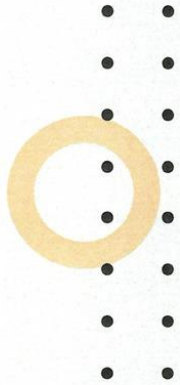




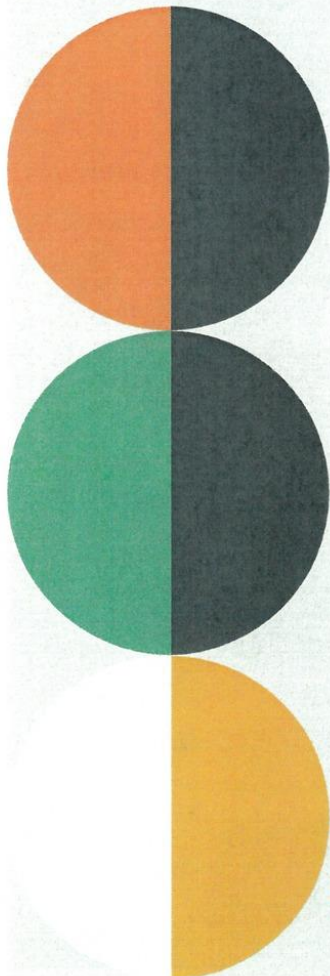
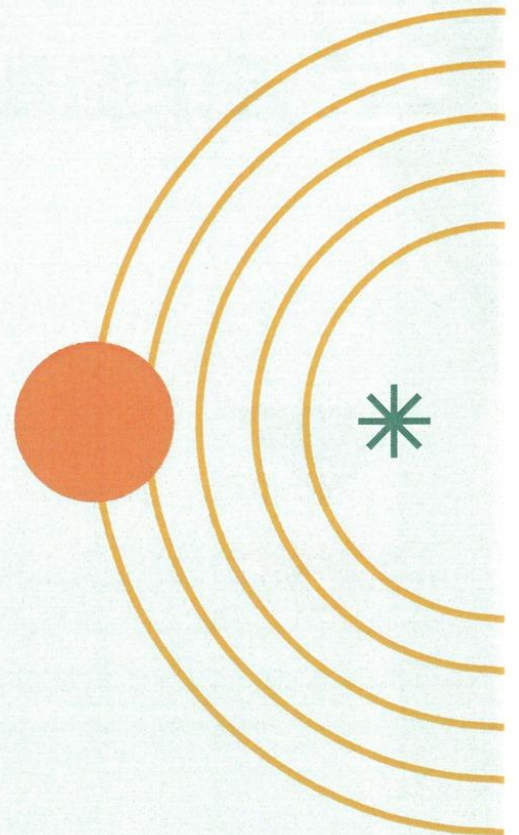
香港聖公會屯門綜合服務-賽馬會青年幹線  
H. K. S. K. H. Tuen Mun Integrated Services - Jockey Club Youth Express



# 綻放

2022-2023

## 中心年度服務報告



青少年及社區服務  
兒童及家庭服務  
多元化興趣班



# 目錄

# 青

## 少年及社區服務

2022-2023年 LOVING ARTS

大鑊飯

P1

飛你隻鏢

鐘聲響起 — 門鈴安裝計劃

P2

# 兒

## 童及家庭服務

看不見的體驗

童星劇團

零失敗甜品班-兄弟姐妹篇

P3

日本酒精墨情緒健康體驗工作坊

Skate for fun滑板班及體驗日

中秋樂團圓

P4

# 多

## 元化興趣班

P5

P6

## 服務統計

數字



P7

## 參加者心聲及長期

服務獎





# 青少年及社區服務



2022-2023年 LOVING ARTS

## ARTS DYNAMICS 「愛·藝術」青年學院 賽馬會「愛·藝力」青年發展計劃

踏入計劃第6年，今年共開展13班藝術課程、4次社區及義工服務、接近200節個人輔導及成長課，參加人數達53名。復常後的屯門青年，很快就為著自己的熱情興趣，參加中心的實體技巧訓練、大型表演、體驗活動等等，短短過程中，參加者學習到舞蹈及音樂的個人技巧、並明白到個人期望與團隊合作精神之間需要作出平衡等等。



