香港傷殘青年協會

**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 08.2022

www.hkfhy.org.hk

# 獅子會「健障行」共融10周年慈善步行樂

## 2022年10月16日(星期日)

# 獅子會『健障行』共融10周年慈善步行樂

## 2022年10月16日(星期日)

**獅子會『健障行』• 共融十周年 • 慈善步行樂**是香港傷殘青年協會的重點籌募活動，是次活動歡迎健全及殘疾人士一同參與。近年香港以至全球受到新型冠狀病毒的來襲，市民需要盡量減少外出活動、保持社交距離等措施一同抗疫，而體育館需要關閉、運動班組需要暫停，做成普遍市民的運動量減少。

傷青會仍然積極提倡普及運動，希望全民於何時何地都能夠享受體育活動所帶來的樂趣，並達致身心健康。運動對身心健康的重要性是毋庸置疑的，當中**步行是最安全和有效的有氧體能活動**，日常生活中可隨時進行，既易掌握，又能增強體魄，只要運動量適中和姿勢正確，步行活動便可以稱為**「優質健行」**(即健步行)。

### 籌款目的

1. 推廣及彰顯殘疾人的能力及傷健共融的理念；
2. 為推廣殘疾人普及運動和藝術活動籌募運作經費。

### 對象

會員、家屬、親子、好友及全港市民

### 線上實體同行 - 步行活動

是次活動有別於過往參與模式，參加者除了可於當天早上到達活動典禮場地參與典禮儀式並參與殘疾人士運動及生活體驗並認識無障礙資料外，亦能以線上模式參與步行活動，所有參加者在指定時間任何地方參與，並以步行計算器記錄步行數目。

# 獅子會『健障行』共融10周年慈善步行樂

## 活動典禮 - 實體

- **日　　期** 2022年10月16日(星期日)
- **典禮時間** 上午10:00至上午10:45
- **地　　點** VESSEL 發現號01(九龍觀塘海濱道126號)
- **大會司儀** 車淑梅女士,MH
- **愛心大使** 黃金寶先生,SBS,MH
  黎志偉先生
- **線上直播** 活動典禮將會於線上同步直播
  *Facebook Live

## 傷健共融體驗內容

- **日　　期** 2022年10月16日(星期日)
- **時　　間** 上午10:30-中午12:00

## 線上步行參與內容

- **步行日期** 2022年10月16日(星期日)
- **步行時間** 10月16日00:00至17:00
- **步行地點** 參加者自行選擇及決定合適的地方進行步行活動
- **步數目標** 每一位參加者在10月16日(星期日)的17小時內完成5,000步或以輪椅完成四公里路程
- **步數檢定** 大會接受參加者在 Apps Store / Play Store下載的步行/距離計算器，並以10月16日(星期日) 17:00以步行計算器**紀錄的步行數目/距離為準**，請以**截圖的方法連同進行步行時自拍照片乙張**在當日WhatsApp至大會的指定電話號碼6645 0098。

最後參加者上載步行時自拍照片至個人Facebook帳戶並以Hash tag ＃健障行＃傷健共融，以照片呈現你對傷健共融的支持，將傷健共融訊息散播至社區。

**為了鼓勵各位熱心人士的參與及支持，所有參加者將會獲得精美紀念品、參加者証書、大會T-Shirt及背包乙個。**

如對是次活動有任何查詢，歡迎致電2338 5111與鄭小姐聯絡。

---

# 獅子會『健障行』• 共融十周年 • 慈善步行樂

## 參加表格(個人)

(編號：_____由機構填寫)

參加者資料：(請用正楷填寫)

姓名：_____(中文) _____(英文) 性別：☐ 男 ☐ 女

年齡：_____ 身份證號碼：_____ 聯絡電話：_____ 傳真：_____

電郵：_____ 地址：_____

監護人簽名：_____(十八歲以下人士須獲得監護人同意)

緊急事故聯絡人：姓名：_____ 電話：_____

(「有關使用個人資料的重要通知」請閱封底內頁。)

## 捐款表格

(如有需要，請自行覆印表格)

| 捐款人姓名 | 捐款金額 | 捐款人姓名 | 捐款金額 |
|---|---|---|---|
| 1. | 是/否需要收據 | 6. | 是/否需要收據 |
| 2. | 是/否需要收據 | 7. | 是/否需要收據 |
| 3. | 是/否需要收據 | 8. | 是/否需要收據 |
| 4. | 是/否需要收據 | 9. | 是/否需要收據 |
| 5. | 是/否需要收據 | 10. | 是/否需要收據 |

捐款$100或以上人士可獲發收據，本會將會於活動後4個月內寄回予參加者代為發回予捐款人。

請將報名表格連同所籌得款項(支票或銀行入數收據)，於2022年10月10日(星期一)或之前寄回或親身交回香港傷殘青年協會-總辦事處。
(支票抬頭請寫「香港傷殘青年協會」或以現金直接存入匯豐銀行 —— 賬戶：080-2-065078)

香港傷殘青年協會 主辦

# 傷青曲奇 Gift for Love 全港慈善義賣行動 2022

## 籌款目的

籌得款項扣除製作成本後，將會全數用作於推動復康政策工作、支持殘疾人士就業，推動社會企業及自負盈虧服務單位持續發展。

HK$30
慈善禮盒內容：
奇華餅家迷你合桃酥六件裝

**『傷青曲奇 • Gift for Love』訂購及查詢熱線**
**香港傷殘青年協會**
香港九龍橫頭磡邨宏基樓地下 16-21 號
電話：2338 5111　傳真：2338 5112
電郵：admin@hkfhy.org.hk　網頁：www.hkfhy.org.hk

合作伙伴 奇華餅家 kee wah bakery

# 傷青曲奇 Gift for Love 愛心認購

## 訂購「傷青曲奇」(請以正楷填寫下列表格)

個人 / 公司名稱：_____

個人 / 公司地址：_____

聯絡人：_____ 職位：_____ 個人/公司電話：_____

電郵：_____

| 產品 | 慈善愛心價 | 訂購數量 | 總額 |
|---|---|---|---|
| 傷青曲奇 | HK$30/盒 | 盒 | HK$ |

#**訂購傷青曲奇收據不能作扣稅之用**(訂購HK$1,500或以上可享免費送貨服務到指定地點(離島除外))

## 個人化愛心認購服務

訂購滿1,000盒或以上均可尊享個人化禮遇，於傷青曲奇包裝盒上印上由 貴公司提供標誌以顯示 貴公司對慈善活動的支持。

### 送貨詳情

❑ 於辦公時間自行到協會領取

協會地址：香港九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號(鄰近樂富港鐵站A出口)

辦公時間：星期一至五(早上9:30 - 下午1:00 ；下午2:00 - 下午5:30)/星期六(早上9:30 - 下午1:30)

❑ 上門送貨服務(免費送貨服務只適用於訂購滿$1,500或以上)

❑ 其他：安排速遞公司到付服務(本會將會在辦公時間兩個工作天前以電話通知有關送貨之安排)

送貨地址：_____

收貨人姓名：_____ 先生 / 太太 / 小姐 聯絡電話：_____

電郵：_____

### 捐款支持本會

本人 / 本機構樂意支持香港傷殘青年協會，並願意另外捐助港幣

❑ $5,000 ❑ $2,000 ❑ $1,000 ❑ $500 ❑ 其他 _____

### 付款方法

❑ *劃線支票(抬頭請寫「香港傷殘青年協會」)(支票號碼：_____ )

❑ *直接存款存入「香港傷殘青年協會」之匯豐銀行戶口(賬戶：080-2-065078)

❑ 以信用卡捐助(可直接傳真至2338 5112)

❑ Visa ❑ 萬事達 Master Card

信用卡號碼：|_|_|_|_| - |_|_|_|_| - |_|_|_|_| - |_|_|_|_| 有效日期至(月/年)：|_|_| / |_|_|

持卡人姓名：_____ 簽名：_____

❑「繳費靈」用戶可致電18033或瀏覽www.ppshk.com捐款，請輸入香港傷殘青年協會的商戶號碼：6059。

*請將支票或銀行入數紙，連同本表格一併寄回香港傷殘青年協會。

香港傷殘青年協會將運用你的個人資料作發出捐款收據、通訊、宣傳本會大型籌款活動之用途。

請以“✓”號表示：本人❑ 同意 / ❑ 不同意香港傷殘青年協會向我提供上述資料。

(如 閣下未有表明是否同意，本會將假定 閣下接受本會向 閣下發出上述資訊，直至另行通知。)

**如有任何查詢：歡迎致電2338 5111或電郵 admin@hkfhy.org.hk與香港傷殘青年協會總辦事處籌募部鄭小姐聯絡**

# 傷青曲奇 Gift for Love 傳愛心計劃

貴公司/閣下可透過愛心轉贈的方法把**傷青曲奇**直接轉贈予有需要人士。傷青會將從中協調不同提供弱勢社群服務的機構，以**「心」**及**「行動」**發出**傳承愛 • 共融**信息，連繫善心人士與受惠者，支持社會上弱勢社群，同時向社會發放**「傷健共融」**正面信息。

**本人/本機構樂意支持『傷青曲奇 • Gift for Love』傳愛心計劃：(請於適當方格填上✓)**

## ❑ 暖心贊助

**捐款金額$9,000(300盒)可選擇3個受惠團體**

- ✓將會在傷青會**官方社交網絡平台上**發放 貴公司 / 閣下活動**暖心貼文一則**，傷青會保留最後編輯決定權。
- ✓**美麗回憶**紀錄，傷青會將會盡力為**其中一個受惠團體拍攝接收及派發受惠者的過程**作 **貴公司/閣下活動存檔之用**。
- ✓轉贈過程中輔以**贊助Foam Board向受惠機構送達以展示** 貴公司 / 閣下對社會有需要人士關懷。
- ✓貴公司代表/閣下將會**獲邀出席**本會的週年大會，並在週年大會中由協會理事會代表及主禮嘉賓頒贈**愛心獎狀**，以示謝意。
- ✓協會發出**感謝信**以鳴謝 貴公司 / 閣下的支持，積極履行企業社會責任及彰顯愛心。
- ✓貴公司 / 標誌 / 閣下的名字**將會印刷在下年度的印刷物品(年報)及宣傳刊物(傷青快訊)**，以感謝貴機構代表 / 閣下對本會的熱心支持。

## ❑ 窩心贊助

**捐款金額$6,000(200盒)可選擇2個受惠團體**

- ✓貴公司代表/ 閣下將會**獲邀出席**本會的週年大會，並在週年大會中由協會理事會代表及主禮嘉賓頒贈**愛心獎狀**，以示謝意。
- ✓協會發出**感謝信**以鳴謝 貴公司 / 閣下的支持，積極履行企業社會責任及彰顯愛心。
- ✓貴公司 / 標誌 / 閣下的名字**將會印刷在下年度的印刷物品(年報)及宣傳刊物(傷青快訊)**，以感謝貴機構代表 / 閣下對本會的熱心支持。

## ❑ 貼心贊助

**捐款金額$3,000(100盒)可選擇1個受惠團體**

- ✓協會發出**感謝信**以鳴謝 貴公司 / 閣下的支持，積極履行企業社會責任及彰顯愛心。
- ✓貴公司 / 標誌 / 閣下的名字**將會印刷在下年度的印刷物品(年報)及宣傳刊物(傷青快訊)**，以感謝貴機構代表 / 閣下對本會的熱心支持。

*傷青會將以捐款形式發出收據，貴公司/閣下可藉此申請扣稅之用*

受惠團體類別(請於適當方格填上✓)

| | | | |
|---|---|---|---|
| ❑ 復康團體 | ❑ 獨居長者 | ❑ 經濟困難家庭 | ❑ 露宿者 |
| ❑ 兒童及青少年 | ❑ 新來港人士 | ❑ 食物銀行 | |

