

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。

## 主題專訪

# 健障動歷

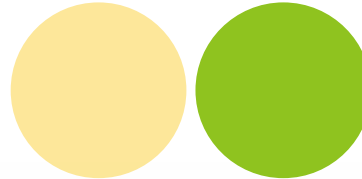
2015



健障行  
2015  
P.10



華戀行  
2015  
P.11



傷青  
口琴組  
P.16



# 健障動歷



主禮嘉賓高永文醫生及張建宗局長、本會主席張偉良先生、健障系列籌委會主席龐愛蘭女士、愛心大使黃金寶先生與各愛心贊助商

# 健障動歷

## 2015



香港輪椅舞蹈成員組合 - P&O (Philip & Olivia) 表演風中奇緣。



張建宗局長親身示範霹靂咁過沼澤

由香港傷殘青年協會主辦的「健障動歷」2015於8月20日至8月24日，一連五日在鑽石山荷里活廣場1樓明星廣場成功舉行。是次啟動禮邀請勞工及福利局局長張建宗先生及食物及衛生局局長高永文醫生擔任主禮嘉賓，主持充滿動感和特色的啟動儀式。

在啟動儀式開始前，本會邀請了2014年仁川亞洲殘疾人運動會香港輪椅舞蹈成員組合 - P&O (Philip & Olivia) 表演風中奇緣，為我們典禮掀開序幕。

兩位主禮嘉賓、本會主席張偉良先生、「健障」系列籌委會主席龐愛蘭女士、愛心大使黃金寶先生及愛心贊助商一同於台前刺穿手上的一串汽球，氣氛熱烈。接著，由張偉良主席陪同勞工及福利局局長張建宗先生和龐愛蘭女士陪同食物及衛生局局長高永文醫生一同前往攀石牆前，進行鳴笛，由香港女子攀登好手，有蜘蛛女之稱的鄭麗莎女士 (Lisa) 與傷青會的殘疾會員林艷紅女士一齊挑戰火焰山，敲響鐘聲，為今次活動正式展開序幕。



會員林艷紅女士及攀登好手鄭麗莎女士完成敲鐘儀式



高永文醫生親身示範獨闖鱷魚潭與分享

啟動儀式完結後，本會邀請兩位主禮嘉賓作出體驗項目示範。在一眾嘉賓用吹氣棒的支持下，由張偉良主席陪同張建宗局長及一位殘疾青年鄭家豪先生坐上輪椅上一同參與「霹靂咁過沼澤」及龐愛蘭女士陪同高永文局長及一位殘疾青年嚴進一先生戴上膝部固定器共同完成「獨闖鱷魚潭」。兩位局長各自挑戰兩項體驗項目，並且順利完成。





主禮嘉賓勞工及福利局局長張建宗先生、食物及衛生局局長高永文醫生、本會主席張偉良先生、健障系列籌委會主席龐愛蘭女士、攀登好手鄭麗莎女士及會員林艷紅女士



智破蜘蛛陣

是次活動中除了融入不同體驗活動外，亦設有不同歷奇運動項目，包括2個流動橫行繩網陣、垂直繩網及高達18呎攀石牆。此次活動更開放予公眾參與，讓參加的健全人士感受殘疾人士進行歷奇運動項目時所面對的重大困難和挑戰。

在公眾開放日中，邀請了名模馬詩慧女士及其兒子王躍穎先生、鮮魚行學校前校長梁紀昌先生分享了親子及教育的心得，獲益良多。另外，更邀請了新晉歌手葉楊先生為我們演唱，跟我們參加者打打氣！

本會感謝是次活動的贊助商，排名不分先後：合誠汽車有限公司、忠誠車行有限公司、香港寶嘉、培力控股有限公司、康年餐廳、駿鋒保險顧問有限公司。是次活動得以成功舉行，實在有賴各位愛心贊助商的支持。本會更要多謝各位參加者，得到你們的參與，活動才可成功舉行。本會致以無限的感激！



名模馬詩慧女士及其兒子王躍穎先生與新晉歌手葉楊先生參與分享



鮮魚行學校前校長梁紀昌先生與本會主席張偉良先生、副主席樊國柱先生、義務司庫黃偉璋女士及健障系列籌委會主席龐愛蘭女士



龐愛蘭女士與張偉良主席



垂直繩網



歷奇體驗比賽大合照

## 二零一六年度理事會選舉結果

根據「組織章程大綱及細則」第48條的規定，2014年度理事會現任10位理事，需有半數即5位於來年卸任，故2016年度理事會選舉的議席共有5個。選任理事卸任而出現的5個空缺，按照「組織章程大綱及細則」第41(A)至41(L)條的規定籌辦選舉填補有關空缺。

香港傷殘青年協會按《組織章程大綱及細則》的規定在2015年7月17日，寄出「二零一六年度理事會選舉通知信」、「二零一六年度理事會選舉須知」、「二零一六年度理事會選舉時間表」及「二零一六年度理事會選舉提名表格」予各位基本會員。而截至2015年9月11日截止提名日期為止，總辦事處一共收到6份提名表格，其中1份屬於無效，原因是該表格上的候選人在提名期間屬於普通會員，未符合《組織章程大綱及細則》第39條訂明「凡介乎18至60歲的基本會員，均有權獲選為選任理事。」的參選資格。而其餘5份提名表格經核實後均完全符合提名表格的填寫要求，是有效的。因此，二零一六年度理事會選舉共有5位合資格的候選人，分別為：**吳家榮醫生、黃偉琮女士、崔玉梅女士、許志強先生、何肇全先生。**

《組織章程大綱及細則》第41(E)訂明：

「若按提名選舉候選人的基本會員人數：(a)少於或不超出因第48條或52(b)條的規定而出現的空缺席位數目，則各位候選人將被當作獲選為選任理事，並於翌年一月一日生效」

**由於2016年度理事會選舉空缺是5位，而在核對候選人資格後，合資格的候選人只得5名，因此無須進行任何選舉工作及活動。5位自動當選的理事為：**

**吳家榮醫生、黃偉琮女士、崔玉梅女士、許志強先生、何肇全先生**

## 傷青會主席張偉良先生 榮獲再生會及恒生銀行頒發 「傑出社會貢獻大獎」

為表揚長期病患者及肢體上有障礙之人士等克服疾病困苦之奮鬥精神，再生會及恒生銀行於2015年9月13日(星期日)下午假香港灣仔會議展覽中心一樓會議廳舉行了一年一度的「恒生-再生會十大再生勇士選舉頒獎禮」，並邀得食物及衛生局長高永文醫生、醫管局主席梁智仁教授、香港中大校長沈祖堯教授、港交所主席周松崗爵士及再生會名譽主席黃至生先生擔任主禮嘉賓。

是次選舉除頒發獎項予本年度的再生勇士外，亦頒發了「傑出社會貢獻大獎」予本會主席張偉良先生，以表揚張主席一直以來對殘疾人士服務發展的努力及貢獻得到社會認同。



# 廣東省殘疾人聯合會代表團到訪傷青會

由廣東省殘疾人聯合會、廣東省肢殘人協會及中山市肢殘人協會組成的17人代表團於2015年8月14日(星期五)下午由理事會副主席鍾錦樹先生、樊國柱先生、義務司庫黃偉琮女士、理事丁向群先生等人陪同下探訪傷青會位於橫頭磡邨的各個服務單位，旨在了解殘疾人士在社區生活上需要的配套政策及措施。是次探訪歷時一小時，代表團成員對於香港殘疾人士起居、就業、參與體育運動及社區活動的情況有更進一步的了解。



