



香港中華基督教青年會

必愛之家
綜合職業復康服務中心及宿舍



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department



必愛通訊

地址：上環必列者士街 51 號

電話：2857 6769 (中心) / 2803 7715 (宿舍)

電郵：lovework@ymca.org.hk (中心) / lovehost@ymca.org.hk (宿舍)

網址：<http://www.ymca.org.hk>

傳真：2517 3754 (中心) / 2549 8510 (宿舍)

中心及宿舍快訊

與青年會一同慶祝 125 載的傳承與創新！

主恩同行 共創未來

With God's Grace, we shape tomorrow

踏入 2026 年，香港中華基督教青年會迎來 125 周年的重要里程碑！首部 125 周年紀念影片已在 1 月 25 日正式推出，誠邀各位一同見證必列者士街會所如何由昔日會所變成今天的香港文化寶藏！

本會自 1901 年成立，從必列者士街會所起步，至 1966 年將總部遷至九龍窩打老道，紮根九龍繁華核心。多年來，本著「非以役人，乃役於人」之基督精神，持續為家庭、兒童及青少年、金齡人士等提供康體、教育、醫療、賓館等服務，與社會同行，見證城市變遷，也陪伴一代又一代青年在成長路上前行。回望一路以來上主的引領與祝福，亦提醒我們繼續肩負服務社會、培育青年的使命。必列者士街會所亦由 1995 年開始，為配合地區發展，成立必愛之家宿舍及必愛之家庇護工場，為殘疾人士提供住宿及職業訓練服務。為優化殘疾人士職業康復服務，必愛之家庇護工場於 2025 年 10 月起升格及名稱更改為必愛之家綜合職業復康服務中心。

125 周年紀念系列影片共有 5 部，展現青年會如何連結社區，讓幸福跨越時代，延續至今。先介紹大家觀賞第 1 部紀念影片「一分鐘帶你穿越百年-睇盡必列者士街會所！」及第 2 部紀念影片「超過 100 年嘅室內暖水池原來隱藏咗呢度?!」，一同細味這段由心連結的幸福旅程！

影片連結：第一部 https://www.youtube.com/watch?v=13wPWEUUXPc&list=PLW_p1Nf_ZXR7vqqgG7XtnFnMr_jf9y8xAh

第二部 https://youtube.com/shorts/GMD1alazjQw?si=PUvN22N67_CA65MB

職員動態

	同工姓名	職位	生效日期
離職	陳冬希	文書助理 (宿舍)	03/01/2026
入職	馮潔怡	文書助理 (宿舍)	19/01/2026
	劉斯朗	助理主任幹事	02/03/2026

我們掌聲鼓掌歡迎新同工加入必愛的大家庭，祝願他們工作愉快，同時我們亦祝願離職的同工生活美滿幸福。





中心及宿舍活動花絮



「健康生活 x 新興運動」

讓學員學習健康資訊及體驗新興運動，提昇健康意識，中心於10-12月期間進行6節活動，共8位學員參加，內容包括與學員分享健康資訊，如食物金字塔及營養標籤，並试玩布袋球及Switch運動遊戲及學員基礎訓練小組之一。



「聖誕聯歡會 2025」



承蒙「雀巢健康科學」贊助19/12(五)「聖誕聯歡會2025」午餐西式到會，並邀請公理堂社區事工幹事到場為學員分享故事及唱聖詩，讓約130位學員與職員享用美食及聚首一堂，從而提昇學員對中心的歸屬感，讓學員及職員一同歡度聖誕節。





「愛在聖誕」



本會基督教事工部同工於 18/12(四)到中心為學員舉辦「愛在聖誕」感恩活動，共 30 位學員參加，當中內容包括製作拼貼花環小手工、詩歌及聖誕故事分享，學員均投入參與，發揮音樂及藝術才華。



職業康復延展計劃(WEP)介紹

因社會福利署優化殘疾人士職業康復服務，本中心升格為「綜合職業康復服務中心」，職業康復延展計劃(WEP)服務名額獲資助增加至 18 位。為配合學員老齡化的發展階段，中心提供適切的復康運動、認知訓練、專業治療、社康小組、興趣小組及發展性技能訓練和活動。

