

抱負：凝聚傷青力量，發揚自助精神，透過倡導平等機會，拓展康復服務，營辦社會企業，達致協助殘疾人士全面融入、參與及回饋社會。

傷青快訊

雙月刊

www.hkfhy.org.hk

04月
2019年

號



『傷健共融，各展所長』

青/少/年/計/劃

嘉許禮



『傷健共融』

『各展所長』青少年計劃

嘉許禮

由勞工及福利局主辦、香港傷殘青年協會(傷青會)籌辦的「傷健共融，各展所長」青少年計劃於2018年9月至2019年2月期間走訪多間中小學及大專院校，透過以下五項教育活動讓青少年認識聯合國《殘疾人權利公約》的精神和核心價值、親身接觸及體驗殘疾人士的日常生活，以及與殘疾人士交流分享，藉以提升青少年對殘疾人士的權利、需要和潛能的認識和了解：

- (1) 工作坊 完成了超過200場工作坊，超過5,000人次參與
- (2) 青年活動日 舉行了60次青年活動日，超過6,000人次參與
- (3) 巡迴展覽 在全港超過10間中小學及大專院校舉辦了多場巡迴展覽
- (4) 青年大使培訓 50位青年大使經過100小時培訓，並完成了25小時的義工服務
- (5) 嘉許禮 於2019年2月24日舉行，向參與計劃的青年大使作出勉勵和嘉許，亦向社區人士推廣傷健共融信息



傷青會於學校進行教育工作期間，收集及總結超過1,000位中小學生對視障、聽障及肢體傷殘人士各10個常見疑問，例如：「視障人士怎樣辨認男女廁所？」、「聽障人士可否用電話聊天？」、「電動輪椅人士都可以坐飛機？」，並已於2019年2月16日舉行新聞發布會，公布這30條與殘疾人士生活息息相關的問題，從而了解時下青少年對殘疾人士的認識和印象。席間有多間傳媒進行採訪及報導。

「傷健共融，各展所長」青少年計劃嘉許禮推行雖然只有短短半年時間，但成績有目共睹，實在是得來不易；計劃雖然完結，但並不表示推動傷健共融的工作告一段落，所有曾經參與本計劃的年青人，將會繼續發揮所學，貢獻社會。傷青會熱切期望計劃的精神得以延續，繼續為推動聯合國「殘疾人權利公約」而努力。

整個計劃的精彩花絮，以及關於「殘疾人士30問與答」的內容，歡迎瀏覽傷青會網頁：<http://www.hkfyh.org.hk/zh/rehab/main/4-1/>



有冇諗過去旅遊，都可以幫助殘疾人士，為傷青會推動普及運動的發展出一分力？

透過傷青會專屬 QR Code 前往旅遊網站訂購你心水嘅機票同埋酒店房，無需額外登記，又可以保留到網站提供的所有優惠；旅遊網站就會捐款回饋傷青會，以發展殘疾人士普及運動。



請大家幫手將呢個訊息宣揚出去，呼籲你住響各地嘅親朋戚友用手机啱以下各個傷青會專屬嘅二維碼 (QR Code)，去以下網站訂購酒店和機票，同時捐款予傷青會推動殘疾人士普及運動！



《去旅遊，助傷青》計劃是由傷青會及 iBonus to Community 合作推動。

扶輪傷青 齊敬老

二零一九

協會將於2019年6月9日(星期日)與九龍東北扶輪社合作舉行一個名為「扶輪傷青齊敬老2019」的活動。是次活動的目的希望透過粵曲表演，以宏揚中國文化藝術並帶出傷健共融的概念。香港傷殘青年協會與九龍東北扶輪社為了鼓勵更多參加者可以欣賞到精彩的粵曲演出，故將會資助所有參與的人士在北角富臨皇宮享用午膳並獲免費派發福袋一個，內有日用品及紀念品予每一位參與的人士。詳情如下：



目的 透過粵曲表演，以宏揚中國文化藝術、推廣殘疾人士普及運動和藝術活動籌募運作經費。

日期 2019年6月9日(星期日)

時間 用膳時間：10:00-12:00(北角富臨皇宮)
表演時間：12:30-17:00(北角新光戲院)

地點 富臨皇宮(北角英皇道438號地下)
新光戲院大劇院(北角英皇道423號)

名額 40人

費用 每位港幣\$40

對象 會員、家屬、陪同者

交通 自行到達，自行離開

報名 填妥下列表格，郵寄至九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號總辦事處 或 傳真至 2338 5112

1. 如過往從未參加扶輪傷青齊敬老粵曲欣賞活動人士，其報名表格將會優先處理。
2. 溫馨提示：由於場地的限制，新光戲院大劇院內不設有斜道及斜板，不便之處，敬請原諒！

截止日期：2019年4月22日(星期一)

查詢：朱先生/鄭小姐(2338 5111)

「扶輪傷青齊敬老2019」報名表格

A. 參加者資料

姓名：	會員證編號：	<input type="checkbox"/> 殘疾 <input type="checkbox"/> 健全
性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	年齡：	會否有陪同者？ <input type="checkbox"/> 會(陪同者人數不多於1名) <input type="checkbox"/> 否
*輔助工具： <input type="checkbox"/> 助行架 <input type="checkbox"/> 手杖 <input type="checkbox"/> 腳架 <input type="checkbox"/> 義肢 <input type="checkbox"/> 不需要輔助工具 <input type="checkbox"/> 其他_____		
電話號碼：	地址：	

B. 陪同者資料(陪同者人數不多於1名)

姓名：	性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	年齡：
電話號碼：	殘疾情況： <input type="checkbox"/> 殘疾 <input type="checkbox"/> 健全	
*輔助工具： <input type="checkbox"/> 輪椅(<input type="checkbox"/> 可過位 <input type="checkbox"/> 不可過位 / <input type="checkbox"/> 電動輪椅) <input type="checkbox"/> 助行架 <input type="checkbox"/> 手杖 <input type="checkbox"/> 腳架 <input type="checkbox"/> 義肢 <input type="checkbox"/> 不需要輔助工具 <input type="checkbox"/> 其他_____		
報名者/監護人簽名(18歲以下人士需取得監護人同意)：		
緊急事故聯絡姓名：	電話：	

溫馨提示：由於場地限制，新光戲院大劇院內並不設有斜道、斜板及輪椅使用者專用位置，不便之處，敬請原諒！

傷青 曲藝團

好
消
息

傷青曲藝團誕生了，如果你對粵曲有興趣，請快快填寫申請入團表格參加，我們將會舉辦培訓、表演、比賽、觀摩和交流等活動，你萬萬不能錯過啊！



傷青曲藝團 - 申請入團表格

姓名：_____ (中文) _____ (英文)

性別：_____ 年齡：_____ 身份證號碼 (英文字母加首3位數字)：_____

手提電話：_____ 住宅電話：_____ 電子郵箱：_____

身體情況： 肢體傷殘 健全人士

輔助工具： 手推輪椅 電動輪椅 助行架 手杖 腳架 不需要

其他 (請註明) _____

唱粵曲經驗：_____ 年 表演經驗： 有 無

對那些中樂樂器有興趣 (可多項，請列出)：

對那些中樂樂器有認識 (可多項，請列出)：

申請人簽署：_____ 日期：_____

備註：報名後需經傷青曲藝團核實，才可正式成為團員，團員將會自動加入傷青曲藝團群組；若退出曲藝團則會被剔出群組。

傷青曲藝團專用

此申請表格已被 接納 拒絕

核實人簽署：_____ 日期：_____

備註：_____

*填妥下列表格，郵寄至九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號總辦事處 或 傳真至 2338 5112

*查詢：2338 5111

本會主席吳家榮醫生擔任六合彩監票嘉賓

應香港賽馬會邀請，香港傷殘青年協會理事會主席吳家榮醫生，於2019年3月3日晚上到沙田馬場擔任六合彩攪珠電視直播節目的現場監票嘉賓。當晚監票嘉賓尚有中華總商會會董蔡偉石先生，MH。作為獎券基金受惠機構之一，直播節目亦介紹了傷青會所提供的各項服務及社企業務，同時宣傳本會將於2019年10月13日在青衣海濱公園舉行的《健障行·共融·運動同樂日》活動。



傷青元老新春聚會

農曆新年在傳統文化當中象徵團圓歡聚，傷青會一眾元老亦藉著這個機會，於2019年2月23日於元老胡玉庭先生府上聚首一堂，互相問好，在回顧本會過去近半世紀的同時，亦展望本會未來前景。本會在此謹祝願各位元老身心康泰，萬事勝意！

IN142《Jade, Summer, Tracy》慈善舞蹈匯演

2019年2月10日晚上7時正，香港傷殘青年協會行政總監劉家倫先生與協會職員應主辦單位IN142邀請，前往九龍灣興力工業中心6樓1室出席《Jade, Summer, Tracy》慈善舞蹈表演，並擔任主禮嘉賓。主辦活動的Jade、Summer、Tracy是三個充滿熱誠，且醉心各種舞蹈藝術的年青人，期望透過舞蹈令身邊每一個人感受到生命的可貴及熱烈，並將傷健共融的訊息推廣開去。當晚除了有精彩的舞蹈表演外，亦有精湛音樂及輪椅舞蹈表演，使在場觀眾目不暇給。協會將運用活動收益推動殘疾人士參與各種體藝活動。



