



香港傷殘青年協會

傷青快訊

www.hkfh.org.hk

雙月刊

2013年

08月

恭賀

陳錦元主席 獲特區政府頒授 榮譽勳章



本會主席陳錦元先生獲特區政府頒授2013年度榮譽勳章，以表揚他多年來積極參與公共及社會服務，尤其致力促進殘疾人士福祉及推廣無障礙環境。

小時候因為腦膜炎導致肢體傷殘的陳錦元主席，跨越肢體上的障礙，多年來積極推動本地殘疾人士工作，如提倡無障礙環境及殘疾人士交通設施配套。為了減輕高昂的交通費對殘疾人士的影響，陳主席更擔起「殘疾人士爭取交通優惠聯席」召集人一職，聯同四十多間復康機構，過去一直向各政府部門及交通營辦商爭取殘疾人士乘車優惠。

事實上，不僅是傷青會，陳主席亦參與了不少復康機構，以至政府機關的殘疾人士工作。今次陳主席得到特區政府頒授榮譽勳章，代表了香港政府及社會各界人士對陳主席過去工作的認同及鼓勵，意義重大。

在此，本會熱烈恭賀陳錦元主席獲頒發榮譽勳章，並祝願陳主席在未來能繼續為殘疾人士爭取更多應有的權益！



總辦事處

負責中央行政管理、籌募、康復政策諮詢、研究及倡導工作。

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：hkfh@hkfh.org.hk

捐款專用賬戶
滙豐銀行：080-2-065078

賽馬會活動中心

社交康樂活動及班組、社區教育、義工服務、熱線支援等服務。

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@hkfh.org.hk

活動專用賬戶
滙豐銀行：080-2-065078

「同路人」

社區及家居支援計劃

為六至五十九歲的肢體傷殘人士及於特別情況下有服務需要的人士提供到戶形式的家居清潔、護送及代購等服務。

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@hkfh.org.hk

就業服務中心

提供職業評估、訓練課程、工作選配及在職支援服務。

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@hkfh.org.hk

創視設計

提供專業設計、排版及印刷服務，為殘疾人士提供就業機會。

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@hkfh.org.hk

傷青花藝舍

經營各類花藝製品零售服務，為殘疾人士提供花藝訓練及就業機會。

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@hkfh.org.hk

傷青動力學堂

透過戶外活動及精心設計的挑戰項目，讓參加者從活動中認識自我、增強自信心，並學會團隊精神、與隊友互相合作、了解處境、克服困難、完成任務。

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@hkfh.org.hk

『健障行』 慈善步行樂

協會將會籌辦一個名為『健障行』- 慈善步行樂的步行籌款活動，旨在為傷青會籌募善款以發展殘疾人士的普及運動和藝術活動。下為『健障行』的資料：

名稱：『健障行』- 慈善步行樂

目的：推廣及彰顯殘疾人士的能力及傷健共融的理念；為推廣殘疾人士普及運動和藝術活動籌募運作經費。

性質：慈善步行募捐活動（神秘體驗活動）
個人籌款額 \$300

日期：2013年11月16日（星期六）

時間：上午9:00 至中午12:00

路線：由白石角海濱長廊海洋劇場步行至大埔海濱公園露天劇場
全程5.5公里

對象：會員、家屬、好友、親子及全港市民



* 完成全程可獲贈證書及精美禮品乙份

香港傷殘青年協會『健障行』- 慈善步行樂 參加表格（個人）

（編號：_____ 由機構填寫）

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：_____

請將參加表格、捐款表格（背頁）連同所籌得款項（支票或銀行入數收據），於2013年10月19日（星期六）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」或以現金直接存入滙豐銀行——賬戶：080-2-065078）

香港傷殘青年協會『健障行』- 慈善步行樂 捐款表格

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 或以上人士可獲收據，本會將會於活動後 3 個月內寄回予參加者代為發回捐款人。

（如有需要，請自行覆印）

九龍東北扶輪社服務推廣

香港傷殘青年協會透過荷花集團的總裁 – 尤金先生的介紹，理事黃偉琮女士和行政總監劉家倫先生於2013年4月11(星期四)一同出席了九龍東北扶輪社於九龍酒店舉行的午餐例會，行政總監介紹了協會的成立背景、服務及成就等。黃偉琮理事和劉家倫總監與各位社友言談甚歡，而各位社友亦對傷青會的背景、服務及社會企業有深入認識。而尤金先生將會在2014年成為區總監，並期望可以聯合不同區域的扶輪社與本會合作一個慈善活動，為本會籌募經費，本會對扶輪社的支持表示衷心感謝。



韓國教會人員探訪本會

韓國教會一行三十多人於2013年5月30日(星期四)下午探訪本會。協會由同事及會員林健華先生及黃開珍女士介紹協會不同單位的運作，並由林健華先生示範手動單車的玩法。他們對於協會的社會企業有不少關於營運上的提問。並由本會行政總監劉家倫先生代表致送錦旗予對方留念。

韓國殘疾人士社會福利機構探訪本會

韓國殘疾人士社會福利機構一行十多位社會工作人員於2013年6月26日(星期三)上午探訪本會。由協會行政總監劉家倫先生及會員林健華先生介紹協會，他們分別參觀了賽馬會活動中心、創視設計、傷青花藝舍及動力學堂，他們尤其有興趣了解協會社會企業如何協助殘疾人士自力更生。



印度人慈善團體探訪本會

印度人慈善團體 (Shirdi Sai BaBa Charity Group) 於2013年5月26日(星期日)下午共二十多位印度人探訪本會，他們在活動中心舉辦聯誼活動及為本會會員烹調印度美食，更載歌載舞及派發禮品予協會會員，與會員打成一片。本會一向履行『傷健共融』的宗旨，是次活動更可讓會員與少數民族互相多加認識，體會共融的意義。



廣州殘疾者英語培訓中心探訪本會

廣州殘疾者英語培訓中心與益公益交流中心於2013年6月4日(星期二)一行三人下午探訪本會，由協會同事介紹協會不同單位的運作及服務情況。是次到訪，探訪者希望可以了解更多香港的社會企業。三位分別參觀了本會的賽馬會活動中心、創視設計、傷青花藝舍及傷青動力學堂，並向三個單位的負責同事了解企業的運作。

2013年會員週年大會暨晚宴

11月假樂富廣場富臨皇宮隆重舉行

協會一年一度的盛事 - 2013年會員週年大會暨晚宴，將於11月30日(星期六)假樂富廣場富臨皇宮隆重舉行。屆時，鼎力支持本會的政府官員、康復機構代表、合作伙伴及愛心客戶等將應邀出席。而理事會成員將在眾嘉賓的共同見證下，向會員總結及匯報協會過去一年的工作成果。當晚協會更預備了晚宴，以佳餚美食及豐富獎品答謝會員及賓客對本會的支持。

現在就讓我們以歡愉、喜悅的心情來迎接協會的週年盛事吧！歡迎各位會員踴躍參與！有興趣的會員，請盡快把握機會，於8月30日或以前填妥報名表格，並交回本會，共同參與這項盛事。

2013年會員週年大會

編 號	A1311039
日 期	30/11/2013 (星期六)
時 間	5:15pm - 6:30pm
地 點	富臨皇宮 - 樂富聯合道 198 號樂富廣場 L206-211 (樂富地鐵站 B 出口)
名 額	自行前往 (不限) / 復康巴 (200 名) [因復康巴資源有限，名額僅得 200 個座位；由於大會需要合乎資格的基本會員 (年齡為 18 至 60 歲) 通過議程，故上述基本會員將獲優先處理。鑑於場地空間所限，輪椅使用者名額為 80 位。]
備 註	1. 會員週年大會為本會盛事，敬希各中籤會員依時出席會員週年大會； 2. 會員可自行前往參與週年大會；但必須填妥有關報名表後，於截止限期前交回本會，以便遵守室內場館消防條例及向酒店方面確定會議人數； 3. 會議詳情將於 10 月至 11 月致各會員邀請函內詳列；及 4. 大會未能提供訪客車位。
費 用	全免 (自行前往) / \$40 (復康巴) (如同時參加晚宴則可豁免)
交 通	復康巴或自行前往
內 容	通過 2012 年度週年會員大會會議紀錄 2012/2013 年度工作報告 通過 2012/2013 年度財務報告
報 名	填妥活動報名表格後傳真至 2338 5112 或寄回本會 (如需復康巴接送，請清楚註明，如輪椅使用者是否可以過椅。)
截 止	30/8/2013 (星期五)
查 詢	總辦事處黃小姐 (電話：2338 5111)

