

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。

## 創會執行委員會成員 香港傷殘青年協會 黃宏基先生專訪

9.11  
賣旗日  
P.5

全心傳電  
2021  
P.14

迪士尼 x 傷青  
Sports For All  
短片 P.4



# 黃宏基先生專訪

繼前兩期《傷青快訊》訪問創會主席羅慶元先生及創會副主席龐繼民先生後，今期《傷青快訊》有幸邀請到本會創會執行委員會成員黃宏基先生到本會總辦事處進行人物專訪。

### 一切由香港傷殘重建院說起

黃宏基先生出生於二十世紀五十年代初，是一名患有脊柱後突（俗稱「駝背」）的肢體殘疾人士，曾經就讀於「香港仔傷殘重建院」（ARC）的電器維修班，是本會創會成員胡玉庭先生及陳德仁先生等人的同學，亦是創會主席羅慶元先生的師弟。

有別於其他就讀電器維修班的同學，黃宏基先生並沒有在香港仔傷殘重建院寄宿，而是在每天下課後前往夜校上學。談到當中有何難忘經歷，黃先生回想起自己與其他就讀電器維修班的同學，曾應大師兄羅慶元先生的邀請，在某個周末乘坐渡輪及巴士到其親友位於上水鄉郊的別墅燒烤，並在該處留宿一宵；電器維修班的導師翌日早上回到課室時，發現內裏空無一人，於是大感震驚，並將情況報告院長。盡興而歸的黃先生以及一眾同學回到香港仔傷殘重建院後，隨即無可避免地被院長責罵一番。

### 共譜傷青樂章

黃宏基先生是傷青會成立後首屆執委會成員。由於行動較其他成員自如，平日毋須使用工具輔助出行的關係，黃宏基先生經常前往梁愛詩女士的律師樓交收文件。梁愛詩女士對傷青會的關懷及支持，可說是無微不至：除了每個星期日從明愛堅道社區中心附近的「藍塘餅屋」訂購西餅為會友打氣以外，梁女士亦曾在召開周年會員大會前夕，與她的母親漏夜趕製大會會旗。

香港明愛堅道社區中心是傷青會建立初期的大本營，各項活動及興趣班組一般會在中心二樓舉行，而中心二樓亦是黃宏基先生與一眾傷青殘疾會友建立樂隊的基地。受會友梁錫榮先生的邀請，本身沒有受過任何音樂訓練的黃宏基先生加入了新成立的樂隊。在樂隊當中，各位會友均各擅勝長：發起人梁錫榮先生是風琴手、趙友信先生是低音結他手、羅慶元先生是結他手、屈佩萍女士是鋼琴師，而鍾沛玲女士則是樂隊主音。各位隊友有見黃宏基先生雙腳較為靈活，可以順利地用腳操作腳踏，一致推舉黃先生擔任樂隊鼓手。面對隊友委以重任，黃先生於是從零開始，逐步學習並掌握打鼓的技巧。

傷青會的樂隊成立以後，一眾樂隊成員均積極尋找演出機會，香港明愛堅道社區中心一年一度的報佳音活動便是其中一個例子；藉着參與報佳音活動，樂隊能接觸在社區生活的肢體殘疾人士，並為傷青會招募更多年青會員。樂隊成員亦應其他復康團體（例如：香港盲人輔導會）的邀請，到嘉年華等活動上擔任表演嘉賓，從而令更多公眾看見殘疾青年的表演天份及藝術才華。除此之外，黃宏基先生及一眾樂隊成員亦曾在全港業餘繪畫比賽及明愛賣物會上擔任義工，在為社群作出貢獻的同時，亦令更多市民認識傷青會的名字。

### 策劃外遊活動

在林瑞書先生擔任傷青執委會主席期間（1981年），黃宏基先生曾經與台灣更生復健中心合作，為傷青會友組織了一次台灣環島遊。由於黃先生有親友在台灣居住，故此他便成了環島遊的策劃人。環島遊團友除了十多名傷青會員外，亦有數名來自香港戒毒會的義工。團友先由台北出發，以水陸聯運方式沿台灣東岸南下高雄，途中停靠花蓮，然後再前往台中等地。全體在經費相對有限的情況下，團員們主要下榻於日月潭青年活動中心等青年旅舍。由於當年兩岸三地的無障礙交通工具發展尚未完善，如在路途上遇上障礙，主要是靠團員彼此發揮守望相助、互相扶持的精神去克服及跨越。



傷青會台灣旅行團合照



力理德神父在傷青會周年大會上致辭



傷青會位於堅道明愛中心的辦公室一景



黃宏基先生在傷青樂隊裏擔任鼓手



「認識中國」交流團員與中殘聯主席鄧樸方合照



「認識中國」交流團員在天安門前合照

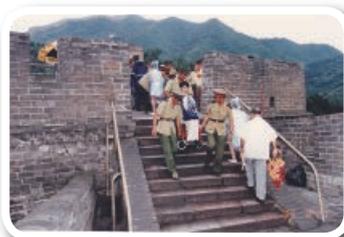
十多年匆匆過去，轉眼便到一九九五年八月下旬，當時的傷青會主席是麥淦琮博士。曾經帶領會員前往台灣進行環島遊活動的黃宏基先生，接受會友梁新兒先生及梁錦耀先生邀請，再次參與策劃與本港以外復康團體的交流活動。這次的交流活動名為「認識中國之今日首都 – 優秀傷健青年同邁進」，共有超過五十名傷、健團員、隨團攝影、隨團顧問嘉賓及工作人員參與。本會贊助人馬登夫人、諮詢委員會成員梁愛詩女士及麥秋先生、創會主席羅慶元先生及副主席龐繼民先生亦是交流團員之一。本港的主辦單位是香港傷殘青年協會、新界廠商聯合會及屯門勤學軒青少年服務協會；內地的主辦單位則是中國殘疾人聯合會及北京市殘疾人聯合會。團員甫一抵達北京，首先到訪北京市殘聯，然後在晚上到和平門烤鴨店出席中殘聯及北京市殘聯的歡迎晚宴，並獲時任中殘聯主席鄧樸方先生熱情招待。在接下來六日五夜的行程裏，團員先後參觀天安門廣場、人民大會堂、故宮、天壇及盧溝橋等著名景點，並拜訪北京大學、康復中心、中央電視台、兒童福利院等機構，更與北京當地的殘疾朋友進行了輪椅籃球友誼賽。有言「不到長城非好漢」，黃宏基先生對於團員登上長城的一幕依然歷歷在目：乘坐輪椅的團友首先安坐輪椅上，然後解放軍人們將團友們的輪椅抬起，繼而一步一級地往前邁進。在結團晚會暨京港優秀傷健青年表演晚會上，殘疾人藝術團的聾啞人士為各位團員表演舞蹈《千手觀音》。是次交流團既讓團員加深對內地殘疾人士及復康團體的認識，亦深化京、港兩地之間殘疾人士團體的聯繫。



「認識中國」交流團探訪北京當地團體



黃宏基先生與京港優秀傷健頒獎典禮得獎者合照



乘坐輪椅的傷青會員登上長城一景

## 終身學習，好學不倦

上期《傷青快訊》提到，上世紀六、七十年代肢體傷殘人士普遍教育程度不高，找尋工作是一件相當困難的事情，離開學校後往往需要面臨失業的挑戰。透過香港仔傷殘重建院的介紹，黃宏基先生首先到一家電子廠工作，在該廠工作期間，黃先生萌生自立創業的念頭。本着「乜都學，乜都試，學多啲」的心態，黃先生自行經營了一家洗衣店，並接到一個著名健身集團「菲力偉」洗濯毛巾的訂單。雖然洗衣店業務最後因持續出現虧蝕而結束，黃先生在這四、五年間積累了不少寶貴經驗，亦在此期間結識了妻子。結束洗衣店業務後，黃先生在友人胡玉庭先生的協助下，應徵大東電報局（香港電訊前身）的工作。黃先生在面試時，曾經向外籍經理表示「只要是適合的工作，我都願意去做」，最終先後獲安排擔任信差及倉務員的工作。這份工作，黃宏基先生一做便是二十三年。

在上述正職以外，黃宏基先生亦是一位殘疾駕駛者及兼職的士司機，每星期駕駛三晚夜更的士以幫補家計，更曾有一段時間每晚只睡覺三、四小時。談及當初

學車的經過，黃先生表示自己是以健全人士的途徑考取私家車及的士牌，過程亦相當順利。黃先生曾經嘗試考「十四座」小巴牌，扭呔、踩腳掣等動作並未難倒他，唯運輸署官員以其肢體殘疾不宜駕駛「搵食車」，拒絕有關申請。傷青會曾經於上世紀七、八十年代成立傷殘人士駕駛學校，黃宏基先生、劉少榮先生及唐漢強先生曾經向運輸署報考教車師傅牌，唯黃先生最後未有取得牌照。黃宏基先生表示考取駕駛執照，有助殘疾人士改善生活，自己亦是因此而達成置業的目標。

縱使年近七十，黃宏基先生仍保持一份對世界的好奇心。「終身學習，好學不倦」是黃先生的真實寫照。在訪問進入尾聲之際，黃宏基先生透過以下一番說話勉勵各位年青的殘疾朋友：「不論傷健與否，大家都要時常保持對生命的鬥志及熱情，趁年輕有時間便學多一點；遇到困難時，不要把自己收藏起來，更應該多點出聲。」

在此，本會衷心感謝創會執行委員會成員黃宏基先生我們分享種種經歷，並祝黃先生及家人身體健康。

# 香港迪士尼樂園度假區與 香港傷殘青年協會

## 製作「Sports For All」傷健共融普及運動短片系列 支持多元共融、傷健共融一齊做運動

新冠肺炎疫情下，港人運動量減少，傷健人士要做運動也面對不少困難。香港迪士尼樂園度假區與香港傷殘青年協會支持多元共融合力推行「動歷社區齊起動」計劃，將多元共融的理念帶到香港社區。

香港迪士尼樂園度假區行政總裁莫偉庭先生聯同傷青會主席吳家榮醫生、香港浸會大學體育及運動學系副教授雷雄德博士、迪士尼義工隊、傷青會會員、香港輪椅籃球代表隊隊員余俊延先生，以及米奇老鼠及唐老鴨，一齊用毛巾、水樽做簡單運動，製作「Sports For All」傷健共融普及運動短片系列，於疫情下繼續推動傷健共融，並以運動為社區注入奇妙力量。



本會再次感謝香港迪士尼於2019年捐款予傷青會，支持一項為期兩年的傷健共融項目「動歷社區齊起動」計劃。計劃內容包括殘疾人士運動體驗、進階運動訓練及社區共融推廣活動。計劃直至現時為止的受惠總服務人次高達約15,000。

