



活動簡報

2023-24年度

輔導小組



友你同行社交小組(一/二)

透過不同遊戲構建社交情境，讓運動員從中學習及實踐社交技巧。

社交小組(一)



社交小組(二)



自信心小組(一/二)

透過遊戲體驗及分享，
提升運動員與群體相處的技巧，
改善解決問題能力，
強化自信心及自尊心，
以達致個人成長。

自信心小組(一)



自信心小組(二)



I am
CONFIDENT



活動簡報

2023-24年度

互助/義工小組 (運動員)

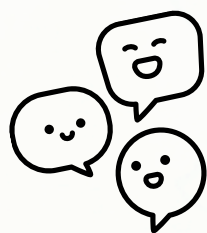
精英運動員互助小組

透過活動及工作坊，
(包括個人管理、人際關係、身心健康及團隊建立等)
加深運動員對自己的認識，
建立正面態度；
並透過與其他運動員交流，
互相學習及支持，
建立支持網絡。

POSITIVE

運動員互助同行小組

為潛質運動員建立互助支持網絡，
透過各項目運動員之間的相處
及分享，
從而刺激彼此的學習及成長，
增強心理情緒支援，
為他們帶來正面影響。





活動簡報

2023-24年度

互助/義工小組

(家長)



家長互助小組

家長互助小組為家長提供一個
舒緩身心的平台，
透過不同形式的聚會和活動，
讓參加者可以彼此分享感受和經驗、
互相扶持鼓勵，建立支援網絡。



家長義工小組

組織家長建立支援網絡，
並透過聚會豐富家長體驗，
同時讓他們各展所長，
為有需要人士提供支援，
發揮助人自助精神。

SUPPORT





活動簡報

2023-24年度

支援活動(教育)



理「性」討論講座



有「營」系列
-煮食篇-



「運動展自信」教室



中醫與精神健康



活動簡報

2023-24年度

指導與輔導 (放鬆)