## 捐款支持本會

本人 / 本機構樂意支持香港傷殘青年協會，並願意另外捐助港幣

❑ $5,000 ❑ $2,000 ❑ $1,000 ❑ $500 ❑ 其他 _____

## 付款方法

❑ *劃線支票(抬頭請寫「香港傷殘青年協會」)
支票號碼：_____

❑ *直接存款存入「香港傷殘青年協會」之匯豐銀行戶口
(賬戶：080-2-065078)

❑ 以信用卡捐助(可直接傳真至2338 5112)
❑ Visa ❑ 萬事達 Master Card

信用卡號碼：|_|_|_|_| - |_|_|_|_| - |_|_|_|_| - |_|_|_|_|

有效日期至(月/年)：|_|_| / |_|_|

持卡人姓名：_____ 簽名：_____

❑ 「繳費靈」用戶可致電18033或瀏覽www.ppshk.com捐款，請輸入香港傷殘青年協會的商戶號碼：6059。

*請將支票或銀行入數紙，連同本表格一併寄回香港傷殘青年協會。

## 贊助人/機構資料

個人/公司名稱：_____

_____

個人/公司地址：_____

_____

聯絡人：_____ 職位：_____

個人/公司電話：_____ 傳真：_____

電郵：_____

_____ _____

日期(dd/mm/yyyy) 公司蓋印及負責人簽署

香港傷殘青年協會將運用你的個人資料作發出捐款收據、通訊、宣傳本會大型籌款活動之用途。請以“✓”號表示：
本人❑ 同意 / ❑不同意香港傷殘青年協會向我提供上述資料。
(如 閣下未有表明是否同意，本會將假定 閣下接受本會向 閣下發出上述資訊，直至另行通知。)

**如有任何查詢：歡迎致電2338 5111或電郵 admin@hkfhy.org.hk與香港傷殘青年協會總辦事處籌募部鄭小姐聯絡**

# 感謝捐贈抗疫物資

感謝各界善心人士捐贈不同抗疫物資及食品予本會有需要的殘疾會員，以下為各善長名單（排名不分先後）：

- 同昌環保顧問有限公司、
  未來世界控股有限公司
  （捐贈4,800套檢測劑、500公斤香米）

- 藝恆愛心行動
  （捐贈酒精搓手液）

- Share for Good 愛互送
- 新世界發展
- 新世界中國
- CASETiFY
- HR Cultural Penetration
- Giordano
- 誠興油行
- Anson Lai

- 世紀服務有限公司

# 「與未來對話-領袖傳承」之領袖演講培訓計劃 2022

由半島青年商會主辦，香港傷殘青年協會協辦的2022「與未來對話－領袖傳承」領袖演講培訓計劃，2022年7月24日下午在荃灣愉景新城舉行閉幕禮。閉幕禮邀得勞工及福利局副局長何啟明先生擔任主禮嘉賓，宣傳大使「神奇小子」蘇樺偉先生、本會副主席鍾錦樹亦有到場出席。

計劃透過與不同企業及界別人士合作，為現役及臨近退役的殘障運動員及殘障人士提供個人化演講培訓及一對一職涯規劃諮詢，提升他們的競爭力。計劃亦安排參加者於不同平台演講，向商業機構、中學生及公眾人士分享其個人故事，以生命影響生命。

香港輪椅籃球代表隊成員暨本會會員楊國富先生分享，他2歲時患上小兒麻痺症，導致下肢行動不便，隨年齡漸長，走路能力下降，甚至需要坐輪椅。楊表示，起初非常抗拒坐輪椅，但當接受了這個事實後，發現輪椅帶給他很多正面影響，接觸輪椅籃球後，更吸收不少正能量。

# 國際扶輪3450地區及香港盲人體育會探訪本會

國際扶輪3450候任地區總監暨香港盲人體育總會副主席李兆民先生與香港盲人體育總會行政總裁黎培榮先生於2022年7月20日下午，與本會副主席何雪梅女士及行政總監劉家倫先生會面，在探訪本會橫頭磡邨各個單位的同時，亦就國際扶輪3450地區、香港盲人體育協會及本會展開合作的可能性展開討論。是次探訪加深了國際扶輪3450地區、香港盲人體育協會與本會的相互了解，三方均獲益良多。

# 「突破殘障」全港小學生繪畫比賽頒獎典禮

本著辦學團體耶穌寶血女修會「犧牲、修和、與弱小者同行」的辦學精神，德貞女子中學與本會合辦「突破殘障---全港小學生繪畫比賽」。於推廣藝術外，亦希望宣揚正能量，讓參與者學習和欣賞殘障運動員堅毅不屈的精神。是次比賽分為初小、高小兩個組別進行，並於2022年3至6月收集參賽作品。是次比賽的頒獎典禮於2022年7月23日下午在石硤尾賽馬會創意藝術中心舉行，本會主席吳家榮醫生、行政總監劉家倫先生、全國人大代表暨鄺美雲珠寶有限公司董事長鄺美雲女士JP、萬希泉鐘錶有限公司創辦人暨行政總裁沈慧林先生、香港浸會大學視覺藝術學院梁美萍教授以及德貞女子中學校長許燕珊女士均有出席，在頒獎予得獎學生的同時，亦為德貞女子中學藝術展開幕典禮剪綵。

## 本會義務司庫江昌平先生擔任六合彩監票嘉賓

應香港賽馬會邀請，香港傷殘青年協會義務司庫江昌平先生，於2022年7月8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。當晚另一位監票嘉賓是范駿華先生JP。作為獎券基金受惠機構之一，直播節目亦介紹了傷青會於2022年10月16日舉辦的「健障行 · 共融10周年 · 慈善步行樂」。

## 輪椅/汽車出讓

**型號：**電動輪椅
**價錢：**$3,500（面議）
**聯絡：**易先生（6097 8037）

資料如下：
製造年份：2014
首次落地：2015年4月
牌子型號：萬事得5，1998 CC
行車里數：51,000里
售價： $55,000
機件性能：極佳
聯絡：9522 9227（梁生）

備註： 右邊改裝手制，每年兩次均作全車檢查保養，長期泊有蓋停車場，汽車牌照到期至28/04/2023

*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。*

## 去信港鐵要求改善輪椅使用者上落車安排

作為一個集體運輸系統，港鐵對接載殘疾乘客有明確指引，輪椅使用者可要求港鐵職員提供斜板，協助上落列車。本會日前接獲使用輪椅的會員投訴，表示經金鐘乘坐港鐵前往荃灣西站時，港鐵未有按其要求安排職員在金鐘站月台預備斜板，會員因此未能及時轉車；列車到達西營盤站後，才有職員接會員乘坐回頭車；其他會員亦曾於多次在東鐵線遇上同樣情況，港鐵職員沒有在大學站月台預備斜板，令該位會員需要在太和站自行下車，再乘搭回頭車，出行所需時間大幅增加。本會接獲上述投訴後，於2022年6月24日去信港鐵反映上述情況，並要求港鐵改善職員協助輪椅使用者上落列車的安排，及時為輪椅乘客預備斜板，避免再度發生類似事件。

傷青駕駛會

# 傷青駕駛會
# 「反對健全司機濫用傷殘人士泊車位」新聞發佈會

「傷青駕駛會」自2021年1月起接獲大量會員投訴，表示全港各地的路邊殘疾人士泊車位被「司機接載行動不便的殘疾人士泊車證明書」(簡稱灰證)使用者濫用的問題。傷青駕駛會在過去的一年多以來，一直密切關注及跟進運輸署開放「傷殘人士泊車位」予「灰證」車輛事宜，除持續去信運輸署、運輸及房屋局及申訴專員公署表達殘疾駕駛者的不滿外，亦進行了實地調查及問卷調查。

就上述事宜，「傷青駕駛會」已經在 2022年6月16日(星期四)舉行記者招待會。記者招待會期間，傷青駕駛會主席鍾錦樹先生向公眾及傳媒表述殘疾人士泊車位被濫用問題，運輸署在推出相關的行政指令時，未有充份考慮到此指令對殘疾駕駛者(尤其是輪椅司機)造成的嚴重影響，亦未有考慮到執法的困難，導致「傷殘人士泊車位」被「灰證」車輛嚴重濫用，殘疾駕駛者多次向警方報警投訴和要求處理亦未能有效杜絕濫用問題。

因此傷青駕駛會向運輸署提出三點訴求，並要求運輸署早日落實執行：

- 全面公開檢討署方開放「傷殘人士泊車位」予「灰證」司機使用的行政指令，解決目前「灰證」的「濫泊」及「濫發」亂象；
- 就檢討上述行政指令，成立一個包含各方持份者的工作小組，共同商討一個雙贏的解決方案；
- 與殘疾駕駛者進行座談會，面對和聆聽殘疾駕駛者的聲音和意見。

記者招待會的新聞稿現已上載https://www.hkfhy.org.hk/zh/about/main/6/330/。

上述新聞發佈會獲以下傳媒報道：《晴報》、《香港01》、《星島日報》、《頭條日報》、《東方日報》。傷青駕駛會主席鍾錦樹先生於2022年6月17日早上接受香港電台第一台《千禧年代》訪問，而行政主任朱濠暉先生亦於同日早上接受香港電台第三台《Hong Kong Today》英語節目訪問。

## 舉報違法佔用路邊殘疾車位的行為

「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表格舉報違例泊車情況：
https://forms.gle/s7hhnz4y9LPVFCv96

## 殘疾人士使用公共交通工具工作小組會議

傷青駕駛會一共十名代表於2022年6月22日下午及晚上到運輸署總部出席殘疾人士使用公共交通工具工作小組會議，要求署方撤銷「灰證」使用傷殘人士泊車位的行政指令，並在會上重申傷青駕駛會的立場和訴求，同時向運輸署遞交「灰證」司機濫用傷殘人士泊車位的數據。

會議後，傷青駕駛會於2022年6月24日去信運輸署，要求署方提供灰證持有人及被接載者的統計數字，以及有關「新電子泊車裝置」的詳細資料和諮詢文件 。

僱員再培訓局撥款開辦 香港傷殘青年協會

殘疾及工傷康復人士半日 / 晚間僱員再培訓課程（非就業掛鈎）

## 職業普通話 I 基礎證書（兼讀制）

課程編號：FY011HG-3

課程內容：1. 語音訓練：聲母、韻母、聲調、變調、輕聲、兒化、多音、拼音練習、粵普詞彙對照、粵普語法比較
2. 會話訓練：稱呼與問好、數量和時間、季節與天氣、交通工具、香港地名、辦公室用語、零售業用語、服務業用語、旅遊業用語、應徵及面試。

入學條件：1. 中三學歷程度；或
2. 小六學歷程度及具兩年或以上工作經驗。
3. 在職或待業的殘疾人士均可申請。
4. 申請需獲得僱員再培訓局批核，才可安排入讀。

上課日期：2022年9月2日至11月11日（逢星期二、五）
9月：2、9、13、16、20、23、27、30
10月：7、11、14、25
11月：1、4、8、11（口試）

上課時間：9:30am - 1:30pm，每節4小時
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
畢業要求：學員必須達到下列畢業要求，方獲頒畢業證書：
(i) 學員的總出席率須達課程的最低要求（80%）；及
(ii) 必須於課程評估考獲整體及格分數（50%）；及
(iii) 必須分別於期末考試各部分（包括筆試及口試）考獲及格分數（50%）
學　　費：全免
津　　貼：沒有
名　　額：12名
交　　通：自行前往，不設復康巴士安排
截止日期：2022年8月22日（星期一）
查詢及報名：2759 6412（馬姑娘 / 黃姑娘）