2013年會員週年晚宴

編號	A1311040
日期	30/11/2013 (星期六)
時間	7:00pm - 9:30pm
地點	富臨皇宮 - 樂富聯合道 198 號樂富廣場 L206-211 (樂富地鐵站 B 出口)
名額	<p>復康巴 (200 名)</p> <p>因復康巴資源有限, 名額僅得 200 個座位。由於大會需要合乎資格的基本會員 (年齡為 18 至 60 歲) 參與會員週年大會通過議程, 故上述基本會員將獲優先處理, 以個人身份單獨參與會議及晚宴的合乎資格的基本會員人數, 若少於 200 位, 晚宴優先處理次序將為:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 參加會員週年大會及週年晚宴的基本會員, 以個人身份單獨參與上述兩項活動即時獲得參與活動的資格; 2. 參加會員週年大會及週年晚宴的基本會員, 若攜同普通會員時, 該名合乎資格的基本會員即時獲得參與活動的資格, 而其攜同的普通會員則列作抽籤處理; 3. 參加會員週年大會及週年晚宴的基本會員, 若攜同非會員 (包括家屬、照顧者、小童等), 該名基本會員即時獲得參與活動的資格, 而其攜同的非會員, 則列作抽籤處理; 及 4. 只參加週年晚宴的基本會員及普通會員。 <p>*上述 2 至 4 項陪同基本會員的參與者 (即普通會員及非會員) 將採取一併抽籤處理, 抽籤以報名組別形式進行, 有餘額才給予只參加週年晚宴的非會員。</p>
費用	\$150 (會員 - 自行前往) / \$190 (會員 - 復康巴) / \$300 (非會員 - 自行前往) / \$380 (非會員 - 復康巴)
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每位會員只可攜同最多兩位參與者。 2. 基本會員可選擇與所攜同參加者一併列作抽籤處理; 惟須放棄即時參與活動的資格。 3. 5 歲或以下不佔座位者費用全免; 5 歲以上參與者須按照非會員費用收費或可於活動舉行前申請成為普通會員, 以會員費用支付; 惟需注意會員審批程序約為一個月。
交通內容	<p>自行前往 / 復康巴</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 高級粵菜 <ul style="list-style-type: none"> • 鴻運乳豬件伴素鵝 • 鮮蟹肉燴花膠翅 • 瑤柱蛋白炒飯 • 碧綠帶子蚌片 • 清蒸金花尾 • 杞子桂花糕 • 發財玉環柱甫 • 蠔皇扣花菇海鮑片 • 合時鮮果 • 脆奶百花球 • 脆皮炸子雞 2. 豐富抽獎
報名截止查詢	<p>填妥活動報名表格後傳真或寄回本會 (如需復康巴接送, 請清楚註明, 如輪椅使用者是不可以過椅。)</p> <p>30/8/2013 (星期五), 6/9/2013 (星期五) 下午 2:30-3:00 於活動中心進行抽籤</p> <p>總辦事處黃小姐 (電話: 2338 5111)</p>

致：總辦事處中央行政部

傳真號碼：2338 5112

郵寄地址：九龍橫頭磡邨宏基樓地下 16-21 號

*請於 2013 年 8 月 30 日或以前傳真或郵寄本會。

2013年會員週年大會暨晚宴 報名表

姓名		性別		年齡		聯絡電話		
會員編號			<input type="radio"/> 基本會員 <input type="radio"/> 普通會員		<input type="radio"/> 可過位輪椅 <input type="radio"/> 不可過位輪椅 / 電動輪椅			
參加意願	<input type="radio"/> 同時參加會議及晚宴 <input type="radio"/> 只參加晚宴		<input type="radio"/> 只參加會議		<input type="radio"/> 手叉 / 手杖 / 腳架 <input type="radio"/> 不需要			
交通安排	<input type="radio"/> 自行前往目的地		<input type="radio"/> 復康巴士 (只適用於殘疾人士)		上車地點: _____ 落車地點: _____			
如欲攜同親友參加, 請填妥下表:								
姓名	性別	年齡	關係	傷 / 健人士	非 / 會員	會員編號	輔助工具	上落車地點
只適用於符合資格的基本會員填寫:								
本人	<input type="radio"/> 願意獨立參與週年大會及晚宴, 上述親友另作抽籤。 <input type="radio"/> 選擇與上述親友一併抽籤。							
報名者簽署: _____ 日期: _____								

* 請於空格內劃上 “✓” 號。如有疑問, 請致電 2338 5111 與職員查詢。



「傷青駕駛會」

駕駛會通訊

醫院泊車位情況

	醫院名稱	醫院地點	查詢電話	網址	殘疾車位數量	車位地點	備註
港島東	東區尤德夫人那打素醫院	香港柴灣樂民道 3 號	2595 6111	www.ha.org.hk/pyneh	2	專科門診正門	可向保安要求增加泊位
	律敦治醫院	香港灣仔皇后大道東 266 號	2291 2000		1	訪客停車場	閘前要求管理員開閘，不要自行拍咭入閘，否則要收費
	鄧肇堅醫院	香港灣仔皇后大道東 282 號	2291 2000		0		鄰近愛群道設有五個殘疾人士專用車位
	聖保祿醫院*	香港銅鑼灣東院道 2 號	2890 6008	www.stpaul.org.hk	1	停車場內	
	東華東院	香港銅鑼灣東院道 19 號	2162 6888	www.ha.org.hk/tweh/	0		
	黃竹坑醫院	香港黃竹坑黃竹坑徑 2 號	2873 7222		0		
港島西	葛量洪醫院	香港仔黃竹坑道 125 號	2518 2111		2	郭得勝心臟中心大樓旁	須於入閘前向管理員領取臨時停車証
	瑪麗醫院	香港薄扶林道 102 號	2255 3838	www3.ha.org.hk/qmh/index.htm	2	專科門診大樓側	可向保安要求增加泊位
	大口環根德公爵夫人兒童醫院	香港薄扶林大口環道 12 號	2817 7111	www3.ha.org.hk/dkch/	2	門診部正門	
	贊育醫院	香港西營盤醫院道 30 號	2589 2100		0		
	東華三院馮堯敬醫院	香港薄扶林大口環道 9 號	2855 6111	www3.ha.org.hk/fykh/	1		
	東華醫院	香港上環普仁街 12 號	2589 8111	www3.ha.org.hk/twh	0		
九龍中	香港佛教醫院	九龍樂富杏林街 10 號	2339 6111		1		
	香港眼科醫院	九龍亞皆老街 147K	2762 3007		2		
	九龍醫院	九龍亞皆老街 147A	3129 7111		4	西翼大樓 2 個，復康大樓 2 個	
	伊利沙伯醫院	九龍加士居道 30 號	2958 8888	http://www.ha.org.hk/qeh	2	正門車道左邊	可向保安要求增加泊位
	聖德肋撒醫院*	九龍太子道 327 號	2711 9111	www.sth.org.hk			鄰近品蘭街設有 1 個殘疾人士專用車位
九龍東	靈實醫院	九龍將軍澳靈實路 8 號	2703 8000		2	停車場內	可獲半價收費
	將軍澳醫院	將軍澳坑口寶寧里 2 號	2208 0111		2	近的士站位置	
	基督教聯合醫院	九龍觀塘協和街 130 號	2379 9611	http://www.uch.org.hk	2	設於停車場內	可獲免費停泊

	醫院名稱	醫院地點	查詢電話	網址	殘疾車位數量	車位地點	備註
九龍西	明愛醫院	九龍深水埗 永康街 111 號	3408 5678		1	懷安樓	
	葵涌醫院	新界葵涌醫院道 3-15 號	2990 3000	http://www.ha.org.hk/kch/startt.html			
	廣華醫院	九龍窩打老道 25 號	2332 2311	http://www.ha.org.hk/kwh/default.htm	0		鄰近登打士街設有 1 個殘疾人士專用車位
	聖母醫院	九龍黃大仙 沙田坳道 118 號	2320 2121		1	近殮房	
	瑪嘉烈醫院	新界瑪嘉烈 醫院道 2-10 號	2990 1111		4	L 座 對 出 1 個， 傳染病中心大樓 對 出 2 個，G 座 樓下 1 個	
	東華三院 黃大仙醫院	九龍黃大仙 沙田坳道 124 號	2320 0377		1		
	寶血醫院 (明愛)*	九龍深水埗 青山道 113 號	2386 4281	www.pbh.hk	0		鄰近九江街設有 1 個殘疾人士專用車位
	仁濟醫院	新界荃灣仁濟街 7-11 號	2417 8383				
新界東	雅麗氏何妙齡那 打素醫院	新界大埔全安路 11 號	2689 2000	www3.ha.org.hk/ahnh/	2	急症室附近	
	北區醫院	新界上水保健路 9 號	2683 8888	www3.ha.org.hk/ndh/indeex.htm	3	2 個在小巴士站附近	1 個在停車場內，可獲半價收費
	威爾斯親王 醫院	新界沙田銀城街 30-32 號	2632 2211	www3.ha.org.hk/pwh/indeex.htm	2		
	沙田醫院	新界沙田馬鞍山 亞角街 33 號	2636 7500		2		
	大埔醫院	新界大埔全安路 9 號	2607 6111	www3.ha.org.hk/tph	2	平台	
新界西	青山醫院	新界屯門 青松觀路 15 號	2456 7111				
	博愛醫院	新界元朗坳頭	2486 8000	www3.ha.org.hk/poh/default.asp	2	停車場內	入閘前向管理員說明
	小欖醫院	新界屯門 青松觀路 15 號	2456 7111				
	屯門醫院	新界屯門 青松觀路 23 號	2468 5111	www.ha.org.hk/tmh/ch/inndex.asp	3	正門 1 個，復康 大樓 1 個	1 個在停車場內，可獲免費，但不要拍咭

