

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
The Hong Kong Jockey Club
Charities Trust

龍情

香港賽馬會社區資助計劃
龍城社區網絡計劃

2025年
2月號

幸福是目標前行



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

新來港人士及家庭

低收入家庭

計劃對象

正領取 / 合資格領取以下津貼的家庭：

綜合社會保障援助(綜援)計劃

在職家庭津貼計劃

中、小學生資助計劃(書簿津貼)

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

查詢：3960 4380
社區中心社工
(鄭姑娘/許姑娘/
李姑娘/黎先生)

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



2025 幸福滿載

2025年之始，你好嗎？
新一年，祝各位身心健康，福杯滿溢。



龍城社區網絡計劃(簡稱龍城計劃)已進入第三年，計劃經歷2年多，我發現原來自己收到很多珍貴而有意思的禮物，讓我幸福感滿滿。我收過的禮物包括：

- 義工在活動中向我表示對同事的欣賞，看見同事很用心做事，並關心我和同事都要注意健康。
- 時間銀行成員在籌委會中，表達對計劃理念的認同，並為著計劃的宣傳著緊，希望有更多社區人士認識計劃的“好”，給予很實務的建議。
- 義工能在退休後發揮所長，擔任社區中心導師，包括太極、書法、勾織、衣車、禪繞畫、煮食等等，看見他們的笑容和對自己的相信，我感到滿足和喜悅。
- 同事團結籌備大型活動，相信計劃的意義，大家朝著共同的目標去成就所想。我深深體會到團結就是力量。
- 調酒員基礎證書及雞尾酒調製技巧基礎證書(兼讀制)的畢業學員自信地在活動中向來賓示範調酒，我感受到畢業學員對學習到新技能的成就感。
- 匠心園住戶、ERB畢業學員及義工合力美化中心，讓中心在節日時加添節慶感覺。
- 金匠獎頒獎典禮2025向長期服務的ERB導師嘉許，導師們已成為中心長期合作兼信任的伙伴，感謝你們傳承專業技術，讓待業人士學習新技能，發展新的事業。

還有很多很多，未能盡錄。。。。

每一項禮物都充滿溫度，這些無形的回報，讓我感受到深厚的人際連結和社區力量。感謝中心會員、學員、導師、成員、義工及同事的付出和對服務的承擔，讓我感到我們是真正地在社區連繫著。