情人節玫瑰花慈善大募捐2019

一年一度的情人節玫瑰花慈善大募捐活動已於2月14日順利完成。是次活動分別在沙田、樂富、旺角、灣仔中環廣場、中環、銅鑼灣及尖沙咀等地順利舉行，本會在此衷心感謝參與是次活動的義工團體香港愛心魔法團、各位參與義工服務的會員，以及提供場地的中環廣場。對這次情人節玫瑰花慈善大募捐活動的熱心及鼎力支持，情人節玫瑰花慈善大募捐2019經已圓滿結束，請大家繼續支持傷青會的籌募活動。



灣仔區發展、規劃及道路交通安全嘉年華

本會於2019年1月6日下午應邀出席由灣仔區議會屬下發展、規劃及交通委員會及香港宋慶齡鑰匙培訓基金會合辦的「2019年度灣仔區發展、規劃及道路交通安全嘉年華」，並到場設置《無障礙宗教Guide》遊戲攤位。

活動邀得灣仔民政事務專員陳天柱太平紳士、灣仔區議會主席吳錦津BBS, MH、灣仔區議會李均頤議員, MH等嘉賓蒞臨主禮，同時頒發感謝狀予超過30個參與表演及設置攤位的團體；本會總辦事處職員上台接受主辦單位的感謝狀。透過攤位遊戲，一眾參與的灣仔街坊能對交通安全以及傷健共融的訊息加深了解。

黃大仙社區和諧共融同樂日

香港傷殘青年協會較早前獲得黃大仙下邨(二區)管理諮詢委員會的撥款，於2019年1月19日下午，在黃大仙龍趣園何鴻燊公園舉行了「黃大仙社區和諧共融同樂日」嘉年華。本會有幸邀請到黃大仙區議員李東江先生、龍和樓互助委員會副主席黃志材先生及龍福樓互助委員會主席周勵昌先生是次活動的嘉賓；本會副主席溫兆雄先生是本次嘉年華的主禮嘉賓。溫兆雄先生在開幕詞中表示，希望透過這一次有意義的活動，不僅在社區推廣社區和諧的訊息外，亦希望將傷健共融的概念在社區廣為宣揚。

是次活動邀請到高雷中學、香港衛聰聯會、香港視網膜病變協會、聖母潔心會黃大仙幼稚園擔任表演團體，為街坊獻上各類精彩表演。除此以外，本會政策倡導計劃、傷青動力學堂、東華三院群芳啟智學校、樂活身心靈、柏力與確志協會亦到場設置攤位。本會亦分別邀請義務工作發展局及香港專業護理學會為本會提供攝影及急救服務。

表演團體的賣力演出，以及多姿多彩的攤位遊戲，令一眾黃大仙街坊度過了一個充滿歡樂氣氛的下午。



「藝恆愛心南昌新春盆菜宴2019」

2019年1月19日晚上，藝恆愛心行動與深水埗左鄰右里關愛社、南昌北居民協會及南昌東之友合辦「藝恆愛心南昌新春盆菜宴2019」，與深水埗街坊、長者及復康團體慶祝新歲，大會邀請到九龍西立法會議員陳凱欣女士及鄭泳舜先生等人擔任主禮嘉賓。大會除了預備豐富美味的盆菜，亦安排多個精彩表演項目及唱歌表演，大會還預備了幸運大抽獎，與居民歡渡一個愉快的晚上。本會感謝藝恆愛心行動在本會全港賣旗日的傾力奉獻，以及大會的誠摯邀請。

和森財務發展公司週年誌慶

應和森財務發展公司邀請，香港傷殘青年協會行政總監劉家倫先生與總辦事處職員在2018年1月24日晚上到尖沙咀出席其週年誌慶活動，並藉此機會宣傳協會社企業務及服務。在此，本會衷心感謝和森財務發展公司的慷慨捐贈。



診所殘疾泊車位情況

	診所名稱	診所地點	查詢電話	殘疾車位	備註
香港島	香港仔賽馬會普通科門診診所	香港仔水塘道10號	2555 0381 / 2555 0382	1個	
	柏立基夫人普通科門診診所	北角七姊妹道140號一樓	2561 6161	x	門口停車場有十幾個錶位
	鴨脷洲普通科門診診所	鴨脷洲大街161號	2518 5610	x	三樓職員停車場內有一個位只供上落
	環翠普通科門診診所	柴灣環翠邨第12座地下	2897 5527	x	可泊在環翠邨停車場
	筲箕灣賽馬會普通科門診診所	筲箕灣柴灣道8號一樓	2560 0211	P	向保安員出示傷殘人士泊車證可以停泊
	東華東院普通科門診診所(東華東院)	銅鑼灣東院道19號東華東院主座大樓地下	2162 6022 / 2162 6023	1個	大球場與東院之間有收費停車場
	柴灣普通科門診診所	柴灣康民街1號地下	2556 0261	1個	
	貝夫人普通科門診診所	灣仔皇后大道東282號鄧肇堅醫院社區日間醫療中心地庫高層	3553 3116	x	愛群道有泊車位
	西灣河普通科門診診所	西灣河太康街28號一樓	3620 3314	x	診所門口有一個錶位，另外職員停車場內有一個位只供上落
	西營盤賽馬會普通科門診診所	香港西營盤皇后大道西134號	2859 8203	x	
	堅尼地城賽馬會普通科門診診所	堅尼地城域多利道45號	2817 3215	x	
	中區健康院普通科門診診所	中環九如坊1號	2545 1485	x	
	赤柱普通科門診診所	赤柱黃麻角道14號地下	2813 6741	x	
	東華醫院普通科門診診所(東華醫院)	上環普仁街12號東華醫院鶴堅士樓地下	2589 8518	2個	先到先得，通常很多人用
九龍東	東九龍普通科門診診所	鑽石山斧山道160號	2320 4240	x	
	順利普通科門診診所	順利邨利富樓地下	2343 0247	x	
	觀塘社區健康中心	觀塘協和街60號地下高層	2389 0331	x	
	牛頭角賽馬會普通科門診診所	九龍牛頭角定安街60號地下	3518 7710	1個	
	藍田分科診所普通科門診診所	藍田啟田道99號	2346 2853	1個	
	九龍灣健康中心普通科門診診所	九龍灣啟仁街9號一樓	2116 2812	x	
	柏立基普通科門診診所	新蒲崗太子道東600號	2383 3311	x	職員停車場只供上落，最近停車場在譽港灣
	橫頭磡賽馬會普通科門診診所	橫頭磡聯合道200號	3143 7100	1個	有人泊左就無
	香港佛教醫院普通科門診診所(香港佛教醫院)	樂富杏林街10號香港佛教醫院A座低層	2339 6117	.	同保安講，會讓你在附近泊車
	聖母醫院家庭醫學診所(聖母醫院)	黃大仙沙田坳道118號聖母醫院門診大樓地下	2354 2267	1個	
伍若瑜普通科門診診所	慈雲山雙鳳街55號	2325 5221	x		
九龍西	南山普通科門診診所	南山邨南堯樓地下	2779 5688	x	南山邨有收費停車場
	西九龍普通科門診診所	長沙灣道303號長沙灣政府合署地下	2150 7200	x	沒有停車場
	長沙灣賽馬會普通科門診診所	長沙灣廣利道2號	2387 8211	x	街邊有錶位
	明愛醫院家庭醫學診所(明愛醫院)		3408 7001	2個	
	廣華醫院全科門診診所(廣華醫院)	九龍窩打老道25號廣華醫院東華三院徐展堂門診大樓1樓	3517 2981	x	登打士街中醫部門口有傷殘人士泊車位
	油麻地賽馬會普通科門診診所	油麻地炮台街145號一樓	2272 2400	x	油麻地政府停車場在對面
	李寶椿普通科門診診所	旺角鴉蘭街22號	2393 8161	3個	
	中九龍診所	旺角亞皆老街147號A	2762 1456	1個	
	順德聯誼會梁鋸琚診所	九龍城馬頭圍道165號土瓜灣市政大廈暨政府合署2樓	2715 9538	.	打電話給診所，可安排泊車
	紅磡診所	紅磡差館里22號	2353 3811 / 2353 3812	x	
石硤尾普通科門診診所	石硤尾巴域街2號	2788 3023	x		
李基紀念醫局	九龍城賈炳達道99號	2382 1096	x	可到附近的九龍城廣場停車場	
新界東	粉嶺家庭醫學中心	新界粉嶺璧峰路2號粉嶺健康中心1樓	2639 4601	x	
	圓洲角普通科門診診所	沙田插桅杆街29號地下	2647 3383	x	
	馬鞍山家庭醫學中心	馬鞍山西沙路609號地下	2644 5521	1個	不可泊太耐，若有人需要用會開咪叫你走
	大埔賽馬會普通科門診診所	大埔汀角路37號地下	2664 2039	x	
	王少清家庭醫學中心	大埔寶湖里1號地下	2658 9182	1個	
	瀝源普通科門診診所	沙田瀝源街9號地下	2692 8730	x	診所門口的士站後有一個錶位，另外職員停車場內有一個位只供上落
	打鼓嶺普通科門診診所	打鼓嶺坪輦路136號政府綜合大樓打鼓嶺鄉村中心地下	2674 4283	x	
	石湖墟賽馬會普通科門診診所	上水石湖墟馬會道108至130號地下	2670 0211	x	
	沙田(大圍)普通科門診診所	沙田大圍文禮路2號地下	2691 1618	1個	
	沙頭角普通科門診診所	沙頭角公路58號地下	2674 0231	1個	
將軍澳賽馬會普通科門診診所	將軍澳寶林北路99號地下	2701 9922	x	診所後面的收費停車場有傷殘位(魷魚灣村)	
將軍澳(寶寧路)普通科門診診所	將軍澳寶寧路28號地下	2191 1083	1個		