* 私家醫院

資料如有錯漏，歡迎會員透過電郵 hkfhy_ddc@yahoo.com.hk 向「傷青駕駛會」提出，以便更新資料！

康復政策委員會工作報告

運輸署會議

委員會在5月30日出席了運輸署的「殘疾人士使用公共交通工具工作小組」會議。席間各類別傷殘機構的代表提出了各自關注的問題。本會向渡輪公司詢問在2元交通優惠推行後，渡輪公司有沒有計劃在碼頭加設闊閘機以方便輪椅使用者。對方回應指設置闊閘機成本高昂，有實行上的困難，故現時會安排員工協助輪椅使用者入閘。本會認為此做法並不理想，亦不符合無障礙的概念，本會會繼續要求渡輪公司加設闊閘機。

爭取殘疾人士就業機會及配額制度聯盟會議

會議在6月7日舉行，聯盟得悉扶貧委員會特別需要社群專責小組擬討論及推行《有能者 聘之約章》計劃，以鼓勵僱主多聘用殘疾人士。聯盟對政府推動協助殘疾人士就業的舉措表示認同，惟認為計劃仍有需要改進的地方，例如參與簽署《約章》的門鑑不應過低，而且政府作為全港最大的僱主，應當向社會各界樹立良好榜樣，帶頭製造殘疾人士就業機會。

2013年服務優次分享會議

社會福利署於6月6日舉行了2013年服務優次分享會議，向各社福機構簡介了2013年的資源投放和服務優次。在復康機構的討論環節，出席的機構代表有近百人，反應十分踴躍。代表們指出了現時服務不足之處，並要求政府投放更多資源以滿足殘疾人士的需要。

招募

復康政策關注小組

背景：

為了更好地反映會員對復康政策的意見，本會將會成立復康政策關注小組，並招募會員以用家身份對復康政策提出意見和關注，並跟進康復政策委員會的工作，一同推廣無障礙概念，為殘疾人士謀福祉。

要求：

學歷、年齡不拘、有責任心、願意推動本港的無障礙發展。

待遇：

1. 本會教授有關知識和提供相關培訓；服務可獲計算義工時數；
2. 服務滿一年可獲感謝狀。

有意者，請填寫下列表格，電郵至pao2@hkfhy.org.hk；傳真至2338-5112或郵寄到九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號香港傷殘青年協會政策倡導主任收。

(請註明“加入「復康政策關注小組」”)

復康政策關注小組申請表

姓名：	性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
會員編號：	年齡：
<input type="checkbox"/> 殘疾會員 <input type="checkbox"/> 健全會員 (<input type="checkbox"/> 輪椅 <input type="checkbox"/> 電動輪椅 <input type="checkbox"/> 可過椅) (<input type="checkbox"/> 手叉 <input type="checkbox"/> 腳架 <input type="checkbox"/> 不需要助行器) 交通安排： <input type="checkbox"/> 自行 <input type="checkbox"/> 復康巴士	
聯絡電話(住宅)：	聯絡電話(手提)：
請說明相關經驗及抱負： _____ _____ _____	
申請者簽署：_____ 日期：_____	
報名方法： 1. 電郵至pao2@hkfhy.org.hk；或 2. 傳真至2338-5112；或 3. 郵寄到九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號香港傷殘青年協會政策倡導主任收。	

白 普 理 泳 屋

赤柱正灘 187 號泳屋

為讓更多會員能享受到沙灘暢泳的樂趣，泳屋全年免費開放給會員借用。為方便會員在炎熱夏季享受上水活動，泳屋於2013年7月6日至8月25日，逢星期六、日更會有泳屋當值員當值，方便會員在赤柱正灘暢泳。有關詳情如右：

星期一至五

上午 10:00 至下午 6:00

手續：

須填妥活動報名表，並傳真或郵寄到中心，會員須於使用前1個工作天到中心領取鎖匙，並於使用日後1個工作天內將鎖匙交回中心。

星期六、日及公眾假期

上午 10:00 至下午 6:00

手續：

會員可毋須預約使用泳屋，但須到達泳屋後即場登記，以證明會員身份。

颶風暴雨下服務安排

現已踏入颶風暴雨的季節，天文台所發出的訊號時有更改，若活動舉行期間遇有雷暴警告、颶風訊號或暴雨警告訊號懸掛的話，賽馬會活動中心、傷青動力學堂、就業服務中心及赤柱泳屋舉行之各項活動安排如下：

就業服務中心、賽馬會活動中心、傷青動力學堂及赤柱泳屋

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，安排如下：

		八號風球以上	三號風球	一號風球	黑色暴雨	紅色暴雨	黃色暴雨
中心開放安排		×	✓	✓	*	✓	✓
就業服務中心、活動中心及動力學堂	戶內活動	×	✓**	✓	×	×	✓**
	戶外活動	×	×	✓	×	×	×
	上水活動	×	×	✓	×	×	×
赤柱泳屋		×	中午十二時或以前沒有當值員	✓	中午十二時或以前沒有當值員	中午十二時或以前沒有當值員	中午十二時或以前沒有當值員

* 中心如未開放，會暫停開放；如中心已開放及舉行班組活動，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；

** 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。

備註：如三號風球或以上之颶風訊號、黃色、紅色或黑色暴雨警告訊號於中午十二時或以前除下，在正常情況下泳屋當值員將於訊號除下後兩小時內返回泳屋當值。

若天氣惡劣，需要查詢有關活動之安排，歡迎致電相關服務單位：

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

殘疾人士社區參與研究問卷調查 抽獎結果

早前本會進行了一項有關殘疾人士社區參與研究問卷調查，有關問卷收集工作經已完成。為答謝各位的支持，本會送出10份精美4GB USB記憶棒作抽獎之用。凡填妥問卷並連同抽獎表格寄回本會的朋友便可獲得抽獎機會。

本會行政總監於6月27日在眾會員的見證下，於本會活動中心抽出了10位得獎的幸運兒，得獎名單（請閱右方表格）。

請各位得獎的幸運兒於8月30日前，在總辦事處辦公時間內（星期一至星期五：上午9:30至下午5:30 / 星期六：上午9:30至下午1:30），致電2338 5111向本會研究主任吳先生登記，以安排領取獎品。最後，本會再次多謝所有接受問卷調查的朋友，讓是次問卷收集活動得已順利舉行，謝謝！

得獎名單

會員編號	姓名
U00012	徐新標
U02166	鄧煊娥
U00033	梁國威
U00005	沈興國
B00111	程錦春
B00507	梁國輝
B00397	周勇敢
U01341	王慧彤
U00582	武彤
U01903	唐浩榮

活動中心 工作報告

全賴有您晚會 — 薪火相傳

活動中心屬下義工組 – 傳愛心義工組於7月13日晚上假黃大仙現崇山商場客滿庭，舉行一年一度「全賴有您晚會」。今年大會主題為「薪火相傳」，因此，邀請了三位年青的傷殘人士擔任分享嘉賓，分別為路向四肢傷殘人士協會副主席嚴楚碧小姐、自強協會社工葉健強先生及女醫生呂慧翔小姐。其中，嚴小姐及葉先生分享了他們在自助組織擔任義務工作的原因及遇到困難的地方，而呂醫生則分享她的醫學理念。其實，三位分享嘉賓有其共同點，他們不僅是年青的傷殘人士，也希望運用他們的專業，在過程中為傷殘人士服務，幫助更多有需要的傷殘人士。