透過運動體驗，殘疾人士能增加對運動基本的認識，亦享受運動帶來的樂趣。傷青會同時亦鼓勵有潛質的殘疾人士參與進階運動訓練，殘疾人士不單在持續的運動訓練中學習到所需的技能，亦改善了個人的身心狀況；本會於疫情期間曾舉辦之運動項目包括：競速輪椅、輪椅網球、瑜珈、健康體適能、柔力球、地壺球、坐式太極等。運動除了提升殘疾人士個人身、心、靈的健康，亦為殘疾人士的家庭帶來正面作用。

面對新冠肺炎疫情帶來的莫大挑戰，傷青動力學堂隨即以不同方式作出應對，並透過遙距及互動的方式（包括：線上方式、視像方式）繼續落實執行計劃。本會安排殘疾人士拍攝及製作運動教學短片，例如健身操、啞鈴操（用水樽代替）等，向社會大眾分享殘疾人士的能力及學習成果。

一系列「Sports For All」傷健共融普及運動短片，將會在六月開始陸續上載至傷青會網頁、社交平台及不同的網上群組。本會亦會向大、中、小學分享短片，鼓勵學校在線上學習時播放，推廣普及運動及正確認識殘疾人士的能力。

短片現已上載至傷青會網頁、傷青會Facebook專頁及YouTube，各位可到以下網址欣賞。

傷青會網頁：<http://www.hkfhy.org.hk>

Facebook專頁：<https://www.facebook.com/HKPHY/>

YouTube：<https://youtube.com/c/hkfhyjac>





香港傷殘青年協會

請支持

911

(星期六)

香港傷殘青年協會

全港賣旗日

捐款戶口：滙豐銀行 080-9-073067 捐款支票抬頭：香港傷殘青年協會



義工登記及捐款熱線：  
**2338 5111**

地址：香港九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號

電郵：admin@hkfhy.org.hk

網址：www.hkfhy.org.hk

# 2021.9.11

## 全港賣旗日 義工大招募

**傷**青會每年需要自行籌募超過四份之三的服務營運經費，對傷青會服務造成沉重的財政負擔。傷青會對上一次的全港賣旗日是2020年7月25日(星期六)，但因為當時新冠肺炎疫情非常嚴重，為了保障大眾和義工的健康及安全，決定取消街上賣旗活動，亦因此令賣旗日的善款收入大減。因為疫情持續的關係，學校改為線上教學，而公司則安排員工在家工作，加上限制人群聚集，社會動力大減，在賣旗義工招募上面臨前所未有影響，情況十分嚴峻。賣旗籌款實在是傷青會其中一個主要的經費來源，因此傷青會作出呼籲，望各界施出援手，支持是次全港賣旗日活動。

**傷青會將於2021年9月11日(星期六)上午7時至中午12時30分舉行全港賣旗活動【Public Subscription Permit No. FD/T001/2021】。是次賣旗所籌得的善款將用作傷青會推動殘疾人士普及運動發展，以建構一個身心靈健康和傷健共融的社會。**

為此，本會鄭重呼籲熱心公益的社會團體及社區人士，積極鼓勵十四歲或以上人士擔任賣旗日的義工。我們亦鼓勵家長或監護人陪同十四歲或以下的朋友參加親子賣旗，作為教育子女的好機會，共同攜手為殘疾人士出一分力！本會將為每一位義工簽發精緻的嘉許證書，以茲證明與鼓勵。

是次賣旗活動對協會未來發展非常重要，懇請各方好友踴躍支持，共襄善舉。詳情請參閱下列參加表格或於瀏覽傷青會網頁([www.hkfhy.org.hk](http://www.hkfhy.org.hk))。如有任何垂詢，歡迎與總辦事處行政主任鄭小姐/朱先生聯絡，電話2338 5111，電郵 [admin@hkfhy.org.hk](mailto:admin@hkfhy.org.hk)。

# 香港傷殘青年協會 全港賣旗日 / Flag Day 義工登記表格 / Volunteer Registration Form

**日期 Date : 2021年9月11日 (星期六 Saturday) 時間 Time : 0700-1230**

參加者/機構名稱

Name of Organization/ Individual : \_\_\_\_\_

地址

Address : \_\_\_\_\_

聯絡人 (只適用於機構)

電話

Contact Person (for organization only) : \_\_\_\_\_ Phone No. \_\_\_\_\_

手提電話

電郵

參加人數

Mobile No : \_\_\_\_\_ E Mail : \_\_\_\_\_ No. of Participants : \_\_\_\_\_

傷殘人士 Disability :  是 Yes /  否 No

會員 Member :  是 Yes /  否 No

\* 需復康巴士安排 Rehabus Service :  是 Yes  否 No 上落地點 Pick Up : \_\_\_\_\_

能否過椅 Seat Transferable :  是 Yes  否 No

\* 請傳真此表格至 2338 5112 / 電郵至 admin@hkfy.org.hk / 郵寄至「九龍橫頭磡邨宏基樓地下 16-21 號」香港傷殘青年協會 總辦事處  
我們將與您聯絡並作安排。查詢電話：2338 5111

\* Please reply by Fax ( 2338 5112 ) / Email ( admin@hkfy.org.hk ) / Post ( Hong Kong Federation of Handicapped Youth, No.16-21, Wang Kei House, Wang Tau Hom Estate, Kowloon).

We will contact you for further arrangement. Enquiries : 2338 5111

## 地區 DISTRICTS (請“✓”上選擇賣旗地區 / Please “✓” the district you prefer)

<input type="checkbox"/> 香港區 (HK)			
<input type="checkbox"/> HK01 堅尼地城 Kennedy Town	<input type="checkbox"/> HK02 香港大學 HKU	<input type="checkbox"/> HK03 西營盤 Sai Ying Pun	<input type="checkbox"/> HK04 上環 Sheung Wan
<input type="checkbox"/> HK05 中環 Central	<input type="checkbox"/> HK06 金鐘 Admiralty	<input type="checkbox"/> HK07 灣仔 Wan Chai	<input type="checkbox"/> HK08 銅鑼灣 Causeway Bay
<input type="checkbox"/> HK09 天后 Tin Hau	<input type="checkbox"/> HK10 炮台山 Fortress Hill	<input type="checkbox"/> HK11 北角 North Point	<input type="checkbox"/> HK12 鰂魚涌 Quarry Bay
<input type="checkbox"/> HK13 太古 Tai Koo	<input type="checkbox"/> HK14 西灣河 Sai Wan Ho	<input type="checkbox"/> HK15 筲箕灣 Shau Kei Wan	<input type="checkbox"/> HK16 杏花邨 Heng Fa Chuen
<input type="checkbox"/> HK17 柴灣 Chai Wan	<input type="checkbox"/> HK18 跑馬地 Happy Valley	<input type="checkbox"/> HK19 赤柱 Stanley	<input type="checkbox"/> HK20 黃竹坑 Wong Chuk Hang
<input type="checkbox"/> HK21 利東 Lei Tung	<input type="checkbox"/> HK22 海怡半島 South Horizons	<input type="checkbox"/> HK23 其他 Other	
<input type="checkbox"/> 九龍區 (KLN)			
<input type="checkbox"/> KL01 美孚 Mei Foo	<input type="checkbox"/> KL02 荔枝角 Lai Chi Kok	<input type="checkbox"/> KL03 長沙灣 Cheung Sha Wan	<input type="checkbox"/> KL04 深水埗 Sham Shui Po
<input type="checkbox"/> KL05 太子 Prince Edward	<input type="checkbox"/> KL06 旺角 Mong Kok	<input type="checkbox"/> KL07 大角咀 Tai Kok Tsui	<input type="checkbox"/> KL08 油麻地 Yau Ma Tei
<input type="checkbox"/> KL09 佐敦 Jordan	<input type="checkbox"/> KL10 尖沙咀 Tsim Sha Tsui	<input type="checkbox"/> KL11 紅磡 Hung Hom	<input type="checkbox"/> KL12 土瓜灣 To Ka Wan
<input type="checkbox"/> KL13 何文田 Ho Man Tin	<input type="checkbox"/> KL14 黃埔 Whampoa	<input type="checkbox"/> KL15 石硤尾 Shek Kip Mei	<input type="checkbox"/> KL16 九龍塘 Kowloon Tong
<input type="checkbox"/> KL17 樂富 Lok Fu	<input type="checkbox"/> KL18 黃大仙 Wong Tai Sin	<input type="checkbox"/> KL19 鑽石山 Diamond Hill	<input type="checkbox"/> KL20 彩虹 Choi Hung
<input type="checkbox"/> KL21 九龍灣 Kowloon Bay	<input type="checkbox"/> KL22 牛頭角 Ngau Tau Kok	<input type="checkbox"/> KL23 觀塘 Kwun Tong	<input type="checkbox"/> KL24 藍田 Lam Tin
<input type="checkbox"/> KL25 油塘 Yau Tong	<input type="checkbox"/> KL26 其他 Other		
<input type="checkbox"/> 新界區 (N.T.)			
<input type="checkbox"/> NT01 荃灣 Tsuen Wan	<input type="checkbox"/> NT02 大窩口 Tai Wo Hau	<input type="checkbox"/> NT03 葵興 Kwai Hing	<input type="checkbox"/> NT04 葵芳 Kwai Fong
<input type="checkbox"/> NT05 荔景 Lai King	<input type="checkbox"/> NT06 青衣 Tsing Yi	<input type="checkbox"/> NT07 屯門 Tuen Mun	<input type="checkbox"/> NT08 元朗 Yuen Long
<input type="checkbox"/> NT09 天水圍 Tin Shui Wai	<input type="checkbox"/> NT10 沙田 Shatin	<input type="checkbox"/> NT11 大圍 Tai Wai	<input type="checkbox"/> NT12 馬鞍山 Ma On Shan
<input type="checkbox"/> NT13 太和 Tai Wo	<input type="checkbox"/> NT14 大埔 Taipo	<input type="checkbox"/> NT15 粉嶺 Fanling	<input type="checkbox"/> NT16 上水 Sheung Shui
<input type="checkbox"/> NT17 西貢 Sai Kung	<input type="checkbox"/> NT18 將軍澳 Tseung Kwan O	<input type="checkbox"/> NT19 其他 Other	
<input type="checkbox"/> 離島區 (I.D.)			
<input type="checkbox"/> I.D.01 東涌 Tung Chung	<input type="checkbox"/> I.D.02 長洲 Cheung Chau	<input type="checkbox"/> I.D.03 其他 Other	

「有關使用個人資料的重要通知」，請閱封底內頁。

# 本會義務秘書何雪梅女士 擔任六合彩監票嘉賓



應香港賽馬會邀請，香港傷殘青年協會義務秘書何雪梅女士，於2021年4月20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。當晚監票嘉賓尚有周振基教授，GBS, SBS, BBS, JP。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。



