



卓越之訊

PHOENIX NEWSLETTER

www.phoenixclubhouse.org

第六十六期
二零零九年五月

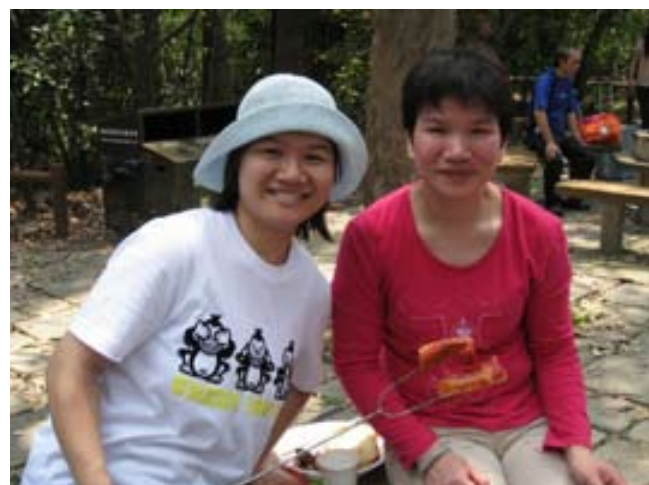
復活節燒烤郊遊樂



今年的復活節特別高興，因為在這天清氣朗的日子，卓越之友在2009年4月11日假期當日舉行了復活節BBQ大旅行，當日的天氣真的非常適合BBQ郊遊活動。我和大家姐也一起參加了。我們上午9:30於香港仔37A站集合，然後分工合作，其中有幾個朋友預早到達香港仔公園燒烤場，找尋了三個燒烤爐，另外部份的朋友購買美味的燒烤食品及用具，跟著大家一同興高采烈地往「樂烤園」集合，我的大家姐很快把爐弄好，真是很不簡單啊！而其他朋友亦忙著把爐弄好之後，大家都在一個歡樂的氣氛下，一邊燒烤、一邊說笑，在這一活動裡，我們一起共度了開心快樂的一天。



期望下年假期可繼續舉行這類活動，好讓大家可以開心歡度佳節。希望朋友們也像我一樣，能帶領家屬參加同類型活動，感受假日與友同樂的歡欣。



Wing

部門報告

行政部

行政管理：

1. 「四天學習交流」已於四月二十一日至四月二十四日順利進行。我們歡迎長沙心翼會所職員羅月紅、歐永紅。
2. 卓越之友發起，[一人一美金]募捐行動，目的為支持國際會所發展中心ICCD在世界各地成立會所幫助精神病康復者。自由參與，絕不勉強，隨緣樂助。
交款及聯絡人：淑蓮、Janet及行政部。
3. 請各職員和會員注意，如有會員的工作情況有改變，請一定要通知行政部。

研究：

1. 正努力收集國際會所發展中心問卷調查資料，作為會所註冊之用。

過渡就業：

1. Michelle成功完成工作，賜於貝克·麥堅時律師事務所接任，職位是市場助理。
2. 喜於貝克·麥堅時律師事務所作過渡就業，職位是掃描及檔案處理員。
3. Meidy於貝克·麥堅時律師事務所作資料庫操作員。
4. 國強成功完成工作，Wendy於香港置地集團接任，職位是文件處理員。

文書部

1. 普通話班由四月二十七日至五月十九日暫停，五月二十一日照常逢星期二、四早上11:30-12:30進行。
2. 四月十八日(六)及四月二十五日(六)活動「專業義工攝錄人像短片」經已舉行，義工導師薛生為各參加者拍攝介紹自己或唱歌的短片，會員都獲益良多。
3. 歡迎新會員Tony加入文書部。

教育：

1. 三月二十六日的電腦班教授倉頡輸入法，有8位會員參與。
2. 下一次的電腦班在六月十八日舉行，歡迎有興趣會員建議課程內容。
3. 政府推行的職業英語運動提供了一個網上英語自學平台給公眾參閱，有興趣會員可自行到以下網址瀏覽。

<http://www.english.gov.hk/chi/html/learning.htm>



環保小賣部

1. 百合花、蝴蝶蘭及鳶尾蘭於會所露台盛開，已影下盛放美態供大家閒時欣賞。
2. 提醒各職員及會員如感冒，請戴口罩及勤洗手。
3. 血壓量度表已放在接待處的健康資訊資料夾內。
4. 洗手提示牌已貼在各洗手盤上。



