

統計

季度	2024 年 4-6 月		2024 年 7-9 月		2024 年 10-12 月		2025 年 1-3 月	
	服務時間	接觸人數	服務時間	接觸人數	服務時間	接觸人數	服務時間	接觸人數
	(小時)	(人次)	(小時)	(人次)	(小時)	(人次)	(小時)	(人次)
社區活動	184	924	174	1042	153	825	108	769
小組	158	409	151	333	166	281	76	211
個別接觸/ 家訪	609	2296	735	3127	709	3534	474	2444
總數	951	3629	1060	4502	1028	4640	658	3424

	總時間	總人次
社區活動	619	3560
小組	551	1234
個別接觸 / 家訪	2527	11401
總數	3697	16195



大家好！我是新同事阿悅，很高興可以認識各位！我平時喜歡踏單車、看展覽與露營，更愛吃飯和睡覺（笑）喜歡在社區裏散步，也嚮往跑到鄉郊裏闖蕩。
有幸能加入這個社區大家庭，在對面海工作的每一天都無比充實，期望能在接下來的日子與大家一起經歷各種美好事。

*2024-2025 年度，服務使用者意見調查中，100%的服務使用者滿意本中心的服務。

服務意見反映

本年度收到服務使用者對本計劃的意見，讓我們提供的服務更切合服務使用者的需要，詳情如下：
一> 建議中心舉辦多些旅行活動

就上述意見，本計劃有以下的回應：

一> 本計劃每年會舉辦 2 次旅行，在 24-25 年度，因應服務使用者的意見，我們共辦了 3 次旅行活動，共 225 人次參加。

意見欄

各位街坊，如對本團隊的服務有任何建議，歡迎填寫以下表格交至本中心或致電 2792 5506 與本團隊同事聯絡。

中心職員：蘇佩詩、勞悅、鄧梓俊
張慶裕、李梓晴
督印人：梅君偉
地址：西貢對面海萬宜漁村廣發樓 45-47 號地下
電話：2792 5506
手機：5372 5842 (whatsapp)
傳真：2792 9689
出版機構：明愛西貢社區發展計劃
印刷日期：2025 年 5 月
印刷數量：1000 (非賣品)

明愛西貢社區發展計劃



2024-2025 周年匯報

我們的目標：

組織及協助居民認識和解決共同的問題及需要，並在過程中鼓勵居民透過集體參與，積極承擔責任及行使公民權利，從而提升居民的能力及自信心，希望由此建立公平、公義、互助、和諧的社會。

專題：「長者居家安老」

根據團隊統計，社區內有超過一半的居住人口是長者。在探訪時，大部份的長者均表示想繼續留在社區生活。因此，團隊與社區的居民合力將對面海區建設成一個長者友善社區，讓長者能居家安老，積極頤年。我們按著區內長者的需要，聯絡不同專業團體一起合作舉辦不同的活動及小組讓長者參與。

1) 慢性疾病小組

很多長者出現退化性膝關節炎及有腳痛的情況。小組會先由物理治療師、職業治療師為長者居民做防跌評估，篩選出有需要的長者參與小組。



接著，由物理治療師、職業治療師及註冊護士講解膝關節炎的成因、症狀、注意地方及針對性運動等。



2) 運動班

為了強化長者肌腱的能力，從而減慢退化的情況，我們舉辦了不同的運動班，讓長者參與。



3) 講座

我們亦會針對長者關注的題目以講座形式，邀請不同專業人士講解。



4) 藥物諮詢

關注到長者用藥安全性和有效性，我們與藥劑師一起為長者提供藥物管理及諮詢服務。



小組活動

關懷社區愛心平台

關懷社區愛心平台是一個街坊主導的社區平台，透過集體參與去關心社區事務。由於區內長者甚多，組員們向政府反映區內長者的需要，共同建設一個長者友善社區。



關懷社區互助義工組

義工組組員在本年度主要探訪區內的獨居，二老及全老戶的長者，以表達關懷。



岸上漁民歷史分享小組

一班老漁民一起分享昔日在艇上的生活及智慧，他們亦分享艇的組成結構及名稱。他們豐富的知識，讓我們儼如閱讀一本海上生命的百科全書。



開心快活組

各組員會定期到中心一起傾偈，互相分享生活的點滴及健康狀況，互相支持。她們亦會在小組期間一起合作『整嘢食』。



健康開心組

各組員一起分享身體健康狀況及生活上面對的事情，互相支持。小組外，她們會主動互相聯絡。



西貢生活自主平台

西貢生活自主平台由一班追求環保、健康及「自己生活、自己話事」的婦女組成。過去一年，組員們繼續製作不同的天然產品，並因應需要作出調配份量。產品包括：防蚊磚、紫草根驅蚊止痕膏、金盞花膏、金盞花乳霜及潤唇膏等，並在新春期間參與明愛牛頭角社區中心的年宵活動，出售其產品。



居民組織工作—伯多祿明順村例會

本年度明愛與「伯多祿明順村漁民改善生活有限責任合作社」理事會繼續緊密合作。理事會成員以有效管理村務及改善居住環境為目標，服務伯多祿及明順村的居民。

(B) 與香港紅十字會及西貢消防局合辦，在不同的村舉行火警及水浸演習



水浸演習 — 對海村



火警演習 — 對面海邨

12) 青少年活動

小小設計師 (小朋友篇)



冬日相架工作坊



社區遊樂場



5) 健康評估 / 醫生諮詢

我們聯同基督教靈實協會西貢地區康健站的醫療團隊合辦，為居民進行健康評估及醫生諮詢服務。此外，我們會定期每月一次為長者量度血壓及血糖。



6) 長者認知訓練小組

針對長者認知健康，團隊安排不同的腦力鍛煉活動及左右協調運動，增強長者記憶力及專注力，從而延緩長者認知功能退化。



7) 正向心理健康小組

關注及促進長者精神健康，我們以不同的影片、卡牌及遊戲等，帶出「快樂七式」，以提升個人的幸福感和生活滿意度。



8) 社交班組活動

A) 我們邀請街坊擔任街坊導師向區內街坊分享手藝。當長者學懂技能後，再向社區人士分享。



B) 團隊亦安排不同的活動讓長者參與，包括：

絲網印刷體驗



紅十字會小小設計師 (長者篇)



9) 節慶活動



農曆新春慶蛇年



花好月圓迎中秋



耆樂融融聖誕聯歡



雙親節活動



對面海中秋晚會 2024



10) 旅行 / 參觀活動



2025 之行個大運



長者春季旅行 2024



長者秋季旅行 2024

11) 其他機構合作

(A) 本年度中心繼續與香港房屋協會合作，為居住於對面海邨居民提供房協友里服務，提供家居支援，健康關顧和社區支援，推動鄰里互助



樂齡科技展



長者日-耆義 · 連繫 2024



獨老二老福袋