## 《一念一世界 黎志偉》分享座談會



受華懋集團邀請，本會副主席溫兆雄先生、義務司庫崔玉梅女士及行政總監劉家倫先生於2021年4月30日下午前赴荃灣如心酒店 Nina Ballroom 出席《一念一世界 黎志偉》分享座談會。座談會講者黎志偉先生曾是世界著名攀石運動員，十年前因一宗車禍導致半身癱瘓，從此須以輪椅輔助出行。憑着過人的毅力，黎先生積極克服自身殘障，繼五年前坐輪椅成功攀登獅子山後，於2021年1月挑戰攀登如心廣場總部大樓，成為首位攀登大廈的輪椅人士。黎先生在座談會上分享了自己這些年來的心路歷程，並以自身經歷勉勵殘疾朋友勇敢面對生活上各種難關及挑戰。在此，本會衷心多謝華懋集團邀請出席是次座談會，更感謝華懋集團一直以來對本會會務的支持！

## 復康事務委員會

### 殘疾人士使用公共交通工具工作小組會議

本會義務司庫崔玉梅女士及義務秘書何雪梅女士曾於2021年3月22日出席運輸署「殘疾人士使用公共交通工具工作小組會議」。並在會上向運輸署方就以下問題提出質詢：(1)港鐵公司為輕鐵車站增設「易達斜台」的進度、(2)增加西鐵車廂內輪椅停泊位置、(3)改裝港鐵列車首卡為輪椅乘客優先使用車廂及(4)如何解決車輛阻礙巴士埋站問題。

就輕鐵車站月台與車門高低不一致，引致輪椅乘客登車困難的問題，運輸署代表表示港鐵公司現已完成在二十多個輕鐵站月台第一卡位置增設「易達斜台」。運輸署代表在會上未有就增加西鐵車廂內輪椅停泊位置、改裝港鐵列車首卡為輪椅乘客優先使用車廂及如何解決車輛阻礙巴士埋站問題，給予實質回覆。

### 港鐵聯絡會議（肢體傷殘及聽障人士部分）

本會義務司庫崔玉梅曾於2021年4月20日透過線上會議方式出席港鐵聯絡會議，會議內容主要涉及屯馬線全線通車以及東鐵線延伸至金鐘後，殘疾乘客於紅磡站內乘搭東鐵線及屯馬線的具體安排。屯馬線及東鐵過海段全線通車後，從連接紅磡海底隧道收費廣場巴士站進入中層出入口的乘客，須轉乘扶手電梯或升降機前往車站大堂，在橫越車站大堂後，再乘坐升降機或扶手電梯到達新建成的屯馬線月台及東鐵線月台。

崔玉梅女士在會議上向港鐵代表提出以下問題：(1)紅磡站現有的升降機內部空間較為淺窄，難以同時容納多部輪椅，港鐵公司能否為輪椅乘客提供優先使用升降機安排，或以更大型的升降機？(2)紅磡站新月台啟用後，轉車的輪椅乘客須與其他乘客及拉曉的旅客共用升降機，港鐵公司除了在繁忙時間實施人流管制外，會否安排輪椅乘客優先使用升降機？港鐵代表在會上並未對以上問題給予實質回應。

## 汽車 或 輪椅 出讓

牌子：本田 (HONDA)  
型號：STEPWGN 1.5 TURBO SPADA  
CC：1496，150匹  
年份：2015年11月  
顏色：深紫色  
新舊程度：75%  
資料：已改右手手制 +  
手控 hand-brake,  
7座，高配置，即買即用  
售價：145,000  
聯絡人：李先生  
電話：9208 9426



牌子、型號及年份：Ti TX (2017)  
顏色：藍色  
新舊：70%  
規格：- 高配置、可摺合  
- 15吋座闊、  
Spinery 12 線轆  
- Natural-fit 手推輪圈  
售價：\$13,500  
聯絡人：李先生 (6071 2358)



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。

# 曲藝團

# 傷青

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！

## 組織

《傷青曲藝團》是傷青會的一個自務樂團，其事務由傷青曲藝團管理委員會自行負責和執行。

## 宗旨

- (1) 弘揚及推廣粵曲的藝術
- (2) 增強對粵曲藝術演繹的認識
- (3) 推動及聯繫粵曲愛好者
- (4) 強化團員對粵曲及樂器的造詣



## 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

對那些中樂樂器有學習及認識 (可多項，請列出)：\_\_\_\_\_

對那些樂器有專長 (可多項，請列出)：\_\_\_\_\_

申請人簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

備註：1. 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。  
2. 已交報名表者，不用再遞交，稍後會通知面試準備事項，請填寫正確資料。

## 傷青曲藝團專用

此申請表格已被  接納  拒絕

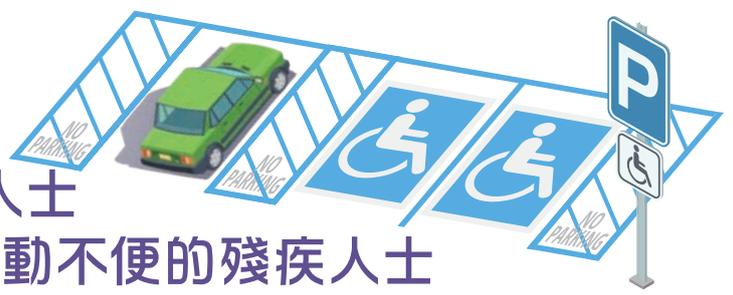
核實人簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

備註：\_\_\_\_\_

\*填妥報名表格可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

\*查詢電話：2338 5111 (朱先生)

「有關使用個人資料的重要通知」，請閱封底內頁。



## 傷青駕駛會就運輸署路邊殘疾人士泊車位開放予出示「司機接載行動不便的殘疾人士泊車證明書」(灰證)持有人一事的最新進展

自2021年1月開始，「傷青駕駛會」由2021年1月初至今接獲大量殘疾駕駛者投訴，表示全港各地的路邊殘疾人士泊車位正陸續換上可供「傷殘人士泊車許可證(簡稱藍證)及「司機接載行動不便的殘疾人士泊車證明書」(簡稱灰證)使用的標誌。在路邊殘疾人士泊車位供應不足，而持份者亦未獲充分諮詢的情況下，運輸署宣佈由1月29日起將路邊殘疾人士泊車位開放予出示「司機接載行動不便的殘疾人士泊車證明書」(灰證)的車輛停泊。由於上述措施對殘疾人士駕車出行有重大影響，傷青駕駛會自1月下旬開始密切跟進有關事宜：

### 1月21-23日

去信運輸署、運輸及房屋局、立法會交通事務委員會、申訴專員公署等政府部門，就運輸署在未有諮詢殘疾駕駛者情況下，便開放殘疾人士泊車位予「灰證」持有人提出強烈反對。

### 1月下旬至今

進行「網上聯署行動」呼籲全港有駕照的殘疾人士參與，同時收集「灰證」泊「殘位」的數據。

「網上聯署行動」連結

<https://forms.gle/ns9u3aHYrJUUrVxj8>



灰證泊殘疾人士泊車位數據收集網上表格

<https://forms.gle/hfTm65gEmDb1mV6L9>



### 1月28日

「傷青駕駛會」向傳媒發放新聞稿及立場書，駕駛會主席黃健雄先生及香港復康聯會副主席嚴楚碧女士在1月28日在協會召開「視像記者招待會」。

### 2月上旬

「傷青駕駛會」委員分別接受HK01、文匯報、香港商報、東方日報、有線電視及無線電視專訪。

### 2月8日

與立法會議員劉國勳先生，MH會面。委員集中解釋「藍證」及「灰證」的分別、申請過程等，並要求劉議員將議題帶入立法會的交通事務委員會內討論。

### 2月10日

在立法會議員劉國勳先生，MH安排下，「傷青駕駛會」主席及委員與運輸署助理處長黃志光先生、總運輸主任黃依凡女士及兩位高級運輸主任進行會議。

會議席上，「傷青駕駛會」各位委員明確而強烈地反對運輸署開放路邊殘疾人士泊車位予持有「灰證」的健全司機停泊車輛，並對署方在推出措施前未有充份諮詢最重要的持份者—殘疾駕駛者的意見，表示極度遺憾。「傷青駕駛會」亦要求署方明確交代開放路邊殘疾人士泊車位予持有「灰證」的司機的理據，唯署方並未能在會議期間，就上述事宜作出任何具體而清晰的回應。

最後，「傷青駕駛會」要求運輸署會議進行一系列跟進工作(包括但並不限於：與持份者透過工作小組商討並解決問題、暫停開放「灰證」泊殘疾車位措施、澄清「灰證」持有人停泊殘疾車位是否必須被接載者在場等)。

### 3月11日

運輸署書面暫覆本會，指出申訴專員已將投訴交由運輸署方處理及回覆。

### 3月26日

運輸署就本會於2021年1月下旬的投訴給予書面回覆。

### 4月15日

傷青駕駛會主席黃健雄先生及委員嚴楚碧女士接受無線電視《東張西望》訪問，有關訪問片段已於2021年5月1日播出，可透過以下連結收看：



<https://www.youtube.com/watch?v=YzA8skrWXFQ>



### 4月19日

「傷青駕駛會」不滿運輸署在3月26日給予的書面回覆，並在給予申訴專員的覆函當中指出運輸署在開放路邊殘疾人士泊車位予出示「灰證」的車輛過程中各種行政失誤(包括但並不限於：未有充分而妥善地諮詢殘疾駕駛者意見、「灰證」審批准則過份寬鬆等)

有關路邊殘疾人士泊車位開放予出示「司機接載行動不便的殘疾人士泊車證明書」持有人一事作出的投訴個案，和「傷青駕駛會」以往多年的投訴個案和建議資料，請見本會網頁 > 服務 > 政策倡導計劃 > 意見反映：<http://www.hkfhy.org.hk/zh/service/main/4-4/>。

## 「傷青駕駛會」【會員招募】

「傷青駕駛會」為加強和團結殘疾駕駛者的凝聚力，現歡迎持有香港駕駛執照的殘疾人士加入成為會員，為日後向外爭取更多相關殘疾駕駛者的權益，例如：爭取油公司的優惠、各大商場停車優惠、購物優惠、關注政府政策……等等。

有意加入成為「傷青駕駛會」會員的朋友，只需填寫以下連結便可，費用全免，審批後會發出電子會員證給合資格的會員。



<https://forms.gle/Xt75Y2VsDbTrKv8u9>

## 舉報違例泊車

「傷青駕駛會」WhatsApp專線5711-1600接收所有關於「違例佔用停泊殘疾人士專用車位」的轉介，請大家把違泊的照片，透過此專線發給我們，我們會在整理後，定期把相關資料呈交警方、區議會及相關的部門，以促請有關的部門關注違泊的情況！所以請大家透過這條專線，把違泊的個案通知我們，好讓我們把實際的數據向當局反映！（資料請注明日期、時間、地點、車牌號碼）。各位亦可透過以下網上舉報違例泊車情況：

<https://forms.gle/s7hhnz4y9LPVFCv96>



# 香港傷殘青年協會 就業服務中心

## 「僱員再培訓課程」意見問卷 (2021- 2022 年度)

為提升培訓課程質素及增強學習成效，現誠意邀請閣下填寫意見問卷，填妥後請於2021年6月30日或之前以下列方式交予就業服務中心。意見只供本中心開辦課程時參考之用，本中心將保留對資料之用途的最終決定權。

