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

www.hkfhy.org.hk

雙月刊

8月 2014年 號

快訊大革新

健障行 2014 P.7

復康資源速遞 P.9

## 人物事訪

## 方奕展先生

傷青會賣旗籌委會主席

# 關愛社群 熱心公益

前國際扶輪3450地區總監(2013-14)
傷青會賣旗籌委會主席

## 方奕展先生

2014 524全港賣旗日
Territory-wide Flag Day

方奕展先生(Eugene)，前國際扶輪3450地區總監(2013-14)，亦是我們傷青會賣旗籌委會(2014)主席，在賣旗活動中不遺餘力，從不同層面上給予協助，使傷青會524賣旗日活動得以順利完成。

## 國際扶輪

Eugene剛於7月1日卸任國際扶輪3450地區總監的工作，但仍滔滔不絕的向我們講述扶輪社的工作。國際扶輪是一間國際機構，1905年於美國芝加哥創立。時至今日，全球200多個國家和地方都有設立扶輪社，社友人數超過120多萬人。社員主要由商人及專業人士所組成，不過Eugene表示其實參與門檻並不算特別高，除了要出錢、出力、出時間外，最重要是有心，若有人加入扶輪社希望沽名釣譽，很快他便會發覺大家理念不同，而自動退出。

為了執行各項服務計劃，國際扶輪轄下有地域(Zone)、地區(District)和社(Club)的設立，而3450地區便包括香港、澳門、蒙古國及廣東省，一共有2,000多名的社友。扶輪各單位主要以區域為服務主體，以社的層面為例，便會連結當區的非牟利機構、學校、社區人士，以提供相應需要的服務，如向露宿者派飯、為低收入家庭的小朋友舉行補習班等。至於相對規模較大的項目，則要由地域/地區層面，連結不同政府部門及大型機構與相關的扶輪單位合作。

Eugene娓娓道來一項在四川彝族自治區痲風村的工作，當時一共照顧了9條痲風村，約1000名村民。這些村民大多是因患病，而被自己原本居住的村落趕出去，才來到這些偏僻又難以為生的地方生活。國際扶輪除了組織了醫療隊，透過當地衛生部門為村民提供醫療服務外，更從不同地區的扶輪社組織專家團隊，到當地協助建立農村經濟，如斥資興建學校及自來水設施等基礎建設。更甚者，有歐洲的農業專家因應當地山區的地理位置，研究適合當地的農業產品，如引入紐西蘭品種薯仔及意大利品種蜜蜂等農業產品。現時，他們已經有自己的社企，出產蜂蜜產品。

作為一所國際機構，扶輪社的工作不僅局限於地區，更重要的是連結地區與地區之間的聯絡。因此，Eugene便經常要與不同地區的扶輪社聯繫。當其他地區的扶輪社希望到香港或內地提供服務時，便會透過國際扶輪3450地區作連結，反之亦然。

## 連結傷青 參與賣旗

在訪問的過程中，Eugene最經常提到的便是「連結」這一詞。國際扶輪便是以「連結」不同地區扶輪社的方式，組成了包括金錢、技術及人脈的龐大支援網絡，並透過這一網絡尋找有需要幫助的社區，從而作出配對及提供適切的協助。那麼，Eugene又如何認識到傷青會呢？

「其實我是透過九龍東北扶輪社認識到傷青會。」Eugene回想道。

「今年，九龍東北扶輪社與傷青會有兩項大型的合作項目，包括四月的『扶輪傷青共融日(山頂步行籌款)』及六月的『粵韻弦歌顯共融(慈善粵曲晚會)』。傷青會當時正籌備全港賣旗日籌款活動，打算邀請國際扶輪3450地區助理總監(2013-14)、九龍東北扶輪社前社長尤金先生擔任賣旗籌委會主席。不過，尤金先生認為地區總監擔任該職位會更為合適，因此向傷青會介紹了我，而經考慮後我亦覺得自己可以為傷青會出一分力，因此出任該職位。」

扶輪社本身並沒有特定的服務對象，不過服務人群這一點與傷青會的服務理念肯定不會有任何衝突。

在賣旗日的籌備工作中，Eugene透過自身及扶輪社的網絡，為傷青連結了很多有用且重要的資源，如宣傳渠道、招募旗站義工及聯繫善長人翁等。Eugene憶述一次與傷青會主席張偉良先生一同到電台參與節目「有誰共鳴」的錄音經過：「我也是第一次參與『有誰共鳴』的節目，節目原先是打算邀請我講述扶輪社的工作，不過我認為如果沒有指定的目標，只會浪費了這個大好機會，因此找傷青會主席一同參與節目，除了可以讓人們認識傷青會，更可以藉此機會宣傳賣旗日的工作，這是宣傳的最好時機。」

沒有Eugene的幫助，我們這次的賣旗日相信難取得如今的成績。對於這一切，Eugene謙稱自己的貢獻很微，只稱賣旗日的成功全賴一眾協會領導、同工及義工們的努力。

## 結緣創視

機緣巧合下，Eugene在參與賣旗工作的過程中認識到我們的社會企業 — 創視設計，並找來創視設計為他製作一批紀念品。Eugene表示他最初是完全沒有概念的，幸而有創視的同工不斷與他交流，由設計到用料不停地給予他意見，最終出來的效果是出乎意料的滿意。

## 後記：

國際扶輪的標誌是一個齒輪。齒輪是依靠輪齒間的相互扣連使之帶動另一個齒輪轉動來傳送動力。在一組齒輪中，很難說那一個齒輪是最重要。或許應該說每一個都很重要，因為當所有齒輪都能互相配合，運作得宜，整組齒輪才能發揮最大的功用。

在完成這篇文章的那天早上，筆者正好要協助另一間機構賣旗，看到街坊把一個又一個硬幣投入旗袋，雖然每個硬幣的重量有限，但所謂聚沙成塔，積累起來的重量真的不可輕看。情況就如同我們的社會一樣，每個人的力量可能很少，但各有擅長的地方，只要我們積極投入貢獻社會，大家互相幫助，社會便能得以前進發展。

## 感謝支持

香港傷殘青年協會於2014年5月24日舉行的全港賣旗日活動經已完滿結束，總籌款額超過港幣200萬元，成績優異。是次賣旗日活動得以順利舉行，實有一眾賣旗義工的落力募捐和熱心市民的慷慨解囊。在此，再次多謝各位對我們傷青會的支持。

不一樣的精彩！

## 傷青快訊改革了

香港傷殘青年協會的創新服務和對殘疾人士的承擔，一直走在時代的尖端，為了讓各位了解協會的最新服務和發展，並獲取更豐富的復康資訊，我們的《傷青快訊》改革了！今期《傷青快訊》的內容將會全面革新，當中加入多個不同的專欄文章，希望大家都能繼續支持我們的傷青快訊！

為了讓讀者更深入了解我們傷青會的服務，因此我們在快訊加入了「傷青服務巡禮」的全新專欄，為各位介紹協會各單位的不同服務，而今次我們便來到了協會轄下社企 — 創視設計進行採訪，讓大家認識日常或許較少接觸的社企服務。

First Sense 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
網址：www.firstsensedesign.hk

## 可否介紹一下創視設計的服務？

創視設計成立於一九九五年(前身為樂富電腦工作坊)是協會其中的一個社會企業。我們的服務是為客戶提供不同類型的平面設計、展覽用品、宣傳禮品製作和印刷服務等。

## 作為一所社會企業，你們與一般商業機構有何不同？

雖然我們的營運模式和商業機構沒有不同，但是還多了一個社會目的(Social Mission)，便是透過提供就業機會予殘疾人士，讓他們發揮所長，自力更生，同時向大眾宣揚殘疾人士的工作能力。

## 你們現時面對最大的困難和挑戰是？

現時香港的平面設計和印刷業競爭十分激烈，加上科技發展迅速，客戶可以隨時找到很多相關的資訊。因此，如何保持我們的競爭力是現時面對最大的挑戰。

## 在工作上有沒有一些難忘的經歷可以和大家分享？

二零零七年承接了有關慶祝香港回歸十周年的紀念品設計及製作訂單，由於時間緊迫，而且紀念品的種類(包括：杯、禮物袋及文件夾)和數量十分龐大，設計室的每位同事都要在有限的時間內完成相關工作，雖然過程是辛勞的，但是客戶對設計及產品都十分滿意，可算是其中的一個難忘的經驗。

## 有沒有一些比較特別/獨特的作品可以與我們分享？

近年環保的概念日益被重視，對於訂單的數目有一定影響，所以我們便決定承接公司宣傳禮品的訂單以增加收入。為了方便推廣，我們出版產品目錄 —「集緻」，在籌備過程中，從採購禮品、產品目錄的設計、產品拍攝至定價，都是同事們努力的成果，除了可以承接訂單，又可以宣傳設計室，一舉兩得。

## 未來有沒有甚麼發展大計？

未來我們希望透過網頁，讓更多人可以搜尋到我們；我們會在網頁上展示更多我們的工作及設計師們的作品，繼續向社會大眾推廣殘疾人士的創意及工作能力。

# 2014年會員週年大會暨晚宴

協會年度盛事－2014年會員週年大會暨晚宴，將於12月13日(星期六)假樂富廣場富臨皇宮隆重舉行。屆時，理事會成員將在會上向會員總結及匯報協會過去一年的工作成果，當晚我們更預備了豐富佳餚及抽獎環節以答謝各會員及賓客對本會的支持。歡迎各位會員踴躍參與！有興趣的會員，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。

| | 2014年會員週年大會(A1412035) | 2014年會員週年晚宴(A1412036) |
|---|---|---|
| 日期 | 13/12/2014(星期六) | |
| 時間 | 5:15pm – 6:30pm | 7:00pm - 9:30pm |
| 地點 | 樂富聯合道198號樂富廣場L206-211(樂富地鐵站B出口)富臨皇宮 | |
| 交通 | 自行前往 / 復康巴(復康巴士名額不多於80名)<br>由於復康巴資源有限，而會員週年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。 | |
| 名額 | 不限 | 200名* |
| | *由於會員週年大會需要合乎資格的基本會員(年齡為18至60歲)通過議程，若晚宴參加人數多於200名，晚宴優先處理次序為：<br>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；<br>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；<br>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<br>4. 只參加週年晚宴的基本會員及普通會員。<br>* 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。 | |
| 備註 | 1. 會員週年大會為本會盛事，敬希各參與會員依時出席會員週年大會；<br>2. 會員可自行前往參與週年大會，但必須填妥有關報名表格後，於截止限期前交回本會，以便遵守室內場館消防條例及向大會場地方面確定會議人數；<br>3. 會議詳情將於10月至11月致各參與會員邀請函內詳列；及<br>4. 大會未能提供訪客車位。 | 1. 每位會員只可攜同最多兩位參與者；<br>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；<br>3. 5歲或以下不佔座位者費用全免；5歲以上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。 |
| 費用 | 全免(自行前往)/ $40(復康巴)(如同時參加晚宴則可豁免) | 會員：$160(自行前往) / $200(復康巴)<br>非會員：$320(自行前往) / $400(復康巴) |
| 內容 | 通過2013年度週年會員大會會議紀錄<br>2013/2014年度工作報告<br>通過2013/2014年度財務報告 | 精美粵菜<br>抽獎環節*<br>*(如抽獎環節有任何問題及爭論，傷青會擁有最終決定權。) |
| 報名 | 填妥活動報名表格後傳真至2338 5112或寄回九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號傷香港傷殘青年協會 總辦事處 | |
| 截止 | 30/8/2014(星期六)[抽籤日期：5/9/2014(星期五)下午2:30-3:00於活動中心進行抽籤] | |
| 查詢 | 總辦事處 吳先生(電話：2338 5111) | |

