

# HAPPY NEWS

NEWSLETTER

2025年2月號



## 親子同行搵下FUN

在2024年的最後一天，我們特為家庭安排了一次長洲親子定向活動。除了可以鍛鍊小朋友的思考和解難能力外，更希望透過不同任務，增加親子之間互相溝通及合作，一起解決難題。當中有部份家庭是第一次踏足長洲，感覺新鮮。感恩當天天氣晴朗，眾人非常興奮與家人一起在海邊「曬太陽」。其中一個環節是一起享用長洲特色大魚蛋和糯米糍，小朋友都感到十分驚喜。這次活動讓大家在2024年最後一天留下美好及難忘的回憶。



如想了解我們更多，  
可追蹤我們的粉絲專頁：





## 歡欣喜樂迎恩年

農曆新年一向都是老友記們最喜歡的節日，所以一眾宣道會杏花邨堂的義工特意在年廿九為長者舉辦「歡欣喜樂迎恩年」活動，一起送舊迎新。雖然當天的溫度非常低，但義工們的熱情令長者感到十分溫暖。眾人都說着感恩和恭賀的說話，氣氛熱烈又歡樂。大家在歌聲、歡笑聲中渡過一個愉快的上午。離開時，老友記們更帶走滿滿的祝福。祝願老友記們在新的一年里開開心心，身體健康。





## 鼓動生命

「鼓動生命義工團」來到第3個年頭，由最初大家由零開始學習拍子和節奏，慢慢地學習進階的技巧，到現在更被邀到於不同活動演出。想不到當初一個小小的興趣班，能發展成現在一個義工團隊，實屬不易，真的有賴各位義工及導師願意付出時間和心機，將喜樂，鼓樂以及感恩的心分享給更多的人。



## 家庭電影欣賞 - 荒野機械人

你們有多久沒有與家人一起欣賞電影呢？感謝「太古地產-太古城中心」贊助，讓我們一眾家庭可以在戲院一起欣賞「荒野機械人」。最初還以為只是一套讓人學會怎樣追尋自我、重新審視科技與大自然之間奧祕的電影，但電影播放結束後，意想不到地家長比小孩在這套電影中得到更大的感受。原來電影有不少橋段以親情為主題，讓家長學習在適當時候要懂得放手，反而對孩子成長更好。在孩子遇到挫折時，他們需要的不單是指導，更需要的是鼓勵。看完電影後，家長們亦有不少反思，並期望以後可以參加更多這類型的電影欣賞活動。





## 婦女拉筋班

2024年我們舉辦了第一個婦女拉筋訓練班，參加者們都表示身體柔軟度有所提升，痛症問題亦在持續的拉筋練習下得到明顯改善。因此我們在2025年捲土重來。是次報名非常踴躍，課程當中除鍛鍊身體柔軟度和改善痛症問題外，更學會了如何放鬆自己身心，減少擔憂和焦慮，是非常值得延續的訓練課程。