問卷遞交方法：

**傳真** 2756 0310

**電郵** supemp@hkfhy.org.hk

**郵寄** 九龍灣啟業邨啟裕樓地下8-11號

**查詢** 2759 6412 馬姑娘/黃姑娘

### 1. 您曾否修讀下列由本中心舉辦的「僱員再培訓課程」

如沒有 (請轉至第2題)  如有，是哪個課程？(請在  內加✓號，可選多個)

#### 就業掛鈎課程

實用文職訓練基礎證書  銷售實務基礎證書  電話推銷及問卷調查員基礎證書  行政助理基礎證書

#### 非就業掛鈎課程 (基礎證書 (兼讀制))

360° 影片製作技巧  花藝設計及應用 I  常用英語 II  職業普通話 I  
 Flash 電腦動畫製作  花藝設計及應用 II  常用英語 III  職業普通話 II  
 網頁製作技巧  花藝設計及應用 III  職業英語 (閱讀及寫作) I  零售概論  
 網頁圖像及動畫製作技巧  節日及禮儀花藝設計  職業英語 (聽力及會話) I  小本創業  
 網上商業保安的認識  網上創業 (營運及市場推廣)  常用英語語法 I 或 II  倉頡輸入  
 婚禮花飾與宴會佈置 I  中藥保健食療知識  網上商業 (社交網絡營銷)  
 Android 流動裝置應用程式開發  簿記基礎證書 LCC I Level 1 Book-keeping 備試

### 2. 如修讀本中心舉辦「僱員再培訓課程」，您考慮的原因是：(請在 內加✓號，可選多個)

資歷認可  提供就業轉介服務  有津貼  地區方便  
 有質素保證  提升工作技能，增加就業機會  環境設施適合殘疾人士  時間合適  
 課程內容實用  學費全免  導師質素佳  職員服務專業

### 3. 本中心開辦新進修課程，您最想開辦下列哪類型的課程？(請在 內加✓號，可選多個)

物業管理及保安 (會所及康樂、設施管理)  保險 (人壽保險中介人、保險行政助理)  地產代理 (地產代理、地產營業員)  
 零售 (店務、推廣、寵物美容及店務助理)  飲食 (餐飲及宴會、廚務、調酒員)  鐘錶及珠寶 (鐘錶/珠寶銷售員、鐘錶維修服務助理)  
 環境服務 (花店及花藝設計、園藝助理)  服裝製品及紡織 (針織布概論、紙樣設計及立體量裁)  中醫保健 (中成藥零售、保健按摩、中醫診所助理)  
 文書處理 (倉頡輸入法、文書處理、試算表)  印刷及出版 (印刷版面設計、印刷電腦排版)  設計 (平面設計、室內設計)  
 商業 (會計、辦公室助理、行政助理、創業營商、電話推銷及訪問)  資訊及通訊科技 (網頁設計、動畫製作、網路工程技術、繪圖、流動裝置應用程式開發)  旅遊 (旅遊顧問、導遊、項目及宴會管理、展覽項目)  
 職業語文 (職業普通話、職業英語、日文、韓文)  美容 (營養顧問、美容師、美甲師、髮型助理)  其他 (請註明)

### 4. 您期望的上課模式是：(請在 內加✓號，可選多個)

早上 (半日制)  下午 (半日制)  晚間 (半日制)  全日制

謝謝您的寶貴意見！

## 360° 影片製作技巧基礎證書 (兼讀制)

課程編號: FY025HG-3

課程內容: (一) 市場情況

1. 360° 影片在社會及不同行業的應用 (如教育行業、醫護行業等)

(二) 職業道德及操守

1. 知識產權及個人私隱的重要性
2. 相關條例簡介 (包括: 個人私隱條例、知識產權條例等)

(三) 360° 影片製作的基本認識

1. 360° 影片的種類
2. 360° 影片的用途 (如 VR 虛擬實境遊戲開發、房屋示範單位、復康治療示範等)
3. 拍攝前的準備工作及注意事項, 包括:
  - (a) 選擇場景和時間
  - (b) 設定影片質素、解析度及長寬比
  - (c) 準備拍攝器材 (如 360° 攝影機、360° 播放 Cardboard 眼鏡)
  - (d) 常用的軟件 (包括 360° Video Metadata)

(四) 360° 影片製作技巧

1. 360° 影片拍攝器材的應用
2. 360° 影片拍攝實務技巧
3. 360° 影片製作軟件的應用: 360° Video Metadata app
4. 影片後期製作技巧 (如剪輯、修改、音效、轉換檔案格式等)
5. 視頻網絡及多媒體社交平台對 360° 影片的格式要求
6. 上傳至視頻網站及多媒體社交平台的應用技巧

(五) 課程評核

1. 期末筆試

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。

入學條件: 1. 中五學歷程度; 或中三學歷程度及具兩年或以上工作經驗; 及 2. 持有由僱員再培訓局頒發的「電腦操作系統基礎證書 (兼讀制)」或同等資歷; 或通過基本電腦知識入學測試

上課日期: 2021年8月至2021年10月

2021年8月份: 9、12、16、19、23、26、30

2021年9月份: 2、6、9、13、16、20、23、27、30

2021年10月份: 4、7

(逢星期二、四, 共18堂, 45小時)

上課時間: 2:30pm - 5:15pm (每堂有15分鐘小休, 不計算在課時內)

畢業要求: 1. 學員的總出席率須達課程的最低要求 (80%); 及 2. 必須於課程評估各部份 (即持續評估及期末考試 (考獲及格分數; 及 3. 必須於期末考試考獲及格分數。 4. 如達到以上全部要求, 學員可獲得僱員再培訓局簽發的「畢業證書」乙份。

地點: 九龍灣啟業邨啟裕樓地下8-11號 (香港傷殘青年協會 - 就業服務中心)

費用: 全免 名額: 12名

津貼: 沒有

交通: 自行前往, 不設復康巴士安排

截止日期: 2021年7月16日 (星期五)

查詢及報名: 2759 0178 (陳先生)



凡報讀 ERB「僱員再培訓局」課程, 請直接致電 2759 0178 與陳先生登記

 香港傷殘青年協會

# 就業服務中心

## 《接收最新資訊》>>>

可透過  Whatsapp 更快捷及有效地接收中心的各項資訊 (例如福利資訊、物資派發、就業資訊及課程活動等)。

➡ 首先登記 google form : <https://shorturl.at/puvBF>



➡ 把中心  Whatsapp 號碼 5539 7407 儲存於接收訊息手機的通訊錄內, 方可接收有關訊息。

➡ 中心  Whatsapp 號碼只供中心發放訊息用, 不設回覆。

 5539 7407

## 專業技能培訓計劃 - 3D 繪圖員

本中心將會開辦「專業技能培訓計劃·3D繪圖員課程」，詳情如下：  
課程編號：SEP - 2021006

日期：2021年7月20日至9月23日，逢星期二及四  
時間：晚上7時至10時  
時數：每堂3小時，總共60小時。另提供見習培訓4個月  
堂數：20堂 名額：8人  
地點：九龍灣啟業邨8至11號地下

費用：\$500 (參加者若出席率達90%及提交全部功課，將在培訓課程完結後，以支票形式全數退回。若未能達標，將不獲退回，繳交的費用將用作日後3D繪圖培訓項目使用)

交通安排：自行前往

參與要求：  
▶ 肢體殘疾及器官殘障優先  
▶ 中三學歷或以上，中三程度以下，則需要有2年或以上的工作經驗  
▶ 懂基本電腦操作，能閱讀簡單英文  
▶ 必須有工作動機  
▶ 有學習3D繪圖的意欲  
▶ 有進取和自我提升的態度  
▶ 須通過面試評核

培訓內容：  
• 學習3D繪圖及插畫技巧  
• 參與籌劃展覽會 (可自由選擇)  
• 完成培訓後，將獲為期6個月的就業跟進服務

申請方法：1. 填妥下列報名表，並電郵至 [hkfhysc@gmail.com](mailto:hkfhysc@gmail.com) 或傳真至 27560310，或

2. 填寫連結：(右方QR code)



截止日期：2021年6月26日 (星期六)

備註：1. 本中心將免費提供課程所需的專業器材配套及支援，包括電腦軟硬件  
2. 香港傷殘青年協會就業服務中心保留一切的最終決定權



## 陶出新天地

課程編號：ADF-A01

課程內容：  
1. 學習陶藝製作的基本理論：包括：陶泥的基本認知、陶器成形的基本概念、裝飾方法、窯燒方法及相關知識等。  
2. 成形：手捏法、雕塑成形法、泥條盤築法及泥板併合法。  
3. 裝飾：涉獵設色及表面肌理兩方面的學習。  
4. 設色：釉下彩的運用、傳統施釉方法  
5. 表面肌理：貼花、刻花、壓花

入學條件：  
- 對陶器製作或陶藝有興趣的殘疾人士。  
- 製作時需操作特定工具，報讀者需進行面試評估。

上課日期：預計2021年12月至2月，共2班  
(每班上課期：約1個月)

上課時間：每節2.5小時，全期10節。(時間待定)

地點：九龍灣啟業邨啟裕樓地下8-11號  
(香港傷殘青年協會 - 就業服務中心)

學費：全免

名額：每班10名

交通：自行前往，不設復康巴士安排

截止日期：2021年8月27日(星期五)

查詢及報名：2137 0520 (黃姑娘 / 馬姑娘)



## 專業技能培訓計劃 - 3D 繪圖員

## 報名表

填妥後請電郵至 [hkfhysc@gmail.com](mailto:hkfhysc@gmail.com) 或傳真至 27560310

姓名：\_\_\_\_\_ (中文) 性別： 男  女 年齡：\_\_\_\_\_ 學歷： 小學  中學  大專

居住地區：\_\_\_\_\_

聯絡電話：(手提) \_\_\_\_\_ (住宅) \_\_\_\_\_ Whatsapp \_\_\_\_\_

電郵地址：\_\_\_\_\_

殘疾類別： 肢體殘疾 ▶  右手  左手  左腳  右腳  腦部受損  
▶ 需否輔助工具： 需要 (請註明：\_\_\_\_\_ )  不需要

器官殘障 / 長期病患 (請註明：\_\_\_\_\_ )

其他 (請註明類別及輔助工具：\_\_\_\_\_ )

是否在職： 是  不是 過往工作經驗：(請順序填寫最近2年的工作)

日期		公司名稱	職位	簡述工作內容
由(月/年)	至(月/年)			