香港傷殘青年協會

## 義工服務促進社會共融的成效研究 - 個案招募表格

協會將於未來一年進行一項義工服務促進社會共融成效的研究，有關研究結果將會用作協會推展義務工作之用，對協會未來發展非常重要。研究對象包括過去五年內曾經報名參與本會任何一個服務單位舉辦義工活動的殘疾或健全會員。

希望各位符合上述條件的朋友，能填妥下列表格，並於2015年12月31日前透過以下方式送交本會：

- 1 郵寄至九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號  
香港傷殘青年協會總辦事處行政主任收；
- 2 傳真至2338-5112；
- 3 電郵至 [po@hkfhy.org.hk](mailto:po@hkfhy.org.hk)。

表格送交本會後，我們將有專人聯絡閣下進行個案訪問，有關個案資料將會保密。如就本研究有任何疑問，歡迎致電2338-5111向本會行政主任朱先生查詢。

致行政主任(行政及研究)：

本人有意參與是次深入面談。	
姓名	
年齡	
會員編號	
性別	
輔助工具	<input type="checkbox"/> 輪椅 <input type="checkbox"/> 手杖 <input type="checkbox"/> 助行架 <input type="checkbox"/> 不需要 <input type="checkbox"/> 其他：_____
聯絡電話	
參與義工服務單位	<input type="checkbox"/> 賽馬會活動中心 <input type="checkbox"/> 就業服務中心 <input type="checkbox"/> 傷青動力學堂 <input type="checkbox"/> 總辦事處
參與年期	
感興趣的話題	

簽署：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

# 《利是封慈善義賣》

由紙藝軒負責利是封的設計及印刷作為協會義賣之用，所籌得的善款將用作本會為殘疾人士所提供之服務及營運費用。如有興趣購買利是封的話，可於義賣期間親身到本會總辦事處選購。



## 香港傷殘青年協會《利是封義賣》訂購及捐款表格

### 訂購利是封

數量 (每套利是封義賣價\$10)	小計(港幣\$)	由機構填寫
20套	X \$10	
50套	X \$10	
100套	X \$10	
_____套	X \$10	

\* 購滿30套或以上利是封設郵遞服務，30套以下利是封的善長可於12月31日或以後到香港傷殘青年協會取貨。

### 付款方法

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

**支票** 支票抬頭請填寫「香港傷殘青年協會」。支票號碼：\_\_\_\_\_。請在支票背面註明“慈善利是封義賣”。

**以信用卡**

Visa       Master      信用咭號碼：|\_|\_|\_|\_|-|\_|\_|\_|\_|-|\_|\_|\_|\_|-|\_|\_|\_|\_|

有效日期：|\_|\_|\_|\_| (月/年)

簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

\* 香港傷殘青年協會將運用你的個人資料作發出收據、通訊、籌募本會經費之用途，若有任何疑問，請致電2338 5111與本會職員聯絡。

### 聯絡人資料

中文姓名：\_\_\_\_\_ 英文姓名：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_

\* 如有興趣的話，可於**2016年2月6日(星期六)或以前**填妥以下訂購表格，寄回九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號或傳真至2338-5112與本會**預早**訂購；**或**親臨香港傷殘青年協會購買。如有查詢，請致電2338-5111與鄭小姐或尹小姐聯絡。

## 電動輪椅出讓

牌子：Health Master

型號：110A41

新舊程度：60% 新，100% Work，少用

其他資料：18吋闊車架，

方便使用升降機及巴士；

安全可靠，樂富區交收；

售價：HKD\$3,500

聯絡人：梁美鳳女士

聯絡電話：6979-8780



## 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，每粒售價\$20；
2. 圓直徑7分，每粒售價\$20。

如有需要的會員，請在活動中心開放時間購買。



\* 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。

# 無障礙 廟宇古蹟遊



尖沙咀前水警總部



甘棠第

「古蹟遊」計劃在各義務調查員的協助下，現已完成大部份的實地調查工作。委員會根據調查所得撰寫了各景點的簡介和無障礙資訊，下一階段會進行10次「文化遊」活動，參與的會員會到調查過的景點遊覽參觀，體驗各古蹟和廟宇，並會檢查景點簡介是否合符殘疾人士所需。活動由政策倡導計劃負責進行，並會提供復康巴士接送，**活動費用全免**，有興趣的會員可填妥下列表格交回總辦事處。



車公廟

## 「文化遊」活動參加表格

姓名：	性別：	會員編號：	年齡：
<input type="checkbox"/> 殘疾會員： <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"/> 手杖 <input type="checkbox"/> 腳架 <input type="checkbox"/> 不需要助行器			<input type="checkbox"/> 健全會員
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)：	
電郵地址：			
在有興趣參與的日期加✓	時間一般為下午2時至下午5時	地區	地點
	11月2日(星期一)	西區	香港大學
	11月6日(星期五)	中區	茶具文物館
	11月9日(星期一)	西區	西港城
	11月12日(星期四)	中環	甘棠第
	11月13日(星期五)	九龍城	九龍寨城公園
	11月16日(星期一)	尖沙咀	尖沙咀前水警總部、尖沙咀鐘樓
	11月20日(星期五)	天水圍	聚星樓、愈喬二公祠、鄧氏宗祠
	11月24日(星期二)	黃大仙	黃大仙廟
	11月26日(星期四)	荃灣	舊三棟屋村
	11月30日(星期一)	沙田	車公廟
申請者簽署：_____ 日期：_____			
<b>註：由於復康巴士座位和輪椅位有限，有需要時會進行抽籤決定參加名單。</b> 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。			

## 無障礙旅遊研討會 後記

第一屆「兩岸三地無障礙旅遊研討會」在台北台大醫院國際會議中心舉行，大會出席人數近200人。



台北、香港、馬來西亞、上海、北京的復康團體對當地無障礙設施的體驗、監督、推動工作，以及到目前取得的成果和未來工作方向進行了為期3天的交流。

是次以無障礙旅遊為議題的研討會，我代表香港傷殘青年協會，向大會分享有關香港目前無障礙工作的狀況，例如在行人天橋上加設垂直升降機的「人人暢道通行計劃」，優化政府3500個處所的無障礙設施等，向大會指出改善無障礙環境，設施及交通

是我們香港政府一貫的政策和目標。我也介紹傷青會近期無障礙旅遊的工作。



我相信日後我們將會與國內復康機構多機會連繫和接觸，因此我送出我們苦心經營的無障礙報告書給予我們友好機構北京殘聯朋友，作為我們日後兩地交流的橋樑。

今次我台北之行，我發現台北的無障礙環境，設施和交通比以前改善了不少，有些地方如行人路，比香港更順暢，這都是他們復康團體和殘疾人士對無障礙工作的參與性比以前積極，而政府對於改善無障礙環境的態度是正面和認同的。

