



心築意築

通訊

10



「一切從零開始」.「因著有你……」

「0+3」你想到什麼？旅行？團聚？想一下也興奮啊！
那麼「0到280」「0到900」「0到1000」又是什麼來的？

胎兒在母腹中孕育至出生，約經歷280天。從0到280天，當中經歷著無數的變化，生命的成長是如此奇妙，因著「你（家人）、你（鄰舍）、你（醫護）、你（育兒專家）、你（各類食品和用品）」的愛護、照顧、體恤、供應……胎兒得以正常健康地生長！感恩上天給予人類的智慧和關愛之情，在各自發揮自己的優點和功能下，互相協調和配合，確實讓生命得以成長，繼而變得健壯、乖巧，討人喜愛！

「心築」從0至今也足足經歷了31多個月，超過900多天了！在疫境下，也因著「你」的愛護：出錢出力，策劃及推展不同的健康活動，讓我們的足跡能遍佈香港、九龍和新界；接觸的人羣由幼至長，由康健至殘弱人士。感恩我們擁有一群參與提供服務的朋友們，不論年青或年長，人人都帶著喜樂的心、歡笑的臉；用柔和的語調、親切的態度，不疾不徐、不急不躁，投入林林總總的服務。

漫長的疫情，從1-2020至10-2022已有1000多天了，不少行業面對著大大小小的衝擊：忍痛結業、被迫失業；移民潮湧現，導致專業人才流失，不少社區服務機構，在發展服務方面，舉步維艱。期望我們在經濟低迷的日子裏，大家都站起來，一起努力，互助互勉，齊心共建和諧、公義、憐恤的社會，以誠以愛，建立關愛的群體。

「我們相愛，不要只在言語和舌頭上，總要在行為和誠實上。」(聖經:約翰壹書3:18)

親愛的「心築」之友，盼望前面的日子，有你和我們一起，砥礪前行！

我們親愛的社工黃先生，於七月初成家立室，我們在此恭賀他。他亦於九月初移居海外，因此他已於八月中離職，謹代表「心築」感謝他在過往的日子裏，用愛心為坊眾提供各項服務。

以下跟大家分享在過去一季 (7/2022 - 9/2022)的活動概況：

活動項目	活動內容	參加人次	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、痛症舒緩、量度手握力、量度血壓、檢測血糖、黃斑病變篩查、健康諮詢服務	118人 (各項服務 總人次:1011)	羅姑娘 義工團隊 (40人次)
個人健康評估	健康評估項目：個人資料、認知狀況、身體測量、活動能力、運動習慣、個人日常生活、失禁、精神健康、跌倒、少肌症風險、社區支援、健康資訊等	2人	羅姑娘



祝願：大家平安、
常存喜樂、身心靈康健！



以下跟大家分享在過去一季(7/2022 – 9/2022)的活動概況：



活動項目	活動內容	參加人次	負責人/講者
血糖檢測	量度血壓、檢測血糖 (個別預約)	6人次	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	17人次	黃先生
益智/運動	過遊戲提升參加者的記憶認知能力 防跌運動	6人次	羅姑娘
健康講座	1 消化系統：腸道健康 2 舒緩止痛	11人 13人	羅姑娘 張先生
中心約談	情緒支援慰問、社區資源介紹及轉介	12人次	羅姑娘
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	45人次	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	143人次	羅姑娘
藝萃坊	學習串珠仔的技巧、製作各項串珠飾物	78人次	義工團隊
關愛電話 心連心	防疫資訊、疫苗注射資訊、快速檢測資訊、強檢與圍封資訊、居家隔離資訊、安慰支援染疫者及家人	84人次	羅姑娘
義剪髮	在中心安排剪髮活動	6人次	義工

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

收支概況(7 / 2022 — 9 / 2022)

收入	HKD	支出	HKD
捐款	39,731.00	同工薪金及強積金	15,750.00
會員費	1,700.00	經常費	3,246.90
活動費	400.00	活動費	1,445.00
2022保就業計劃	13,600.00		
銀行利息	0.33		
合共收入	55,431.33	合共支出	20,441.90

本季盈餘/(不敷) **HKD34,989.43**

本年度盈餘/(不敷) **HKD52,257.79**



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)

* 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。