有意參加的原因是：\_\_\_\_\_

備註：1. 中心收到報名表後，會在6月26日或之前以電話聯絡申請者，並安排初次面試。若於6月30日仍未收到通知，有關申請將作落選論。本中心恕不另行通知落選者。

2. 初次面試合格後，須再參與覆試。獲得通過後，收到電話及書面正式通知可以參與培訓計劃。

3. 參加者須於首堂繳付費用。如首堂未能繳付，則必須在中心指定限期內補回，否則將不能繼續參與培訓。

# 全♥傳電 2021

Power Connect

2021年度的「全♥傳電」現正接受申請，香港傷殘青年協會賽馬會活動中心將繼續擔任其中一間授權處理申請機構。申請人須居於中電供電範圍，並符合以下其中一項資格，即可提出申請。成功申請的家庭，將可獲得一次性500港元的電費資助，名額有限，如有需要請盡快申請。有關詳情如下：

## • 申請資格（須符合以下其中一項資格）

### (i) 殘疾人士

### (ii) 65歲或以上獨居 / 雙老長者

### (iii) 低收入人士

## • 所須文件

1. 受惠人香港身份證
2. 電費單副本  
(需完整顯示居住地址及電力賬戶註冊客戶英文姓名及中電編賬號碼)  
(如電費帳戶非申請人本人，請出示住址證明)
3. 根據不同申請類別提供以下其中一項證明文件(須顯示編號)

(i) 殘疾人士	(ii) 65歲或以上獨居 / 雙老長者	(iii) 低收入人士
殘疾人士登記證	綜援	綜援
綜援交通補助金	長者生活津貼	在職家庭津貼
傷殘津貼		全額書簿津貼
		幼稚園 / 幼兒中心學費減免

## • 申請日期

由2021年5月3日至2021年9月30日  
(名額有限，如有需要請盡快申請)  
(預計發放資助日期：2021年12月底或之前)

## • 申請方法

1. 請帶同「所須文件」，前往傷青會賽馬會活動中心領取並填寫「申請表格」後，交回中心職員。  
(地址：九龍橫頭磡邨宏基樓地下1-13號)
2. 以電郵/郵寄方式索取「全♥傳電」表格(只限本會殘疾會員) <https://forms.gle/PKKCEU3PVPPrCF7eT6>  
(表格僅供申請人使用，申請人填妥後必須把表格交回本中心。)
3. 如有需要，可找中心社工協助填寫「申請表格」。(只限本會殘疾會員)

## • 了解詳情(中電)

網站：[powerconnect.clp.com.hk](http://powerconnect.clp.com.hk)  
電郵：[powerconnect@clp.com.hk](mailto:powerconnect@clp.com.hk)  
查詢熱線：2678 0372

香港傷殘青年協會  
賽馬會活動中心  
現正接受合資格人士申請  
申請表可於中心索取

註：申請須經中電審批，過往年度曾經申請過本計劃但因額滿而未能獲得資助之人士及從未申請過本計劃之人士將享有較高的申請排名。





# 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



[www.facebook.com/hkfhyjac](http://www.facebook.com/hkfhyjac)

即讚好活動中心facebook專頁  
緊貼中心最新活動及康復資訊



## Whatsapp廣播 及接收最新資訊服務



6623 5617 (需預先於Google form內登記)

-本Whatsapp號碼只供中心發放訊息用, 不設回覆。

-必須先把中心whatsapp number 6623 5617  
儲存於閣下接收訊息的手機內, 方可接收有關訊息



登記: <http://bit.ly/whatsappinfoform>

發放中心重要及最新資訊包括  
突發活動, 物資派發及登記等重要消息



## 活動中心 全新 傷青Youtube頻道



傷青YouTube頻道



<https://www.youtube.com/c/HKFHYJCAC>

各類班組/活動教學、娛樂及  
資訊影片不日上載

香港傷殘青年協會賽馬會活動中心

# 社工面談及輔導服務

服務對象:

肢體殘疾人士

肢體殘疾人士家人/照顧者

提供個人情緒及心理輔導服務，  
引導服務對象處理不同的問題，  
當中包括但並不限於  
個人成長，康復問題，情緒困擾，  
人際關係問題，生活及照顧壓力等



查詢及預約:

(電話) 2337 9311

(電郵) [wthpo1@hkfhy.org.hk](mailto:wthpo1@hkfhy.org.hk)

(地址) 香港九龍橫頭磡邨宏基樓地下 1-13 號



截止日期：2021年6月24日(星期四)

抽籤結果：2021年7月2日(星期五)

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)

【報名前請先閱覽封底內頁的“活動報名須知”】

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

## 特別通告

中心會因應新型冠狀病毒疫情最新發展而決定本期活動是否繼續舉行，詳情請留意傷青會網頁 [www.hkfhycac.org.hk](http://www.hkfhycac.org.hk) 及中心社交網站 [www.facebook.com/hkfhycac](https://www.facebook.com/hkfhycac) 內公佈。

倘活動繼續舉行，中心亦會因應情況或有機會要求參加者 **戴上D罩** 及 **進行體溫檢測**。若有參加者拒絕或出現發燒等情況，中心將會暫停參加者繼續參與是次活動，敬請見諒。

## 外出活動篇

### 大澳文化遊 < \*本活動只設中途站接載參加者 >

編號：	A2107075	A2108076	A2108080
體驗活動：	茶粿製作體驗	糯米糍製作體驗	豆腐花製作體驗
日期：	27/7/2021 (星期二)	17/8/2021 (星期二)	31/8/2021 (星期二)

時間：11:30am - 4:00pm

地點：大澳

名額：8名

費用：會員：免費 / 非會員：\$50

交通：自行前往 / 復康巴 (只設中途站)

內容：活動行程包括：

- 復康巴直抵大澳，遊覽大澳漁村風貌；
- 由當地居民作文化嚮導，一同穿梭大澳大街小巷、廟宇、橋樑及水上棚屋，感受大澳漁村風情；
- 由當地居民教授參加者親手製作大澳的傳統食品。

備註：1. 肢體殘疾及長期病患會員優先；  
2. 復康巴只設下列中途站接載參加者：(請於報名時列明)

(a) 活動中心

(b) 東涌港鐵站A出口

3. 活動已包括導賞費用及體驗活動費用；

4. 活動並不包括午膳，參加者需自費 / 自備午膳；

5. 如需要協助者，請自行邀請照顧者同行；

6. 歡迎照顧者一同參與；

7. 請穿著輕便服飾及自備飲用水；

8. 如報名人數過多，參加者只能選擇其中一個參加(請於報名時列明優次)。

查詢：Dora (黃姑娘) 電話：2338 5133



### 夏日樂盈營 < \*本活動只設中途站接載參加者 >

編號：A2107078

地點：元朗大棠渡假村

費用：會員：\$130 / 非會員：\$160

日期：31/7/2021 (星期六)

交通：自行前往 / 復康巴 (只設中途站)

時間：10:00am - 4:00pm

名額：16名

內容：疫情未完，宿營活動真的舉辦不了，但不用失望，日營仍然等你。一同參與我們為大家預備的營地活動工作坊、自由享用營地獨有設施，繼續為這個夏天帶來歡樂的回憶。

備註：1. 復康巴只設下列中途站接載參加者：(請於報名時列明)

(a) 活動中心

(b) 元朗西鐵站G出口

2. 是次活動費用已包括午膳；

3. 如需要協助者，請自行邀請照顧者同行；

4. 歡迎照顧者一同參與；

5. 請穿著輕便服飾及自備飲用水。

查詢：Dora (黃姑娘) 電話：2338 5133



## 外出活動篇

### 遺蹟與藝術 編號：A2107093

日期：12/7/2021 (星期一) 地點：金鐘  
 時間：2:30pm - 4:00pm 名額：8名  
 費用：會員：\$10 (自行前往/中心上車) / \$20 (復康巴)  
 非會員：\$30 (自行前往/中心上車) / \$40 (復康巴)  
 交通：自行前往/中心上車/復康巴  
 內容：是次將會前往前身為軍火庫建築群的亞洲協會香港中心，當中能夠認識到昔日的歷史古蹟，了解當時用以製造及儲存炸藥的場所的過去歷史痕跡。除此之外亦會遊覽現時經活化而成的交流中心的文化藝術活動。  
 備註：1. 報名時請註明前往方式；  
 2. 請穿著輕便服飾及自備飲用水；  
 3. 參觀設有導賞服務；  
 4. 費用不包括午餐；  
 5. 活動不設午膳時間。  
 查詢：Wendy (蔡姑娘)

### 茶館劇場「粵·樂·茶韻」 編號：A2108115

日期：21/8/2021 (待定) 地點：西九文化區 戲曲中心茶館  
 時間：3:00pm - 5:00pm (待定) 交通：自行前往/復康巴  
 名額：8名 (包括4名輪椅使用者)  
 費用：會員：\$80 (自行前往) / \$100 (復康巴)  
 非會員：\$110 (自行前往) / \$130 (復康巴)  
 內容：戲曲中心的茶館劇場是獨一無二的表演空間，常設節目「粵·樂·茶韻」由著名粵劇紅伶羅家英先生擔任藝術策劃及導演。  
 備註：1. 請穿著輕便服裝及自備飲用水；  
 2. 活動費用已包括入場門票  
 3. 劇目視乎大會安排。  
 4. 日期及時間有機會因應大會安排而有所調整，屆時會作另行通知。  
 5. 報名時請註明前往方式；  
 查詢：Michael (米高)



## 中心活動篇

### 復活節島·摩艾石像擴香石 編號：A2107091

日期：10/7/2021 (星期六) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：2:00pm - 4:30pm 名額：8名  
 費用：會員：\$110 (自行前往) / \$120 (復康巴)  
 非會員：\$130 (自行前往) / \$140 (復康巴)  
 交通：自行前往/復康巴  
 內容：復活節島作為近年的人氣景點，不少人為了一睹摩艾石像而慕名而來，今次就教大家製作摩艾石像擴香石，除了可作家居擺設，更散發淡淡怡人香味，為家中加一點氣氛！  
 備註：1. 報名時請註明前往方式；  
 2. 圖片只供參考，以導師於課堂教授為準。  
 查詢：Wendy (蔡姑娘)



### 聲之配音組 編號：C2107096

日期：19/7, 26/7, 2/8, 9/8/2021 (星期一) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：2:30pm - 4:30pm 名額：8名  
 堂數：4堂 交通：自行前往/復康巴  
 費用：會員：\$200 (自行前往) / \$220 (復康巴)  
 非會員：\$220 (自行前往) / \$230 (復康巴)  
 內容：全新推出！傷青配音組！一齊挑戰一連串的配音訓練啦！話唔定將來你就係明日之「聲」！今次邀請到現職配音員教大家以聲音演戲——為動畫/電影/劇集等配音、學習閱稿技巧、製作配音作品。  
 備註：1. 報名時請註明前往方式；  
 2. 參加者需能讀寫中文並以廣東話為常用溝通語言；  
 3. 參加者須參與所有課堂。  
 查詢：Wendy (蔡姑娘)



