

歡迎晚會及慶祝會所搬遷之喜

10/6 (星期五)晚間活動為歡迎晚會以慶祝會所搬遷之喜，當晚活動歡迎會員及家屬一同參與，所以會所職員及會員都在之前通知會員回來參加，因為有很多會員家屬都未有機會到來新會所參觀，於是當晚我都帶了媽媽、妹妹和妹妹的 BB 來到會所，當日活動於晚上六時許舉行，由 Janet 帶領會員及家屬到會所餐廳中集合及觀看會所介紹的短片，看完短片後由 Mimi 帶著家屬參觀及介紹新會所各項設施，大約介紹了三十分鐘，大家到餐廳集合。到了會員及會員家屬分享時段，當中有 Janet，Mimi 的丈夫及淑蓮分享了他們多年來對會所的心聲，大家都很留心傾聽著。當晚有精美茶點招待，並有炒飯、甜酸齋、叉燒酥、皮蛋酥、燒賣和生菜等美食，Eva 和琳琳做了紅豆糕很好味，廚房也幫忙煮了腐竹糖水，七點鐘 Eva 和 Mimi 介紹了會所近年來的變化和活動及未來的展望，之後我們便分享美食，大約七點半，吃完美食後，大家便唱卡拉 OK，我覺得這次歡樂茶聚很有意思，可以和家人在會所共聚一晚，我媽媽和妹妹覺得新會所很寬敞和美觀，她們也開始了解我在這裏的日常活動，鼓勵我多些返會所。



Ivy, Sandy



怡和思健烏溪沙日營

一年一度的怡和思健日營在6月18日風和日麗的日子舉行了，那天我們卓越之友，青山醫院，浸會愛群，新生會和心理衛生會一齊聚首一堂參加這次怡和思健舉辦的9週年日營，怡和的職員和我們康復者一起玩了7個遊戲，在遊戲之中體驗了傷健共融，玩得很快樂投入，在遊戲中我們卓越思健隊還獲全場總冠軍，真的很高興。我們的隊名是卓越思健，口號是卓越思健十八人，功夫要得好精神，身體健康無頭痕，今日一定勁過人 yeah.



香港是國際大都會，怡和是一個大集團，現今社會越來越重視傷健共融。怡和集團充分體現了他們對社會的弱勢社群的關懷和幫助，席以回饋社會，還有安排了幾份過渡就業給我們卓越之友，真的非常感激。我期望將來世界各地能有更好的服務給康復者，讓我們能更易的融入社會以令社會更健康。

Wing

嘉道理遊蹤活動

2/7(六)早上我們十五位會員與二位職員參加了怡和思健舉辦的嘉道理遊蹤活動，當天於9:30am於會所集合，我們一行人與二位思健職員到九龍塘匯合其餘的思健職員之後，一同乘助旅遊巴到嘉道理，分組後我們與思健職員一同午膳之後，就開始當日遊蹤活動，約二個小時之內，我們到各園內遊覽景點，在小手冊內印上地標蓋章，要蓋上了所有景點才當完成整個遊蹤活動。當日活動雖然烈日當空，但我們也玩得很開心，又可以做多些戶外活動，有益身心呵。



Michele

茶藝班

星期六的早上，我在花園淋花，有三盆龍井植物，兩盆有些枯了，有一盆長着漂亮的綠葉，是小欖茶藝職業治療師送給我們的，這就是著名的龍井茶葉。茶藝班開始了，茶藝導師 Bacon 教我們飲茶，介紹各種類形的茶葉，用法和品嚐程序。講解得十分清楚，更送了一個貴重的普洱茶餅，留下紫砂茶壺和用具，另一位茶藝導師 Stella 更答應會經常到會所教我們品嚐茶。

錦輝



很高興在會所邀請了 Bacon Ng 先生現場教授茶藝講座，會所各會員參與導師教授茶藝，包括、綠、白、黑、青及花茶的製造過程，發現茶葉藝術「包羅廣泛」，認識到茶葉沖法的技巧和對身體好處。

當日會員好雀躍品嚐各精美名茶，氣氛喜氣洋洋完滿結束。

國平



郭克雄的工作心聲

我在置地公司工作，有什麼不懂，各同事總是循循善誘地教導我，和各同事相處很融洽，在下午茶時間，同事之間吃茶點，亦會與我一同分享，我很感激他們一直以來對我的照顧，謝謝！