## 2014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： | ❑基本會員 ❑普通會員 ❑非會員 | | ❑殘疾人士 ❑健全人士 |
| **參加意願** | ❑同時參加會議及晚宴 ❑只參加會議 ❑只參加晚宴 | | |
| **輔助工具** | ❑手叉 / 手杖 / 腳架 ❑可過位輪椅 ❑不可過位輪椅 / 電動輪椅 ❑不需要 | | |
| **交通安排** | ❑自行前往目的地 ❑復康巴士(只適用於殘疾人士)[上車地點： ] | | |

**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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

只適用於合乎資格的基本會員填寫：❑本人願意獨立參與會議及晚宴，上述親友另作抽籤
❑本人選擇與上述親友一併抽籤。

| 報名者簽署： | 日期： |
|---|---|

# 『健障行』慈善步行樂

2014•10•18

協會將會籌辦一個名為『健障行』- 慈善步行樂2014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；為推廣殘疾人普及運動和藝術活動籌募運作經費。

性質： 慈善步行募捐 及 體驗活動

日期： 2014年10月18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

## 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：_____

## 香港傷殘青年協會『健障行』- 慈善步行樂 捐款表格

（如有需要，請自行覆印）

| 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。

請將報名表格、捐款表格連同所籌得款項（支票或銀行入數收據），於 2014年9月20日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：080-9-073067）

# 無障礙去街 Guide

## 無障礙去街Guide 手機應用程式

本會早前獲政府資訊科技總監辦公室的資助，開發《無障礙去街Guide》手機流動應用程式。這程式亦於去年底面世，為了讓會員更進一步了解這程式的功能，能自由自在外出，我們在此詳細作介紹。

**下載方法**

可以因應手機版本，在Play Store或App Store內輸入「無障礙去街Guide」，並按下載便可。

**首次使用**

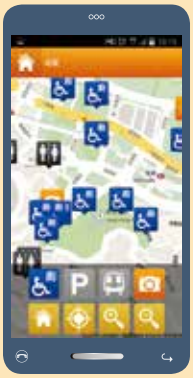
當完成下載後，於首次使用時，因需要下載有關資料，需時約數分鐘。於完成下載資料後，便可以使用。

**如何使用**

1. 進入主頁後，便轉到第二頁，會看見「香港」、「九龍」、「新界」、「離島」等的按鈕；（圖片一）
2. 你可選擇前往的目的地，如「添馬公園」，可以按「香港」的按鈕再揀選「添馬公園」或「搜尋」中內輸入添馬公園，便可以即時進入有關景點版面；（圖片二）
3. 當進入添馬公園後，你可以在這版面內可了解這景點的資料、前往方法等；
4. 你更可以透過這流動應用程式，了解附近殘疾人士洗手間的位置，又或是附近供殘疾人士駕駛者停泊車輛的地方。（圖片三）

（圖片一）

（圖片二）


（圖片三）

**無障礙指數**

如果你覺得這景點的無障礙極好，又或是不太理想，可以按「無障礙指數」以反映出來。如果你就景點有些意見反映，可以透過「意見」一欄，讓我們知悉。

# 復康政策委員會

- **近期重點工作：**

「友善灣仔」計劃的食肆調查工作已正式開展，有興趣加入調查工作的會員(手杖使用者為佳)可致電23385111與政策倡導主任聯絡。

- **復康資訊：**

**1 「無障礙體驗館」**

領滙早前決定在葵盛東邨提供一個場地供復康機構設立「無障礙體驗館」讓公眾感受殘疾人士的日常生活。體驗館已進入設計階段，建成後更可為殘疾人士提供工作機會。

**2 兩元乘車優惠計劃擴展**

政府公佈兩元乘車優惠計劃會明年首季擴展至綠色小巴，覆蓋超過7成路線。

**3 港鐵旺角站升降機更換工程**

旺角站升降機的工程已進行了一段時間，本會提醒各位會員港鐵公司安排了易達轎車往返佐敦站、深水埗站及石硤尾站，甚至只設輪椅升降台的太子站或油麻地站。有需要的會員可致電各所屬車站請求協助。

# 國際復康日 2014

由今期快訊開始，我們會加入「復康資源速遞」專欄，為大家介紹一些有用的復康資訊。今期我們率先揀選了大家非常關注的「國際復康日2014」及「殘疾人士登記證」申請指引兩項資料。

一年一度的國際復康日將於11月展開，如下：

| 項目 | 日期 |
|---|---|
| 09 .11.2014 (星期日) | 殘疾人士免費乘搭車船日 |
| 21.11.2014 (星期五) | 免費享用文康設施日 |
| 22.11.2014 (星期六)<br>29.11.2014 (星期六) | 海洋公園同樂日 |
| 07.12.2014 (星期日) | 2014年國際復康日開幕禮暨<br>「十八區關愛僱主」嘉許禮及<br>十八區《殘疾人權利公約》問答比賽 |

由於部分項目，殘疾人士須持有有效的殘疾人士登記證才能參與。如果你仍未申請或換領現時的《殘疾人士登記證》，煩請了解下列事宜。

## 「殘疾人士登記證」申請指引

### 引言

殘疾人士登記證，是發給身體機能永久傷殘或暫時受損的人士。

發出此證的目的，是讓持證人在有需要時出示登記證以證明其本身的殘疾身份及類別。

### 申請資格

各類殘疾人士，包括聽障、視障、言語障礙、肢體傷殘、自閉症、精神病、智障、器官殘障／長期病患、注意力不足／過度活躍症及特殊學習困難；

如殘疾情況會影響其日常生活、參與經濟和社會活動的能力，或會使其行動不便，而且需要較長時間才能康復，均可申領登記證。

### 可提出申請的人士

殘疾人士本人可提出申請，或由其父母或合法監護人代為提出申請。

如代申請人申領登記證，請提交與申請者關係的證明文件。

### 簽發登記證

(a) 新證：

- 填妥申請表，連同證明每類殘疾的文件；
- 申請人的身份證明文件影印本；
- 一張彩色近照。

(郵寄地址：香港添馬添美道二號 政府總部西翼11樓 勞工及福利局 康復服務中央檔案室)

### 索取申請表格方式

- 向康復服務中央檔案室；
- 各有關的非政府康復機構或各區民政事務處；
- 從勞工及福利局網頁(http://www.lwb.gov.hk)下載。

* 在申請表上提供個人資料，純屬自願性質。若未能提供表格上所需的個人資料，則康復服務中央檔案室可能因而未能處理有關申請。

(b) 續證：

- 只有身體機能暫時受損及其登記證上註有有效日期的人士，才須續領新證。
- 登記證的有效期限為兩年，由簽發日期起計算。
- 持證人須於該證有效日期屆滿前兩個月內，提出續證申請。

(c) 補領失證：

- 持證人須填妥並交回申請表格，並附上一封解釋補領理由信件，一併寄回。

### 查詢

如對簽發殘疾人士登記，如新證、續證、補領失證及有關事宜有任何疑問；

可致電2810 3859、2810 3861或2810 3841向政府總部勞工及福利局康復組查詢。

# 網上報名系統

為了提升網上報名系統，以及更便利地讓會員朋友報名，協會已於6月更新網上報名專頁。

網上報名步驟如下：

**步驟一：**首先閱讀免責聲明內的細則；完成閱讀後可選擇按「同意」或「不同意」，同意後，報名系統將會繼續運作。

*按下「同意」者，必須遵守聲明內各細則，如有疑問可致電詢問後再報名。

**步驟二：**按同意後，將會自動瀏覽此部分，請報名者仔細閱讀活動說明(上部分)各細項，包括截止日期、抽籤日期等…，並根據活動說明要求來進行報名。

**步驟三：**完成閱讀活動說明後，即可往下看，選擇合適或感興趣參與的活動。報名者可根據各不同篇章來選擇，如戶外活動篇、義工服務篇、綠色環保篇、社區共融篇等… ；以上篇章分類，可在左上角位置看到。

**步驟四：**如想了解更多有關某一活動的詳情，報名者可點擊該活動的標題；點擊後，網頁將自動載入這頁面，該活動內容將會詳盡地展開；如認為不適合，可點擊「返回活動列表」返回步驟三；如需要報名的話，請直接按「加入報名」。

**步驟五：**按「加入報名」後，網頁將會轉到這頁面；此時報名者需注意是否選擇了自己心水活動，如不是的話，可按「刪除」；如沒有其他活動參加時，可直接按「提交報名活動」即可，但如需要再參與另一活動的話，可按「繼續加入其他活動」。

**步驟六：**按「繼續加入其他活動」時，頁面將會轉到步驟三，繼續讓報名者觀看其他活動，同樣跟隨步驟四即可，報名後將出現類似圖片；同樣看看有否選擇錯誤，而你可觀看右上角是否同樣顯示你所報活動的總數，如1個=1、2個=2等；此時你可按「提交」或「提交報名活動」也可。

**步驟七：**按下「提交報名」後，將出現這頁面(圖1)讓報名者填妥各項資料，報名者只需填上資料後，建議報名者仔細閱讀活動編號一欄，看看有否選擇錯誤，只要點著該編號，即會出現圖2，告知報名者活動的內容，請報名者小心填寫，包括：自行揀選活動意願，交通安排及有沒有其他同行人士等…，只需跟隨指示填寫即可，之後即可按「提交報名信息」提交報名表。