凡報讀ERB「僱員再培訓局」課程，請直接致電2759 6412與馬姑娘 / 黃姑娘登記

僱員再培訓局撥款開辦

殘疾及工傷康復人士半日 / 晚間僱員再培訓課程（非就業掛鈎）

## 美容護理 I 基礎證書（兼讀制）

課程編號：FY037HG-1

課程內容：1. 美容服務種類及其功效
2. 處理美容服務相關查詢
3. 基本皮膚類型及美容護理
4. 應用基本美容護理知識
5. 美容產品種類、成份及功效
6. 正確選擇及推介美容產品

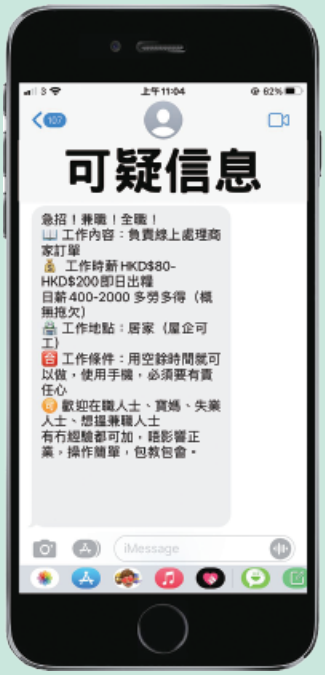
入學條件：1. 具美容業工作經驗；或
2. 有意轉職美容業工作、中三學歷程度及具工作經驗的人士；或
3. 有意轉職美容業工作、小六學歷程度及具兩年或以上工作經驗的人士
4. 在職或待業的殘疾人士均可申請。
5. 申請需獲得僱員再培訓局批核，才可安排入讀。

上課日期：2022年12月2日至2023年2月2日（逢星期一、四、五）
12月：2、5、8、9、12、15、16、19、23、30
1月：2、5、6、9、12、13、16、19、30
2月：2

上課時間：10:00am - 1:00pm，每節3小時
畢業要求：學員必須達到下列畢業要求，方獲頒畢業證書：
(i) 學員的總出席率須達課程的最低要求（80%）；及
(ii) 必須於課程評估考獲整體及格分數；及
(iii) 必須於期末筆試考獲及格分數。
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
津　　貼：沒有
名　　額：12名
交　　通：自行前往，不設復康巴士安排
截止日期：2022年11月18日（星期五）
查詢及報名：2759 6412（馬姑娘 / 黃姑娘）

凡報讀ERB「僱員再培訓局」課程，請直接致電2759 6412與馬姑娘 / 黃姑娘登記

# 《資訊速遞・求職陷阱》

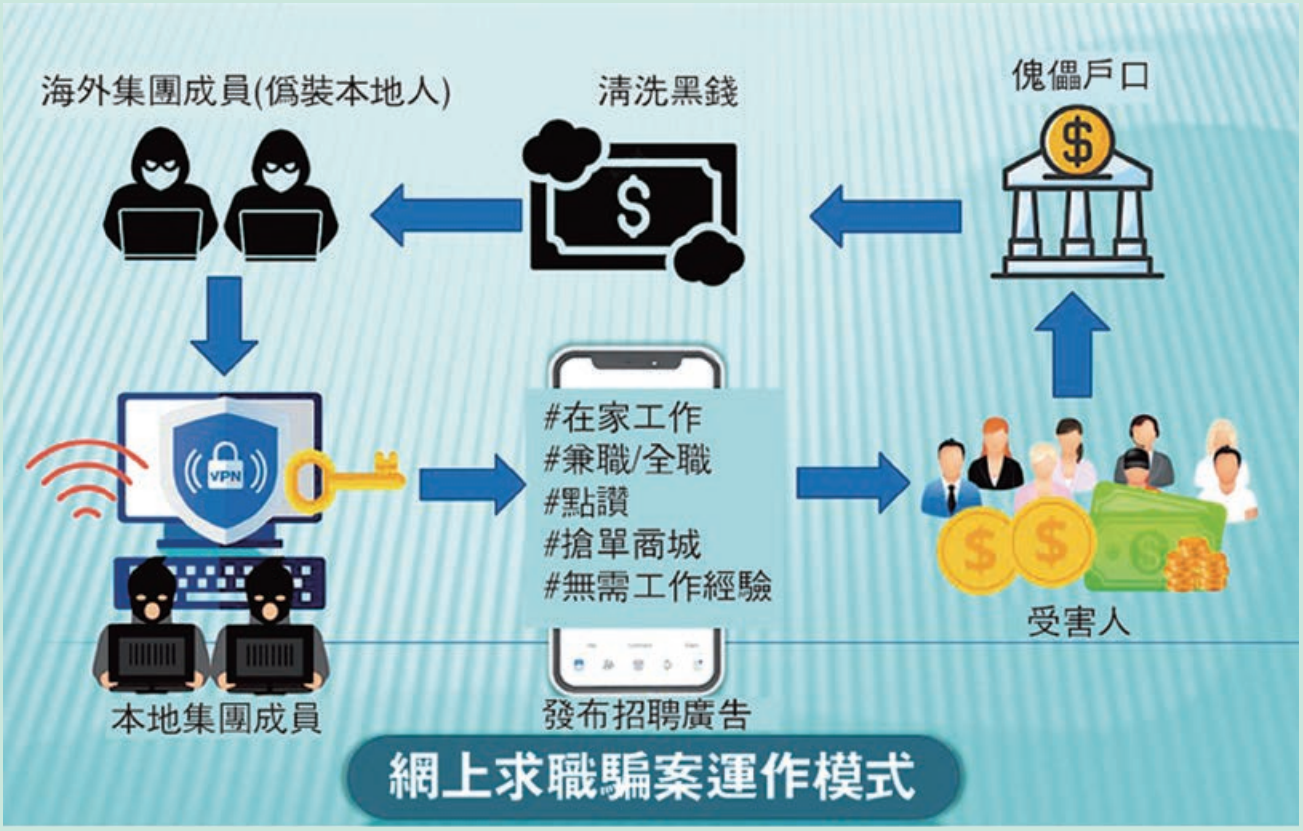



近日有騙徒覷準失業率高企及網購流行機會，利用疫情下失業者心急搵工的心態進行詐騙，在不同社交平台或透過電話短訊發布招聘廣告，以搵快錢及居家工作等字句作招徠。

騙徒會冒認是本地知名百貨公司，但實際上騙徒用的是模仿本地網上購物商店的假網站，並聲稱聘請刷單員或搶單員，透過購物次數來提升賣家銷量紀錄，承諾交易後會歸還本金及提供佣金作回報，但要求職者先購買特定數量的貨品，包括日用品及名貴產品，並將款項匯入指定銀行或儲值支付工具戶口等。不過，當求職者匯款後，騙徒就會失去聯絡，求職者的本金和佣金全失。

各位在求職時切勿過份心急！如您遇到相似的招聘廣告，記得同身邊親友或朋友商量吓先！亦可以致電「防騙易熱線」18222 查詢。

圖片及資料來源：文匯報



# 香港傷殘青年協會賽馬會活動中心

## 「平板電腦（連350GB數據卡）借用」試驗計劃

為支援有需要的肢體殘疾人士，在疫情期間可以持續使用網上服務，傷青會現推行「『平板電腦（連350GB數據卡）借用』試驗計劃」，詳情如下：

| | | | |
|---|---|---|---|
| **借用設備** | Lenovo Tab FHD 3rd M10　1部【另提供「CSL 350GB 數據卡1張（無須歸還）】 | | |
| **借用期** | 2022年9月1日-12月31日 | **費用** | 全免【須繳付$1,500按金】 |
| **名額** | 5名 | **對象** | 肢體殘疾人士 |
| **申請優次** | 如申請數目超過本會可提供名額，本會將按以下優次處理申請：<br>（1）學生；（2）綜援人士/家庭；（3）其他 | | |
| **備註** | 1. 逾期歸還者須繳付每日$100租金；<br>2. 按金將於交還平板電腦後以支票方式退還按金；<br>3. 倘平板電腦有損毀/遺失，借用人須繳付有關修理或重新購置器材的費用；<br>4. 非會員亦可以申請，惟需要在初步申請成功後辦理入會手續（免費）。 | | |
| **截止申請日期** | 2022年8月25日（星期四） | **只限網上登記** | https://forms.gle/UbZxi6kpJk3YjYMk6 |

## (I)「10月份 口罩/防疫/其他物資」登記 （肢體殘疾會員優先）（須抽籤及自取）

**【登記詳情】**

**(I) 截止登記日期：**

2022年9月11日（星期日）

**(II) 口罩/防疫/其他物資**（暫定名額： 250份）包括：口罩、防疫面罩、檢測棒、搓手液、（1公斤）白米

【各類口罩及物資的款式和數量不盡相同，最終每人所獲得的口罩及物資款式和數量或會有所差異，一切以中心最終派發為準】

**(III) 領取方式：**

中籤者需要前往本會位於樂富的賽馬會活動中心領取

**(IV) 抽籤須知：**

鑑於物資數量有限，倘登記人數超過實際名額，本會將按下列優次抽籤處理：（1）肢體殘疾及長期病患會員；（2）其他類別殘疾會員；（3）健全會員；（4）其他。

**(V) 抽籤結果：**抽籤結果將於本會網頁內公佈 。

**(VI) 備注：**

1. 口罩及防疫產品為有心人士捐贈，本會會盡力確保口罩及防疫產品的品質，但本會不會對該等口罩及防疫產品所引致的問題承擔任何責任。

2. 部份口罩及防疫產品仍在寄運中，最終派發名額及／或每人可獲得的口罩及防疫產品數目或會因協會實際獲得的口罩數目而有所增減。

**【登記方法】**

1.網上登記　　或　　2.遞交申請表格

https://forms.gle/Cp2BSnY2TyKAyNEv9

### (I)「10月份 口罩/防疫/其他物資」/ (II)「350GB數據卡」登記表格

填妥以下登記表格，以
(a) 郵寄【九龍橫頭磡邨宏基樓地下1-13 號】、
(b) 傳真【2338-0752】或 (c) 電郵【wthpo@hkfhy.org.hk】方式交回本會。

| | |
|---|---|
| 中文姓名： | 殘疾類別：<br>❑ 肢體殘疾　❑ 健全<br>❑ 其他殘疾 |
| 會員編號： | |
| 聯絡電話： | |

登記物資類別（可多選）
❑「10月份 口罩/防疫/其他物資」　❑「350GB數據卡」*

*數據卡領取方式【如適用】
❑ 親臨中心領取　❑ 郵寄（須自行承擔平郵寄失的風險）

郵寄地址：_____

_____

### (II)「350GB數據卡」登記

**無曬數據上唔到網上課堂!?　唔使驚！傷青會幫到你！**

立即登記將有機會獲得「350GB數據卡」1張，上網課就唔使再怕冇數據。
登記詳情：

| | |
|---|---|
| **數據卡** | CSL 350GB數據卡（1年）【不設電話號碼及通話服務】 |
| **名額** | 100名 |
| **對象** | 肢體殘疾人士（只限會員） |
| **申請優次** | 倘登記人數超過實際名額，本會將按下列優次抽籤處理；<br>（1）肢體殘疾及長期病患會員；（2）其他類別殘疾會員；<br>（3）健全會員；（4）其他。 |
| **截止申請日期** | 2022年8月31日（星期日） |
| **登記方式** | （1）網上登記　或　https://forms.gle/TDnPmvXakwbVYUQs7<br>（2）遞交申請表格 |