2025年是聖匠大樓成立50周年，亦是僱員再培訓課程30周年，這些里程碑將成為未來發展的基石。希望未來中心的服務能繼續為更多社區人士帶來祝福和支持。

祝願2025的你 幸福滿載！

幸福生活元素



「目標前行」是指有目標可期待，而設定目標具有不少好處，包括為我們提供前行的方向、更有效地運用時間、提升前進的動力。

剛踏入2025年，
是一個好時機
為自己訂立新一年的目標。

事不宜遲，大家可根據以下的「SMART目標」設定明確的目標！

S 具體 Specific

具體的目標能幫助你專注於實現最終目標過程中的每個小步驟。

例：在2025年9月的馬拉松完成10公里賽事。

M 可量度 Measurable

每天或每週你必須做到哪些事可讓自己達成目標。

例：每星期練跑2天。

A 可實踐 Achievable

設定自己做得到的目標，如果你的任務很難完成，你就很容易因為覺得太困難而放棄。

例：除了自己練跑外，有朋友會一起跑，可以增加練跑的動力。

R 實際 Realistic

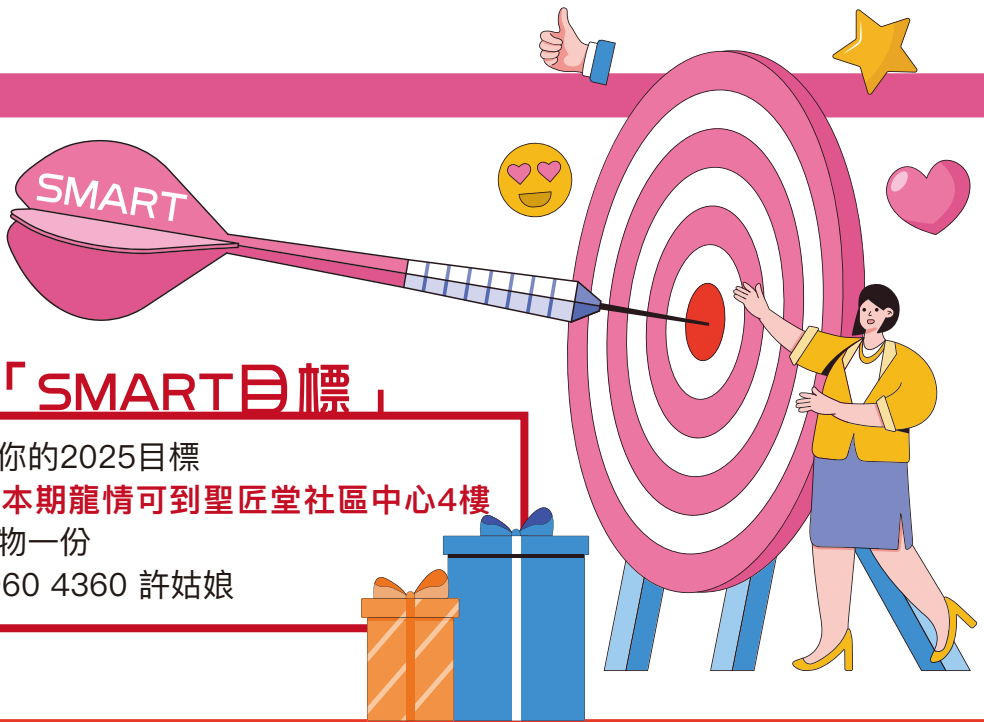
目標必須是你的時間與能力範圍內可完成的。

例：每星期練跑2天是可達成的，因為星期六和星期天放假有空練跑。

T 有時效 Timely

訂立完成目標的時間，過程中的每個步驟都需要有完成時間，才能督促自己前進。

例：2025年3月可以連續跑完3km；6月可以連續跑完6km；9月可以連續跑完10km。



運用「SMART目標」

嘗試訂立你的2025目標

完成後憑本期龍情可到聖匠堂社區中心4樓

換領小禮物一份

查詢：3960 4360 許姑娘

我的目標

幸福生活元素



「創造意義」是指生活中那些讓我們感到充實和有目的的事情，當中包括通過義工服務貢獻社會，在過程中讓你感受到自己的價值及影響力。本年度中心義工獲社會各界嘉許，肯定她們在義工服務中的意義及付出。

本年度中心匠義縫紉坊及共享墟籌委會獲社會福利署九龍城及油尖旺區推廣義工服務協調委員會嘉許為「傑出義工團隊」，兩個義工組的代表於2024年11月9日出席嘉許禮領獎。

身為此組成員我感到又驚又喜，從來沒想過做改衣服服務會得獎，真是意外的驚喜之獎。感恩社區中心早年開設車衣訓練班，讓我有機會和製衣經驗豐富的義工導師 May姐學習改衣和製作服裝的技巧，才有幸能做義工服務街坊。

小組成員 阿飛



匠義縫紉坊（前：衣車義工組）得獎相片

首先我要感謝聖匠堂給我們機會參與義工服務。以往我亦出席過其他義工嘉許禮，但這次我是以一個團隊的身份去出席。回首一直參與的義工服務，我們團隊原來做了這麼多的工作，十分感恩社會福利署以至各地區組織的認同。以往較少服務團體舉辦以物易物的活動，而由義工作推行的可能亦比較少，希望能透過這類型的活動鼓勵參加者及整個社區珍惜我們日常生活的資源，加強環保意識。

小組成員 Tommy



共享墟籌委會得獎相片



聖公會聖匠堂社區中心及長者中心的出席義工及代表大合照，一同在九龍城區創造意義、綻放「義」彩

國貞出席「香港義工獎2024」頒獎禮
領取獎項



本年度中心提名義工黃國貞（國貞）參與香港義工獎「賽馬會眾心行善傑出躍晉義工獎」，獎項是鼓勵首次及重投義工行列的市民，肯定他們的貢獻，並表揚他們推動義務工作的表現及成就。國貞經評選後獲獎，並於2024年12月10日與一班中心義工好友出席「香港義工獎2024」頒獎禮，上台領取獎項及合照留影。本期「龍情」邀請了國貞分享她得獎感受及經歷：