康復政策委員會主席  
陳錦元先生

# 《最佳執行指引》簡介

根據整筆撥款獨立檢討委員會的建議，福利界應為非政府機構就人力資源管理、財務管理、機構管治及問責的範疇制訂《最佳執行指引》(Best Practice Manual, 簡稱 BPM)。為此，社會福利署進行顧問研究，並自2010年起透過多次探訪、會議及諮詢會，與業界共同制訂《最佳執行指引》。《最佳執行指引》最終在2014年4月獲整筆撥款督導委員會通過，並於2014年7月1日起生效。制訂並推行《最佳執行指引》的目的，是鼓勵接受整筆撥款津助的非政府機構，透過改善財務管理、人力資源管理及機構管治及問責三個範疇以提升其管治水平。《最佳執行指引》包括兩組不同層次的指引。第一組是非政府機構除非有充分理由，否則理應遵守的指引，第二組是鼓勵非政府機構採用的指引。

範疇	項目	組別	
財務管理	整筆撥款儲備的管理		
	1	善用儲備	第一組
	2	最合適的儲備水平	第二組
	3	儲備狀況	第一組
	使用非定影員工的公積金儲備		
	4	使用儲備	第一組
5	儲備狀況	第一組	
人力資源管理	員工薪酬政策及管理		
	6	薪酬調整	第一組
機構管治及問責	管理策略		
	7	溝通	第二組
	8	董事會任期	第二組
	9	董事會職能	第二組
	在整筆撥款津助制度下，董事會的職責以及機構在社署津助服務的重要管理事項的決策		
	10	界定董事會的職能及責任	第二組
	11	社署津助服務的重要管理事項的決策	第二組
	12	社署津助服務的重要管理事項的決策結果	第二組
	機構在處理投訴上的角色及責		
	13	不同層級的投訴處理所涉及的人員、職能及責任	第一組
14	機構處理投訴的政策及程序	第一組	

欲知《最佳執行指引》內容及推行概況，請參閱社會福利署網頁 [http://www.swd.gov.hk/tc/index/site\\_ngo/page\\_BPM/](http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_ngo/page_BPM/)。

## 香港傷殘青年協會 整筆撥款儲備及公積金儲備資訊

- 1 協會2014-15年度的整筆撥款儲備為港幣\$116,995.35。
- 2 協會2014-15年度的定影員工公積金儲備為港幣\$37,860.00。
- 3 協會2014-15年度的非定影員工公積金儲備為港幣\$363,484.27。
- 4 協會理事會一致認為在管理及運用整筆撥款儲備上必須依據社署所訂定的用途，以公平、合理、妥善及有效的原則運用整筆撥款儲備。理事會亦認為在2015-16年度，所有整筆撥款儲備必須使用在津助服務單位內，包括但並不限於員工的薪酬以建立優質的工作團隊、改善現有的服務、新服務的開展的支出等。
- 5 理事會一致認為在管理及運用公積金儲備上必須將有關儲備使用在津助服務單位的員工上。理事會亦認為在2015-16年度無需要考慮調整公積金供款比率或發放一次性的額外供款予員工。
- 6 由於協會在2015-16年度已決定不改變現有強積金供款金額，全部同工維持強積金供款百分之五，故決定在2016-17年度才作出提升強積金供款的安排。
- 7 整筆撥款津助同工將會在社會福利署發放了薪酬調整的額外資源予協會後的一個月，在員工薪酬的糧單中得知社會福利署在該年度因薪酬調整向本會發放額外資源的金額及本會在該年度作出的薪酬調整安排。



另外，就『最佳執行指引』讓員工知悉的文件及資料，包括但並不限於以下8份文件：

- 1 『管理及監察整筆撥款儲備』的政策及程序文件
- 2 『管理及監察公積金儲備』的政策及程序文件
- 3 『規劃、評估及釐定整筆撥款儲備水平的機制』的政策及程序文件
- 4 『津助服務單位員工薪酬調整』的政策及程序文件
- 5 『服務質素標準 15』處理投訴的政策及程序文件 – 修訂版本（同時更新在員工手冊內）
- 6 『收集員工及服務使用者意見的常設溝通渠道』的政策及程序文件
- 7 『機構管治』的政策及程序
- 8 『津助服務重要事項決策的員工及服務使用者諮詢及公佈』的政策及程序文件

以上的文件及資料將會以一個名為『最佳執行指引』的文件套裝的形式存放於各個津助服務單位內，所有津助服務單位的員工均需要閱覽有關文件及簽署作實。而服務使用者及公眾人士亦可以向津助服務單位申請索閱『最佳執行指引』的文件夾。

協會將亦會透過『傷青快訊』及協會網頁讓員工及公眾知悉以下的文件及資料：

- 1 過去一年運用整筆撥款儲蓄的資訊及未來如何運用整筆撥款儲備的計劃
- 2 過去一年運用公積金儲備的資訊及未來如何運用公積金儲備的計劃



## 傷青駕駛會

### 與警方會面討論違泊事宜

駕駛會在過去一段時間收集了不少違泊佔用路邊殘疾人士泊車位的報告，總數接近200個個案，駕駛會已把有關紀錄交給警方和運輸署要求跟進。為了進一步向執法當局反映違泊問題的嚴重性，駕駛會於8月18日與警察交通部的代表進行了會面，當面要求警方加強執法和了解警方處理違泊個案的程序和方法。會後警方向駕駛會表示會指示各個警區加強留意違泊情況並加強執法。



### 駕駛會活動

早前駕駛會在快訊中曾提到正構思於12月到昂坪和大澳進行自駕遊活動。然而車輛進入大嶼山須向運輸署申請有關牌照，需時較長亦不一定會獲批，故難以在快訊刊出詳情。若有興趣參與本次計劃中的自駕遊和其他活動的會員可致電總辦事處**政策倡導主任梁先生**留下資料（電話 2338-5111）。

註：早前已致電留下資料的會員無須再次登記

駕駛會查詢和舉報違泊 Whatsapp 專線 ----5425-7865

### 本會理事接受傳媒專訪，探討殘疾泊位違法佔用問題

本港現有370個供殘疾駕駛者使用的殘疾人士專用泊車位，當中不少泊位長時間遭其他駕駛者霸佔，使殘疾人士無法使用；有關情況近日得到傳媒報導。理事會副主席樊國柱先生及成員崔玉梅女士日前均接受Now新聞台專訪，探討有關問題。崔女士在記者陪同下，親自駕車到灣仔區各專用泊位觀察違泊情況，發現至少有兩成泊位被沒有殘疾人士泊車許可證的駕駛者停泊。樊國柱先生於接受訪問時，亦建議當局可仿效伊利沙伯醫院的安排，將殘疾人士泊車位髹成藍色，方便辨識。

以下為報導的連結

<http://news.now.com/home/local/player?newsId=147303>

### 正確使用殘疾人士泊車位和泊車證

駕駛會在收集違泊個案的過程之中亦收到了有殘疾駕駛者濫用車位和轉讓泊車證的報告。駕駛會現在重申，路邊殘疾車位並非私人車位，每一次最多只可連續使用24個小時。長期佔用同一個路邊殘疾車位不但違法，更會影響到其他殘疾駕駛者使用車位。另一方面，不論是殘疾泊車證或接載證均只可用於證上列明的車輛，不可轉給其他車輛使用。殘疾車位的數量本來已不足，濫用的行為不但影響到其他的殘疾駕駛者，更會招致市民的不滿，不利於廣大的殘疾駕駛者。



