基督教播道會
社會服務辦事處

社關月 2020



同行支援

前言

播道會社會服務每年透過不同的年度主題讓大家了解當前的社區需要，向大家介紹本會社會服務單位如何透過服務回應社區，為主作見證。感謝神！今年已是第七次舉辦社關月，而主題是「同行・支援」，期望可以讓教會及弟兄姊妹考慮社區關懷中的角色。藉這本手冊，了解如何裝備，連結肢體和社會服務單位，透過具體、持續的行動去關心、支援我們的鄰舍，作他們的同行者。

願神的心意成就！

你要盡心、盡性、盡力、盡意愛主—你的神；又要愛鄰舍如同自己。

（路 10:27）



目錄

做個健康同行者

1. 認清角色 P05
2. 我有壓力？ P06
3. 正向思想 P09
4. 減壓有辦法 P10

認識及支援常見的壓力群組

1. 現代人的身心靈需要 P13
2. 基層家庭 P14
3. 長期病患者 P17
4. 特別學習需要 (SEN) 學童及其家庭 P25

社區資源小錦囊

1. 情緒及精神健康支援服務單位 P31
2. 情緒及精神健康支援熱線 P33

結語 P35

回應表格 P36

做個健康同行者

鳴謝：註冊臨床心理學家羅澤全先生協助撰寫及審閱本小冊子 — 「做個健康同行者」之內容。

1 認清角色

2 我有壓力？

3 正向思想

4 減壓有辦法



認清角色

關懷者
無條件接納對方的感受和經驗

聆聽者
客觀及用心地理解對方的情況

陪伴者
保持界線避免製造不真實期望

推動者
相信對方擁有生命成長的動力

支持者
支持對方所作出的努力及行動



我有壓力？



多巴胺是一種用來幫助細胞傳送脈衝的化學物質，是神經傳導物質的一種。這種傳導物質主要負責大腦的情慾，感覺，將興奮及開心的信息傳遞。多巴胺不足或失調則會令人失去控制肌肉的能力、或是導致注意力無法集中。

多巴胺功能測驗

0 - 完全沒有，1 - 間中出現，2 - 頗多出現，3 - 經常出現

1.	感到無助？	0	1	2	3
2.	有傷害自己的想法？	0	1	2	3
3.	對處理壓力感到無能為力？	0	1	2	3
4.	在受壓時有憤怒及侵略的反應？	0	1	2	3
5.	長時間休息後仍感到疲倦？	0	1	2	3
6.	選擇獨留在家中拒絕應酬？	0	1	2	3
7.	無故地對家人及朋友感到漠不關心？	0	1	2	3
8.	容易分心？	0	1	2	3
9.	難於完成安排的工作？	0	1	2	3
10.	需要飲用咖啡因的飲品提神？	0	1	2	3
11.	性慾下降？	0	1	2	3
12.	因小事而情緒失控？	0	1	2	3
13.	感到自己一事無成？	0	1	2	3

總分 9 或以下　你的情況尚算理想，請繼保持良好的生活及飲食習慣。

總分 10-19 分　請留意你的精神狀況，保持良好的生活及飲食習慣，可考慮攝取能提升多巴胺的食物如豆漿、蛋、牛奶、比目魚等。

總分 20 或以上　你的情況可能需要專業協助，建議你諮詢醫生或專業人員意見。

我有壓力？



血清素是腦中的神經傳達物質，與注意力的集中、情緒和自律神經平衡息息相關。如果血清素的濃度太低，我們可能會有沮喪、憂鬱、焦慮、頭痛等症狀。

血清素功能測驗

0 - 完全沒有，1 - 間中出現，2 - 頗多出現，3 - 經常出現

1.	對嗜好及興趣活動失去快感？	0	1	2	3
2.	難於應付排山倒海的意念？	0	1	2	3
3.	內心充滿憤怒？	0	1	2	3
4.	有強烈不設實際的想法？	0	1	2	3
5.	心情十分低落？	0	1	2	3
6.	無法享受一般生活的樂趣？	0	1	2	3
7.	感到自己缺乏美感？	0	1	2	3
8.	當天氣陰沈時感到情緒低落？	0	1	2	3
9.	對最愛的活動失去熱誠？	0	1	2	3
10.	美食當前亦無動於衷？	0	1	2	3
11.	難於維持入睡狀態？	0	1	2	3
12.	感到十分依賴別人？	0	1	2	3
13.	對身體的痛楚十分敏感？	0	1	2	3