## 大鑊飯

在「大鑊飯」活動中，參加者能夠與朋友或素未謀面的年青人共同參與烹飪過程，他們會由設計菜單、挑選食材、烹飪過程均會自行處理。而他們除了學習自理能力外，亦會在煮飯過程中互相合作及分享自身故事，達至強化年青人的實體社交網絡。

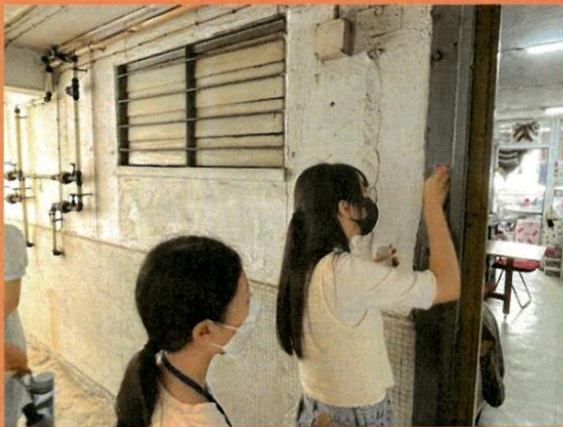


# 青少年及社區服務



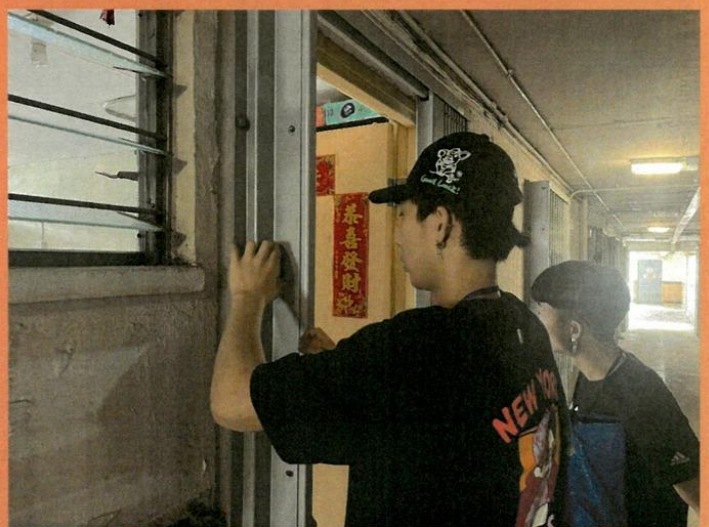
本年度除提供恆常訓練的飛鏢技巧外，亦透過安排組員參加不同飛鏢賽事，以磨練組員心志，建立正面價值觀，提升自信心及積極性，培養堅毅及團隊合作精神。本年度參與的賽事有：天水圍東華三院交流賽、Bb Darts 6.99新手賽及香港國際飛鏢節學界盃個人賽，組員從中汲取大賽經驗，從挫敗中學習堅韌精神。

## 飛你隻鏢



## 鐘聲響起 門鈴安裝計劃

鐘聲響起 - 門鈴安裝計劃是老有所為22-24計劃活動之一。根據過往的探訪經驗，我們發現超過40年樓齡的友愛和安定邨一般都沒有設置門鈴，透過今次組織10名青年義工，幫助超過40位長者安裝簡易門鈴，同時探訪長者，關心及改善長者生活，一班青年義工也感到十分滿足。