診所名稱	診所地點	查詢電話	殘疾車位	備註
錦田診所	石崗錦田路200號	2488 1437	x	
元朗賽馬會健康院	元朗青山公路269號	2443 8511	x	
屯門診所	屯門新墟青賢街11號	2452 9111	x	
屯門湖康診所	屯門湖康街2號	2458 3788	x	
天水圍(天業路)社區健康中心	天水圍天業路3號	3124 2200	2個	時租停車場
天水圍健康中心(天瑞路)	天水圍天瑞路3號	2448 5511	1個	
容鳳書健康中心	元朗西菁街26號	2443 8400	x	職員停車場內有一個位只供上落
仁愛普通科門診診所	新界屯門屯利街六號地下	2404 3700	x	
索罟灣普通科門診診所	南丫島索罟灣第二街1號地下	2982 8350	/	離島
北南丫普通科門診診所	榕樹灣大街100號地下	2982 0213	/	離島
坪洲普通科門診診所	坪洲聖家路1號A地下	2983 1110	/	離島
青衣長康普通科門診診所	青衣長康邨長康商場3樓	2943 8100	x	商場有停車場，但停車場去診所有樓梯
青衣市區普通科門診診所	青衣青綠街21號	2434 6205	x	診所裝修中
長洲醫院普通科門診部(長洲醫院)	長洲東灣長洲醫院路長洲醫院門診大樓1樓	2986 2100	/	離島
伍若瑜夫人普通科門診診所	梨木樹和宜合道310號	2487 1211	x	有咪錶位
下葵涌普通科門診診所	葵涌麗祖路77號	3651 5411	x	
南葵涌賽馬會普通科門診診所	葵涌葵盛圍310號	2615 7333	1個	在停車場內
仁濟醫院全科診所(仁濟醫院)	荃灣仁濟街7-11號仁濟醫院C座3樓	2417 8825 / 2417 8203	1個	
方逸華普通科門診診所	西貢萬年街23號地下	2792 2601	x	門口有一個錶位
大澳賽馬會普通科門診診所	大嶼山大澳石仔埗街103號地下	2985 7236	/	離島
北大嶼山社區健康中心(北大嶼山醫院)	大嶼山東涌松仁路8號北大嶼山醫院3樓	3467 7374 / 3467 7000	1個	
梅窩普通科門診診所	大嶼山梅窩銀礦灣路2號梅窩政府合署地下及一樓	2984 2080	x	診所旁有個免費停車場，位置先到先得
北葵涌普通科門診診所	葵涌大白田街125號	2418 8501	1個	
戴麟趾夫人普通科門診診所	荃灣沙咀道213號	2614 4789	1個	

新界西

輪椅出讓

手推輪椅

年份：2014
 保用：10年
 價格：\$1,000
 規格：座位深16.5吋，
 後輪直徑16吋
 聯絡：9086 8896 (徐小姐)



輪椅頭枕出讓

聯絡人：Esther Lau
 電話：9781 8606



助行架

年份：2016年
 價格：\$150
 聯絡：9086 8896 (徐小姐)



K300 電動輪椅

已提升原廠新電池
 坐位闊14吋半，合大多數人
 前輪驅動，上落地鐵無阻礙
 360度原地轉，出入自如
 售\$12800 有意可議
 請電林小姐 93777769



汽車出讓



牌子
 型號
 年份
 顏色
 汽缸容量

行車里數
 新舊程度
 行車證日期

TOYOTA
 ISIS 尾期 ZGM11-G
 2009 制造 2013 落地
 銀
 2000cc Valvematic
 慳油引擎
 201000km
 8成新
 11-07-2019

改裝部份
 其他資料

售價
 聯絡人
 聯絡電話

左腳油門，軟附助球，手動泊車腳制
 0手，7座，電趟門，皮座，返工收工
 泊有蓋，定期保養，專人洗車，冇暗
 病，慳油，已驗車可續一年牌費，免
 匙系統，先鋒藍芽可連手機音響，
 有窗網及車cam。

\$48,000
 陳先生
 93411693

讀者廣告：招請的士司機 招請市區的士早夜間及替工司機一名(右手油門)有意請下午6時後電：5477 0024 (楊先生)

*本會只負責資料刊登，買賣及參與乃屬個別交易，請雙方自行負責。

元朗無障礙設施調查 2018

為深入而全面地了解元朗區內無障礙設施的使用情況，本會獲元朗區議會建立安全社區工作小組撥款，於2018年6至10月開始展開《元朗區無障礙設施調查》計劃。本會招募的殘疾人士與健全人士組成巡查小隊，巡查元朗區內125個地點的公、私營設施，範圍遍及熙來攘往的市區，以及鄉郊地帶。

上述計劃已經順利完成，本會亦在2019年2月22日假元朗區議會舉行了新聞發佈會，向傳媒及公眾發佈調查結果，並獲多家本地主要媒體報導。是次調查中有約八成設施被評為滿意，約兩成設施被評為不滿意。本會期望透過是次調查，喚起區內公、私營機構對無障礙設施的關注，積極改善未達標的地方。

各位會員可於本會總辦事處索取元朗無障礙設施調查2018報告書，或瀏覽電子版：http://www.hkfyh.org.hk/upload/report/121/doc_zh/5c734e0060b67.pdf

本會感謝元朗區議會建立安全社區工作小組的支持，同時感謝為計劃傾力付出的一眾義工。



無障礙宗教 Guide

本會與勞工及福利局合辦的「無障礙宗教 Guide」計劃已經順利完成，並在2019年2月26日上午10時30分在賽馬會活動中心舉行了新聞發佈會，向傳媒及公眾發佈計劃結果。是次計劃共檢視了30個宗教場所的無障礙程度，為行動不便人士帶來出行資訊。

各位會員可於本會總辦事處索取無障礙宗教 Guide 小冊子，或瀏覽電子版：http://www.hkfyh.org.hk/upload/report/122/doc_zh/5c74bc5b053e4.pdf



九龍灣港鐵站B出口天橋橫跨觀塘道的行人天橋 (KF128) 新增升降機

連接九龍灣港鐵站B出口及彩盈邨，並橫跨觀塘道的的行人天橋 (KF128) 現已新增升降機，方便居住於得寶花園、彩盈邨、彩福邨及彩霞邨的居民往來九龍灣港鐵站、德福花園及九龍灣商貿區一帶。



位置：觀塘道北行（九龍灣站B出口近巴士站）

就業服務中心 培訓課程

過去一年，本會就業服務中心(九龍灣啟業邨)與僱員再培訓課程及展亮技能發展中心合辦了多項技能培訓課程，例如：文職訓練、語言課程、資訊科技課程等。

2019-2020年度，本中心亦成功向僱員再培訓局申辦以下課程，讓學員自我增值，提升技能，加強競爭力，如有興趣報讀請致電：2759 6412 / 2137 0520 查詢及登記！！

2019年4-10月課程：

課程名稱	課程編號	開辦日期及時段		每節時間	總時數(小時)
常用英語語法 I 基礎證書(兼讀制)	FY026EG-1	15/5-31/5/2019	逢星期一、三、五 7:00pm-9:40pm	2.5小時/節	20小時
新課程 中藥保健食療知識基礎證書(兼讀制)	FY031HS-1	6/6-25/7/2019	逢星期四、六 10:00am-12:40pm	2.5小時/節	30小時
新課程 婚禮花飾與宴會佈置 I 基礎證書(兼讀制)	FY029HS-1	12/6-10/7/2019	逢星期二、三 2:00pm-4:00pm/ 2:00pm-5:00pm	2小時/節 *1 3小時/節 *8	26小時
新課程 倉頡輸入法基礎證書(兼讀制)	FY028HS-1	29/7-23/8/2019	逢星期一、三、五 10:00am-12:30pm	2.5小時/節	30小時
職業普通話 I 基礎證書(兼讀制)	FY011EG-5	30/8-25/10/2019	逢星期一、三、五 7:00pm-9:40pm	2.5小時/節	60小時

上課地點：九龍灣啟業邨 費用：全免

查詢或報名：2759 6412 / 2137 0520

備註

1. 基本入讀資格：年齡在15歲或以上，及學歷在副學位或以下的香港合資格僱員；報讀就業掛鈎課程申請人必須是失業、待業或失學人士。
2. 每個課程除了基本入讀資格外，不同的課程的入學要求不同，詳情請向職員查詢。
3. 上述內容僅供參考，本中心保留所有更改課程日期、時間等細節的權利。
4. 不設交通接送，需自行往返。

職業訓練局 - 展亮技能發展中心合辦



香港傷殘青年協會

微電影製作 Microfilm Production

課程編號：VC18001

簡介：本課程重點讓學員共同製作微電影(數分鐘的影片)，學員會由故事創作開始，學習一般的攝影及收音技巧，接著會學習使用數碼相機進行拍攝活動，把拍攝的影片作剪接及後期製作等，完成一段屬於自己的微電影。

- 課程內容：
1. 微電影簡介及理論
 2. 故事構思創作(分2-3組)
 3. 劇本創作指導
 4. 教授拍攝收音技巧及鏡頭運用原理
 5. 拍攝指導(在校舍內)
 6. 拍攝指導(在校舍內)
 7. 教授剪接軟件
 8. 剪接及後期製作指導
 9. 剪接及後期製作指導
 10. 完成製作及介紹短片分享平台