截止日期： 2022年8月21日(星期日)
抽籤結果： 2022年9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

hkfhyjcac 活動中心FACEBOOK 專頁

# 特別通告

中心會因應新型冠狀病毒疫情發展及最新防疫指引，而決定本期活動是否繼續舉行，及/或更改為網上活動。詳情請留意傷青會網頁 www.hkfhy.org.hk 及中心社交網站 www.facebook.com/hkfhyjcac 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口罩及進行體溫檢測。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。

因應現行政府部份活動防疫政策規定，市民在進出部份場所(如餐廳、體育館及文康設施等)時，須符合「疫苗通行證」之規定。參加者應留意相關規定，並在有需要時出示相關證明。倘參加者因上述原因被拒絕進入有關場所，中心恕不負責及退還活動費用。

## 戶外活動篇

### 中秋大澳遊 編號： A2209164

日期：11/9/2022(星期日)
時間：11:00am - 3:30pm
費用：會員： $10 / 非會員： $30
交通：復康巴(只限中心/東涌站上車)
內容：趁住中秋佳節，一於喺呢個假日一齊去大澳玩，感受漁鄉風味啦！仲有唔少出名嘅街頭美食：鮮炸沙翁、糯米糍、炭燒雞蛋仔……同特色小店等等，有興趣就快啲報名喇！
備註：1. 報名時請註明上落車地點；
2. 活動不提供膳食，參加者需自費用膳/自備膳食。
查詢： Wendy(蔡姑娘)
地點：大澳(中心/東涌上車)
名額：8名

### 海事博物館 - 香江泛洋奇蹟：1945年以來我們的港口故事 編號： A2210163

日期：3/10/2022(星期一)
時間：2:30pm - 4:30pm
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)
內容：一同前往參觀五個不同年代的香港故事、各個重要時刻，穿梭海洋有關的回憶旅程。
備註：1. 本次參觀設有導賞服務；
2. 活動不設膳食時間。
查詢：Wendy(蔡姑娘)
地點：中環
名額：8名
交通：自行前往/復康巴

### 元創方導賞遊 編號： A2209146

日期：27/9/2022(星期二)
時間：2:00pm - 4:00pm
費用：會員：免費(自行前往/中心上車) / $10(復康巴)
非會員： $20(自行前往/中心上車) / $30(復康巴)
交通：自行前往 / 復康巴
內容：PMQ 元創方為香港的一個創意中心，前身為已婚警察宿舍，經過活化後成為創意中心。導賞員會以互動的形式帶領參加者遊走元創方七個歷史焦點，享受獨特的導覽體驗，導賞後會有自由活動時間，讓參加者走走不同的商店。
備註：1. 本次參觀設有導賞服務；
2. 活動不設膳食時間。
查詢：Michael(米高)
地點：元創方
名額：8名

### 豪華遊船維港遊 編號： A2210158

日期： 22/10/2022(星期六)
時間： 4:00pm - 5:15pm
費用： 會員：$90(自行前往/中心上車) / $100(復康巴)【原價：~~$240~~】
非會員：$110(自行前往/中心上車) / $120(復康巴)
交通： 自行前往 / 復康巴
內容： 乘坐全新豪華大型觀光遊船「東方之珠號」，享受香港維多利亞港特色水上觀光旅遊的遊船體驗，飽覽維多利亞港璀璨景致。
航線途經：尖沙咀 > 西九 > 西環 > 中環 > 灣仔 > 銅鑼灣
備註： 1. 活動費用已包括船票、小食及飲品一份；
2. 活動會視乎當日天氣及船公司安排，活動詳情及航線可能會有所更改；
查詢： Dora(黃姑娘)電話： 2338 5133
地點：紅磡(南)渡輪碼頭
名額： 8名

## 新同工介紹

活動助理
譚志豪

大家好！我係新入職既Dicky Sir，大家都可以叫我做譚Sir！好開心嚟到傷青為大家提供不同嘅服務！我擅長桌上遊戲、芬蘭木棋同電玩遊戲；希望好快在不同活動跟大家見面，同大家一齊玩！！

## 中心活動

### 桌遊研究所 編號： A2209174

日期：10/9, 15/10/2022 (星期六)
時間：10:30am - 12:00pm
堂數：2堂
費用：會員： $10 / 非會員： $20
地點：活動中心
名額：8名
交通：自行前往
內容：桌上遊戲近年在香港大行其道，由Dicky Sir化身桌遊研究所所長會介紹及教授不同桌上遊戲予參加者，希望參加者可以在遊戲過程中增加對桌上遊戲之興趣。
查詢：Dicky (譚先生)

### 啤牌魔術班 編號： A2209147

日期：17/9/2022 (星期六)
時間：11:00am - 12:30pm
費用：會員： $10 / 非會員： $20
地點：活動中心
名額：8名
交通：自行前往
內容：本魔術班將會教授各位參加者基本啤牌魔術，只需一副啤牌就可以做出唔同嘅魔術效果！
備註：1. 活動會因應疫情最新發展及防疫政策規定以決定活動是否繼續舉行或轉為線上教學；
2. 活動需要一定手部活動能力，報名時請自行判斷。
查詢：Michael (米高)

### 電腦 Premiere Pro 剪接延伸班 編號： C2209176

日期：22/9, 6/10, 20/10, 3/11, 17/11, 1/12/2022 (隔星期四)
時間：7:00pm - 9:00pm
堂數：6堂
費用：會員： $20 / 非會員： $30
地點：活動中心
名額：6名
交通：自行前往
內容：學習利用Premiere Pro電腦軟件，剪接以及製作視頻，教學內容包括：基本剪接、影片效果、添加字幕、過場以及背景音樂等等。
延伸班將會延續入門班所教內容，更進一步深入學習不同效果製作方法，認識剪接語言，讓參加者成為剪片之王。

備註：1. **只限曾經參與電腦 Premiere Pro 剪接班之學員參加**；
2. 參加者需懂電腦基本操作，能閱讀簡單英文；
3. 報名者須通過簡單面試才可參與活動。
查詢：Michael (米高)

### 真人桌遊冒險記 編號： A2210150

日期：29/10, 5/11/2022 (星期六)
時間：3:00pm - 5:00pm
名額：6名
費用：會員： $30 / 非會員： $40
地點：活動中心
堂數：2堂
交通：自行前往
內容：參加者將會扮演一個生活喺異世界中嘅角色，連同其他玩家踏上屠龍冒險之路。
每個成員將運用自己的能力，決定角色將如何行動 選擇故事走向，並和其他角色進行互動，於冒險世界中穿越不同村莊，打敗不同怪物，最後將四頭龍擊敗拯救世界！
故事將會由【講故佬】讀出，連同背景音樂及不同裝扮，讓各位參加者融入虛擬世界冒險之中！

備註：1. 參加者有機會在活動過程中戴上簡單裝扮，以增加活動氣氛；
2. 圖片只供參考。
查詢：Michael (米高)

### 相機攝影坊進階 IV 編號： C2209182

日期：16/9 - 21/10/2022 (逢星期五)
時間：2:30pm - 4:00pm
費用：會員： $30 / 非會員： $40
地點：活動中心
堂數：6堂
名額：6名
交通：自行前往
內容：攝影的分類五花八門，有風景攝影、人像攝影、靜物攝影，不同種類的攝影使用着不同的技巧和風格，但都離不開相機的基本技巧。本課程會以項目形式從不同風格攝影中完成個人作品。
備註：1. 曾參與入門攝影班者優先；
2. 本中心將提供攝影器材於課堂上使用；
3. 如有需要，參加者亦可自備相機器材；
4. 本活動為實體課堂，惟有機會因疫情發展 或防疫政策規定而改為網上課堂；
5. 部份課程或有機會安排外出拍攝或活動，屆時作另行通知。
查詢：Felix (羅先生) / Michael (米高)

### 手機剪接體驗班 編號： A2210149

日期：8/10/2022 (星期六)
時間：2:30pm - 5:00pm
費用：會員：免費 (自行前往) / $10 (復康巴)
非會員： $20 (自行前往) / $30 (復康巴)
地點：活動中心
名額：8名
交通：自行前往 / 復康巴
內容：係咪想學剪片不過又冇電腦呢？
今時今日智能電話已經進步到一個境界可以比使用者用手機 Apps剪片，今次課程就會簡單地教大家手機應用程式剪片嘅基本運作，等大家將平日嘅相同埋相片集合一齊。
備註：1. **參加者必須要有Android智能手機**；
2. **蘋果手機因未有此程式不宜參加**，請確保手機屬Android 型號，如有疑問請於報名前查詢；
3. 參加者需自備影片或相片供上課時使用。
查詢：Michael (米高)

### 萬聖節真人桌遊冒險記 編號： A2210148

日期：31/10/2022 (星期一)
時間：7:00pm - 9:30pm
費用：會員： $30 / 非會員： $40
地點：活動中心
名額：6名
交通：自行前往
內容：參加者將會扮演一個生活喺虛擬世界中嘅角色，連同其他玩家踏上鬼屋冒險之路。每個成員將運用自己的能力，決定角色將如何行動 選擇故事走向，並和其他角色進行互動，合作打敗鬼屋各種魔物並且從鬼屋中逃出！

故事將會由【講故佬】讀出，連同背景音樂及不同裝扮，讓各位參加者融入虛擬世界冒險之中！
備註：1. 參加者有機會在活動過程中戴上簡單裝扮，以增加活動氣氛；
2. 活動不適合孕婦、心臟病、高血壓患者參加；
3. 圖片只供參考。
查詢：Michael (米高)

## 社工小組篇

### 我的快樂日記(攝影治療小組) 編號: CC2209187

日期: 中心課堂: 26/9, 3/10, 17/10, 31/10/2022(逢星期一)
戶外攝影日: 10/10, 24/10/2022(逢星期一)
時間: 中心課堂: 3:00pm - 4:00pm
戶外攝影日: 2:00pm - 4:00pm
地點: 中心課堂: 活動中心
戶外攝影日: 地點 待定
堂數: 6堂
名額: 8名
費用: 會員: 免費(自行前往) / $30(復康巴)
非會員: $20(自行前往) / $40(復康巴)
交通: 中心課堂: 自行前往
戶外攝影日: 復康巴

對象: 有意透過攝影治療方式去探索內心世界,增強自我認識,了解生命的意義與自我價值的人士。
內容: 透過攝影的基礎教學,嘗試從另一個角度看世界;
透過相片分享,學習留意生活中的美好;
透過戶外拍攝,記下平凡生活中的快樂。
備註: 1. 此為非抽籤活動,由社工按參加者的情況進行甄選;
2. 活動非以教授攝影技巧為主,只教授基礎構圖技巧及如何使用手機拍攝相片;
3. 戶外攝影日地點會於課堂內與組員商討;
4. 歡迎照顧者一同參與;
5. 活動需要一定手部活動能力及表達能力,報名時請自行判斷。
查詢: Ken(許先生)

## 藝術篇

### 舊物再造: 擺設彩繪班 編號: C2209175

日期: 21/9 - 26/10/2022(逢星期三)
時間: 2:30 pm - 4:00pm
名額: 8名
費用: 會員: $150(自行前往) / $160(復康巴)
非會員: $170(自行前往) / $180(復康巴)
地點: 活動中心
堂數: 6堂
交通: 自行前往 / 復康巴

內容: 向各位學員派發不同的擺設,運用不同的繪畫或藝術技巧修補擺設,從中學習立體上色技巧為物件重新上色,使舊物擁有新形象
備註: 1. 活動會因應疫情最新發展及防疫政策規定以決定活動是否繼續舉行或轉為線上教學;
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,一切以導師於課堂教授為準。
查詢: Michael(米高)