### 傷青資訊台 編號：A2107092

日期：20/7/2021 (星期二) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：2:30pm - 4:00pm 名額：8名  
 費用：會員：免費 (自行前往) / \$20 (復康巴)  
 非會員：免費 (自行前往) / \$30 (復康巴)  
 交通：自行前往/復康巴  
 內容：想知如何最方便接收傷青的網上資訊？今次教大家學習：  
 1. 瀏覽傷青各個資訊平台 (YouTube 影片頻道、Facebook)  
 2. 即知最新傷青消息  
 3. 隨時看最新傷青快訊  
 4. 在家中即可完成活動報名！(網上報名)  
 如果對以上的網上資訊有疑問，報名來了解一下喇！  
 備註：報名時請註明前往方式。  
 查詢：Wendy (蔡姑娘)

### 傷青八點鐘網台-咖啡烘焙 編號：A2108118

日期：20/8/2021 (星期五) 地點：線上  
 時間：8:00pm - 9:00pm 名額：6名  
 費用：會員：免費  
 內容：抗疫情期間大家喺屋企好難同朋友交流？唔洗擔心！傷青七點鐘網台幫到你！傷青電台以線上形式舉行，每一期網台將會有唔同嘅主題，參加者可以於網台上網分享下對主題嘅諗法，同其他會員傾下偈一齊分享日常趣事，輕輕鬆鬆一個鐘，門口都唔洗出！  
 今期主題係咖啡烘焙：  
 你哋有無飲咖啡嘅習慣呢？咖啡係一門好深奧嘅學問，由選豆到飲得嘅咖啡需要經過千錘百鍊，雄雄烈火，百度高溫。淨係咖啡既種類已經可以吹半日，點整又講四日，不過今次得一個鐘，將就下聽住先啦。  
 備註：活動使用手機軟件 Zoom，請參加者先行下載。  
 查詢：Michael (米高)



**傷青八點鐘網台 - 人氣動漫** 編號：A2107119

日期：30/7/2021 (星期五) 地點：線上 名額：6名  
 時間：8:00pm - 9:00pm 費用：會員：免費 交通：N/A  
 內容：抗疫情間大家喺屋企好難同朋友交流？唔洗擔心！傷青七點鐘網台幫到你！傷青網台以線上形式舉行，每一期將會有唔同嘅主題，參加者可以於網台上網分享下對主題嘅看法，同其他會員傾下偈分享趣事，輕輕鬆鬆一個鐘，門口都唔洗出！  
 本期主題係人氣動漫：  
 日本動漫係香港人氣極高！火影忍者 海賊王 鬼滅之刃 進擊的巨人 等等嘅作品街知巷聞。不過你又知唔知道世界上人氣最高嘅動漫係乜嘢呢？被喻為動漫界嘅神作又係邊幾套呢？一齊參加傾下！  
 備註：活動使用手機軟件Zoom，請參加者先行下載  
 查詢：Michael (米高)



**藝術篇**

**立體塑水彩研習** 編號：C2107095

日期：19/7, 26/7, 2/8, 9/8/2021 (星期一) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：10:30am - 12:00nn 堂數：4堂  
 名額：8名 交通：自行前往  
 費用：會員：\$100 (自行前往) / 非會員：\$120 (自行前往)  
 內容：學習運用塑膠彩、水彩及黏土技巧，製作立體畫作。  
 備註：1. 活動需要一定手部活動能力，報名時請自行判斷；  
 2. 圖片只供參考，以導師於課堂教授為準。  
 查詢：Wendy (蔡姑娘)



**天竺「紙」車車紙板藝術 & 定格動畫製作**  
 編號：A2107113

日期：18/7/2021 (星期日) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：2:30pm - 4:30pm 名額：8名  
 費用：\$30 (自行前往) / 非會員：\$60 (自行前往)  
 交通：自行前往  
 內容：利用紙張，製作最流行嘅天竺鼠車車紙板藝術！除咗天竺鼠車車紙板藝術之外，製作班更會利用智能電話，製作簡單定格動畫，製作屬於自己嘅天竺鼠車車故事！  
 備註：圖片只供參考，以導師教授為準  
 請自備有拍攝功能的手機或相機  
 查詢：Michael (米高)



**雜錦壽司輕黏土製作** 編號：A2108112

日期：7/8/2021 (星期六) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：2:30pm - 4:30pm 名額：6名  
 費用：會員：\$80 (自行前往) / \$100 (復康巴)  
 非會員：\$110 (自行前往) / \$130 (復康巴)  
 交通：自行前往 / 復康巴  
 內容：輕黏土只是紙黏土裡的一種，簡稱超輕土，捏塑起來更容易更舒適，更適合造型，本製作班將會教授如何使用輕黏土製作可愛雜錦壽司  
 備註：圖片只供參考，以導師於課堂教授為準  
 查詢：Michael (米高)



**水彩風景** 編號：C2108122

日期：4,11,18,25/8/2021 (逢星期三) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：2:30pm - 4:00pm 堂數：4堂  
 名額：8名 交通：自行前往 / 復康巴  
 費用：會員：\$100 (自行前往) / \$110 (復康巴)  
 非會員：\$120 (自行前往) / \$140 (復康巴)  
 內容：水彩畫是用水調和透明顏料作畫的一種繪畫方法，簡稱水彩。  
 是次課程會教學運用水彩作畫，試以不同運用水彩的技巧繪畫風景畫。  
 備註：圖片只供參考，以導師教授為準  
 查詢：Michael (米高)



**日式繪手紙** 編號：C2107121

日期：7,14,21,28/7/2021 (逢星期三) 地點：活動中心  
 時間：2:30pm - 4:00pm 堂數：4堂  
 名額：8名 交通：自行前往 / 復康巴  
 費用：會員：\$100 (自行前往) / \$110 (復康巴)  
 非會員：\$120 (自行前往) / \$140 (復康巴)  
 內容：“繪手紙”源於存在已久的日本書信文化而發展而來的民間藝術，工作坊將結合日式繪畫風格，繪畫生活日常的物品，製作獨特而傳統的繪手紙明信片。用簡單的筆紙書畫，寄存平日心中未及表達之情感。  
 備註：圖片只供參考，以導師於課堂教授為準  
 查詢：Michael (米高)



**相機攝影坊 . 入門** 編號：C2108123

日期：5/8 - 9/9/2021 (逢星期四) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：2:30pm - 4:00pm 名額：6名  
 堂數：6堂 交通：自行前往  
 費用：會員：\$10 / 非會員：\$20  
 內容：以深入淺出方法，教授大家基本攝影技巧及知識，學習如何在光圈、快門和感光度三者間取得平衡，達至不同效果的曝光，打好攝影基本功。  
 備註：1. 參加者毋須攝影經驗；  
 2. 本中心將提供攝影器材於課堂上使用；  
 3. 如有需要，建議自備相機器材。  
 查詢：阿飛 (Felix) / Michael (米高)



**捲紙花藝畫** 編號：C2108120

日期：5, 12/8/2021 (星期四) 地點：賽馬會活動中心  
 時間：7:00pm - 8:30pm 堂數：2堂  
 名額：8名 交通：自行前往  
 費用：會員：\$40 (自行前往) / 非會員：\$50 (自行前往)  
 內容：用紙捲出不同花朵和形狀，創出一幅「花花世界」！  
 備註：1. 活動需要一定手部活動能力，報名時請自行判斷；  
 2. 圖片只供參考，以導師於課堂教授為準。  
 查詢：Wendy (蔡姑娘)



SUN潮派 (適合35歲或以下殘疾人士及/或其照顧者)

**大澳文化遊 (Sun潮派)** 編號: A2108077

< \*本活動只設中途站接載參加者>

體驗活動: 茶糶製作體驗 地點: 大澳  
日期: 8/8/2021 (星期日) 名額: 8名  
時間: 11:30am - 4:00pm  
費用: 會員: 免費 / 非會員: \$50  
交通: 自行前往 / 復康巴 (只設中途站)  
內容: 活動行程包括:

- 復康巴直抵大澳, 遊覽大澳漁村風貌;
- 由當地居民作文化嚮導, 一同穿梭大澳大街小巷、廟宇、橋樑及水上棚屋, 感受大澳漁村風情;
- 由當地居民教授參加者親手製作大澳的傳統食品。

備註: 1. 復康巴只設下列中途站接載參加者: (請於報名時列明)

- (a) 活動中心
- (b) 東涌港鐵站A出口

- 2. 活動已包括導賞費用及體驗活動費用;
- 3. 活動並不包括午餐, 參加者需自費/自備午餐;
- 4. 如報名者年齡超過要求, 其報名將不會計算在內;
- 5. 如需要協助者, 請自行邀請照顧者同行;
- 6. 歡迎照顧者一同參與;
- 7. 請穿著輕便服飾及自備飲用水。

查詢: Dora (黃姑娘) 電話: 2338 5133

**立體繞線畫** 編號: A2108094

日期: 23/8/2021 (星期一) 地點: 賽馬會活動中心  
時間: 6:30pm - 8:00pm 名額: 8名  
費用: 會員: \$60 / 非會員: \$70

< \*活動設有1+1同行優惠 >

交通: 自行前往  
內容: 只需簡單技巧! 即可做出具線條感的掛畫, 可粉飾家居增加一些格調!



- 備註: 1. 活動需要一定手部活動能力, 報名時請自行判斷;  
2. 歡迎照顧者一同參與。  
3. 圖片只供參考, 以導師於課堂教授為準。

查詢: Wendy (蔡姑娘)

**雪條棍夜燈** 編號: A2108081

日期: 14/8/2021 (星期六) 地點: 賽馬會活動中心  
時間: 2:30pm - 4:30pm 名額: 8名  
費用: 會員: \$50 / 非會員: \$80 交通: 自行前往

< \*活動設有1+1同行優惠 >

內容: 夏天熱辣辣, 大人細路都鍾意食雪條, 如果將雪條棍儲起, 用來製作簡單的小夜燈, 而且還可改變夜燈色彩, 也是一個不錯的選擇吧!



- 備註: 1. 如報名者年齡超過要求, 其報名將不會計算在內;  
2. 歡迎照顧者一同參與。

查詢: Dora (黃姑娘) 電話: 2338 5133

**桌遊系列 - 駱駝大賽** 編號: C2107067

日期: 21/8/2021 (星期六) 地點: 賽馬會活動中心  
時間: 2:30pm - 4:30pm 名額: 8名  
費用: 會員: \$10 (自行前往) / \$20 (復康巴)  
非會員: \$30 (自行前往) / \$40 (復康巴)

< \*活動設有1+1同行優惠 >

交通: 自行前往 / 復康巴  
內容: 在駱駝大賽裡面, 八位玩家可以試著找出誰能夠在圍繞金字塔的快速競賽中獲得第一和第二名。大賽同時會出現瘋狂駱駝, 在比賽開始時會往反方向跑! 你永遠不會知道比賽結果如何!



