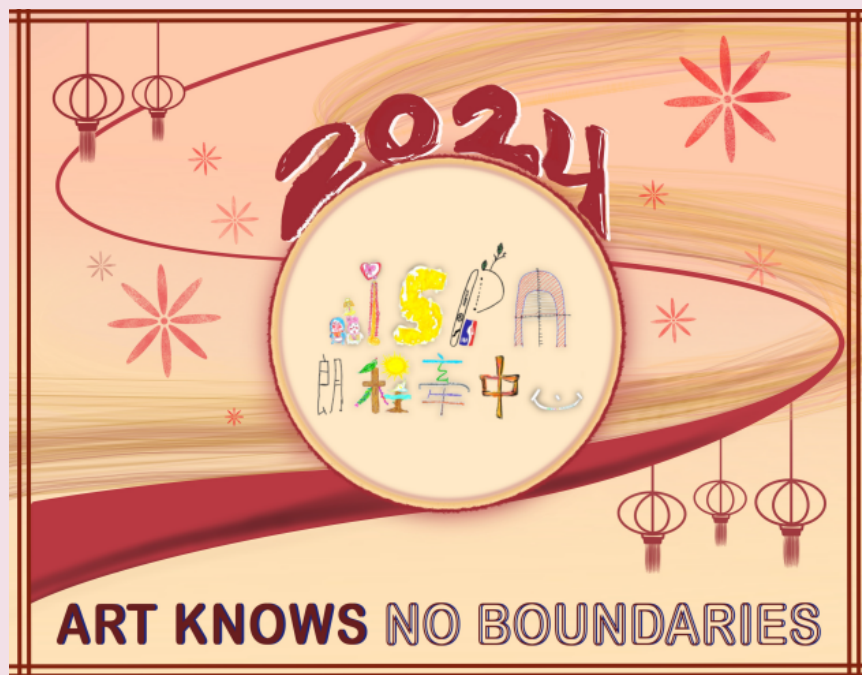


朗程牽

第十七期會訊（二零二四年一月至二零二四年三月）

我們相信每個人都擁有獨特優勢及潛能，只要經過適切訓練及機會，定能發揮所長擁有朗朗前程。



封面作品：會員共同創作

聯絡我們

地址：上環皇后大道中340號華泰國際大廈一樓一號室

電話：2294-9181（一般查詢）

電話：5596-0919（前線同工諮詢熱線/會員宣傳聯絡WhatsApp）

傳真：3475-0253

電郵：spahk@npra.org.hk

網址：<https://spahk.npra.org.hk>



朗程牽中心位置圖



目錄

編者的話	第3頁
中心簡介	第4頁
會員守則	第5頁
服務質素標準	第6頁
「自有才。展才能」作品展示閣	第7頁
活動回顧	第8 - 9頁
我也有Say	第10 - 11頁
活動介紹	
- 會員訓練小組	第12 - 13頁
- 會員活動	第14 - 15頁
- 新年活動	第16頁
- 共融活動	第17頁
- 師友計劃	第18 - 19頁
- 舊生會資訊閣	第20 - 21頁
- 家長支援活動	第22頁
- 家長帶領活動	第23頁
- 親子活動	第23頁
照顧者加油站	第24頁
其他服務	第25頁
活動報名須知	第26頁
其他須知	第27頁
意見收集表	第27頁

編者的話



「朗程牽」搬進新會址已經半年時間，期間收到很多會員及家長讚賞中心環境寬敞舒適，設計時尚，尤其欣賞可調控燈光功能考慮到會員對光線有可能敏感的需要。感謝大家一直對中心及服務給予保貴的意見，令團隊同事能夠提供更好的環境及專業的服務。回顧二零二三年，中心增設不同類型的家長及會員活動，邀請對藝術、舞蹈及茶藝有經驗及專業資格的家長及會員帶領活動，讓中心的會員及家長有機會接觸及體驗不同的活動。想借此機會感謝家長義工Clara、Candy、莊太、Garfield、少芬及Peter。還有一直支持及參與中心師友計劃的師友們，令會員有機會與師友互動，就著人生不同階段的適應期所面對的挑戰進行意見及經驗交流。中心將於二零二四年三月十六日舉行嘉許禮，對所有義工們的付出表示謝意。

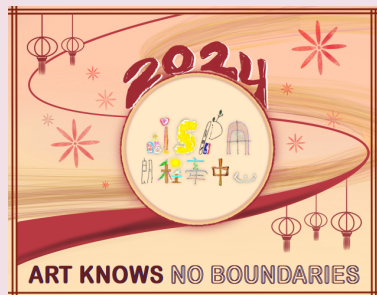
今期會訊新增「我也有Say」及「照顧者加油站」專欄，讓會員及家長對「神經多元」及「倡導」的議題有更多的認識，只要多理解「神經多元」，尊重每個人都有不同的表現形式，自閉症人士亦會更有空間展現其個人優勢及長處。加油站則為家長/照顧者提供有用的資訊，期望讓家長得到更多的支援。

踏入二零二四年，今年會為自己定下什麼目標呢？希望大家都能夠有機會發揮所長，向著目標前進。最後，謹代表「朗程牽」團隊祝願大家新一年事事順利、每日都身心靈健康。

陳Sir

封面作品簡介

是次會訊封面由一眾參加「自有才」活動的會員共同創作。會員於活動中認識了字體設計，並將個人特色、風格、以及喜好融入「iSPA朗程牽中心」的字樣中。每個字體都能突顯出會員的獨特性，寓意中心各會員也有著獨一無二的個性、才能與優勢，擁有充滿色彩的人生。



中心簡介

本會獲社會福利署撥款資助，於2019年3月開始為受自閉症譜系障礙影響的人士（簡稱自閉症人士）及其家長/照顧者及前線同工提供支援服務，以回應自閉症人士的成長需要。

服務宗旨

透過全面評估自閉症人士的成長需要，制定個人化的介入服務和家長/照顧者支援服務，並以個案管理形式跟進。藉此強化他們的社交、就業及情緒管理等能力，裝備他們面對不同成長階段的挑戰，提升獨立生活能力，融入社會。