「傳愛心義工組」為協會活動中心屬下的一個義工小組，於上世紀九十年代成立，以關顧及探訪傷殘人士為宗旨。因此，這小組每年均定期舉辦探訪活動，如藉著中秋節、端午節等傳統節日，將愛與關懷送給有需要的傷殘人士。此外，這小組更於每年七、八月策劃「全賴有您晚會」，透過邀請不同背景的嘉賓作感人分享，除表揚在傷殘人士背後默默付出的家屬、照顧者外，並且希望傳達生命影響生命的訊息、自強不息的訊息。



舒展瑜伽

動力學堂與活動中心於早前獲得平等機會委員會的資助，推行「共創普及運動」。在這計劃中，我們除了讓會員認識「吳家坐式太極」外，並且嘗試推行「舒展瑜伽」這運動。

事實上，在開辦這課程前，坊間較少讓肢體傷殘人士參與瑜伽運動，而因為肢體傷殘人士因身體狀況的關係，只能參與呼吸瑜伽的課程，透過學習如何呼吸從而調理身心。

由於會員對「共創普及運動」內舒展瑜伽的課程有正面迴響，因此，活動中心已於6、7月正式開辦持續性的「舒展瑜伽」課程，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。

綠色生活小組 分享專欄

浸黑豆醋

原來酸酸的醋其實屬於鹼性食物，能幫助消化而不傷胃，更可增加肌肉彈性，是可以放心大膽進食的食物。醋那麼好，除平時烹飪時加些醋進去，亦不妨用醋再製作一些健康食品，上網搜索了一下，決定浸黑豆醋。

選擇黑豆是因為它幾乎是一種全能藥療材料，可以補腎、烏髮、抗氧化、養顏、降血脂、通便、防衰

老、防癌…好處不勝枚舉。黑豆跟醋雙劍合璧，是一次過滿足絕大多數的健康願望。

在藥房買了一斤黑豆，烘乾淨後將它們放進了焗爐，先烤乾，再焗熟，沒有焗爐的話，可選擇用白鑊炒熟黑豆，待黑豆攤涼，就可以放入玻璃或陶瓷器皿了，然後灌醋。第一次浸沒有經驗，豆和醋都灌得太滿，膨脹後的豆擠在狹小的空間，結得實實的，用筷子夾都夾不出來。第二次浸，黑豆裝了半樽，醋加至八成滿，為膨脹和發酵提供了足夠的空間，剛剛好。下期再談。

李鳳蓮



「同路人」社區及家居支援計劃

簡介

本計劃是社會福利署資助的三年項目計劃，旨在為6歲至59歲的肢體傷殘人士提供日常生活的支援社區及家居的支援服務，包括護送服務、代購服務、簡單家居清潔等。

計劃目標

- 協助獨居肢體殘疾人士完成一些基本生活需要的任務；
- 提供培訓予一些新受傷或隱蔽肢體殘疾人士及照顧者，以提升他們的自顧及照顧能力；
- 紓緩一些全職工作照顧者照顧同住肢體殘疾人士的照顧壓力。

服務對象

本計劃之服務對象必須為香港特別行政區永久性居民，並符合下列條件：

- 獨居或照顧者均為全職工作的6至59歲的肢體殘疾人士；
- 其他經評估後有特別需要的殘疾人士及其家屬或照顧者。

服務地區

全港（但不包括離島，如東涌、大嶼山、南丫島、長洲、坪洲及蒲台島等地區）

服務內容

- 護送服務：護送前往醫院或診所就診、工作地點、學校或護理中心接受訓練、銀行或其他地方辦理事務等；
- 家居清潔：提供簡單的家居清潔，如洗掃地板、清潔廚房、浴室及廚櫃等；
- 代購服務：代購食物或日常必需品等；
- 租借用品：中心提供多類型的復康用品（如輪椅、手杖、拐杖、助行架、便椅等）供有需要之使用者租借；
- 伸展運動：經專業人士評估或建議後，到戶替服務使用者進行伸展運動。

申請服務

- 致電2337 9311與蘇姑娘聯絡；或
- 瀏覽本會網頁www.hkfhy.org.hk，並下載在「同路人」社區及家居支援計劃」頁面內下載有關表格，填妥後以郵寄或傳真方式交回本會。

輪椅舞獅隊

活動中心現計劃於本年度與夏國璋龍獅團合作開辦「輪椅舞獅隊」，現計劃於2013年11月開辦約12節的課程，課程包括舞獅、鼓樂等。為此，現徵詢有興趣參與之會員意見。凡有興趣參與之會員，請填寫下列表格，並於8月31日或以前，郵寄至九龍橫頭磡邨宏基樓1-13號地下或傳真至2338 0752馬先生收，讓這次課程更能貼近需要。

回應表格

- 我期望在這次課程可以學習到：_____
- 我希望上課時間為：
 - 平日（星期一至五）日間 平日（星期一至五）晚上
 - 星期六日間 星期六晚上
- 我期望在課堂後，可作表演。

姓名：_____ 性別：_____ 會員編號：_____

電話：（手提）_____（晚間）_____

殘疾類別： 輪椅 可過椅 手杖 腳架 不需要輔助器

簽署：_____ 日期：_____



720 賣旗慰勞宴

為答謝會員對本會《1322全港賣旗日》的支持，本會於2013年7月20日(星期六)假屯門妙法寺舉辦慰勞宴，與百多位會員聚首一堂，大快朵頤。本會特別感謝義工及職員在當日協助行動不便的會員，更感謝屯門妙法寺為我們預備美膳，令會員渡過愉快的周末。



服務質素標準簡介

不經不覺在傷青快訊已經介紹了8個「服務質素標準」，今期將會介紹3個「服務質素標準」，讓各位會員認識，它們就是標準 9 至11：

標準 9 — 安全環境

協會採取一切合理的步驟及措施，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境，包括：(1) 制訂安全環境的政策、緊急事故處理指引、戶外活動指引、颱風及暴雨訊號單位開放指引、火警演習指引、防火指引等，(2) 提供及有效地保養必須的消防及其他安全設施，(3) 定期查察單位內外及鄰近環境，有需要時作出改善或各有關部門反映及(4) 定期進行火警演習。

標準10 — 獲得申請及退出服務的資料

協會制訂了申請入會及退會須知，讓所有申請入會人士均可以了解入會及退會的程序及安排。而協會的賽馬會活動中心、家居暫顧服務及就業服務中心均制訂了申請及退出服務須知，有清楚的步驟及時限讓服務使用者掌握參與或退出服務安排。如有需要，以上三個單位亦會按服務使用者的情況及單位同工的評估，作出合適的轉介服務。

標準11 — 評估服務使用者需要

協會的賽馬會活動中心、家居暫顧服務及就業服務中心運用有計劃的方法來評估及滿足服務使用者的需要，協會已制訂「評估和滿足服務使用者的需要政策和程序」的文件，作為同工有計劃地執行評估工作的指引。協會歡迎服務使用者、職員及其他關注人士就十六項「服務質素標準」提出查詢及給予意見。

<人生畢業禮> - 及早計劃個人之身後事

殯儀小貼士

上一期向大家介紹過福澤社會服務部的<人生畢業禮>計劃後，收到不少會員的查詢，今期就為大家詳細講解一下計劃的內容：

簡介：我們明白到，死亡是每一個人都必須面對的事實。然而，死亡往往在人沒有準備的時候來臨。<人生畢業禮>是為每一位參加者，在他們清醒的時候，按照個人意願訂立一份關於身後事安排的意願書。意願書的作用是當參加者離世後，讓後人能按照已訂立的意願安排身後事，目的是避免後人徬徨無助，亦令先人有一個完滿的<人生畢業禮>。除此之外，亦可讓獨居或沒有親人代辦身後事的朋友，交託好身後事的細節，再無掛慮地安享晚年。

內容：意願書的內容包括喪禮儀式及相關細節(如宗教形式、出席人名單、壽衣選擇、棺木款式)、安葬形式及地點等

對象：任何有意為自己訂立身後事安排的人士

費用：全免

申請方法：會員可致電2365-1555登記後，我們會安排個別與參加者會面

其他相關服務：訂立簡單遺囑、製作人生紀念相冊

查詢或登記：2365 1555 (黃姑娘)

其他資訊

政府推出的鑽石山及和合石新靈灰位第二階段的申請期已於7月18日截止，並於本年9月3日進行抽籤，已申請的朋友可密切留意。

資料由福澤社會服務部提供
福澤社會服務部熱線電話：2365 1555
<http://www.facebook.com/GPeaceSSD>

就業服務中心課程資料



僱員再培訓局合辦

殘疾及工傷康復人士晚間 / 半日制僱員再培訓課程
(非就業掛鈎)

