



西貢區社區中心

SAI KUNG DISTRICT COMMUNITY CENTRE

電子月刊 2020年 10月刊

本機構是以「西貢區社區中心有限公司」名義註冊之慈善機構



樂學天地 課餘託管計劃



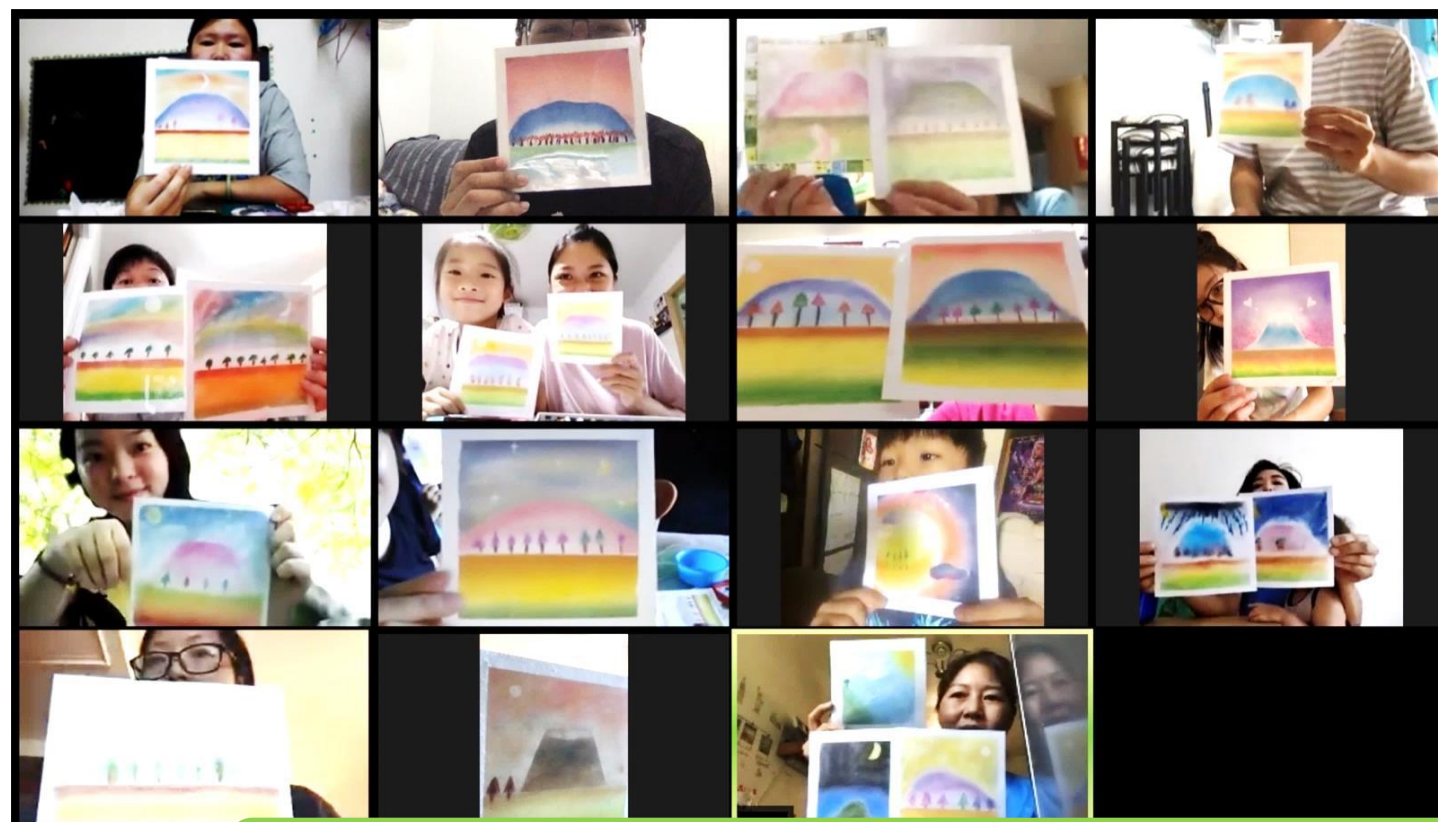
CIIF活動 中秋燈籠一加一

CIIF活動 西貢小朋友繪畫比賽 疫情下「貢」掛住你





CIIF 西貢爸媽兵團



CIIF 愛心大使藝術義工組



上課前後幼兒
量度體溫



自由活動時間時，幼兒間會保持適當的社交距離



活動期間幼兒會保持適當的社交距離



自由活動時間時，幼兒間會保持適當的社交距離



提醒及協助幼兒使用搓手液清潔雙手



每天返學前及放學後均會清潔幼兒玩過的玩具



9月23日中心舉行了「鄉郊安老服務及疫情下狀況調查」發佈會，希望讓公眾知道西貢鄉郊長者的服務現況、疫情下的服務需求以及因應鄉郊特色而提出服務建議。

「原村安老」是鄉郊長者的夢想，經過我們近年的服務實踐與經驗總結，建議成立鄉郊長者服務隊，以入戶式及流動式安老服務手法，同時活化鄉郊公共空間及建立搭橋型社會資本才能讓他們在村中安享晚年。