靜心禪繞



自然手作體驗



靜觀書法



苔玉工作坊



活動簡報

2023-24年度

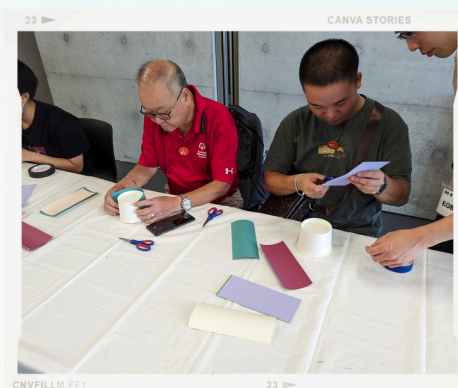
發展和社交活動



2023 SOHK x SOM 澳門考察交流團



M+藏品通達遊



活動簡報

2023-24年度

發展和社交活動



「友里齊撐特奧」襟章設計比賽



有「營」系列 ~秋季烹飪比賽~



有「營」食譜





活動簡報

2023-24年度

發展和社交活動



聖誕聯歡會檔主大招募



聖誕聯歡會

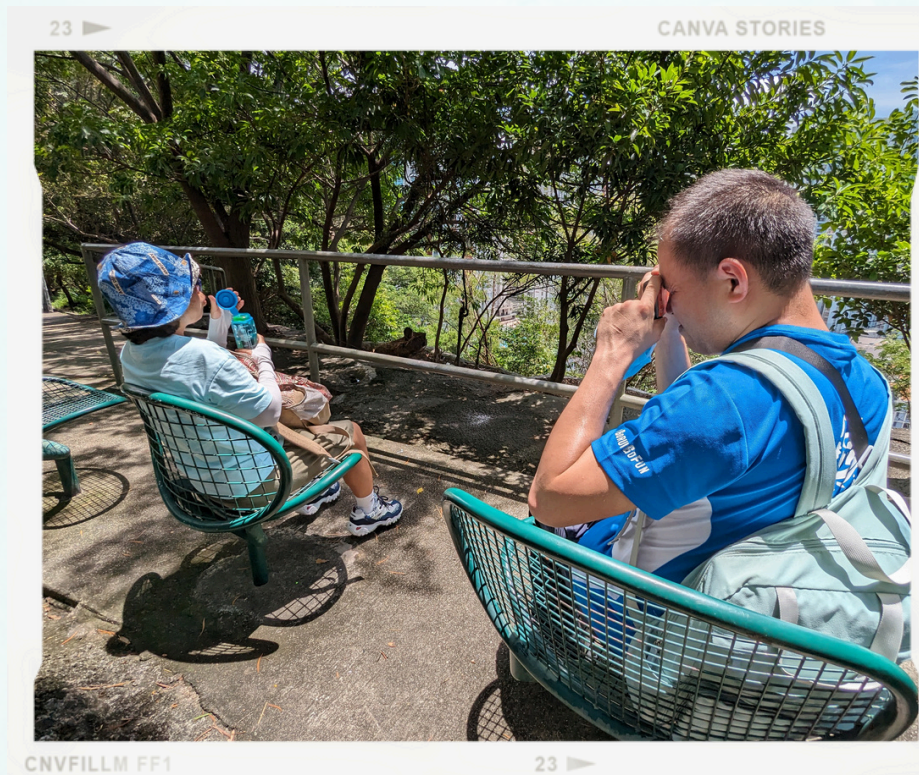




活動簡報

2023-24年度

發展和社交活動



慢活菲林體驗系列



親子高爾夫球體驗



親子芬蘭木棋體驗



划龍舟



活動簡報

2023-24年度

發展和社交活動



母親節皮革手袋
DIY工作坊



父親節皮革工作坊



新春書畫創作



新春賀卡工作坊



活動簡報

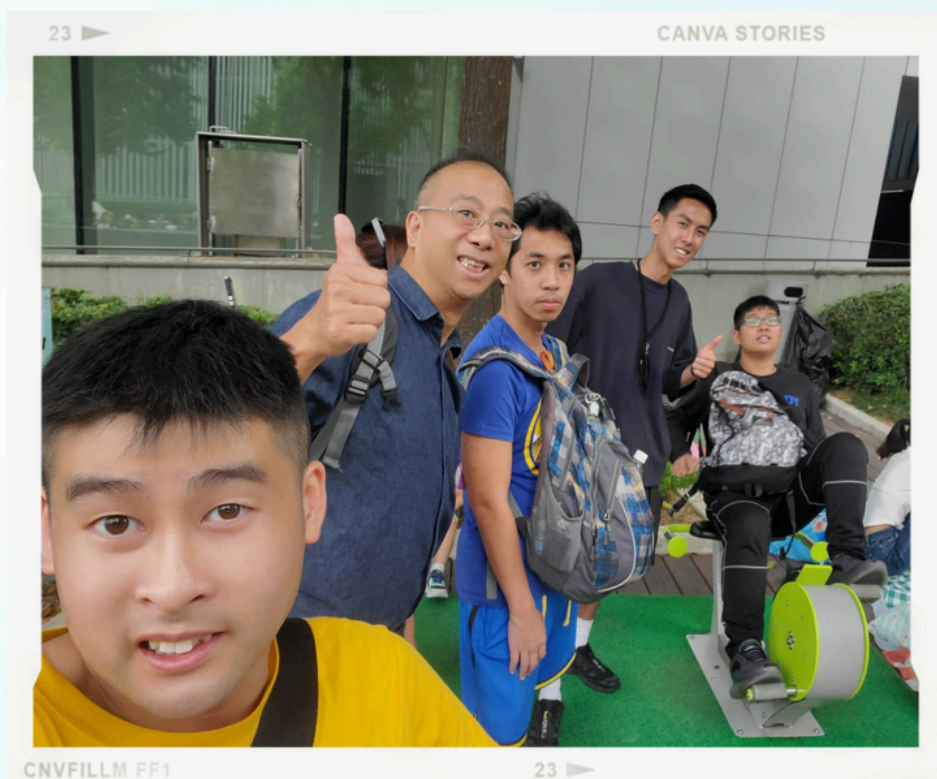
2023-24年度



發展和社交活動 (地區合作)



親子新興運動體驗日



邊行、邊玩、邊打卡
AMAZING RACE



親子郊遊系列
- 友里樂郊遊 -



活動簡報

2023-24年度

其他活動



第五屆香港國際飛鏢節 朗晴關愛慈善杯隊際賽