Flash 電腦動畫製作單元證書

凡報讀 ERB 課程，請直接致電就業服務中心登記，不用傳真至活動中心

課程編號：FY007EG - 3

課程內容：

1. 傳統宣傳與電腦動畫宣傳方法之比較及配合；介紹製作電腦動畫的所需硬件及軟件
2. 動畫設計技巧
3. 影格的概念與操作技巧
4. 簡易影格、自動補間動畫製作
5. 為動畫加入多媒體效果、互動式按鈕效果
6. 認識產品目錄光碟規格及產品資料的預備
7. 利用適合軟件製作商業用途光碟
8. 製作成電子商業賀卡
9. 轉換動畫格式配合不同商業需要

入學條件：

1. 中五學歷程度，及持有僱員再培訓局頒發的「電腦圖像及多媒體製作單元證書」或「網頁圖像及動畫製作技巧單元證書」；或香港中學會考「電腦與資訊科技」科成績達 E 級或以上；或香港中學文憑考試「資訊及通訊科技」科成績達第二級或以上，或同等資歷；或
2. 具中五學歷程度及 2 年或以上工作經驗，並通過基本電腦知識入學試；或
3. 具中六學歷程度，並通過基本電腦知識入學試
4. 獲得僱員再培訓局批核

畢業要求：

1. 總出席率須達課程之最低要求 (80%)；及
2. 必須於課程持續評估考獲整體及格分數；及
3. 必須分別於期末考試各部份 (包括筆試及實務試) 考獲及格分數
4. 如達到以上三項要求，學員可獲得僱員再培訓局簽發的「畢業證書」乙份。

上課日期：2013 年 10 月 3 日至 12 月 3 日 (逢星期二、四，共 18 堂)

10 月份：3、8、10、15、17、22、24、29、31

11 月份：5、7、12、14、19、21、26、28

12 月份：3

上課時間：7:00pm - 9:45pm

上課地點：九龍啟業邨啟裕樓地下 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：13/9/2013 (星期五)

查詢及報名：請直接致電就業服務中心登記，不用傳真至活動中心。
聯絡電話：2137 0520 - 培訓助理黃姑娘 / 馬姑娘

中級花藝設計及應用單元證書

凡報讀 ERB 課程，請直接致電就業服務中心登記，不用傳真至活動中心

課程編號：FY008HS-1

課程內容：

1. 歐式花藝之特色與風格及碟 / 盆花擺設
2. 結構性技巧應用與花瓶擺設
3. 作品選材、空間、線條、色彩、質感的使用要訣
4. 認識不同植物的特性及盆栽組合設計
5. 祝賀花籃之製作
6. 產品展示技巧及櫥窗佈置

入學條件：

1. 現職之園藝或花藝業從業員；或有意轉職環境服務業及具基本中文閱讀及理解能力的人士 (申請者須通過入學筆試；如申請者達小六學歷程度，可豁免筆試；及
2. 持有「初級花藝設計及應用單元證書」或「花店實務及花藝設計助理證書」。
3. 申請報讀時必須經面試甄選，及獲得僱員再培訓局批核，才可安排入讀。

畢業要求：

1. 課堂實習評核、筆試選擇題及實務考核分不少於 70 分為合格 (以 100 分為滿分計)，及
2. 學員出席率若低於 80%，即使筆試選擇題及實務考核合格，亦不獲發證書。

上課日期：2013 年 11 月 9 日至 2013 年 11 月 30 日 (逢星期六)

11 月份：9、16、23、30

上課時間：10:00am - 5:15pm (1:00pm - 2:15pm 午膳時間)，共 4 日 (24 小時)

上課地點：九龍啟業邨啟裕樓地下 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：2013 年 10 月 11 日 (星期五)

查詢及報名：請直接致電就業服務中心登記，不用傳真至活動中心。
聯絡電話：2759 6412 - 培訓助理馬姑娘

復康用品出讓



牌子
項目
顏色
新舊程度
售價
聯絡人
聯絡電話

OTTO BOCK B400
電動輪椅
見圖片
85% 新
\$34,000
Sam
6882 6060

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。

叉膠代售



為方便會員更換輔助工具的叉膠，協會現正出售兩款叉膠，如下：

1. 圓直徑 6 分，售價 \$12
2. 圓直徑 7 分，售價 \$20

如有需要的會員，請在活動中心開放時間購買。

請填妥表格後可連同相片，傳真 (2338 5112)、電郵 (hkghfy@hkghfy.org.hk) 或郵寄 (九龍橫頭磡邨宏基樓地下 16-21 號) 至本會傷青快訊編委會收。協會保留刊登及最終決定權。



僱員再培訓局合辦

殘疾及工傷康復人士晚間 / 全日制僱員再培訓課程

基礎網頁製作技巧單元證書課程 (非就業掛鈎)

凡報讀 ERB 課程，請直接致電就業服務中心登記，不用傳真至活動中心

課程編號：FY006ER-2

課程內容：

1. 網頁編寫的相關條例
2. 網頁語言 HTML 簡介
3. 運用「無障礙網頁內容指引」製作網頁的技巧
4. 網頁保安指引
5. 網站規劃及建立網站之注意事項
6. 網頁設計軟件的操作介面及功能簡介
7. 基本文字編輯技巧及超連結之應用
8. 階層式樣表 CSS
9. 插入多媒體內容之步驟及處理方式
10. 背景設定及範本應用
11. 表格及圖層的使用及製作
12. 框架的使用和製作
13. 網站管理要項
14. 簡介 Illustrator 及 Photoshop 的功能及應用
15. 簡介 Flash 及 Fireworks 的功能及應用

入學條件：

1. 具中五學歷程度，或具中三學歷程度及兩年或以上工作經驗
2. 及持有僱員再培訓局頒發的「電腦操作系統單元證書」或同等資歷，或通過基本電腦知識入學測試
3. 獲得僱員再培訓局批核

畢業要求：

1. 課堂出席率達 80% 或以上
2. 課堂評核及習作合格
3. 期末筆試合格
4. 如達到以上三項要求，學員可獲得僱員再培訓局簽發的「畢業證書」乙份。

上課日期：2013 年 12 月 9 日至 2014 年 1 月 24 日
(逢星期一、三、五，共 18 堂)

2013 年 12 月份：9、11、13、16、18、20、23、30

2014 年 01 月份：3、6、8、10、13、15、17、20、22、24

上課時間：7:00pm - 9:45pm

上課地點：九龍啟業邨啟裕樓地下 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：22/11/2013 (星期五)

查詢及報名：請直接致電就業服務中心登記，不用傳真至活動中心。
聯絡電話：2137 0520 - 培訓助理黃姑娘 / 馬姑娘

實用文職證書課程 (就業掛鈎)

凡報讀 ERB 課程，請直接致電就業服務中心登記，不用傳真至活動中心

課程編號：FY004DR-6

課程內容：

1. 個人素養及求職技巧
2. 辦公室行政工作特性及文職工作概述
3. 辦公室行政操作概述及文儀器材操作
4. 辦公室電話接聽及處理投訴的技巧
5. 辦公室電腦軟件應用 (一) 倉頡中文輸入法
6. 辦公室電腦軟件應用 (二) 2010 版 MS Word 運用與操作
7. 辦公室電腦軟件應用 (三) 2010 版 MS Excel 運用與操作 - 資料庫處理
8. 辦公室電腦軟件應用 (四) 2010 版 MS Excel 運用與操作 - 會計應用
9. 常用辦公室普通話應對
10. 常用辦公室英語應對及書寫
11. 個人素養及求職技巧評核及電腦應用與文書處理評核

入學條件：

1. 中三程度或以上至高級文憑 / 副學士程度以下；或
2. 小六程度及 2 年或以上工作經驗 (如未達小六程度，則需作彈性申請安排及待培訓局批核)
3. 現正待業，有意公開就業，並具良好工作動機。
4. 有興趣從事辦公室助理工作或其他文職工作
5. 略懂得基本電腦操作及電腦軟件操作，例如 Word 及 Excel
6. 申請報讀時，必須經面試甄選及入學試測試；與及獲得再培訓局批核，才可安排入讀。

上課日期：2013 年 9 月 23 日至 11 月 7 日，(每週 3 天，共 18 堂)
學習電腦軟件時，因分組上課，故每週上課編排會有所不同，上課日期如下：

全體上課日期 (逢星期一、三及五)：

9 月：23、25、27、30

10 月：2、4、7、9、11、16

11 月：7

分組上課日期 (編組會按申請時的能力評估，並於開辦首天通知)：

A 組 - 10 月：18、22、24、28、30

11 月：1、5

B 組 - 10 月：21、23、25、29、31

11 月：4、6

上課時間：9:30am - 6:00pm (1:00pm - 2:00pm 午膳時間，另上午及下午各有 15 分鐘小休，不計在教學時間)