日期：27/05/2019 - 26/06/2019 (逢星期一、三)

時間：7:00pm - 10:00pm

地點：職業訓練局 - 展亮技能發展中心(觀塘)

堂數：10堂(每週2節，每節3小時)

入學條件：對微電影拍攝及製作有興趣者

對電腦操作有基本知識

名額：12名(只限本會十五歲或以上之殘疾會員)



費用：\$280(出席率達80%或以上者可獲退還80%學費)

交通：1) 自行往返目的地
2) 需安排復康巴接送

報名方法：填妥活動報名表格後，傳真至2338-0752，或寄回九龍橫頭磡邨宏基樓1-13號地下賽馬會活動中心(需復康巴接送者請註明，輪椅使用者請列明可否過椅。)

截止：29/04/2019(星期一)，翌日進行抽籤。

查詢：胡先生(電話：3112 0351)

備註：1. 依職業訓練局 - 展亮技能發展中心的入學要求：

- 凡報讀以上課程的人士，如是待業階段，必須經展亮技能發展中心評估，方可入讀，如未經評估，會被取消報讀申請；
- 凡現正於展亮技能發展中心報讀日間或夜間任何課程人士，恕未能接受其報讀申請。

灣仔區「友愛同行·共融社區」

體驗活動



主禮嘉賓主持開幕典禮

由灣仔區社區建設及房屋事務委員會與香港傷殘青年協會合辦，勞工及福利局及灣仔區議會贊助的灣仔區「友愛同行·共融社區」體驗日活動，已於2月23日在灣仔修頓球場順利舉行。活動邀請到勞工及福利局副局長徐英偉先生，JP、灣仔區社區建設及房屋事務委員會主席李碧儀議員，MH、副主席鄭琴淵博士，BBS，MH、社會福利區東區及灣仔區福利專員葉巧瑜女士、灣仔民政事務助理專員劉希瑜女士、灣仔區議會活動觀察員張文嵩先生以及本會主席吳家榮醫生蒞臨主禮。



勞福局副局長徐英偉先生，JP參與體驗活動

活動設有多個共融體驗項目，讓參加者體驗和了解殘疾人士在日常生活中的挑戰，透過親身了解讓參加者在日後願意以行動實踐傷健共融。是次活動以「友愛同行·共融社區」為主題，我們相信共融社區並不單只是殘疾人士或某一群體得到關愛便可，而是社區上每一個人都能得到對其固有尊嚴的尊重，這才能達致真正的社區共融。因此，活動亦邀請到來自不同社群組織，包括各復康團體、長者中心、青少年中心、婦女團體、兒童服務機構、少數族裔服務機構等支持和擔任共融遊戲攤位和進行展能表演。



參加者體驗殘疾人士在日常生活中的挑戰



灣仔區社區建設及房屋事務委員會主席李碧儀議員，MH進行輪椅體驗



主禮嘉賓與各嘉賓合照留念



活動中心口琴組精彩演出



大會較早前亦舉行了填色及標語創作比賽，得到區內多間中、小學及幼稚園學生參與，有關填色及標語創作比賽結果及得獎作品如下：

填色比賽 - 幼兒組 得獎名單

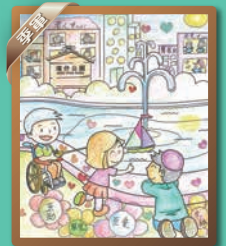
- 優異獎 保良局莊啟程幼稚園幼兒園 蕭浩信
- 優異獎 保良局莊啟程幼稚園幼兒園 李珈瑤
- 優異獎 愛群道浸信會呂碧碧鳳幼稚園 張恩愷
- 優異獎 香港小童群益會樂緻幼兒園暨幼稚園 郭智彥
- 優異獎 香港基督教服務處時代幼兒學校 劉衍揚



麥卓謙
愛群道浸信會呂碧碧鳳幼稚園



何柏泓
保良局莊啟程幼稚園幼兒園



陳熾恩
香港小童群益會樂緻幼兒園暨幼稚園



姚熾男
高主教書院小學部



歐陽皓
軒尼詩道官立小學(銅鑼灣)



梁梵
軒尼詩道官立小學(銅鑼灣)

填色比賽 - 初小組 得獎名單

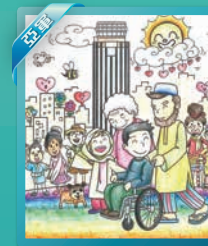
- 優異獎 寶血小學 黃靖恩
- 優異獎 聖保祿學校(小學部) 莊紫瑜
- 優異獎 寶覺小學 羅卓燾
- 優異獎 高主教書院小學部 陳晉申
- 優異獎 東華三院李賜豪小學 張曦月

填色比賽 - 高小組 得獎名單

- 優異獎 官立嘉道理爵士小學 楊宗憲
- 優異獎 聖保祿學校(小學部) 廖敏希
- 優異獎 軒尼詩道官立小學(銅鑼灣) 何佳諾
- 優異獎 高主教書院小學部 劉卓軒
- 優異獎 東華三院李賜豪小學 羅靖鈞



陳顯津
高主教書院小學部



周睿玟
軒尼詩道官立小學(銅鑼灣)



張愷迪
聖保祿學校(小學部)

標語創作比賽 - 初中組 得獎名單 (主題：傷健共融)

傷殘健者為同仁，
平等共融一家人。

黃雅晴
佛教黃鳳翎中學

傷健平等共協作，
互相了解同拼搏。

彭樂泓
皇仁書院

灣仔社區充滿愛
傷健共融無阻礙

郭沅喬
鄧肇堅維多利亞官立中學

- 優異獎 佛教黃鳳翎中學 鍾煜婷
- 優異獎 佛教黃鳳翎中學 洪嘉雯
- 優異獎 佛教黃鳳翎中學 劉澤喬
- 優異獎 佛教黃鳳翎中學 胡錦泳
- 優異獎 皇仁書院 李明滿

標語創作比賽 - 高中組 得獎名單 (主題：社區共融)

社區共融冇難度；
你我都會做得到。

劉銳聰
鄧肇堅維多利亞官立中學

言語種族各不同，
灣仔勝在愛共融。

李麗桃
佛教黃鳳翎中學

懂得包容，
社會共融。

黃諾琳
佛教黃鳳翎中學

- 優異獎 佛教黃鳳翎中學 李康宏
- 優異獎 佛教黃鳳翎中學 蔡澤興
- 優異獎 鄧肇堅維多利亞官立中學 黃浩文
- 優異獎 鄧肇堅維多利亞官立中學 梁焯瑩
- 優異獎 皇仁書院 李展亨

截止日期：2019年4月27日(星期六)
抽籤日期：2019年5月2日(星期日)
報名方法：請填妥活動報名表格後，傳真至2338 0752，或寄回九龍橫頭
磡邨宏基樓地下1-13號 賽馬會活動中心(需復康巴接送者請註
明，輪椅使用者請列明可否過椅)

活動查詢：2337 9311
星期一、三、四及五 上午9:30至晚上9:30
星期二、六 上午9:30至下午5:30



[hkfhycac](#) 活動中心FACEBOOK專頁

今期精選

傷青初夏 Party Day 編號：A1906035

日期：2/6/2019 (星期日) 地點：活動中心
時間：12:00nn - 3:30pm 交通：自行前往/復康巴
對象：肢體殘疾會員
名額：16名(設6名自行前往優先抽籤名額)
費用：會員：\$50(自行前往)/\$70(復康巴)
非會員：\$100(自行前往/中心上車)/\$120(復康巴)
內容：活動中心再度變身為Party Room，誠邀各位一同參與，享用派對
美食，潮玩最新PS4及Switch遊戲、VR虛擬實影體驗、Board
Games對戰、製作精美小手工等，仲有一款適合你，快啲黎報名參
加啦！
查詢：吳先生(Donald)

苔玉製作工作坊 編號：A1906041

日期：22/6/2019 (星期六) 地點：活動中心
時間：2:30pm - 4:00pm 堂數：1堂
名額：10人
費用：會員：\$50(自行前往)
非會員：\$70(自行前往)
交通：自行前往
內容：導師將教授源自日本江戶時代苔玉的
製作方法，是一種無需盆器的種植方
式，以青苔包裹土壤，提供各種植物
生長的所需元素，為家居增添優雅擺
設吧！
備註：圖片只供參考，以導師於課堂教授為準。
查詢：阿豪(Dave)



懶人植物 - 仙人掌培植班 編號：C1905042

日期：18/5、1/6/2019 (星期六) 時間：2:30pm - 4:30pm 地點：活動中心
堂數：2堂 名額：10名 費用：會員：\$50 / 非會員：\$70
交通：自行前往
內容：夏季將至，有很多人都喜歡種仙人掌或多肉植物，放在電腦旁、窗台邊或枱頭，但往往買回來後一兩星期便“拜拜”！
到底仙人掌要如何種植？如何護理才可以？這課程就可一一為大家解答。
課程內容包括：仙人掌基本種植要訣、仙人掌及多肉植物種類介紹、上盆/換盆示範與實習及自行繁殖方法等。
備註：圖片只供參考，以導師於課堂教授為準。
查詢：吳先生(Donald)



