

2022 年 3-6 月疫情特刊

基於疫情的變化，中心目前只提供有限度服務。偶到服務、恆常班組及活動已全面暫停，直到另行通知。



此外，中心已調整星期二及星期五的開放時間至晚上 6 時，其他開放時間則不變。

常光堂園地

疫情中的平安

邢迪傳道

新冠疫情進入第三年，疫情正災難性地衝擊本港經濟民生，而疫情下限制聚會等防疫措施，令市民無法透過日常社交溝通抒發情緒，親見社區接觸的部分人如長者未必懂得使用社交網絡和使用智能電話，而影響外出或與人交流，而小朋友和家長面對網上的學習和適應更是充滿挫敗和困擾。令人擔心疫情中所引發的情緒問題，這提醒我們不要忽略自己的精神健康。

疫情下面對沉重壓力，我們如何能保持心境平和，積極面對？而非受環境所困，深感無奈、無力？寧靜禱文，是一篇在任何不同的情況下、面對個人的兩難處境時，都能使心緒平靜的禱文，原文僅有三句：

**「神啊，求祢賜我寧靜的心，去接受我所不能改變的事，
賜我勇氣，去改變我所能改變；
並賜我智慧，分辨兩者的差別。」**

禱文提醒我們在面對可改變的事時要拿出勇氣，主動參與貢獻一己之力；而在面對不可改變的事時，我們必須接受，懂得要用平常心去寧靜地接納它，祈求的寧靜是來自這種對於生命中無法改變的困難現實抱持著歡迎的態度。我們尋求寧靜，而且承認，除非我們願意接受某些事物，否則無法得到寧靜，因為抗拒無法改變的現實不但毫無助益，事實上還深具破壞力。然而，什麼才是可改變、什麼是不能改變，實在難於辨明，這份洞察力固然來自我們的經驗，不過，看得通、看得透的能力，仍是從「敬畏耶和華，就是智慧的開端」而來的。

這種寧靜與深植於心中的信心有關，因我們相信神向我們所懷的意念都是好的。神知道該允許什麼事發生，也知道為何該這麼做，寧靜的心靈是確信自己是被神疼愛、關心和保護，神的意念總是高過人的意念，聖經說：人心多有計謀；惟有耶和華的籌算才能立定。（箴 19:21）在這個「計劃趕不上變化」，充滿艱難挑戰的時代，願我們看到人力量的有限，謙卑尋求智慧者的指引和方向，那位智者，就是耶穌基督，祂必指引我們前面的道路，賜下屬天的平安，成為我們的幫助。「你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明，在你一切所行的事上都要認定他，他必指引你的路。」（箴言三章五節）

兒童班組 (兒童恆常班組暫停)

以下所有班組以 ZOOM 形式進行

班組名稱	日期及時間	對象	費用	備註
功課輔導班 (需提交證明文件)	逢星期一至五 A 班: 下午 4-6 時 B 班: 下午 5-7 時	全書津或綜援 家庭學生	普通收費: \$70/堂 優惠收費(全書津/綜援): \$40/堂	導師協助同學完成當天功課 及溫習
音樂創意樂繽紛 (人數足夠才開班) (需提交證明文件)	A 班: 逢星期四(共十堂) 下午 2:00-3:30 B 班: 逢星期五(共十堂) 下午 2:00-3:30	小四至小六 全書津或綜援 家庭學生	\$100 (出席率滿八成及交還所 借完好之樂器, 將全數退 還學費)	透過學習夏威夷小結他, 提 升學生多元發展 
週日童樂日 (人數足夠才開班) (需提交證明文件)	逢第一週及第三週 的星期六 (共八堂) 下午 3:30-5:00	全書津或綜援 家庭學生	免費	透過學習, 提升學生團體合 作、信心及解難能力
小小手工班	逢星期六(共五堂) 下午 2:00-3:00	小一至小三	\$10/堂(已包材料費)	製作簡易手工 (報名後將獲派手工材料包)

社區資源申請或轉介服務

本中心可以協助申請或轉介以下服務

- 關愛基金「長者牙科服務資助」
 - (65 歲以上之領取長者生活津貼人士適用)
- 恩澤膳「短期食物援助」
- 銀齡護士站
 - (歡迎有需要人士查詢及申請, 部份項目只限本中心會員申請, 詳情請向職員查詢)

奶粉服務:

服務項目	費用
雅培金裝加營養	\$173/罐
雅超怡保康	\$220/罐

- 只適用於 55 歲以上中心會員享用此優惠
- 每人每次限買兩罐, 每月只限購四罐

中心開放時間

開放時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午 9:00- 下午 2:00	x	☎	✓	☎	☎	✓	上午 10 時- 中午 12 時
下午 2:00- 下午 6:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	x

會員及報名須知:

1. 會員可享有本中心的一切福利和享用設施之外, 並可以會員價參與本中心的活動及課程。
2. 會員每三個月收到本中心的『睦鄰通訊』。
3. 現憑中心有效會員證到「愛文閣」購買滿 \$20 正價貨品, 可獲九折優惠 (電腦產品 95 折)。
4. 活動及班組, 非會員加收 \$22。
5. 所有班組的收費, 均劃一以全期收費, 即參加者報名時需付全期堂數的學費。
6. 除中心因惡劣天氣取消課堂, 如參加者自行告假, 已繳付的費用將不會退還。而已代購的課堂物資亦需按價付款領回。
7. 舊生如不續報下月班組, 必須重新按留名次序輪候。其名額不能自行轉讓。本中心會全權安排新參加者替補餘額事宜。
8. 除特別註明外, 綜援人士報名享有 8 折優惠, 每班優惠名額有限, 報名時請出示有效證明文件。
9. 所有活動, 除特別註明外, 均在本中心舉行。
10. 愛心提示:
 - A. 請各位參加班組的學員, 留意所參加之班組的時段, 按時繳交下期的學費。
 - B. 請各位會員留意會籍到期日, 按時到中心辦理續會手續。
 - C. 活動取消, 接獲退款通知後一個月內, 帶回收據到中心取回退款, 逾期恕不處理。
 - D. 遺失物品, 存放兩天, 沒有物主到取, 中心將自行處理。