- 備註: 1. 如報名者年齡超過要求, 其報名將不會計算在內;  
2. 活動如有修改, 將另行通知活動中籤者。

查詢: Donald (吳先生)

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

為鼓勵更多殘疾朋友參與社區活動, 凡報名並抽中參與本期傷青快訊內「SUN潮派系列」指定活動的朋友, 將可享有「1 + 1 同行優惠」。只要你符合參與活動的資格, 與另一位親友一同報名參與「SUN潮派系列」指定活動, 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。

## 音樂篇

### Ukulele 夏威夷小結他班 編號：C2107097

日期：16/7 - 8/10/2021 (逢星期五, 1/10 除外)

地點：賽馬會活動中心

堂數：12 堂

時間：2:30pm - 4:00pm

名額：8 名

交通：自行前往

費用：會員：\$440 / 非會員：\$470 < \*參加者若出席率達 75% (9 堂) 或以上，可獲退還 \$200 學費，及獲贈 Ukulele 夏威夷小結他一套。 >

內容：如果一個人想一輩子學一種樂器，Ukulele (夏威夷小結他) 一定是不可錯過的選擇，因為它是全世界最簡單的彈唱樂器，只有四條弦，不會太複雜，是個很易上手的樂器。

- 備註：1. 此活動由專業導師教授，適合未曾接觸的參加者報名；  
2. 活動需要一定手部活動能力，參加者須因應情況報名；  
3. 本會將提供 Ukulele (夏威夷小結他) 於上課時使用或參加者自備；  
4. 參加者若出席率達 75% (9 堂) 或以上，可獲退還 \$200 學費，及獲贈 Ukulele 夏威夷小結他一套。

查詢：Dora (黃姑娘) 電話：2338 5133



### 口琴合奏班 編號：C2107105

日期：14/7 - 18/8/2021 (逢星期三)

堂數：6 堂

時間：8:00pm - 9:00pm

名額：8 名

地點：賽馬會活動中心 / 視像上課

交通：自行前往 / 復康巴

費用：會員：\$120 (自行前往) / \$150 (復康巴)

非會員：\$140 (自行前往) / \$170 (復康巴)

內容：由口琴導師教授基本的口琴合奏技巧，歌曲以懷舊中、英文金曲為主，歡迎複音口琴和半音階口琴朋友參加。

- 備註：1. 請自備口琴。  
2. 曾參加本會過往舉辦之口琴合奏班的學員優先。  
3. 參加者若出席率達 75% 或以上可獲退還 \$60 學費。

查詢：Wendy (蔡姑娘)

### 無伴奏合唱團 (第 20 期) 編號：C2107068

日期：12/7 - 16/8/2021 (逢星期一)

地點：賽馬會活動中心 / ZOOM

時間：7:00pm - 8:30pm

堂數：6 堂

名額：10 名

交通：自行前往

費用：會員：\$150 / 非會員：\$160

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. 參加者若出席率達 80% 或以上可獲退還 \$50 學費；  
2. 曾參與無伴奏合唱團 (第 19 期) 優先；  
3. 適合未曾接觸無伴奏的會員參與；  
4. 活動或有機會以視像形式進行，參加者需自行安裝 ZOOM 應用軟體；  
5. 活動如有修改，將另行通知活動中簽者。

查詢：阿飛 (Felix)

### 二胡初階 V 編號：C2107116

日期：30/7 - 12/11/2021 (隔星期五)

地點：賽馬會活動中心

時間：7:00pm - 8:30pm

堂數：8 堂

名額：8 名

交通：自行前往

費用：會員：\$100 / 非會員：\$120

內容：教授拉奏二胡初階技巧，導師將按參加者能力選取合適曲目。

- 備註：1. 請自備相關樂器；  
2. 活動課程內容以導師教授為準；  
3. 活動需要一定手部活動能力，報名前請自行判斷。

查詢：少川

### 笛子初階 VI 編號：C2108117

日期：6/8 - 19/11/2021 (隔星期五)

地點：賽馬會活動中心

時間：7:00pm - 8:30pm

堂數：8 堂

名額：8 名

交通：自行前往

費用：會員：\$100 / 非會員：\$120

內容：教授吹奏中國笛子技巧，學習基本樂理及簡單曲目。

- 備註：1. 請自備相關樂器；  
2. 活動課程內容以導師教授為準；  
3. 活動需要一定手部活動能力，報名前請自行判斷。

查詢：少川

## 肢體殘疾人士及照顧者系列

適合肢體殘疾人士及其照顧者參與，本系列活動抽籤優次如下：【1】照顧者天地成員、【2】肢體殘疾人士及 / 或其照顧者、【3】其他人士。

【登記成為照顧者天地成員 (只限肢體殘疾人士及其照顧者登記)】：1. 親臨本中心登記 / 2. 網上登記這

照顧者天地登記表 <https://forms.gle/ZBGvRa1ZPywAG8R68>



### 預防骨質疏鬆 - 你要知 編號：C2107098

日期：9/7/2021 (星期五)

地點：將軍澳

名額：6 名照顧者

時間：1:30pm - 5:00pm

交通：自行前往 / 復康巴

費用：會員：\$30 (自行前往) / \$50 (復康巴)

內容：參觀明愛賽馬會照顧者資源及支援中心的友善家居導賞，骨質疏鬆講座及骨質疏鬆密度檢查。

- 備註：1. 已登記【照顧者天地】者為優先；  
2. 活動如有修改，將另行通知活動中簽者。

查詢：Emily (鍾姑娘)

### 大澳文化遊(照顧者天地) 編號: A2107079

體驗活動: 糯米糍製作體驗  
地點: 大澳  
日期: 24/7/2021(星期六)  
名額: 8名  
時間: 11:30am - 4:00pm  
交通: 復康巴或自行前往  
費用: 會員: 免費 / 非會員: \$50  
內容: 活動行程包括:  
- 復康巴直抵大澳, 遊覽大澳漁村風貌;  
- 由當地居民作文化嚮導, 一同穿梭大澳大街小巷、廟宇、橋樑及水上棚屋, 感受大澳漁村風情;  
- 由當地居民教授參加者親手製作大澳的傳統食品。  
備註: 1. 已登記「照顧者天地」成員優先;  
2. 活動已包括導賞費用及體驗活動費用;  
3. 活動並不包括午膳, 參加者需自費/自備午膳;  
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. 請穿著輕便服飾及自備飲用水。  
查詢: Dora(黃姑娘)電話: 2338 5133

### 數字油畫 II 編號: C2107100

日期: 16,23,30/7/2021(星期五)  
地點: 賽馬會活動中心  
時間: 10:30am - 4:30pm  
堂數: 3堂  
名額: 8名  
交通: 自行前往  
費用: 會員: \$50(自行前往) 非會員: \$80(自行前往)  
內容: 把藝術畫作加工成線條和數字符號, 參加者只需在畫布上標有號碼的區域內填上相應號碼的顏料, 便可完成畫作, 即使是零繪畫基礎的朋友亦可簡單完成畫作, 並能享受繪畫的樂趣。  
備註: 1. 每位參加者將會繪畫40cm x 50cm 數字油畫一幅;  
2. 圖片只供參考, 以導師於課堂教授的款式為準;  
3. 活動需要一定手部活動能力, 報名前請自行判斷;  
4. 課堂12:30pm - 2:30pm設有午飯時間, 學員可出外用膳。  
查詢: 阿飛(Felix)



### 雙重曝光體驗班 編號: A2107114

日期: 25/7/2021(星期日)  
地點: 賽馬會活動中心  
時間: 2:30pm - 4:30pm  
名額: 6名  
費用: 會員: \$50 / 非會員: \$80  
交通: 自行前往  
內容: 雙重曝光是攝影中一種採用兩次獨立曝光, 然後將它們重疊起來, 組成單一照片的技術方法。我哋將會使用手機應用程式, 嘗試模擬雙重曝光效果, 製作獨一無二的雙重曝光照片。  
備註: 圖片只供參考, 以導師教授為準  
請自備有拍攝功能的手機或相機  
查詢: Michael(米高)



### 照顧者天地 - 照顧者暖敷日 編號: A2107073

日期: 31/7/2021(星期六)  
費用: 免費  
地點: 賽馬會活動中心  
時間: 2:30pm - 4:30pm  
名額: 12名照顧者  
交通: 自行前往  
內容: 透過草球暖敷, 舒緩痛症。  
備註: 1. 已登記【照顧者天地】者為優先;  
2. 活動如有修改, 將另行通知活動中簽者。  
查詢: Emily(鍾姑娘)

### 自在禪繞畫 II 編號: C2107099

日期: 4,11,18,25/8/2021(星期三)  
堂數: 4堂  
時間: 11:00am - 12:30pm  
名額: 8名  
地點: 賽馬會活動中心  
費用: 會員: \$100(自行前往)  
非會員: \$120(自行前往)  
交通: 自行前往  
內容: 禪繞畫是一種隨時、隨地都能繪製的藝術。一支黑筆、一支鉛筆、一張紙, 毋須橡皮、毋須繪畫基礎, 你就可以用盤曲纏繞的線條表現眼中所見, 心中所想! 從而達至生活專注, 促進放鬆的技巧。  
備註: 1. 圖片只供參考, 以導師於課堂教授的款式為準;  
2. 活動需要一定手部活動能力, 報名前請自行判斷。  
查詢: 阿飛(Felix)



### 皮革手作入門班 編號: C2108101

日期: 6, 13, 20, 27/8/2021(星期五)  
地點: 賽馬會活動中心  
時間: 11:00am - 12:30pm  
堂數: 4堂  
名額: 4名  
交通: 自行前往  
費用: 會員: \$150(自行前往) 非會員: \$200(自行前往)  
內容: 皮革一向是給人的感覺是耐用和貴重。市面上也有不少皮革產品, 但其實皮革可以自己動手製作, 手作皮革更具樂趣。本次課堂會教大家以穿針、縫線、收尾等技巧, 造出自己獨一無二的成品。  
備註: 1. 圖片只供參考, 以導師於課堂教授的款式為準;  
2. 活動需要一定手部活動能力, 報名前請自行判斷;  
3. 課程內容包括製作鎖匙扣、卡片套及散紙包  
查詢: 阿飛(Felix)



### 菲林攝影 編號: C2107102

日期: 17/7, 21/8, 28/8/2021(星期六)  
地點: 賽馬會活動中心  
時間: 11:00am - 12:30pm  
名額: 6名  
堂數: 3堂  
交通: 自行前往  
費用: 會員: \$150【原價: \$300】/ 非會員: \$200  
內容: 時代進步使手機攝影十分方便, 舉機即拍, 無需任何技術也不用思考便能影出靚相。不過, 即使數碼攝影再方便, 近年不少年輕人仍加入菲林拍攝行列, 令菲林再成潮流。菲林讓攝影還原基本步, 快門每一下跳動都成為世上唯一的成像。  
備註: 1. 每位參加者可獲一部即棄菲林相機;  
2. 收費已包括沖曬費用;  
3. 第一堂為菲林相機使用教學;  
4. 第二堂需帶回相機予導師沖曬;  
5. 第三堂將發回菲林負片。  
查詢: 阿飛(Felix)



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: C2107044

日期: 14/7 - 25/8/2021 (逢星期三, 4/8除外) 堂數: 6堂  
 時間: 2:30pm - 4:00pm 名額: 8名  
 地點: 賽馬會活動中心 / 視像上課 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: Wendy (蔡姑娘)