甚麼契機令你決定投身義工服務？

去年，我的丈夫去世，這讓我經歷了喪親之痛。在這段艱難的時光中，長者中心護老者服務的社工姑娘鼓勵我參加社區活動，讓我感受到生活的充實。隨著參加社區中心義工培訓，我逐漸獲得了成長，並開始參與不同的義工服務。

還記得第一次做義工服務的情景嗎？當時的心情如何？

我仍然記得第一次做義工服務的情景，那時的我感到戰戰兢兢，上門探訪區內劏房住戶，但也因此有所反思，並更加感恩自己所擁有的，及後我有試過探訪居於土瓜灣唐九樓的天台屋家庭，感受到探訪者所面對的困難，那次的互動推動我進一步參與義工服務，希望能貢獻自己幫助有需要的人。



國貞接受香港電台第一台節目
《舊日的足跡》訪問

你會如何鼓勵其他街坊投入義工服務？

我會鼓勵其他街坊參與義工服務，因為這不僅能充實生活，還能幫助他們連繫社會，認識新朋友和獲得新知識。做義工的過程中，自己也能有所收穫與啟發，這種助人自助的過程讓我倍感快樂。

展望未來，你對繼續投入義工服務有什麼期望？

過去一年來的義工經驗，讓我對生命有了新的體會：開心快樂每一天。我希望繼續實踐助人自助，讓我在幫助別人的同時也感受到愉悅，這種快樂是金錢所買不到的。展望未來，我希望能保持身體健康，繼續在社區服務其他街坊，做到幾多得幾多。