西貢鄉郊社區遠程醫療及藥物指導試驗計劃



服務對象

居於西貢鄉郊，由機構跟進及情況穩定的長期病患長者
包括高血壓、糖尿病、膽固醇、痛風症等

新冠狀病毒疫情下，令到原本已面對出門不便的西貢鄉郊長者，更難以接觸主流醫療服務。本計劃希望為西貢鄉郊長期病患長者提供社區治療及跟進，以「視像診症」方式介入，再由護士、藥劑師及社區健康大使指導及監測病人用藥以及健康情況。

計劃流程

1 註冊護士評估
合適個案

2 首次面談診症
(家中/中心)

3 醫生進行「視像診症」
及護士到戶會診 (6次)

4 機構協助取藥及
送到長者家中

5 首次藥劑師到戶
(每個案1次)

6 護士以電話方式檢視病人
用藥及與照顧者溝通

計劃時間

2020年9月1日至2021年8月31日
(介入時期為12個月)

費用
全免

計劃查詢及登記
電話: 2792 1762
註冊護士 芝姑娘

樂學天地-課餘託管服務計劃

日期	2020年9月至2021年6月
時間	15:00 – 18:30
地點	本中心
收費	基本月費 \$1650 合資格的低收入家庭可獲收費減免，每月收費為 \$750(全額津貼) / \$1200(半額津貼)
對象	小一至小六學生 (雙職家庭將優先考慮)
名額	20名 (名額將視乎疫情最新發展)
目的	透過功課輔導及課後成長小組活動，支援區內雙職家庭在課後時間照顧子女的需要
內容	透過導師託管形式教育學生完成每天的家課，家課完成後必要時將給予個別學科溫習等，或由職員提供小組活動及玩具，直至課堂完結家長來接送回家
負責職員	譚兆君(Matthew Sir) / 曾春燕(Phoebe)
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 參加者及其家長需出席一次親子面談，有意報名本計劃的家庭請致電 / 親臨中心留名並填寫申請表，以便安排稍後面談。 2. 課餘託管服務目標旨在為學童提供合適的學習環境，以解決學童功課上的疑難，同時為學童提供合適的課餘活動，協助學童建立有規律的託管生活，本服務並非補習服務及以催谷學童成績為目標，請家長留意以上中心服務安排。 3. 學生因事(例如生病、課外活動、家庭聚會等)而未能按時返回中心/放學，請預先致電通知負責職員。除上述事情外，本中心鼓勵學生按時出席(將計算出席率) 4. 如參加者及其家長有需要，中心可提供個別輔導服務。 5. 如參加者需要特別的學習支援和照顧，歡迎家長請致電與負責職員聯絡。

時間表	星期一 全人發展日	星期二 多元智能日	星期三 遊戲日	星期四 STEM學習日	星期五 健康運動日
下午3:00 - 下午3:30	學生集合				
下午3:30 - 下午4:00	茶點時間				
下午4:00 - 下午5:00	功課輔導#(功課/溫習)				
下午5:00 - 下午5:30	遊戲樂園				
下午5:30 - 下午6:30	成長小劇場*	手作工房*	遊戲樂園*	科研實驗室*	運動先鋒

#學生需要完成當日功課方可參與餘下其他活動

*成長活動主題會定期改變

疫情下繼續支援你！
搵我地傾下啦

搵工點算好？



詳情可瀏覽短片
<https://bit.ly/33XFLKi>

就業支援輔導服務

提供 就業資訊、支援輔導、工作導向 等服務
歡迎區內青年及準備就業人士搵我哋傾下
致電 2798 9511 或 2798 9073 與湯先生或周先生聯絡

職業攀樹課程

日期： 15/11/2020-17/1/2020
時間： 逢星期日，每堂8小時
地點： 西貢鐵鉗坑
收費： \$6,000(抗疫價) 原價\$8500 (包導師費、場地費、基本工具租用及團體意外保險)

對象： 18歲或以上，身體健康

名額： 10名

內容： 課程提供實務攀樹訓練，例如認識防護裝備及攀樹器材、攀樹技巧訓練（繩結應用、單繩攀爬、枝上行走、身體推行法、定向搖擺等）、手鋸及長柄鋸運用等。學員完成課程後可自行報考攀樹師牌。