外出活動篇

參觀立法會綜合大樓 編號：A1905029

日期：27/5/2019 (星期一) 地點：北角及金鐘
時間：12:00nn - 4:00pm 交通：自行前往/復康巴
名額：15名(設6名自行前往/中心或中途站上車優先抽籤)
[中途站設於北角地鐵站B4出口]
費用：會員：\$110(自行前往/中心或中途站上車)/\$120(復康巴)
非會員：\$130(自行前往/中心或中途站上車)/\$140(復康巴)
內容：中午前往北角百匯軒享用中式
午宴，其後前往立法會綜合大
樓，參觀大樓內的會議設備及
教育設施，包括會議廳的公眾
席、觀景廊及教育廊等，了解
更多香港立法機關的工作
備註：1. 報名時，請列明前往方式
(自行前往/中心或中途站上車)
2. 請穿著輕便服飾及自備飲用水
3. 活動將有麗豪酒店義工一同參與
查詢：阿豪(Dave)



參觀香港電台 編號：A1906030

日期：13/6/2019 (星期四) 地點：九龍廣播道
時間：2:00pm - 5:00pm 交通：自行前往/復康巴
名額：15名(設10名自行前往/中心上車優先抽籤)
費用：會員：\$100(自行前往/中心上車)/\$120(復康巴)
非會員：\$130(自行前往/中心上車)/\$140(復康巴)
內容：前往香港城中大菜廳享用中式午宴，及後前往參觀香港電台，認識電
台廣播及製作的一般程序。
備註：1. 報名時，請列明前往方式(自行前往/中心上車/復康巴)
2. 請穿著輕便服飾及自備飲用水
3. 場地大小有限，只能容許3位輪椅朋友參與
查詢：阿豪(Dave)



外出活動篇

現代化之路：共和國七十年 編號：A1906031

日期：24/6/2019 (星期一) 地點：歷史博物館
 時間：2:00pm - 4:00pm 交通：自行前往/復康巴
 名額：15名 (設8名中心或中途站上車優先抽籤)
 費用：會員：\$10 (中心或中途站上車) / \$20 (復康巴)
 非會員：\$30 (中心或中途站上車) / \$40 (復康巴)

內容：參加者可透過該次展覽欣賞中國國家博物館的館藏，包括畫報、報章、糧票、獎章、證書、藝術品及模型等，並輔以大量珍貴歷史照片，能夠一一回顧中國近代的發展。



備註：1. 活動不設午膳，請參加者自行安排午膳時間；
 2. 展館參觀設有導賞服務；
 3. 請穿著輕便服飾及自備飲用水。

查詢：阿豪 (Dave)

粵曲會知音

日期：26/5/2019 (星期日) 地點：觀塘樂華社區中心
 時間：12:00nn - 5:00pm (待定) 交通：自行前往
 內容：由一眾粵曲班學員進行粵曲精彩演出，憑票免費入場，詳情及取票方法請留意協會網頁、活動中心 Facebook 及中心內通告欄公佈。

音樂篇

無伴奏合唱團 IX 編號：C1905018

日期：27/8 - 8/7/2019 (逢星期一)(1/7除外) 地點：活動中心
 時間：7:30pm - 9:00pm 名額：10名
 堂數：6堂 交通：自行前往
 費用：會員：\$150 (自行前往) / 非會員：\$160 (自行前往)
 內容：無伴奏合唱：意大利語：acappella；而中文音譯：阿卡貝拉，屬於純人聲合唱，參加者無須使用任何工具或樂器，除了主音外的都是由人聲唱出，如低音、和音、人聲敲擊等。
 備註：1. 參加者若出席達80%或以上可獲退還\$50學費；
 2. 曾參與無伴奏合唱團VIII優先。
 查詢：天Sir

假日自助餐 編號：A1906024

日期：1/6/2019 (星期六) 地點：大角咀帝盛酒店
 時間：12:00nn - 2:30pm 名額：15名
 交通：復康巴或自行前往
 費用：會員：\$100 (自行前往/中心上車) / \$110 (復康巴)
 非會員：\$120 (自行前往/中心上車) / \$130 (復康巴)

內容：大角咀雖然是舊區，但近年這一區的發展開始蓬勃，除了興建了不少住宅樓宇，還起了不少酒店。就讓我們今次一起勇闖舊區，尋找隱世美食。

備註：活動需要自行領取食物，如需要協助者，請自行邀請照顧者同行。

查詢：Dora (黃姑娘)

電話：2338 5133

中心活動篇

日式甜點工作坊 編號：A1905023

日期：28/5/2019 (星期二) 地點：活動中心
 時間：2:30pm-4:30pm 名額：10名
 堂數：2節 交通：復康巴或自行前往
 費用：會員：\$50 (自行前往) / \$60 (復康巴)
 非會員：\$70 (自行前往) / \$80 (復康巴)

內容：日本甜點從來都是品質保證，每次都可以吃到很好吃的甜點，而且自己動手做也會很有趣，吃膩了中、西式點心嗎？來點不一樣的日式點心吧！

這次將會教授大家製作兩款日式點心：1) 一口銅鑼燒、2) 水信玄餅

備註：1. 請自備食物盒；
 2. 活動需要一定手部活動能力，報名時請自行判斷；
 3. 圖片只供參考，以導師於課堂教授為準。

查詢：Dora (黃姑娘)

電話：2338 5133



水信玄餅

強身健體篇

星級簡介

* 活動容易掌握

** 活動需要有基本體能

*** 活動有一定困難

**** 活動有挑戰性

詠春健體運動班 (進階班) 編號：C1905037

日期：8/5 - 26/6/2019 (逢星期三, 29/5及5/6除外) 地點：活動中心
 時間：2:30pm - 4:00pm 名額：20名
 堂數：6堂 導師：Henry Yu
 費用：會員：\$90 (自行前往) / \$120 (復康巴)
 非會員：\$120 (自行前往) / \$150 (復康巴)
 交通：自行前往/復康巴
 內容：詠春是一項專門的技術武學，亦可作強身健體之運動。透過詠春之心法、手法、基本拳退、自衛技術及套路融入健體訓練中，以改善在日常生活中的自理能力。
 備註：1. 此活動由合資格之詠春導師教授；
 2. 曾參加本會過往舉辦之「詠春健體運動班」優先。
 查詢：Noel (蘇姑娘)

伸展瑜珈 (5-6月)** 編號：C1905019

日期：23/5 - 4/7/2019 (逢星期四, 13/6除外) 地點：活動中心
 時間：11:00am - 12:00nn 名額：15名 (只限傷殘會員)
 堂數：6堂 導師：Shirley Tse
 費用：\$150 (自行前往) / \$180 (復康巴)
 交通：自行前往或復康巴
 內容：透過不同瑜珈式子加強肌肉伸展，有助改善關節活動能力。伸展瑜珈可舒緩因姿勢不正確或肌肉長期受壓導致勞損而產生的各種痛症。
 備註：1. 此活動由專業瑜珈導師教授，指導正確訓練動作；
 2. 活動適合男、女會員參與，包括企立會員及輪椅使用會員；
 3. 本會提供瑜珈蓆於上課時使用或參加者自備；
 4. 請參加者自備毛巾和水；
 5. 參加者於活動當日穿著舒適衣服便可。

詠春健體運動班 (深造班) 編號：C1905038

日期：8/5 - 26/6/2019 (逢星期三, 29/5及5/6除外) 地點：活動中心
 時間：4:00pm - 5:00pm 名額：10名
 堂數：6堂 導師：Henry Yu
 費用：會員：\$60 (自行前往) / 非會員：\$90 (自行前往)
 交通：自行前往
 內容：詠春是一項專門的技術武學，亦可作強身健體之運動。透過詠春之心法、手法、基本拳退、自衛技術及套路融入健體訓練中，以改善在日常生活中的自理能力。
 備註：1. 此活動由合資格之詠春導師教授；
 2. 曾參加本會過往舉辦之「詠春健體運動班」優先。
 查詢：Noel (蘇姑娘)

伸一伸、展露好身手 (5-6月)** 編號：C1905020

日期：30/5 - 4/7/2019 (逢星期四) 地點：活動中心
 時間：2:30pm - 3:30pm 名額：10名
 堂數：6堂 交通：自行前往
 導師：Andy Lam
 費用：\$150 (會員) / \$170 (非會員)
 內容：1. 是次活動以基礎伸展運動理論及實踐進行，活動需要付出一定的體能，主要伸展手、腳、腰及背部訓練，從而舒緩肌肉繃緊。
 2. 糾正學員日常錯誤的姿勢，使其身體達到健康體適能的水平。
 備註：1. 此活動由專業導師教授，指導正確訓練動作；
 2. 活動適合男、女會員參與，包括企立會員及輪椅使用會員；
 3. 伸展有一定程度的體能要求，參加者須因應情況報名；
 4. 請參加者自備毛巾和水；
 5. 參加者於活動當日穿著舒適衣服便可。

詠春研習班 編號：C1905039

日期：8/5 - 26/6/2019 (逢星期三, 29/5及5/6除外) 地點：活動中心
 時間：7:30pm - 9:00pm 名額：20名
 堂數：6堂 導師：Peggy Ho
 費用：會員：\$90 (自行前往) / \$120 (復康巴)
 非會員：\$120 (自行前往) / \$150 (復康巴)
 交通：自行前往/復康巴
 內容：透過基礎體適能及運動元素，深入淺出的介紹詠春拳的基礎知識。教授內容為詠春拳基礎套路：小念頭及散手招式，以詠春拳作為強身健體的運動訓練。特別為新手及對詠春拳有基本認識的朋友而設。
 備註：1. 此活動由合資格之詠春導師教授；
 2. 曾參加本會過往舉辦之「詠春健體運動班」優先。
 查詢：Noel (蘇姑娘)