**詠春健體運動班(深造班)** 編號: C2107104

日期: 14/7 - 25/8/2021 (逢星期三, 4/8除外) 地點: 賽馬會活動中心 / 視像上課  
 時間: 4:00pm - 5:00pm 導師: Henry Yu  
 名額: 8名  
 堂數: 6堂 交通: 自行前往  
 費用: 會員: \$60 / 非會員: \$90  
 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: Wendy (蔡姑娘)

**伸展瑜珈(8-9月)** 編號: C2108086

日期: 5/8 - 9/9/2021 (逢星期四) 地點: 賽馬會活動中心  
 時間: 11:00am - 12:00nn 導師: Shirley Tse  
 堂數: 6堂 名額: 8名 (只限傷殘會員)  
 交通: 自行前往或復康巴  
 費用: \$150 (自行前往) / \$180 (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. 參加者需自行上落瑜珈蓆, 本會提供瑜珈蓆於上課時使用或參加者自備;  
 3. 瑜珈運動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;  
 6. 活動適合男、女會員參與, 包括企立會員及輪椅使用會員。

**伸一伸、展露好身手(8-9月)\*\*** 編號: C2108087

日期: 5/8 - 9/9/2021 (逢星期四) 地點: 賽馬會活動中心  
 時間: 2:30pm - 3:30pm 名額: 8名  
 堂數: 6堂 交通: 自行前往  
 費用: 會員: \$150 / 非會員: \$170 導師: Andy Lam  
 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. 參加者需自行上落地上的瑜珈蓆, 本會提供瑜珈蓆於上課時使用或參加者自備;  
 3. 伸展運動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;  
 6. 活動適合男、女會員參與, 包括企立會員及輪椅使用會員。

**變FIT啲--體適能提升計劃(8-9月)\*\***

編號: C2108085

日期: 4/8 - 8/9/2021 (逢星期三) 地點: 賽馬會活動中心  
 時間: 10:30am - 12:00nn 堂數: 6堂  
 費用: 會員: \$150 / 非會員: \$170 名額: 8名  
 交通: 自行前往  
 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膠帶作訓練, 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. 體能運動有一定程度的體能要求, 參加者須因應情況報名;  
 3. 本會提供啞鈴及瑜珈橡膠帶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;  
 6. 活動適合男、女會員參與, 包括企立會員及使用輪椅會員。

**動感柔力球入門班\*** 編號: C2108082

日期: 7/8 - 18/9/2021 (逢星期六, 11/9除外) 地點: 賽馬會活動中心  
 時間: 10:00am - 11:30am 名額: 8人  
 堂數: 6堂 交通: 自行前往  
 費用: \$120 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, 包括企立會員及使用輪椅會員;  
 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。

感謝會員參與  
「唯有你聲音2020」問卷調查

本會曾經於2020年12月號傷青快訊刊登「唯有你聲音2020」調查問卷, 以蒐集會員對於協會服務及社企業務的意見, 並了解殘疾及健全會員的服務需要。在各位會員在「唯有你聲音2020」問卷提出了不少寶貴意見, 本會在此表示衷心感謝。本會將資料整理後, 在本會的相關會議上作進一步討論。如對是次問卷調查有任何意見, 請致電2338-5111聯絡總辦事處行政主任朱先生。

香港傷青青年協會

傷青動力學堂FACEBOOK專頁

即Like (👍) 動力學堂FACEBOOK專頁，緊貼最新學堂消息及活動資訊、了解實用復康及下載活動照片。



**特別通告**

學堂會因應新型冠狀病毒疫情最新發展而決定本期活動是否繼續舉行，詳情請留意傷青會網頁 [www.hkfhy.org.hk](http://www.hkfhy.org.hk) 及學堂社交網站 [www.facebook.com/HKFHYMomentumAcademy](https://www.facebook.com/HKFHYMomentumAcademy) 內公佈，倘活動繼續舉行，學堂亦會因應情況而有機會更改活動形式、參加者人數、內容程序等，敬請留意。

如活動能如期舉辦，為了讓大家更安全地進行，我們會作出相應的防疫安排，請大家合作和配合！

活動防疫安排

1



進入活動地方前，需進行探熱和消毒雙手

2



在活動期間，所有人都需要正確配帶口罩

3



活動座位安排會盡量做到一定距離

4



嚴禁在活動室內進食

5



若出現發燒或其他病徵，需立即停止活動

若有參加者拒絕最新安排或出現發燒/呼吸道感染病徵等情況，學堂將會暫停參加者繼續參與是次活動，敬請見諒！

以下亦提醒「你」，由「你」開始做好防疫工作，人人安心



自己要盡量與他人保持適當的社交距離



若出現發燒或呼吸道感染病徵，應立即求診



經常保持雙手清潔，避免觸摸眼睛、口和鼻

星光大道扶輪社 x 傷青輪椅籃球隊



香港傷殘青年協會及傷青輪椅籃球隊有幸獲「星光大道扶輪社」邀請，於5月16日出席於香港科學園舉行的【第一屆星光三人籃球慈善賽】的輪椅籃球表演賽；同時，傷青會亦是今年賽事的受惠機構，在此感謝大會於不扣除成本之下，將是次活動籌得的\$52,000善款捐助傷青會以助發展殘疾人士服務並推動殘疾人士普及運動發展。



當日，傷青會副主席鍾錦樹先生及行政總監劉家倫先生代表出席典禮儀式；於典禮儀式上，鍾副主席從國際扶輪第3450地區地區總監翟慶聰醫生及星光大道扶輪社社長張仕鵬先生手上接過捐款支票，並得到在場觀眾的熱烈掌聲。

傷青輪椅籃球隊員楊國富先生、楊成坤先生及余俊延先生代表本會出戰，與香港殘奧代表隊進行了一場3對3的輪椅籃球表演賽，在場更有一眾專程到來為我們打氣的籃球隊隊員及傷青會員，在此再次感謝各位的支持。

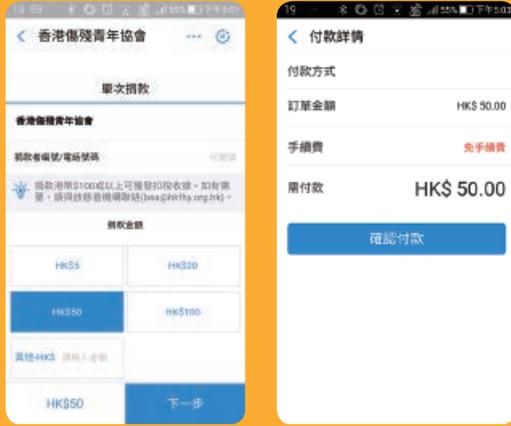
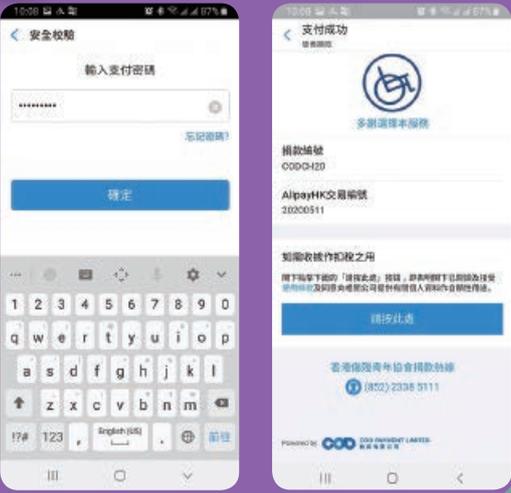
大家可以透過以下連結 / QR CODE，重溫當日的精彩賽事。  
<https://fb.watch/5xNPUHWuHz/>



# 透過 PayMe 捐款或付款予傷青會的步驟

<p><b>A</b></p> 	<p><b>B</b></p> 	<p><b>C</b></p> 	<p><b>D</b></p> 
<p>請先從 Google Play / Apple App Store 下載並安裝 PayMe 應用程式；第一次使用時，請確定 PayMe 的戶口有錢或與銀行戶口/信用卡掛勾。</p>	<p>掃描「香港傷殘青年協會」的捐款/付款 QR Code</p>	<p>輸入捐款或付款金額後，按「下一步」，再輸入你的捐款訊息。方便本會核對對捐款者/付款人身份及發出收據(適用於\$100或以上的捐款)，請在付款訊息內提供閣下的姓名、電話和地址。</p>	<p>輸入交易密碼後，系統會顯示成功付款的訊息。</p>

# 透過支付寶香港 AlipayHK 捐款傷青會

<p><b>A</b></p> <p>開啟支付寶香港應用程式，並掃描「香港傷殘青年協會」的捐款 QR Code</p> 	<p><b>B</b></p> <p>選擇或輸入金額(下限港幣\$5, 上限港幣\$5,000)及確認付款</p> 
<p><b>C</b></p> <p>輸入密碼後完成捐款</p> 	<p><b>D</b></p> <p>如需收據(捐款港幣\$100或以上)作扣稅之用，請按申請辦法 1 或 2 之做法，以等待本會開發收據。</p> 

# 活動中心活動/動力學堂課程報名須知

本會為肢體殘疾人士服務機構，除另有說明的活動/課程外，所有活動/課程抽籤均為肢體殘疾人士優先。(最終結果須視乎復康巴及場地實際情況作安排。)

- 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。

## 收集個人資料(私隱)政策聲明

香港傷殘青年協會(「本會」)會按照《個人資料(私隱)條例》的規定處理及儲存您的個人資料，絕不會向第三方出售及/或提供您的個人資料。

未經您的同意，本會不會將您的個人資料(姓名、地址、電話、電郵及傳真等)用於日後聯絡、籌款、宣傳活動/訓練課程或收集意見等推廣用途。

如您不同意您的個人資料作上述推廣用途，或查詢、更改或要求停止使用你的個人資料，請於辦公時間內致電本會總辦事處行政部主任(行政及政策倡導)，電話2338-5111。

有關香港傷殘青年協會收集個人資料(私隱)政策聲明，請瀏覽本會網頁右下角的「免責聲明」部份，網址 [www.hkfhy.org.hk](http://www.hkfhy.org.hk)。



## 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

備註：因應新型冠狀病毒肺炎情況，各單位開放時間因此而有所變更，最新開放時間詳情請參考本會網頁：<http://www.hkfhy.org.hk>。

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



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：hkhy@hkhy.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  
 外出活動電話：6623 5618  
 傳真：2338 0752  
 電郵：wthc@hkhy.org.hk  
 活動專用賬戶  
 滙豐銀行：080-2-065078

**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@hkhy.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@hkhy.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@hkhy.org.hk  
 訂花熱線：6512 9798  
 (WhatsApp)

**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@hkhy.org.hk

**香港傷殘青年協會活動報名表**

「有關使用個人資料的重要通知」，請閱封底內頁。

**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： 自行前往目的地集合  中心上車  復康巴士 / 中途上車 (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：\_\_\_\_\_