# 『健障行』 慈善步行樂 2015·11·15

協會一年一度的大型步行籌款活動 - 「『健障行』- 慈善步行樂 2015」將於本年十一月舉行。本活動旨在為傷青會籌募善款以幫助殘疾人士發展普及運動和藝術活動。以下為「『健障行』- 慈善步行樂 2015」的資料：



名稱：『健障行』- 慈善步行樂 2015

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：慈善步行募捐及體驗活動

日期：2015年11月15日(星期日)

時間：上午10:30 至 下午3:00

路線：由沙田白石角海濱長廊 海洋劇場 步行至大埔海濱公園 露天劇場(全程5.5公里)

嘉賓：高永文局長

對象：會員、家屬、親子、好友及全港市民

\* 該活動旨在鼓勵更多會員積極參與社區及戶外活動，所以會員可**免費**參加。如參加的話，可獲精美紀念品一份，本會亦歡迎會員自行籌款參加個人籌款獎項。

## 香港傷殘青年協會『健障行』- 慈善步行樂 2015 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 2015 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

(如有需要，請自行覆印)

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2015年11月7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：080-2-065078)

RESPECT  
for all life

# 『華懋行 2015』— 綠色共融 (由華懋集團舉辦)

- |             |                             |             |  |
|-------------|-----------------------------|-------------|--|
| <b>地點</b>   | 大埔大尾督船灣淡水湖                  | <b>人數</b>   | 30位(費用全免)                                    |
| <b>日期</b>   | 2015年11月8日(星期日)             | <b>交通</b>   | 復康巴接送或自行到達                                   |
| <b>目的</b>   | 邀請大眾參與綠色步行活動，讓不同能力的人士分享綠色香港 | <b>報名</b>   | 填妥下列表格，郵寄至九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號總辦事處或傳真至2338-5112 |
| <b>活動</b>   | 郊野漫步、生態導賞、環保遊戲              | <b>截止日期</b> | 2015年10月31日                                  |
| <b>活動時間</b> | 上午8時半至下午1時半                 | <b>查詢</b>   | 尹小姐 / 鄭小姐 (2338-5111)                        |
| <b>對象</b>   | 會員、家屬、陪同者                   |             |  |

## 『華懋行 2015』參加表格

姓名：\_\_\_\_\_ (中文) \_\_\_\_\_ (English)

會員證編號：\_\_\_\_\_ 殘疾 健全

輔助工具：輪椅 非輪椅 不需要輔助工具

會否有陪同者？會，人數：\_\_\_\_\_ 否 \_\_\_\_\_

性別：男 / 女 出生日期：\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_(日/月/年)

身份證號碼：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

上車地點：\_\_\_\_\_

電郵：\_\_\_\_\_

監護人簽署：\_\_\_\_\_ (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：\_\_\_\_\_

# Attitudes Fun Day 2015

## My Olympics

### 『香港賽嘉繽紛日』2015— (由香港賽嘉舉辦)

\*地點 元朗錦田鄉村俱樂部

\*日期 2015年11月14日(星期六)

\*活動時間 上午11時至下午5時(待定)

對象 會員、家屬、陪同者

人數 待定(費用全免)

交通 復康巴接送或自行到達

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

截止日期 2015年10月31日

查詢 尹小姐 / 鄭小姐 (2338-5111)



\* 因主辦單位更改日期及地點，  
時間將稍作更改。

## 『香港賽嘉繽紛日』2015 參加表格

姓名：\_\_\_\_\_ (中文) \_\_\_\_\_ (English)

會員證編號：\_\_\_\_\_ 殘疾 健全

輔助工具：輪椅 非輪椅 不需要輔助工具

會否有陪同者？會，人數：\_\_\_\_\_ 否 \_\_\_\_\_

性別：男 / 女 出生日期：\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_(日/月/年)

身份證號碼：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

電郵：\_\_\_\_\_

監護人簽署：\_\_\_\_\_ (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：\_\_\_\_\_

# 培力控股有限公司

培力控股有限公司是一家以香港為基地的領先中醫藥公司，以旗下「農本方®」品牌從事濃縮中藥配方顆粒產品的研發、生產、市場推廣及銷售。另一方面，培力一直致力推動回饋社會，幫助不同有需要人士，更捐贈不同藥品予本會進行慈善義賣，所籌得的善款將用作本會為殘疾人士所提供之服務及營運費用。

以下列出不同種類的藥品：

物品	優惠價	概述	訂購數量
 <p>金靈芝®</p>	<p><b>\$660</b> (市場價 \$ 820)</p>	<p>靈芝有助增強人體抵抗力、強化器官機能、促進細胞更新、改善血液健康、優化睡眠質素、提升精神活力、延緩老化過程、並能因應個別體質，減低患病機會，由內養外，全面締造健康體魄。</p>	
 <p>嵐國® 蟲草菌絲體</p>	<p><b>\$215</b> (市場價 \$ 268)</p>	<p>蟲草菌絲體的蟲草多醣被證實能有效增強人體免疫功能，特別適合病後體虛者，而其中的成份—微量元素，更能加速新陳代謝，是病後體虛者不可缺少的營養補充品。</p>	
 <p>農本方® 感冒沖劑</p>	<p><b>\$30</b> (市場價 \$ 38)</p>	<p>能迅速舒緩感冒不適，—如頭痛發熱、鼻塞、流濁鼻涕、痰黃、喉嚨腫痛、口渴及骨骼肌肉酸痛等徵狀，對感冒徵狀均有預防及治療效果。</p>	
 <p>農本方® 止咳沖劑</p>	<p><b>\$30</b> (市場價 \$ 38)</p>	<p>適用於舒緩咳嗽。能迅速改善咳嗽痰多、痰粘難咯、咯痰不順暢及喉痛聲沙等徵狀。</p>	
 <p>農本方® 失眠沖劑</p>	<p><b>\$30</b> (市場價 \$ 38)</p>	<p>適用於失眠、睡眠不安、多夢易醒等情況；能有效改善因精神緊張、工作壓力、過度疲勞及焦慮等而引起的失眠，服後可舒適酣睡，令日間工作頭腦清醒，精神煥發。</p>	
 <p>農本方® 複方羅漢果 止咳沖劑</p>	<p><b>\$30</b> (市場價 \$ 38)</p>	<p>具有清熱潤肺功效，有助滋潤喉嚨、化痰止咳，適用於喉嚨乾涸、喉痛聲沙及痰多熱氣等徵狀。</p>	

**提取方法：**前往總辦事處提取（九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號） **送貨方法：**如購買滿一千元產品，即可**免費**送貨

**付款方法：**

<input type="checkbox"/> 直接存入戶口	請直接存入「香港傷殘青年協會」之匯豐銀行戶口（賬戶：080-2-065078）。
<input type="checkbox"/> 支票	支票抬頭請填寫「香港傷殘青年協會」。支票號碼：_____。 請在支票背面註明“「培力藥品慈善義賣」”。
<input type="checkbox"/> 以信用卡	<input type="checkbox"/> Visa <input type="checkbox"/> Master   信用咭號碼： _ _ _ _ - _ _ _ _ - _ _ _ _ - _ _ _ _  有效日期： _ _ _ _  (月/年)
簽署：_____	日期：_____
* 香港傷殘青年協會將運用你的個人資料作發出收據、通訊、籌募本會經費之用途，若有任何疑問，請致電2338 5111與本會職員聯絡。	