本小組活動介紹：

園藝閣

透過學習種植培養過程、設計花藝及花式擺設，讓學員懂得愛護植物，發揮個人的想像力，提昇學員對園藝的樂趣及促進友誼。



藝彩工作坊

讓學員認識不同顏色材料如玻璃彩等，製作不同圖案的掛畫，配合金粉及閃片等，啟發學員創造力和擴展思考空間。



開心畫坊

透過繪畫，引導學員探索和了解不同風格的畫作，激發學員的創作潛力與藝術感知。同時，透過繪畫練習，提升學員繪畫技術，並培養個人藝術素養。

「生日會 4」

學員 1-3 月生日會已於 30/1/2026 舉行，共有 40 位學員出席，透過分享生日蛋糕及參與小遊戲，凝聚開心歡樂氣氛，提昇學員對中心的歸屬感及建立友誼。



「學員大會 4」

本季學員大會已於 6/2/2026 舉行，共有 106 位學員出席，內容包括中心下年度進階訓練小組項目介紹、SQS 介紹、健康訊息分享及職安健主題介紹。



靜心禪繞畫

透過禪繞畫創作，教導舍友平伏情緒的方法，增強處理情緒的能力。舍友在集會過程中認識了開心、傷心、憤怒及恐懼等情緒的特徵和正確的表達方法，亦初步掌握利用繪畫禪繞畫來平伏情緒。



家長日

本年度的家長日已於 13/12/2025(六)舉行，當日有 39 名家屬及 38 名學員，共 77 人出席次家長日活動。單位主任在活動上分享本單位最新服務資訊，包括：庇護工場由 2025 年 10 月起升格為綜合職業復康服務中心，宿舍增聘一名註冊護士以加強護理服務。此外，註冊護士連先生則分享學員預防跌倒的資訊，社工進行活動及服務回顧，導師與學員一起示範中心最新工種等。於面談環節中，家屬均樂意與單位導師傾談，從而加深家屬與單位之間的溝通與了解。



心靈鬆一鬆：香薰治療按摩及手工小組

(本活動由伊利沙伯女王弱智人士基金贊助)

小組已於 9/1/2026-13/3/2026 期間舉行，共有 8 名舍友參加，由專業導師教導組員自我按摩的方法與技巧，讓組員透過自我按摩來舒緩壓力及減少疲勞。他們均很用心聽從導師的講解與教導，組員對能體驗精油的功效及學習自我按摩舒緩肌肉酸痛感到有趣，對能使用香薰素材製作實用的潤手霜、潤唇膏及手工製作感到成功及喜悅。



心靈鬆一鬆：立體肌理畫創作

(本活動由伊利沙伯女王弱智人士基金贊助)

活動已於 4/11/2025-6/1/2026 期間舉行，共有 10 名舍友參加。由專業導師教導組員以多彩的顏料及極富質感的石英砂，利用肌理紋路的質感來打造半浮雕的作品，讓組員在創作過程發現自的創作潛能並從中找到屬於自己的方向。他們表示首次以色彩豐富的石英砂作畫感到很新鮮，與其他組員分享作畫的心得感到很滿足及開心。



萬馬奔騰賀新春

「萬馬奔騰賀新春」已於 2 月 28 日假青年會灣景國際酒店宴會廳舉行，有 68 位學員及 31 位家長合共 99 人出席，內容包括：春茗午宴聚餐、團拜、學員醒獅和椅子舞表演及幸運大抽獎。當日學員和家長與單位職員歡聚一堂共慶新春，除享用豐富美食、欣賞學員精彩表演外，亦促進了彼此的溝通，增強對單位的歸屬感。





帕金森病是一種長者較為常見的神經系統疾病。平均病發年齡在六十至七十歲之間。帕金森症是慢性腦部衰退的疾病，不會傳染，其真正原因還未有一致的結論，目前知道是由於腦幹內的「黑質體」退化，未能產生足夠的「多巴胺」，令腦部指揮肌肉活動的功能受損，導致肌肉不受控制。另外個別的疾病例如頭部受傷、長期服用止暈藥、金屬中毒、腫瘤、腦炎及中風等，都有機會增加患帕金森症的機會。



帕金森氏症的危險因子



早期徵狀

- 震顫：患者手腳持續或間歇出現不受控制的震顫，尤以靜止時最為明顯。震顫多由一邊的手或腳開始，然後慢慢擴展至同一邊身體的其他部位，繼而影響其他四肢，最後可能影響全身的肌肉。
- 動作緩慢：起步，轉變方向及停步均有困難。
- 動作僵硬：手腳肌肉變得僵硬，患者在伸直或屈曲手腳時，發覺該部位出現重大阻力，動作有如轉動齒輪般困難。
- 步履不穩：步行時腳部不能提起，甚至失去平衡力，容易跌倒以急促的「碎步」走路，以保持重心
- 表情及語調變化：影響口及面部肌肉協調而引致面部無表情及語調出現變化(音量不足，發音不準確，說話速度過快，聲調單調)等。
- 書寫困難，字體愈寫愈細
- 長時間呆坐而不變動坐姿
- 步行時雙手缺乏擺動。