總分 9 或以下　你的情況尚算理想，請繼保持良好的生活及飲食習慣。

總分 10-19 分　請保持良好的生活及飲食習慣，可考慮適量攝取含色胺酸的食材如豆腐、乳製品、雞蛋、堅果等，再配合能幫助色胺酸變成血清素的維生素 B6、葉酸、菸鹼素、維生素 B12、碳水化合物等。

總分 20 或以上　你的情況可能需要專業協助，建議你諮詢醫生或專業人員意見。

我有壓力？

影響	壓力水平		
	壓力程度偏高及持久，缺乏親友關懷及生活調適，身體功能及心理健康開始問題	壓力程序偏高但短暫，在親友關懷及生活調適後暫能應付，若疏忽處理會有後遺症	壓力程度適中，心跳率及壓力賀爾蒙輕微上升，有助提升身心的抗逆力，對健康有幫助
	有害	容忍	有益
			

認識常見都市情緒病：
https://www.hmdc.cuhk.edu.hk/emotional-illness-introduction/



正向思想

「正向思想」就是將自己的思想導向一個「正面」的方向。擁有「正向思想」，不但內心會覺得安然些，還會加強自己處理問題的能力，對周圍環境也有正面的影響。



橡筋

彈性幫助我們從壓力及困難中復元過來



畫筆

為生活加添色彩，不要只看到非黑即白



壓力球

永不放棄的性格是戰勝壓力的最後工具



萬花筒

這世界充滿各樣美麗的事物讓我們去欣賞



鉛筆

人生是一個故事，視乎作者如何編寫情節



擦膠

沒有人是不會犯錯的，最重要的是能改正



汽球

將過往自己的犯錯及別人的傷害一起放走



撲克

無論性格及家庭如何，我們都可以活得精彩



放大鏡

不要將自己的困難及別人的問題放大



