



幸福實驗室

相信城市雖然有很多挑戰,但同時蘊藏無限機會。

2024年1月
NEWSLETTER通訊

總幹事的話

新年快樂! 踏入2024年,是充滿挑戰的一年,眼見香港的社會氛圍,尤其是青少年面對的,如學業、家庭、前路、情緒和人際關係等等事情,我們抱著一顆急切和火熱的心,有很清晰的方向— CityLab要繼續開拓服務、聯繫一班有心的教育工作者、招募友師、推動教會轉化、長期關顧幾百個基層學生以至其家庭、為基層學生籌款、投入社區服侍.....在內部資源緊絀及外圍經濟不景的形勢下,事工每步都殊不容易。

然而十分感恩,神的帶領往往在挑戰和困難中,特別顯得真實和奇妙。這也是CityLab一路走來的見證。在CityLab邁向五周年的同時,願我們有約書亞和迦勒作為探子時的眼光,能夠憑信心喊出:「我們立刻上去得那地吧!我們足能得勝!」(民數記13:30) Hallelujah感謝主,願有份參與CityLab事工的每一位,包括你,在新一年中也一同蒙福。

Mabel 蔡美寶

成功解鎖 RE: Challenge 五天台東遊歷



2023年聖誕假期,我們有點期待又有點緊張地踏上台灣探索之旅。

在一行20多人的團隊中,有不同特質的同學,有些寡言害羞、有自信不足、有害怕孤獨、有情緒壓抑、有天真爛漫、有我行我素.....但每個人都有一個故事,見到他們很真實和可愛的一面。

透過日夜相處、合作解難、擁抱挑戰、探索從未踏足的城市,我們見到每一位同學都在蛻變。

[了解更多 >](#)

「我未必可以幫到你,但我會陪著你」 《年少日記》電影放映活動



2023年12月10日CityLab x 全康澄心基金會合作舉辦電影《年少日記》電影放映活動,讓大家重新反思家庭關係和年輕人所面對的壓力。

在映後分享會上,輔導員細心聆聽了家長和同學們的分享,為他們提供了抒發情感的出口。《年少日記》的導演卓亦謙先生在分享會上,坦誠地分享自己的經歷,讓大家關注身邊人的情緒狀況。他亦寄語學生多表達自己、關懷他人,且堅持追求夢想。

[了解更多 >](#)



播道書院家長教師會義賣日 挑戰「GROW」難度

感謝播道書院家長教師會的邀請,讓我們參與12月16日舉行的PTA Fun Day,活動使我們有機會設計攤位遊戲,給同學們挑戰自我!

看到同學們玩得投入又開心,未到遊戲結束的一刻都沒有放棄。感謝學校讓我們於當天進行義賣活動,亦十分感激家長教師會的熱心家長義工製作食物,一同出力為CityLab兒童發展基金的基層學生籌款。

[了解更多 >](#)

幸福故事集02

為一雙鞋着急的導師

Andy在2022年中加入幸福實驗室成為導師,與近50名學生同行,這一年以來,讓他深深地體會基層家庭的困難和需要。對於一般家庭來說,父母相對容易就能提供孩子所需要的東西,但對於低收入家庭卻是一個奢望。

阿凱是一位個性內向的中二學生,來自低收入家庭,一家五口住在北區的公屋。他熱愛足球,一年多前成功加入學校的足球隊,並認識了一些志同道合的好朋友。可是,他僅有的一對球鞋因穿得太多而破爛了,亦由於家中財政緊絀,根本無法為他購買一對新球鞋.....

[了解更多 >](#)



What's Next! 活動預告 STAY TUNED!

1-6月 「家長Gym」系列免費講座



每月講座內容包括身心平靜練習、教養內容分享及管教技巧示範及練習等。

講座內容豐富實用,讓家長鍛鍊自己的平靜,情緒及教養技巧,成為孩子情緒的引導者!

費用全免 [按此報名](#)

3月 30日無限挑戰



透過挑戰一起實踐進念思維的「潛能可長」及「持續努力」,與努力中的同學們同行、為他們集氣;並為基層同學籌款、為到他們的成長路上送上幫助。



詳情稍後公佈

4月 RE:Challenge

RE:Challenge復活節海外遊歷

一個探索式的海外遊歷計劃,讓學生通過探索和開發新的經驗和個人能力,帶來生命成長和轉化。

強調學習如何回應並擁抱挑戰,並以成長心態去重複挑戰自己,包括挑戰能力極限、不擅長的領域、未發掘的潛能和固有的想法等。

復活節和暑假遊歷團現正接受報名,歡迎向我們索取各遊歷團行程資料。

[按此觀看Re:Challenge介紹影片](#)



[了解更多](#)

支持我們



“幸福不是必然的,而是需要栽種的。”

感謝大家支持兒童發展基金計劃,透過兒童發展基金計劃,持續為有需要的孩子謀求幸福。

沒錯,幸福不是必然的,而是需要栽種的。大家走的每一步、說的每一句話、流的每一滴汗都會積累成力量,讓每一位孩子明白人間有愛,亦幫助他們從內而外轉化自己,成為真正有力量的人,學會將來繼續建立自己和成就別人。

「千里之行,始於足下。」,喻意我們眾志成城,為香港的孩子多走幾步。能與大家一起昂首闊步,實在是我們幸福實驗室一眾同工的榮幸。祝願大家身體健康,生命越走越有意義,越走越幸福。

進念思維計劃顧問 播道書院 盧偉成校長

你願意幫助基層學生成就夢想嗎? [捐款支持 >](#)



在幸福實驗室的字典中,
沒有失敗,只有未成功 (NOT YET)。

WWW.CITYLAB.HK

CityLab HK | @citylab.hk

九龍長沙灣道 681 號貿易廣場 811-813室 | info@citylab.hk | 5599 0015

願主耶穌基督的恩典在你們心裡! 腓立比書 4:23