### 手機App簡易畫畫 - 似顏繪 編號: A2210167

日期: 21/10/2022(星期五)
時間: 2:30pm - 4:30pm
費用: 會員: $10 / 非會員: $20
地點: 活動中心
名額: 8名
交通: 自行前往

內容: 今次試下用個手機App嚟幫你同親朋好友嘅合照做少少變化,變成文青簡約嘅畫風吧!之後用作品嚟整心意卡同埋Wallpaper都得㗎!
備註: 1. 活動需要一定手部活動能力,報名時請自行判斷;
2. 活動亦適合沒有繪畫經驗人士參與;
3. 圖片只供參考,以導師於課堂教授為準。
查詢: Wendy(蔡姑娘)

### 剪紙立體畫 編號: C2211177

日期: 2/11, 9/11/2022(逢星期三)
時間: 2:30pm - 4:00pm
名額: 8名
地點: 活動中心
堂數: 2堂
交通: 自行前往 / 復康巴
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: 運用繪畫和剪紙技術做出立體效果,有別於以往做的立體畫;此畫作的類型會比較像插畫的風格。
備註: 1. 活動會因應疫情最新發展及防疫政策規定以決定活動是否繼續舉行或轉為線上教學;
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: Michael(米高)

## 其他篇

### 傳愛心月餅顯關懷2022 編號: A2209191

日期: 9/2022
地點: 活動中心
交通: 自行前往活動中心領取
內容: 1. 領取外間機構贊助中秋月餅;
2. 月餅正在申請中,月餅派發的名額、數量及款式,視乎中心最終實際獲得的月餅數量而定;
3. 如報名人數超過實際名額,則需要抽籤處理。
4. 中心將會另行通知中籤者有關領取月餅的安排。
登記方式: (1)填妥並交回活動報名表格
(2)網上登記:
https://forms.gle/EitVxauPWQNSzrrx5 或
查詢: Wendy(蔡姑娘)

## 音樂篇

### 無伴奏合唱團(第27期) 編號：C2209182

日期：5/9/2022, 26/9 - 24/10/2022(逢星期一)　地點：活動中心
時間：7:30pm - 9:00pm　堂數：6堂
名額：8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. 上期/過往曾參加本中心舉辦之「無伴奏合唱團」優先；
2. 未曾接觸無伴奏的會員亦可參與；
3. 參加者若出席達80%或以上可獲退還$50學費；
4. 本活動為實體課堂惟有機會因疫情發展或防疫政策規定而改為網上課堂。
查詢：Ken(許先生)

### 粵曲唱腔研習班(IV) 編號：C2209181

日期：28/9 - 30/11/2022(逢星期三)　地點：活動中心
時間：7:00pm - 9:00pm　堂數：10堂
名額：12名　交通：自行前往
費用：會員：$300　非會員：$420
內容：以小組形式教授粵曲唱腔、工尺譜、曲式拍子、名曲演繹、感情表達。(堂上音樂伴奏)
備註：1. 上期/過往曾參加本中心舉辦之「粵曲唱腔研習班」優先；
2. 參加者若出席達75%或以上可獲退還$100學費。
查詢：Dicky(譚先生)

### 二胡初階VIII 編號：C2210179

日期：21/10 - 27/1/2023(隔星期五)　地點：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：教授拉奏二胡進階技巧，導師將按參加者能力選取合適曲目。
備註：1. 上期/過往曾參加本中心舉辦之「二胡初階班」優先；
2. 參加者須自備相關樂器；
3. 活動需要一定手部活動能力，報名前請自行判斷。
查詢：Dicky(譚先生)

### Ukulele夏威夷小結他班 編號：C2209162

日期：23/9 - 28/10/2022(逢星期五)　地點：活動中心
時間：9:45am - 11:15am　堂數：6堂
名額：8名　交通：自行前往
費用：自備樂器：會員：$90/非會員：$110
借用樂器：會員：$150/非會員：$170
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. 本會將提供借用Ukulele(夏威夷小結他)於上課時使用或參加者自備；
4. 本活動為實體課堂，惟有機會因疫情發展或防疫政策規定而改為網上課堂。
查詢：Dora(黃姑娘)　電話：2338 5133

### 笛子初階VIII 編號：C2210180

日期：14/10 - 20/1/2023(隔星期五)　地點：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. 上期/過往曾參加本中心舉辦之「笛子初階班」優先；
2. 參加者須自備相關樂器；
3. 活動需要一定手部活動能力，報名前請自行判斷。
查詢：Dicky(譚先生)

### 口琴合奏班 編號：C2209171

日期：14/9 - 19/10/2022(逢星期三)　堂數：6堂
時間：8:00pm - 9:00pm　名額：8名
地點：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. 上期/過往曾參加本中心舉辦之「口琴合奏班」優先；
2. 參加者須自備相關樂器；
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)

## 線上活動

### 線上遊戲王4 編號：C2210160

日期：6/10 - 27/10/2022(逢星期四)　地點：Zoom
時間：7:30pm - 8:30pm　堂數：4堂
費用：會員：免費/非會員：免費　名額：8名
內容：最鍾意玩遊戲嘅你，今次可以安在家中，利用Zoom同我哋一齊喺線上玩不同類型嘅遊戲，睇下邊個可以成為我哋終極遊戲王。
備註：參加者須需預先在手機/電腦自行安裝Zoom應用程式，並確保上課期間該手機/電腦可連接良好網絡供網課之用。
查詢：Dora(黃姑娘)電話：2338 5133

### 傷青八點鐘 童年回憶食物 編號：A2209168

日期：30/9/2022(星期五)　地點：Zoom
時間：8:00pm - 9:00pm　名額：8名
費用：會員：免費/非會員：免費
內容：講起小時候，間中都會好掛住舊時既野食，雖然簡單但卻令人一再回味，一齊黎交流下大家最喜愛最懷念既食物又係啲咩啦！
備註：參加者須需預先在手機/電腦自行安裝Zoom應用程式，並確保上課期間該手機/電腦可連接良好網絡供網課之用。
查詢：Wendy(蔡姑娘)

## 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: C2209169

日期: 14/9 - 26/10/2022(逢星期三,5/10除外) 堂數: 6堂
時間: 2:30pm - 4:00pm 名額: 8名
地點: 活動中心/視像上課 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: 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. 上期/過往曾參加本中心舉辦之「詠春健體運動班(進階班)」優先。
查詢: Wendy(蔡姑娘)

### 伸展瑜伽(10-11月) 編號: C2210172

日期: 6/10 - 10/11/2022(逢星期四) 地點:活動中心
時間: 11:00am - 12:00nn 堂數: 6堂
名額: 8名(只限傷殘會員)
費用: 會員: $150(自行前往)/$180(復康巴)
交通: 自行前往或復康巴
內容: 透過不同瑜伽式子加強肌肉伸展,有助改善關節活動能力。伸展瑜伽可紓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. 此活動由專業瑜伽導師教授,指導正確訓練動作;
2. 參加者需自行上落瑜伽蓆,本會提供瑜伽蓆於上課時使用或參加者自備;
3. 瑜伽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。
查詢: 阿倫(Alan) 電話: 2338 5133

### 詠春健體運動班(深造班) 編號: C2207107

日期: 14/9 - 26/10/2022(逢星期三,5/10除外) 堂數: 6堂
時間: 4:00pm - 5:00pm 名額: 8名
地點: 活動中心/視像上課 導師: Peggy Ho
費用: 會員: $60/非會員: $90 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. 上期/過往曾參加本中心舉辦之「詠春健體運動班(深造班)」優先。
查詢: Wendy(蔡姑娘)

### 伸一伸、展露好身手 (10-11月)** 編號: C2210173

日期: 6/10 - 10/11/2022(逢星期四) 地點: 活動中心
時間: 2:30pm - 3:30pm 堂數: 6堂
名額: 8名 交通: 自行前往
費用: 會員: $150/非會員: $170
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伽蓆,本會提供瑜伽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。
查詢: 阿倫(Alan)電話: 2338 5133

### 動感柔力球入門班* 編號: C2210161

日期: 29/10 - 3/12/2022(逢星期六) 地點:賽馬會活動中心 名額: 8名
時間: 9:45am - 11:15am 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。
查詢: Dora(黃姑娘)電話: 2338 5133

## 傷健共融篇

### 科大四蛇樂滿FUN 2022 編號: P2209186

日期: 活動中心: 15/10, 22/10, 29/10/2022(星期六)
戶外活動: 5/11/2022(星期六)
時間: 2:00pm - 4:00pm
名額: 10名
地點: 活動中心/戶外(待定)
堂數: 4堂
交通: 自行前往/復康巴
費用: 會員: 免費(自行前往)/$20(復康巴)/ 非會員: $20(自行前往)/$40(復康巴)
內容: 香港科技大學義工服務團聯同傷青會舉行一連串活動給予會員參與,並會於2022年11月5日一同到戶外參觀、玩遊戲。(戶外活動地點待定)
備註: 1. 活動與香港科技大學社會服務團合作協辦;
2. 自行前往的參加者於戶外活動當日選擇於中心上落車;
3. 中籤者必須出席上述所有節數,如無故缺席或未有合理解釋的情況下,將收取港幣$50行政費,作支持本次義工服務之用。
查詢: Ken(許先生)

## SUN 潮派（適合35歲或以下殘疾人士及其照顧者）

* 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。

### Sun 潮派 - 中秋大澳遊　編號：A2209165

日期：11/9/2022（星期日）　地點：大澳（設中心/東涌站上車）
時間：11:00am - 3:30pm　名額：8名
費用：會員：$10 / 非會員：$30 <*活動設有 1+1同行優惠>
交通：復康巴（只限中心/東涌站上車）
內容：趁住中秋佳節，一於喺呢個假日一齊去大澳玩，感受漁鄉風味啦！仲有唔少出名嘅街頭美食：鮮炸沙翁、糯米糍、炭燒雞蛋仔……同特色小店等等，有興趣就快啲報名喇！

備註：1. 報名時請註明上落車地點；
2. 活動不提供膳食，參加者需自費用膳/自備膳食。
查詢：Wendy（蔡姑娘）

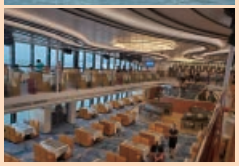
### Tiramisu 製作　編號：A2209183

日期：23/09/2022（星期五）　地點：活動中心
時間：7:00pm - 9:00pm　名額：8名
費用：會員：$20 / 非會員：$40 <*活動設有 1+1同行優惠>
交通：自行前往
內容：Tiramisu是意大利的經典甜品，同時是一款簡易製作的人氣甜品，入口有順滑細膩的芝士味之餘，也有的香濃咖啡味，吃後令人充滿幸福與甜蜜的感覺。

備註：1. 如有食物敏感者，請自行斟酌；
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，以導師教授為準。
查詢：Ken（許先生）

### 豪華遊船維港遊　編號：A2209157

日期：24/9/2022（星期六）　地點：紅磡（南）渡輪碼頭　交通：自行前往
時間：5:45pm - 7:00pm　名額：8名
費用：會員：$180（自行前往）/ 非會員：$200（自行前往）~~【原價：$250】~~ <*活動設有 1+1同行優惠>
內容：乘坐全新豪華大型觀光遊船「東方之珠號」，享受香港維多利亞港特色水上觀光旅遊的遊船體驗，飽覽維多利亞港璀璨景致。
航線途經：尖沙咀 > 西九 > 堅尼地城 > 西環 > 中環 > 灣仔 > 銅鑼灣
備註：1. 活動費用已包括船票、小食及飲品一份；
2. 活動會視乎當日天氣及船公司安排，活動詳情及航線可能會有所更改；
查詢：Dora（黃姑娘）電話：2338 5133