圖1

圖2

**步驟八：**按下「提交報名信息」便會提交活動報名表，同時網頁也會顯示這圖示告知報名者已完成報名。

# 同路人電話輔導熱線

你是否後天傷殘？又或是你認識身旁的朋友後天傷殘，又無法得到適當的渠道幫助？

由2014年6月26日起，同路人電話輔導熱線對外開放。來電者可以透過這熱線：

- 抒發因生活轉變而所帶來的壓力；
- 了解有關復康資源及相關政策；及
- 提供即時性的情緒支援服務；
- 了解復康及醫療程序等。

| 熱線開放時間 | 星期四 | 星期六 |
|---|---|---|
| 下午2:30 ~ 4:30 | ✔ | ✔ |
| 晚上7:00 ~ 9:00 | ✔ | ✗ |
| ** 公眾假期休息 | | |

請大家放心，所有來電個案會保密處理！

# 傷青駕駛會

## • 殘疾人士專用泊車位被佔用訊息

駕駛會在上期通訊呼籲會員提供路邊殘疾人士專用泊車位被非合資格人士佔用的訊息，截至2014年7月3日為止，本會接獲14位會員提供合並17宗的違例泊車個案，反映問題嚴重。本會會繼續收集有關訊息，集合到一定數量後後交給運輸署。各位可繼續透過hkfhy_ddc@yahoo.com.hk或Whatsapp 5644-6230通知本會。郵件中需包括的資料有：

1. 車位地點
2. 事發時間
3. 佔用車輛的車牌（建議提供照片）
4. 車頭玻璃上沒有殘疾駕駛證明（建議提供照片）

## • 領滙「暢通易達」時租泊車優惠

領滙公司的泊車時租優惠將會在8月1日起改用八達通形式結算，人手執行的方式不會再適用。為了繼續享有有關優惠，本會呼籲各**接載者和殘疾駕駛者**盡快申請有關的證明。申請條款和申請表可參照以下連結。

http://www.thelink.com.hk/tc/parking/Pages/ParkingPrivileges.aspx

# 粵韻絃歌顯共融

傷青會與九龍東北扶輪社首度合作，舉行的《扶輪傷青齊敬老》及《扶輪傷青齊牽手 粵韻絃歌顯共融》兩場粵曲表演，已於6月15日完滿舉行。是次活動的目的是希望透過粵曲表演，宏揚中國文化藝術並帶出傷健共融的概念。

當日活動很榮幸邀請邀請了勞工及福利局局長張建宗GBS，JP 、中聯辦社工部副部長李運福先生及國際扶輪3450地區總監方奕展先生擔任主禮嘉賓，是次所有收益將撥捐傷青會發展普及運動和九龍東北扶輪社繼續發展公益事務。

# 理工大學眼科視光學院探訪

得到康復政策委員會委員湯文海先生的介紹，協會邀請了理工大學眼科視光學院三位教授探訪協會，商討合作事宜。於2014年6月3日(星期二) 下午，理工大學眼科視光學院胡志城教授、杜志偉博士和張銘思博士與協會湯文海委員及行政總監劉家倫先生聚首一堂，由劉家倫介紹協會現有的服務及發展情況，而胡教授亦提出可以合作的範疇，例如：眼睛健康、社區驗眼等服務。雙方均認為可以作出合作的機會。胡教授三人之後亦探訪了協會的賽馬會活動中心、傷青動力學堂、傷青花藝舍及創視設計。胡教授三人對協會社會企業的高水平產品表示欣賞，亦希望可以有機會使用協會社企的服務。

## 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$20；**

**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。**

## 新同工

**Hello ！你地好！我係新黎既會計助理張國龍(Michael)，我好易認架咋！總辦事處入面最肥果個就係小弟！請大家日後多多指教！**

（宣傳／廣告）

## 無懼身體障礙

# 鐵人父子

## 攜手勇敢挑戰・成就生命壯舉

《鐵人父子》(The Finishers) [2013多倫多國際電影節參展電影]

### 身體傷殘，一樣可以逆風飛翔——只要有愛同行，一切都是有可能！

繼《閃亮人生》(Intouchables) 後，又一真摯動人法國作品《The Finishers》將在今個夏天登上大銀幕。由曾在柏林影展獲得「銀熊獎」影帝殊榮的碩克甘布林 (Jacques Gamblin)，及首次參演電影的傷健青年法比安艾荷 (Fabien Heraud)主演；二人飾演一對寃家父子，由不瞅不睬到同心合力挑戰三項鐵人賽，演出真摯動人，觸動國際傳媒心靈，屢獲掌聲。加上《星光夢裡人》(The Artist) 金像影帝尚杜加丹(Jean Dujardin) 愛妻雅麗珊夏娜美 (Alexandra Lamy) 飾演愛子情深的母親，又添上無限感人火花。電影在法國尼斯 (Nice)拍攝，攝影師沿著比賽路段，將山區壯麗懾人的湖光山色盡收鏡頭；加上數百運動健兒的比賽場面，將這少見、充滿活力的的法式風情展露無遺。

### 故事大綱

17歲的祖利安 (法比安艾荷 飾)患有先天性麻痺，要倚賴電動輪椅活動。雖然自小就得到媽媽嘉莉(雅麗珊夏娜美 飾)無微不至的照料和疼錫，卻跟時常出差工作的爸爸保羅(碩克甘布林 飾)十分疏離。一次，祖利安發現原來這陌生的爸爸，年少時曾奪得過多個鐵人賽錦標；加上一則關於父親跟傷健兒子活躍於鐵人賽的新聞，激發起他的鬥志。幾經波折，祖利安終於打動了保羅，參加法國最盛大的鐵人盛事。拉著行動不便的祖利安游泳、踏單車和跑步，保羅以半百之軀挑戰體能極限，卻也感受到兒子自由奔馳的興奮；父子二人終於再無隔膜，一起跨越140英里，完成這非凡的生命壯舉！

凡出示傷殘人士登記證，登記證本人購買一張戲票時可享$15折扣優惠，同時購買第二張戲票予隨行者亦可享相同折扣優惠。

**The Finishers《鐵人父子》8月7日起於下列8間戲院上映：**

| | |
|---|---|
| 1. UA Cine Times (時代廣場) | 銅鑼灣勿地臣街1號時代廣場13樓 |
| 2. UA 太古城中心 | 太古城道18號太古城中心1期5樓 |
| 3. PALACE ifc | 香港中環金融街8號國際金融中心商場一樓 |
| 4. AMC 又一城 | 九龍塘達之路80號又一城UG |
| 5. 百老匯電影中心 | 九龍油麻地眾坊街3號駿發花園 |
| 6. The Grand (九龍站圓方) | 九龍柯士甸道西1號圓方2樓 |
| 7. 嘉禾The Sky (奧海城) | 西九龍海庭道18號奧海城2期1樓 |
| 8. The Metroplex (星影匯) | 九龍灣國際展貿中心E-Max地下 |

**條款及細則：**

1) 適用於所有上映<鐵人父子>之戲院。
2) 不適用於早場、兒童/學生/長者優惠票及星期二優惠日。
3) 於<鐵人父子>上映期間通用。
4) 只適用於戲院票房購票，不適用於電話、網上訂票或包場。
5) $15 折扣不能兌換現金。
6) 此優惠不能與其他優惠同時使用。
7) 不適用於PALACE ifc, AMC Pacific Place, UA太古城Director's Club, UA iSQUARE Phoenix, UA IMAX戲院, The Grand Cinema Standard Chartered Starsuite, the sky Vivo, 嘉禾院線Motion Chair D-Box, 杜比全景聲版本及The Metroplex VIP House.
8) 如有任何爭議，驕陽電影有限公司保留最終決定權。

# 感謝利希慎基金慷慨捐款

為提升殘疾人士的工作技能，配合申請僱員再培訓局課程的要求，並確保教學質素，本會於2012年2月完成初階段更換就業中心已使用8年的舊電腦，新器材包括微軟Windows 7、Office套裝2010及23.6吋LCD顯示屏共15部。最近亦完成最後階段的更新工程，將Adobe多媒體教學軟件提升至Creative Suite 6版本。

感謝利希慎基金慷慨捐款，支持殘疾人士的就業培訓，本中心會積極開拓更多的培訓課程，使殘疾人士能繼續進修，提升工作技能，培養自信，並有機會發揮所長，學以致用，回饋社會。

## 就業服務中心 課程資料

僱員再培訓局合辦 erb 僱員再培訓局

殘疾及工傷康復人士半日制僱員再培訓課程（非就業掛鈎）

### 常用英語II基礎證書（兼讀制）

編　　號：FY009HG-2

課程內容：

| Module 主題 | Content 內容 |
|---|---|
| 1. Talking about myself | Names / Greetings /Address (Private / Company) |
| 2. Talking about numbers | Telephone numbers / Prices & Quantity / Code numbers / Fees |
| 3. Talking about time | Year / Month / Days of the week / Age |
| 4. Talking about food | Types of food / Basic ingredients / Simple cooking methods |
| 5. Talking about family members | Family members / Relationships / Marital status |
| 6. Talking about employment | Job titles / Employment status / Working hours / Qualifications / Experience |
| 7. Filing in personal information | Writing down personal information |
| 8. Course Assessment | Final Examination |

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. 持有僱員再培訓局頒發的「常用英語I基礎證書（兼讀制）」，或同等資歷 或
2. 通過基本入學測試，及
3. 獲得僱員再培訓局批核

上課日期：2014年9月10日 至 11月5日
（逢星期一、三、五，共24堂，60小時）
（當中13/10 – 17/10不用上課，而29/10、31/10及3/11改為全日上課）

| 半日上課 | 全日上課 |
|---|---|
| **9月**：10、12、15、17、19、22、24、26、29<br>**10月**：3、6、8、10、20、22、24、27<br>**11月**：5 | **10月**：29，31<br>**11月**：3 |

上課時間：1. 半日：10:00am - 12 :45pm ；
全日：10:00am - 12 :45pm 及2:00pm - 4:45pm
（每堂2.5小時，當中15分鐘為小休不計算在教授時間）

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. 期末筆試及口試合格
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。

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

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：15/8/2014（星期五）

查詢及報名：請直接致電：2759 6408 - 就業服務主任岑姑娘。
**不用傳真至活動中心！**

凡報讀ERB「僱員再培訓局」課程，請直接致電2759 6408與岑姑娘登記

僱員再培訓局合辦 erb 僱員再培訓局 | 殘疾及工傷康復人士全日制僱員再培訓課程（就業掛鈎）

## 實用文職證書課程

編　　號：FY004DR-7

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

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. 中三程度以上至高級文憑/副學士程度以下；或小六程度及具2年或以上工作經驗；
2. 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，並具就業意欲
4. 對文職工作有興趣
5. 略懂基本電腦操作及電腦軟件操作，例如Word及Excel
6. 須經面試甄選及入學試測試；以及獲再培訓局批核，才可安排入讀

