

Sunrise Centre  
**HOPE**  
Always there

快樂健康  
展現天晴



# 康晴天地 通訊

2024年 10月-12月



康晴天地  
網頁

扶康會  
Facebook



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by the Social Welfare Department

## 朋輩支援服務



## 朋友，你好嗎？

「有啲感受，經歷過嘅人先最明白」朋輩支援服務凝聚有復元經歷的朋友一起，提供一個讓你感到被理解和接納的空間，大家互助支持。

## 朋輩支援員的使命：

- 為精神復元人士提供**支援及關懷**，給他們灌注**希望**
- 提升社區人士對復元人士的**了解和接納**。

## 在復元路上，你並不孤單。



將加入  
幾位朋輩支援員，  
到時會與大家見面!!

朋輩支援服務  
你也可以知多一點

## 服務發展

- 2016  
朋輩支援先導計劃
- 2018-2021  
正式成為常規化的資助服務
- 2021-2024  
第二期的3年資助服務
- 2023  
施政報告內提出  
「加強朋輩支援服務支援精神復元人士」
- 2024年10月  
加強朋輩支援服務，增加朋輩支援員人手，並發展家屬朋輩支援

## 朋輩團契

朋輩支援員子傑誠意邀請有信仰的你，又或是想認識想了解基督信仰，歡迎你來參與每月一次的聚會！

日期：14/10, 4/11, 2/12 (一)

時間：3:30pm - 5:00pm

地點：康晴天地

對象：精神復元人士

## 故事大笪地 朋輩遇到活動

大家擁有不同的生活經驗，想一起分享吓，講吓你的故事時又聽吓別人的故事... 來吧，活動可能會帶給你新的啟發和驚喜!

日期：7/10 - 30/12 (逢星期一)

\*11/11暫停

時間：2:30pm - 3:30pm

地點：綠悠軒

## 朋輩支援的理念和意義



## 青。MIND

Mental Health For Youth  
一項專為青少年而設的情緒及精神健康服務

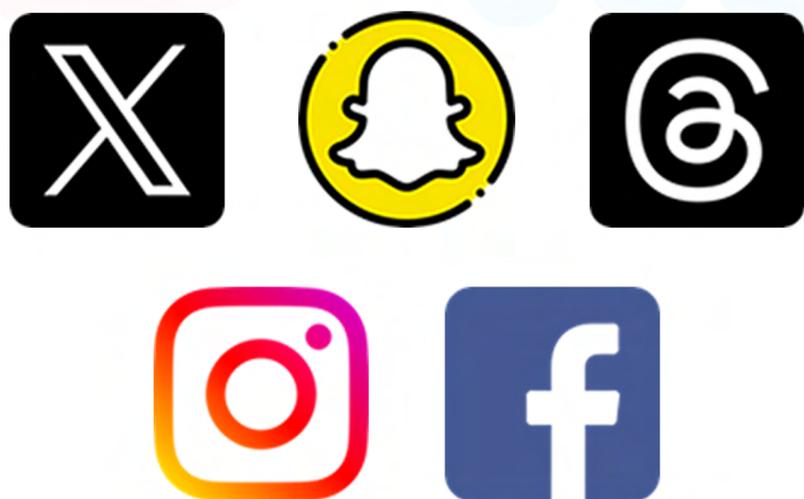
### 青。MIND 潮語錄

上期潮語錄介紹了「emo」，

今期我們準備了...

#### 脆友

，脆友是指正在使用社交平台「Threads」的朋友，譬如：我個脆友好鍾意亂講野。Threads 是繼Facebook（面書）、Instagram、X（Twitter前身）和Snapchat 以外的新社交平台，用家設立帳戶後便可以在平台上發布文字。Threads適合喜歡閱讀文字多於看照片的人。另外，用家亦可於平台上即時回應其他用家的帖子，互相交流。



### 青。MIND MM7



覺得前路茫茫？擔心前途問題？香港會議展覽中心將於2025年1月16-19日舉辦教育及職業博覽，今年主題是「力拼追夢 成就解鎖」，現場會有攤位介紹不同職業工種，總有一個適合你！