膳食部

1. 歡迎昌加入膳食部。
2. 多謝永鳴送給膳食部一本食譜。
3. 健康廚神大比拼，恭喜美華得冠軍、永鳴和寶琮得亞軍、Rowena得季軍。
4. 感謝陳廣老師到膳食部教授普通話並製作了CD，歡迎到膳食部借用聆聽。
5. 請各會員注意，使用飲水機時，請避免弄濕地板。
6. 四月二十三日(四)露台下下午茶，煙肉粒雜菜沙律，鮮榨橙汁。

節目預告

二零零九年五月

日	一	二	三	四	五	六
					1	2
					勞動節 (會所休息)	佛誕 (會所休息)
3	4	5	6	7	8	9
			八段錦 (5:15-6:20) Eva、忠、國平	準則會(2:30-3:00) 週會(4:15-5:00)	八段錦 (5:15-6:20) Eva、忠、微	就業午餐： 返工溝通無難度 生日會 Eva、忠、Neil
10	11	12	13	14	15	16
			八段錦 (5:15-6:20) Eva、軍、淑蓮	準則會(2:30-3:00) 月會(3:30-5:00)	八段錦 (5:15-6:20) Eva、軍、Janet	教育午餐： 專題分享、港專課程。 Amanda、軍、Janet
17	18	19	20	21	22	23
			八段錦 (5:15-7:00) Eva、忠、龍	準則會(2:30-3:00) 週會(4:15-5:00)		行山 Marge、Wendy、May
24/31	25	26	27	28	29	30
		包糰(2:30-5:00) 膳食部	品嚐糰 12:30-1:30 八段錦 (5:15-7:00) Eva、軍、國平	端午節 (會所休息)		怡和思健合辦 燒烤同樂日 東、源、琳、Janet

二零零九年六月

日	一	二	三	四	五	六
	1	2	3	4	5	6
				準則會(2:30-3:00) 週會(4:15-5:00) 乒乓球(5:15-7:00) 忠、傳雄		廚神亞軍表演暨 健康煮飯仔 Amanda、源、寶琮、龍
7	8	9	10	11	12	13
		外出晚飯(5:15-7:00) 軍、志偉		準則會(2:30-3:00) 月會(3:30-5:00)		怡和思健合辦 烏溪沙同樂日 東、忠、Milan、天賜
14	15	16	17	18	19	20
				準則會(2:30-3:00) 週會(4:15-5:00) 電腦班(5:15-7:00) 忠、Rowena		健步行、飲茶、生日會 Marge、Wendy、龍、Pamela
21	22	23	24	25	26	27
		會所註冊 準則會(2:30-3:00) 週會(4:15-5:00) 廚神冠軍表演暨家常便飯(5:15-7:00) 軍、美華、寶琮	會所註冊	會所註冊	會所註冊 口述調查結果 (2:30-5:00)	就業午餐： 減壓鬆鬆 Eva、軍、Meidy
28	29	30				
						3

印刷品

最新消息

1. **健身氣功。八段錦班**於5月6、8、13、15日(時間：5:15-6:20pm)及5月20、27日(時間：5:15-7:00)在會所舉行，合共六堂，由Eva任教，此課程有助強身健體，希望會員能踴躍參加。註：請參加會員穿著運動服裝。
聯絡人：Eva、淑蓮、軍、龍、國平、忠。
2. **怡和思健合辦燒烤同樂日及烏溪沙同樂日**分別將於五月三十日及六月十三日舉行，會所收到怡和思健邀請參與其中，活動費用全免，但參加人數有限制，有興趣會員請從速回會所報名，機會難逢，莫失良機。
3. **膳食部現徵求熟手裹粽老師**在五月二十六日(二)下午二時來傳授裹粽技術。包括職員、會員及其親朋戚友無任歡迎。
4. **會所註冊日期**定於六月二十三日至六月二十六日，歡迎會員於五月及六月期間回來會所，參與會所事宜，詳情可聯絡所屬部門。



卓越之友會址：

香港般含道9B戴麟趾康復中心四樓

電話：(852)2517 8127

傳真：(852)2517 8169

網址：www.phoenixclubhouse.org

電郵地址：pc@phoenixclubhouse.org

開放時間：

工作日

星期一至五：8:30a. m. -5:15p. m.

社交活動

星期六：9:00a. m. -1:00p. m.

星期二或四：5:15p. m. -7:00p. m.

及部份公眾假期

版權所有，不得翻印。如欲轉載，必須得本會所同意後方可。
如閣下不欲再收到此通訊，請聯絡卓越之友文書部登記，謝謝！