服務理念

我們相信每個人都擁有獨特的優勢及潛能，只要經過適切的訓練及機會，自閉症人士定能發揮所長，擁有明朗的前程。

目的

1. 提升自閉症人士面對成長挑戰的能力
2. 提升家長支援子女面對成長挑戰的能力及舒緩其壓力
3. 提升前線同工處理自閉症人士個案的能力

服務對象及收納準則

1. 15歲或以上之自閉症人士*
2. 其家長或照顧者
3. 前線同工（服務對象為自閉症人士及其家長或照顧者）

*智商達70或以上及現時沒有參加其他由社會福利署資助的自閉症人士支援服務

中心開放時間

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
09:00am-05:00pm	09:00am-06:00pm	12:00pm-09:00pm	09:00am-06:00pm	12:00pm-09:00pm	09:00am-05:00pm

備註：

星期日為休息日，將按需要提供服務；公眾假期休息

服務申請

符合以下三項申請資格人士可透過電話、預約到訪中心或由專業人士轉介形式申請服務：

1. 15歲或以上之自閉症人士
2. 智商達70或以上
3. 沒有參加其他由社會福利署資助的自閉症人士支援服務

申請服務時必需提交自閉症及智力評估報告才進入服務輪候名單。中心會視乎輪候人數而安排初次約見時間。如個案經理於安排初次面談期間超過三個月或以上未能成功聯絡/安排約見服務申請者，該申請將會視作自動取消。

服務退出

服務使用者可於正式收納為本單位會員後隨時退出服務，有意退出服務的服務使用者，應先通知其個案經理商討及跟進。有關詳細退出服務流程，可參閱張貼於中心內的資訊欄。

1. 自願退出：服務使用者的個人介入計劃已經達成或服務使用者認為不再需要服務
2. 非自願退出：未能遵守本單位訂立的會員守則、失去聯絡或持續地拒絕服務三個月或以上、所提供的服務不再符合服務使用者需要，或其行為對其他服務使用者或職員構成危險個案經理於服務終止後會提供3個月跟進期，服務使用者可考慮參與中心之會員活動及師友計劃。

會員守則

會員到本中心或/及接受服務時必須遵守以下守則：

1. 到訪者應互相尊重與合作。
2. 請愛惜使用中心的設施及物資。
3. 使用完的物資或用具要放回原位。
4. 保持中心地方清潔及安靜。
5. 到訪者須遵守本中心的所有特別措施及安排，例如預防感染措施等。
6. 到訪者應小心保管個人財物。個人物件應盡量存放於自己的身邊，金錢等貴重物品則要隨身保管。如有損失，本中心一概不負責。
7. 切勿擅自開關窗戶及電制。
8. 未經許可，不可擅自在中心進行攝影、錄音、錄影、張貼通告，標語和舉行集會。
9. 不得攜帶危險品、酒精飲品、翻版影音產品及違禁物品等進入中心。
10. 不可在本中心及大廈範圍內作出淫褻、猥瑣、粗言穢語、喧嘩及追逐嬉戲等騷擾他人行為。
11. 嚴禁於本中心及大廈範圍內吸煙、賭博、酗酒、打架、鬧事、破壞公用設施或作出影響人身安全等擾亂秩序行為。
12. 在本會使用服務、提供服務、參加活動或協助舉辦活動時，任何人士(包括義工)應根據個人健康及體力狀況，量力而為；並須遵守本會相關指引及職員/工作人員的指導。本會將不會對因不遵從有關指引/指導、人力所無法避免之原因所造成之任何傷害或損害負責。

如發現會員有任何違規行為，本中心有權就事件的嚴重程度，暫停服務的資格。

服務質素標準 SQS

本中心已實施服務質素標準，假若會員對中心執行服務質素標準有任何意見，歡迎透過意見箱或會訊內的 iSPA 意見收集表表達你的意見。

原則	資料提供	服務管理	為服務使用者提供的服務	尊重服務使用者的權利
準則內容	服務的宗旨和目標 應明確界定，其運作形式應予公開，讓職員、服務使用者、可能需要接受服務的人士及社會大眾知悉，以資受惠	服務單位應有效地 管理其資源，管理的方法應貫徹靈活變通、不斷創新及持續改善對服務使用者提供的服務	所有服務單位應鑑定並滿足服務使用者的特定需要	服務單位在服務運作和提供服務的每一方面，均應尊重服務使用者的權利
服務標準	<ol style="list-style-type: none"> 1. 製備服務說明資料 2. 檢討服務提供的政策及程序 3. 備存服務運作的最新準確記錄 	<ol style="list-style-type: none"> 4. 職員的職務及責任 5. 職員招聘、晉升守則等 6. 定期檢討及評估單位表現、收集意見 7. 有效財政管理 8. 遵守一切法律責任 9. 確保職員和服務使用者身於安全的環境 	<ol style="list-style-type: none"> 10. 清楚明確資料、知道申請及退出服務 11. 有計劃評估和 滿足服務使用者的需要 	<ol style="list-style-type: none"> 12. 知情的選擇 13. 尊重服務使用者私人財產權利 14. 尊重服務使用者保護私隱和保密權利 15. 可申訴 16. 免受侵犯

中心備有上述服務質素標準政策文件，如欲索閱，請與中心職員聯絡。為了提高會員及家長對十六個服務質素標準的認識，中心會逐一介紹每一項服務質素標準的相關準則。

服務質素標準十三 - 私人財產

是訂明服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。為符合標準，新生精神康復會已訂立政策聲明和程序，保護服務使用者的私人物品，並保障他們不讓他人共用其私人財產的權利；備有安全方便的地方，供服務使用者存放私人財物，及在定期會議上通知服務使用者小心保管私人財物；制定程序和監管方法去收取或管理服務使用者的金錢及其他貴重物品。

自有才. 展才能

每個人有自己的專長、每個人都有自己的夢想。中心透過「自有才. 展才能」平台讓會員有機會將自己的藝術、畫作、手工藝品、攝影等作品與其他會員及家長分享。有興趣將作品展示於中心網站的會員可將作品圖片及50字以內的簡介轉交個案經理或中心職員。中心會視乎會訊排版將部份的作品放於此作品展示閣。



