

2020年5月5日(星期二)

願你與人所同有的信心顯出功效，使人知道你們各樣善事都是為基督做的。

腓利門書 1:6

最新消息

YMCA 與您繼續同心抗疫：

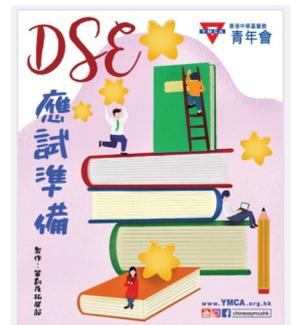
會友獲免費延長會籍

受疫情影響，本會單位自2020年1月29日起只能維持有限度服務，部份活動被迫取消，設施亦暫停開放，本會明白不少會友因而未能夠如常使用本會服務。關顧到受影響之會友，青年會與大家共渡時艱，抗疫同行，本會已為2020年1月29日或之後仍有效之會籍自動免費延長一年（永遠會籍、夥伴學校會籍及團體會籍除外），讓大家可以在此後繼續參加青年會活動！詳情可參閱本會網頁內之公布。



協助 DSE 考生應試

為期一個月的香港中學文憑考試(DSE)已於4月24日正式開考，因今屆考試受疫情影響出現眾多變數，無論是考生及家長都相當緊張，為讓大家能有最佳狀態，本會特意準備了「DSE 應試資料包」，提供完備的資訊助考生了解試場應變，以及減壓方法，歡迎下載資料與應屆考生及其家長分享，一起跨越 DSE 的挑戰！



與企業齊支援基層學童學習需要

因應新冠肺炎疫情持續，學校未有復課時間表，學童需要透過上網學習，但對於很多基層家庭來說，上網費用卻是一項頗為沉重的負擔。有見基層學童急需網絡資源，以進行網上學習，本會成功聯繫新的企業伙伴——特許公認會計師公會香港分會(ACCA Hong Kong)，捐贈200張上網SIM卡予基層學童，讓他們可享有三個月免費上網服務。預計這些SIM卡將於5月初透過本會地區服務單位，派送到有需要學童手上，謹此向特許公認會計師公會香港分會致謝。

提供家長資源包

面對學校停課、經濟環境轉差，為不少家庭帶來生活、情緒及健康的壓力。有見及此，學校社會工作部特意編制「家長資源包」，輯錄提升夫婦及親子關係建議、尋求經濟及物資援助方法，以及保持身體健康的抗疫小貼士等，幫助家長獲取簡易、正確的資訊，在抗疫停課期間關注一家人的身心健康。歡迎於本會網頁下載及分享有關資料。



「免疫專頁」新內容：

1) 單位網上活動分享

在疫情下，本會各服務單位均透過各種社交媒體平台及視像通訊軟件，舉辦不同形式的網上活動，持續為大眾服務，內容涵蓋學習、遊戲、運動、歌唱、手工藝及烹飪等。本會會友及市民大眾除了可以「讚好」本會各服務單位專頁，以接收最新資訊，現時亦可透過本會網頁內的免疫專頁，瀏覽及重溫本會各單位精彩的網上活動，歡迎大家與家人、朋友一同參與。



2) 情緒輔導支援

本會輔導組持續透過網上平台提供情緒輔導資訊，以簡單實用的方式助香港人紓緩面對疫情所帶來的壓力，在心靈上提供支援，例如「6種抗疫自處之道」。此外，有鑒於學生停課在家，每天接觸大量資訊，情緒容易受影響，輔導組特別製作一連四集的情緒支援錦囊，以聲畫導航幫助家長引導子女面對疫情時紓緩情緒壓力，鼓勵家長可多了解孩子的想法，亦可在家設下日常生活時間表，計劃不同的活動。詳細內容可瀏覽 Facebook：香港中華基督教青年會 - 輔導組。



活動回顧

健步足球研究發布

本會自 2015 年由英國引入健步足球，為金齡人士提供多一項安全的運動選擇，及後更與安盛慈善基金攜手推廣，讓更多人受惠於這項新興運動帶來的好處。為了解健步足球對參加者身心靈的影響，本會早前邀請香港中文大學教育學院體育運動科學系許世全教授進行研究，證實健步足球能明顯提升 50 歲或以上人士的心肺功能及平衡力，除了增強抵抗力，更有助開拓社交圈子，提升開心和滿足感。期望日後有更多人認識和參與健步足球，體驗不一樣的人生下半場。



「WE Connect」網上直播

因應香港中學文憑考試(DSE)開考，為了給應屆考生多點支持，本會佐敦會所、藍田會所及石硤尾會所已於 4 月 24 日聯合舉行「WE Connect」Facebook 網上直播，由三間會所各派出不同歌手，精選勵志歌曲送給考生。除了憑歌寄意外，並邀請觀眾們為考生留言打氣及點唱，一起為應屆考生送上鼓勵及祝福！



童你 Zoom 遊世界

一群來自本會大學及學院青年會部的大學生義工，4 月份透過視像會議程式 Zoom 推出「童你 Zoom 遊世界」，分享他們過去與小學生在海外交流時拍攝的相片及短片，並講解當地的飲食文化、地理、歷史及社會狀況等，更即場表演及製作小食。活動邀請了 9 歲至 12 歲學生免費參加，讓他們安坐家中也可以環遊世界、增廣見聞，以及有交流的機會。



企業捐贈抗疫福袋

本會獲得郭炳江先生及其家人捐贈一批抗疫福袋，派發予地區上的服務對象，日前經由帝都酒店代表將物資送抵顯徑會所。該批福袋包含防疫物資、日用品及食物，體貼弱勢人士的需要，在疫情中為他們送上愛心和祝福，謹此向郭先生一家及帝港酒店集團致謝。



企業義工表關心

本會 Y-Care 企業伙伴恒生銀行，早前派出企業義工，參與由柴灣會所舉辦的「連繫有你」活動，透過電話慰問區內低收入家庭及長者，除了為小朋友講故事及進行功課輔導外，義工亦教導長者們有關防疫的資訊。在交流的過程中，無論義工或服務對象都表達出一份相互的關心，彼此均感到十分溫暖。期望有更多伙伴機構捐出物資或派出義工，與本會攜手服務社會弱勢。