# 兒童及家庭服務

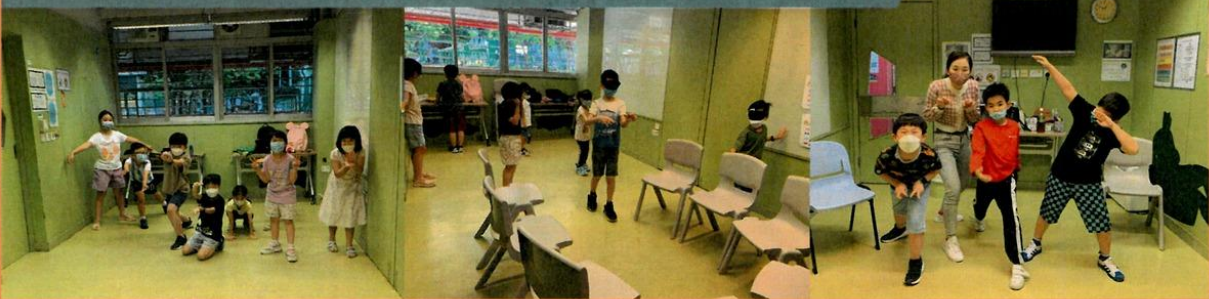
## 看不見的體驗



與區內兩間小學合辦了此計劃，計劃目的是讓參加者增加對視障人士的認識。活動以聽覺、觸覺、味覺及嗅覺等作為體驗元素，令他們更具體了解視障人士生活的困難與感受，其後更親身接觸視障人士，聆聽其生活的真實分享，令他們更真切了解視障人士的需要，令他們對社會不同人士的需要有更強的同理心。最後一節到社區觀察社區設施時，參加者實在地認識到社區設施對視障人士的友善程度，可見參加者對弱勢社群更見同理心，亦提升他們對社區更有歸屬感。

## 童星劇團

小組是中心的長期小組，每節小組分成三個部分，第一個部分是“我真的很不錯”環節，給予組員一個空間讓他們分享自己在過去一個星期有值得欣賞的地方，期望透過分享學習欣賞自己，以提昇他們的自信心。第二個部分是熱身遊戲的部分，以不同的團體活動訓練組員聆聽導師的指令。第三個部份是以即興劇的形式，每堂都會抽出一個主題，與組員即時構思和建設相關的主題場景。組員積極參與小組中，每堂抽出主題時，組員能夠大膽地分享出自己的想法，輪流分享後再協調出一個能夠做到的具體場景，從而，能夠培養組員學習互相尊重和團體合作。



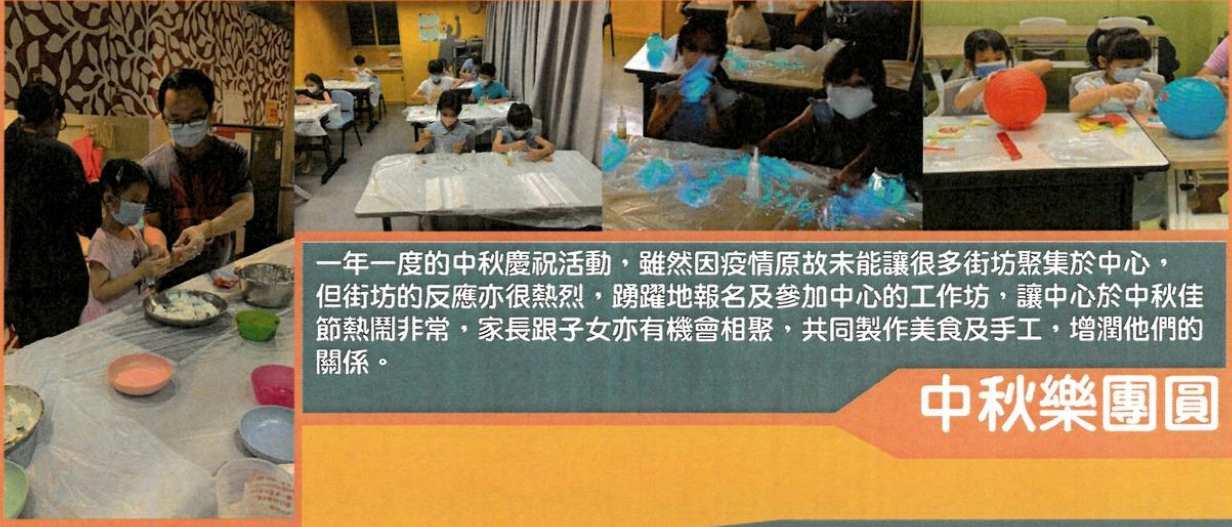
## 零失敗甜品班

### 兄弟姊妹篇

參加者需要以兄弟姊妹隊制形式參加，期望讓他們在製作甜品過程中，除了學懂量度食材的份量和製作甜品的步驟，更能夠學懂分工合作。參加者最深刻的經歷是運用打蛋器來打發材料的部分，因為他們自己一人是不能自行完成，必須對方幫助才能完成，所以他們體會到很多事情是需要彼此合作。在欣賞環節的部分，參加者能夠互相欣賞，這亦是與兄弟姊妹珍貴的共同體驗和時刻。



# 兒童及家庭服務



一年一度的中秋慶祝活動，雖然因疫情原故未能讓很多街坊聚集於中心，但街坊的反應亦很熱烈，踴躍地報名及參加中心的工作坊，讓中心於中秋佳節熱鬧非常，家長跟子女亦有機會相聚，共同製作美食及手工，增潤他們的關係。

