



心滿意築

通訊

6

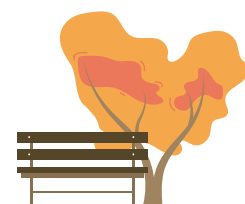


在這送夏迎秋之際，雖說日光之下無新事，然而在微小的我們眼中，人、事、物仍是在瞬息萬變之中，但願你與我一同努力學習新事物，讓心思更新而變化，讓生活空間更廣闊，讓生活中更會珍惜親友和諧共處、左鄰右里懂得相親相愛、守望相助；更願人人身心安寧，活出彩虹，深信明天一定會更好！

黃先生到任「心築」後，走進街坊群中，努力認識獨特的每一位，祈盼按著大家的喜好、興趣、意向，在可行的範疇下，設計出各項有益身心靈的小組活動，目標是能達致全人健康發展，從教育到實踐，務求各人能建立自信、多欣賞自己，並能建立健康均衡生活模式。

在過去三個月，我們推行了一項新服務—記憶認知活動小組，每星期舉行一次，嘗試以有趣的活動，減慢長者的記憶認知衰退速度；另一方面在小組進行期間，希望提供一點空間讓照顧者也可喘息一下。

「心築系列活動」得到老友記和家人們的認同和欣賞，給予我們很多鼓勵。衷心感謝！



以下跟大家分享在過去7/2021- 9/2021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	24/7/21 28/8/21 25/9/21	參加人次： 67 服務總人次： 632 義工總人次： 35	羅姑娘 黃先生 義工團隊
護士與我： 健康講座	1. 認識鼻子 /呼吸道 2. 消化系統 /胰臟功能	12/8/21 08/9/21	6 人 8 人	羅姑娘
照顧者講座	1. 老年面對的過程 2. 照顧者如何陪伴長者 走過人生路	22/8/21	24 人	羅姑娘 黃先生
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	07/21 – 09/21 需預約	34 人	羅姑娘 黃先生
運動班	1. 重溫舌頭運動的做法 2. 重溫指頭運動的做法	13/6 27/6	7 人次	黃先生
認知障礙 小組活動	量度身高、量度體重、 透過遊戲提升參加者的記 憶認知能力	07/21-9/21 共10次 星期三 14:30-16:00	23 人次	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 (指環套套)	21/8/21	11 人	李秉熹先生 黃先生
音樂動起來 小組活動	1. 長者組 以音樂活動鼓勵組員間之溝通、 自我表達及提升社交互動技巧 2. 幼兒組 以音樂活動改善組員的專注力、 自我表達能力及提升社交互動技巧	03/8-31/8 共五堂 星期二 10:00-11:00 03/8-24/8 共四堂 11:30-12:30	7 人 3 人	吳以琳小姐 黃先生
中心約談	情緒支援慰問、社區資源 介紹及轉介	需預約	23 人	羅姑娘 黃先生
生命教育	對象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、 家屬哀傷關懷等	07/21-9/21 預約	8 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	09/21 共3 堂	26 人次	羅姑娘
手工藝	婦女小組學習串珠仔的技 巧製作各項串珠作品。	07/21-9/21 逢星期五 9:30-12:00	60 人次	黃先生、仁姐 瑪琍姐、瑞芬
手機班	講解whatsapp 各項功能及 解答如何運用手機程式及 如何面對各種的困難。 講解如何運用google map 尋找路線。	07/21-9/21 共10 次 星期三 10:00-11:00	60 人次	黃先生

收支概況(7/2021 – 9/2021)

收入	HKD	支出	HKD
捐款	30,290.00	同工薪金及強積金	31,500.00
活動費	9,500.00	活動費	2,952.00
會員費	400.00	經常費	4,537.70
銀行利息	0.15		
合共收入	40,190.15	合共支出	38,989.70

本季盈餘/(不敷) HK\$ 1,200.45 總共盈餘/(不敷) HK\$ 98,837.16

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舖



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。

通訊聯絡和Whatsapp:97284180