變Fit啲--體適能提升計劃 (5-6月)**

編號：C1905021

日期：8/5 - 19/6/2019 (逢星期三) 地點：活動中心
 時間：10:30am - 12:00nn 名額：15名
 堂數：6堂 交通：自行前往
 導師：Lok Fung
 費用：\$150 (會員) / \$170 (非會員)
 內容：是次活動以基礎運動理論及實踐進行，透過簡單健身操，強化心肺功能；同時間亦透過啞鈴及瑜珈橡筋帶作訓練，主要強化手、胸、腹及背部的肌肉訓練，從而強化日常生活中所需要的體能。
 備註：1. 此活動由專業導師教授，指導正確訓練動作；
 2. 活動適合男、女會員參與，包括企立會員及輪椅使用會員；
 3. 本會提供啞鈴及瑜珈橡筋帶於上課時使用或參加者自備；
 4. 體能提升計劃有一定程度的體能要求，參加者須因應情況報名；
 5. 請參加者自備毛巾和水；
 6. 參加者於活動當日穿著舒適衣服便可。

強身健體篇

星級簡介 * 活動容易掌握 ** 活動需要有基本體能 *** 活動有一定困難 **** 活動有挑戰性

動感柔力球入門班* 編號：C1905028

日期：11/5 - 20/7/2019 (逢星期六, 25/5、1/6、8/6、29/6、6/7 除外)
 時間：11:00am - 12:30pm 地點：賽馬會活動中心
 名額：10人 堂數：6堂
 交通：自行前往 費用：\$100

參加者若出席率達85% (5堂)或以上可獲退還50%學費。

內容：學習柔力球的基本握拍法、基本技術(如柔力球的迎球、納球、弧形引化)，促進全身運動機能，提供舒展筋骨的機會。

- 備註：1. 柔力球運動由「動感柔力球」教練及或助教教授；
 2. 這課程有一定程度的體能及技術要求，參加者須因應情況而報名；
 3. 歡迎有興趣之會員，包括企立會員及輪椅使用會員；
 4. 上課用柔力球及球拍，由本學堂借出，或參加者自備；
 5. 請自備水及毛巾。

動感柔力球訓練班* 編號：C1905022

日期：9/5 - 4/7/2019 (逢星期四, 30/5 除外) 地點：賽馬會活動中心
 時間：7:00pm - 8:30pm 名額：10名
 堂數：8堂 交通：自行前往
 費用：\$240

參加者若出席率達85% (7堂)或以上可獲退還50%學費。

內容：學習柔力球的進階技巧，深化柔力球技術，促進全身運動機能，提供舒展筋骨的機會。

- 備註：1. 此班只適合曾參加「動感柔力球入門班」及「動感柔力球訓練班」之學員參與；
 2. 柔力球運動由「動感柔力球」教練教授；
 3. 這課程有一定程度的體能及技術要求，參加者須因應情況而報名；
 4. 上課用柔力球及球拍，由本學堂借出，或參加者自備；
 5. 請自備水及毛巾。

照顧者系列 (適合殘疾人士及其照顧者)

【鯉「賞」空間】鯉魚門社區導賞 編號：A1906036

日期：8/6/2019 (星期六) 地點：鯉魚門
 時間：12:00p.m - 3:30p.m 名額：22名
 交通：自行前往 (中心上車及)或中途站

費用：會員：\$130 (自行前往/中心上車/中途站)
 非會員：\$170 (自行前往/中心上車/中途站)

內容：活動分成兩部份，首先會到鯉魚門一家海鮮酒家進餐，其後會有導賞員帶我們遊走鯉魚門！

備註：活動設有中心站及中途站 (請於報名時列明)

1. 中途站：北角B1出口或東鐵線大圍站B出口；
2. 自行前往：鯉魚門市政大廈
3. 請注意，此活動招募對象為殘疾人士及其照顧者；
4. 請自備防曬及防蚊用品；
5. 活動如有修改，將另行通知活動中簽者；
6. 餐單如下：(如有更改，不作另行通知)：
 白灼海中生蝦、金銀蒜蓉元貝、清蒸海上鮮、木耳炒鮮魷、秘製蔥油雞、鳳梨咕嚕肉、海鮮豆腐木瓜湯、郊外靚時蔬及配：楊州炒飯+錦繡伊麵

查詢：天Sir



藝術篇

減壓柔和粉彩繪畫II 編號：C1905032

日期：15,22,29/5 & 5,12,26/6/2019 (逢星期三) 地點：活動中心
 時間：2:30pm - 4:00pm 名額：10名
 堂數：6堂

費用：會員：\$160 (自行前往) / \$190 (復康巴)
 非會員：\$200 (自行前往) / \$230 (復康巴)

交通：自行前往/復康巴

內容：利用粉彩柔和而溫暖的色調，配合指頭或其他工具，畫出自己喜愛的色彩，形狀和構圖，並在過程中達到治癒心靈的效果。無須繪畫經驗和複雜的技巧，透過學習一些基本方法，加上自己創意，即可完成一張美麗圖畫。

備註：圖片只供參考，以導師於課堂教授為準。

查詢：阿豪 (Dave)



工筆花卉畫 編號：C1906033

日期：4,11,25/6/2019 (星期二) 地點：活動中心
 時間：2:30pm - 4:00pm 名額：10名
 堂數：3堂 交通：自行前往/復康巴

費用：會員：\$80 (自行前往) / \$95 (復康巴)
 非會員：\$100 (自行前往) / \$115 (復康巴)

內容：工筆是國畫的一種書法，運用工整細緻的技巧來描繪對象。課堂將教授工筆花卉畫之繪畫、構圖、筆法、設色等基本知識。參加者毋須繪畫及書法經驗亦可以畫出精緻的畫。

備註：圖片只供參考，以導師於課堂教授為準。

查詢：阿豪 (Dave)



SUN潮派 (適合35歲或以下殘疾青年及其陪同者)

Sun潮手作仔 - 毛線燈 編號: A1905025

日期: 11/5,18/5/2019 (星期六) 地點: 活動中心
 時間: 2:30pm - 4:30pm 名額: 8名
 費用: 會員: \$50 / 非會員: \$70 交通: 自行前往

<*活動設有1+1同行優惠>

內容: 日常生活中常見的毛線也可以做出漂亮的燈罩?人的創造力和想像力真是無限大,就讓我們將這兩個毫無關聯的事物聯繫起來,製作出漂亮而有個性的燈罩吧!

- 備註: 1. 圖片只供參考,以導師於課堂教授為準;
 2. 如報名者年齡超過要求,其報名將不會計算在內;
 3. 歡迎照顧者一同參與。

查詢: Dora (黃姑娘) 電話: 2338 5133



夾公仔樂園 編號: A1905026

日期: 25/5/2019 (星期六) 地點: 九龍灣 Mega Box
 時間: 1:00pm - 3:30pm 名額: 8名
 費用: 會員: \$130 (自行前往) / \$140 (復康巴)
 非會員: \$150 (自行前往) / \$160 (復康巴)

交通: 復康巴或自行前往

內容: 無限任玩所有遊戲設施及贏取禮品,如拋彩虹、夾公仔機等,玩到肚餓,還可以到旁邊食個下午茶,絕對適合一班「夾公仔迷」。

- 備註: 1. 如報名者年齡超過要求,其報名將不會計算在內;
 2. 活動費用已包括一份下午茶餐;
 3. 活動需要一定手部活動能力,報名時請自行判斷;
 4. 如需要協助者,請自行邀請照顧者同行;
 5. 歡迎照顧者一同參與;
 6. 參加者可於活動結束後選擇繼續於商舖遊玩。

查詢: Dora (黃姑娘) 電話: 2338 5133



和風甜點DIY 編號: A1906027

日期: 10/6/2019 (星期一) 地點: 活動中心
 時間: 7:00pm-9:00pm 名額: 10名
 費用: \$50 (會員) / \$70 (非會員) 交通: 自行前往

<*活動設有1+1同行優惠>

內容: 日本甜點從來都是品質保證,每次都可以吃到很好吃的甜點,而且自己動手做也會很有趣,吃膩了中、西式點心嗎?來點不一樣的日式點心吧!

這次將會教授大家製作兩款日式點心: 1) 一口銅鑼燒、2) 日式糯米糍子

- 備註: 1. 如報名者年齡超過要求,其報名將不會計算在內;
 2. 請自備食物盒;
 3. 活動需要一定手部活動能力,報名時請自行判斷;
 4. 圖片只供參考,以導師於課堂教授為準;
 5. 歡迎照顧者一同參與。

查詢: Dora (黃姑娘) 電話: 2338 5133



Sun潮派 - 桌遊週末 編號: A1906034

日期: 2019年6月15日 (星期六) 地點: 活動中心
 時間: 2:00p.m - 4:30p.m 名額: 6名
 費用: \$10 (會員) / \$20 (非會員) 交通: 自行前往

<*活動設有1+1同行優惠>

內容: 週末無野做?不如返嚟傷青一齊玩Board Game啦!

各位傷青既青年朋友,返嚟一齊傷青玩Board Game。活動將會提供飲品一包及零食分享。一邊玩Board Game一邊識新朋友,何樂而不為!