紙夾

將所有快樂的經驗及良朋益友牢記在心



骰子

生活中大部分的事情都不是由我們控制的



計時器

安排時間讓腦袋休息，為自己的憂慮設時限



彈球

無論任何創傷，我們最終都可復元過來



間尺

以寬容的態度對待別人，欣賞別人的優點



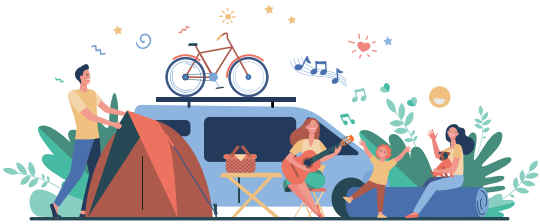
便利貼

定時提醒自己性格的優點及生活的目標

減壓有辦法



1 親近大自然



能助你減壓，緩解焦慮。假日和家人、朋友、同事到戶外野餐也是一個聯誼好活動。

2 伸展運動



有助身心鬆馳，亦可作為家庭／親子活動，在閒暇時與家人共享天倫之樂。

3 洗個熱水澡



忙碌過後，洗個熱水澡可令身心放鬆、暫時擺脫精神壓力，並紓緩疲憊的肌肉。邊洗澡邊播放輕鬆音樂也是個絕佳的點子。

4 玩耍、大笑



像小孩般玩耍、大笑，像孩子一樣玩耍（如吹泡泡、玩黏土）亦能放鬆心情。來一場大笑能使人心情愉快，達致身心健康

認識及支援常見的壓力群組





1 現代人的身心靈需要

2 認識基層家庭

3 認識長期病患者

4 認識特別學習需要（SEN）學童及其家庭



厚恩堂家庭活動中心—Teen 晴同學會

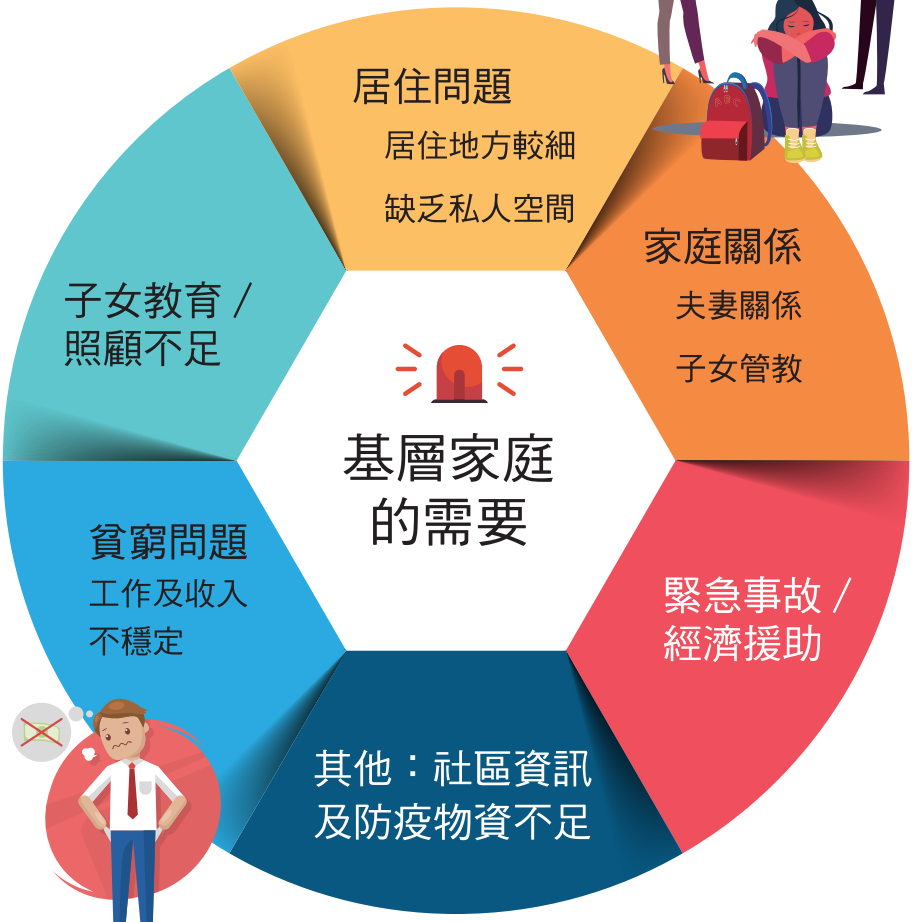
現代人的身心靈需要

現在讓我們先了解一下一般現代人的心靈需要，再於往後內容了解個別群組的壓力及可行的支援方法。



根據 2019 年底出版的貧窮報告所述，
2018 年非綜援在職貧窮人口達 62.17 萬人，
貧窮率為 10.6% .....