**溫馨提示：**如直接存入戶口請保留收據以便提取貨品

**聯絡人資料：**

中文姓名：	英文姓名：
電話：	電郵：

\* 因數量有限，可於**2015年11月14日(星期六)或以前**填妥以下訂購表格，寄回九龍橫頭磡邨宏基樓地下16-21號或傳真至2338-5112與本會**預早**訂購；**或**親臨香港傷殘青年協會購買。如有查詢，請致電2338-5111與鄭小姐或尹小姐聯絡。

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)

網頁圖像及動畫製作技巧基礎證書 (兼讀制)

課程編號: FY014HG-1

課程內容: • 網頁編寫的相關條例

- 網頁製作基礎
- 基本圖像處理概念
- Adobe Photoshop 軟件的操作及運用
- 基本動畫製作概念
- Flash 軟件的操作及運用
- 圖像及動畫網頁製作

基本入讀資格: 年齡在 15 歲或以上, 及學歷在副學位或以下的香港合資格僱員;

報讀就業掛鈎課程申請人必須是失業、待業或失學人士。

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



3. 獲得僱員再培訓局批核

上課日期: 2015 年 11 月 23 日 至 2016 年 1 月 11 日

(逢星期一、三、五, 共 19 堂, 57 小時)

2015 年 11 月份: 23、25、27、30

2015 年 12 月份: 2、4、7、9、11、14、16、18、21、23、30

2016 年 1 月份: 4、6、8、11

上課時間: 09:45am - 01:00pm

(每堂 3 小時 15 分鐘, 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; 及
2. 課堂評核、個人及小組習作合格; 及
3. 期末筆試及實務試合格
4. 如達到以上全部要求, 學員可獲得僱員再培訓局簽發的「畢業證書」乙份。

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

費用: 全免

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: 2015 年 10 月 16 日 (星期五)

查詢及報名: 3112 0351 (胡先生)



凡報讀 ERB「僱員再培訓局」課程,  
請直接致電 3112 0351 與胡先生登記

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: FY011EG-4

課程內容: 語音訓練

- 1) 聲母
- 2) 韻母
- 3) 聲調
- 4) 變調、輕聲
- 5) 兒化、多音
- 6) 拼音練習
- 7) 粵普詞彙對照
- 8) 粵普語法比較

會話練習

- 9) 稱呼與問好
- 10) 數量和時間
- 11) 季節與天氣
- 12) 交通工具
- 13) 香港地名
- 14) 辦公室用語
- 15) 零售業用語
- 16) 服務業用語
- 17) 旅遊業用語
- 18) 應徵及面試
- 19) 課程評核

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. 中三學歷程度; 或
2. 小六學歷程度以及具兩年或以上工作經驗
3. 獲得僱員再培訓局批核

上課日期: 2015 年 11 月 27 日至 2016 年 1 月 29 日 (逢星期一、三、五)

2015 年 11 月份: 27、30

2015 年 12 月份: 2、4、7、9、11、14、16、18、21、23

2016 年 1 月份: 4、6、8、11、13、15、18、20、22、25、27、29

上課時間: 7:00pm - 9:45pm

(每堂 2 小時 45 分鐘, 當中 15 分鐘為小休, 不計算在教授時間)

- 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 (包括筆試及口試) 考獲及格分數。
4. 如達到以上全部要求, 學員可獲得僱員再培訓局簽發的「畢業證書」乙份。

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

費用: 全免

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: 2015 年 11 月 6 日 (星期五)

查詢及報名: 請直接致電: 2137 0520- 助理課程發展主任。  
**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 2137 0520 與黃姑娘登記

實習社工



譚嘉茵

大家好! 我是新來的城大實習社工譚嘉茵, 大家可以叫我 Polly, 我的實習期由現在至來年二月。我很開心可以來到傷青會及認識一班新朋友, 希望日後有機會在中心與大家見面, 彼此有更多的交流分享。我未來主要就在就業服務中心幫手, 或會舉辦小組活動, 盼能與你們一同有愉快正向的經歷。請大家多多指教!

## 殘疾及工傷康復人士課程僱員再培訓課程 (就業掛鈎)

### 電話推銷及問卷調查基礎證書

課程編號：FY003DR-5

- 課程內容：
1. 個人素養及求職技巧
  2. 有關行業的市場需求情況、工作文化及職位要求等
  3. 電話調查的基本認識
  4. 問卷結構及問題類型
  5. 電話推銷的基本認識
  6. 致電前的準備工作和步驟及心理素質的預備
  7. 基本電話推銷及邀請訪問的應對技巧
  8. 如何處理及克服反對意見的技巧
  9. 成功要訣及應付壓力的技巧
  10. 課程評核試及實習



基本入讀資格：1. 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；

2. 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. 具中三程度或小六學歷程度及具2年或以工作經驗，或
  2. 如未達小六程度，則按申請人之面試表現而決定取錄與否，及
  3. 有就業意欲，說話清晰，有興趣從事電話調查或電話推銷工作，及
  4. 須通過面試

上課日期：2016年2月22日至3月18日(每週三天，逢星期一、三及五)

個人素養及理論課程 (逢星期一、三) 2月：22,24,29 3月：2,7,9,14,16	上課時間 9:30am - 5:30pm
理論課及期末考核 3月18日(星期五)	
實習(逢星期五) 2月：26 3月：4, 11	上課時間 9:30am - 5:30pm 9:30am - 6:30pm

- 畢業要求：
1. 學員出席率達80%及課程評估考獲整體合格，及期末筆試及實務試分別考獲合格分數，可獲畢業證書乙張。
  2. 學員出席率達80%，於課程完結後，將獲為期6個月的就業跟進服務

地點：理論：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)

實習：待定

費用：全免

津貼：每1節津貼按僱員再培訓局所擬訂發放，上午及下午共2節，僱員再培訓局的津貼發放安排如下：

30歲或以上及學歷具中三程度或以下	每節\$76.90
30歲以下	每節為 \$35.00
30歲或以上，學歷具中四至副學位程度以下	

名額：10

交通：沒有復康巴安排，需自行前往上課地點及實習地點

截止日期：2016年1月9日(星期六)

查詢/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 27596408 與岑姑娘登記

## 《熱烈表揚·持續進修》

2014至2015年度僱員再培訓局「簿記基礎證書LCCI Level 1 Book-keeping 備試課程(兼讀制)」共有兩名學員於2015年3月份的Level 1 Book-keeping (Legacy) 公開考試中，取得合格成績，分別是廖明及黎美鳳，而黎美鳳更取得優秀成績(Pass with Distinction)，在此恭賀兩位學員考試成功！兩位學員表示會繼續努力自我增值，從而提升個人技能及競爭力。



2015至2016年度的簿記課程亦即將接受報名，詳情請參閱「就業服務中心·課程資料」，或致電27596311向劉姑娘查詢，名額有限，報名從速！

## 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(LCCI Level 1 Book-keeping 備試課程)(兼讀制)

課程編號：FY018ES-2

- 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
  - 複式簿記記錄交易
  - 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

- ◆ 課程不包括公開考試費用
- ◆ 本中心可為學員提交公開考試報名表格
- ◆ 達畢業要求及於公開考試獲取合格人士可獲本會津貼

基本入讀資格：1. 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；  
2. 報讀就業掛鈎課程申請人必須是失業、待業或失學人士