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

學費：全免

津貼：每 1 節津貼按僱員再培訓局所擬訂發放，分為上午及下午共 2 節。津貼由僱員再培訓局直接轉賬，當日缺席的節數，則不會獲發津貼。僱員再培訓局的津貼訂定如下：

年齡 30 歲以上及學歷具中三程度或以下，每節津貼為 \$76.90

年齡 30 歲以下，每節津貼為 \$35.00

年齡 30 歲以上，但學歷具中四至副學位程度以下，每節津貼為 \$35.00

名額：10 名

交通：自行前往，不設復康巴士安排

備註：1. 學員達 80% 出席率及持續評估和期末評核試中獲合格評級，可獲僱員再培訓局簽發「畢業證書」乙份。

2. 課程完結後，學員將獲為期 6 個月的就業跟進服務。

截止日期：14/09/2013 (星期六)

查詢及報名：請直接致電就業服務中心登記，不用傳真至活動中心。
聯絡電話：2759 6408 - 就業服務主任岑姑娘 或
2137 0520 - 培訓助理黃姑娘

就業服務中心課程資料



職業訓練局 - 展亮技能發展中心合辦

經絡與腧穴

編號：VC13001

簡介：經絡是經脈和絡脈的總稱，是人體聯絡、運輸和傳導的系統；腧穴又稱穴位，是中國傳統醫學在人體分佈體表的臟腑經絡循環路線中，對氣血匯聚、轉輸與出入之所的特定處所給定的名稱，既是疾病的反應點，又是針灸推拿等醫學臨床的刺激點。透過此課程讓學員對經絡與腧穴有基本的認識。

日期：2/10/2013 - 6/11/2013 (逢星期一、三)
(14/10/2013 除外)

時間：7:00pm - 10:00pm

地點：職業訓練局 - 展亮技能發展中心 (觀塘)

學費：\$230 (出席率達80%或以上者可獲退還80%學費)

堂數：10 堂

名額：12名 (只限本會十五歲或以上之殘疾會員)

交通：1) 自行前往，

2) 需安排復康巴接送 **待定**

課程內容：

1. 經絡生理功能
2. 腧穴的定位方法
3. 經絡的循行與腧穴的分佈

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：11/9/2013 (星期三)，翌日進行抽籤。

查詢：馬姑娘 (電話：2759 6412)

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；
- 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。

賽馬會活動中心活動資料

參觀「香港天文台——有緣相聚百三載」

編號：A1309042

日期：2/9/2013 (星期一)

時間：2:30pm - 5:00pm

地點：香港歷史博物館

名額：20名

費用：\$20 (會員) / \$40 (非會員)

交通：復康巴或自行前往

內容：今年是香港天文台成立一百三十周年，故香港歷史博物館讓市民可以重溫天文台一百三十年的歷史。天文台的工作與市民生活息息相關，亦是各行各業以至全港市民的重要夥伴，是次展覽回顧了天文台在香港過去百多年歷史當中扮演的重要角色，稍後時間會由導賞員帶領參觀「香港故事」常設展覽。

參觀政府飛行服務隊

編號：A1309031

日期：13/9/2013 (星期五)

時間：12:00nn - 4:00pm

地點：東涌

名額：20名

費用：\$20 (會員) / \$40 (非會員) (午膳自費)

內容：下午先於東涌東薈城自費午膳，其後參觀政府飛行服務隊，認識他們的工作，並參觀飛機庫及操作室等。

與梁潔華小學相聚

編號：A1309047

日期：30/8/2013 (星期五)

時間：11:00am - 12:30pm

地點：賽馬會活動中心活動室

名額：20名

費用：免費 (會員) (只限殘疾會員)

交通：復康巴或自行前往

內容：由小學生策劃的活動，透過遊戲、表演等，從而讓參與的殘疾人士渡過開心愉快的一天。

備註：這活動由香港青年協會將軍澳青年空間及順德聯誼會梁潔華小學共同策劃。

截止日期：2013年8月24日 (星期六)

抽籤日期：2013年8月28日 (星期三) 晚上7:00 (歡迎會員出席監票)

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

- 備註：
1. 如活動的報名人數多於實際參與名額，本中心將以抽籤形式進行；
 2. 活動中心於完成抽籤程序，並需整合資料後，才通知各中籤會員之結果。如中籤者於通知期間放棄參與，中心職員才會通知候補名單；
 3. 凡中籤而未能出席活動者，須於活動舉行前**最少6個工作天** (活動當日不作計算)，通知活動中心職員作跟進；否則，會員仍須繳交活動費用及因取消車線而更改復康巴士之行政費用；(若身體不適者，能提供有效的醫生證明文件可申請豁免)
 4. 參與者在報名時所填寫的上落車地點與活動時不同，**須於最少6個工作天前提出申請，否則不獲處理**；
 5. 請各會員於活動當日**準時上車，為避免影響活動流程，司機將不會再作任何等候**。

生命導演計劃 2013-2014

編號：P1305009

日期：8/2013 - 2/2014

時間：上午或中午

地點：各不同地區

名額：10名

費用：\$50 (只限殘疾會員)

交通：復康巴或自行前往

內容：招募有志成為「生命鬥士」之會員，當中將會向「生命鬥士」提供技藝課程，例如扭波、魔術、雜耍、手語歌或默劇，其後完成技藝訓練後，需要到區內各不同社福機構進行教授及講座工作。

備註：1. 招募介乎16歲至25歲的肢體傷殘會員；

2. 收取 \$50 按金 將於活動完成後稍後時間退回；
(出席率須達100% 技藝訓練課程及實習計劃)

3. 如有問題請向軒 sir 查詢；

4. 這計劃由勞工及福利局贊助。

賽馬會活動中心活動資料

傷健沿徑定向

編號：P1309010
 日期：訓練課程 實習日
 7/9/2013 (星期六) 29/9/2013 (星期日)
 時間：訓練課程 實習日
 10:30am - 12:00nn 2:00pm - 5:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室 / 觀塘藍田(東)社區會堂 / 觀塘佐敦谷公園
 名額：40名
 費用：免費(會員) / \$20(非會員)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：沿徑定向簡介 -
 想像一種戶外運動比賽，適合殘疾人士，不論那類型的(肢體)殘疾、不分年齡或按性別分類都可一同參與。沿徑定向提供傷健人士在遵守一個簡單的規則，在雙方沒有優勢與互相等下競爭。
 沿徑定向由國際定向聯會認可的四個項目之一。它專注於如何閱讀地圖及解釋地圖和地形的關係。近年，香港野外定向總會將這個在外國已普及的運動於香港作推廣，設計一系列介紹課程及比賽與公眾。現進一步向不同類別的殘疾人士提供參與及訓練機會。
 訓練課程 -
 定向地圖閱讀、地形辨認、基本的指南針運用、沿徑定向玩法等。
 備注：1. 參加者如去年曾參與這活動，則不須出席訓練課程；
 2. 若參加者從未參與這活動，則必須出席訓練課程；
 3. 所有參加者須出席9月28日的實習日，若未能出席者，則不會再作補堂；
 4. 這活動獲得觀塘區議會贊助。

傳愛心中秋探訪

編號：A1309035
 日期：14/9/2013 (星期六) 或 16/9/2013 (星期一)
 時間：10:00am - 5:00pm
 地點：會員家中
 名額：30名
 費用：免費
 內容：由中心「傳愛心義工組」於中秋佳節前夕，到戶探訪，送上關懷。
 備注：1. 這活動由「傳愛心義工組」策劃；
 2. 現已向外間申請月餅贊助。

開開心心迎中秋

編號：A1309045
 日期：8/9/2013 或 15/9/2013 (星期日)
 時間：2:30pm - 4:30pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：20名
 費用：免費(會員) / \$20(非會員)
 內容：在中秋前夕，一班國際學校的同學以遊戲方式，為大家迎接中秋節。
 備注：這活動由大坑中華遊樂會策劃。

河鮮全包宴

編號：A1310034
 日期：22/10/2013 (星期二)
 時間：12:00nn - 2:30pm
 地點：九龍灣 MegaBox
 名額：20名
 費用：\$120(生日會員) / \$130(非生日會員) / \$140(非會員)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：前往肇順名匯河鮮專門店用膳，品嚐河鮮，菜單如下：
 芝士焗淡水龍蝦球、肇順三太寶、碧綠炒花枝蚌片、京蔥爆邊參、紅燒花膠竹笙翅、航龍魚煎焗頭腩、航龍魚翡翠炒球、脆皮生炸雞、櫻花蝦炒飯
 備注：1. 如菜單若有更改，將不作另行通知；
 2. 於九月、十月生日之會員優先。