上課日期：2014年11月7日至12月19日（每週3，共18堂，共126小時）
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、五） | **11月**：7, 10, 12, 14, 17, 19, 21, 24, 26, 28<br>**12月**：19 | |
| 分組上課日期（分組安排按申請時的能力評估；於開課首天通知） | **A 組** | **12月**：1, 3, 5, 9, 11, 15,17 |
| | **B 組** | **12月**：2, 4, 8, 10, 12, 16, 18 |

上課時間：9:30am - 5:30pm（1pm – 2pm 午膳時間）
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
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. 學員出席率達80% 及持續評估和期末考試獲合格分數，可獲再培訓局頒「畢業證書」
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：2014年10月10日（星期五）
查詢及報名：請直接致電：2759 6311 - 就業服務主任劉姑娘。
**不用傳真至活動中心！**

凡報讀ERB「僱員再培訓局」課程，請直接致電2759 6311與劉姑娘登記

僱員再培訓局合辦 erb 僱員再培訓局 | 殘疾及工傷康復人士半日制僱員再培訓課程（非就業掛鈎） | SUS Plus 新苗展翅

## 花藝設計及應用II基礎證書（兼讀制）

課程編號：FY008HS-2

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

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. 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「花藝設計及應用I基礎證書(兼讀制)」或「花店實務及花藝設計助理基礎證書」。
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。

上課日期：2014年11月8日至2014年11月29日
（逢星期六，共4日，24小時）
11月份：8、15、22、29
上課時間：10:00am - 5:15pm（1:00pm - 2:15pm 午膳時間）
畢業要求：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
學員的總出席率須達課程之最低要求 (80%)
上課地點：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：10名
交　　通：自行前往，不設復康巴士安排
截止日期：2014年10月17日（星期五）
查詢及報名：請直接致電：2759 6412 – 助理課程發展主任馬姑娘。
**不用傳真至活動中心。**

凡報讀ERB「僱員再培訓局」課程，請直接致電2759 6412與馬姑娘登記

僱員再培訓局合辦 erb 僱員再培訓局

殘疾及工傷康復人士晚間制僱員再培訓課程（非就業掛鈎）

## 簿記基礎證書 LCC I Level 1 Book-keeping 備試課程（兼讀制）

課程編號：FY018ES-1

課程內容：
- 會計行業概況、工作範圍、入職條件
- 會計方程式及複式簿記之程序
- 複式簿記記錄文易
- 帳戶結平
- 購買、銷售及退回
- 分類帳及其類別
- 日記簿
- 現金收支帳
- 現金日記簿及現金折扣
- 銀行往來調節
- 零用現金簿及定額備用制
- 試算表
- 應付及預付；調節帳項與決算表
- 固定資產折舊
- 呆壞帳的準備
- 原始分錄簿及日記帳
- 資本與收益支出
- 期末筆試

- 本中心可為學員安排應考公開試
- 課程不包括公開考試費用

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. 中三學歷程度及具工作經驗；及
2. 須通過英文及數學入學試

上課日期：2014年10月6日至2015年1月21日
（逢星期一、三，共28堂，共72小時）
10月份：6、8、13、15、20、22、27、29
11月份：3、5、10、12、17、19、24、26
12月份：1、3、8、10、15、17
1月份：5、7、12、14、19、21

上課時間：2014年10月6日至2015年1月7日（7:00pm – 9:45pm）
及2015年1月12日至1月21日（7:00pm – 10:15pm）
** 每堂有15分鐘小休，不計在教學課時內 **

畢業要求：1. 學員的總出席率須達課程之最低要求（80%）；及
2. 必須於課程評估及期末考試中獲整體合格分數。

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）

費　　用：全免

津　　貼：沒有

名　　額：12名

交　　通：自行前往，不設復康巴士安排

備　　註：課程不包括公開考試費用

截止日期：2014年9月8日 (星期一)

查詢及報名：請直接致電：2759 6311 - 就業服務主任劉姑娘。
**不用傳真至活動中心！**

凡報讀ERB「僱員再培訓局」課程，請直接致電2759 6311與劉姑娘登記

職業訓練局－展亮技能發展中心合辦 Shine展亮

## 數碼攝影及後期製作

編　　號：VC14002

簡　　介：本課程除教授如何使用時下流行之數碼單鏡反光之操作、影樓拍攝基礎技巧及基本攝影理論外，課堂亦會利用Adobe Lightroom作影像前期製作及Adobe Photoshop作相片後期製作，並教授其強大的相片修復、編輯及合成技巧，以使作品能達至更佳效果。

課程內容：1. 基礎攝影理論及實戰
2. 閃光燈初階應用
3. 人像攝影技巧應用
4. 紀實攝影初探
5. 產品攝影入門
6. LED燈光應用
7. 影像前期製作之Lightroom應用
8. 影像後期製作之Photoshop應用

日　　期：17/11/2014 - 17/12/2014（逢星期一、三）

時　　間：7:00pm - 10:00pm

地　　點：職業訓練局－展亮技能發展中心（觀塘）

堂　　數：10 堂

入學條件：報讀者須對攝影及電腦操作有基本認識，如具備中五程度或以上則更佳。
- 學員家中需具備相機作為做功課之用
- 如待業人士須經展亮技能發展中心評估

名　　額：12名
（只限本會十五歲或以上之殘疾會員）

費　　用：（待定）
（出席率達80%或以上者可獲退還80%學費）

交　　通：1）自行往返目的地
2）需安排復康巴接送

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

截　　止：29/10/2014（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，方可入讀，如未經評估，會被取消報讀申請；
凡現正於展亮技能發展中心報讀日間或夜間任何課程人士，恕未能接受其報讀申請。

## 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 (2014-2015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　　提交截止日期：30-9-2014

**1. 您曾修讀下列舉辦的「僱員再培訓課程」嗎？（請在 ☐ 加 ✔號）**

☐ 如有，是哪個課程？（請在 ☐ 加✔號，可選多個）

| 課程名稱 | 於本中心修讀 (如適用) |
|---|---|
| ☐ 實用文職訓練基礎證書 *(舊名稱：實用文職訓練證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 銷售實務基礎證書 *(舊名稱：銷售實務證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 電話推銷及問卷調查員基礎證書 *(舊名稱：電話推銷及問卷調查單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 小本創業基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：小本創業單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 網上創業(營運及市場推廣) 基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：網上創業 (營運及市場推廣) 單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 網頁製作技巧基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：基礎網頁製作技巧單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ Flash電腦動畫製作證書 (兼讀制) *(舊名稱：Flash電腦動畫製作單元證書)* | ☐是 ☐否 |

| 課程名稱 | 於本中心修讀 (如適用) |
|---|---|
| ☐ 花藝設計及應用 I 基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：初級花藝設計及應用單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 花藝設計及應用 II 基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：中級花藝設計及應用單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 常用英語 II 基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：基礎英語II單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 職業英語(閱讀及寫作) I 基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：職業英語(閱讀及寫作) I 單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 職業普通話 I 基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：職業普通話 I 單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ 網頁圖像及動畫製作技巧基礎證書 (兼讀制) *(舊名稱：網頁圖像及動畫製作技巧單元證書)* | ☐是 ☐否 |
| ☐ Android流動裝置應用程式開發證書 (兼讀制) *(舊名稱：Android流動裝置應用程式開發單元證書)* | ☐是 ☐否 |

**2. 您修讀本中心舉辦的「僱員再培訓課程」的原因是：（請在 ☐ 加 ✔號，可選多個）**

☐ 資歷認可　☐ 提供就業轉介服務　☐ 有津貼
☐ 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
☐ 課程內容實用　☐ 學費全免　☐ 其他（請註明：_____）

**3. 請選出您最感興趣的「僱員再培訓課程」(請在 ☐ 加 ✔號，可選多個）**

☐ 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
☐ 零售概論基礎證書(兼讀制)
☐ 網頁圖像及動畫製作技巧基礎證書(兼讀制)
☐ 網上創業(營運及市場推廣) 基礎證書(兼讀制)
☐ 網頁製作技巧基礎證書(兼讀制)
☐ Flash電腦動畫製作證書(兼讀制)
☐ Android流動裝置應用程式開發證書(兼讀制)
☐ 花藝設計及應用 I 基礎證書(兼讀制)
☐ 花藝設計及應用 II 基礎證書(兼讀制)
☐ 常用英語 II 基礎證書(兼讀制)
☐ 常用英語 III 基礎證書(兼讀制)
☐ 職業英語(閱讀及寫作) I 基礎證書(兼讀制)
☐ 職業普通話 I 基礎證書(兼讀制)
☐ 求職技巧基礎證書(兼讀制)
☐ 職業英語(閱讀及寫作) I 基礎證書(兼讀制)
☐ 小本創業基礎證書 (兼讀制)
☐ 簿記基礎證書 LCC I Level 1 Book-keeping備試證書(兼讀制)　☐ 其他（請註明：_____）

**4. 您認為「僱員再培訓課程」提供就業選配的機會，會否更增加您的報讀意欲？**

☐ 會　☐ 不會

**5. 若本中心開辦新進修課程，您最想開辦下列哪五項課程？（請在 ☐ 加✔號，可選多個）**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ☐ 網頁設計 | ☐ 繪圖設計 | ☐ 顧客服務 | ☐ 零售店務 | ☐ 求職面試 |
| ☐ 排版印刷 | ☐ 花藝設計 | ☐ 地產代理 | ☐ 創業營商 | ☐ 電話訪問 |
| ☐ 資訊科技應用 | ☐ 語文（聽講） | ☐ 飲食業 | ☐ 電話推銷 | ☐ 財 務 |
| ☐ 物業管理及保安 | ☐ 語文（讀寫） | ☐ 金 融 | ☐ 保 險 | ☐ 美 容 |

☐ 若不在上列課程，(請註明：_____)

**6. 若前往本中心上課，你願意選取哪一個方法呢？（請在 ☐ 加✔號）**

☐ 自行前往　☐ 交通費津貼　☐ 復康巴士（免費）　☐ 復康巴士（半免）

☐ 其他（請註：_____）

謝謝您的寶貴意見！

## 綠色生活小組 素食DIY

活動中心於近年積極將綠色健康的訊息推廣至會員，希望他們透過綠色生活小組及素食DIY等，從而認識環保、綠色元素，以及如何親自製作不同的素食，除減少碳排放外，並透過健康飲食達致身心健康。