晚期症狀(可快至五年，亦有可能長達十年或以上)



1. 服藥後仍出現不自主的動作
2. 說話不清
3. 吞嚥困難
4. 當藥力失效時會完全失去活動能力

治療方法

- 藥物：現階段雖未有任何根治原發性帕金森病的有效方法，但藥物能幫助控制病徵，改善患者的活動能力，以減低對日常生活的影響。藥物通常需要長期服用，切勿自行中止服用，否則可能會令病情反覆。
 - 微創深層腦部刺激手術：原理是利用刺激器釋出電流，刺激腦部組織，藉此改善患者的活動能力。
 - 物理治療：為患者評估活動功能和設計個人化復康運動計劃；指導正確位置轉移及助行器具使用技巧，增加患者活動能力，減低跌倒的機會。
 - 職業治療：分析患者實際家居環境所遇到的障礙，使用輔助器材及改善家居佈置，提高患者的自我照顧能力。
 - 語言治療：言語治療師協助進行針對性的訓練，以改善說話能力。
 - 心理輔導：患者容易有抑鬱的情況，所以家人的支持和安慰很重要。
- 此外，照顧者亦可能因過度的壓力而感到沮喪。如有需要，應向專業人士尋求輔導。

帕金森症≠認知障礙症

- ◆帕金森症主要影響患者身體的活動能力，大部分患者的思想及認知能力均正常，思維清晰。
- ◆認知障礙症(又名腦退化症或失智症，舊稱癡呆症)患者則會日益健忘，智力退化，甚至出現性格改變。有別於帕金森症 他們的活動能力一般不會受損。
- ◆帕金森症和認知障礙症是兩種不同的疾病，但亦有部分帕金森症患者於患病後期，出現認知能力減退，甚至到達痴呆的程度。年紀愈大的患者，出現認知能力障礙的機會愈大。

總結

帕金森症雖然不會直接致命，但患者逐漸失去走路及吞嚥能力。除了容易跌倒受傷外，更有可能因吞食噎喉而引致肺炎，對生命構成威脅。因此，患者及家人應小心處理日常生活各項細節，避免發生意外。

資料來源：(1) https://www.elderly.gov.hk/tc_chi/health_information/parkinsonsdisease/parkinsonsdisease.html
 (2) <https://www.hkah.org.hk/tc/conditions-and-treatments/parkinsonian-disease> ; (3) <https://www.hkpdf.org.hk/>

4月2日 世界自閉症關注日 (World Autism Awareness Day)



世界自閉症關注日的由來？

在2007年12月18日聯合國大會正式通過把每年的4月2日定為「世界自閉症關注日」(World Autism Awareness Day)，希望提高全球對自閉症的認識，並呼籲社會各界關注和支持自閉症患者及其家人。自2008年4月2日開始，每年這一天在世界各地都會出現不同的關注活動。

什麼是自閉症？

自閉症(自閉症譜系障礙)是一種神經發展障礙，患者在社交溝通、認知、情緒表達及行為模式等方面都有不同程度的困難和發展差異。

自閉症患者可能在社交互動中遇到困難，例如難以理解他人的情感或表達自己的需求。此外，部分患者對感官刺激(如聲音、光線或觸感)表現出過度敏感或反應異常。這些特徵可能伴隨其他發展問題，例如語言障礙、智力差異或情緒困擾。

與自閉症人士相處技巧如下：

1. 接納是第一步。
2. 體諒障礙本身所帶來的問題與差異性，適度尊重他們的特性。
3. 盡量使用簡潔、明確、肯定的語句表達，必要時可重述關鍵字。
4. 在做某事前，如果先預告他們要做什麼、如何做，或即將有所改變，能減低他們的反抗性，增加他們適應的能力。
5. 不論新行為的建立或現有不當行為的處理，都應設定可行目標，逐步引導，不宜過於心急。

資料來源：(1) <https://reurl.cc/LQ0roa>；(2) <https://reurl.cc/Eb01y1>；(3) <https://reurl.cc/R9VG3z>