作品名稱：《新開始》

作者：K

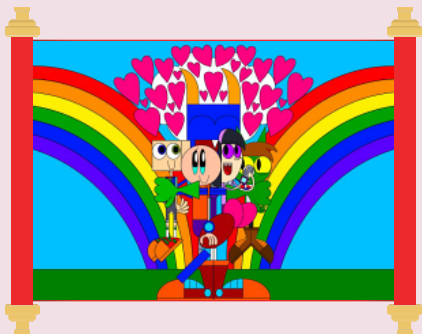
作品簡介：離開做了n年的文職，重新回到自己熱愛的教學行業，即使人工不高，但總算拾回初心。像照片的鳥兒一樣，休息夠了重新出發。



作品名稱：《與別不同》

作者：James

作品簡介：這作品在大館的立方館所拍攝出，用上配合經典舒適的風格，以梯間旋轉來造出的白色的光，能帶出在前一世紀以歐洲風格的設計。



作品名稱：《MR HUGGYPANTS'S GROUP HUG》

作者：Justin

作品簡介：Mr HUGGYPANTS is hugging his friends. Mr HUGGYPANTS is a monster who is sweet and kindhearted. He loves music and friendship.



作品名稱：《美味Pizza掛飾》

作者：Yan Lam

作品簡介：這個pizza掛飾在今年8月畫的，由黏土及塑膠彩做成，又有金色的叉，美味的三文魚及蘑菇的pizza。

活動

「朗程牽」舉辦了不同的訓練
當中的一些
(更多活動花絮請

運動競技賽

是次活動以分組形式進行，參加會員需進行3項運動團體比賽。有不少會員都是第一次體驗芬蘭木柱這項新興運動，過程中與各自的組員討論得分的技巧和投擲方法等。所有參加會員都認為活動有趣味性，在「朗程牽」中心渡過了一個既愉快又悠閒的下午！



生活技能活動 - 煮食無難度

活動中參加者認識了煮食安全及衛生的重要性，亦需要分工合作烹煮不同食材，包括煎雞蛋、炒火腿蛋、炒菜、蒸肉餅及煮水餃，體驗了不同的煮食技巧。參加者都表現投入積極嘗試，雖然一開始對自己煮食沒有太大信心，但最終對成功煮出不同菜色亦感到滿足。



關愛樂融融(2)

是次活動是與港健復康中心的院舍合辦，由本中心的會員協助預備及帶領各項環節，包括健康操、牧童笛表演、遊戲及大合唱。活動後，很多院友和會員都表示對於參與此活動感到開心。有會員分享帶領遊戲讓大家帶來歡樂而開心，並學習了與人合作和認識了其他人；也有會員分享大合唱的歌詞很有意義，在人生中互相支持是美好事情，並祝願大家人生美滿。



回顧

小組及活動，就讓我們一同回顧精彩活動。
(瀏覽「朗程牽」網站)



中秋PARTY

中秋節快樂！會員在活動中一起玩不同的遊戲如矇眼做任務及猜燈謎等，讓大家可以有機會互相合作和交流。要完成遊戲，除了智慧，也需要耐性及勇於嘗試。有會員分享在遊戲中能訓練到思考能力，也有會員表示能學到如何表達指示及代入他人角度。

家長帶領活動系列(4) - 肚皮舞

是次活動有幸邀請家長義工、肚皮舞專業導師導師Candy帶領。一眾家長做好熱身，帶上腰巾，跟隨Candy的帶領配合音樂翩翩起舞。大家共渡了既充滿活力又減壓的一個下午。



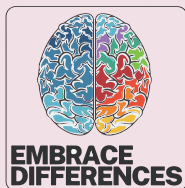
星空下的傾情(2) - 就業支援

面對子女踏入職場工作，家長難免會有不同程度的擔憂，是次活動讓家長了解自閉症人士在職場的需要以及作為家長可以如何於就業路上支援子女，同時向家長們分享朗程牽的就業支援服務資訊。大家積極投入，亦樂於在分組討論環節中分享自己的意見，一起在就業路上陪伴及支援子女。



最近社會大眾開始多了討論「神經多元」的聲音，大家對此有否認識？「神經多元」概念由澳洲社會學家Judy Singer提出，強調人與世界互動的方式多樣化；沒有唯一「正確」的思考、學習和行為方式，而「差異」不應被視為「缺陷」。以往被稱為「發展障礙」的情況（如：自閉症、專注力不足/過度活躍症、讀寫障礙等等）均可以理解為腦部發展的正常差異，在認知行為表現上雖然不同，但亦有其獨特的價值。以自閉特色人士為例，他們在社交溝通和感知方式上雖然有差異，但展現出的獨特思維及興趣也可以是其長處。

(資料來源：Harvard Health Publishing)



「朗程牽」一直相信每個人都有獨特的優勢及潛能，只要大眾更多理解「神經多元」，尊重每個人的獨特性，自閉特色人士亦會更有空間展現其個人優勢及長處。

「我也有Say主牆」將以各種自閉症相關的主題讓會員和家長討論及發表意見，希望推動倡導工作，讓大家對相關議題有更多參與的空間。「神經多元」及「倡導」的元素將會融入於朗程牽服務中，讓會員、家長及大眾對此題目有更多的認識，真正建立多元的共融環境。

#Neurodiversity #DifferentNotLess #Advocacy

#自我認識小組

中心於12月開始進行「吾講吾知」小組，今季則會進行「我有我可能」小組，希望推動會員加深自我認識。
小組詳情可見P.13

#自有才活動

活動「攝影一刻」的會員作品將會展示於中心畫廊，歡迎大家到訪欣賞。中心亦有不同的自有才活動，希望大家踴躍參與，展示自己獨特的一面。
活動詳情可見P.15

#會訊專欄

「我也有Say」專欄將會定期分享不同有關自閉症與神經多元及倡導的資訊，亦會分享會員的一些意見及想法，敬請大家緊密留意。

#我也有SAY主牆

主牆題目會定期更新，設有關於自閉症與神經多元主題予會員以及到訪人士參與互動。大家來到中心，不妨動筆留下自己的想法加入討論吧。

Say



唔係咁差的

他們擁有與眾不同的世界

和其他人不一樣

自閉症唔係冇朋友 唔係內向

佢哋都有佢哋獨特ㄟ才能~~~

這期討論關注的題目為「自閉症是/不是什麼」,讓大家可以從自身角度出發解釋自閉特質。上文提及神經多元,反映每人經歷的自閉症也具有獨特性;中心希望能夠開啓討論,讓大家可以既能分享看法,又能透視他人經歷的相異。我們相信同一光譜下,每人也獨有光彩;不論色彩,也能綻放光芒。(Different Hues, Equally Bright)。歡迎大家表達自己意見。