綠色生活小組於兩年多前正式成立，現時逢星期一早上11:00 - 12:30舉行。導師在這時段除了教授一些環保的知識，親自製作一些環保用品，如環保酵素、環保清潔劑、香草鹽等，我們更在竹園邨租用一幅農地，讓小組成員親身嘗試翻土、播種、除草等工作。除此之外，我們更會定期與其中一個合作伙伴 – 香港善導會進行交流工作，一同分享心得。

## 素食DIY

素食DIY於去年才展開，我們期盼透過這活動，讓參加者了解素食的樂趣。事實上，對一般人而言，素食並沒有樂趣可言，更會聯想菜煮菜、瓜煮瓜。然而，素食可以千變萬化，透過不同的食材，因而可以煮出不同而又美味可口的菜式。現時，素食DIY 會在單月的星期四、雙月的星期二進行聚會，參加者在這活動中，由前往購買食材、洗、切、煮等，都需要分工進行。

## 富豪九龍酒店義工服務

大家有無發現，當出席活動時，會有一些較新面孔的義工協助活動。事實上，這些義工是來自富豪九龍酒店的義工隊。自今年二月起，這義工隊恆常地參與活動中心的活動，協助大家前往不同地方。

| 日期 | 活動 |
|---|---|
| 2 / 2014 | 新春行大運 |
| 3 / 2014 | 香港花卉展覽2014 |
| 5 / 2014 | 「傷」愛 ・ 無界限及全港賣旗日 |
| 7 / 2014 | 暢遊大嶼山 |

## 綠色生活專欄

今期綠色生活專欄和大家探討一下「有機」這個詞彙，有機農場、有機耕種、有機食品等等字眼在近幾年間在社會上、報章、雜誌甚至在某某大型超級市場的貨架上都經常看到；但是…究竟如何為之有機？坊間對有機二字眾說紛紜，有人會認為有機是健康的、零污染的、對人體有益等說法。

其實，「有機」的概念，是應用在日常生活中包括人類與大自然之間互相的尊重、對地球資源的珍惜、減少製造浪費、與大自然共存。

地球已經被人類破壞得體無完膚，我們應該由現時開始「有機」生活，例如減少使用即用即棄的用具；自備環保袋及餐具；選用可循環再用的產品；水電源的浪費；多走路或乘坐交通工具，以上的「有機」生活模式對我們來說並不難做到。

| | 羅宋湯 | 芝士焗蕃茄 | 墨西哥夾餅 |
|---|---|---|---|
| 材料 | 薯仔、紅菜頭、甘筍、椰菜、紅蕃茄、紅菜頭、月桂葉 | 蕃茄、粟米粒、蘆筍、低脂芝士、米形意大利粉 | 麵粉 / 粟米薄餅、素菇、芝士、蕃茄、莎莎醬 |
| 做法 | 1. 將所有材料洗淨；<br>2. 然後切碎，並放入已水滾的湯煲內；<br>3. 以溫火煲約1小時便可。 | 1. 將蕃茄洗淨；<br>2. 用平底鑊以中火燒熱，拌入米形意大利粉、低脂芝士及粟米粒，並加入1/10茶匙鹽調味，然後釀入蕃茄；<br>3. 將蕃茄放入焗爐，並且焗8-10分鐘；<br>4. 同時間，將橄欖油塗上在蘆筍上，加入海鹽、黑胡椒粉調味，並烤約2-3分鐘；<br>5. 最後，將蘆筍放在已焗好的蕃茄上便可，然後再放入芝士焗1-2分鐘，待芝士變軟便可。 | 1. 將所有材料洗淨；<br>2. 然後將素菇、蕃茄等切粒；<br>3. 再將素菇、蕃茄等材料放在粟米薄餅；<br>4. 將莎莎醬或芝士加在材料上，然後將薄餅捲起便可。 |

**截止日期： 2014年8月25日(星期一)**
**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)**
**報名須知： 報名活動前，請先細閱P.27報名須知**

## 戶外活動篇(適合任何年齡人士)

### 重遊美荷樓 編號：A1409038

日期： 05/09/2014(星期五) 地點：深水埗
時間： 10:30am - 2:00pm 名額：15名(包括6名輪椅名額)
費用： $20(會員)/$40(非會員) 交通：復康巴或自行前往
內容： 早上由舊日住在美荷樓的居民作導賞員，帶領參觀昔日的公共房屋，體驗道地的草根生活，下午前往西九龍中心午膳。
備註： 1. 此活動向香港青年旅舍協會申請。
2. 活動需要有一定步行時間，參加者須因應情況而報名。
3. 此活動需自費午膳。
查詢： 馬先生

### 油街藝術村 編號：A1409058

日期： 11/09/2014(星期四) 地點：北角油街藝術村
時間： 3:30pm - 5:00pm 名額：15名
費用： $20(會員)/$40(非會員) 交通：復康巴或自行前往
內容： 前往北角油術藝術村，了解曾經租予本地藝術團體，成為油街藝術村的情況。
備註： 這活動正在申請參觀，如未能成功申請活動將會取消。
查詢： Edmond

### 參觀新巴巴士廠 編號：A1409041

日期： 12/09/2014(星期五) 地點：柴灣
時間： 12:00nn - 3:30pm 名額：20名(包括4名輪椅名額)
費用： $20(會員)/$40(非會員) 交通：復康巴或自行前往
內容： 中午先前往杏花新城自費午膳，然後下午參觀新巴巴士廠。
備註： 1. 這活動需自費午膳；
2. 活動需要有一定步行時間，參加者須因應情況而報名；
3. 因應場地限制，故須使用手推輪椅及可過位之輪椅使用者優先。
查詢： 馬先生

### 迪士尼奇妙之旅I 編號：A1409039

### 迪士尼奇妙之旅II 編號：A1409040

| | 迪士尼奇妙之旅I | 迪士尼奇妙之旅II |
|---|---|---|
| 日期： | 13/09/2014(星期六) | 18/09/2014(星期四) |
| 時間： | 12:00nn - 9:00pm | 1:30pm - 9:00pm |

地點： 香港迪士尼樂園
名額： 45名
費用： $20(會員)/$40(非會員)(午膳自理)
交通： 復康巴或自行前往 復康巴或自行前往(自行前往者可優先參與活動)
內容： 逛遊香港迪士尼樂趣，感受奇妙愉快之旅。
備註： 1. 這活動由香港迪士尼樂園贊助；
2. 參加者不可攜帶食物、飲品進入樂園(除水外)；
3. 活動當日請攜帶殘疾人士登記證；
4. 會員只可報其中一天的活動。
查詢： 馬先生 / Edmond

### 嘩鬼慶祝萬聖節 編號：A1410055

日期：31/10/2014(星期五) 地點：戶外
時間：6:00pm - 9:30pm 名額：15名
費用：$ 20(會員)/$40(非會員)(提供便餐)
交通： 復康巴或自行前往
內容： 形形式式化妝、驚人衣著，參與一年一度的萬聖節活動
備註：這活動與富豪九龍酒店合辦
查詢：Edmond

### 深圳東部華僑城之旅 編號：A1409053

日期： 出發：24/09/2014(星期三)/ 回程：25/09/2014(星期四)
時間： 出發：10:00am 回程：5:00pm
地點： 中國 深圳
名額： 25名
費用： $800(持有有效「殘疾人士登記証」之會員)
$900(會員) $1,150(非會員)
(在港之自行往來者費用減$50)
(費用已包所有膳食費用、入場門券及酒店)
交通： 復康巴或自行前往(大埔火車站)
內容： 24/09：東部華僑城茶溪谷
(午餐享用特色乳鴿餐、晚餐於園內用膳)
25/09：東部華僑城大峽谷歡樂海岸游船及海洋館
(午餐海鮮餐)
酒店：東部華僑城房車酒店(5星)
備註： 1. 參加者須自行購買旅遊保險；
2. 因應復康巴士車位限制，故須使用手推輪椅，部分需作過椅安排。
3. 需持有效回鄉證，而回鄉證有效日期為至少2015年1月；
4. 建議報名者持有中國電話漫遊服務；
5. 乘搭復康巴或自行前往的參加者在大埔火車站一同乘火車到落馬洲過境；
6. 自備乘搭火車費用。
查詢： 軒Sir

### 暢遊大嶼山 編號：A1410047

日期： 02/10/2014(星期四) 地點：大嶼山
時間： 12:00nn - 3:00pm 名額：40名
費用： $60(會員)/$80(非會員)
交通： 復康巴或自行前往
內容： 前往大嶼山寶蓮寺享用齋宴，其後自行前往昂坪市集及參觀寶蓮寺
備註： 1. 未曾參與7月1日《暢遊大嶼山》，優先處理；
2. 這活動舉辦日期為重陽節，請留意。
查詢： 馬先生/ Edmond

### 下白泥日落之旅 編號：A1410056

日期： 03/10/2014(星期五) 地點：元朗流浮山下白泥
時間： 4:30pm - 6:30pm 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： 下白泥位於流浮山西南面，遠眺深圳蛇口，沿岸海灣一帶是遼闊的魚塘，既是淺灘亦是紅樹林，加上夕陽在水面的光影，便構成了一幅浪漫醉人的圖畫。這裏看日落，讓你難忘。
備註： 1. 由於下白泥沒有殘疾人士洗手間，故會在中途安排前往洗手間；
2. 由於日落時間會受到交通管制，故需要提前前往下白泥等待日落；
3. 請自備乾糧及相機；
4. 如遇天氣惡劣，活動將會取消。
查詢： Edmond

### 暢遊南丫島 編號：A1410043

日期： 17/10/2014(星期五) 地點：南丫島榕樹灣
時間： 11:00am - 4:00pm 名額：15名
導師： 自然脈絡(阿丁)
費用： $ 20(會員)/$40(非會員)
交通： 復康巴或自行前往
內容： 傷青會帶你走入南丫島，一個純樸而寧靜的香港「後花園」，讓你放下生活煩囂。
備註： 1. 活動過程中需要一定程度步行，參加者需自行考慮身體情況報名；
2. 請穿著輕便服飾；
3. 活動設有自由活動及午膳時間，午膳需要參加者自費；
4. 由於前往南丫島的渡輪有限制，故此參加者只能使用手動輪椅而不能使用電動輪椅。
查詢： Gary

## 綠色環保篇(適合任何年齡人士)

### 素食DIY@九月相聚
編號：A1409048

日期： 04 - 25/09/2014(逢星期四)
時間： 11:30am - 2:30pm
地點： 活動中心
堂數： 4課
費用： $30(會員)/$50(非會員)
交通： 自行前往
內容： 1. 商討每一節的素食食譜；
2. 分工合作下，一同將素食材料烹調；
3. 於下午1:00享用素宴。
查詢： Edmond