「世人哪，耶和華已指示你何為善。他向你所要的是甚麼呢？只要你行公義、好憐憫，存謙卑的心，與你的神同行。」（彌迦書 6:8）

如何支援基層家庭

子女教育 / 照顧
提供功課輔導、補習班及課餘托管服務，減輕家長在子女教育上的壓力。

家庭活動
包括家庭旅行、營會活動、嘉年華等，促進家庭和親子關係。

經濟援助
直接資助有經濟困難的學童參加功課輔導或補習班（如本會「扶苗共長」學童資助計劃）；協助申請社會上的各項援助，包括緊急經濟援助。

信仰需要
鼓勵有興趣家庭參與教會活動

家庭教育工作
家長講座、青少年成長小組等

節期性探訪活動
推動社區人士及教會肢體關心基層家庭

個人工作
提供個人諮詢及輔導服務

防疫需要
送贈 / 轉贈防疫物資，如口罩和消毒潔手液。

轉介服務
協助聯絡及轉介合適的服務或援助



康福堂白普理社區健康發展中心

經驗分享 — 愛心糧倉（短期食物支援計劃）



前期準備

儲存空間
- 夠大
- 通爽
- 有冷氣設備更佳

物色協作伙伴
- FoodCo
- 樂餉社
- 教會關懷貧窮網絡

培訓義工
- 了解申請服務流程 / 要求
- 認識對象
- 認識食物處理
- 認識派發流程
- 培養正確態度—保護個人私隱、一視同仁

無論何人，因為門徒的名，只把一杯涼水給這小子裏的一個喝，我實在告訴你們，這人不能不得賞賜。（馬太福音 10:42）

邀請您一同加入康福堂愛心糧倉的服事旅程，一同經歷上帝豐足的恩典！

長期病患者

「長期病患」是指維持長時間並隨時日慢慢惡化的疾病。常見例子包括高血壓、糖尿病、心臟病、中風、慢性阻塞性肺病、自身免疫性疾病、骨質疏鬆、認知障礙、癌症等。得知患上長期病患，患者及其家人很多時候都會出現一些情緒狀況或困擾。若患者因病而令到生理上出現重大變化，他們在心理上大多都會經歷以下五個階段：





如何支援長期病患者及其家人

除了專業人士的協助外，一般人士亦可以考慮以下列方式作出支援：



1. 舉辦同路人經驗分享會
2. 心靈關懷 / 陪伴 / 致電問候
3. 護送 / 陪診
4. 家訪 / 醫院探望 / 代禱
5. 代購 / 代做家務
6. 照顧小孩 / 教授家課
7. 小型家電維修或物資 / 復康用品送贈
8. 聯絡病人組織 / 社區服務團體，參與其病友支援活動。

https://www21.ha.org.hk/smartpatient/SPW/zh-HK/Useful-Resource/Patient-Group/Category-List/



康福堂白普理社區健康發展中心—派發口罩



美孚長者中心—派發福袋

長期病患的相關資訊



病友組織：

以下是一些關心長期病患者之組織的資料，部份會提供義工訓練予有興趣參與相關義工服務的公眾人士。

https://www21.ha.org.hk/smartpatient/SPW/zh-HK/Home/

慢性病資料庫：

以下網站會介紹多種常見的慢性病。

https://www.e2care.hk/zh-hk/chronic-diseases/

如何處理長期病患者的壓力：

很多時病人會同時患多於一種長期病患，生活習慣需要轉變、生活質素下降，令患者身心承受不少壓力。學習如何紓緩患病者的壓力，可有助患者維持身心健康，為病情帶來正面影響。

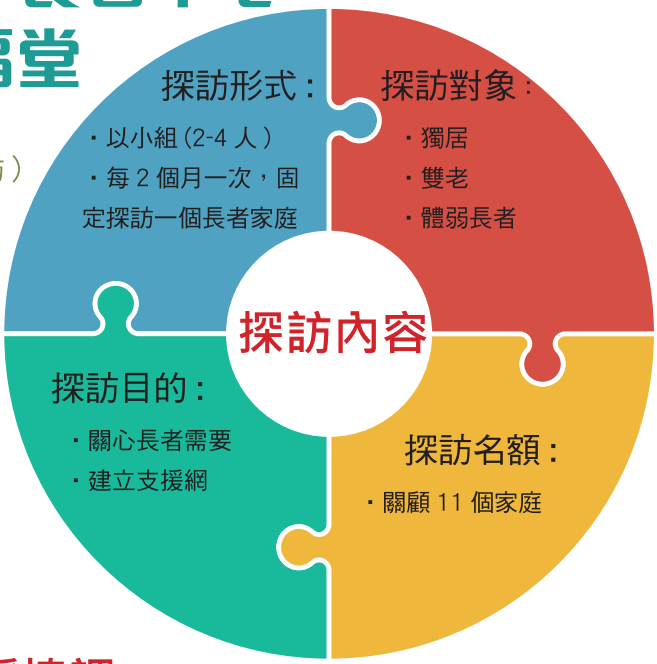
（衛生署長者健康服務網站）

https://www.elderly.gov.hk/tc_chi/healthy_ageing/mental_health/coping_with_chronic_illness.html

播道會美孚長者中心
播道會恩福堂

經驗分享 —
年度關顧計劃（義工探訪）

美孚長者中心幸獲成為播道會恩福堂社關部的伙伴團體，並開展上述計劃。中心社工與恩福堂的探訪義工隊會定期探訪美孚長者中心的會員。mental_health/coping_with_chronic_illness.html



