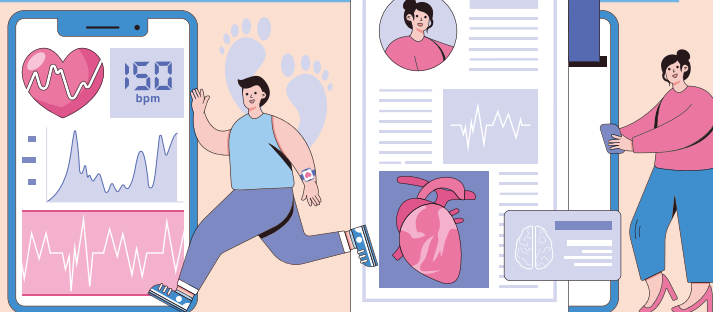
報名及查詢：3960 4331 / WhatsApp 9659 4089 社工 鄭姑娘

三高保健講座

講座與「嶺大賽馬會樂齡科技與智能安老計劃」合作，分享「三高保健資訊」，包括高血壓、高血糖、高血脂。亦會分享如何透過智能應用程式及科技工具，了解最新健康狀況及測量自身健康狀況。

日期	時間	對象	名額	費用	地點
2024年7月26日 (五)	上午10:00-11:30	龍城之友及 社區人士	20位	全免	中心303室

報名及查詢：3960 4360
社工 李先生/李姑娘



暑假學藝共享墟

8月共享墟主題為開學有禮，主要分享文具、教科書、區內學校校服等，亦會設有改衣服務攤位，希望在暑假期間為莘莘學子做好準備。

日期	時間	對象	名額	費用	地點
2024年8月17日 (六)	下午2:30-4:30 共兩場	龍城之友及 社區人士	80位	全免	中心禮堂4樓

報名及查詢：3960 4335
社工 黎先生



生活平衡



鉤織療癒心靈，一鉤一織的動作使人專注，遠離煩瑣事，充實了生活並與不同的人建立聯繫，而製作的鉤織品更能與社區人士分享那獨一無二的心意。



結伴同行



中心義工參與義工嘉許日營，一同分享義工活動點滴及一起同行策劃來年義工活動



愉快 情緒



手作藝術活動讓龍友發揮創意，經設計後的浮遊花瓶，閃爍美觀，使人感到愉快及滿足





親子義工於節日進行上門探訪，關心區內獨居長者



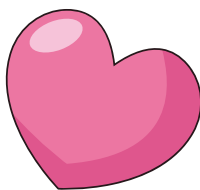
芬蘭木棋是流行的新興運動，簡單容易學習，讓參與者享受運動的樂趣



與朋友們參與消脂瘦身班，培養運動習慣，保持身心健康



書法班會員練習書法數月，在新年前夕為社區人士書寫揮春



聆聽頌鉢聲頻，讓自己放鬆身心，享受活在當下的時間，為身體重新注入能量



自我接納

藝術治療工作坊讓參加者從創作過程中認識自己，反思自我，療癒心情，接納自己當下的狀況



創造意義



園藝除了是個人興趣外，更可以作舉辦活動的主題，把園藝的樂趣與知識分享予社區人士

❤ 幸福生活元素 ❤

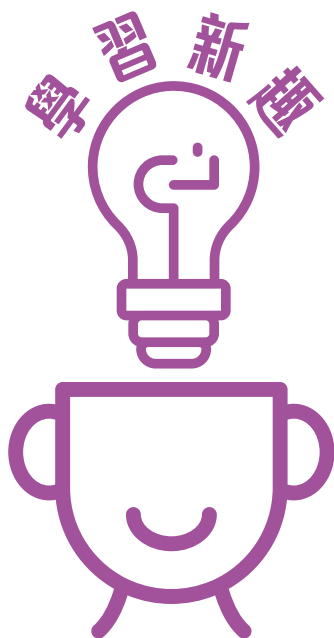
今期為大家介紹2項幸福生活元素－「學習新趣」及「生活平衡」

學習竟然可以為我們帶來幸福感？

學習竟然可以為我們帶來幸福感？帶來快樂感覺的神經傳導物質—多巴胺，原來會在我們學習新事物時釋出。

外國研究指出，新奇的經歷會使體內的多巴胺增加，不僅使我們對學習感到興奮，還想不斷重複這種經歷。同時，研究發現，沒有新的經歷和學習新的事物，會減慢我們的大腦速度，導致反應遲鈍；學習則有助我們的身心健康，延緩認知障礙症的發病和進程之餘，還有助防止智力減退。