香港灣仔博覽道1號



Scan 我  
就會知道點去喇喇！



更多資訊

# 青.MIND人 青.MIND事



入校舉辦治療小組  
讓中學生有放鬆的平台

2024-2025年度，康晴天地特別設計一系列治療小組，內容豐富，迎合你不同的需要，尤其適合新加入康晴天地服務的會員和家屬，如有興趣便快快報名了！

小組名額有限  
費用全免

## 絕景探秘 - 男生圍朋輩治療小組



男士們經常都要忙於工作及照顧家庭，是否都想有Me Time放鬆一下呢？今次機會嚟喇，將於10月及11月聯同朋輩支援員一同行山郊遊，放鬆心情，最後一節更安排飲茶聯誼，男士們快起來報名吧！

5/10：薄扶林水塘道	> 港島徑第二段 > 田灣	(集合點：薄扶林水塘閘口)
26/10：薄扶林水塘道	> 盧吉道 > 克頓道 > 香港大學	(集合點：薄扶林水塘閘口)
2/11：鰂魚涌樹木研習徑	> 柏架山道 > 大潭水塘道 > 黃泥涌	(集合點：鰂魚涌大潭郊野公園入口)
16/11：香港仔地區酒樓用膳	> 香港仔水塘道 > 灣仔峽道 > 寶雲道健身徑 > 金鐘	(集合點：香港仔酒樓)

日期：10月5, 26日, 11月2, 16日 (六)

名額：6人

時間：2:00pm - 6:00pm

對象：①③ (男士限定)

地點：彩虹閣 / 指定行山集合點

負責人：Boris (精神科護士)及朋輩支援員

\*請穿著合適運動服裝，如因天氣情況改期會另作通知

## 快樂煮意



與好友食飯、暢所欲言，人生一樂也！邀請各位一同嘗試烹調簡單食物，分享大家待人處事的生活智慧。

日期：2024年12月14、21、28日 (六)

名額：8人

2025年1月4日 (六)

對象：①

時間：2:30pm - 4:00pm

負責人：Jeffrey郭先生 (一級社工)

地點：康晴天地藍煮閣

\*小組的最新安排，請留意康晴天地中心通告。職員亦會個別通知成功報名的參加者

\*\*如對以上活動有興趣參與，可聯絡你的個案社工或致電 2518 3880 找當值職員查詢。

以上活動適用於  「伴你。快樂同行」。

對象類別：① 復元人士會員 ③ 家屬會員

④ 社區人士會員 ⑤ 非會員

如對康晴天地服務或本通訊有任何意見，  
歡迎與康晴天地職員聯絡或將意見郵寄至康晴天地收。

## 意見欄

姓名：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_



## 《康晴家加油》

支援復元人士的家屬及照顧者，與大家同行

- 大家屬活動
- 小家屬活動

### 小朋友社交活動 - 小朋友打交道

透過參與不同的小遊戲，讓小朋友互相認識，一起玩樂，建立友誼，發展社交。

日期：10月5日(六)

時間：2:30pm - 4:30pm

地點：康晴天地

名額：3至6組家庭

(小一至中三學生及其家長)

負責人：Jessie 陸姑娘 (一級社工)

Christine (康復導師)



### 小家屬過聖誕

叮叮叮，聖誕節又到啦！今年同大家一齊玩遊戲食下野整手作，更加唔少得佈置聖誕裝飾！快D報名預埋你！

日期：12月7日(六)

時間：2:30pm - 4:00pm

地點：康晴天地

名額：8位小家屬及其家屬

負責人：Jessie 陸姑娘 (一級社工)

Kelvin (康復導師)

備註：家長需陪同小家屬出席活動。



### 大家屬聚會 - 齊齊感謝祭

每年的11月為感恩節，以提醒大家感謝今年來的豐收及回饋。現實中我們對陌生人常常保持禮貌，然而總是忘了感謝家人。是次活動除了與大家製作節日傳統小食 - 麵包布丁之外，還會一同學習互相欣賞及感謝身邊人。

日期：11月30日(六)

時間：2:30pm - 4:30pm

地點：藍煮閣

名額：5組家庭 (復元人士及其家屬會員)

負責人：Jessie 陸姑娘 (一級社工), Kelvin (康復導師)