### 素食DIY@十月相聚
編號：A1410049

07 - 28/10/2014(逢星期二)
名額：10

### 綠色生活小組
編號：C1409043

日期： 08/09 - 27/10/2014(逢星期一，22/9及20/10除外)
時間： 11:00am - 12:30pm
地點： 活動中心/戶外
導師： 陳小姐(阿貞)
堂數： 6課
名額：10名
費用：$180(會員)/$240(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。
查詢： Gary

### 秋季素食宴
編號：A1410037

日期： 28/10/2014(星期二)
時間： 12:30pm - 2:30pm
地點： 粉嶺
交通： 復康巴或自行前往
名額：20名
費用：$40(生日會員)/$50
(非生日會員)/$70(非會員)
內容： 前往粉嶺蓬瀛仙館享用齋菜，午飯可參觀仙館的園內景色。
齋菜宴包括：
春卷拼酥卷、羅漢八寶湯、蓬瀛會上素、法海大蒲團鮮菰/腐球扒蘭花、杏菰扒時蔬、錦繡螺片炒西芹
五柳素葫蘆(包清粥、白飯)
備註： 1. 於九月、十月生日之會員優先；
2. 菜單若有更改，將不作另行通知。
查詢： 馬先生

### T恤D.I.Y
編號：A1409044

日期： 26/09/2014(星期五)
時間： 2:30pm - 4:30pm
地點： 活動中心
導師： 陳小姐(阿貞)
交通： 復康巴或自行前往
名額：10名
費用：$50(會員)/$70(非會員)
(包括所需材料及用具費用)
內容： 利用七彩繽紛的顏料，製作擁有自己個人風格的T恤！
備註： 參加者請自備圍裙，以免弄污衣服。
查詢： Gary

## 社區共融篇(適合任何年齡人士)

### 大昌行與你迎月
編號：A1409050

日期： 06/09/2014(星期六)
時間： 12:00nn - 3:00pm
地點： 九龍灣 Mega Box
百樂門酒家
名額：70名
費用：$20(會員)/$40(非會員)
(已包括酒樓午膳)
交通：復康巴或自行前往
內容： 在一年一度中秋前夕，大昌行40名義工與你一同迎月。
備註： 這活動與大昌行合辦
查詢： Edmond

### 月餅愛心顯關懷
編號：A1409054

日期： 01 - 06/ 09/2014
時間： 星期一、三、四、五：9:30am - 9:30pm
星期二、六：9:30am – 5:30pm
(1:00pm - 2:00pm及5:30pm - 6:30pm除外)
名額： 150名
內容： 一年一度中秋節將至，活動中心已向外間申請月餅，為有需要之會員帶來節日氣氛。
備註： 煩請申請者須前來活動中心領取月餅。如未能親身領取，須以親撰授權書委託他人代取。
查詢： Edmond

### 傷健樂同行
編號： A1410046

日期： 04/10/2014(星期六)或
11/10/2014(星期六)
時間： 2:30pm - 4:00pm
地點： 活動中心
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： 由青少年義工指導參加者使用資訊科技如智能手機，推動吸收新知識之餘，亦鼓勵參加者正確使用網上平台舒發感受。
備註： 1. 每名參加者只需參加一節工作坊；
2. 這活動與童軍知友社賽馬會啟業青少年服務中心合辦。
查詢： Gary

### 慈康邨防火安全嘉年華2014
編號：A1410042

日期： 25/10/2014(星期六)
時間： 2:30pm - 5:00pm
地點： 慈康邨
名額：20名
費用：免費(會員)/$20(非會員)
交通：復康巴或自行前往
內容： 嘉年華將設有不同遊戲攤位、表演環節及送上豐富禮物。
備註： 1. 這活動現正申請慈康邨屋邨管理諮詢委員會贊助；
2. 活動不包括午膳時間。
查詢： 馬先生

### 剪髮活動(四)
A1403089-4

日期： 07/10/2014(星期二)
時間： 10:30am - 12:30pm
地點： 活動中心
名額： 12名
費用： 免費(只限會員)
交通： 復康巴或自行前往
備註： 1. 這活動與名髮廊義工之合作活動；
2. 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)；
3. 此服務只提供剪髮，髮型以簡單為主，並不包括吹髮
4. 剪髮之先後次序由抽籤決定；
5. 請參加者必需自備毛巾。
查詢：蘇姑娘

## 藝術篇(適合任何年齡人士)

### 展才設計2014-2015　編號:A1409045

日期: 09/2014 - 03/2015　名額:20名
時間: 1.設計工作坊10:00 - 1:00pm　費用:免費(會員)/$20(非會員)
2.其餘待定　交通:復康巴或自行前往
地點: 香港理工大學
內容: 19/9/2014 : 於理工大學舉行設計工作坊,並有一班設計系學生即場指導如何設計服飾;
30/9/2014 : 須呈交所有設計作品初稿,供大會揀選;
12/2014 : 入圍作品,可安排進行製作服飾;
28/3/2015 : 嘉獎典禮
查詢: Gary

### 口琴合奏班II　編號:C1409045

日期: 03/09/2014 -12/11/2014 (逢星期三,1/10除外)　堂數:10課　名額:10名
時間: 8:00pm - 9:00pm　費用:$200(會員)/$220(非會員)
地點: 活動中心　交通:復康巴或自行前往
導師: Kan Sir
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50%學費。
查詢: 馬先生

### 迷你蘭花絲襪花製作　編號:C1409047

日期: 10/09 - 08/10/2014 (逢星期三,24/9、1/10除外)　名額:10名
時間: 2:30pm - 4:00pm　費用:$45(會員)/$50(非會員)(包括所需材料及用具費用)
地點: 活動中心　交通:復康巴或自行前往
導師: 魏太　堂數:3課
內容: 用色彩鮮艷的絲襪料做成《拖鞋蘭》擺設
備註: 請自備膠盒一個。
查詢: 馬先生

### 認識口琴樂　編號:C1410049

日期: 06/10/2014 - 03/11/2014 (逢星期一)　名額:5名
時間: 8:00pm - 9:00pm　費用:$25(會員-自行前往)/$50(會員-復康巴)/$70(非會員)
地點: 活動中心　交通:復康巴或自行前往
堂數: 5課
導師: 現有口琴班成員
內容: 由現有口琴班成員介紹簡單樂理,複音口琴認識和簡單吹奏技巧。
備註: 1. 請自備複音口琴;
2. 未曾參加口琴班會員優先。
查詢: 馬先生

### 初階木結他班　編號:C1409044

日期: 16/09 - 28/10/2014 (逢星期二)　名額:6名
時間: 7:30pm - 8:30pm　費用:$210(會員)/$280(非會員)
地點: 活動中心　交通:自行前往
堂數:7課
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;
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。
查詢: Gary

### 粵曲下午班 (3)　編號:C1410051

### 粵曲晚課 (3)　編號:C1410052

日期: 10/10 - 19/12/2014(逢星期五)
時間: 2:30pm - 4:30pm | 7:00pm - 9:00pm
地點: 活動中心　名額:18名
堂數: 10課　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: 1. 參加者若出席達75%或以上可獲退還50%學費;
2. 如報讀C1410052的課程,只可提供不多於5名會員乘搭復康巴士,並須要填寫清楚。
查詢: Edmond

### 二胡延續 XXXVII　編號:C1410046

日期: 10/10/2014 - 28/11/2014 (逢星期五)　名額:8名
時間: 7:30pm - 9:00pm　費用:$200(會員)/$240(非會員)
地點: 活動中心　堂數:8課
導師: 謝先生　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。
查詢: 黃先生

### 繩結花生擺設工藝班　編號:C1410048

日期: 15/10 - 29/10/2014 (逢星期三)　名額:10名
時間: 2:30pm - 4:00pm　費用:$45(會員)/$65(非會員)(包括所需材料及用具費用)
地點: 活動中心　交通:復康巴或自行前往
導師: 魏太　堂數:3課
內容: 利用色彩繽紛之繩結做出花生形狀之掛飾。
備註: 請自備膠盒一個。
查詢: 馬先生

### 傷青舞獅班IV　編號:C1410050

日期: 27/10 - 15/12/2014 (逢星期一)　名額:15名
時間: 7:30pm - 9:00pm　費用:$200(會員)/$220(非會員)
地點: 活動中心　交通:復康巴或自行前往
堂數:8課
內容: 此課程由夏國璋龍獅團導師教授舞獅技巧,鼓樂等。希望讓參加者參與在舞獅團隊中的不同角色,培養大家的團體精神。
備註: 1. 此活動與夏國璋龍獅團合辦。
2. 曾參加本會過往舉辦之傷青舞獅班的學員優先。
3. 參加者若出席率達75%或以上可獲退還HK$50學費。
4. 這活動有一定程度的體能及技術要求,參加者須因應情況而報名及需出席舞獅班測試日,資料如下:
日期:2014年10月20日(星期一)
時間:7:00pm - 9:00pm
地點:本中心
查詢: 馬先生

## 強身健體篇(適合任何年齡人士)

### 詠春健體運動班　編號：C1409042

日期： 10/09 - 29/10/2014(逢星期三，24/9及1/10除外)
時間： 2:30pm - 4:00pm /2:30pm - 5:00pm
地點： 活動中心　名額：15名
堂數： 6課
費用： 1.5小時$90(會員)/$120(非會員)
2.5小時$120(會員)/$150(非會員)
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. 這活動由中國香港體適能總會教練教授(合資格詠春教練)；
2. 曾參與「詠春健體運動班」之參加者，將優先參與。
3. 參加者可自行決定是否參加4:00 - 5:00的進階時段，惟須請注意需要自行離開。
查詢： Gary

### 伸展瑜伽@晚上課　編號：C1409038

日期： 25/9 - 6/11/2014 (逢星期四，2/10除外)　名額：15名(只限傷殘會員)
費用：$180(會員)
時間： 7:00pm - 8:00pm　交通：自行前往
地點： 賽馬會活動中心　堂數：6堂
導師： Shirley Tse
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. 這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。

### 伸展瑜伽@日班　編號：C1410039

日期： 9/10 - 20/11/2014 (逢星期四，16/10除外)　名額：15名(只限傷殘會員)
費用：$180(會員)
時間： 11:00am - 12:00nn　堂數：6堂
地點： 賽馬會活動中心　交通：自行前往
導師： Shirley Tse
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；
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。