暢遊挪亞方舟

編號：A1309032
 日期：27/9/2013 (星期五)
 時間：11:00am - 4:00pm
 地點：馬灣
 名額：20名
 費用：\$20(會員) / \$40(非會員)(已包午膳)
 內容：參加者自行暢遊挪亞方舟，活動亦將有午餐提供。
 備注：這活動由Rainbow Foundation Limited贊助。

當快樂人生遇上黑暗中對話

編號：A1309038
 日期：28/9/2013 (星期六)
 時間：9:00am - 1:30pm
 地點：黑暗中對話體驗館(美孚)
 名額：8名(只限一名輪椅使用者)
 費用：\$20(只限會員)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：到黑暗中對話體驗館進行視障體驗活動
 備注：1. 此項活動由黃大仙及西貢區快樂人生社區健康推廣計劃2013籌備委員會主辦；
 2. 如活動未能成功向快樂人生籌備委員會申請，活動將會取消；
 3. 參加者須穿著方便活動的服裝。

參觀「國采朝章—清代宮廷服飾」

編號：A1310033
 日期：4/10/2013 (星期五)
 時間：10:15am - 2:00pm
 地點：香港歷史博物館 / 紅磡都會廣場
 名額：20名
 費用：\$20(會員) / \$40(非會員)(午膳自費)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：由導賞員帶領下認識在故宮博物院展出的織繡文物一百三十多件套，當中包括康熙帝的盔甲、雍正帝的龍袍等，讓參加者對清宮廷服飾有更多認識。除此之外，並會安排參加博物館安排的清代帝后服飾紙雕製作工作坊。其後下午前往紅磡都會廣場自費用膳。

剪髮活動(三)

編號：A1303103-3
 日期：8/10/2013 (星期二)
 時間：10:30am - 12:30pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：12名
 費用：免費(只限殘疾會員)
 交通：復康巴或自行前往
 備注：參加者須預先洗頭才到中心剪髮(如頭髮衛生情況差，介時可能會被取消參加者的剪髮機會)，此服務只提供剪髮，髮型以簡單為主，並不包括吹髮。剪髮之先後次序由抽籤決定。請參加者自備毛巾。

無肉星期二

編號：A1309044
 日期：24/9/2013 (星期二)
 時間：11:00am - 12:30pm
 地點：灣仔
 名額：20名
 費用：\$60(會員) / \$120(非會員)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：前往灣仔樂農素食館，品嚐合家歡樂宴。
 菜單：雪耳粟米羹、百合蜜豆炒什菌、南乳粗齋煲、有咖哩無雞、攪頭攪髻、甜甜藕意、白靈菇扒時蔬、阿茂整餅、生磨合桃露

賽馬會活動中心活動資料

盲人觀星營

編號：A1310036
 日期：營前會：9/10/2013 (星期三)
 入營：19/10/2013 (星期六)
 出營：20/10/2013 (星期日)
 時間：營前會：7:30pm - 9:00pm
 入營：12:30pm
 出營：3:00pm
 地點：西貢創興水上活動中心外的大草地
 名額：30名
 費用：\$50 (會員) / \$70 (非會員)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：觀星營除攤位遊戲及團體遊戲外，亦將加入看日出的環節及傷健共融的水上活動。一次在郊外地點觀星，了解天文現象。
 備註：1. 這活動是野外露營；
 2. 參與者須出席10月9日晚上的營前會。

大玩特玩萬聖節@嘩鬼狂歡

編號：A1310037
 日期：31/10/2013 (星期四)
 時間：5:30pm - 9:30pm
 地點：活動中心、尖沙咀
 名額：15名
 費用：\$30 (會員) / \$50 (非會員) (包括小食)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：於尖沙咀透過奇特扮相與其他途人鬥目
 備註：參加者須以萬聖節的不同扮相出席。

自家製潤唇膏

編號：A1310043
 日期：18/10/2013 (星期五)
 時間：2:30 - 4:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：10名
 導師：陳小姐
 費用：\$50 (會員) / \$70 (非會員) (包括所需材料及用具費用)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：秋冬將至，阿貞教你自製滋潤潤唇膏。

大坳門的天空

編號：A1310046
 日期：25/10/2013 (星期五)
 時間：2:00pm - 5:00pm
 地點：西貢大坳門
 名額：10名
 導師：自然脈絡導師
 費用：\$30 (會員) / \$50 (非會員) (包括所需材料及用具費用)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：遊覽西貢大坳門郊野公園，欣賞一望無際的海洋風景，體驗放風箏的樂趣。

賽馬會活動中心課程資料

迷你蛋糕製作

編號：C1309031
 日期：4/9 - 25/9/2013 (逢星期三，18/9除外)
 時間：2:30pm - 4:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：10名
 堂數：3課
 導師：魏太
 費用：\$65 (會員) / \$85 (非會員) (包括所需材料及用具費用)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：利用樹脂黏土、油畫顏料及配件做出各式蛋糕。
 備註：請自備存氣膠盒一個以保存樹脂黏土。

傷健共融運動日之太極·瑜伽

編號：C1310040
 日期：伸展瑜伽
 吳家坐式太極
 21、28/10及11/11/2013
 4、18、25/11/2013
 (逢星期一)
 (逢星期一)
 時間：10:00am - 11:00am (21/10、11/11、4/11、18/11)
 2:00pm - 3:00pm (28/10、25/11)
 地點：觀塘基督教家庭服務中心
 名額：10名
 費用：免費 (只限殘疾會員)
 交通：1架復康巴或自行前往
 內容：提供一個平台，讓傷殘人士與長者有多次接觸的機會，可透過是次運動有雙向的交流，學習瑜伽及太極的基本技巧，促進全身運動機能，提供舒展筋骨的機會。
 備註：1. 此活動與基督教家庭服務中心合辦；
 2. 瑜伽及太極運動由專業導師教授；
 3. 本會會提供瑜伽蓆供上課使用；
 4. 參加者於活動當日穿著舒適衣服便可；
 5. 請參加者自備毛巾和水；
 6. 參加者須出席所有課堂，否則，活動中心將會收取\$60。

舞動奇跡十巧操

編號：C1309034
 日期：10/9、17/9、15/10/2013 (星期二)
 時間：2:30pm - 4:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：10名
 堂數：3課
 費用：免費 (只限殘疾會員)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：由長者分享他們的十巧操，在印度歌曲的伴奏下，跳出一首輕鬆又健康的舞步。活動會在10月15日(星期二)下午2至4時舉行一個小型分享會，與更多不同長者分享十巧操，並於11月份一起參與大型分享會。
 備註：1. 十巧操是通過簡單的手部運動，刺激手部穴位，達到按摩全身、令血液循環暢通，並促進新陳代謝；
 2. 這活動和基督教家庭服務中心真光苑合辦；
 3. 參加者須出席全部活動。

綠色生活小組

編號：C1309043
 日期：9/9 - 28/10/2013 (逢星期一，16/9、14/10除外)
 時間：11:00am - 12:30pm
 地點：賽馬會活動中心 / 戶外
 名額：10名
 堂數：6課
 費用：\$200 (會員) / \$250 (非會員) (包括所需材料及用具費用)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：教授有機種植的方法及相關植物的用途、特性，對身體的益處，示範製作方法，參加者可取回自己的製成品。
 備註：1. 歡迎有興趣接觸綠色生活的會員加入；
 2. 曾參加本會過往舉辦之綠色生活小組者優先；
 3. 這小組會不定期與友好團體作雙向交流，從而分享綠色生活心得。

賽馬會活動中心課程資料

同路人 - 電話熱線輔導員訓練課程

編號：C1310037
 日期：10 - 12/2013 (星期四)
 時間：7:00pm - 9:30pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：8名
 堂數：6課
 導師：資深熱線輔導員 - 莊姑娘 / 陳姑娘
 費用：\$50 (會員) (只限殘疾會員)
 交通：自行前往
 內容：本中心計劃成立一條同路人電話熱線，現徵求「後天」殘疾人士成為輔導員。訓練課程內容包括：
 1. 教授基本電話輔導的技巧 (包括同理心、應對技巧等)；
 2. 如何處理及面對新受傷 (後天) 肢體傷殘人士的電話查詢；
 3. 了解現時的復康服務的範疇；
 4. 個人生命反思。
 備註：1. 參加者須為「後天」肢體傷殘人士，並必須出席者須於9月26日 (星期四) 晚上7:30面試；
 2. 參加者若出席率達75%或以上可獲退還全數學費；
 3. 機構安排參加者須於進行兩次實習；
 4. 凡完成所有課程後，準輔導員可獲發證書；
 5. 準輔導員將會獲安排每一個月最少一次的當值服務。

