



P.2 愛護自己 - 免受侵犯

P.3 工場新產品

P.4-5 活動花絮

P.6-7 牽動我心

P.8 活動預告及單位動向

愛護自己。做自己身體主人

1. 我們身體每個部位都很重要，我們要如何保護自己？

 我都做得到：

- * 更換衣服或使用廁所或浴室時要關門
- * 平日要穿著內衣 / 內衣褲及衣服，好好保護私隱部位。
- * 拒絕別人觀看或觸摸自己身體
- * 不要隨意接受別人的禮物或金錢
- * 拒絕跟陌生人到偏僻地方
- * 拒絕「壞接觸」
- 「好接觸」令雙方都會感到開心和舒服

例如輕拍肩膀、握手等



- 「壞接觸」令其中一方感到難受

例如咬人、觸摸私隱部位等

2. 當不幸被侵犯時應該怎辦？

- 大聲說“不”及即時離開現場向其他人求助
 - 即時通知信任的人（例如父母、家人、社工、導師等）
 - 如情況嚴重應報警求助（請家人協助）
- ** 邀請大家重溫工場「保護自己」教學短片



工場新產品



考考大家記憶力，早前曾經介紹的循環再造項目：

----紅酒木箱回收行動----

大家有印象嗎？

為了擴闊學員的學習技能及提升產品的多

元化，承蒙余兆麒殘疾人士基金贊助，工場引進了LED平板UV噴墨打印機，為原身木色的製成品塗上色彩。



活動花絮：

在 2022 年 8 月至 2022 年 11 月期間，宿舍舉辦了多項不同類型的小組及活動予工友及舍友參與，小組及活動方面包括：科技新世界、牽動我心小組、賞月團圓賀中秋、創意繪畫小組、精靈團契、好心晴專線 2 及醒獅小組等等：



精靈團契



YM Hair 義剪活動



賞月團圓賀中秋



BB 童軍秋日行



好心晴專線 2 (昂船洲大橋)



好心晴專線 2 (尖鼻咀)



好心晴專線 2 (大坑墩清水灣郊野公園)



好心晴專線 2 (司徒拔道觀景臺)



好心晴專線 2 (警隊博物館)



好心晴專線 2 (鯉魚門)



牽動我♥

活動目的：運用舞蹈治療作媒介，讓互友學習了解及表達自己，從而找到自信及表達情緒方法。透過身體動作聯繫到表達感受、調節情緒的層面，促進他們心理及精神健康。

活動日期：15/4/2022-31/3/2023

導師分享：

陳韻樂小姐 - 米雪姑娘 (美國註冊高級舞蹈 / 動作治療師)

身體與情緒是互為相關的，疫情和生活衍生而來的壓力不知覺地改變著我們的身體和心情。假若我們長時間處於封閉、隔離、零社交的狀態，自然地我們的身體會向內萎縮，隨之心情都會感覺到那份壓迫感而失去生命力。我們留意到疫情影響著大家的心靈、情緒及社交健康，盛愛之家的互友和舍友參與為期5個月的舞蹈動作治療環節，隨著音樂的旋律節奏、創造性的想法帶領著身體和心靈自由自在地舞動，將疫情中沈積在身體裡的鬱悶一掃而空，讓難而用語言表達的心情可以被聽見和抒發！讓我們繼續舞動、歌唱、支持著彼此，分享互相連結的當下，一起走過最艱難的時刻！