學習的好處非常多，最重要的是使我們感到幸福和快樂。在學習新事物的過程中，我們會跟學習伙伴傾談，促進人際關係和社交，學習後更可以將知識與更多人分享，自己有得着之餘，還影響身邊的人。



活動推介

聖匠堂社區中心設全人發展服務、龍城社區網絡計劃活動，有不同類型的興趣班和工作坊，供不同年齡人士參與，例如：兒童及青少年跆拳道班、日夜間伸展班、輕鬆齊學普通話班、流行排排舞班。邀請你們來中心報名參加，學習不同的新事物！

凝動空手道課程



藝術治療減壓小組

身心鬆—Zone



幸福是生活中的平衡

需要在物質與精神、工作與休閒之間找到和諧，而身心健康、社交關係和情感滿意度是影響幸福感的重要因素。保持生活平衡可以減少我們的焦慮和壓力，提升幸福感。身體的健康和精神的滿足同樣重要，適度的休息和運動可以改善心情和增強幸福感。



活動推介

聖匠堂社區中心定期舉辦家庭遊樂活動，讓家長和小孩可以到戶外走走，平衡日常生活的忙碌，專注地欣賞展覽、遊走大自然，甚至是探索香港好去處。歡迎關注中心最新資訊，參與活動和大家一起享受忙碌裏的休閒。



盆菜晚宴



九龍城導賞團

相信大家從「學習新趣」和「生活平衡」的介紹中，也會找到一些啟發。
今期邀請大家

為自己訂立新挑戰

挑戰自己每月嘗試一種新的活動或技能，例如：

運動班組
(身心鬆一Zone、
日/夜間伸展班)

烹飪/烘焙
工作坊

手工製作
工作坊



例：

活動：

參與社區聚腳點
學習乾花相架製作

活動日期/

挑戰達成日期：

29/5/2024

透過這個活動我感到：

開心 / 滿足 / 平和 / 有趣

在活動過程中，除了學習乾花相架製作，我還認識到其他參與活動的街坊，大家互相傾談，氣氛樂融融。

1

活動：

活動日期/

挑戰達成日期：

透過這個活動我感到：

開心 / 滿足 / 平和 / 有趣

2

活動：

活動日期/

挑戰達成日期：

透過這個活動我感到：

開心 / 滿足 / 平和 / 有趣

3

活動：

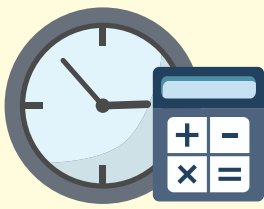
活動日期/

挑戰達成日期：

透過這個活動我感到：

開心 / 滿足 / 平和 / 有趣

通過這些小挑戰，你可以不斷拓展自己的興趣圈，讓自己享受到新鮮感、成就感，從而找到更多快樂。



織福紅磡時間銀行活動動向

「織福紅磡」時間銀行計劃踏入第2年了！計劃繼續推動及發展社區互助網絡，建立了不同互助小組回應社區需要，除了恆常的社區互助學堂、樓長會議等活動外，我們在今季亦發展了嶄新社區活動推動社區參與及發展互助文化：

