

銀色力量跨代義工聯盟有限公司

社區服務活動及統計簡報

(1/04/2022 – 31/03/2023)

香港新界沙田瀝源邨貴和樓 235-236 及 238 室

電話: 2658 0011 電郵: info@silverpower.org.hk

FB: www.facebook.com/silverpowervolunteer

本會十分高興得到各榮譽顧問、義工聯盟團體及一群熱心會員義工們支持下，不斷維持社區服務及義工精神；現簡述內容如下：

1.

舉辦日期	2022 年 4 月至 9 月 (星期一、五早上)
服務名稱	伸展拉筋操
服務形式	義工導師帶領下，參加者跟隨動作，自行伸展身體各關節，提升柔軟及靈活度，舒緩日常生活中的身體崩緊
義工人數	4 人
服務人次	2200 人次

2.

舉辦日期	2022 年 4 月至 9 月 (逢星期二、四、六，日下午/黃昏) (每週 2 次)
服務名稱	青少年拉丁舞訓練班
服務形式	政府註冊舞蹈導師，專業指導學員動作協調。經過舞蹈訓練如站姿及坐姿、抬頭、收腹，能使學員們挺直，形體優雅，且能改善寒背、身體形態問題、強化肌肉及平衡力，提高身體柔軟度，增強心肺功能等等。
義工人數	2 人
服務人次	2800 人次

3.

舉辦日期	2022 年 4 至 9 月 (逢星期二下午)
服務名稱	卡拉 OK 歡唱活動
服務形式	本會活動中心設有大電視、DVD 機及音響系統，可供會員及區內居民享用，歡唱者需要自備卡拉 OK 唱碟
義工人數	1 人
服務人次	600 人次

4.

舉辦日期	2022 年 4 至 9 月 (逢星期一至五)
服務名稱	放學加油天地
服務形式	功課輔導班及溫習服務 義務導師為地區有需要家庭提供功課輔導。 因新冠肺炎疫情嚴峻，在政府頒佈「限聚令」之下，中小學持續或斷續式停課，本會義工導師們特意無償改用手机電話及程式，跟學生們聯絡，從中解答，學生們於課本及習作上，遇到的疑題，逐一解釋明白。
義工人數	3 人
服務人次	3150 人次

5.

舉辦日期	2022 年 6 月 18 日 (星期六)
服務名稱	銀色力量旅行暢遊日
服務形式	免費款待區內長者旅行暢遊新界北 包括行程內之旅遊巴士、門票、午膳及導遊服務。 旅遊景點 / 膳食： (一) 落馬洲觀景台 (二) 美德家塾 (三) 米芝連推介有米豬套餐 (四) 屯赤隧道大草地 (港版邁亞密) (五) 三聖灣海濱長廊 (六) 屯門公園
義工人數	4 人
服務人次	28 人次

6.

舉辦日期	2022年7月16日；8月6、13、20、27日；9月17、25日；10月1、8日；11月12、19日(逢星期六)
服務名稱	「歷史由樓下說起」之沙田古今 義工訓練安排課程 由本會聯盟機構：流動學校主理
服務形式	導師面授大學生義工 於銀色力量活動室 訓練內容： 團隊合作、戶外學習體驗、解說技巧、定向訓練、安全問題、資料搜集及戶外學習教案草擬、帶領遊戲及集體活動技巧及評估、示範討論。 義工們完成課程後，將分組帶領「沙田循道衛理中學」的中學生，前往外展實踐導覽技巧，例如：沙田蝌蚪坪、道風山基督教叢林，討論探索古物景點內的故事。
義工人數	39人
服務人次	380人次

7.

舉辦日期	2022年8月21日(星期日)
服務名稱	(1) 社區健康講座 ~中醫調法「三高」
服務形式	是次講座由陳倩如中醫師與區內長者及青少年居民分享中醫對「三高」的認識、治療方法、日常調養和飲食宜忌。
義工人數	5人
服務人次	25人次

8.