準備過程與支援協調：

	教會	中心
每年一月	在堂會內招募探訪義工	在中心物色受訪者
每年三月		完成探訪義工及受訪者配對
每年四月（義工裝備日）	讓探訪義工了解： ・ 探訪目的 ・ 探訪工作的內容及應有之態度 ・ 認識長者特性 ・ 探訪技巧訓練（一）	
中期重聚日	各小組匯報探訪情況： ・ 分享探訪困難及處理方法 ・ 探訪技巧訓練（二）	
中期聯誼日	透過舉行探訪義工及受訪者的聯誼活動，促進雙方關係的建立	
每年三月（嘉許日）	・ 分享計劃的成果與學習得著 ・ 頒發証書	

家居探訪錦囊

探訪前準備

主辦單位

- （謹建議供自行籌辦探訪的團契參考，若如與社福單位協作，對方一般已有相關準備）
- 應預先與受訪者聯絡，了解其受訪意願、對方的身體及家庭狀況，評估是否適合受訪（例如：受訪者及其家人疫情期間有否外遊、接觸過確診者等）
- 留意天氣報告及訂定探訪安排及防疫措施／指引
- 評估集合地點及受訪者家居空間大小，訂定參與探訪人數，減低因人流過份密集造成的風險
- 為義工準備名牌，以作識別
- 預先準備並於探訪前再次檢查探訪物資，核對被訪者資料無誤

探訪義工

- 需先清楚了解是次探訪的目的及受訪對象的簡單背景資料
- 留意天氣報告及主辦單位的指引，清楚了解其內容
- 探訪義工需評估個人身體健康狀況，確定是否合適參與探訪活動。發現有呼吸道感染症狀，例如：咳嗽，應立即求診，並通知主辦單位停止參與探訪
- 探訪小隊（2-3 人一組）可出發前先作溝通，商討彼此的分工及談話內容
- 探訪義工穿著整齊清潔服飾，配帶義工名牌，給予受訪者良好印象
- 出發前十分鐘，探訪義工與受訪者聯絡，核對地址，告訴他們到達時間，確保對方在家等候義工到訪
- 檢查已帶齊機構聯絡電話、受訪者資料及探訪物資



厚恩堂家庭活動中心—家訪活動



康福堂白普理社區健康發展中心—愛心糧倉

探訪義工 DOs & DON'Ts

- 遵守主辦單位所訂定的防疫措施
- 帶備防疫用品，包括：合規格的三層外科口罩、酒精搓手液、酒精噴霧及消毒濕紙巾、眼罩／面罩（按需要）
- 出發前先量度體溫，確保在良好的健康狀態下進行探訪
- 到達受訪者家門，入屋前請先消毒雙手及鞋
- 建議受訪者盡量打開門窗，以保持室內空氣流通
- 探訪義工及受訪者座位需保持最少一米距離
- 體諒個別患有長期呼吸系統疾患受訪者的需要，如：慢性阻塞性肺病患者，會因配戴口罩而引致呼吸困難。這情況探訪員可配戴透明面罩及眼罩作保護
- 如受訪者在探訪過程中身體不適，應保持冷靜，立刻通知主辦單位，並鼓勵對方立即求診

- 為顧及探訪義工安全及避嫌，義工不宜單獨進行探訪
- 避免擅自離開探訪崗位
- 避免接觸受訪者家居物品
- 避免在受訪期間進食
- 避免與受訪者有太近距離接觸
- 避免作出任何承諾，如有服務／支援需要，可轉告服務機構，由他們跟進
- 切勿私下送上金錢／貴重物品。若受訪者有任何形式的饋贈，亦請禮貌地婉拒，以避免與受訪者產生任何利益關係及引起他人誤會。
- 為免受訪者在探訪時間以外聯繫義工作私人要求，切勿留下個人聯絡電話予受訪者
- 在沒有取得受訪者的同意下，避免私下拍照，未經同意，也切勿公開影像
- 尊重受訪者私隱，切勿公開談論