### 健身毛巾操　編號：A1410057

日期： 21/10/2014(星期二)
時間： 3:00pm - 4:30pm
地點： 活動中心
名額： 15名
費用： 免費(會員)/$20(非會員)
交通： 復康巴或自行前往
內容： 學習毛巾操及相關伸展運動
查詢： Edmond

## 青年篇(25歲或以下殘疾青年)

### 冰皮月餅DIY　編號：P1407006-7

日期： 07/09/2014(星期日)　名額：10名
時間： 2:30pm - 4:30pm　費用：免費(會員)/$20(非會員)
地點： 活動中心　交通：復康巴或自行前往
內容： 如你已經吃慣了油膩的傳統月餅，今年不妨在中秋節前自製一個「凍冰冰」的冰皮月餅，不但可以親手完成，亦可以與家人一同享用，在中秋佳節時團團圓圓。
備註： 1. 這活動由愛心聖誕大行動贊助；
2. 這次活動適合輪椅使用者參與；
3. 如需要可自備食物盒；
4. 如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內；
5. 這活動需要有陪伴者協助才能參與。
查詢： Gary/ 軒Sir

### 暢遊有機薈低碳農莊　編號：P1407006-8

日期： 21/09/2014(星期日)　名額：10名
時間： 2:00pm - 5:00pm　費用：免費(會員)/$20(非會員)
地點： 元朗錦上路　交通：復康巴或自行前往
內容： 幾年來，低碳、有機的詞彙隨處可見，但是甚麼意思呢！？這次活動將會讓參加者到達以「Hello Kitty」為主題的農莊了解箇中意思，不但可與卡通人物拍照，亦可以增加環保知識，一舉數得。
備註： 1. 這活動由愛心聖誕大行動贊助；
2. 這次活動適合輪椅使用者參與；
3. 參加者需自備防曬及防蚊用品；
4. 如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內；
5. 這活動需要有陪伴者協助才能參與。
查詢： Gary/ 軒Sir

### 長洲「心」度遊　編號：P1407006-12

日期： 05/10/2014(星期日)　名額：10名
時間： 10:00am - 5:00pm　費用：免費(會員)/$20(非會員)
地點： 長洲　交通：復康巴或自行前往
內容： 長洲儘管是彈丸之地，但在內包含各式各樣的店舖、食店，必定讓你渴望一去再去；未曾親身到過的話，這的確是可惜。如可以的話，不妨考慮秋涼時到這處一趟，放鬆繁忙的心情。
備註： 1. 這活動由愛心聖誕大行動贊助；
2. 這次活動適合輪椅使用者參與；
3. 參加者需自備防曬及防蚊用品；
4. 參加者需自行支付船票費用；
5. 如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內；
6. 這活動需要有陪伴者協助才能參與。
查詢： Gary/ 軒Sir

### 大埔垂釣樂　編號：P1407006-13

日期： 12/10/2014(星期日)　名額：10名
時間： 4:00pm - 6:00pm　費用：免費(會員)/$20(非會員)
地點： 大美督　交通：復康巴或自行前往
內容： 垂釣與一般釣魚不同，如未曾參與過釣魚活動的你，相信必定能讓你大開眼界，既能學習垂釣技巧，亦能測試運氣，於夏日時段享受垂釣的樂趣。
備註： 1. 這活動由愛心聖誕大行動贊助；
2. 這次活動適合輪椅使用者參與；
3. 有導師指導簡單的垂釣技巧；
4. 參加者需自備防曬及防蚊用品、用水及小食；
5. 每人最多只可帶走二磅魚獲，請自帶膠袋；
6. 如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內；
7. 這活動需要有陪伴者協助才能參與。
查詢： Gary/ 軒Sir

## 青年篇(25歲或以下殘疾青年)

### 寶嘉樂繽紛　編號：A1411052-1

日期： 01/11/2014(星期六)
時間： 9:00am - 5:00pm
地點： 海洋公園
名額： 30名
費用： 免費(會員)/$20(非會員)(已包括100現金午膳券)
交通： 復康巴或自行前往
內容： 參加寶嘉建築一年一度的樂繽紛活動 – 海洋公園
備註： 每名參加者只可與1名家庭成員出席。
查詢： 馬先生/Edmond

## 長者篇 (建議年齡為55歲或以上)

### 寶嘉樂繽紛　編號：A1411052-2

日期： 1/11/2014(星期六)
時間： 9:00am - 5:00pm
地點： 海洋公園
交通： 復康巴或自行前往
內容： 參加寶嘉建築一年一度的樂繽紛活動 – 海洋公園
備註： 每名參加者只可與1名家庭成員出席。
查詢： 馬先生/Edmond
名額：30名
費用：免費(會員)/$20(非會員)(已包括午膳)

### 愛笑十式　編號：A1409052

日期： 02/09/2014(星期二)
時間： 10:30am - 11:30am
地點： 活動中心
導師： 余狄夫(愛笑俱樂部)
內容： 愛笑瑜伽，再配合愛笑十式的伸展姿勢，除開懷大笑外，並且讓你舒展筋骨。
查詢： Edmond
名額：15名
費用：免費(會員)/$20(非會員)
交通：復康巴或自行前往

### 有「老」一家人
### 良好習慣的認識(小組形式)　編號：P1407005-B2

日期： 16/9 - 14/10/2014(逢星期二)
時間： 11:00am - 12:00nn
地點： 活動中心
交通： 復康巴或自行前往
內容： 由專業講者教授正確的飲食習慣和健康睡眠的重要性。
備註： 這活動由「老有所為活動計劃」資助。
查詢： 馬先生
名額：10名
費用：$80(殘疾會員)
堂數：4課

### 有「老」一家人
### 物理治療工作坊

編號：P1407005-C1

日期： 04/10/2014(星期六)
時間： 2:30pm - 4:00pm
地點： 活動中心
交通： 復康巴或自行前往
內容： 由專業物理治療師示範簡單緩痛動作和針對殘疾人士經常受損的肌肉作治療給參加者。
備註： 這活動由「老有所為活動計劃」資助。
查詢： 馬先生

編號：P1407005-C2

11/10/2014(星期六)
名額：20名
費用：$20(殘疾會員)

### 有「老」一家人
### 手部退化性關節炎及手部關節護理(健康講座)

編號：P1407005-A1

日期： 04/09/2014(星期四)
時間： 2:30pm - 3:30pm
地點： 活動中心
內容： 由專業講者介紹常見的長者疾病給參加者。
備註： 這活動由「老有所為活動計劃」資助。
查詢： 馬先生
名額：20名
費用：$25(殘疾會員)
交通：復康巴或自行前往

## 外間機構活動(非協會舉辦)

### 網上商場營運簡報會

編號： P1409009
日期： 13/09/2014 (星期六)
時間： 2:30pm - 4:30pm
交通： 自行前往
內容： 介紹網上購物新趨勢。結合產品分銷、網上行銷及社交購物，讓大眾通過網上平台或親臨購物獲得折扣及回贈。
講解如何透過和這網上平台合作創造商機。
備註： 1. 這講座由「美安生活廊」提供；
2. 這講座只供參與者認識有關網上購物事宜。
報名： 請填妥活動報名表格後，傳真至2338 5112或寄回九龍橫頭磡邨宏基樓地下1-13號 賽馬會活動中心
地點：活動中心活動室
費用：全免
人數：30人

# 伸展瑜伽

伸展瑜伽十分適合瑜伽初學者，它的伸展動作緩和、輕鬆、不會太吃力。學員能在課堂中伸展身體的不同部位，導師亦會因應學員的柔軟度及能力範圍，提供不同的協助，一步一步帶領學員伸展手部、背部、肩膊、腰部及下肢的肌肉。這一連串的動作除了可以增加身體的柔軟度，也有助放鬆已變得僵硬的肌肉。

吳惠珠（珠姐）：我已經參加了兩期由Shirley教的瑜伽班，共12節。最初參加瑜伽班時，也遇到了一些困難，由於自己平日都是使用輪椅出入，對於要到地上進行瑜伽課，也會覺得引來一些不便，但每次慢慢的上落，最後也能習慣。

參加瑜伽班後，我覺得自己身體各部位的伸展程度都比從前進步，特別是手的部份，現在舉手的幅度都比以前高了很多。親身體驗過伸展瑜伽的好處，我都希望大家也能親自來感受一下！

王惠好（阿好）：最初見到傷青舉辦伸展瑜伽班時，我感到非常好奇，一直留意到有些瑜伽運動是要站立進行，那我們傷殘人士是如何進行的？就這樣，我就參加了瑜伽班。

一開始做瑜伽時，因為下肢的肌肉非常僵硬，確實是覺得非常痛楚，但我仍然堅持，漸漸地適應後，發覺自己的柔軟度及肌肉已有所改變，也學會了日常生活的正確姿勢，就連腸胃不好的問題也改善了，細問下才知道瑜伽也能促進消化。

雖然每次上課都要到地上進行，每次也要脫掉腳架，也要有人協助才能起來，但我仍然會堅持繼續，亦希望其他會員朋友都能一起來體驗。

## 天天做瑜伽

圖示

### 【舒緩肩膊肌肉】

1. 坐直，胸口打開，臀部坐實椅子
2. 拿著毛巾的兩邊末端，與肩膊一樣闊
3. 呼氣將毛巾向上推，吸氣放下（如圖示）

注意：伸展過程中，胸口盡量升高並保持打開，眼睛保持水平，臀部坐實椅子
時間：維持約10個呼吸

圖示

### 【伸展側腰肌肉】

<右側腰> 1. 坐直，胸口打開，臀部坐實
2. 左手按住椅旁，右手舉高
3. 吸氣胸口打開，呼氣右手水平拉長

注意：伸展過程中，胸口及眼睛保持向前，肩膊放鬆，右邊臀部坐實椅子

<左側腰> 1. 坐直，胸口打開，臀部坐實
2. 右手按住椅旁，左手舉高
3. 吸氣胸口打開，呼氣左手水平拉長

注意：伸展過程中，胸口及眼睛保持向前，肩膊放鬆，左邊臀部坐實椅子
時間：每邊維持約10個呼吸

圖示

### 【伸展腰部肌肉】

<右邊> 1.坐大半張椅子，雙腳合埋，坐直，保持胸口打開
2.左手推椅背，右手拉椅背
3.先吸氣，再呼氣轉左

注意：伸展過程中，頭部保持向前，胸口保持打開，肩膊放鬆

<左邊> 1.坐大半張椅子，雙腳合埋，坐直，保持胸口打開
2.右手推椅背，左手拉椅背
3.先吸氣，再呼氣轉右

注意：伸展過程中，頭部保持向前，胸口保持打開，肩膊放鬆
時間：每邊維持約10個呼吸

*感謝伸展瑜伽班導師Shirley Tse提供「天天做瑜伽資訊」
*會員須因應情況進行，謹記量力而為。

# 「創出成長路」計劃 - 圓滿結束

由領匯「愛 • 匯聚計劃」資助，為期一年的「創出成長路計劃已隨分享會的謝幕而圓滿結束；這次計劃有5間學校、1間機構，共120多位同學參與；過去一年，我們共同攜手實踐整個計劃，發放正能量及逆境自強的訊息。