- 入讀條件：
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

日期及時間：2016年2月1日至2016年4月18日

(逢星期一、三、五，共28堂，共72小時)

2月份：1、3、5、15、17、19、22、24、26、29

3月份：2、4、7、9、11、14、16、18、21、23、30

4月份：1、6、8、11、13、15、18

2月1日至4月8日(7:00pm - 9:45pm)及

4月11日至4月18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. 必須分別於課程評估及期末考試均獲整體合格分數。

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

截止日期：2016年1月11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 27596311 與劉姑娘登記

# 「香港傷殘青年協會口琴組」

## 榮獲

# 「藝無疆：新晉展能藝術家大匯演 2015」 「最傑出藝術表現獎」

恭賀「香港傷殘青年協會口琴組」於今年8月15日假葵青劇院，獲得由香港展能藝術會所舉辦的「藝無疆：新晉展能藝術家大匯演2015」（下稱藝無疆）中，譽為最高殊榮之「最傑出藝術表現獎」！



「藝無疆」是香港展能藝術會一項讓殘疾人士發展才華的活動，每年交替舉辦視覺藝術和表演藝術比賽，以發掘潛質優厚的新晉展能藝術家，並鼓勵殘疾人士可以藉著藝術活動追求更豐盛的人生，同時亦讓公眾人士有機會欣賞展能藝術家的精彩演出及作品。今年已是第七屆的「藝無疆」活動，過往發掘了不少藝術新星，並讓殘疾人士藝術家在各自的藝術領域茁壯成長。（資料來源：香港展能藝術會）



自今年4月至8月比賽期間，口琴組面對並跨越了一個又一個的挑戰，如面試日的考核、倉猝的練習時間和隊伍演出的默契等，而工作人員認為當中的最大挑戰是他們這次的演出並非只是單純的口琴演奏，而是包含著不同的音樂元素及舞台元素，包括色士風、敲擊樂、輪椅舞及帶著默契的舞台走位互動，不過，這亦是口琴組在整個表演中其中一項最能感動評審和觀眾的地方。

藉著這次機會，希望可以向大家介紹一下我們傷青口琴組。傷青口琴組是由2008年開始成立的一個恆常興趣班組，成員主要由肢體殘疾人士組成，他們逢星期三會來到中心上課，由最初跟隨導師學習複音和藍調口琴外，最近亦開始向難度挑戰，學習吹奏半音階口琴和合奏歌曲，歡迎有興趣的會員報名參加。

### 李志鸞

雖然藝無疆已經結束了近2個月，但到現在我還是充滿飄然、興奮和感恩的感覺。多謝三位口琴班導師、傷青職員及一班同學的努力及付出。當最後大會司儀宣讀口琴組獲得終極大獎時，我很開心和激動。因為練習和排練的過程都沒有白費，希望將來口琴班能發光發熱，招收更多有興趣的新組員加入。

### 葉福成

這次「藝無疆」獲獎，腦海不時想起當日台上表演光景，特別珍惜一班同學可以與導師們同台演出，更難忘是在表演過程中有超過一千多位「付鈔觀眾」投入地為我隊隨著音樂打拍子。



## 一切由健康開始

都市人生活緊張，身體容易出現各種小毛病，傷青會一直關注會員的健康，於8月2日(星期日)在中心舉行了集中醫保健、按摩推拿、心理諮詢和健康講座的「一切由健康開始」活動。在此感謝中醫師岑康遠博士、物理治療師黃明慧姑娘、蒲公英學會一眾義工、樂善堂和理工大學精神健康護士學系護士的參與和支持，讓活動得以順利舉行。



### 健康資訊

#### 1. 仁德之光中醫診所【柴灣/新蒲崗】 (中醫醫療慈善援助計劃)

提供中醫醫療服務的註冊慈善機構，設有「**中醫醫療慈善援助計劃**」，為有經濟困難及低收入家庭(須經註冊社工轉介)提供中醫診療服務，合資格人士可獲豁免部醫療費用，詳情可瀏覽該診所網頁 [www.raphael.org.hk](http://www.raphael.org.hk)，或致電 2556 2336 查詢。

#### 2. 蒲公英學會(保健養生資訊)

由一群義務工作者組成的蒲公英學會，致力把健康資訊與大眾分享。該會網頁上載了多項關於**中醫、保健、養生、食療等健康資訊**，有興趣的朋友可瀏覽該會網頁 [www.dandelion-hk.net](http://www.dandelion-hk.net)

## 粵曲會知音

一眾粵曲班學員於8月9日(星期日)齊集東頭社區中心，為區內居民獻唱包括西樓訂盟、夢會驪宮、金石緣等多首經典粵曲。活動當日坐無虛席，弦歌繞樑，讓在場超過300名觀眾聽得如痴如醉。在此感謝活動統籌暨粵曲班導師招碧兒老師、舞台設計冼定昌先生及舞台監督莫灝璋先生，讓一眾粵曲班學員有機會一踏台板，向觀眾展示他們精湛的歌藝，同時亦讓社區人士得以欣賞粵曲班學員努力的成果，共同渡過一個愉快的週末。



### 新一期粵曲班招生

活動名稱：粵曲基礎班 2016  
編號：C1601039-1

日期：08/01-18/03/2016(逢星期五)  
(12/02/2016除外)

時間：2:30pm-4:30pm

導師：招碧兒老師

地點：活動中心

\* 活動詳情及報名方法請閱P.19-23

\*\* 不論曾否參與中心粵曲班的同學，如有興趣參與本課程，均需經過報名、抽籤及面試的程序。

活動名稱：粵曲進階班 2016  
編號：C1601040-1

日期：08/01-18/03/2016(逢星期五)  
(12/02/2016除外)

時間：7:00pm-9:00pm

導師：招碧兒老師

地點：活動中心

## 新實習社工介紹



陳文傑(Henry)

Hello, 你地好啊!我係來自城市大學既實習社工陳文傑,大家可以叫我Henry或者阿傑都得。在黎緊既半年時間入面,我會多參加傷青會既活動,希望可以從中認識大家多點呢!我平日就鍾意聽下歌、看書等等。日後,我都會在中心舉辦一些小組同活動,到時要記得支持我啊!