會員訓練小組

(此系列的訓練活動優先接受個人介入計劃的會員報名)

會員訓練小組主要目的是讓會員學習不同的社交、溝通、就業及生活等技能，全方位提升會員的社交能力及獨立生活能力，裝備會員面對不同的挑戰。

生活技能小組 (R2023/24-070)

簡介： 小組將以「儀容管理、家居安全、外出計劃、健康管理」等衣食住行相關的獨立生活技能為主題，講解如何選擇合適的打扮、留意家居安全、外出時需要留意的社交技巧及自我健康管理知識等，通過不同的實踐機會讓會員能發展獨立性，提升生活質素並取得滿足感。

日期： 18/01/2024 - 22/02/2024 (逢星期四)，共6節

時間： 04:00pm - 06:00pm

地點： 本中心

費用： 免費

名額： 8位

備註： 1. 負責同事會根據報名會員需要作出篩選。



職前訓練小組 (R2023/24-071)

簡介： 職前訓練小組以「職場社交能力」及「工作準備」兩大主題為訓練的核心部分，主要讓會員認識職場上所需的社交技巧及掌握就業上的知識與工作概念，藉此了解如何於不同場合調節自己的行為以及回應，為踏入職場做好準備。

日期： 15/01/2024 - 06/02/2024 (逢星期一、二、四)，共11節

時間： 10:00am - 12:00pm

地點： 本中心

費用： 免費

名額： 8位

備註： 1. 此小組只限接受個人職業計劃的會員報名。
2. 負責同事會根據報名會員需要作出篩選。



會員訓練小組

(此系列的訓練活動優先接受個人介入計劃的會員報名)

會員訓練小組主要目的是讓會員學習不同的社交、溝通、就業及生活等技能，全方位提升會員的社交能力及獨立生活能力，裝備會員面對不同的挑戰。

我有我可能 I CAN (R2023/24-077)

簡介： 每個人都有自己的特質及需要，當個人的目標與自己的困難有衝突時，你會選擇放棄還是嘗試以不同方法克服？小組期望裝備會員在面對挑戰時，能恰當地表達自己的需要，調節目標和方法，並尋求支援以此提升個人能力，為自己做出明智選擇，達成不同可能。

日期： 21/02/2024 - 27/03/2024 (逢星期三)，共6節

時間： 06:00pm - 08:00pm

地點： 本中心

費用： 免費

名額： 8位

備註： 1. 負責同事會根據報名會員需要作出篩選。



WRAP小組 (2) - 會員篇 (R2023/24-078)

簡介： 「身心健康行動計劃」(Wellness Recovery Action Plan® 簡稱WRAP®) 是由美國精神健康運動倡導者 Mary Ellen Copeland 所發展的一套維持身心健康的系統化工具。「朗程牽」舉辦的WRAP小組，讓大家初步認識及體驗「身心健康行動計劃」，為自己訂立身心健康工具箱，協助自己提升身心健康。

日期： 17/02/2024 - 09/03/2024 (逢星期六)，共4節

時間： 09:30am - 11:30am

地點： 本中心

費用： 免費

名額： 8位

備註： 1. 負責同事會根據報名會員需要作出篩選。



會員活動

(此系列活動歡迎所有會員參與，不論是否完成個人介入計劃)

社區實踐活動(3) - 路程規劃比一比 (R2023/24-081)

簡介：平時你會否計劃自己的行程，於不同社區遊走探索？是次活動會員將就生活上的需要到訪港島不同地區進行任務，例如：到精品店買小禮物、到餐廳買食物等等。會員需要分工合作，自己組織外出計劃並討論交通行程安排，以完成不同的任務。

日期：17/02/2024 (星期六)

時間：04:00pm - 06:00pm

地點：本中心集合

費用：免費

名額：8位



備註：1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

工作體驗活動

第一節 - Microsoft 軟件入門班 (R2023/24-088)

Microsoft是辦公室常用的軟件，不少文書相關的工作項目都會用Microsoft完成。是次活動將會與大家分享Microsoft Word和Microsoft Excel的使用，當中除了會講解基本界面操作之外，更會有文書任務的工作體驗環節，讓大家認識文件輸入的工作。

日期：08/03/2024 (星期五)

時間：06:00pm - 08:00pm

地點：本中心

費用：免費

名額：8位



第二節 - 辦公室助理工作 (R2023/24-089)

於辦公室工作，除了需要使用電腦軟件，亦需要同時兼顧辦公室內日常不同的工作，如處理文件/電郵、影印、外勤等等，是次活動讓大家了解辦公室助理的入職要求和相關工作內容，並有機會嘗試體驗不同的工作內容，增加大家對辦公室工作的認識。

日期：15/03/2024 (星期五)

時間：06:00pm - 08:00pm

地點：本中心

費用：免費

名額：8位



備註：1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

會員活動 - 藝術活動

自有才系列 - 會員藝術創作分享

相信會員從每期會訊封面設計及內頁的「自有才」展示閣認識到會員的專長及藝術天份，無論是繪畫、攝影、或是電繪亦相當有天賦和才能。為提供更多平台讓會員分享所長，本年度「朗程牽」增設「自有才系列」，邀請不同會員藝術家作出分享，與會員交流他們的藝術作品，討論創作的過程與心得。

第五節 (R2023/24-072)

日期：06/01/2024 (星期六)

時間：02:00pm - 04:00pm

地點：本中心

費用：免費

名額：8位



備註：1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

第六節 (R2023/24-087)

日期：23/03/2024 (星期六)