舉辦日期	2022年9月7日(星期三)
服務名稱	銀力共迎中秋日
服務形式	承獲瀝源邨貴和樓互助委員會：袁主席鼎力配合，本會義工們登樓逐戶扣門派發送遞「中秋節月餅愛心福袋，給與社區內有需要的長者」
義工人數	10人
服務人次	50人次

9.

舉辦日期	2022年9月24日；10月8、15日；11月5、19日；12月10、17日(逢星期六下午)
服務名稱	愛暖人間360·香港勝景伴你行2022
服務形式	<p>一些居於安老院舍的長者行動不便，相對缺乏外出的機會，本計劃利用科技的便利，為不能外出的長者提供欣賞以VR虛擬實境及航拍製作的香港勝景機會，同時亦讓義工們學習新興科技，行善之餘亦有得益及樂趣。</p> <p>(拍攝義工)</p> <p>9月24日 360度相片、航拍及影片拍攝教學</p> <p>10月8日 荔枝角嶺南之風及荃灣西海之戀戶外實習</p> <p>10月15日 東岸公園主題區及金鐘添馬公園戶外實習</p> <p>10月20日 荃灣圓玄學院、西方寺及三棟屋博物館外出實習</p> <p>(導覽義工)</p> <p>11月5日 VR虛擬導覽製作教學</p> <p>11月中 義工外出拍攝</p> <p>11月19日 VR虛擬導覽製作教學</p> <p>12月 義工VR虛擬導覽製作</p> <p>(探訪義工)</p> <p>12月10日 院舍探訪跨代義工培訓</p> <p>12月17日 院舍探訪跨代義工培訓</p> <p>2023年1月 院舍探訪</p>
義工人數	21人
服務人次	320人次

10.

舉辦日期	2022年10月12日(星期三)下午
服務名稱	《腦友大聯盟》之 長者精神健康專業分享會 社會福利署/沙田區福利辦事處 主辦
服務形式	義工參與網上Zoom會議
義工人數	1人
服務人次	1人次

11.

舉辦日期	2023年12月18日(星期日)
服務名稱	南蓮園池及香港故宮博物館一天遊
服務形式	~沙田廣場(Citibank)門口集合 ~完成量度體溫等出發前手續 ~乘專車前往南蓮園池 ~由導賞員帶領遊覽南蓮園池 ~自由活動及拍照等 ~乘專車前往享用午餐 ~乘專車前往西九龍的香港故宮博物館 ~參觀香港故宮博物館 ~乘專車返回沙田廣場(Citibank)門口 ~行程處結束 ~派發福袋(每人一袋)
義工人數	4人
服務人次	40人

12.

舉辦日期	2022年12月28日(星期三)下午
服務名稱	「歷史由樓下說起」之沙田古今 義工訓練課程 由本會聯盟機構：流動學校導師們主
服務形式	訓練課程結束後 完成分組帶領「沙田循道衛理中學」的中學生，前往外展實踐導覽技巧 例如：沙田蝌蚪坪、道風山基督教叢林，討論探索古物景點內的故事 「研討會-各義工發表意見及想法互相交流」
義工人數	39人
服務人次	39人

13.

舉辦日期	2023年1月14日(星期六)下午
服務名稱	體驗虛擬360，漫遊香港勝景
服務形式	義工訓練課程結束 義工各自或分組完成習作(虛擬360) 分享给與區內長者感受，欣賞以VR虛擬360實境，猶如親歷各香港名勝古蹟，打卡地點。 了卻未完之事，人生樂趣。
義工人數	4人
服務人次	35人

14.

舉辦日期	2023年2月22日(星期三)全日
服務名稱	沙田區福利研究討會 2023暨福利策略/服務協調委員會聯合會議~ 同行共「創」躍沙田
服務形式	參加者透過網上直播及Zoom參與分享及交流
義工人數	2人
服務人次	2人