鄺偉安(阿安)

大家好,我是實習社工鄺偉安,大家可以叫我阿安!於未來半年我將會在傷青會實習,希望黎緊可以係中心不同的活動認識到大家。我平日鍾意行山睇書,在未來的日子盼望有機會和大家分享同交流。

## 殘疾青年計劃

# 夏日宿一燒

在剛過去的暑假，中心分別在7月尾和8月尾在保良局北潭涌渡假營舉辦了2次「夏日宿一燒」宿營活動，2次活動各有十多位殘疾青年一同歡渡難忘的兩日一夜。活動當然少不了一些富挑戰性的團體遊戲，參加者在遊戲當中互相合作，共同克服不同的挑戰。團體遊戲除了讓參加者發揮潛能外，亦能讓參加者從解決困難中，學習面對挑戰，增強自信心，從而應付未來的困難及挑戰。

渡假營的設施有很多，讓一眾參加者在兩日一夜的宿營中參與到包括射箭、跳彈床、羽毛球、燒烤等不同活動，參加者得到的除了歡笑聲外，更重要是可以從中認識並找到志同道合的新朋友，擴闊社交圈子。

中心未來將會繼續舉辦各種類型的青年活動，希望各位年青人能透過中心活動獲得不同的體驗，豐盛人生。在未來日子，歡迎各位繼續踴躍參與中心活動。

## 參與「殘疾青年計劃」活動

### 活動名稱：來自星星的男女

編號：P1505007-5  
日期：11/11/2015-9/12/2015 (逢星期三)  
時間：7:00pm - 9:00pm  
地點：賽馬會活動中心  
內容：小組透過團體遊戲和工具，讓組員認識自己及與異性相處的方式。  
對象：30歲或以下殘疾青年

\*活動詳情及報名方法請閱P.19-23

\*\*中心另有SUN潮派活動供殘疾青年參與，詳情請閱P.19-23

### 活動名稱：你是最好的！

編號：P1505007-6  
日期：16/12/2015-13/01/2016 (逢星期三)  
時間：7:00pm - 9:00pm  
地點：賽馬會活動中心  
內容：透過不同的小組活動，讓你更懂得正面去欣賞自己之餘，更可以让你了解自己及發揮你的所長。  
對象：35歲或以下殘疾青年



認識新朋友，又點少得了互相訪問的環節呢？！

烏鴉……烏龜……  
烏……龍……  
哈哈哈哈哈~~~~



到底大家點解咁安靜喺度排晒隊呢？  
哦~原來玩緊有口說不得~!!



夏日宿一燒之重點：當然係BBQ啦，YEAH~!!



大家好認真咁啱……



兩位，請問你哋手上嘅係咩來架？食唔食得架？

A&B：雞蛋，而家都仲食得嘅，一陣間就……

結果……A的雞蛋生還，B的雞蛋就…… =\_="



感謝你們認真的討論和建造，讓我能立於橋上而不倒，叻仔叻女，繼續努力呀~!!

下次我們要建造些更厲害的，加油~!!

人肉起爐機，起動，強呀~!!



BBQ + 唱歌 + 講心事 = 夏日宿一燒



大家還記得朋友們的代表拳法嗎？



徒手開西瓜，吃得一點不剩，再將西瓜拼回一起，大家有否覺得……自己其實相當厲害呢？



完成兩日活動，食飽飯，係時候回程!!

截止日期：2015年10月24日(星期六)

抽籤日期：2015年10月29日(星期四)  
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

報名須知：報名活動前，請先細閱封底內頁的報名須知

## 中心活動篇

### 西式煮意 Fun 編號：A1512064

日期：30/12/2015(星期三) 地點：活動中心  
時間：2:30pm - 4:30pm 名額：8名  
費用：會員：\$35(自行前往)/\$45(復康巴)  
非會員：\$55(自行前往)/\$65(復康巴)  
交通：復康巴或自行前往  
內容：你喜歡吃西餐嗎？想跟其他人一起試煮墨西哥風情的菜式嗎？不如一同烹調辣牛肉墨西哥薄餅配番茄莎莎醬，既可享受烹調樂，又可享受自製菜式。  
查詢：張姑娘

### 聖誕好煮意之炮製棒棒蛋糕 編號：A1512068

日期：21/12/2015(星期一) 地點：活動中心  
時間：10:30am - 12:30pm 名額：10名  
費用：會員：\$25(自行前往)/\$35(復康巴)  
非會員：\$45(自行前往)/\$55(復康巴)  
交通：復康巴或自行前往  
內容：聖誕將至，一同為棒棒蛋糕加添豐富裝飾，加上漂亮的包裝，成為可愛小禮物，為身邊人送上暖意，歡度佳節。  
備註：請自備膠盒一個。  
查詢：張姑娘

### 聖誕好煮意之炮製薑餅人 編號：A1512067

日期：14/12/2015(星期一) 地點：活動中心  
時間：10:30am - 12:30pm 名額：10名  
費用：會員：\$25(自行前往)/\$35(復康巴)  
非會員：\$45(自行前往)/\$55(復康巴)  
交通：復康巴或自行前往  
內容：又到聖誕，一同製作薑餅人，發揮你的創意，加上漂亮的包裝，自己享用之餘，又可成為小禮物，為身邊人送上暖意，歡度佳節。  
備註：請自備膠盒一個。  
查詢：張姑娘

### 玻璃彩繪好玩意 編號：A1511065

日期：16/11/2015(星期一) 地點：活動中心  
時間：10:30am - 12:30pm 名額：10名  
費用：會員：\$25(自行前往)/\$35(復康巴)  
非會員：\$45(自行前往)/\$55(復康巴)  
交通：復康巴或自行前往  
內容：想為單調的窗戶、玻璃杯加添生氣？不如試試玻璃彩繪，以顏料繪畫自己喜歡的圖案，然後轉貼到玻璃上，別有一番趣味。  
備註：玻璃彩繪是利用可透光的顏料，乾了以後晶瑩剔透，可以撕下來貼於任何光滑面，包括窗戶、玻璃杯、瓷磚等，可重複撕貼。  
查詢：張姑娘

## 綠色生活篇

### 洛神花果醬製作班 編號：A1511063

日期：09/11/2015(星期一) 地點：活動中心  
時間：2:30pm - 4:30pm 名額：10名  
導師：陳佩貞(綠人工作室)  
費用：會員：\$35(自行前往)/\$45(復康巴)  
非會員：\$50(自行前往)/\$60(復康巴)  
交通：復康巴或自行前往  
內容：洛神花是一種十分流行的養生食材，除了可泡茶飲用，又可製成蜜餞作為小食，更可製成果醬塗上麵包餅乾食用。今次導師將教授製作洛神花果醬，亦會講解蜜餞的做法。想知洛神花有什麼功效？千萬不要錯過！  
查詢：張姑娘

### 聖誕樹布藝裝飾DIY 編號：A1512066

日期：07/12/2015(星期一) 地點：活動中心  
時間：2:30pm - 4:30pm 名額：10名  
導師：陳佩貞(綠人工作室)  
費用：會員：\$35(自行前往)/\$45(復康巴)  
非會員：\$50(自行前往)/\$60(復康巴)  
交通：復康巴或自行前往  
內容：想為家居增添聖誕氣氛？不用錢購買裝飾品，導師教你利用舊布料，製成一顆顆星星，拼湊成一棵聖誕樹，既可放於桌上，又可作為吊飾，一齊度過綠色聖誕！  
查詢：張姑娘

### 素食DIY@十一、十二月 編號：C1511041

日期：19/11 - 10/12/2015(逢星期四)  
時間：10:30am - 2:30pm  
地點：活動中心  
堂數：4堂  
名額：12名  
費用：\$40(會員)/\$60(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：Dora(黃姑娘)

## 戶外活動篇

### 尋味·尋文化 編號：A1512069

日期：01/12/2015 (星期二) 地點：上環及 PMQ 元創方  
時間：12:00nn - 4:30pm 名額：15名 (包括4名輪椅使用者)  
費用：會員：\$60 (自行前往) / \$70 (復康巴)  
非會員：\$80 (自行前往) / \$90 (復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：上午先前往「3rd Space」享用簡單的特色小食，然後下午前往「PMQ元創方」，由導賞員帶領下，遊走元創方七個歷史焦點，享受獨特的導覽體驗。其後亦可自由逛遊場地中的創意工作室及期間限定店，欣賞甚具藝術氣味的作品。