自閉症有哪些表徵？

難以建立適當的人際關係 	口語能力缺乏或欠佳
對於聲音過度敏感或不敏感 	難以適當的玩玩具
不當的大笑或哭泣 	難以接受改變
對觸覺過度敏感或不敏感 	過動或被動
對特定事物的執著 	缺乏眼神接觸

學員佳作

聖誕節期間，舍友發揮所長，嘗試創作不同的聖誕節手作，為節日添上色彩。



凱棋



雅芬



忠良

服務質素標準 (SQS) 介紹

服務質素標準 9：安全的環境

問：如服務單位出現緊急事故將如何處理？

答：緊急事故大致分兩種：與服務使用者有關(例如：精神病緊急意外、暴力行為、失蹤、受傷及急症等)；與環境有關(例如：停電、突發性停水、交通意外等)。如遇到緊急事故發生，當值同工會立即通知單位主管，亦會即時把其他服務使用者疏散離開現場，如需要報警，目睹事件經過之服務使用者及同工須向警方給予口供以協助調查。如需運送受影響人士往醫院，單位會安排同工陪同前往。單位社工也會盡快通知受影響人士的家屬有關事件和處理方法。最後，單位主管會制定善後及跟進工作，把事件對服務使用者、其家屬、同工的影響減至最低。

服務質素標準 10：申請和退出服務

問：服務使用者應如何申請專職醫療服務？

答：單位之服務使用者無須申請便可於單位內接受專職醫療支援服務(包括：宿舍到診醫生服務、物理治療服務及言語治療服務等)。單位會按需要轉介服務使用者接受服務，有關專職醫療服務程序可參考「接受言語治療及物理治療服務流程」(參考附件 SQS3/5.33)。服務使用者家屬/監護人可向單位提出服務需要，由單位轉介接受有關專職醫療支援服務。

必愛通訊

2026年
1至3月

地址：上環必列者士街 51 號

電話：2857 6769 (中心) / 2803 7715 (宿舍)

電郵：lovework@ymca.org.hk (中心) / lovehost@ymca.org.hk (宿舍)

網址：<http://www.ymca.org.hk>

傳真：2517 3754 (中心) / 2549 8510 (宿舍)

中心及宿舍快訊

中山珠海 3 天境外遊

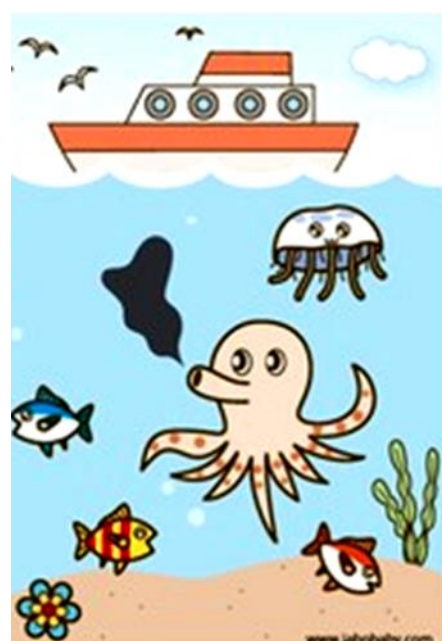


單位首次與本會華愛之家宿舍於 7/11-9/11/2025 合辦境外遊活動。兩單位學員、家屬及職員共 20 人一同出發前往中山及珠海遊覽，行程重點是暢遊珠海長隆海洋王國，除了在「鯨鯨館」觀賞很多珍貴的海洋生物外，在「超北極熊館」近距離看到北極熊可愛矯健的姿態，更可欣賞有趣的海豚表演。旅程另一重頭戲是觀賞珠海橫琴長隆度假區大馬戲《長隆秀》，參加者在現場觀看一場融合了雜技、舞蹈、極限運動等多種藝術形式的大型馬戲表演，感到興奮無比。希望各參加者藉着外遊活動擴闊眼光，並提升自我形象及建立自信。同時透過聯合活動，增加學員及舍友認識新朋友的機會，加強對青年會的歸屬感。