## 活動報名須知

1. 小組 / 活動報名日期為發出通訊日子起至 **抽籤日**，會員可親臨或致電中心報名。各會員請自行留意各小組 / 活動的抽籤日期，抽籤日後一概不接受報名。
2. 參加偶到小組，參加者可即場報名，惟需留意小組名額是否已滿。
3. 須進行抽籤的小組 / 活動，結果將於抽籤日後電話通知各成功報名之參加者。
4. 參加者須於小組 / 活動前3個工作天前親臨本中心繳費作實，否則作自動放棄論。名額將會給予後備參加者補上而不會再另行通知。後備參加者亦須盡快親臨中心繳交小組 / 活動費用。
5. 參加者繳費後，如因個人理由未能出席活動，不可由他人代替，而所繳費用亦不獲退回。
6. 小組 / 活動開始後恕不接納任何新加入參加者。
7. 小組或活動時間如有任何更改，恕不另行通知，參加者可致電中心查詢有關詳情。

## 玩樂科技

日期：2024年 10月至 12月（逢星期四）  
 時間：2:30pm - 3:30pm  
 地點：康晴天地

關於手機問題！有咩好用好玩APP推介！  
 過嚟康晴天地幫到你...幫到你...幫到你...

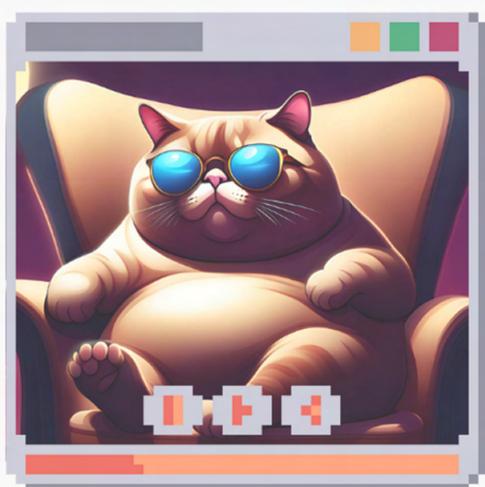
**毋須報名**



LET'S  
GO!



## 連你通



緊貼中心  
最新資訊

康晴天地  
手機APP



加入方法：  
聯絡中心職員及  
提供電郵地址



立即下載



## IT 熱線



Whatsapp  
5260 4010



大家將電話加入聯絡人，就可以用Whatsapp方法聯絡我哋，查詢有關手機或資訊科技的疑問



## 友情人

專為你們想認識朋友而設的計劃  
目的：建立會員社交支援網絡，增強會員與社區連繫



### 亦師亦友



#### 計劃目標：

旨在聚合有共同興趣的會員，由會員義工舉辦的小組

#### 內容：

- 設有
1. 烹飪班
  2. 興趣班
  3. 四節興趣小組

大家可按自己的興趣及專長開班做會員義工。



10月1-10日到中心接待處  
填寫表格申請成為11-1月會員義工\*

10月20日 張貼海報進行招募

11-1月 小組進行

\*烹飪班填表一，興趣班填表二，  
四節興趣小組填表三（表格可於中心索取）

### 伴你·快樂同行

#### 計劃目標：

鼓勵會員參與康晴天地小組或活動，會員間建立友誼，互相支援；並透過自組活動保持連繫，共同參與社區。

計劃對象：① ③ ④

#### 內容：

合資格人士可填妥「伴你·快樂同行」表格，成功登記，每人每月可領取\$30活動津貼一次，用於參與自組活動。

#年度內參與3次通訊內有  小組活動  
或 年度內曾擔任「亦師亦友」的會員義工

到中心接待處填寫「伴你·快樂同行」申請表

獲中心職員通知 成功登記，收妥回條

與會員自組活動，活動人數需有3-5人

提交收據及填寫 自組活動津貼申請表

獲確認後可親身到中心簽收及領取津貼

2024年4月開始接受登記，5月開始可申請津貼  
#年度指每年4月1日至翌年3月31日

如有查詢可聯絡Wing, Christine, Wilson, Kelvin

### 三二友得飲



每月一次的康晴飲宴（飲湯或糖水），  
大家聚首一堂，飲下食下及傾下。

由會員義工協助，飲得出的愛心、友心和有益身心，你試過未？記住以下日子，記得報名呀

日期：15/10, 19/11, 17/12  
(每月第三個星期二)

時間：下午 3:30 - 4:30

地點：康晴天地

報名：活動前一星期會於中心壁報板張貼海報  
大家可於海報上自行留名參與

## 男生圍10-12月活動

## 興致勃勃「筷」落木工

一同挑戰利用工具，跟隨導師自己動手製作木筷子

日期：2024年11月23日 (六)