龍城計劃活動花絮

幸福生活
10元素

共享墟 - 秋冬換季篇



透過收集物資，分享秋冬衣物給有需要的街坊，同場亦有社區合作伙伴來擺放攤位，介紹環保相關資訊。

社區聚腳點



一班小朋友在中心完成作業後，一起討論接下來的玩樂時間，共同享受歡樂時光。

龍城空手道小組

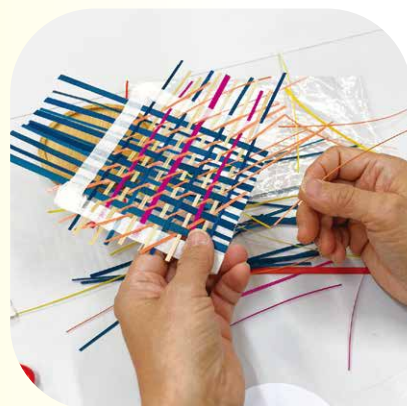


空手道強調紀律和專注，設立明確的目標，培養自律能力，學會在訓練和比賽中保持專注。

小型網球體驗工作坊



竹杯墊工作坊



義遊 - O·PARK I



婦女會x龍城之友聖誕聯歡會





生活平衡

由義工導師帶領親子進行小型網球體驗，在繁忙的工作和學習生活中親子一同進行活動，達至生活平衡。



利用竹子的天然材質和韌性進行編織，感受傳統工藝融入現代生活的魅力，深入了解竹編藝術。

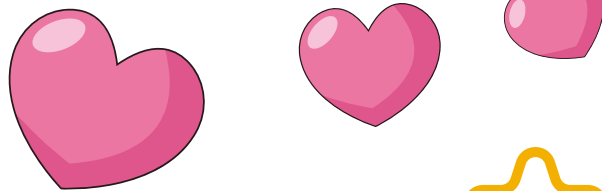


身體力行

走入北大嶼山小蠔灣，認識香港首個採用厭氧分解技術將廚餘轉化為生物氣作發電能源的有機資源回收中心。



由婦女會義工負責準備食物及遊戲，與龍城之友共慶聖誕佳節一起玩遊戲，享用美食。



香薰沙蠟燭畫工作坊



正念
關注

將注意力集中在製作香薰沙蠟燭畫的每一步，從選擇香薰和顏色，到仔細傾倒和排列沙蠟燭。

健康生活之預防肌少症



自我接納

學習預防及應對肌少症，採取健康的生活方式，定期運動和均衡飲食。

升級改衣工作坊



創造
意義

運用自己的想法和風格融入到衣服製作中，創造一件既合身又獨一無二的新衣。

重點活動推介

「珍惜食」食物共享服務

活動由Foodlink膳心連捐出食物到中心以食物援助區內基層家庭及有需要人士，職員會安排參加者逢周五（每月最後一個星期除外）下午於中心領取食物（包括水果、麵包及凍餅包）。

服務流程如下：



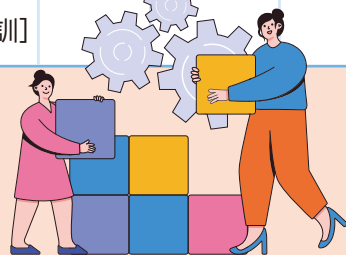
報名及查詢：3960 4331 / WhatsApp 9659 4089 社工 鄭姑娘

義工服務簡介會

社區中心每月舉辦義工服務簡介會，讓有興趣 / 新加入社區中心的義工參與。簡介會內容包括簡介社區中心服務、義工服務機會、「織福紅礮」時間銀行計劃，以及HINCare手牽守應用程式的使用。

日期	時間	對象	名額	費用	地點
2025年2月13日 (四)	上午10:00—11:00	新加入義工 / 有興趣義工服務 的社區人士 [從未接受中心義工培訓]	20位	全免	202室
2025年3月8日 (六)					

報名及查詢：請留意2月及3月份活動推介
3960 4335 社工 黎先生



社區中心導賞日

位於聖匠堂社會服務大樓的匠心園過渡性房屋項目已於2024年4月正式入伙，項目尚餘少量2人單位。導賞日將介紹中心服務，更可以即場參觀匠心園示範單位！參與街坊均可獲贈幸福生活禮包一份。

日期	時間	對象	名額	費用	地點
2025年2月11日 (二)	上午10:00—11:30	龍城之友、 義工、社區人士	20位	全免	202室
2025年3月25日 (二)					

報名及查詢：請留意2月及3月份活動推介
3960 4335 社工 黎先生

香港住房問題一直以來都是個嚴峻的社會議題。為了改善基層市民的居住環境，在2024年《施政報告》中，政府宣布以立法方式制訂住宅樓宇分間單位的出租制度，將來可出租的分間單位必須符合一系列的最低標準，並名為「簡樸房」，業主如將不合標準的單位出租便要負上刑事責任。

根據房屋局的政策文件，簡樸房的設計要求包括最低面積、基本設施及安全標準。

簡樸房八大建議最低標準

內部樓面面積要求至少8平方米

8平方米基本上可設置單人床或碌架床、獨立廁所、通風窗戶和基本起居空間。

樓底最少2.3米

居住空間的淨高度要求為由樓面量度至天花板最少2.3米，而由樓面量度至任何橫樑的底面則為最少2米。

走廊闊度符合消防安全

房內應設有獨立火警偵測器，而公共走廊或地方(如有)亦應設有滅火筒和獨立火警偵測器。至於走火通道須可通往不少於兩條或更多的出口樓梯、出口路線的淨高度不應少於2米、須以耐火分隔牆分隔大廈的逃生途徑 / 出口樓梯。

間隔牆、地台符合荷載標準

用磚建造的非承重間隔牆，或鋪設實心地台以加厚樓板，工程必須符合《建築物條例》(第123章)所訂的樓宇荷載標準，並須委聘專業人士或註冊承建商設計及監督工程。

住戶專用獨立廁所「黑廁」要通風

房間應設有獨立供住戶專用且與居住空間和廚房(如有)以間隔牆及門分隔的廁所，間隔亦須由地面伸延至天花板。至於「黑廁」須提供設有人工照明系統及每小時換氣不少於5次的機械通風設施，並須使用室外空氣作換氣。

