

# 服務點活動季刊

2023年  
1月至3月

中心網站



 @ktdhce



 @ktdhc\_express



\* 實際活動舉行地點，請留意中心活動確認訊息 \*

# 社康賽馬會和樂社區健康中心

服務點 1：觀塘協和街和樂邨居安樓26 - 33號地下

| 活動編號  | 活動                   | 日期             | 時間                    | 內容                             | 名額 | 負責導師     |
|-------|----------------------|----------------|-----------------------|--------------------------------|----|----------|
| S1-01 | 精神健康<br>您要知 -<br>情緒病 | 1月19日<br>(星期四) | 上午<br>10:30-<br>11:30 | 介紹情緒病的相關知識，提升對自己及親友精神健康的關注。    | 15 | 註冊<br>社工 |
| S1-02 | 玩轉<br>腦朋友            | 2月2日<br>(星期四)  |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S1-03 | 玩轉<br>腦朋友            | 2月16日<br>(星期四) |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S1-04 | 預防<br>腦血管病           | 3月2日<br>(星期四)  |                       | 介紹中風相關知識以及預防中風的方法。             | 20 | 註冊<br>護士 |
| S1-05 | 精神健康<br>您要知 -<br>焦慮症 | 3月16日<br>(星期四) |                       | 介紹焦慮症的相關知識，提升對自己及親友精神健康的關注。    | 15 | 註冊<br>社工 |
| S1-06 | 玩轉<br>腦朋友            | 3月30日<br>(星期四) |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 12 | 註冊<br>社工 |

# 社康白普理廣田社區健康中心

服務點 2：藍田廣田邨廣田商場203室

| 活動編號  | 活動    | 日期             | 時間                  | 內容                             | 名額 | 負責導師 |
|-------|-------|----------------|---------------------|--------------------------------|----|------|
| S2-07 | 玩轉腦朋友 | 2月10日<br>(星期五) | 下午<br>3:00-<br>4:00 | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 6  | 註冊社工 |
| S2-08 | 玩轉腦朋友 | 3月10日<br>(星期五) |                     | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 6  | 註冊社工 |

# 社康秀茂坪社區健康中心

服務點 3：觀塘秀茂坪邨秀茂坪商場313室 (秀茂坪愛鄰網絡)

| 活動編號  | 活動                     | 日期             | 時間                    | 內容                               | 名額 | 負責導師 |
|-------|------------------------|----------------|-----------------------|----------------------------------|----|------|
| S3-09 | 精神健康<br>您要知 -<br>焦慮症   | 1月27日<br>(星期五) | 上午<br>11:00-<br>12:00 | 介紹焦慮症的相關知識，提升對自己及親友精神健康的關注。      | 12 | 註冊社工 |
| S3-10 | 認識癌症：<br>大腸癌           | 2月10日<br>(星期五) |                       | 介紹香港男士最普遍的癌症-大腸癌的相關知識。           | 15 | 註冊護士 |
| S3-11 | 電子醫療<br>知多少 -<br>HA Go | 2月24日<br>(星期五) |                       | 簡介「HA Go」手機應用程式，並解答大家對應用程式的一般查詢。 | 12 | 註冊社工 |
| S3-12 | 玩轉腦朋友                  | 3月10日<br>(星期五) |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊社工 |
| S3-13 | 玩轉腦朋友                  | 3月24日<br>(星期五) |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊社工 |

# 基督教聖約教會頌恩中心

服務點 4：牛頭角道55號利基大廈B座2樓

| 活動編號  | 活動                   | 日期             | 時間                  | 內容                               | 名額 | 負責導師     |
|-------|----------------------|----------------|---------------------|----------------------------------|----|----------|
| S4-14 | 玩轉腦朋友                | 1月31日<br>(星期二) | 下午<br>3:00-<br>4:00 | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊<br>社工 |
| S4-15 | 放鬆畫                  | 2月7日<br>(星期二)  | 下午<br>3:00-<br>4:30 | 參加者毋需繪畫經驗，透過圖卡創作繪畫，專注於繪畫過程，放鬆心情。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S4-16 | 高血壓與日常               | 2月21日<br>(星期二) | 下午<br>3:00-<br>4:00 | 介紹高血壓相關知識以及高血壓患者要注意的日常事項。        | 20 | 註冊<br>護士 |
| S4-17 | 玩轉腦朋友                | 3月7日<br>(星期二)  | 下午<br>3:00-<br>4:00 | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊<br>社工 |
| S4-18 | 精神健康<br>您要知 -<br>焦慮症 | 3月21日<br>(星期二) | 下午<br>3:00-<br>4:00 | 介紹焦慮症的相關知識，提升對自己及親友精神健康的關注。      | 20 | 註冊<br>社工 |

# 觀潮浸信會

服務點 5：觀塘翠屏道11號605室

| 活動編號  | 活動                     | 日期             | 時間                  | 內容                               | 名額 | 負責導師     |
|-------|------------------------|----------------|---------------------|----------------------------------|----|----------|
| S5-19 | 精神健康<br>您要知 -<br>精神分裂症 | 1月19日<br>(星期四) | 下午<br>3:00-<br>4:00 | 介紹精神分裂症的相關知識，提升對自己及親友精神健康的關注。    | 12 | 註冊<br>社工 |
| S5-20 | 預防<br>心臟病              | 2月2日<br>(星期四)  |                     | 介紹心臟病相關知識及預防的方法。                 | 15 | 註冊<br>護士 |
| S5-21 | 玩轉<br>腦朋友              | 2月16日<br>(星期四) |                     | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊<br>社工 |
| S5-22 | 玩轉<br>腦朋友              | 3月2日<br>(星期四)  |                     | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊<br>社工 |
| S5-23 | 電子醫療<br>知多少 -<br>HA Go | 3月16日<br>(星期四) |                     | 簡介「HA Go」手機應用程式，並解答大家對應用程式的一般查詢。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S5-24 | 玩轉<br>腦朋友              | 3月30日<br>(星期四) |                     | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊<br>社工 |