時間：3:00pm-4:30pm

地點：黃竹坑

名額：6人

費用：\$50/位

\*\*活動時需要站立，參與者需要有一定體力

## 圍爐共聚- Sing 誕夜康晴

唱K特別場，男士們一齊食飯、唱歌，同賀聖誕

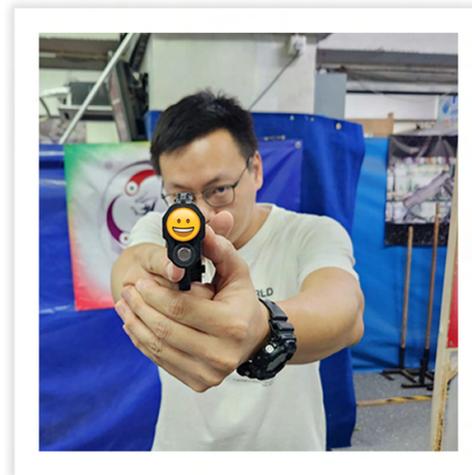
日期：2024年12月10日 (二)

時間：7:00pm-9:00pm

地點：康晴天地新銀都+青草地

名額：12人

剛過去的7-9月，一班男士一齊參與不同的運動，一同回顧下精彩內容



如對活動有任何查詢，歡迎與Jeffrey郭生（一級社工）聯絡。  
如果各男會員有任何活動建議都歡迎提出。

男生圍



### 男士拉筋樂

有否受長期背痛, 失眠, 疲倦, 記憶力減退, 坐立不安或失去生活魄力和熱誠, 而令自己不知所措? 嘗試放下手頭工作來拉拉筋, 讓活力及人生重現。

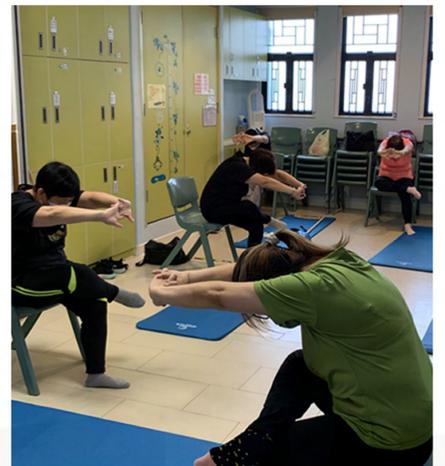
日期	C班: 10月22, 29日 (二)	地點	青草地 / 新銀都
	11月5, 12, 19, 26日 (二)	名額	8 - 10 名
	12月3, 10日 (二)	負責人	Gladys ( 職業治療師 )
時間	4:00pm - 5:00pm		



### 女士拉筋

「筋長一寸, 命長十年」, 拉筋能舒筋通絡、鬆解黏連、滑利關節, 紓解疼痛, 強化肌腱力量。

日期	C班: 10月23, 30日 (三)	地點	青草地 / 新銀都
	11月6, 13, 20, 27日 (三)	名額	8 - 10 名
	12月11, 18日 (三)	負責人	Gladys ( 職業治療師 )
時間	3:45pm - 5:00pm		



### 坐著鬆一鬆

學習簡單的椅上拉筋運動, 舒展筋骨。

日期	G班: 10月7, 21, 28日 (一)	地點	青草地
	H班: 11月4, 18, 25日 (一)	名額	8 - 10 名
	I班: 12月2, 9, 16, 23日 (一)	負責人	Leona ( 康復導師 )
時間	10:00am - 11:00am		



### 經絡拍打療法

經絡拍打疏通氣血, 活血化瘀, 促進新陳代謝, 健康養生, 適合任何人士參與。

日期	10月 5日	地點	青草地 / 新銀都
	11月 9日	導師	劉小儀 ( 義工 )
	12月 7日 (六)(共三節)	名額	8 名
時間	2:00pm - 4:00pm	負責人	Gladys ( 職業治療師 )