探訪內容及態度

- 到達受訪者家門，輕按門鐘或拍門，耐心等候回應
- 出示義工証，介紹自己及表明來意
- 入屋後向受訪者及其家人問好
- 詢問受訪者喜歡別人如何稱呼
- 送上探訪物資
- 以開放式問題提問，如：平時喜歡甚麼活動、喜歡吃甚麼
- 話題可以圍繞受訪者日常生活，以最近為例，可關心受訪者疫情期間的需要，例如：口罩、酒精搓手液、濕紙巾、消毒用品是否足夠、受訪者疫情期間的心理狀況，例如：焦慮、抑鬱情緒、社交疏離等、提醒受訪者防疫注意事項或提高受訪者家居衛生意識
- 多聆聽，不批評
- 如情況合適，可分享信仰經歷以鼓勵對方
- 避免談及太私隱（如：資產）或太敏感性（如：政治立場）的話題
- 受訪者個人資料及探訪內容必須保密
- 探訪期間遇上突發事故，請即聯絡主辦單位負責人給予支援
- 完成探訪後，填寫探訪記錄表及交還探訪資料予主辦單位（如適用）
- 與主辦單位溝通受訪者的需要（如適用）
- 參與活動檢討，彼此交流意見及感受



厚恩堂家庭活動中心—家訪活動

事後跟進工作

· 若與服務機構協作，可請該機構再聯絡受問題困擾之受訪者，深入了解其困難及需要，並作出跟進，如：分發防疫物資、安排輔導服務等

· 若並非與服務機構協作，可在受訪者同意的情況下，協助其尋求教會或區內社福機構協助跟進

疫情期間特別注意事項

· 留意社區感染情況，如發現該區有確診個案，探訪應該取消，以減低與人接觸受感染的風險，及保障受訪者與探訪者的安全

· 當社區已持續停止出現確診個案，以及政府已撤銷限聚安排，機構可考慮恢復探訪活動。但活動參與者仍需做足機構訂定的防疫保護措施

· 探訪過程中，探訪者及受訪者雙方必須佩戴口罩

· 遇上呼吸道不適，應用紙巾掩蓋口鼻，防止飛沫散播

· 離開受訪家庭後，探訪員應消毒雙手及更換口罩，口罩必須妥善包裹及棄置於有蓋垃圾桶內

· 回家後應立即洗手及清洗衣物、洗澡及洗頭，換上清潔衣服

· 清潔隨身物品，例如：手提電話，可以酒精進行消毒

· 如探訪後感到不適或有感染徵狀，應立即就診及通知服務機構，以便有關當局追蹤病源，減低社區傳播風險







特別學習需要 (SEN) 學童及其家庭

根據教育局定義，有特別學習需要（簡稱「SEN」）的學生是指在學習上有某些困難並需要特別教育支援的學生，共分為八大類，包括：

全港估計有逾 7 萬名 SEN 學童



SEN 兒童一樣擁有不同的潛能，例如……

正如我們也有不同需要，SEN 學童在社交、情緒、專注力、語言能力及學習能力上都各有不同需要。同行的第一步就是「先去了解」。

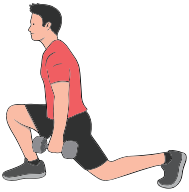




音樂



繪畫



運動

礙於社區內相關資助服務不足，私營支援服務收費又非所有家庭可以承擔，不少 SEN 兒童未有得到適切的學習、情緒支援及技能發展訓練……

照顧者的壓力也因社區及學校未能有效協助而變得沉重。

照顧者的壓力不單來自 SEN 學童的障礙，更會因自覺無法幫助學童而加劇。





特別是來自基層家庭的 SEN 兒童，影響更大。

研究顯示，照顧者當中超過 70% 有情緒問題，主因是照顧 SEN 子女。

同行

社區人士對 SEN 兒童關懷很重要。







照顧者需要被關心與支持。





SEN 兒童需要被接納與欣賞。