# 循道衛理聯合教會觀塘堂

服務點 6：牛頭角道251號花園大廈百靈樓地下

| 活動編號  | 活動                   | 日期             | 時間                    | 內容                               | 名額 | 負責導師     |
|-------|----------------------|----------------|-----------------------|----------------------------------|----|----------|
| S6-25 | 精神健康<br>您要知 -<br>情緒病 | 1月16日<br>(星期一) | 上午<br>10:30-<br>11:30 | 介紹情緒病的相關知識，提升對自己及親友精神健康的關注。      | 12 | 註冊<br>社工 |
| S6-26 | 認識癌症:<br>乳腺癌         | 1月30日<br>(星期一) | 上午<br>10:30-<br>11:30 | 介紹香港女士最普遍的癌症-乳腺癌的相關知識。           | 20 | 註冊<br>護士 |
| S6-27 | 糖尿病<br>與日常生活         | 2月13日<br>(星期一) | 上午<br>10:30-<br>11:30 | 介紹糖尿病相關知識以及糖尿病患者要注意的日常事項。        | 20 | 註冊<br>護士 |
| S6-28 | 放鬆畫                  | 2月27日<br>(星期一) | 上午<br>10:00-<br>11:30 | 參加者毋需繪畫經驗，透過圖卡創作繪畫，專注於繪畫過程，放鬆心情。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S6-29 | 玩轉<br>腦朋友            | 3月13日<br>(星期一) | 上午<br>10:30-<br>11:30 | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊<br>社工 |

# Methodist City Space

服務點 7：觀塘道370號創紀之城三期6樓全層

| 活動編號  | 活動                    | 日期             | 時間                    | 內容                               | 名額 | 負責導師 |
|-------|-----------------------|----------------|-----------------------|----------------------------------|----|------|
| S7-30 | 玩轉腦朋友                 | 1月31日<br>(星期二) | 上午<br>11:00-<br>12:00 | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊社工 |
| S7-31 | 玩轉腦朋友                 | 2月7日<br>(星期二)  | 上午<br>11:00-<br>12:00 | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊社工 |
| S7-32 | 精神健康<br>您要知道 -<br>情緒病 | 2月21日<br>(星期二) | 上午<br>11:00-<br>12:00 | 介紹情緒病的相關知識，提升對自己及親友精神健康的關注。      | 12 | 註冊社工 |
| S7-33 | 放鬆畫                   | 3月7日<br>(星期二)  | 上午<br>11:00-<br>12:30 | 參加者毋需繪畫經驗，透過圖卡創作繪畫，專注於繪畫過程，放鬆心情。 | 12 | 註冊社工 |
| S7-34 | 輕度認知<br>障礙            | 3月21日<br>(星期二) | 上午<br>11:00-<br>12:00 | 介紹輕度認知障礙相關知識及預防的方法。              | 20 | 註冊護士 |

## 基督教信心恩典教會

服務點 8：觀塘鴻圖道34號致樂工業大廈3字樓B及D室

| 活動編號  | 活動    | 日期             | 時間                  | 內容                               | 名額 | 負責導師 |
|-------|-------|----------------|---------------------|----------------------------------|----|------|
| S8-35 | 玩轉腦朋友 | 2月22日<br>(星期三) | 下午<br>3:00-<br>4:00 | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。   | 12 | 註冊社工 |
| S8-36 | 放鬆畫   | 3月22日<br>(星期三) | 下午<br>3:00-<br>4:30 | 參加者毋需繪畫經驗，透過圖卡創作繪畫，專注於繪畫過程，放鬆心情。 | 12 | 註冊社工 |

# 香港伯特利教會恩光堂

服務點 9：九龍觀塘成業街7號寧晉中心11樓G室

| 活動編號  | 活動                   | 日期             | 時間                    | 內容                             | 名額 | 負責導師     |
|-------|----------------------|----------------|-----------------------|--------------------------------|----|----------|
| S9-37 | 精神健康<br>您要知 -<br>情緒病 | 1月18日<br>(星期三) | 上午<br>11:00-<br>12:00 | 介紹情緒病的相關知識，提升對自己及親友精神健康的關注。    | 20 | 註冊<br>社工 |
| S9-38 | 玩轉<br>腦朋友            | 2月1日<br>(星期三)  |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S9-39 | 玩轉<br>腦朋友            | 2月15日<br>(星期三) |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S9-40 | 玩轉<br>腦朋友            | 2月22日<br>(星期三) |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S9-41 | 玩轉<br>腦朋友            | 3月15日<br>(星期三) |                       | 由職員或義工帶領參加者參與桌上遊戲，鍛鍊腦筋及促進社交互動。 | 12 | 註冊<br>社工 |
| S9-42 | 失眠<br>知多啲            | 3月29日<br>(星期三) |                       | 介紹失眠相關知識及預防失眠的方法。              | 20 | 註冊<br>護士 |