男女士活動需經  
職業治療師  
作個別身體評估

以上活動費用全免

以上活動適用:  
所有服務對象

請穿  
運動褲, 波鞋及襪

### 藝立體動物

以石膏粉製作立體擴香石, 再為其繪畫樣貌顏色。

日期	11月 4, 18, 25日 (一)	地點	青草地
	12月 2日 (一)	名額	6-8 名
時間	3:00pm - 4:00pm	負責人	Leona ( 康復導師 )

家中若有冷氣水電問題, 小型電器維修, 可向職業治療師李姑娘查詢



# 全港賣旗日

Territory-wide Flag Day  
2-11-2024  
星期六 Saturday



招募義工數目

No. of Volunteers needed: 3,000



## 目標 Aims:

為本會非資助康復服務籌募經費，服務包括：智障人士小型家舍「扶康家庭」、自閉症及發展障礙人士服務和社區共融計劃。

To raise funds for Fu Hong Society's non-subsidized services, including "Casa Famiglia" - small homes for persons with intellectual, services for persons with autism and developmental disabilities as well as social inclusion projects.



賣旗義工網上登記表格  
Flag-selling Volunteer  
Online Registration Form

## 捐款 Donation:

- 現金Cash (119-290005-838 滙豐銀行HSBC)
- 7-Eleven / 繳費靈PPS  
(慈善機構編號Merchant Code:9380)
- 劃線支票Crossed Cheque (抬頭請寫「扶康會」  
Payable to Fu Hong Society)



中銀香港捐款易平台  
BOCHK e-Donation Platform



網上捐款平台  
Online Donation Platform



捐款、報名及查詢熱線  
Donation, registration and enquiry

2745 4214

網址Website

www.fuhong.org

電郵Email comms@fuhong.org

傳真Fax 2361 2053

郵寄地址 扶康會賽馬會石圍角工場 (傳訊及資源發展部)  
新界荃灣石圍角邨二號停車場地下

Mailing address

Fu Hong Society Jockey Club  
Shek Wai Kok Workshop (CRD)  
G/F., Car Park Block No. 2, Shek Wai  
Kok Estate, Tsuen Wan, New Territories



## 留港不上購物團



今次我地會到港產片《每當變幻時》的拍攝場地「粉嶺聯和墟」，及港產片《毒舌大狀》《無間道II》《無間道III》《車手》《殺破狼》的拍攝場地「前粉嶺裁判法院」參觀，及到流浮山購買地道小食及乾貨，再食埋豐富的日本放題，又食又買，支持香港經濟，共同享受快樂時光。

日期：11月3日(日)  
時間：9:00am - 5:00pm  
地點：粉嶺、流浮山  
費用：\$180

名額：60人  
對象：①③  
負責人：Wing (康復導師)

抽籤日 10月14日



## 造型隨意又易整的紙糊公仔 (A&B班)



由報紙揉搓不同形狀，通過黏黏貼貼，組合成不同的動物造型，造型隨意又易整

日期：A班：10月24, 31日  
11月 7, 14日(四)  
B班：11月21, 28日  
12月 5, 12日(四)

名額：8人  
對象：①  
負責人：Ming姑娘 (康復導師)

抽籤日 A班:10月14日  
B班:11月11日

時間：3:30pm - 5:00pm  
地點：康晴天地



## 跟您做個 Friend



同人交往真困難，唔知講乜好，如遇社交的煩惱和困擾，便快來報名啦。

日期：11月16, 23, 30日(六)  
12月14日(六)

時間：11:00am - 12:00pm

地點：青草地

名額：8-10人

對象：①

負責人：Gladys 李姑娘 (職業治療師)

## 雙月聚會



邀請大家參加每兩個月一次的會員聚會。今次除了和大家玩玩遊戲，吃吃小食外，還有職員及會員參與台灣研討會的經驗分享。一起來輕鬆享受星期六的時光吧!