報名： <https://bit.ly/2Z1V7vG> (內有課堂詳情)

網上報名

班組名稱	舉辦日期	堂數	地點	時間	費用 Fee		對象	內容	名額	備註Remarks:
Class name	Date	Lesson	Place	Time	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	Target	Details	Quota	負責職員/Staff: 李貝賢 Josephine
瑜伽班 C (10月) Yoga Class C (Oct)	20/10-27/10/20 20 (逢二)	2	本中心	14:00-15:00	HK\$140	HK\$170	本區人士 舊生優先報名	現時廣泛流行的哈達瑜伽(hatha yoga)，最適合初學人士練習，無論是小孩以至長者均可學習。本課堂採循序漸進方式教授瑜伽式子及呼吸法，藉此加強身體協調能力。瑜伽亦是忙碌都市人減輕壓力的妙法，常習之不僅使頭腦清醒，更能保持愉快的心境。持之以恆不但可強身健體，矯正身體偏差，更能收美顏修身之效。	4	本課程由資深導師任教 1.參加者請自備水、毛巾及穿著合適運動服及鞋 2.此乃長期班，舊生可優先
瑜伽班 B (10月) Yoga Class B (Oct)	9/10-30/10/20 20 (逢五)	4	本中心	14:00-15:00	HK\$280	HK\$310	本區人士 舊生優先報名			
鋼琴班A (10月) Piano Class A (Oct)	21/10-28/10/20 20 (逢三)	3	本中心	10:00-18:30	\$ 140 (初級) 30分鐘	\$ 150 (初級) 30分鐘	本區人士	本課程採用個別教授模式上課，透過專業的鋼琴培訓，教授學生彈奏鋼琴技巧及樂理。 ♪導師可為學員代購買琴書及為學員報考英國皇家音樂試。	/	1.此班組名額已滿，如有興趣參加的會員，請在中心的辦公時間內親臨或致電本中心留名。 2.中心亦有鋼琴租借服務，如學員卻想租借鋼琴，可預先致電與負責職員聯絡，購買琴卡。
鋼琴班D (10月) Piano Class D (Oct)	22/10-29/10/20 20 (逢四)	3	本中心	10:00-18:30			本區人士		/	

班組名稱	舉辦日期	堂數	地點	時間	費用 Fee		對象	內容	名額	備註Remarks:
Class name	Date	Lesson	Place	Time	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	Target	Details	Quota	負責職員/Staff : 李貝賢 Josephine
尊巴健身舞A (10月) Zumba Dance A (Oct)	12/10-19/10/20 20 (逢一)	2	本中心	17:30-18:30	HK\$140	HK\$170	本區人士 舊生 優先 報名	Zumba (尊巴) 是當今流行的健身課程。尊巴是由舞蹈演變而來的一種健身方式，它融合了桑巴、恰恰、薩爾薩、雷鬼、弗拉門戈和探戈等多種南美舞蹈形式。	4	本課程由資深導師任教 1.參加者請自備水、毛巾及穿著合適運動服及鞋 2.此乃長期班，舊生可優先
尊巴健身舞B (10月) Zumba Dance B (Oct)	20/10-27/10/20 20 (逢二)	2	本中心	10:00-11:00	HK\$140	HK\$170	本區人士 舊生 優先 報名			
尊巴健身舞C (10月) Zumba Dance C (Oct)	21/10-28/10/20 20 (逢三)	2	本中心	17:30-18:30	HK\$140	HK\$170	本區人士			
尊巴健身舞D (10月) Zumba Dance D (Oct)	22/10-29/10/20 20 (逢四)	2	本中心	10:00-11:00	HK\$140	HK\$170	本區人士			

班組名稱	舉辦日期	堂數	地點	時間	費用 Fee		對象	內容	名額	備註Remarks:
Class name	Date	Lesson	Place	Time	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	Target	Details	Quota	負責職員/Staff: 李貝賢 Josephine
幼兒繪畫至多 FUN A (10月) Nursery Drawing Fun A (Oct)	16/10- 30/10/20 20 (逢五)	3	本中 心	15:00- 16:00	HK\$27 0	HK\$300	3-7 歲			
幼兒繪畫至多 FUN B (10月) Nursery Drawing Fun B (Oct)	16/10- 30/10/20 20 (逢五)	3	本中 心	16:00- 17:00	HK\$27 0	HK\$300	3-7 歲	透過顏色鮮明的油粉 彩為基本，配合不同 的繪畫模式及主題創 作，加強兒童對線條、 空間及色彩之間的運 用，從而提升幼兒對 繪畫的信心及創作能 力。	4	本課程由資深導師任 教 1. 自備：A3畫簿 (14.3/4 x 11.1/4)、 25色油粉彩、圍裙及 手袖 2. 繪畫班學員另需帶 備基本文具 3. 此乃長期畫班，舊 生可優先
幼兒繪畫至多 FUN C (10月) Nursery Drawing Fun C (Oct)	16/10- 30/10/20 20 (逢五)	3	本中 心	17:00- 18:00	HK\$27 0	HK\$300	3-7 歲			