## 中秋樂團圓

## Skate for fun 滑板班及體驗日

參加者在體驗日中初步接觸滑板運動，然後於6堂的滑板班中，一步一步學習踩上滑板滑行，他們從中經歷跌倒再起身，訓練他們的耐性之餘，亦鍛鍊他們的意志力。他們於活動中挑戰自我的限制，嘗試在教練指導下，挑戰做出不同的花式動作，透過一次又一次的練習，逐漸掌握花式動作的技巧，是次成功的經驗亦讓參加者更有信心面對未來的新挑戰。



## 日本酒精墨情緒健康體驗工作坊



日本酒精墨情緒健康體驗工作坊期望透過酒精墨畫的藝術手法，讓參加者抒發一些負面情緒，並學習關注自己的情緒健康。在小組中，組員能夠享受顏料和墨滴在紙上流動的過程，他們能夠專注於觀察顏料的化開過程，感到十分療癒和有助他們紓解學業壓力和負面情緒。除此之外，工作員亦邀請組員主動紀錄兩星期的自我生活細節，他們發現原來生活中也有不少值得感恩和開心的事情是平常生活中沒有留意得到的。



# 多元化興趣班



### 兒童輕黏土班

同學可以發揮創意，用黏土制成各種不同造型



### 幼兒芭蕾舞樂園

手拖手一起練習平衡力



### 跆拳道

訓練同學專注力及耐力  
更會不定時舉行升帶試及參與比賽



### HIP-HOP

訓練幼兒大少肌肉運動

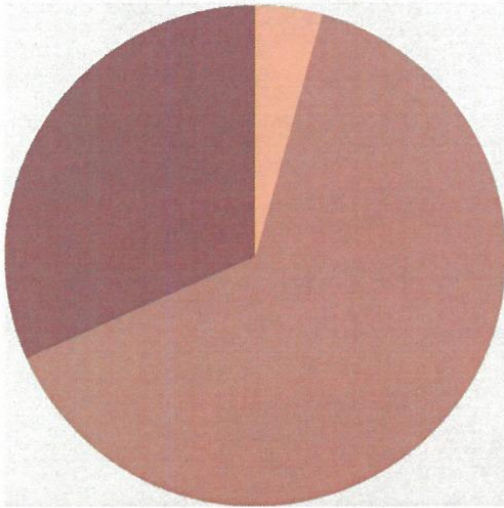


### 視覺藝術

同學每次完成畫作都很有成就感



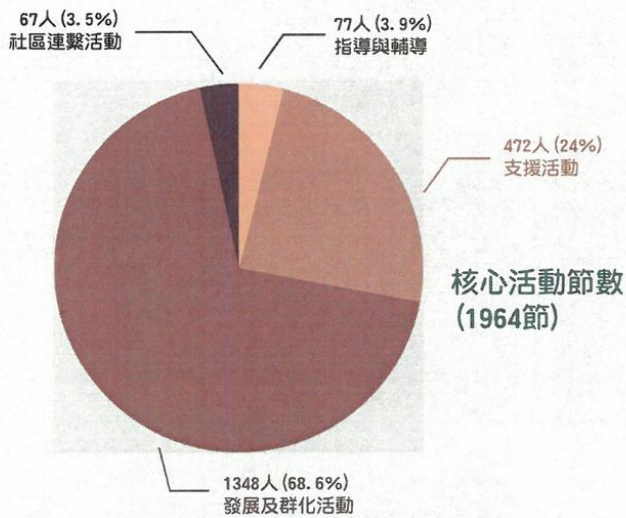
# 2022-2023年度服務統計數字



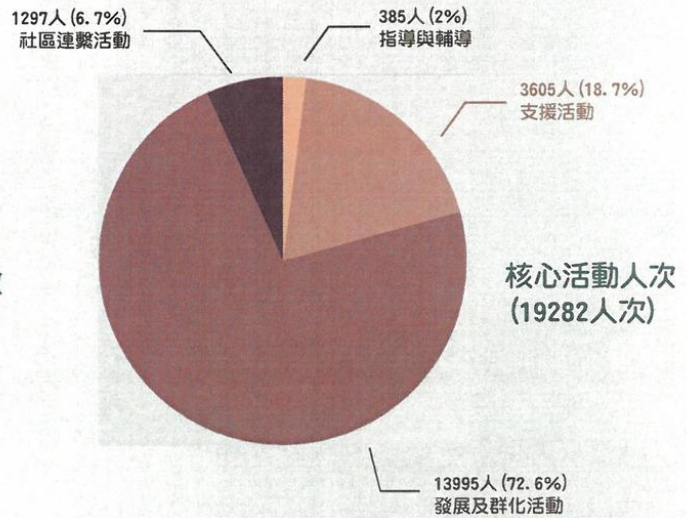
## 會員數字 (1826人)