Wendy的工作心聲

我覺得工作環境滿意，空間足夠。同事相處和藹，很耐心教導，而且有問必答。工作上學到很多辦公室運作技巧；如Binding，影印和Filing等。



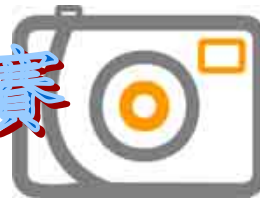
包粽活動

今次是我第一次包粽。我學包的是綠豆咸肉粽，要把糯米，綠豆，咸肉，咸蛋黃和瑤柱用荷葉包實。初時以為包粽很困難，但經過義工 Wendy，肖琮母親和琮金的悉心教授後，發覺原來包粽比想像中容易。包完粽之後我們把所有粽煮熟，然後大家一起食粽。我們包的粽味道很好。食到自己親手包的粽真是特別有滿足感。最後我們每人還可以帶一隻粽回家。



Bonnie

攝影班及攝影比賽



27/6(一)由 Shirley 教授各種攝影技巧及頒發攝影比賽，當日有十幾位會員到場，首先，Shirley 教了我一些攝影技巧，例如立體攝影，Shirley 給了一些荷花的照片做例子，怎樣可以突出主體，原來拍照可以從多角度去拍攝，以前我從未有想及可以這樣拍攝，的確獲益良多。下午 4:00 左右由義工 Shirley，會員 Jenny 及阿詩為評判，相信大家都很期待 Shirley 的教授及攝影比賽的結果，我是其中一位，而且我很相信其他參加者都很緊張知道比賽的結果，當天經過評判的評審之後，竟然我到了冠軍，而還可以和 Shirley 合照一張，很是開心呵。



豪仔

行政部

行政管理

1. Janet 將於 10 月 22 日開幕典禮時分享三分鐘時間講述心身靈的康復
2. 如會員需要 email 履歷給過渡就業僱主，請留意以下幾點：1. 加密履歷(zip 或 MS Word 內的加密 function) 2. Email 要加入會員姓名 3. Email 寄出後要把附件中的履歷刪除 4. 儲存 5. 密碼要在同一 email 寄出。
3. 會員不可以在會所內推廣各類商業活動，例如推銷商品包括家居用品、美容、食品及各類保險推廣活動，如有發現類似活動，請直接婉拒及與所屬職員聯絡，以便跟進。

過渡就業

1. CoCo 已於 19/6/11 完成香港大學辦公室助理一職，並由家熹於 20/6/11 接任。
2. 淑蓮於香港經濟日報辦公室助理一職續約至 30/8/2011。
3. Joyce 已於 3/6/11 完成貝克麥堅時律師事務所專業發展行政助理一職，並由 Louisa 於 7/6/2011 接任。
4. 步喜已於 6/2/11 完成美國禮來亞洲公司文員一職，並由 Wendy 於 3/6/2011 接任。
5. 宛樺已於 19/4/2011 完成香港置地文件處理員一職，並由 May 於 26/5/2011 接任。
6. Apple 已於 8/6/2011 完成香港置地文件處理員一職，並由燕萍於 9/6/2011 接任。
7. 美詩已於 17/6/2011 完成迅達升降機(香港)有限公司行政助理一職，並由 Andy 於 20/6/2011 接任。

文書部

1. Francez Leung 梁思瑤於 16/5(一) 接任文書部工作。

教育

1. 會所舉行的普通話班已經完滿結束，於週會中頒發證書。
2. 13/7-31/8(逢週三)於 4:00-5:00pm 有英文班舉行，由義工 Shirley, Linda, Stella 教授，及由義工學生 Amanda, Jasmine, Verita, Grace 及會 Gallant, Mini, Bonnie, Alex Kerr, Dick 任助教，有與趣會員請到接待處報名。
3. 成人急救班證書課程由 20/10/2011-21/11/2011(逢一、四)共十堂，時間：6:00pm-9:00pm，地點：卓越之友，名額：20 人，費用：如會員出席率達 70%將會由會所支付，急救手冊(HK\$80.00)及考試證書(HK\$50.00)須由會員自行支付。有興趣會員可到接待處報名。