- 備註: 1. 活動不包括午餐;
 2. 活動如有修改,將另行通知活動中簽者;
 3. 活動設有<1+1同行>優惠。

查詢: 天Sir



***SUN潮派 - 青年活動「1+1同行優惠」計劃 (2人同行, 1人免費)**

為鼓勵更多殘疾青年參與社區活動,凡報名並抽中參與本期傷青快訊內「SUN潮派」活動 (A1905026 除外) 的朋友,將可享有「1+1同行優惠」。只要你符合參與「SUN潮派」活動的資格,與另一位親友 (包括殘疾青年或照顧者) 一同報名參與「SUN潮派」活動,並成功中籤,即可享有2人同行1人免費的優惠。

使用條款:

- 必須使用同一張報名表格報名 (請於報名表格內「與其他人士一同報名」欄內填寫的第二位報名人士的資料);
- 報名者在中籤後方可享有優惠;
- 「一人收費」以二人報名者費用較高的一位為準;
- 倘中籤後,其中一位報名缺席活動,參加者則不再享有優惠,並須繳交/補回二人全額活動費用;
- 中心有權保留優惠變更及調整之權利。

香港傷殘青年協會
 活動中心FACEBOOK專頁

香港傷殘青年協會賽馬會活動中心

賽馬會活動中心
 Jockey Club Activity Center

香港傷殘青年協會賽馬會活動中心
 9月19日 13:37

即 LIKE 活動中心FACEBOOK專頁,緊貼中心最新活動及復康資訊
 (www.facebook.com/hkfhycac)

最新活動消息
 # 實用復康資訊
 # 下載活動相片

hkfhycac

讚好 回應 分享

8 熱門評論

發表回應

殘疾運動・領袖新星計劃

由「特許公認會計師公會慈善基金」贊助，傷青動力學堂全力推行，於2018年4月開始，推行為期一年的運動健康推廣、社區共融教育之工作。透過運動作強身健體、擴闊社交圈子、延遲身體機能退化、預防各類疾病痛症的出現，培養殘疾人士對運動的興趣。



碰碰壺——地壺球體驗 (5-6月) 編號：TMAP1901034

日期：20/5 - 10/6/2019 (星期一)

時間：2:30 - 4:00pm

堂數：4堂

地點：賽馬會活動中心

名額：10名

費用：免費*

(原價 \$100(會員)/\$120(非會員))

*出席率需達75%(3堂或以上)，

否則學堂將收取\$50行政費用。

交通：自行前往

內容：1. 地壺球是由冬季奧運會--冰壺運動演變而來，在不足一年的時間，地壺球已能自立門戶發展為獨立的一項體育運動；

2. 冬季殘疾人奧運會亦有輪椅冰壺賽事，而中國隊亦於2018年冬殘奧勇奪金牌；

3. 比賽分成兩隊，每隊有3名選手，即“一壘”，“二壘”和“隊長”，各司其職。每隊員投擲兩個壺。每隊交替擲壺。每場6局。完成6局後，勝出的是6局總和的分數；

4. 地壺球是一項紳士團體運動，與對手的球員沒有身體碰撞。這是一個要求精準，策略，專注力，溝通，團隊合作，禮儀和逆境智能的運動。

備註：活動適合男、女會員參與，包括企立會員及輪椅使用會員。

坐式輕排球 體驗計劃

由傷青動力學堂、香港浸會大學體育學系及香港輕(氣)排球總會合作，研究及嘗試讓一眾殘疾人士有機會參與團隊競技運動的樂趣+提昇功能性體適能+改善身心健康。

輕排球比一般排球輕巧，所需使用的場地較小，速度慢、動作不如排球激烈，因此較適合殘疾人士參與；研究發現，輕排球有較地提升上肢肌肉力量及耐力、敏捷性、有氧耐力。

第一階段為期3個月的計劃已經完結，共有30多位會員一同參與計劃，過程中由教授、研究員及教練設計及帶領一系列坐式輕排球訓練，另外亦有健康體適能問卷調查及體適能測試的進行，測試內容包括：上身肌肉強度、肌肉耐力、柔軟度、心肺功能；研究同期有17名無參加坐地輕排球的會員作為「對照組」比對。

計劃於2月12日由香港浸會大學舉行計劃研究結果發布會，有多間傳媒進行採訪及報導。研究結果發現，會員在參與運動後，不論在減少身體脂肪厚度、提高心肺耐力和體能運動活動樂趣都有顯著的結果。而問卷調查顯示，會員在打球後的社交能力、心理健康等平均得分均有增加，與「對照組」有顯著差距。浸大體育及運動學系研究助理教授梁家文表示，輕排球「個球大點輕點，在空中時間長一點，即是打波時會開心和興奮些，因為會有多些來回球，不會一打對方便死(失球)」。而球身較輕，托球時手也不會太痛，過程亦相對安全。而浸大體育及運動學系教授鍾伯光表示，研究肯定坐地輕排球對肢體殘疾人士的身心功效，並能提升他們的生活質素，認為值得在本港大力推廣。

在此再次感謝各位參與計劃的會員，希望很快再可以在輕排場上與「各位」比拼！



傷青輪椅隊

2019 香港渣打馬拉松 三公里輪椅賽

本年度傷青輪椅隊共有10位運動員參與2019年2月17日之3公里輪椅賽，而10公里輪椅賽因大會以人數不足為由取消了該項目賽事。

比賽於早上6時15分（3公里）起步，傷青一眾運動員已於五時齊集灣仔運動場，作賽前的最後準備：手套、頭盔、坐墊、側板、輪軸、運動員號碼布、運動衫褲鞋、揸杖、輪椅檢查等，所有準備就緒及已作最後檢查，我們一齊作賽前熱身及比賽提醒。

鳴槍一響代表比賽正式開始，比賽與往年一樣，先由灣仔運動場起步，並在場內環繞兩圈，轉出運動場後先後走過杜老誌道、會議道及鴻興道，並到達賽事最具挑戰的路段－馬師道天橋，一眾運動員需要攀爬一條大斜坡至橋頂（最少兩架雙層巴士高度），落橋後立即轉入駱克道，這亦表示已經完成了一半的比賽路段，走過駱克道（東行）後，便轉入波斯富街到軒尼詩道（東行），再轉到怡和街（東行）及糖街，最後，運動員進入維多利亞公園後，最後200米的路段，見到運動員不甘後人、全力衝過終點。

比賽完結後，統計我們出席的運動員均全部能夠於30分鐘的限時之內完成賽事。在此，再次恭喜所有運動員發揮辛苦訓練的成果，再次鼓勵每一位相信運動不分傷與健的朋友，下年等埋你一起參與更多的普及運動！



傷健同步越野馬拉松

由香港童軍總會北葵涌區主辦，傷青輪椅全力支持的「傷健同步越野馬拉松」，已於3月2日舉行。賽事由輪椅跑手與越野跑手合組一隊，並分別於不同賽段起步，以健跑和輪椅互動的環境相互交流，並以接力形式完成賽事，達致傷健共融。

越野跑手先由起點出發，約10公里的路程後，便到達賽事輪椅組起點，傷青隊員由大埔道--沙田嶺段出發，沿衛奕信徑第五段--引水道，直至到達樓梯前沿路折返大埔道為終點，來回共約8公里的路段，沿途景色優美，享受賽事之餘亦能夠享受大自然之美；完成所有路段後，輪椅跑手與越野跑手回到--沙田童軍總會營地一同衝終點線，與賽事所有參賽選手一樣，領取完賽獎牌及一同享用美食及拍照留念，為推動輪椅跑活動一齊努力。



第七屆全港運動會 「賽馬會全城躍動活力跑」

傷青輪椅隊於2019年3月10日參與了第七屆全港運動會「賽馬會全城躍動活力跑」，我們一行近二十位隊員一早前來，在沙田運動場、源禾路及城門河畔一帶進行了三公里活動。

大家在完成熱身運動後隨即準備出發，三公里組別於上午九時開跑，我們沿著大隊一起走上起跑點，雖然天公不造美，整個活動期間下著密雨，但無阻我們與一早前來一同參與活動的跑手完成活動，衝終點線後，大會在沙田運動場及源禾遊樂場舉辦了多項活動，包括攤位遊戲、親子遊樂場、拍照區等，亦安排了不同團體、歌星和組合到場表演，鼓勵跑手和到場打氣的市民多做運動、享受運動樂趣。

未來，傷青輪椅隊還會爭取和組織各種不同類型的輪椅賽事和輪椅跑步活動，希望殘疾人士都能夠享受當中的樂趣和鍛煉好自己的體魄，與大家帶著健康的身體、騎著輪椅走遍全港九新界，讓輪椅跑手的歡笑聲感染整個社區！



新隊員招募

「傷青輪椅隊」成立的宗旨，是希望透過輪椅競速運動的鍛煉，去推動肢體殘疾人士多做帶氧的運動，繼而鍛煉一身強健的體魄和操控輪椅的能力，透過輪椅的輔助，也能參與相關的運動和比賽，希望能藉此回饋社會，多參與慈善跑的活動，把殘疾人潛在的能力發揮出來。

「傷青會」會繼續積極推動殘疾人士輪椅運動，傷青輪椅隊於未來的日子讓有興趣參與輪椅跑步的會員籌辦不同類型的輪椅賽事和活動，更會透過輪椅運動來參與更多慈善活動，鼓勵會員多做帶氧運動，增強身體機能，突破自己的框框。