時間：02:00pm - 04:00pm

地點：本中心

費用：免費

名額：8位



NEW

表達藝術減壓小組 (R2023/24-133)

簡介：最近有沒有空間讓自己好好放鬆一下，減下壓呢?透過體驗不同藝術，如畫畫/音樂/舞動，讓我們可以釋放一下生活壓力，充充電再出發。小組過程中更加可以加深對自己的認識及抒發情緒。更重要的是你不用任何藝術經驗亦無需任何的技巧，只要好好的享受整個過程就可以了。

日期：07/02/2024 - 27/03/2024 (逢星期三)，共8節

時間：06:30pm - 08:30pm

地點：本中心

費用：免費

名額：8位

備註：1. 負責同事會根據報名會員需要作出篩選。



會員活動 - 新年活動

(此系列活動歡迎所有會員參與，不論是否完成個人介入計劃)



新年快樂！不經不覺又踏入新的一年，不知道大家在2023年做過什麼令你感到快樂又滿足的事情呢？2024年又有什麼新的目標和期望，令來年過得充實又有意義呢？今年Party除了玩遊戲外，我們亦會分享去年的美事，展望來年並向著目標前進。

日期:13/01/2024 (星期六)

時間:02:00pm - 04:00pm

地點:本中心

費用:\$30 名額:8位

歡聚迎新年
(R2023/24-073)



農曆新年傳統習俗會向人拜年，但拜年其實都是一大挑戰，既要掌握拜年場合中的潛規則，又要應對親戚們不同的提問。是次活動透過情境討論及角色扮演，讓大家可以有機會分享在拜年期間曾遇到的困難，讓大家更進一步掌握拜年的社交技巧，裝備自己，過一個愉快順利的新年。

日期:03/02/2024 (星期六)

時間:02:00pm - 04:00pm

地點:本中心 費用:免費 名額:8位

生活技能活動(3) -
拜年補習班
(R2023/24-080)



喜慶的春節時分，最好不過就是相聚與身邊人一同分享節日的喜悅。「朗程牽」將聯同「家庭喜點」一起舉辦新春party，讓會員能夠擔任義工大大哥哥大姐姐，與其他小朋友一起玩游戏、動動手動動腦，感受新春佳節的氣氛。對義工活動有興趣的大家，快來報名參加。

日期:03/02/2024 (星期六)

時間:02:00pm - 04:00pm

地點:待定

費用:免費 名額:8位

新年義工同樂日
(R2023/24-135)

- 備註: 1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。
2. 繳費日期為06/01/2024至13/01/2024。如於06/01/2024或之後退出活動，仍需繳付費用。(適用於歡聚迎新年)

共融活動

「朗程牽」在1月至3月這季度會有不同主題的共融活動，與不同團體合作，有興趣的會員不要錯過。



恭喜恭喜！很快便到農曆新年！今次我們會與殘疾人士院友一起慶祝新年！除了由會員帶領不同環節，例如熱身操、遊戲及唱歌，讓大家可以有機會互相交流及一起放鬆減壓外，亦會彼此送上新年祝福，感受充滿傳統新年節日氣氛。

關愛樂融融(4)
(R2023/24-101)

日期:27/01/2024 (星期六)
時間:02:00pm - 04:00pm
地點:本中心 費用:免費 名額:8位



以「飲食」作切入點，參加者會利用五感於烹調過程中感受自身與食物，同時可以親手為自己炮製一道料理，包括鹽酥雞和水果沙律。鹽酥雞和水果沙律是一對完美的搭檔，既能滿足人對於炸雞的渴望，又能讓人保持健康的飲食習慣。活動將會由合辦團體 - 香港心理衛生會準備，參加會員可以有機會認識新朋友，分享生活點滴。

無法抗拒的台式滋味
(R2023/24-102)

日期:13/01/2024 (星期六)
時間:03:00pm - 06:00pm
集合地點:觀塘港鐵站A2出口大堂
費用:免費 名額:6位



透過正念編織手作，讓參加者在忙碌的生活中得到放鬆和啟發，學習專注於當下。製作屬於自己的星之花，送給自己一份小禮物和專注當下的「Me time」。觸手可及的星星內藏著療癒人心的正面句子，從當中的意思來探索和欣賞自我，更愛自己的想法。活動將會由合辦團體 - 香港心理衛生會準備，參加會員可以有機會認識新朋友，分享生活點滴。

一編一織，一起賞息
(R2023/24-103)

日期:17/02/2024 (星期六)
時間:03:00pm - 06:00pm
集合地點:觀塘港鐵站A2出口大堂
費用:免費 名額:6位

備註: 1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

2023/2024 年度第五屆師友計劃暨義工服務

(只適合於2023年3月或之前完成個人介入計劃之會員參加)

師友計劃為已完成個人介入計劃之會員提供跟進服務，旨在以朋輩方式支援會員有關升學或就業適應期遇到的困難及挑戰。會員將會與已接受相關培訓的 18 歲或以上之社區人士（師友）建立伙伴關係，「亦師亦友」，一同成長學習，實踐社交技巧。透過不定期的分享會、聯誼活動和義工活動，會員可從與師友的互動，就著適應期所面對的挑戰進行意見及經驗交流，一起結伴同行。以下是本年度的師友計劃的活動安排，歡迎各位舊生報名。

師友計劃暨義工服務 (5)
(R2023/24-075)

日期: 27/01/2024 (星期六)

時間: 02:00pm - 04:00pm

師友計劃暨義工服務嘉許禮
(R2023/24-085)

日期: 16/03/2024 (星期六)

時間: 04:00pm - 06:00pm

師友計劃暨義工服務 (6)
(R2023/24-082)

日期: 24/02/2024 (星期六)