至少一扇窗非面向圍封天井

房內至少有一扇可開啟的窗戶，須面向街道、通道巷、庭院、半圍封天井等，而非面向四邊圍封的天井。

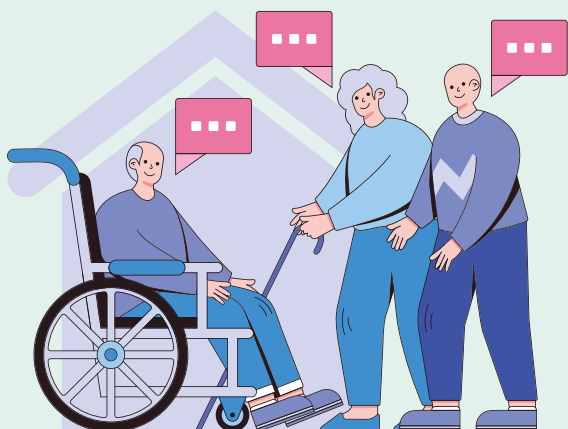
獨立水電錶

8平方米基本上可設置單人床或碌架床、獨立廁所、通風窗戶和基本起居空間。

不應有明火煮食

簡樸房及其所在的住宅單位內的公共地方不應設有明火煮食裝置，以減低火警的風險。若沒有設置廚房，簡樸房須在廁所外附設一個供水點和水盆，並在附近位置妥善鋪設防水層，以避免住戶使用廁所準備食物 / 清洗餐具。

賽馬會樂載耆蹤 社區長者支援計劃



隨著年紀增長，不少長者可能會感到與社區脫節或被遺忘，為協助他們有尊嚴地生活，培育一個更互助友善的社區環境，改善長者及其照顧者的生活質素，賽馬會推出樂載耆蹤社區長者支援計劃，服務包括為合資格的長者提供家居維修及改善、探訪關懷、陪診/代購、社交/康樂活動、生活健康資訊及服務轉介。

聖公會聖匠堂長者地區中心於本年度亦成為了此服務計劃的推行機構，如果你發現身邊的親友、鄰舍街坊是居住於九龍城區的獨居/雙老長者（年滿60歲人士），居住環境欠佳，長期留在家中缺乏家人及社區照顧，並且在過去一年未有接受任何長者服務，可以協助他們聯繫計劃職員：

聖公會聖匠堂長者地區中心

電話：2355 7877 / 3960 4306

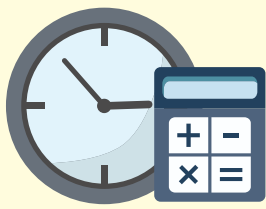
地址：九龍紅磡戴亞街一號地庫（紅磡街市後面）

開放時間：逢星期一至星期六上午8:00-下午6:00（公眾假期除外）



計劃正招募「尋『蹤』小隊」義工

為長者提供電話慰問，探訪關懷，活動協助及推廣宣傳等服務，有興趣為社區長者出一分力的人士可聯絡計劃職員，成為「尋『蹤』小隊」義工。



織福紅磡時間銀行活動動向

聖公會聖匠堂社區中心及聖公會聖匠堂長者地區中心自2023年4月起推行「織福紅磡」時間銀行計劃，服務和鼓勵九龍城社區居民特別是家庭照顧者成為義工，並建立「時間銀行」戶口，累積服務時分，達致助人自助。

早前「織福紅磡」時間銀行計劃獲社區投資共享基金邀請，由計劃籌委阿古代表接受訪問，訪問計劃理念及她的個人經歷感受，訪問已於九龍城週報及AM730刊登。以下摘錄部分段落，透過義工分享更認識「織福紅磡」。



在紅磡居住超過四十年的阿古是一名全職主婦，向來是社區的活躍義工，去年透過計劃宣傳品認識「時間銀行」，深感好奇。「以往做義工都是無償，沒想過這些參與時數也能儲存起來，用來換領自己需要的服務或捐贈予有需要人士，覺得別具意義。」