日期：10月19日(六)

時間：2:30pm - 5:00pm

地點：新銀都

名額：50人

對象：①③④

負責人：Ruby 曹姑娘 (一級社工)

抽籤日  
10月9日

## 康晴聖誕村2024



一年一度的聖誕節又來了，我們將帶大家到夢幻聖誕村，挑戰冰川遊戲任務及品嚐節日美食，親親聖誕老人，與大家歡渡溫馨愉快的聖誕夜。

日期：12月13日(五)  
時間：6:00pm - 9:00pm  
地點：扶康會康復中心 1/F 禮堂  
費用：\$50 (大小同價)

名額：60人  
對象：①③  
負責人：Catherine吳姑娘 (一級社工)  
Jessie陸姑娘 (一級社工),  
Wilson (康復導師)

抽籤日  
11月4日



「會。相。分。享」收集康晴天地會員的作品或活動相片，在每期通訊與大家分享。

回顧

# SOUL GOOD 康晴市集



多謝大家於7-8月期間參與SOUL GOOD市集，4節市集共有超過160人次參與，活動亦得到大家正面的回饋。市集除了提供一個平台展示大家的能力(擔任檔主)之外，還能凝聚會員到中心，大家睇下幾熱鬧!! 我地期待SOUL GOOD 市集2.0，大家密切留意通訊喇!

毋須報名  
費用全免

遇到服務

星期一

下午 2:30 - 3:30  
\* 11/11 暫停

故事大笪地 **新**

大家擁有不同的生活經驗，想一起分享吓，講吓你的故事時又聽吓別人的故事.....來吧!



星期三

下午 2:30 - 3:30

比手畫腳 **新**

大家輪流在圖庫中選出一題，利用肢體語言讓其他人猜到題目的答案，動動腦，郁郁手。



星期五

下午 2:30 - 4:00

勁歌金曲

各位想做K皇K后，或是想高歌一曲抒發情懷，哩到就喺一個好地方。



星期三

下午 2:30 - 3:30

健腦伸展操一操 **新**

透過影片及真人指導正確的健腦及心肺運動，從而提昇大家身體及腦部的協調能力。



星期四

下午 2:30 - 3:30

玩樂科技

關於手機問題！有咩好用好玩APP推介！過嚟康晴天地幫到你...幫到你...幫到你...



- 朋輩支援
- 職業治療
- 其他活動
- 家屬
- 藝術
- 治療小組

## 十月活動表

偶到服務	故事大笪地	健腦伸展 操一操	比手畫腳	玩樂科技	勁歌金曲	
日	一	二	三	四	五	六
		01	02	03	04	05
		國慶日				小朋友打交道 2:30pm-4:30pm 經絡拍打療法 2:00pm-4:00pm 絕景探秘 2:00pm-6:00pm
06	07	08	09	10	11	12
坐著鬆一鬆G班 10:00am-11:00am			抽籤日		重陽節	
13	14	15	16	17	18	19
朋輩團契 3:30pm-5:00pm	抽籤日	三二友得飲 3:30pm-4:30pm				雙月聚會 2:30pm-5:00pm
20	21	22	23	24	25	26
坐著鬆一鬆G班 10:00am-11:00am	男士拉筋樂C班 4:00pm-5:00pm	女士拉筋樂C班 3:45pm-5:00pm	紙糊公仔A班 3:30pm-5:00pm			絕景探秘 2:00pm-6:00pm  精神健康月 活動
27	28	29	30	31		
坐著鬆一鬆G班 10:00am-11:00am	男士拉筋樂C班 4:00pm-5:00pm	女士拉筋樂C班 3:45pm-5:00pm	紙糊公仔A班 3:30pm-5:00pm			

## 十一月活動表

- 朋輩支援
- 職業治療
- 其他活動
- 家屬
- 藝術
- 治療小組

偶到服務	故事大笪地	健腦伸展 操一操	比手畫腳	玩樂科技	勁歌金曲	
日	一	二	三	四	五	六
					01	02 絕景探秘 2:00pm-6:00pm  <b>扶康會 賣旗日</b>
03 留港不上購物團 9:00am-5:00pm	04 坐著鬆一鬆H班 10:00am-11:00am 藝立體動物 3:00pm-4:00pm 朋輩團契 3:30pm-5:00pm <b>抽籤日</b>	05 男士拉筋樂C班 4:00pm-5:00pm	06 女士拉筋樂C班 3:45pm-5:00pm	07 紙糊公仔A班 3:30pm-5:00pm	08	09 經絡拍打療法 2:00pm-4:00pm
10	11 <b>抽籤日</b>	12 男士拉筋樂C班 4:00pm-5:00pm	13 女士拉筋樂C班 3:45pm-5:00pm	14 紙糊公仔A班 3:30pm-5:00pm	15	16 跟您做個Friend 11:00am-12:00pm 絕景探秘 2:00pm-6:00pm
17	18 坐著鬆一鬆H班 10:00am-11:00am 藝立體動物 3:00pm-4:00pm	19 三二友得飲 3:30pm-4:30pm 男士拉筋樂C班 4:00pm-5:00pm	20 女士拉筋樂C班 3:45pm-5:00pm	21 紙糊公仔B班 3:30pm-5:00pm	22	23 跟您做個Friend 11:00am-12:00pm 興致勃勃- 「筷」落木工 3:00pm-4:30pm
24	25 坐著鬆一鬆H班 10:00am-11:00am 藝立體動物 3:00pm-4:00pm	26 男士拉筋樂C班 4:00pm-5:00pm	27 女士拉筋樂C班 3:45pm-5:00pm	28 紙糊公仔B班 3:30pm-5:00pm	29	30 跟您做個Friend 11:00am-12:00pm 大家屬聚會- 齊齊感謝祭 2:30pm-4:30pm