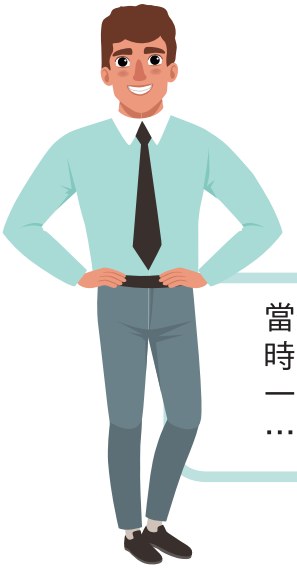


社區需要對 SEN 多一份了解及關顧。



他們需要我們公平地看待他們……
視他們是我們社區的一份子。

支援



當他們遇到困難時，我們可以給予一點點鼓勵及幫助……





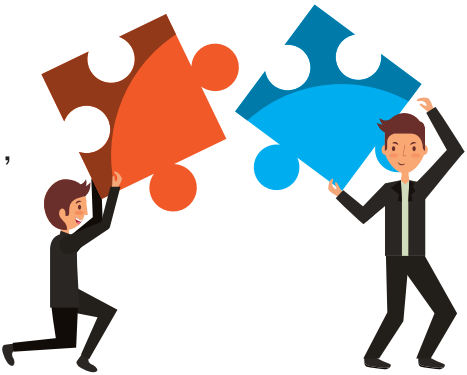
他們是可以跨過障礙的。



多溝通了解，就會發現他們的可愛的不一樣。

坊間有不少支援 SEN 的團體提供義工服務。
大家可以接觸相關團體了解，詳情可瀏覽：

全身……照著各體的功用彼此相助，便叫身體漸漸增長，在愛中建立自己。（以弗所書 4 章 16 節）





除了參與義工服務外 ……
我們可以連繫教會內有心志的肢體或專業人士，組織關懷小組，然後 ……

與有關家庭定期茶聚……

不時為他們舉辦親子 / 家庭活動……

為他們禱告……

SEN 社關主日……

愛的行動可以由你發起，

不妨集合有共同心志的弟兄姊妹，



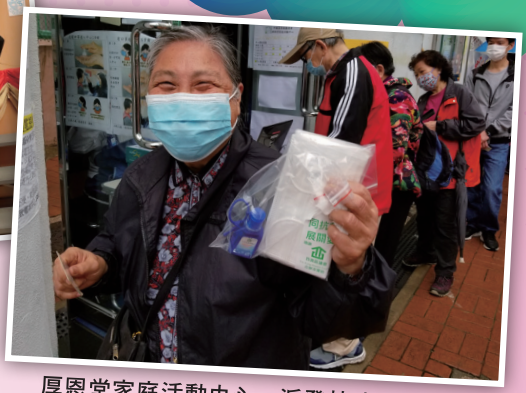
踏出關愛的第一步！

廣傳基督的愛！

社區資源小錦囊



寶雅幼兒學校—週年感恩慶祝活動



厚恩堂家庭活動中心—派發抗疫物資

情緒及精神健康支援服務單位

機構名稱	聯絡方法	網址
社會福利署 - 精神健康綜合社區中心（由多個非政府機構協助營辦）	查詢電話： 2343 2255	https://www.swd.gov.hk/tc/index/site_pubsvc/page_rehab/sub_listofserv/id_supportcom/id_iccmw/
利民會	支援熱線： 3512 2626	https://www.richmond.org.hk/services/community-mental-health-support-services
基督教家庭服務中心	總辦事處 查詢電話： 2861 0283	精神健康服務 http://www.cfsc.org.hk/tc/service?id=8
香港神託會	總辦事處 查詢電話： 2790 3891	精神健康社區支援服務 http://www.stewards.org.hk/mental-health-community-support-services 青少年精神健康服務 http://www.stewards.org.hk/teen-mental-health-services

機構名稱	聯絡方法	網址
香港心理衞生會 - 傅德枌輔導及發展中心	查詢電話：3583 1196	http://www.mhahk.org.hk/chi/sub2_1_service_1_5.htm
浸信會愛羣社會服務處 TEEN 情計劃	查詢電話：2386 1717	https://www.bokss.org.hk/integrated-mental-health-services/service?id=200
「港講訴 Time to Heal」計劃	查詢電話：9010 2980 電郵：timetoheal@hkcss.org.hk 星期一至五上午 10 時至晚上 8 時（公眾假期休息） ＊辦公時間外可以 WhatsApp 或電郵查詢詳情	https://www.timetoheal.org.hk/