- 6歲以下家庭會員 78人 (4.3%)
- 6-24歲兒童及青少年 1170人 (64.1%)
- 24歲以上家會員 578人 (31.7%)

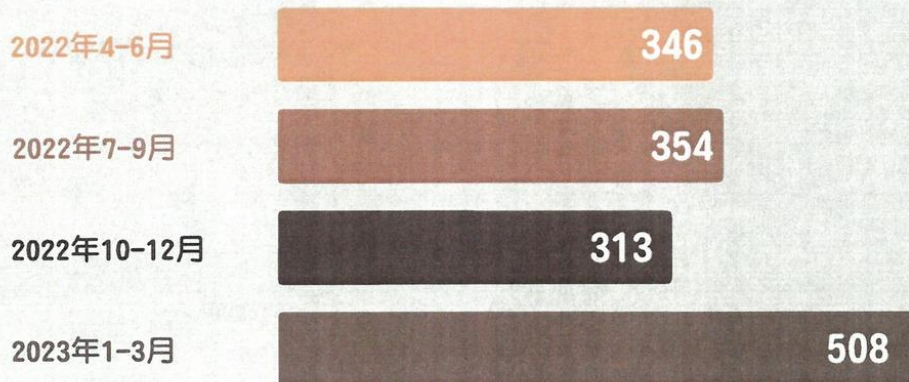


## 核心活動節數 (1964節)



## 核心活動人次 (19282人次)

## 網絡人數 (每季) (平均每季380人)





# 參加者心聲



Carman/17

## 因 著 LOVING ARTS 你的成長故事

參加loving arts前，我只是一個平平無期的學生，沒有甚麼特長，也沒有甚麼自信，對生活亦沒有甚麼熱情與期待。每日的生活日復日地重覆着，找不到生活真正的快樂和意義。加上平時上學的壓力，情緒無處宣洩，使活著更加煎熬。

直到我接觸到loving arts後，一個地方能讓我盡情跳舞，和人夾band，出各種大大小小的show。我的心身彷彿得到解放，來到這裡我能拋開一切重擔，只做自己喜歡的事，我意識到其實生活還不算太差。這三年裡，我已經數不清自己上了多少期的跳舞班，出了多少大大小小的show，過程的確不容易，偶然會遇到樽頸位，但現在回過頭看，我真的進步了不小。現在的我，已經不再自卑，不再害怕分享自己的想法，不再害怕在人面前說話，不再沉默寡言，反而已經能主動擔起溝通的責任，從容自信地分享自己，當中我亦透過loving arts認識到不同志同道合的朋友，見識到外面的世界，眼界變得更廣闊。

我除了透過loving arts增值到自己外，我亦學到一些處事之道。例如參加活動要準時，遲到要提早交代，因為這是一個責任，要對團隊負責，齊上齊落。有問題要溝通，然而表達方式很重要，應要思考如何用柔和婉轉的語氣去表達自己的想法，以及要謙卑，友善待人。

Loving arts讓我找到真正的自己，生命中的花火，重燃起我對生活的熱情。

## 長期服務獎

協會及單位感謝以下同工多年對中心的貢獻及付出，本年度榮獲長期服務獎的同工包括：



黃寶恩  
10年長期服務獎



鄧如輝  
10年長期服務獎



中心FB專頁



中心網頁



© 2022 香港聖公會屯門綜合服務-賽馬會青年幹線

版權所有 不得翻印

督印人: 鄧慧君 服務總監  
編著: 對外形象/宣傳小組  
地址: 屯門友愛邨愛樂樓地下120-130號  
電話: 2451 2345  
傳真: 2441 5328  
電郵: tmssc@skhwc.org.hk  
網址: <http://tm.skhwc.org.hk>  
版次: 二零二三年九月初版