計劃重點活動分享



手機操作班及手機諮詢站

手機操作日新月異，我們留意到社區朋友對學習手機需求日益增加，因此我們定期舉辦手機操作學習班，分享實用資訊及應用技巧，並提供預約的手機諮詢站供成員作個別學習。



家居維修隊

我們成立了家居維修隊，旨服務社區上有需要家庭進行簡易小型家居修膳及維修，並以支援區內有經濟需要及家庭需要的照顧者為主要服務對象。現今已服務超過20個社區家庭了！



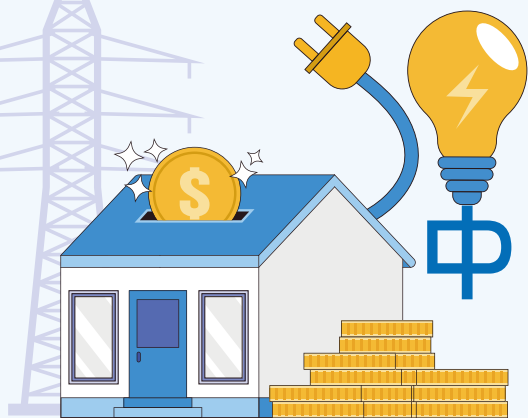
計劃最新發展



HIN CARE手牽守手機應用程式

「織福紅磡」時間銀行 HIN CARE手牽守應用程式已開始運作，成員可以透過應用程式觀看最新活動資訊，查看時分記錄，申請服務及換領時分獎勵。

報名及查詢：3960 4354 灑姑娘 或 3960 4392 李姑娘



中電基層家庭 電費補助計劃

本年度的補助計劃分為四大類別：

劏房住戶

必須為香港居民及持有香港居民身份滿一年，同時必須正在領取以下其中一項：

- 居住於環境惡劣的分間樓宇單位（俗稱「劏房」）；
- 居住單位內沒有獨立的中電電錶

現正接受申請

低收入家庭類別

必須為香港居民及持有香港居民身份滿一年，同時必須正在領取以下其中一項：

- 在職家庭津貼；或
- 綜合社會保障援助（綜援）；或
- 全額學校書簿津貼；或
- 幼稚園及幼兒中心學費減免計劃全免學費

中心申請名額已滿

65歲或以上獨居 / 雙老長者類別

必須為香港居民及持有香港居民身份滿一年，同時必須正在領取以下其中一項：

- 綜合社會保障援助（綜援）；或
- 長者生活津貼

未能在本中心申請

殘疾人士類別

必須為香港居民及持有香港居民身份滿一年，同時必須正在領取以下其中一項：

- 殘疾人士登記證；或
- 綜合社會保障援助計劃的交通補助金；或
- 公共福利金計劃的傷殘津貼

未能在本中心申請

申請程序

- 1 受惠人士必須經由已參與本計劃的社福機構或立法會議員或區議員提名及遞交申請
- 2 由社福機構或立法會議員或區議員核實受惠人士的資格，再由中電審批申請

申請日期

2024年3月27日 至 2024年7月31日

預計發放資助日期

2024年12月或之前

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**工作轉介服務**）；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7月- 8月就業掛鈎課程

現正招生!

▶ **環境服務** 開課日期：2024年7月18日至8月21日

花店實務及花藝設計助理基礎證書 (HC045DS)

- 認識花店營運
- 掌握花藝製作的基本技巧
- 包括基本花束、花籃、節日花藝與櫥窗佈置、婚禮花飾與宴會佈置、葬禮花飾與會場佈置等



畢業生作品

▶ **飲食** 開課日期：2024年7月22日至8月23日

茶餐廳廚吧助理基礎證書 (HC052DS)

- 行業簡介
- 茶餐廳食品及飲品製作



畢業生作品

▶ **健康護理** 開課日期：2024年8月12日至9月13日

物理治療助理基礎證書 (HC057DS)

- 認識物理治療的定義及概念
- 基本疾病認識及物理治療的基本技巧
- 認識及使用物理治療儀器



▶ **健康護理** 開課日期：2024年8月19日至9月14日

陪診員基礎證書 (HC037DS)

- 長者疾病認識及日常護理技巧
- 急救處理的基本認識
- 陪診服務基礎知識及認知障礙症認識



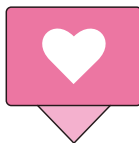
▶ **飲食** 開課日期：2024年8月9日至9月20日

調酒員基礎證書 (HC064DS)

- 認識酒的種類來源及酒杯分類
- 學習雞尾酒品種分類及調製
- 紅白餐酒入門認識
- 認識酒吧基本運作



全人發展服務



現正招生!

暑假 將至，如何善用閒暇或者趁機增值自己呢？今年中心提供了不同系列的暑期課程，包括社交成長、體育運動、學術語文等，歡迎大家掃描此QR碼查閱更多資訊！



暑期課程資訊



恆常班資訊

輕鬆齊學普通話

逢星期二中午舉行，\$480/8堂

班組通過聆聽、朗讀、會話、拼寫等多方面的練習和課堂活動，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！

跆拳道B班 (青少年)

逢星期五晚舉行，\$500/12堂

班組教授學生跆拳道技巧之餘，亦講求紀律。課程每兩個學期設升級試評估學生程度。

歡迎12歲以上的
青少年參加！

督印人：高級服務經理
高寶琪
印量：300本