阿古自參加計劃後，身兼數職，擔任樓長、活動統籌、鉤織班義務導師等，至今已累積近 15,000時分，成為計劃中「戶口」最豐裕的成員。她謙稱時分多少並不重要，反而感激計劃成為她提升自我的助力，為她的人生下半場賦予新的價值和目標。「起初，我的鉤織技巧只是略懂皮毛，但成為導師後，看著學員們從一竅不通到能夠獨立完成作品，他們的進步也激勵我不斷自我增值，精進技藝。而我亦利用賺取的時分兌換其他身心靈課程，可以活到老學到老！」除了兌換活動外，阿古亦將時分捐贈予計劃「捐分池」，讓社工因應需要將時分贈予其他有需要的街坊，讓街坊能獲取免費家居維修服務、參與不同興趣小組等，以時分傳遞愛心。



「織福紅磡」時間銀行計劃

照顧者友善日

活動花絮及自我照顧之旅開始

由社區投資共享基金資助，聖公會聖匠堂社區中心及聖公會聖匠堂長者地區中心合辦的「織福紅磡 時間銀行」計劃於二零二四年十一月三十日(六)舉辦了「照顧者友善日」，當天有超過一百位照顧者、時間銀行成員一同參與活動，活動期望確立「家庭照顧者」角色的重要性及需要，並鼓勵不同社區持份者參與當中，一同共建家庭照顧者友善社區！



是次以「五感體驗」為題，自地庫至禮堂及紅磡社區提供各類型活動，提升照顧者身心關顧及與社區的正面聯繫。活動亦邀請了十多間社、福、商單位，20多名社區合作夥伴參與分享會，由銀髮及家庭照顧者分享面對的照顧挑戰及對社區支援的期望。大家在活動中彼此交流，促進了照顧者友善社區的發展。

如有興趣了解更多計劃及參與其中，請聯絡：

計劃社工 李姑娘 (致電3960 4392 / WhatsApp 6090 1812)

計劃主任 瀝姑娘 (致電3960 4354 / WhatsApp 6589 9202)

金匠獎頒獎典禮 2025活動花絮



金匠獎頒獎典禮 2025旨在表彰表現傑出的學員及導師，並向一直支持社區中心的合作夥伴致以由衷的謝意。

「匠心三十載 傳承·突破·展光彩」，聖公會聖匠堂社區中心獲僱員再培訓局委任為培訓機構三十年，始終堅持「助人自助，自助助人」的宗旨。導師如燈塔般指引學員，傳遞寶貴的知識和技能，幫助他們勇敢迎接挑戰，重新進入職場，展現自我價值。感謝合作夥伴的支持，讓學員們有更多機會經歷成長與突破！



ERB是撥款及監管機構，委託約80間培訓機構開辦培訓課程

培訓及職業發展服務

中心為僱員再培訓局委任為培訓機構，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，及在工作技能上有進一步提升。

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

現正招生!

2025年4月至5月ERB就業掛鈎課程

▶ **環境服務** 開課日期：2025年4月1日至5月8日

花店實務及花藝設計助理基礎證書

(HC045DS)

- 花店營運
- 花藝製作技巧；如基本花束、花籃的製作、節日花藝製作與櫥窗佈置技巧
- 婚禮花飾選材及製作步驟與宴會佈置技巧



▶ **美容** 開課日期：2025年4月2日至5月7日

化妝助理基礎證書 (HC038DS)

- 職業操守
- 化妝技能訓練
- 髮型設計技術訓練



▶ **健康護理** 開課日期：2025年4月3日至5月14日

保健按摩基礎證書 (HC020DR)

- 保健推拿及足部保健按摩的基本知識及技巧
- 中醫基礎概念
- 推拿按摩及足部反射區理論



▶ **健康護理** 開課日期：2025年4月7日至5月12日

職業治療助理基礎證書 (HC046DS)

- 解剖學 — 人體活動科學及人體生理學
- 長者及認知障礙症復康
- 骨科復康及助行器的使用



全人發展服務

中心舉辦跆拳道、跳舞及各系列伸展運動班，歡迎大家掃描此QR 碼掌握最新資訊！

恆常班資訊



督印人：高級服務經理
高寶琪
印量：300本