時間: 04:00pm - 06:00pm

主題(二)
校園萬事通

	師友計劃暨義工服務 (5) (R2023/24-075)	師友計劃暨義工服務 (6) (R2023/24-082)
活動簡介:	「朗程牽」一直積極推動義工工作，不但邀請社區人士參與中心活動與會員認識及交流，過去亦多次由師友及會員策劃安排不同對外義工服務如探訪老人院及流浪動物等活動，讓會員有機會接觸不同階層人士，以達致社會共融。是次活動將會由師友帶領會員討論、計劃及籌備義工活動。	是次活動會由師友帶領會員參與義工服務，增加大家的生活體驗，讓會員從中實踐社交技巧，把學到的社交技巧應用在不同的社交場合之中。而義務工作將提供機會讓會員接觸不同人士，認識到自己有能力為他人服務。如果大家對體驗義工服務有興趣，就趕快報名吧。
日期:	27/01/2024 (星期六)	24/02/2024 (星期六)
時間:	02:00pm - 04:00pm	04:00pm - 06:00pm
地點:	本中心	
名額:	8人	
費用:	免費	
備註:	1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。	



2023/2024 年度
義工帶領活動回顧



自有才活動



家長帶領活動 - 茶樓



師友計劃



家長帶領活動 - 肚皮舞



舊生聚會

師友計劃暨義工服務嘉許禮 (R2023/24-085)

活動簡介: 「朗程牽」去年舉辦不同的活動中, 有不少的活動由家長、師友和舊生會幹事們帶領。承蒙義工們對中心的支持, 令中心的活動變得更有趣及多元化。嘉許禮旨在感謝及嘉許義工們的付出, 如你有興趣認識及了解義工們的工作及服務成果, 歡迎你報名參加。

日期: 16/03/2024 (星期六)

時間: 04:00pm - 06:00pm

地點: 本中心

名額: 8人

費用: 免費

備註: 1. 如活動報名人數超出限額, 活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

舊生會資訊閣

(只限已結束個人介入計劃的會員報名)

簡介：舊生定期進行每兩個月一次聚會，透過不同的主題及活動讓已結束個人介入計劃的會員，即舊生繼續參與中心活動實踐所學，並認識其他舊生建立友誼。舊生聚會形式將由2023年03月04日完成就職的幹事負責構思、策劃及帶領。期望以一個輕鬆及互動的平台讓所有舊生聚首一堂。以下是本年度的舊生聚會安排，歡迎各舊生報名。

舊生聚會 (5)
(R2023/24-074)

20/01/2024 (星期六)

02:00pm - 04:00pm

主題: 交通工具

第四屆幹事卸任
及就職典禮

(R2023/24-084)

02/03/2024 (星期六)

02:00pm - 04:00pm

舊生聚會 (6)
(R2023/24-086)

16/03/2024 (星期六)

02:00pm - 04:00pm

主題: 桌上遊戲

	舊生聚會 (5) (R2023/24-074)	舊生聚會 (6) (R2023/24-086)	第四屆幹事卸任及就職典禮 (R2023/24-084)
活動簡介:	作為巴士迷相信有聽過 B8L、青BB床巴、E400 巴士及12.8米等型號，以交通為主題的舊生聚會將會由幹事們分享交通工具的資訊、特色、結構及文化，當然你都可以分享個人經驗及相關巴士知識，如果你想同其他巴士迷會員互相認識及分享資訊，記得不容錯過報名參加。	玩桌上遊戲不但有益身心健康，也能增加人類的生活樂趣。是次舊生聚會中，我們會玩不同類型的桌上遊戲。包括：大富翁卡牌遊戲、大富翁、UNO、德國心臟病等等。大家也可以一起選擇中心提供的其他桌上遊戲。快快報名，齊來過一個愉快的下午。	舊生會幹事在過往一年協助構思、策劃及帶領各項舊生聚會和共融活動，提供機會讓會員有交流和放鬆的時間。現誠邀大家出席「第四屆幹事卸任及就職典禮」，一起回顧第三屆幹事的付出、貢獻及個人成長，並且見證和迎接第四屆新任幹事就職，傳承舊生會的使命。
日期:	20/01/2024 (星期六)	16/03/2024 (星期六)	02/03/2024 (星期六)
時間:	02:00pm - 04:00pm	02:00pm - 04:00pm	02:00pm - 04:00pm
地點:	本中心		
名額:	8人	費用:	免費
備註:	1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。		

舊生會資訊閣

(只限接受已結束個人介入計劃的會員報名)

第四屆幹事招募

第三屆幹事會於2023年年初舉行就職典禮之後，幹事們積極為中心的舊生籌備和舉辦全年不同主題的舊生聚會，並且協助帶領多個共融活動。幹事們不但在活動中發揮所長並與會員交流及互相分享經驗，朋輩間發放正能量！！

第四屆幹事現正開始招募，如果你想為「朗程牽」的會員服務，又想裝備自己的籌備及帶領活動能力，我們鼓勵你申請成為幹事。

任期：1年（2024年4月至2025年3月）

職責：

- 出席舊生聚會，協助設計和帶領聚會。
- 與職員/幹事合作籌備及帶領身心靈活動/共融活動。
- 主動與會員建立關係，宣傳活動，並給予正能量。

招募對象：

- 富有責任感、願意出席舊生聚會及幹事會議。
- 願意與會員及職員溝通。
- 有團隊精神。
- 能調節自己情緒以及有良好的解難能力。

申請方法：

- **必須為已完成個人介入計劃的會員，以及沒有同時參加師友計劃的會員優先。**
- 請撰寫一封**150字至200字**的申請信，內容是自我介紹及認為自己勝任幹事的原因，並把申請信於截止日期**(31/01/2024)**之前電郵/傳真/郵寄/Whatsapp/親自遞交到本中心。
- 申請者須通過職員的面試。
如成功取錄，將獲專人通知，並須出席**02/03/2024(六)**下午的就職儀式。

截止申請日期：31/01/2024（星期三）



家長支援活動

活動提供一個平台讓家長互相認識及交流，暫時放下照顧者角色，參與自己喜歡活動，齊齊提升身心靈健康。此外，中心增設「星空下的傾情」板塊，以不同的主題讓家長認識及掌握不同技巧以持續地支援子女於成長階段面對不同的困難及挑戰。齊齊於星空下互訴心聲及互相扶持。

觀賞行情(2) (R2023/24-079)

簡介：你有否面對過子女不願意和你聊天或分享心事、子女情緒爆發令你束手無策、對著子女重覆不斷的問題令你沒有耐性等等？這些或會令你覺得氣餒、迷惘、不知所措...