環保小賣部

1. 28/5(六)茶藝，時間：10:30am – 12:00nn。當日有嘉賓導師 Bacon Ng 現場教授。
2. 怡和思健於 18/6(星期六)舉辦日營活動，地點：烏溪沙青年新村。
3. 於 20/6-24/6 在瑪麗醫院舉辦一個名為「醫」+ Support 工展會攤位。詳情如下：20/6, 時間 12:30pm-2:30pm 為開幕禮：會員代表「阿萍」會上台領獎。21/6, 時間 12:00nn-2:00pm 為 DIY Corner「教授參加者做簡單花簽」。20/6-24/6 時間 12:00pm-2:00pm 攤位展覽 – 簡單介紹花咭製作。聯絡人：環保小賣部，我們攤位的名稱是“花咭展繽紛”。
4. 我們已在 2/6 介紹使用電子磅的使用方法。
5. 乒乓球訓練班將於 11/6, 18/6, 25/6, 9/7, 16/7, 23/7, 6/8, 13/8 舉行，由專業教練教授；各部門外展會員回來報名。

膳食部

1. 各位如想把東西放進廚房雪櫃，請事先通知膳食部職員或會員。
2. 另外，當天午餐如有飯餸剩餘的話，會員可於 1:15pm 後前來添加。
3. 會員可於當天 1:30pm 前致電會所留飯(電話:25173304)，但將優先派給 1:30pm 前回來的會員，同時亦鼓勵會員於午膳時間回來用膳。

二零一一年七月

節目預告						
日	一	二	三	四	五	六
					1	2
					香港特別行政區 成立紀念日	怡和思健 (嘉道理農場) Henry, Enzo, Rowena
3	4	5	6	7	8	9
		準則會 (2:30-3:00) 足球, 排球 (5:15-7:00) Alan, 秀琼				乒乓球訓練班 Henry, Eric, 生
10	11	12	13	14	15	16
		準則會 (2:30-3:00)	英文班 (4:00-5:00) Shirley, Linda, Stella 文書部	電影, 棋藝 (5:15-7:00) Eric, 生 東華電腦班 (辦公室文書應用) (4:00-5:30) 文書部		乒乓球訓練班 Brian, Martin, 琳
17	18	19	20	21	22	23
		準則會 (2:30-3:00) 手工美術班 (5:15-7:00) Henry, Janet	英文班 (4:00-5:00) Shirley, Linda, Stella 文書部			乒乓球訓練班 Francez, Alan, Rowena
24	25	26	27	28	29	30
		準則會 (2:30-3:00) 籃球 (5:15-7:00) Eric, 豪仔	英文班 (4:00-5:00) Shirley, Linda, Stella 文書部		健康煮飯仔 (5:15-7:00) Alan, 潔瑩	茶藝, 生日會 Eva, Enzo, 琳, 國平 茶藝導師 Stella
31						

二零一一年八月

日	一	二	三	四	五	六
	1	2	3	4	5	6
		準則會 (2:30-3:00)	英文班 (4:00-5:00) Shirley, Linda, Stella 文書部	甜品班 (5:15-7:00) Martin, 詠安		乒乓球訓練班 Henry, Eric, 琳
7	8	9	10	11	12	13
		準則會 (2:30-3:00) 羽毛球 (5:15-7:00) Henry, Janet	英文班 (4:00-5:00) Shirley, Linda, Stella 文書部			乒乓球訓練班 Brian, Martin, Rowena
14	15	16	17	18	19	20
			英文班 (4:00-5:00) Shirley, Linda, Stella 文書部 瑜珈 (5:15-7:00) June, Enzo, Bonnie			教育午餐, 就業午餐 生日會 (最低工資+福利) Francez, Alan, 家希
21	22	23	24	25	26	27
		乒乓球 (5:15-7:00) Enzo, Janet	英文班 (4:00-5:00) Shirley, Linda, Stella 文書部		就業晚餐 - 卓越露台 BBQ (5:15-8:00) Martin, 文明	飲茶, 看電影 Henry, Enzo, Rowena
		會所模式啓導課程				
28	29	30	31			
		準則會 (2:30-3:00)	英文班 (4:00-5:00) Shirley, Linda, Stella 文書部			

卓越之友
香港高街一號F
戴麟趾康復中心北翼一樓

印刷品

最新消息

1. 23-26/8/2011 (週二至週五)為會所四天啓導課程，是次將有三間內地會所(深圳蒲公英會所，雲南新天地會所及廣州利康家屬資源中心)到來會所學習交流。
2. 會所與東華三院綜合中心合辦的辦公室文書應用課程於 14/7(四)為最後一課，時間：4:00-5:45pm。
3. 6/7(三)11:00am-12:00pm 舉行普通話介紹員訓練班，由陳廣老師任教。
8/7(五) 2:30pm-4:00pm 舉行英文介紹員訓練班。請會員踴躍參加及到接待處報名。

卓越之友會址：

香港高街一號F戴麟趾康復中心北翼一樓

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