詠春健體運動班

編號：C1309042
 日期：25/9 - 30/10/2013 (逢星期三，9/10除外)
 時間：2:30pm - 4:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：10名
 堂數：5課
 費用：\$50 (綜援) / \$100 (非綜援)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：詠春是一項專門的技擊武學，亦可作強身健體之運動。透過詠春之心法、手法、基本拳腿、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. 請自備二胡；
 2. 曾參加本會過往舉辦之二胡班者優先；
 3. 參加者若出席率達75%或以上可獲退還50%學費。

絲帶繡班

編號：C1310032
 日期：9/10 - 30/10/2013 (逢星期三)
 時間：2:30pm - 4:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：10名
 堂數：4課
 導師：魏太
 費用：\$70 (會員) / \$90 (非會員) (包括所需材料及用具費用)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：用絲帶/綢帶做出實用物品，送禮自用佳宜。
 備註：請自備膠盒一個。

粵曲深造 (11)

編號：C1310035
 日期：11/10 - 13/12/2013 (逢星期五)
 時間：2:30pm - 4:30pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 堂數：10課
 名額：16名
 費用：\$200 (會員) / \$220 (非會員)
 交通：自行前往
 內容：教授粵曲的基本知識、運氣及曲目內容。
 備註：參加者若出席達75%或以上可獲退還50%學費。

粵曲進階 (10)

編號：C1310036
 日期：11/10 - 13/12/2013 (逢星期五)
 時間：7:00pm - 9:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 堂數：7課
 費用：\$180 (會員) / \$200 (非會員)
 交通：自行前往
 內容：課程從基本功著手，深入淺出地教授學員掌握基礎知識及彈奏技巧。
 備註：1. 學員須自行前往；
 2. 學員須自備木結他，中心可協助代購 (\$500)；
 3. 參加者若出席達75%或以上可獲退還50%學費；
 4. 曾參加本會過往舉辦之初階木結他班者優先。

伸展瑜伽

編號：C1310039
 日期：10/10 - 14/11/2013 (逢星期四)
 時間：11:00am - 12:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：18名 (只限殘疾會員)
 堂數：6課
 導師：Hazel Tsui
 費用：\$180 (會員)
 交通：復康巴或自行前往
 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. 此活動由專業瑜伽導師教授；
 2. 本會提供瑜伽蓆於上課時使用；
 3. 請參加者自備毛巾和水；
 4. 參加者於活動當日穿著舒適衣服便可；
 5. 出席率達85%或以上者可退回一半學費。

二胡延續 XXXI

編號：C1310033
 日期：11/10 - 29/11/2013 (逢星期五)
 時間：7:30pm - 9:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：8名
 堂數：8課
 導師：謝先生
 費用：\$200 (會員) / \$240 (非會員)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：教授拉奏二胡進階技巧，導師將按參加者之能力選取合適曲目。
 備註：1. 請自備二胡；
 2. 曾參加本會過往舉辦之二胡班者優先；
 3. 參加者若出席率達75%或以上可獲退還50%學費。

喜怒哀樂工作坊

編號：C1310038
 日期：16/10 - 13/11/2013 (逢星期三)
 時間：7:00pm - 9:00pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：10名
 堂數：5課
 費用：\$30 (會員) / \$50 (非會員)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：透過認識喜、怒、哀、樂，從而讓自己處理情緒表達，抒發情懷。
 備註：小組將會邀請「愛笑瑜伽」導師於其中一節授課。

初階木結他班

編號：C1309044
 日期：10/9 - 29/10/2013 (逢星期二，1/10除外)
 時間：7:30pm - 8:30pm
 地點：賽馬會活動中心活動室
 名額：6名
 堂數：7課
 費用：\$180 (會員) / \$200 (非會員)
 交通：自行前往
 內容：課程從基本功著手，深入淺出地教授學員掌握基礎知識及彈奏技巧。
 備註：1. 學員須自行前往；
 2. 學員須自備木結他，中心可協助代購 (\$500)；
 3. 參加者若出席達75%或以上可獲退還50%學費；
 4. 曾參加本會過往舉辦之初階木結他班者優先。

傷青動力學堂 活動資料

截止日期：2013年8月28日(星期三)
 抽籤日期：2013年8月30日(星期五)
 下午3:00(歡迎會員出席監票)
 報名方法：請填妥活動報名表格後，傳真至2338 5122，或寄回九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號傷青動力學堂
 (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：2338 5133
 星期一至五 上午9:30至下午5:30
 星期六 上午9:30至下午1:30

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

動感柔力球 *

編號：TMAP1308019
 日期：5/10/2013 - 14/12/2013
 (逢星期六，19/10、26/10、30/11除外)
 時間：4:30pm - 6:30pm
 地點：屯門市中心政府合署門口(露天廣場)或體育館
 名額：15名
 堂數：8課
 費用：\$160(只限傷殘會員)
 交通：復康巴或自行前往
 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. 上課用柔力球及球拍，由本學堂借出，或參加者自備；
 4. 請自備水及毛巾；
 5. 參加者若出席率達75%或以上可獲退還50%學費。

傷青輪椅隊(測試日) - 渣打香港馬拉松2014 **

編號：TMAP1309021
 日期：7/9/2013(星期六)
 時間：6:00pm - 8:00pm
 地點：將軍澳運動場
 名額：不限
 費用：免費
 交通：自行前往
 內容：傷青會為準備參與「渣打香港馬拉松2014」的比賽，讓有興趣的會員需先進行測試，評估自己的能力。
 備註：1. 須持有有效殘疾人士登記證，並且清晰列出「肢體傷殘」；
 2. 所有有興趣經由傷青會參加「渣打香港馬拉松2014」的會員必須進行此活動的報名以作記錄。惟凡曾參加並完成「渣打香港馬拉松2013三公里輪椅賽事」之會員可豁免參加測試；
 3. 可自備輪椅、頭盔，或測試當日向傷青會借用；
 4. 2013年9月至2014年2月之練習日期、時間、地點、內容、要求，待測試完成後會再作公佈，屆時各會員可再決定是否正式參與及報名；
 5. 渣打香港馬拉松2014於2014年2月16日(星期日)舉行。

共融愛生命 - 分享會

傷青動力學 於2011年10月-2013年9月期間獲得「中銀香港暖心愛港計劃」的資助，以推行為期兩年的「共融愛生命」項目計劃，第一階段的內容包括訓練傷殘人士成為「生命鬥士」。並到不同學校及機構進行生命教育講座及協助小組訓練；第二階段的內容包括走訪12間學校進行一連串的訓練，包括，成長小組、歷奇訓練營、證書訓練課程；第三階段則主要為完成整個課程及成功考獲證書的學生進行工作實習。

整個計劃已接近尾聲，我們亦於2013年7月6日(星期六)舉行了計劃的分享會，分享會當日除邀得各學校的老師、社工、同學、課程的導師、傷青會員出席之外，我們亦有本會主席陳錦元先生MH及自然脈絡總幹事莫皓光先生擔任嘉賓及作勉勵與分享，分享會內有各學校代表輪流上台分享計劃過程中的點滴，有生命鬥士對我們的鼓舞，亦有老師及導師分享同學們的成長歷程，分享會在一眾喜悅、感激、鼓勵的聲音中完滿結束。



香港傷殘青年協會活動報名表

活動傳真熱線：2338 0752

活動查詢熱線：2337 9311

姓名：_____ 性別：_____ 年齡：_____ 會員証號碼：_____

電話(住宅)：_____ (辦事處)：_____ (手提)：_____

殘疾會員 健全會員 輪椅 電動輪椅 可過椅 手叉 手杖 腳架 不需助行器

活動編號 意願優次 交通安排 選擇之交通安排

_____ 1) 自行前往目的地集合

_____ 2) 自行駕車前往 車牌：_____

_____ 3) 復康巴士：上車地點：_____
(輪椅使用及行動不便者優先)

欲與其他報名者同一票抽籤，請填妥下表(不包括報名者)：【如名額30人以內，只可填1名；名額31人或以上，可填2名；名額100人或以上，可填3名】協會保留最終決定權

活動編號	姓名	性別	年齡	關係	傷/健	非/會員	輔助工具	上車地點

報名者簽署：_____ 日期：_____



香港傷殘青年協會
HONG KONG FEDERATION OF HANDICAPPED YOUTH



九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號(總辦事處)

電話：2338 5111 傳真：2338 5112

電郵：hkfhy@hkfhy.org.hk 網址：www.hkfhy.org.hk

編委會：陳錦元、吳家榮、劉家倫 出版日期及數量：7/8/2013 3,620份 設計及承印：香港傷殘青年協會 創視設計



印刷品