（以上名單未能盡錄所有機構）



美孚長者中心—義工嘉許禮

情緒及精神健康支援熱線

機構名稱	服務性質	聯絡方法
社會福利署	熱線服務 24 小時	2343 2255
醫院管理局	精神健康專線 24 小時	2466 7350
利民會《即時通》 精神健康守護同行計劃	熱線服務 24 小時 （專人接聽）	3512 2626
生命熱線	熱線服務 24 小時	2382 0000
香港撒瑪利亞防止自殺會	熱線服務 24 小時	2389 2222
撒瑪利亞會	中文及多種語言 防止自殺熱線 24 小時	2896 0000
明愛向晴軒	熱線服務 （家庭危機）	18288



寶雅幼兒學校—『故事媽媽』活動



寶雅幼兒學校—30 週年感恩慶祝活動

情緒及精神健康支援熱線

機構名稱	對象	網址
香港心理衞生會 - 傅德枌輔導及發展中心	受情緒困擾的人士	(Android) (IOS)
浸信會愛羣社會服務處 TEEN 情計劃	需要情緒支援及有自殺傾向人士	https://chatpoint.org.hk/#/home
香港青少年服務處 一微 ^_^ 米網上青年支援隊	青少年	https://esmiley.hkcys.hk/
聖雅各福群會 港島區網上青年支援隊 — 第六點	在網絡上處於高危或隱蔽的 6-24 歲青少年及其家人	https://www.cyberyouth.sjs.org.hk/

（以上名單未能盡錄所有機構）



厚恩堂家庭活動中心—家長聚會



厚恩堂家庭活動中心—青少年 VX 球

結語

方向正確

「關懷社會」的動機，或需要像耶穌基督「道成肉身」般，成為社會中的一份子，身體力行服侍有需要的社區群體！



實際行動

實踐愛心，獻出自己一份微小力量來回應神所愛的鄰舍！並非只是純粹關心的心態。

關懷社會

這樣教會便能於公民社會上主動地發揮「見證」神的角色，以致人能看得見上帝！

禱文



親愛的主！

祢在世上常教導我們要愛別人，特別是愛我們的鄰舍！

求主幫助我成為一個聽道行道的人了，讓我們有愛、有關懷鄰舍的心，努力為主與鄰舍傳福音作見證！

主啊！求祢讓我們心存謙卑，在生活中遵主祢旨意而行，做個蒙神喜悅的人，

也求主祢恩待祢的百姓，賜福給努力實踐愛鄰舍、心存正直、常常遵守祢命令的人。

求主與我們同在，聽我們祈禱，奉主名求，阿門。

回應表格

我願意透過捐款支持播道會的社會服務

☐ 捐款用途：（可選多於一項）

☐ 支持播道會的照顧者支援服務

☐ 支持播道會的長者服務

☐ 支持播道會的幼兒服務

☐ 支持播道會任何社會服務

捐款金額：

☐ 港幣 100 元 ☐ 港幣 500 元 ☐ 港幣 1,000 ☐ 其他：港幣＿＿＿＿＿＿元

捐款方法：

1. 直接存入社會服務辦事處戶口（滙豐銀行： 002-2-439970），並將入數紙正本郵寄至播道會社會服務辦事處 * 或 Whatsapp 至 2715-9684，並影印一複本留底；或
2. 郵寄劃線支票至播道會社會服務辦事處 *，支票抬頭請填寫：香港基督 教播道會聯會社會服務辦事處。

聯絡資料

姓名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿ 聯絡電話：＿＿＿＿＿＿

電郵：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

通訊地址：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

所屬堂會：

九龍尖沙咀金巴利道 25 號長利商業大廈 14 樓 播道會社會服務辦事處

如有查詢，可電郵致 frankie@ess.org.hk 或於辦公時間致電 2715-9683 與陳朝忠先生聯絡。



基督教播道會
社會服務辦事處

www.ess.org.hk