分享會於7月6日在將軍澳南豐廣場舉行。當日，我們邀請到協會副主席鍾錦樹先生擔任主禮嘉賓，並即場勉勵在場一眾生命鬥士及同學；緊接領匯「愛 • 匯聚計劃」項目贊助人Mr. Rex Yip亦於台上分享過往一年參與整個計劃的感受；及後，各導師和同學均能夠將他們的經歷分享給社區人士，從而將「正能量」擴散至社區每一角落，讓社區人士也感受到正面的力量，達致生命影響生命的理念，以他們的經歷影響其他人。

在此，學堂再次感謝協會4位生命鬥士在過往一年的投入及付出，包括：Ivy、阿寶、阿娣、阿紅；另外亦有香港紅十字會雅麗珊群主學校10多位的學生一同擔任生命鬥士、以及各學校同學的用心參與；最後，學堂再次感謝領匯「愛 • 匯聚計劃」真誠無私資助這個極具意義的「創出成長路」計劃。

## 傷青動力學堂 活動資料

截止日期：2014年8月25日（星期一）
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）
報名須知：報名活動前，請先細閱P.27 報名須知

**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 |

### 三項挑戰（攀石、緣繩下降及緣繩上升）***

編號：TMAP1409028

日期： 5/9/2014（星期五）
時間： 2:30pm - 5:30pm
地點： 傷青動力學堂（室內活動）
名額： 5
費用： $50（會員及其家屬--每名）/ $70（非會員）
交通： 自行前往
內容： 認識運動攀登安全、學習基本攀爬技術、體驗運動攀登、體驗緣繩下降及體驗緣繩上升的樂趣。
備註：
1. 費用已包括場地、教練、裝備；
2. 運動攀登、緣繩下降及緣繩上升有一定程度的體能要求，參加者須因應情況報名；
3. 請自備水及毛巾；
4. 歡迎從未嘗試運動攀登、緣繩下降及緣繩上升的會員及其家屬一起報名；
5. 建議至少上及下各有一肢或雙手可靈活活動（包括企立會員及使用輪椅會員）。

### 輪椅鬥不停**

編號：TMAP1409029

日期： 3/9/2014（星期三）
時間： 10:00am - 1:30pm
地點： 傷青動力學堂及摩士公園
名額： 10
費用： $20（會員及其家屬--每名）/ $40（非會員）
交通： 自行前往
內容： 透過進行輪椅操作作競賽性的比賽，設冠、亞及季軍 ；歡迎企立會員及使用輪椅會員參與。
備註：
1. 自備手動輪椅（如沒有輪椅的參加者可活動前向大會借用）；
2. 費用已包括獎品；
3. 輪椅競賽活動有一定程度的體能要求，參加者須因應情況報名；
4. 請自備水、毛巾及食物；
5. 大會保留修改比賽內容及以上資料的權利。

## 動感柔力球5** 編號：TMAP1409024

日期： 6/9、27/9、18/10、1/11、8/11、15/11、29/11（星期六）
時間： 4:30pm - 6:00pm
堂數： 7堂
地點： 屯門社區中心
名額： 15（只限傷殘會員）
費用： $140（會員）
（參加者若出席率達75%或以上可獲退還50%學費）
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。

## 傷青輪椅隊--渣打香港馬拉松2015（新隊員招募）***

編號：TMAP1409031

日期： 2014年10月至2015年1月（逢星期五）
時間： 7:30pm - 9:30pm
堂數： 15課
地點： 將軍澳運動場及附近單車徑（主要訓練點）/ 其他運動場及單車徑
名額： 自備合適比賽用輪椅者，將獲優先加入；未有合適比賽用輪椅者，需協調學堂現有輪椅，唯尺寸及數量有限，名額將有所限制。
費用： $200（傷青輪椅隊會費）+
$450（自備輪椅者）/ $550（借用學堂輪椅者）
費用已包括15課訓練及報名2015香港渣打馬拉松3公里輪椅賽
交通： 自行前往
內容： 傷青輪椅隊已連續第四年舉行練習及參加“渣打香港馬拉松2015”的比賽。透過教練的指導，讓有興趣的會員先進行測試及訓練，評估及提昇自己的能力，目的為參與及完成一年一度的輪椅比賽盛事。
備註： 1. 所有經傷青會報名參加比賽者，均需認同及加入傷青輪椅隊；
2. 所有新加入隊員，需出席26/9（五）晚上的簡介會及測試；
3. 凡有興趣參加比賽者，須持有殘疾人士登記證，並且清晰列出「肢體傷殘」類別；
4. 渣打香港馬拉松2015之舉行日期為2015年1月25日（日）、時間為04:00am - 08:00am、地點為灣仔運動場 至 維多利亞公園；
5. 隊員需自備頭盔；
6. 2014年10月至2015年1月之練習日期、內容、要求等，待簡介完成後會再作公佈，介時各會員可再決定是否正式參與及報名。

**《所有現時之隊員不需在此報名》**

## 動感柔力球入門班2** 編號：TMAP1409025

日期： 20/9 - 1//11/2014（逢星期六，18/10除外）
時間： 12:00nn - 1:30pm
堂數： 6堂
地點： 賽馬會活動中心
名額： 10人（只限傷殘會員）
費用： $80（參加者若出席率達85%或以上可獲退還學費$50）
交通： 自行前往
內容： 體驗柔力球運動，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」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. 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。

## 傷青動力學堂--動歷義工隊**

編號：TMAP1409032

日期及時間：2014年9月 至 2015年8月
（於面試後再通知第一次會議時間）
名額： 10人
費用： 全免
交通： 自行前往
內容： 1. 出席定期的義工會議及培訓；
2. 協助策劃及帶領入校活動及其他學堂活動；
3. 代表傷青動力學堂參與各類活動及服務；
4. 至力推廣及實踐學堂宗旨：
- **人人平等**--無論殘疾與健全人士都應該得到相同的發展潛能機會；
- **運動健體**--享受運動樂趣，促進身體健康，實現正向的生活態度；
- **激勵生命**--通過運動及歷奇鍛煉，培養信心和毅力，發放堅毅自強的人生。

備註： 1. 參加者面試
日期：2014年9月15日（星期一）
時間：7:30pm - 9:00pm
地點：傷青動力學堂（九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號）
2. 動歷義工隊之會議、培訓、內容、要求等，待面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。

## 活動名稱：輪椅網球興趣小組**

編號：TMAP1409030

地點： 摩士公園 或 源禾路 網球場（主要）/ 其他網球場
名額： 只限傷殘會員
費用： 按每次練習收費（租用場地）
交通： 自行前往
內容： 1.分享輪椅網球簡單理論；
2.教授正手握拍及開球：
3.教授反手握拍；
4.體驗簡單對打。
備註： 1. 這是體驗小組，由會員協助分享輪椅網球；
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. 上課用網球及球拍，由本學堂借出，或參加者自備；
4. 請自備水及毛巾；
5. 日期、時間、地點等資訊將每次相約。

# 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。開放時間如下：

**星期一至五　上午10:00至下午6:00　　星期六、日及公眾假期　上午10:00至下午6:00**

（於7月12日至8月31日期間，逢星期六、日將有泳屋管理員當值以協助會員）

泳屋管理員當值之時間內，會員可毋須預約使用泳屋。於其他時段，則須填妥活動報名表，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。

## 活動中心活動/動力學堂課程 報名須知

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及整合資料後，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<u>活動舉行前最少6個工作天</u>（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，能提供有效的醫生証明文件可申請豁免）
4. 參與者在報名時所填寫的上落車地點與活動時不同，<u>須於最少6個工作天前</u>提出申請，否則不獲處理；
5. 請各會員於活動當日<u>準時上車，為避免影響其他等候之會員、活動流程，司機將不會再作任何等候</u>。當復康巴士離開後，在一般情況下，司機不會折返接送有關會員參與該項活動，唯有關會員仍須繳交該項活動費用；
6. 在未得協會同意下，如會員自行聯絡司機提出更改車線或是否需要接送而涉及任何罰款的話，有關會員必須自行負責有關罰款；
7. 凡參與班組之會員，若連續兩期出席率未能達標而被沒收按金，活動中心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。

*註　<u>抽籤日期：2014年8月27日（星期三）下午3:30</u>
<u>地點：活動中心/動力學堂（歡迎會員出席監票）</u>

## 各單位開放時間

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

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

## 惡劣天氣安排

| 天氣情況 | Amber 黃 | Red 紅 | Black 黑 | T1 | 3 | 8 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 協會各單位 | ✔ | ✔ | * | ✔ | ✔ | ✗ |
| 赤柱泳屋 | 沒有當值員當值 | | | ✔ | 沒有當值員當值 | |
| 室內活動 | ✔ ** | ✗ | ✗ | ✔ | ✔ ** | ✗ |
| 戶外活動 | ✗ | ✗ | ✗ | ✔ | ✗ | ✗ |
| 水上活動 | ✗ | ✗ | ✗ | ✔ | ✗ | ✗ |
| ERB課程 | ✔ ** | ✗ | ✗ | ✔ | ✗ | ✗ |
| VTC課程 | ✔ ** | ✗ | ✗ | ✔ | ✗ | ✗ |

✔：照常　✗：取消或暫停

備註：

*　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。

****　如三號風球或以上之颱風訊號、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。

**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 5618 (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>PORT PAYE | Permit<br>No.3874 |
|---|---|---|

印刷品


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

**賽馬會活動中心**
地址：九龍橫頭磡邨宏基樓地下1-13號
電話：2337 9311
傳真：2338 0752
電郵：wthcic@hkfhy.org.hk
活動專用賬戶
滙豐銀行：080-2-065078

**「同路人」社區及家居支援服務**
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@hkfhy.org.hk

**就業服務中心**
地址：九龍啟業邨啟裕樓地下8-11號
電話：2759 6412
傳真：2756 0310
電郵：supemp@hkfhy.org.hk

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

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

**傷青動力學堂**
地址：九龍橫頭磡邨宏德樓地下16號
電話：2338 5133
傳真：2338 5122
電郵：mao@hkfhy.org.hk


# 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：_____ 會員證號碼：_____

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）

| 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：_____