



心滿意築

通訊

7



踏入2022，人們都期待新的開始到來，「**新年快樂**」「**Happy New Year**」是大家都會看到或聽到的祝福語，相信人人都希望得到快樂。快樂的基礎來自平安，當人感到穩妥安舒時，自然就會獲得快樂。

俗語說：「**平安**」二字值千金。可看出「平安」是非常貴重的東西，特別在疫情仍在的日子，究竟怎樣才獲得平安？是否身體健康就必定有平安？當然生病會令人不安，但聖經中有一句說話：「**心裡喜樂就是良藥**。」原來當我們生病時，不是單單藥物到便能病除，心裡感到穩妥安舒而帶來的喜樂，才是良藥啊！

「**就算世界刮著狂風暴雨，我心仍是穩妥安舒**」（詩歌《平安》的歌詞）詩歌中提及無論身內及身外的環境就算多惡劣，我們的心仍可獲得平安的。看來平安、喜樂不單單來自身體健康（無病無痛），也來自心靈的康泰！祝願大家有個真正快樂的新年！



以下跟大家分享在過去10/2021-12/2021的活動概況：

活動項目	活動內容	舉行日期	參加人數/人次	負責人/講者
健康市集： 健康評估服務	量度身高、量度體重、 BMI體重指標、脂肪、肌力、 量度血壓、檢測血糖指標、 黃斑病變篩查、少肌症檢測、 量度手握力、健康諮詢服務	30/10/21 27/11/21 18/12/21	參加人次: 94 服務總人次:811 義工總人次:37	羅姑娘 黃先生 義工團隊
健康講座	認識腦退化症及支援照顧者	23/10/21	5 人	黃先生
護士與我： 健康講座	認識肝臟	13/11/21	14人	羅姑娘
遠離糖尿病 協作計劃	與香港大學護理學院合辦 糖尿病風險篩查活動	30/10/21 27/11/21 18/12/21	8人	羅姑娘
認知障礙 小組活動	透過遊戲提升參加者的記憶認 知能力	星期三 14:30-16:00	63人次	黃先生
中心約談	情緒支援慰問、社區資源介紹 及轉介	個別預約	7人次	羅姑娘 黃先生



祝願：大家平安、
常存喜樂、身心靈康健！



活動項目	活動內容	舉行日期	參加人數/人次	負責人/講者
桌遊講座	從桌上遊戲激活腦神經 建立和諧人際關係	4/12/21	6人	李秉熹先生 黃先生
生命教育	為關顧癌症病患者及其照顧者 、以探訪或電話方式， 提供病情解說、情緒支援、 社區資源轉介、 手術前後須知、 家屬哀傷關懷	個別預約	4 人	羅姑娘
成長小組 (長者)	情緒及信仰支援、 介紹社區資源 研習聖經	逢星期二 9:00-10:15	76人次	羅姑娘
藝萃坊	學習串珠仔的技巧 製作各項串珠飾物	逢星期五 9:30-12:00	76人次	黃先生 仁姐 瑪琳姐 瑞芬
手機班	講解和解答如何運用手機 程式及各項功能 如何面對各種的困難 講解如何運用google map去尋 找路線	星期三 10:00-11:00	12人次	黃先生
痛症舒緩	舒緩筋腱痛症 運動方法	個別預約	7人次	黃先生 張先生

收支概況(10/2021 — 12/2021)

收入	HKD	支出	HKD
捐款	59,373.00	同工薪金及強積金	31,500.00
活動費	0.00	專業費	1,595.00
會員費	100.00	活動費	611.00
銀行利息	0.15	經常費	3,924.00
合共收入	59,473.15	合共支出	37,630.00



本季盈餘/(不敷) **HK\$ 21,843.15**
 總共盈餘/(不敷) **HK\$ 120,680.31**



心築協會網址：
www.heartengroups.org

Instagram：
[Hearten_gps](https://www.instagram.com/Hearten_gps)

地址：
 沙田博康邨博康商場地下五號



如欲了解更多本會資訊及最新
 活動詳情可瀏覽本會網站掃描
 以上QR CODE (二維碼)

請支持我們：

1. 郵寄支票

支票抬頭“**心築協會有限公司**”
 or “**Hearten Groups HK Limited**”，
 並將支票郵寄至沙田博康邨博康商場
 地下五號舖 (SHOP 5, POK HONG
 COMMERCIAL CENTER, POK HONG
 ESTATE, SHA TIN NT)

2. 銀行過戶

直接到銀行或網上轉數至本會
 下列戶口「恒生銀行」戶口
769- 307216- 883；戶口名稱：
心築協會有限公司
Hearten Groups HK Limited

3. 轉數快「FPS」ID 166 96 2621

4. 現金捐款 放入捐款箱或遞交捐款封

*本協會為政府註冊慈善機構
 (R88號碼：91/16456)
 港幣壹佰元或以上的捐款可申請免稅。