- 朋輩支援
- 職業治療
- 其他活動
- 家屬
- 藝術
- 治療小組

## 十二月活動表

偶到服務	故事大笪地	健腦伸展 操一操	比手畫腳	玩樂科技	勁歌金曲	
日	一	二	三	四	五	六
<b>01</b>	<b>02</b> 坐著鬆一鬆I班 10:00am-11:00am 藝立體動物 3:00pm-4:00pm 朋輩團契 3:30pm-5:00pm	<b>03</b> 男士拉筋樂C班 4:00pm-5:00pm	<b>04</b>	<b>05</b> 紙糊公仔B班 3:30pm-5:00pm	<b>06</b>	<b>07</b> 經絡拍打療法 2:00pm-4:00pm 小家屬過聖誕 2:30pm-4:00pm
<b>08</b>	<b>09</b> 坐著鬆一鬆I班 10:00am-11:00am	<b>10</b> 男士拉筋樂C班 4:00pm-5:00pm 圍爐共聚- Sing 誕夜康晴 7:00pm-9:00pm	<b>11</b> 女士拉筋樂C班 3:45pm-5:00pm	<b>12</b> 紙糊公仔B班 3:30pm-5:00pm	<b>13</b> 康晴聖誕村2024 6:00pm-9:00pm	<b>14</b> 跟您做個Friend 11:00am-12:00pm 快樂煮意 2:30pm-4:00pm
<b>15</b>	<b>16</b> 坐著鬆一鬆I班 10:00am-11:00am	<b>17</b> 三二友得飲 3:30pm-4:30pm	<b>18</b> 女士拉筋樂C班 3:45pm-5:00pm	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b> 快樂煮意 2:30pm-4:00pm
<b>22</b>	<b>23</b> 坐著鬆一鬆I班 10:00am-11:00am	<b>24</b>	<b>25</b> 聖誕節	<b>26</b> 聖誕節翌日	<b>27</b>	<b>28</b> 快樂煮意 2:30pm-4:00pm
<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>				



# 康晴天地

地址：香港華富邨華美樓404-412室  
(華美樓閘口側)

電話：2518 3880

傳真：2553 8796

電郵：sc@fuhong.org

網頁：http://www.fuhong.org



## 交通路線

在華富商場下車，沿瀑布灣道步行約五分鐘，在華美樓閘口旁進入本中心

巴士路線：4、4X、40、40M、41A、42、43M、48、73、94A、170、970

小巴路線：23、31

地鐵可在黃竹坑站或堅尼地城站轉乘相關交通路線

## 開放時間表

	一	二	三	四	五	六
上午9:00 - 下午1:00	✓		✓	✓	✓	
下午2:00 - 下午6:00	✓		✓	✓	✓	✓
下午1:00 - 下午6:00		✓				
晚上7:00 - 晚上10:00		✓				
星期日及公眾假期 休息						
 Amber 黃色暴雨  Red 紅色暴雨 一號或三號風球	中心服務照常進行 室內活動照常進行 室外活動視乎情況進行					
 Black 黑色暴雨 八號或更高風球	停止所有服務及活動					

@中心服務將於黑色暴雨警告或八號風球訊號解除後2小時才恢復正常運作

回郵地址：香港仔華富邨華美樓404-412室 (康晴天地)

如閣下不同意收取康晴天地通訊，請聯絡康晴天地職員 (2518 3880)

編製日期：2024年9月

印製數目：1000本