天糧網(黃大仙/西貢) 短期食物援助服務

Daily Meal Network(Wong Tai Sin. Sai Kung) Short Term Food Assistance Service

為低收入及有緊急需要人士或家庭提供短期食物援助服務。

To provide short term food assistance service to help individuals and families who have difficulties in coping with their daily food expenditure

服務對象

- 低收入人士或家庭、失業人士、新來港家庭、露宿者
- 因突發事件，需要緊急救濟的人或家庭
- 居住於劏房/床位/天台屋/寮屋、沒有獨立電費賬戶、不受惠於政府紓困措施

Service Targets

- Low-income earners, Unemployed, New-Arrival and Street sleeper;
- Individuals or families encountering sudden change and facing immediate financial hardship
- Living in subdivided flat/ bedspace/ squatter area/ roof-top accommodation, or does not benefit from government alleviation scheme

住戶人數 Household Size	每月入息限額 Monthly Income Limit	實際入息水平 [^] Effective Income Level [^]	每月資產限額* Asset Limit *
1人或個人申請 1-person or individual-based application	\$11,000	\$11,578	\$99,000
2人 2-person	\$18,700	\$19,684	\$132,000
3人 3-person	\$22,360	\$23,536	\$198,500
4人 4-person	\$26,100	\$27,473	\$264,000
5人 5-person	\$26,880	\$28,294	\$264,000
6人或以上 6-person up	\$29,400	\$30,947	\$264,000

[^]在短期食物援助服務計劃下，「入息」並不包括僱員須支付的強制性僱員強積金供款(即僱員薪酬的5%)。「實際入息水平」是指未扣減強制性僱員強積金供款的入息。

* 每名年滿60歲的申請人或住戶成員可獲增加\$35,000的額外資產限額。

[^]Under the Project, "income" does not include employees' mandatory contribution to a Mandatory Provident Fund (MPF) Scheme (i.e. 5% of employees' salary). "Effective Income Level" refers to the income before deducting mandatory employees' MPF contribution.

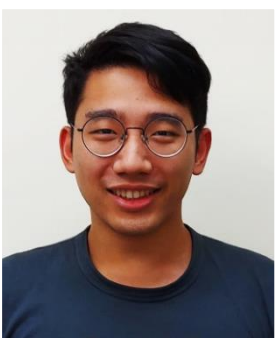
*The asset limit is increased by \$35,000 for each elderly applicant or household member aged 60 or above.

大家好！我係Annie，主要負責抗疫扶貧互作，好開心有機會加入中心呢個大家庭！雖然日子尚淺，但得到各同事協助，令我好快可以適應及感受到西貢區的人情味，日後請大家多多指教！



感恩能認識您們，我係Alice(文婷)，負責弱勢家庭服務。如果有關幼兒、兒童、青少年及家長的事情想搵人傾訴，歡迎與我分享。請大家多多指教😊

大家好呀，我叫阿John，9月份加入社區中心，主要負責建立社區支援網絡。我好鍾意同人傾偈同了解社區嘍，有咩新奇有趣嘅嘢記住要同我分享呀！希望可以嚟西貢見到大家！



大家好，我是新加入的社互同事Sunny，平時最鍾意就是玩桌遊，歡迎大家隨時與我切磋切磋 :D

Hello, 我係Ricky, 係社企嘅新同事，負責西灣、鐵鉞坑同海岸清淨嘅互作。請大家多多指教！



大家好！我係新加入的註冊護士阿芝！黎左呢度兩個月，主要跟進長者健康問題及遠程醫療服務。我仲好鍾意行山游水出海嘞 :) 歡迎大家搵我去玩啊！

疫情影響之下，中心現時只提供預約服務以控制聚集人數。

到訪中心人士須量體溫及使用酒精搓手液清潔雙手，登記並簽署健康申報聲明。

不便之處，敬請體諒。



西貢區社區中心

SAI KUNG DISTRICT COMMUNITY CENTRE

本機構是以「西貢區社區中心有限公司」名義註冊之慈善機構

連結社區 關愛村民 愛護自然

☎ 2792 1762

☎ 2791 0247

✉ skdcc@skdcc.org

📍 西貢美源街8號

🌐 www.skdcc.org

📘 西貢區社區中心

📺 SKDCC 西貢區社區中心