遊戲鬆一

鬆??海底



4-6 月份活動推介

活動名稱：體感遊戲健體樂

日期：02/04/2026-21/05/2026（四）（共6節）

時間：晚上7:00-8:00

地點：單位飯堂

對象：宿舍舍友（8名）

內容：透過趣味性的電玩體感遊戲，培養參加者寓遊戲於鍛鍊身體的興趣，建立恆常運動鍛鍊體魄的習慣。

費用：\$50

負責同工：譚SIR



活動名稱：愛與誠

日期：08/04/2026-20/05/2026（三，29/4暫停）（共6節）

時間：晚上7:00-8:00

地點：智閒情

對象：宿舍男舍友（6名）

內容：認識自己的身體、與同性和異性相處之道、如何面對誘惑、及學習保護自己和尊重別人。

費用：\$30

負責同工：梁姑娘



活動名稱：大熱·手作

日期：13/04/2026-08/06/2026（一）（共8節）

時間：晚上7:00-8:00

地點：單位飯堂

名額：宿舍舍友（8名）

內容：利用紙條、毛冷、彩珠及絨毛條等手工材料，製作精緻潮流小飾物（例如：鏈咀、匙扣及頭飾），以發揮組員的藝術創意。

費用：\$40

負責同工：冼姑娘



活動名稱：五六七八跳跳舞

日期：04/2026-05/2026（二）（共6節）

時間：晚上7:00-8:00

地點：單位飯堂

對象：宿舍舍友（6名）

內容：隨着音樂的節奏和拍子跳簡單的舞蹈

費用：\$30

負責同工：王姑娘



活動名稱：福音小組1

日期：04/2026-09/2026

（每月第二個週四）（共6節）

時間：晚上7:00-8:00

地點：必列者士街公理堂 或 單位飯堂

對象：福音小組成員（30名）

內容：福音佈道、詩歌、福音電影及遊戲等

費用：\$10

負責同工：譚SIR



4-6 月份活動推介

活動名稱：信實組房舍會議（一）

日期：03/05/2026（日）
時間：晚上 7:00-8:00
地點：單位飯堂
對象：宿舍舍友（信實組 18 名）
內容：房務會議分享及討論
費用：全免
負責同工：譚 SIR



活動名稱：學員大會（1）

日期：08/05/2026（五）
時間：下午 3:00-4:00
地點：飯堂
對象：中心學員
內容：資訊分享、活動介紹及健康講座等。
費用：全免
負責同工：崔姑娘



活動名稱：舍友大會 1

日期：27/05/2026（三）
時間：晚上 7:00-8:00
地點：單位飯堂
對象：宿舍舍友
內容：德育學堂（關愛別人、保護自己免受侵犯）、護理知多 D、服務質素標準介紹及單位資訊分享等。
費用：全免
負責同工：梁姑娘



活動名稱：自體重爆肌力

日期：28/05/2026-30/07/2026
（四）（共 6 節）
時間：晚上 7:00-8:00
地點：單位飯堂
對象：宿舍舍友（6 名）
內容：透過體重肌力訓練鍛練肌力、耐力和平衡力，強身健體。
費用：\$30
負責同工：譚 SIR



活動名稱：學員生日會（1）

日期：29/05/2026（五）
時間：下午 3:00-4:00
地點：飯堂
對象：中心學員
內容：為 4-6 月生日學員慶祝生日，小遊戲及蛋糕分享。
費用：\$40
負責同工：崔姑娘



活動名稱：房舍活動之喜樂小聚

日期：26/05/2026（二）
時間：晚上 7:00-8:00
地點：單位飯堂
對象：宿舍舍友（喜樂組 16 名）
內容：重溫 SQS 的簡要
費用：免費
負責同工：王姑娘



活動名稱：少女心事

日期：22/6/2026-27/07/2026（一）（共 6 節）
時間：晚上 7:00-8:00
地點：單位飯堂
名額：宿舍女舍友（6 名）
內容：認識男女有別、正確的兩性溝通及相處的方法，從而學習做談吐得體及舉止優雅的淑女，並提高自我保護及免受侵犯的意識。
費用：\$30
負責同工：冼姑娘



意見欄

如你對單位的政策、服務質素標準、住宿、工作訓練、小組活動、或中心職員有任何意見等，十分歡迎提供您們的寶貴意見。

各位可透過以下表格，填妥後交回單位便可。或於辦公時間內(星期一至五，上午9時至下午5時)致電或親臨單位，我們必定細心聆聽及跟進。

讚賞/建議/其他意見

多謝你的意見

姓名：_____

電話：_____

日期：_____



督印人：黃美蘭主任

編輯：崔堡焮

編輯小組：王詠殷、李薇斐、梁智慧、冼雅詩
連啟亨、關慧瑩、譚宏州、周嘉恩

出版日期：2026年4月

印刷數量：130份

如對本刊有任何意見，歡迎賜教。

非賣品



答案

動腦筋小遊戲