「觀·賞·情·行」家長小組課程讓家長掌握及練習觀察、獎賞、共情、同行四個角色的技巧及要點，令家長在教養的道路上重拾信心及希望。

日期：17/02/2024 - 06/04/2024
(逢星期六)，共8節

時間：11:30am - 01:30pm

地點：本中心

費用：免費 名額：8位



備註：1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

星空下的傾情(4) - 免受侵犯工作坊 (R2023/24-090)

簡介：中心一直致力提供一個安全和受保護的環境提供服務，採取一切合理步驟及謹慎的態度，保障服務使用者免受任何形式的侵犯。是次工作坊旨在為家長/照顧者講解免受侵犯的政策和執行程序，明白其權利，並知悉有關免受侵犯的措施及求助方法。

日期：23/03/2024 (星期六)

時間：04:00pm - 06:00pm

地點：本中心

費用：免費

名額：8位



備註：1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

自閉症知多D (R2023/24-132)

自閉症譜系障礙為其中一類神經發展障礙(**Neurodevelopmental Disorders**)，指兒童發展期出現的障礙。這些徵狀一般在三歲前出現，並會持續至成年階段，對青少年多方面的成長均有影響。他們對語言及非語言溝通的理解有不同程度的困難，往往未能從別人的說話中，抽取重要資料及明白當中的含意，更不善於理解別人的情緒變化及感受，因而無法作出恰當的回應。「朗程牽」榮幸邀請到青山醫院兒童及青少年精神科駐院醫生石琪峯先生為家長分享自閉症譜系患者的常見症狀、診斷方法及不同種類的治療，尤其是對一些新型的非藥物治療進行講解及探討。希望幫助到家長認識自閉症譜系青少年的情況及現時最新的治療方向。

日期：27/01/2024 (星期六)

時間：04:00pm - 06:00pm

地點：本中心 費用：免費 名額：20位

備註：1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。



家長帶領活動

活動提供一個平台讓家長互相認識及交流，暫時放下照顧者角色，參與自己喜歡活動，齊齊提升身心靈健康。此外，中心增設「星空下的傾情」板塊，以不同的主題讓家長認識及掌握不同技巧以持續地支援子女於成長階段面對不同的困難及挑戰。齊齊於星空下互訴心聲及互相扶持。

家長帶領活動系列 - 藝術體驗工作坊暨茶聚

簡介：是次家長帶領活動系列由家長義工 **Clara Au-Yeung** 美國官方認證禪繞畫導師帶領。除了禪繞外，**Clara** 亦是資深剪紙導師（師承國家一級工藝美術師李云俠女士）及日本和諧粉彩(JPHAA)正指導師。

第三節 - 禪繞紅封包 (R2023/24-076)

是次禪繞活動將以新年作主題，將禪繞藝術融合農曆新年的紅封包，讓家長們製作充滿節日氣息的作品。家長們快來報名參加體驗禪繞藝術吧。

日期：20/01/2024 (星期六)

時間：04:00pm - 06:00pm

地點：本中心

費用：免費

名額：8位



第四節 - 新年剪紙工作坊 (2023/24-083)

剪紙是其中一項中國最古老的民間藝術，亦在2009年列入「人類非物質文化遺產名錄」。剪紙不單能承傳中國文化，作品既有裝飾功能，亦可餽贈親友。對剪紙感興趣的你，千萬不要錯過此難得的機會！

日期：13/01/2024 (星期六)

時間：04:00pm - 06:00pm

地點：本中心

費用：免費

名額：8位



備註：1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

親子活動

透過親子社交活動，讓大家於生活中休息一下。活動亦有機會讓會員學習在不同的社交場合中實踐社交能力。此外，亦提供機會讓家庭之間互相了解及交流分享。

親子活動 (4) - 心靈樽製作 (R2023/24-091)

簡介：大家平時會否覺得難以平靜下來？腦中湧出不同的想法，心情又比較焦躁不安？親子的心靈樽製作活動，讓家長和會員一同創作能夠讓自己平靜思緒的小工具。活動設有不同的靜觀與身體和覺察的體驗活動，讓大家嘗試以不一樣的方式應對生活帶來的各種情緒與反應。

日期：02/03/2024 (星期六)

時間：04:00pm - 06:00pm

地點：本中心

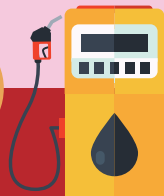
費用：免費

名額：8位



備註：1. 如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

照顧者加油站

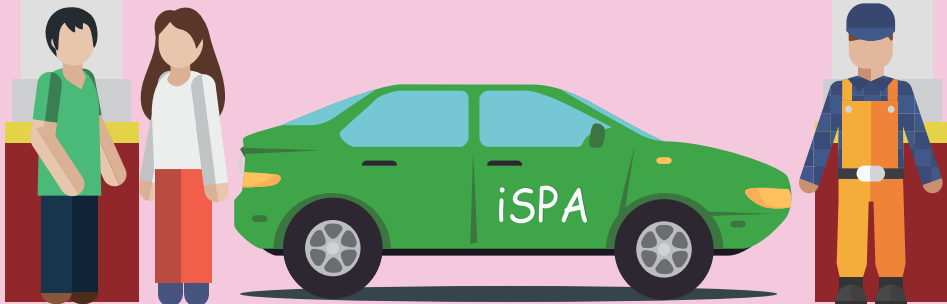


「朗程牽」由本期會訊開始增設「照顧者加油站」，為家長/照顧者提供有用的資訊，得到更多的支援。

社會福利署（社署）於二零二三年九月二十五日舉辦「齊撐照顧者行動」起動禮，展開為期三年的全港宣傳活動，以肯定照顧者的貢獻，並推廣關懷照顧者的信息，以及為照顧者打氣。三項支援照顧者的措施亦隨之展開，內容如下：