學員分享：



樂怡：跟住導師跳舞好開心，可以跟著音樂隨意跳。



穎衡：導師教我，如果唔開心可以跳舞。



嘉宏：上堂時一齊跳舞唱歌好開心。



請掃描此 QR CODE 觀看舞蹈治療短片

** 本計劃由伊利沙伯女皇弱智人士基金資助



活動報告及預告 (2022 年 12 月至 2023 年 3 月份) :

| | |
|---|--|
| <p>活動名稱：香港遊樂園</p> <p>日期：8/12/2022 - 5/1/2023 期間</p> <p>時間：10:00AM - 1:00PM</p> <p>地點：九龍及新界景點</p> <p>內容：為長期留宿宿舍舍友安排的外出舒緩情緒活動。</p> | <p>活動名稱：精靈團契</p> <p>日期：每月第二及第四個星期二</p> <p>時間：7:30-9:00PM</p> <p>地點：宿舍飯堂</p> |
| <p>活動名稱：情緒管理做得好</p> <p>日期：1/11/2022 - 10/1/2023 (星期二)</p> <p>時間：9:00-11:00AM</p> <p>地點：工場活動室</p> <p>內容：學習不同情緒的表達方法。</p> | <p>活動名稱：夜遊聖誕</p> <p>日期：20/12、22/12、24/12/2022</p> <p>時間：4:30 - 9:00PM</p> <p>地點：九龍及港島區景點</p> <p>內容：為長期留宿宿舍舍友安排的外出舒緩情緒活動。</p> |
| <p>活動名稱：談談情 說說性</p> <p>日期：20/10-22/12/2022 (星期四)</p> <p>時間：9:00-11:00AM</p> <p>地點：工場活動室</p> <p>內容：學習兩性相處和保護自己的方法。</p> | <p>活動名稱：智叻小管家</p> <p>日期：1/12/2022 - 10/3/2022 (星期四)</p> <p>時間：宿舍時段內進行</p> <p>內容：學習個人自理技巧</p> <p>地點：宿舍</p> |
| <p>活動名稱：牽動我心</p> <p>日期：15/4/2022 - 31/3/2023 (逢星期一) (共 20 堂)</p> <p>時間：A 組 14:15-15:45 (日間工友) / B 組 15:45-17:15(舍友)</p> <p>內容：由專業舞蹈治療師指導工友舞蹈訓練</p> <p>地點：工場活動室</p> <p>名額：A 組 8 人 / B 組 8 人</p> <p>費用：\$60</p> <p>對象：工友</p> <p>(伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助)</p> | <p>活動名稱：8-11 月份生日會</p> <p>日期：30/11/2022</p> <p>時間：(宿舍)7:30-8:30PM / (工場)12:00-1:00PM</p> <p>內容：與舍友及工友各舉辦一場生日會，包括蛋糕、茶點及派發生日禮物給 8-11 月生日之參加者。</p> <p>地點：宿舍飯廳及工場活動室</p> <p>名額：舍友 30 人 / 工友 30 人</p> <p>費用：\$50</p> <p>對象：舍友及工友</p> |

* 詳情請留意宿舍及工場派發之通告

單位動向：

- 工場登記護士林沛婷姑娘在 10 月 31 日離職，資訊科技助理區逸騰先生於 12 月 31 日約滿離職；宿舍個人照顧工作人員葉慧欣姑娘在 11 月 25 日離職，感謝他們為本單位服務，祝他們身體健康。
- 宿舍的個人照顧工作人員  楊美滿姑娘及  戴錦連姑娘已分別於 2022 年 8 月 1 日及 2023 年 1 月 1 日到職。新登記護士  張小燕姑娘於 12 月 1 日到職。
- 本會為了提升宿舍服務，機構增加宿舍撥款把原本編制的院舍服務員升格為個人照顧工作人員，而李笑梅姑娘符合資格在 11 月 1 日晉升為個人照顧工作人員。
- 單位現有個人照顧工作人員空缺 2 名。
- 申萬宏源（香港）有限公司捐款舉辦藝術舒緩身心靈計劃。
- 森那美汽車集團捐款舉辦夜遊聖誕。

顧問：陳鴻輝執行幹事

編輯小組：霍智賢、陳玉蓮、陳世昌、張群詠、謝偉基

2022 年 12 月版（非賣品） 印刷量：200 份