## 肢體殘疾人士及照顧者系列（適合肢體殘疾人士及/或其照顧者/家人參與）

【*除活動另有註明外，本系列活動歡迎肢體殘疾人士及/或其照顧者/家人 一同/獨立報名】

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 https://forms.gle/ZBGvRa1ZPywAG8R68

## 肢體殘疾人士及照顧者系列

### 中秋奶黃月餅製作　編號：CA2209159

日期：9/9/2022（星期五）　地點：活動中心
時間：11:00am - 1:00pm　名額：8名
費用：會員：$50（自行前往）/ $60（復康巴）　交通：自行前往/復康巴
非會員：$70（自行前往）/ $80（復康巴）
內容：奶黃月餅是近年中秋節最受歡迎的月餅款式之一，無論男女老幼，都無法抵擋奶黃月餅的威力。如果你就是其中一位愛好者，就千萬別錯過，一齊來製作奶皇月餅啦！

查詢：Dora（黃姑娘）電話：2338 5133

### 輕鬆懷舊金曲　編號：CA2209190

日期：20/09/2022（星期二）　地點：賽馬會活動中心
時間：4:00pm - 5:30pm　名額：8名
費用：會員：$20（自行前往）/$40（復康巴）　交通：自行前往/復康巴
非會員：$50（自行前往）/$70（復康巴）
內容：本活動與參加者分享懷舊小食及參加者互相分享故事，邀請了專業駐場歌手作客到場，即場表演經典懷舊金曲。參加者還有機會可即場點唱心儀歌曲。
查詢：Emily（鍾姑娘）

# 肢體殘疾人士及照顧者系列

## 照顧者系列 - 中秋大澳遊　編號： CA220966

日期：11/9/2022 ( 星期日 )　地點：大澳 ( 設中心/東涌站上車 )
時間：11:00am - 3:30pm　名額：8名
費用：會員： $10 / 非會員： $30
交通：復康巴 ( 只限中心 / 東涌站上車 )
內容：趁住中秋佳節，一於喺呢個假日一齊去大澳玩，感受漁鄉風味啦！仲有唔少出名嘅街頭美食： 鮮炸沙翁、糯米糍、炭燒雞蛋仔……同特色小店等等，有興趣就快啲報名喇！

備註：報名時請註明上落車地點；
活動不提供膳食，參加者需自費用膳/自備膳食。
查詢：Wendy ( 蔡姑娘 )

## 簡易運動體驗班　編號： CC2207100-2

日期： 20/9, 25/10/2022 ( 星期二 )　地點：活動中心
時間： 2:15pm - 3:45pm　堂數： 2堂
名額： 6名　交通：自行前往/復康巴
費用： 會員：免費 ( 自行前往/復康巴 )
非會員：免費 ( 自行前往/復康巴 )
內容： 此運動是由義工為體弱或起居方面需要照顧的人士而設計，而照顧者亦可在學習這套運動後，指導做合適的運動，使他們從中享受到運動的益處和樂趣。透過持久地進行運動，有助保持體弱者的活動及自我照顧能力。歡迎肢體殘疾人士及照顧者參與。
備註： 1. 坐於輪椅或椅子上進行的運動；
2. 適合嚴重殘疾程度的肢體殘疾人士及其照顧者；
3. 請自備水及毛巾。
查詢： Emily ( 鍾姑娘 )

## 東方之珠維港遊　編號： CA2209155

日期： 17/9/2022 ( 星期六 )　地點：紅磡 ( 南 ) 渡輪碼頭
時間： 4:00pm - 5:15pm　名額：8名
費用： 會員：$90 ( 自行前往/中心上車 ) / $100 ( 復康巴 )【~~原價： $240~~】
非會員：$110 ( 自行前往/中心上車 ) / $120 ( 復康巴 )
交通： 自行前往 / 復康巴
內容： 乘坐全新豪華大型觀光遊船「東方之珠號」，享受香港維多利亞港特色水上觀光旅遊的遊船體驗，飽覽維多利亞港璀璨景致。
航線途經： 尖沙咀 > 西九 > 西環 > 中環 > 灣仔 > 銅鑼灣
備註： 1. 本活動設有活動中心為中途站接載參加者；
2. 活動費用包括小食及飲品一份。
3. 視乎當天天氣及船公司安排，活動詳情及航線可能會有所更改。
查詢： Felix ( 羅先生 )

## 健康講座 - 關節炎運動與護理　編號： CP2209139

日期： 9/9/2022 ( 星期五 )　地點：活動中心
時間： 3:00pm - 4:30pm　名額：8名
費用： 會員 : 免費 / 非會員 : 免費　交通：自行前往
內容： 邀請職業治療師透過講座 - 讓參加者從中認識關節炎的成因，亦重點作出介紹各種運動、護理方法，日常生活預防之道。
備註： 1. 對象 : 肢體傷殘人士 及/或 其照顧者；
2. 已登記【照顧者天地】者為優先。
查詢： Emily ( 鍾姑娘 )

## 初級花式劍球訓練班　編號： CC2209153

日期： 15/9 - 3/11/2022 ( 逢星期四 )　地點：活動中心
時間： 11:00am - 12:00nn　堂數：8堂
名額： 8名
費用： 會員： $100 ( 自行前往/中途站上車 ) / $130 ( 復康巴 )
非會員： $140 ( 自行前往/中途站上車 ) / $150 ( 復康巴 )
交通： 自行前往/復康巴
內容： 劍球又稱劍玉，是日本傳統文化，現時已發展成國際性花式表演運動。劍球相當講求手眼協調及肌肉力量控制，有助加強專注力。是次活動邀請了「香港花式劍球協會」成員到場教導劍球花式基本技巧。

備註： 1. 活動需要一定手部活動能力，報名時請自行判斷；
2. 參加者無需經驗，歡迎任何人報名；
3. 活動由「香港花式劍球協會」成員到場教導。
查詢： Felix ( 羅先生 )

## 虎地坳村文化遊　編號： CA2210154

日期： 29/10/2022 ( 星期六 )　地點：上水虎地坳村
時間： 12:30pm - 3:30pm　名額：8名
交通： 自行前往/復康巴
費用： 會員： $20 ( 自行前往/中心/中途站上車 ) / $30 ( 復康巴 )
非會員： $40 ( 自行前往/中心/中途站上車 ) / $50 ( 復康巴 )
內容： 坐落於上水梧桐河側的虎地坳村，是近年少數能逃過被滅村的命運，轉型以文化保育區的形式存留下來的小村莊，最近村內陸續開放了虎地坳村故事館及七彩古井，歡迎遊客免費參觀。如有幸可能會遇到鳳眼藍花海及羊群放牧。
備註： 1. 此活動對體能有一定程度之要求，參加者須因應情況報名；
2. 本活動設有活動中心及上水站為中途站接載參加者；
3. 活動設有導賞服務及茶粿工作坊。
4. 視乎當天天氣，活動內容可能會因天氣惡劣而有所更改。
5. 活動不提供膳食，如有需要，請自備水及乾糧。
查詢： Felix ( 羅先生 )

## 照顧者天地　編號： CC2204006-4

日期： 3/9, 8/10/2022 ( 星期六 ) *參加者須同時參加2天活動
時間： 10:30am - 11:30am　　地點：活動中心
堂數： 2節　　名額：6名
費用： 會員：免費 / 非會員：免費　　交通：自行前往
內容： 體驗手沖咖啡 - 飲杯咖啡，轉換心情！
為照顧者提供平台互相認識、分享煩惱和壓力，
參與各種討論和減壓活動，讓照顧者有休息空間。
備註： 1. 對象：肢體傷殘人士 及/或 其照顧者；
2. 已登記【照顧者天地】者為優先；
3. 圖片只供參考。
查詢： Emily ( 鍾姑娘 )

## 皮革入門III擦染卡包　編號： CC2209152

日期：29/9, 6/10, 13/10, 20/10/2022 ( 逢星期四 )
時間：2:30pm - 4:00pm　　地點：活動中心
堂數：4堂　　名額：6名
費用：會員： $50 ( 自行前往 )　　交通：自行前往
非會員： $70 ( 自行前往 )
內容：本次課堂會特別以體驗擦染造出獨特的皮具色彩，及以裁皮、打斬、穿針、縫線、打磨等不同技巧製作皮革物品。每位學員都能創作自己獨一無二的作品。課堂材料以真植鞣牛皮革為主。
備註：1. 活動需要一定手部活動能力，報名時請自行判斷；
2. 參加者無需經驗。
3. 今期課堂將教授完成一件擦染卡片包作品。
4. 作品尺寸約為11cm x 7cm，不計算金屬扣部分。
5. 課堂材料以意大利植鞣皮革為主。
6. 圖片為作品樣式，只供參考；
查詢：Felix ( 羅先生 )

## 沙畫體驗工作坊　編號： CA2210156

日期：15/10/2022 ( 星期六 )　　地點：活動中心
時間：2:30pm - 3:30pm　　名額：8名
費用：會員： $100 ( 自行前往 ) / $110 ( 復康巴 )【~~原價：450~~】
非會員： $120 ( 自行前往 ) / $130 ( 復康巴 )
交通：自行前往 / 復康巴
內容：沙畫就是以沙作畫，需要用到沙子和燈箱，沙畫創作主要講究的是作畫者的手法和沙子與底部亮光形成的獨特影像，通過沙子的布撒和抹除在白色玻璃背板上形成千變萬化的效果。這種動態展現藝術表演形式，相比於其他藝術更富生命力。
備註：1. 活動需要一定手部活動能力，報名時請自行判斷；
2. 活動會提供專業器材及沙畫燈箱；
3. 圖片只供參考，一切以導師於課堂教授為準。
查詢：Felix ( 羅先生 )

## 草球暖敷體驗　編號： CC2204005-4

日期：3/9, 8/10/2022 ( 星期六 ) * 報名即代表參加2次活動
時間：2:30pm - 4:30pm　　地點：活動中心
堂數：2堂　　名額：8名
費用：會員：免費 / 非會員：免費　　交通：自行前往
內容：透過暖敷草球，並與參加者傾談日常，讓照顧者可血氣暢順，減少疼痛不適及感受到關愛。
備註：1. 已登記【照顧者天地】者為優先；
2. 活動內容只供參考，此活動與善園合辦，以善園評估需要為準。
查詢：Emily ( 鍾姑娘 )

## 輪椅三寶工作坊 2022　編號： CP2209138

日期：24/9/2022 ( 星期六 )　　地點：活動中心
時間：2:15pm - 4:00pm　　名額：8名
費用：免費　　交通：自行前往
內容：「輪椅三寶工作坊」，內容分別是：
( 1 ) 縫紉：縫製防水雨衿、側袋或其他為有特別需要的輪椅人士度身訂造的縫製品；
( 2 ) 加裝：設置水架、響按等便利日常生活的配件於輪椅車身，服務中我們亦提供簡單輪椅維修及檢查服務，使用者可以自攜零件，或使用他人捐出的二手零件，由富有器械維修經驗的專業義工們，負責進行維修輪椅，及；
( 3 ) 美容：以不同素材的手工藝加以美化車身外觀。
備註：1. 已登記【照顧者天地】者為優先；
2. 活動內容只供參考，一切以工作人員評估需要為準。
查詢：Emily ( 鍾姑娘 )