- (一) 由社署委聘非政府機構營辦的**24小時「照顧者支援專線」(182 183)**已於九月二十六日起投入運作。專線由專業社工接聽，可即時評估照顧者的狀況及需要，為有需要的照顧者提供資訊，轉介和配對社區上合適的服務，並為有緊急需要的個案提供外展探訪；
- (二) 「護老同行」計劃由十月起擴展至涵蓋有需要的殘疾人士及其照顧者，並優化為「與照顧者同行」計劃，從而讓物業管理人員更好利用社區資源，支援護老者和殘疾人士照顧者；及
- (三) 由社署與香港賽馬會慈善信託基金合作，委託大學建立的一站式「照顧者資訊網站」，資訊網站旨在加深照顧者對可用資源的認識，並鼓勵他們在有需要時尋求協助。網站內容涵蓋為長者及殘疾人士提供的服務、照顧技巧，以及為照顧者提供的社區活動和資源等。資訊網站計劃將於**2023年底**前推出，其後仍會分階段增添其他內容，例如照顧者的風險評估工具。



到訪諮詢服務

「朗程牽」亦為受社會福利署資助的服務單位提供到訪自閉症諮詢及培訓活動。透過專業同工到訪，了解個案於單位中的行為表現，並與前線同工分享經驗，進一步支援單位處理及跟進自閉症個案。到訪諮詢的形式不限，可以選擇以下題目進行工作坊，亦可按應不同範疇與相關的專業同工展開個案討論，商議介入方向。

單位服務對象	青少年/成人	兒童
走進他們的世界	自閉症認識/理解及 個案討論 如何識別青少年/成年人 自閉症人士	認識早期自閉症徵狀及 個案討論
情緒及行為單元	了解自閉症人士的精神健康狀況 擬定處理偏差行為的計劃 環境調節及視覺策略的應用 自閉症人士性教育 如何協助自閉症人士獨立生活	有效建立正向行為及情緒的獎賞 制度如何協助自閉症兒童認識及 表達情緒 協助自閉症兒童處理欺凌
社交溝通單元	建立輔助/替代溝通系統 如何編寫社交故事	提升自閉症兒童的溝通動機 提升自閉症兒童社交遊戲技巧
	「情. 理. 行. 實況」社交能力訓練介紹 如何運用桌上遊戲作社交訓練 自閉症人士就業支援及訓練	
感覺統合單元	感覺訊息處理及調節策略	
家長單元	「觀. 賞. 情. 行」家長訓練	初確診自閉症兒童的家長支援 工作
其他	可因應單位的需要而訂立合適的題目	
服務收費	全免（只限受社會福利署資助的服務單位及其前線同工）	
前線同工電話諮詢服務 「朗程牽」亦設有一條諮詢熱線，由專業同工為社會服務機構及教育界別機構前線同工提供有關自閉症的資訊及建議，以輔助處理自閉症人士的情緒及行為困難。如對自閉症有任何查詢，歡迎致電此熱線與專業同工討論處理的方向。 對象：社會服務機構及教育界別同工 諮詢熱線：5596 - 0919		熱線接聽時間： 星期一 02:00pm - 05:00pm 星期二 02:00pm - 06:00pm 星期三 05:00pm - 09:00pm 星期四 02:00pm - 06:00pm 星期五 05:00pm - 09:00pm 星期六 02:00pm - 05:00pm

活動報名須知

活動報名方法：

- 以電話、WhatsApp或親自到本中心報名，報名所需資料：
姓名及活動名稱及人數（如參與人數超過一人）。如活動報名人數超出限額，活動將以抽籤形式進行。負責同事將會於活動開始前一星期聯絡確認抽籤結果。

繳費方法：

- 可親臨本中心繳交現金。
- 如以支票繳費，支票抬頭為“新生精神康復會”，並確保於該活動舉辦七天前把支票寄到或親自交到本中心，中心職員成功存款至銀行後會發出活動收據確認並於活動當天派發。

繳費須知：

- 因不同的收費活動需要按參加的人數而預算支出，已報名的會員及家長必須於活動報名時或最遲於活動當天繳交費用，若已報名的參加者於指定日子後決定退出活動(指定日子請參考活動備註)，未曾繳費者亦需補交費用，敬請見諒。
- 所有活動繳費後，便已確實報名。除因特別情況(例如：參加人數不足/活動因事而取消)外，會員及家長自行決定退出活動，將不獲退款。

颱風及暴雨訊號懸掛之活動安排：

當8號或以上風球懸掛或黑色暴雨警告時，中心會停止開放。直至風球或暴雨警告解除後2小時，中心會逐步恢復正常運作。若8號或以上風球或黑色暴雨警告在星期一、二、四及六下午三時後或星期三及五下午六時後除下，中心亦會暫停服務。

訊號	室內活動 (包括面談/小組/活動)	室外活動
1號風球/黃色暴雨	✓	✓
3號風球/紅色暴雨	✓	✗*
8號或以上風球/黑色暴雨	✗*	✗*
✓=如常 ✗=取消/延期 * 如小組/活動開始前 2小時，該訊號仍然懸掛，活動將會延期或取消。 特別情況：如中心服務已開始，而天氣及後轉壞，中心會須視乎當時的天氣及路面狀況，安排參加者離開/繼續服務。		

其他須知

1. 中心已加設服務意見收集箱，歡迎各會員發表意見，以推動「朗程牽」服務的進步。
2. 歡迎各會員為會訊設計封面 / 插圖。亦可寫下感受、心得、分享並投稿，與其他會員分享你們的樂與憂。如有興趣參與或投稿，請與個案經理或中心職員聯絡。作品及投稿會由職員作出甄選。
3. 本中心的 **WhatsApp** 只是為了接收及發放資訊用途，由不同職員共同管理；而訊息的回覆時間只限於中心開放時間內。會員若需要輔導支援，請與負責個案經理預約輔導時間。
4. 如 (i) 拒絕或需要修改接收會訊及中心資訊的方法 (包括：郵寄及 **WhatsApp**)
(ii) 更改個人資料，例如住址及電話
請與個案經理或中心職員聯絡。

iSPA 意見收集表

歡迎大家寫下對本中心服務的任何意見，並寄回/電郵/交回本中心職員作跟進。各會員的寶貴意見將作為本中心日後提升服務質素之用。

姓名：_____ 聯絡電話：_____ 日期：_____

感謝你的意見！