傷青輪椅隊 隊員招募 ** 編號：TMAP1904004

地點：將軍澳運動場及附近單車徑（主要）

費用：隊費 - \$200（一次性）

活動 - 按每次活動/賽事/練習收取基本費用，例如賽事報名費、輪椅維修基金、借用輪椅等

交通：自行前往

內容：每年將籌辦及參與不同類型的輪椅賽事/練習/活動，包括但不限於每期約4個月的訓練、本地、國內外之馬拉松賽事、慈善步行/跑步活動、交流分享活動、輪椅自駕遊活動等，亦需要協助定期為協會的輪椅進行維修、保養等工作

- 備註：
1. 凡對操控手動輪椅有基本的技巧及體能，對參與輪椅運動有興趣者、認同我們的宗旨及為「傷青會」的會員都歡迎加入成為我們的隊員
 2. 我們於5月份安排面見，讓有興趣之會員深入了解輪椅隊練習及活動情況；
 3. 如雙方都認為合適，填妥報名表及入隊手續即可；
 4. 由於輪椅數目、尺寸及人手有限，擁有適合運動之輪椅及或能夠自行運送協會輪椅之會員將獲優先考慮。



「傷青輪椅籃球女子隊——九龍東」
「傷青輪椅籃球體驗隊——新界西」
「傷青輪椅籃球挑戰隊——九龍西」

第七屆全港運動會——輪椅籃球挑戰賽

「輪椅籃球挑戰賽」已經展開，期間假將軍澳體育館、東啟德體育館及荃灣體育館舉行。六支隊伍於初賽採取雙循環制，累積得分最高的四隊可進入四強賽事，力爭冠軍寶座。

賽事不停有，我們誠邀各位到場支持傷青輪椅籃球隊，為我們的隊員加油打氣、吶喊助威，有你們的支持，我們必定可以繼續全力以赴、突破重重難關、勇闖佳績。

輪椅籃球是一項具挑戰性、刺激性、團隊性的運動，你有勇氣接受此挑戰嘛？任何人士，只要你年滿18歲，不論你是男或女、健全或殘疾，都歡迎你加入我們的「籃球隊」，一起嘗試輪椅籃球的挑戰、一起享受輪椅籃球的樂趣！

「傷青輪椅籃球隊」於2016年7月正式成立，成員包括現役及退役香港輪椅籃球代表隊成員外，更多的是由一班充滿熱血、希望參與運動改善身心的傷殘人士組成，再加上幾位出心出力協助推動輪椅籃球的健全朋友，組成了現在有接近50位成員的傷青輪椅籃球隊，並分為三隊參與比賽，以九龍東、新界西及九龍西之名作為2018-2019年的參賽單位。

新一年的球季，將會在逢星期三晚上八時至十時半，假將軍澳體育館進行練習，如有興趣與我們一起體驗輪椅籃球運動，甚或至一起挑戰不同賽事，均歡迎加入我們的練習，一嘗輪椅籃球的樂趣。如果有興趣的「你」，歡迎與我們聯絡！

對賽表			
賽事	日期	時間	場地
雙循環賽	10/2 (日)	12:00nn - 4:30pm	將軍澳體育館
	24/2 (日)	12:00nn - 4:30pm	
	10/3 (日)	10:00am - 2:30pm	
	17/3 (日)	10:00am - 2:30pm	東啟德體育館
	24/3 (日)	10:00am - 2:30pm	
	6/4 (六)	6:00pm - 10:30pm	
	14/4 (日)	10:00am - 2:30pm	將軍澳體育館
	20/4 (六)	1:00pm - 5:30pm	
28/4 (日)	1:00pm - 5:30pm		
四強賽	5/5 (日)	11:00am-12:30pm	荃灣體育館
季軍賽	12/5 (六)	11:00am-12:30pm	
冠軍賽	26/5 (日)	待定	



報名查詢：維 Sir 電話：2338 5133

活動中心活動/動力學堂課程報名須知

- 倘活動報名人數多於實際參與名額，協會將會為活動安排抽籤，待完成抽籤程序及整合資料後，職員方會通知各中籤者結果；
 - 凡中籤而未能出席活動者，請於通知日期後3個工作天內通知職員，否則參加者仍須繳交活動費用/\$20或以上行政費用(以較高者為準)。
 - 未能出席活動者有責任盡早通知職員取消活動，以便安排輪候中的參加者參與活動，倘參加者1年內有2次缺席活動，且並未有於活動日期前6個工作天通知職員取消活動*，協會將有權暫停其新一期之活動報名，以便給予其他輪候之會員參與。
 - 凡參與班組之會員，若連續兩期出席率未能達70%出席率*，協會將有權暫停報讀新一期之課程，以便給予其他輪候之會員參與。
 - 須乘坐復康巴之參加者，請於活動報名時註明上落車地點，協會將有權因應整體行車情況，合理更改上落車地點，懇請各參加者配合。
 - 請各參加者於活動當日準時上車，司機並不會再作任何等候，參加者倘因此而缺席活動，參加者亦須繳回相關費用；
 - 活動費用一般於活動當天繳交，倘報名者有欠交費用紀錄，協會將有權暫停其往後之活動報名，直至其繳清所有應繳費用為止；
 - 參加者於活動進行期間請互相尊重，並請遵從各工作人員指示，協會將有權拒絕不遵從工作人員指示的參加者日後參與協會各活動的權利。
- * 若身體不適者，能提供有效的醫生證明文件(指經由醫生判斷後發出的「病假紙」註明病人可獲病假休息，「到診紙」並不適用)可申請豁免。

各單位開放時間

	星期一			星期二			星期三			星期四			星期五			星期六			星期日 / 公眾假期
	早	午	晚	早	午	晚	早	午	晚	早	午	晚	早	午	晚	早	午	晚	
總辦事處	✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		休息
活動中心	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
動力學堂	✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		
創視設計	✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		
傷青花藝舍	✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		
就業服務中心	✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓		

開放時間：早上 9:30 – 下午 1:00；下午 2:00 – 5:30；晚上 6:30 – 9:30

惡劣天氣安排

天氣情況	 黃	 紅	 黑	T1	L3	^8
協會各單位	✓	✓	*	✓	✓	X
室內活動	✓**	X	X	✓	✓**	X
戶外活動	X	X	X	✓	X	X
水上活動	X	X	X	✓	X	X
ERB 課程	✓**	X	X	✓	✓**	X
VTC 課程	✓**	X	X	✓	X	X

備註：

✓：照常 X：取消或暫停

* 中心如未開放則會暫停開放；如中心已開放及舉行班組，將安排到訪人士於中心安全地方暫留，直至紅雨/黑色暴雨警告除下為止。

** 中心亦會因應當時情況決定是否取消活動及班組，如決定取消，將即時通知參加會員。

*** 活動及班組照常舉行或取消與否，以活動及班組開始時間四小時前，天文台所發出的訊號為標準。

如遇天氣惡劣需要查詢安排，請致電相關服務單位：

- 總辦事處 2338 5111； 3. 傷青動力學堂 2338 5133 / 6623 5615 (外出活動電話)；
- 就業服務中心 2759 6412； 4. 賽馬會活動中心 2337 9311 / 6623 5618 (外出活動電話)。



E	POSTAGE PAID HONG KONG PORT PAYE	Permit No.3874
---	----------------------------------------	-------------------



印刷品

總辦事處

地址：九龍橫頭磡邨宏基樓
地下16-21號
電話：2338 5111
傳真：2338 5112
電郵：hkfhy@hkfhy.org.hk
捐款專用賬戶
滙豐銀行：080-2-065078

賽馬會活動中心

地址：九龍橫頭磡邨宏基樓
地下1-13號
電話：2337 9311
傳真：2338 0752
電郵：wthcic@hkfhy.org.hk
活動專用賬戶
滙豐銀行：080-2-065078
外出活動電話：6623 5618

就業服務中心

地址：九龍啟業邨啟裕樓
地下8-11號
電話：2759 6412
傳真：2756 0310
電郵：supemp@hkfhy.org.hk

創視設計

地址：九龍橫頭磡邨宏德樓
地下17號
電話：2338 6736
傳真：2794 3341
電郵：firstsense@hkfhy.org.hk

傷青花藝舍

地址：九龍橫頭磡邨宏基樓
地下14-15號
電話：2508 1301
傳真：2508 1257
電郵：flower@hkfhy.org.hk

傷青動力學堂

地址：九龍橫頭磡邨宏德樓
地下16號
電話：2338 5133
傳真：2338 5122
電郵：mao@hkfhy.org.hk

香港傷殘青年協會活動報名表

傳真號碼：2338 0752(活動中心) / 2338 5122(動力學堂) / 2756 0310(就業服務)

姓名：_____ 性別：_____ 年齡：_____ 會員編號：_____ 殘疾會員 健全會員

電話：_____ (住宅) _____ (手提) 非會員

輔助工具： 手推輪椅 電動輪椅 助行架 手杖 腳架 其他：_____

不需要使用任何輔助工具

交通安排：1. 自行前往目的地集合 2. 復康巴士：上車地點：_____

	活動編號	意願優先	交通安排	與其他人士一同報名				
				姓名	性別	傷/健	非/會員	上車地點
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								

如名額30人以內，只可與1名人士一同報名；名額30-59人，則可與2名人士一同報名；名額60人或以上則可以與3名人士報名

* 本人已閱讀並同意「報名須知」條款。報名者簽名：_____