## 南豐紗廠之旅 ( 照顧者天地 )　編號： A2209185

日期：16/9/2022 ( 星期五 )　　地點：南豐紗廠
時間：11:30am - 4:00pm　　名額：8名
費用：會員： $10 ( 自行前往 / 中途站上車 ) / $20 ( 復康巴 )
非會員： $20 ( 自行前往 / 中途站上車 ) / $30 ( 復康巴 )
交通：自行前往 / 中心上車 / 復康巴
內容：南豐紗廠是一個結合保育與活化工程成果的地方。一方面保留著原有的歷史建築特色，另一方面增設了一些藝術展覽，同時亦有多間本土工藝品店、特色雜貨小店及各具特色的人氣咖啡室。行一個地方，能滿足喜愛歷史、藝術文化及消閒三個願望，最適合與家人攜手前往，過一個休閒的下午。
備註：1. 活動不提供膳食，參加者需自費 / 自備午膳食；
2. 如需要協助者，請自行邀請照顧者同行；
3. 本活動設有活動中心及荃灣地鐵站為中途站接載參加者。
查詢：Ken ( 許先生 )

# 招募研究對象
# 研究主題：香港輪椅人士的體適能水平

編號： TMAP2104007

主 辦：香港傷殘青年協會　　贊助：香港迪士尼樂園

負責研究大學：香港教育大學 健康與體育學系

由香港教育大學健康與體育學系助理教授梁家文博士帶領，此研究目的是調查香港輪椅人士的功能性體能規範，完成後可以讓參與者了解自身的體能情況；日後亦有助於日常生活上為自己的體能作參考及尋找合適的運動建議。

日期：2022年8月23、27、30日 或 9月4日或其他日期（其中一天）

時間：整個研究過程大約2小時

地點：賽馬會活動中心

交通：自行前往

對象：1. 任何使用手推輪椅人士；及

2. 現持有效殘疾人士登記證 或 由香港註冊的醫生、專業醫療人員或相關機構的主管簽發的殘疾證明；及

3. 沒有因為心血管問題，視力及聆聽問題，或由醫生判斷不適合參加這項研究；及

4. 有被診斷出認知障礙（研究團隊會為參加者進行簡短智能測驗）

內容：由大學研究員為你進行體能測試，包括：

1. 肌肉耐力　3. 柔韌度　5. 身體結構

2. 肌肉強度　4. 心肺耐力　6. 簡短問卷

備註：1. 報名後有工作人員跟你聯絡作初步了解背景情況

2. 參與前會有研究人員講解研究內容及需要填寫「研究同意書」

你的參與對建立殘疾人士體能資料數據十分重要。你所進行及填答的內容只供研究之用，個人資料將會保密，一切資料只有研究人員得悉，請你安心進行。你的參與純屬自願性質，你有充分的權利在研究過程中提出問題，並在任何時候決定退出研究，更不會因此而對研究工作產生的影響負有任何責任。

查詢：阿維（電話： 2338 5133）

報名：

**在完成本次研究後會得到$200超級市場現金券。**

**「曾報名之人士，不需要再次報名！」**

## 香港傷殘青年協會
# 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 及學堂社交網站 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。學堂將會暫停參加者繼續參與是次活動，敬請見諒。

## 活動防疫安排

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！

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
- 經常保持雙手清潔，避免觸摸眼睛、口和鼻
- 若出現發燒或呼吸道感染病徵，應立即求診

## 香港傷殘青年協會 賽馬會「動・融」運動計劃
## 齊起鏢 - 坐式飛鏢比賽

主辦：香港傷殘青年協會 - 傷青動力學堂　　捐助單位：香港賽馬會慈善信托基金

透過舉辦飛鏢運動比賽，提供一個讓喜愛飛鏢的「發燒友」可以公平競爭的平台，與其他鏢手互相交流切磋飛鏢技術。大家可於比賽中盡情起鏢、鏢鏢中紅心爭取勝利，並藉著比賽推廣殘疾人運動。

日期：23/10/2022（日）　　對象：肢體傷殘人士

時間：10:00 - 17:00（按賽程編排再通知實際比賽時間）　　交通：自行前往

地點：賽馬會活動中心（九龍橫頭磡邨宏基樓地下 1-13 號）　　名額：30 人

費用：免費（若參加者在沒有合理情況下缺席，學堂有權暫停其後之活動及/或比賽。）

器材：賽事採用「坐式軟飛鏢」規格，即鏢靶的紅心至地面的高度為 1.37 米，參加者需要以坐式姿勢投鏢

玩法：比賽以 Count-Up 模式進行，每場比賽由 2 位參加者進行比試，以三局兩勝分出勝負。參加者需於每局由零開始累積分數，每個回合可輪流各投 3 支鏢，於第 8 回合後結束，由較高分者勝出該局。若參加者所累積的分數相同，則比 CORK 決定勝負，即打中位置最接近紅心中央的選手獲勝。

獎項及獎品：

冠、亞、季軍：各獲得獎牌及精美禮品

報名方法：

1. 填妥快訊「活動報名表格」，傳真、郵寄、親身交回傷青會（詳見表格內容）
2. 傷青會網頁 -「活動 / 課程報名」
3. 掃描右方 QR Code

查詢：阿棟 或 Alan（阿倫）（電話：2338 5133）

截止報名日期：10/10/2022（一）中午 12 時正

備註：實際賽事時間表及其他賽程規則，於落實報名名單後，再通知各位參加者。

# 香港傷殘青年協會賽馬會「動 • 融」運動計劃

由香港傷殘青年協會-傷青動力學堂主辦，香港賽馬會慈善信托基金贊助，於2021年9月開始，為期3年，舉行**賽馬會「動 • 融」運動計劃**；是次計劃目的是為殘疾人士建立「一生一運動」，透過運動體現「傷健共融」。

我們相信無論殘疾與健全人士都應該得到相同的發展潛能機會；在計劃中，殘疾人士能體驗運動樂趣，促進身體健康，建立正向的生活態度；通過運動鍛煉，培養信心和毅力，發放堅毅自強的人生；通過社區交流及社交網絡，發掘、接觸及實踐傷健共融、促進社區連繫。

除了傷青會網頁及填寫實體報名表外，現在更可以掃瞄二維條碼(QR Code)進行報名！

**報名時，請留意以下注意事項：**

1. 參加對象為肢體傷殘人士；
2. 所有運動班組皆由專業導師教授，以指導正確的訓練動作；
3. 所有運動項目有不同程度的體能要求，參加者可了解有關運動要求及或自身情況而報名；
4. 活動適合男、女會員參與，包括企立會員及使用輪椅之會員；
5. 請參加者自備水和毛巾(如需要)，於活動當日穿著舒適衣服便可；
6. 所有運動器材由學堂提供於上課時使用或參加者自備。
7. 若參加者在沒有合理情況下缺席導致未能達到70%出席率(部份活動需達100%)，並於三期活動內累積2次或以上不達標，學堂有權暫停其新一期之活動報名。

## 第一階段：開辦不同種類免費運動班

### 伸展瑜伽(9-10月)(實體/zoom)

編號： TMAP2209010-1.10

日期： 23/9 - 28/10/2022(逢星期五)　堂數：6堂
時間： 3:00pm - 4:00pm　名額：8名
地點： 創視設計-創意共融天地(九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號)
費用： 免費*
* 請留意報名事項第7點：需達到70%出席率(5堂或以上)
交通： 自行前往
內容： 透過不同瑜伽式子加強肌肉伸展，有助改善關節活動能力。伸展瑜伽可紓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：參加者需自行上落瑜伽蓆

### 趣味體適能(9-10月)(實體/zoom)

編號： TMAP2209010-1.1

日期： 19/9 - 24/10/2022(逢星期一)　堂數：6堂
時間： 10:30am - 12:00nn　交通：自行前往
地點： 創視設計-創意共融天地(九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號)
名額： 8名
費用： 免費** 請留意報名事項第7點：需達到70%出席率(5堂或以上)
內容： 是次活動透過有趣的方法，如使用反應燈、橡筋或啞鈴等，以遊戲方式進行有氧運動、力量訓練等，提升參加者的投入度，從而強化手、胸、腹及背部的肌肉訓練及日常生活中所需要的體能。
備註： 綜合性運動練習，任何人士都需要的體適能運動

### 吳家坐式太極(9-10月)(實體/zoom)

編號： TMAP2209010-1.2

日期： 19/9 - 24/10/2022(逢星期一)　堂數：6堂
時間： 2:30pm - 4:00pm　名額：8名
地點： 創視設計-創意共融天地(九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號)
費用：免費*
* 請留意報名事項第7點：需達到70%出席率(5堂或以上)
交通：自行前往
內容： 吳家坐式太極是專為肢體殘疾人士研發的一套獨特太極拳套路。透過教授吳家坐式太極健體操，讓肢體殘疾人士、行動不便人士，同樣有機會習耍太極，有利他們養生保健，促進健康。
備註： 1. 參加者之手部需有基本活動能力
2. 坐於輪椅或椅子上進行的運動

### 變FIT啲--體適能提升計劃(10-11月)**

編號： TMAP2209010-1.4

日期： 5/10 - 9/11/2022(逢星期三)　地點：賽馬會活動中心
時間： 10:30am - 12:00nn　堂數：6堂
名額： 8名　交通：自行前往
費用： 免費*
* 請留意報名事項第7點：需達到70%出席率(5堂或以上)
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伽橡筋帶作訓練，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. 綜合性運動練習，任何人士都需要的體適能運動
2. 曾參與「趣味體適能」活動者優先

## 碰碰壺 -- 地壺球訓練班 ( 10-11 月 )

編號： TMAP2209010-1.5

日期： 5/10 - 26/10/2022 ( 逢星期三 )　　地點：賽馬會活動中心
時間： 12:30pm - 1:30pm　　堂數：4堂
名額： 8名　　交通：自行前往
費用： 免費*
* 請留意報名事項第7點：需達到 70% 出席率 ( 3堂或以上 )

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： 參加者之手部需有基本活動能力

## 法式滾球體驗班 ( 9-10 月 )

＝編號： TMAP2209010-1.7

日期： 22/9 - 13/10/2022 ( 逢星期四 )　　堂數： 4堂
時間： 11:30am - 12:30pm　　名額： 8名
地點： 創視設計 - 創意共融天地 ( 九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號 )
費用： 免費*　　交通：自行前往
* 請留意報名事項第7點：需達到 70% 出席率 ( 3堂或以上 )

內容： 法式滾球是滾球運動的其中一種，適合不同人士練習手部機能。球員會使用金屬鋼球及一顆小木球進行比賽。小木球稱為目標色，放置於目標圓圈區中央，球員擲出屬於自己的金屬鋼球，最接近目標色的球員便可得到分數，先達到13分的隊伍獲勝。

備註：
1. 投擲類運動、參加者之手部需有基本活動能力
2. 訓練你的上肢能力、手眼協調、鬥智鬥力

## 八段錦 ( 9-10 月 ) ( 實體 /zoom )

編號： TMAP2209010-1.8

日期： 23/9 - 14/10/2022 ( 逢星期五 )　　堂數： 4堂
時間： 10:00am - 11:00am　　名額： 8名
地點： 創視設計 - 創意共融天地 ( 九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號 )
費用：免費*　　交通：自行前往
* 請留意報名事項第7點：需達到 70% 出席率 ( 3堂或以上 )

內容：「八段錦」是中國傳統的保健養生運動，以中醫理論為基礎，強調五臟六腑的調理，動作結合伸展肌肉活動和呼吸協調，是低衝擊性運動，不損筋骨，適合任何年齡人士練習 。

練習「八段錦」要保持脊柱中正，呼吸暢順，動作柔和，輕鬆自然，以微微出汗為標準，重覆練習有助身心健康。

備註：
1. 參加者之手部需有基本活動能力
2. 以站式八段錦為主，輪椅人士亦可以訓練上肢力量

## 芬蘭木棋體驗班 ( 9-10 月 )　TMAP2209010-1.6

日期： 22/9 - 13/10/2022 ( 逢星期四 )　　堂數： 4堂
時間： 10:15am - 11:15am　　名額： 8名
地點： 創視設計 - 創意共融天地 ( 九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號 )
費用： 免費*
* 請留意報名事項第7點：需達到 70% 出席率 ( 3堂或以上 )
交通： 自行前往

內容：
1. 芬蘭木棋是一款休閒的新興運動，講求角度及力度掌握的技術，不需要大量體力，適合不同人士訓練手部機能。這是一項團體運動，可男女同場，訓練參加者的團體合作及耐性。
2. 比賽由每隊1-4人組成進行對抗，互相投擲至少兩局以上。選手需手持木棒擲向芬蘭木柱，使其倒下便可獲得相應分數，若倒支數量超過兩支則以支數為分數，每局先取50分之隊伍為勝。

備註：
1. 投擲類運動、參加者之手部需有基本活動能力
2. 訓練你的上肢能力、手眼協調、鬥智鬥力

## 齊起鏢 -- 飛鏢運動體驗 ( 9-11 月 )

編號： TMAP2209010-1.3

日期： 20/9 - 1/11/2022 ( 逢星期二，4/10 除外 )　　堂數： 6堂
時間： 2:30pm - 4:00pm　　名額： 12名
地點： 創視設計 - 創意共融天地 ( 九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號 )
費用： 免費*　　交通：自行前往
* 請留意報名事項第7點：需達到 70% 出席率 ( 5堂或以上 )

內容： 飛鏢近年愈來愈興盛，除了是一種靜態運動外，飛鏢亦是一種能夠鍛鍊眼力，講求心平氣和的一種運動；其中特別講求姿勢、專注、出鏢技巧方法等，是男女老少都適合的體育運動。

為鼓勵更多不同人士參與飛鏢運動，世界殘疾人飛鏢協會 (WDDA) 得到世界飛鏢聯會 ( WDF ) 認可，將飛鏢運動帶進殘疾人士當中，並設立兩種分組安排；第一種為站立式飛鏢運動，靶高173cm，是一般飛鏢比賽設定；另一種為坐姿式飛鏢運動，會用較低飛鏢靶，靶高137cm，讓不同類別的殘疾人士都能夠參與其中。

備註：
1. 參加者之手部需有基本活動能力
2. 訓練你的上肢能力、手眼協調、鬥智鬥力

## 跆拳道體驗班 ( 9-10 月 ) ( 實體 /zoom )

TMAP2209010-1.9

日期： 23/9 - 14/10/2022 ( 逢星期五 )　　堂數： 4堂
時間： 11:30am - 12:30pm　　名額： 8名
地點： 創視設計 - 創意共融天地 ( 九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號 )
費用： 免費*　　交通：自行前往
* 請留意報名事項第7點：需達到 70% 出席率 ( 3堂或以上 )

內容： 將美國健腦操元素之動作融入傳統的跆拳道訓練，藉此提升參加者的協調性、增加自信心及達到自我保護及防身的目的。

是次課程可學習跆拳道基本動作、進行套拳練習，並從中學習尊師重道武術精神、培養正確的運動習慣。

備註：
1. 參加者之手部需有基本活動能力
2. 此活動可於輪椅或座椅上進行上肢跆拳道訓練

## 身心伸展體驗班 ( 9-10 月 ) ( 實體 /zoom )

TMAP2209010-1.12

日期： 20/9 - 18/10/2022 ( 逢星期二，4/10 除外 )　　堂數： 4堂　　交通：自行前往
時間： 11:00am - 12:00nn　　名額： 8名
地點： 創視設計 - 創意共融天地 ( 九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號 )　　費用：免費*　* 請留意報名事項第7點：需達到 70% 出席率 ( 3堂或以上 )

內容： 導師會根據參加者身體結構與功能設計課程，讓學員了解自己的關節空間及活動度，逐步提升關節柔軟度和肌肉狀況。
內容包括上肢、下肢、軀幹伸展和肌肉訓練，有助改善體態、促進生活功能及維持核心肌肉穩定性。

備註： 參加者需自行上落瑜珈蓆

# One Class 運動體驗班

為讓參加者可認識不同的運動班，學堂將於每期挑選不同的運動舉行One Class運動體驗班，你可於一節課堂中初步了解所參與的運動是否適合自己，從而安排最適合你的運動規劃。

## 法式滾球體驗堂 TMAP2209010-1.14

日期：15/9/2022（星期四）　名額：8名
時間：11:30am - 12:30pm　交通：自行前往
地點：創視設計-創意共融天地（九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號）
費用：免費*
* 請留意報名事項第7點：需達 100% 出席率
內容：法式滾球是滾球運動的其中一種，適合不同人士練習手部機能。球員會使用金屬鋼球及一顆小木球進行比賽。小木球稱為目標色，放置於目標圓圈區中央，球員擲出屬於自己的金屬鋼球，最接近目標色的球員便可得到分數，先達到13分的隊伍獲勝。
備註：1. 投擲類運動、參加者之手部需有基本活動能力
2. 訓練你的上肢能力、手眼協調、鬥智鬥力

## 跆拳道體驗班堂 TMAP2209010-1.15

日期：16/9/2022（星期五）　名額：8名
時間：11:30am -12:30pm　交通：自行前往
地點：創視設計-創意共融天地（九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號）
費用：免費*
* 請留意報名事項第7點：需達 100% 出席率
內容：將美國健腦操元素之動作融入傳統的跆拳道訓練，藉此提升參加者的協調性、增加自信心及達到自我保護及防身的目的。
是次課程可學習跆拳道基本動作、進行套拳練習，並從中學習尊師重道武術精神、培養正確的運動習慣。
備註：1. 參加者之手部需有基本活動能力
2. 此活動可於輪椅或座椅上進行上肢跆拳道訓練

## 芬蘭木棋體驗堂 TMAP2209010-1.13

日期：15/9/2022（星期四）　名額：8名
時間：10:15am - 11:15am　交通：自行前往
地點：創視設計-創意共融天地（九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號）
費用：免費*
* 請留意報名事項第7點：需達 100% 出席率
內容：1. 芬蘭木棋是一款休閒的新興運動，講求角度及力度掌握的技術，不需要大量體力，適合不同人士訓練手部機能。這是一項團體運動，可男女同場，訓練參加者的團體合作及耐性。
2. 比賽由每隊1-4人組成進行對抗，互相投擲至少兩局以上。選手需手持木棒擲向芬蘭木柱，使其倒下便可獲得相應分數，若倒支數量超過兩支則以支數為分數，每局先取50分之隊伍為勝。
備註：1. 投擲類運動、參加者之手部需有基本活動能力
2. 訓練你的上肢能力、手眼協調、鬥智鬥力

以下活動需進入康文署之室內體育館，報名前請留意以下事項：

1.進入康文署室內場地人士均符合「疫苗通行證」實施的相關要求；

2.必需使用「安心出行」流動應用程式掃描場所二維碼（獲豁免人士除外）；

3.請攜帶殘疾證明文件，如殘疾人士登記證等以供使用場地之用。

## 地壺球體驗班（9月） TMAP2209010-1.11

日期：2/9 - 30/9/2022（逢星期五）　堂數：5堂　交通：自行前往
時間：11:10am - 12:10pm　名額：8名
地點：北河街體育館 – 大活動室（深水埗基隆街333號北河街市政大廈5樓）
費用：免費*
* 請留意報名事項第7點：需達到 70% 出席率（4堂或以上）
內容：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；
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；
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；
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：1.參加者之手部需有基本活動能力
2. 活動截止日期為8月22日中午12時

所有運動班詳情，除了透過快訊刊登外，部份亦會透過「動力學堂Facebook專頁」、「傷青會 Whatsapp 接收協會最新資訊服務」【傷青會網頁」等發放資訊，記得密切留意最新消息呀！

# 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： TMAP2204002
日期： 練習--逢星期五晚
時間： 7:00pm - 9:00pm
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. 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；
3. 活動之正式開展日期、時間及內容，將於報名後再有通知詳情及安排。

## 傷青輪椅籃球隊

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嗎？任何人士，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！

活動名稱：傷青輪椅籃球隊
編號： TMAP2208011
日期： 逢星期三
時間： 8:00pm - 10:30pm
地點： 將軍澳體育館 / 或其他場地
費用： 全免
交通： 自行前往
內容： 由富有經驗之輪椅籃球員及輪椅籃球教練帶領，讓大家體驗運球、傳接球、投籃、戰術走位等技巧，享受輪椅籃球的樂趣；有興趣者，更可進一步參與香港輪椅籃球聯賽，一展身手。

備註：
1. 活動適合男、女會員參與，包括企立會員及輪椅使用會員，如不熟習輪椅操作，亦會有專人教授要點；
2. 所有器材及輪椅可自備或由大會提供；
3. 活動之正式開展日期、時間及內容，將於報名後再有通知詳情及安排。

## 輪椅網球體驗日 / 訓練班

「傷青動力學堂」與「香港網球總會」合作籌辦【輪椅網球體驗日】，亦正開辦持續性的【輪椅網球訓練班】，希望推動輪椅網球的持續性發展，有興趣認識輪椅網球及或一展所長，歡迎報名或與我們聯絡！

活動名稱：輪椅網球體驗日 / 訓練班
編號： TMAP2204003
日期： 逢星期六 | 逢星期日
時間： 5:00pm - 7:00pm | 12:30pm - 2:30pm
地點： 沙田源禾路網球場 | 香港鄉村俱樂部
費用： 全免
交通： 自行前往
內容： 由富有經驗之輪椅網球員及網總教練帶領，讓大家體驗握拍、擊球、輪椅走位等技巧，享受輪網的樂趣。

備註：
1. 活動適合男、女會員參與，包括企立會員及輪椅使用會員，如不熟習輪椅操作，亦會有專人教授要點；
2. 所有器材及輪椅可自備或由大會提供；
3. 活動之正式開展日期、時間及內容，會因應參加者人數、能力、程度而進行編配，所有活動詳情將於報名後再有通知及安排。

# 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。)

1. 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；
2. 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)。
3. 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。
4. 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。
5. 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。
6. 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；
7. 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；
8. 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，能提供有效的醫生証明文件(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行政主任(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的「免責聲明」部份，網址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 | Amber 黃 | Red 紅 | Black 黑 | T1 | 3 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 協會各單位 | ✔ | ✔ | * | ✔ | ✔ | ✗ |
| 室內活動 | ✔ ** | ✗ | ✗ | ✔ | ✔ ** | ✗ |
| 戶外活動 | ✗ | ✗ | ✗ | ✔ | ✗ | ✗ |
| 水上活動 | ✗ | ✗ | ✗ | ✔ | ✗ | ✗ |
| ERB課程 | ✔ ** | ✗ | ✗ | ✔ | ✔ ** | ✗ |
| VTC課程 | ✔ ** | ✗ | ✗ | ✔ | ✗ | ✗ |

備註：

✔：照常　✗：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：

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

香港傷殘青年協會

| E | POSTAGE PAID<br>HONG KONG<br>CHINA<br>中國香港<br>郵資已付 | Permit No.<br>特許編號<br>No.3874 |
|---|---|---|

協會網頁

活動 / 課程報名

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
外出活動電話：6623 5618
傳真：2338 0752
電郵：wthcic@hkfhy.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@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
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@hkfhy.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：_____）

| 意願優先 | 活動編號 | 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 |
| 首選 | | | | | | | |
| 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：_____