- 備註：1. 「PMQ元創方」原址前身先後用作中央書院(皇仁書院)校舍及前荷李活道已婚警察宿舍，現活化為香港的創意新地標。當中雲集了100多位本地新進創作企業家，創意工作室及期間限定店；
2. 「3rd Space」是一間香港少有的露天Cafe，位於充滿文藝氣色的大半山小社區，自成一角，感受寧靜的環境，享用簡單的特色小食；
3. 每枱的特色小食餐單如下 (如有修改，將不作另行通知)：
1. Salmon tartar (三文魚他他)
  2. Omelette with toast (煎蛋捲配烤麵包片)
  3. Bacon and cheese sandwich (薰豬肉芝士三文治)
  4. Signature pancake of 3rd space (薄煎餅)
  5. Selected Drinks (飲品一杯)  
(每枱4位參加者，共享以上小食)；
  6. 如要額外點餐，需自行支付食品價錢；
  7. 午膳地方沒有殘疾人士洗手間設施，普通洗手間也相對較窄，如有需要，可待到達「PMQ元創方」後使用，參加者須因應情況而報名。

查詢：阿浩(馬生)



資料及相片來源：「3rd Space」餐廳

### 嘉道理生態之旅II 編號：A1512060

日期：15/12/2015 (星期二) 時間：2:00pm - 5:00pm

地點：大埔嘉道理農場暨植物園

名額：15名 (包括4名輪椅使用者)

費用：會員：\$20 (自行前往) / \$30 (復康巴)  
非會員：\$40 (自行前往) / \$50 (復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：冬天的嘉道理農場有什麼不同呢？導賞員會帶領我們遊覽園內下山區，包括野豬之家、生機園、蘭花溫室等等，看看冬天的動植物生態環境。

- 備註：1. 參加者請自備飲用水；
2. 參加者需自備防曬及防蚊用品；
3. 此活動不包括午膳時間；
4. 活動需要有一定步行時間，參加者須因應情況而報名；
5. 活動將有麗豪酒店的義工提供協助。

查詢：張姑娘

### 出走大自然(最後召集) 編號：P1407005-7

日期：1/11/2015 (星期日) 地點：新生互動農場  
時間：11:30am - 3:30pm (生態旅遊330)

名額：尚餘少量名額

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)

交通：復康巴或自行前往

內容：前往新生精神康復會位於屯門的新生互動農場，一起觸大自然，舒展身心。並由農場內的生態導賞員帶領下遊覽不同園區內的耕種概念，亦會參與農場舉辦的園藝體驗工作坊，享用健康午餐，輕鬆愉快融樂於大自然中。

- 備註：1. 此活動由「老有所為活動計劃」資助。
2. 曾參加有「老」一家人過往舉辦之活動者優先。
3. 歡迎會員與家人或好友一同參與活動。
4. 活動於戶外地方進行，請參加者自備乾糧、飲用水、防曬用品和防蚊用品。
5. 此活動將有義工網絡的青年義工提供協助。
6. 請穿著輕便服飾。
7. 活動需要有一定步行時間，參加者須因應情況而報名。

查詢：張姑娘/阿浩(馬生)

### 愛上「自由約」 編號：A1511061

日期：08/11/2015 (星期日) 時間：3:00pm - 6:00pm

地點：西九文化區-苗圃公園(九龍站附近)

名額：10名

費用：會員：\$20 (自行前往) / \$30 (復康巴)  
非會員：\$40 (自行前往) / \$50 (復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：認識香港新潮文化，放下急速步伐，在草地上觀賞音樂演出、逛遊手作攤位、選購各式各樣的本地「自家製」產品、發掘更多新奇刺激的玩意。喜歡休閒生活的朋友，亦可在西九度過一個寫意自在的下午。

- 備註：1. 「自由約」是在西九文化區所舉行的戶外節目，今年已踏入第四年，過往這個活動曾經以「自由野」、「自由躍」、「自由擺」等命名的節目，主要為觀眾帶來精彩及互動的藝術活動，當中包括現場音樂、街頭表演、創意市集，以至意想不到的環節。
2. 活動中需要有一定步行時間，參加者須因應情況而報名。
3. 活動不包括午膳時間。
4. 請自備防曬及防蚊用品。
5. 活動內容如有修改，中簽者將作另行通知。

查詢：阿浩(馬生)

## 藝術篇

### 初階木結他班 編號：C1511043

日期：09/11 - 21/12/2015 (逢星期一) 地點：活動中心  
 時間：7:30pm - 8:30pm 名額：7名  
 堂數：7課 導師：CT Kwok  
 費用：\$205 (會員) / \$240 (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. 此活動由具八級資歷導師教授；  
 2. 學員須自行前往；  
 3. 學員須自備木結他；  
 4. 參加者若出席達75%或以上可獲退還\$100學費；  
 5. 曾參加本會過往舉辦之初階木結他班者優先。

查詢：張姑娘

### 二胡延續 XXXXIII 編號：C1511045

日期：27/11/2015 - 29/01/2016 地點：賽馬會活動中心活動室  
 (逢星期五, 25/12和1/1除外) 堂數：8課  
 時間：7:30pm - 9:00pm 名額：8名  
 導師：謝先生  
 費用：會員：\$200 (自行前往) / \$240 (復康巴)  
 非會員：\$220 (自行前往) / \$260 (復康巴)

- 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\$100學費。

查詢：Philip (黃生)

### 粵曲基礎班 2016 編號：C1601039-1

日期：08/01 - 18/03/2016 (逢星期五) 地點：活動中心  
 (12/02/2016除外) 名額：15名 (殘疾會員優先)  
 時間：2:30pm - 4:30pm 導師：招碧兒老師  
 堂數：10堂 交通：自行前往  
 費用：\$200 (會員) / \$300 (非會員)

- 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\$100學費；  
 2. 所有報名及中籤者必須出席11/12/2015下午的面試，經導師評核合格後方可參與課堂，粵曲造詣較高者或會編排至“粵曲進階班2016”(C1601040-1)課堂，一切以粵曲班導師最終決定為準，參加者不得異議；  
 3. 不論曾否參與中心粵曲班的同學，如有興趣參與本課程，均需經過報名、抽籤及面試的程序。

查詢：Philip (黃先生)

### 粵曲進階班 2016 編號：C1601040-1

日期：08/01-18/03/2016 (逢星期五) 地點：活動中心  
 (12/02/2016除外) 名額：15名 (殘疾會員優先)  
 時間：7:00pm - 9:00pm 導師：招碧兒老師  
 堂數：10堂 交通：復康巴或自行前往  
 費用：自行前往：\$200 (會員) / \$300 (非會員)  
 復康巴士：\$250 (會員) / \$350 (非會員)

- 內容：教授粵曲的進階知識、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\$100學費；  
 2. 所有報名及中籤者必須出席11/12/2015晚上的面試，經導師評核合格後方可參與課堂，粵曲造詣未達課程要求者或會編排至“粵曲基礎班2016”(C1601039-1)課堂，一切以粵曲班導師最終決定為準，參加者不得異議；  
 3. 不論曾否參與中心粵曲班的同學，如有興趣參與本課程，均需經過報名、抽籤及面試的程序；  
 4. 本課程提供不多於5個復康巴名額。

查詢：Philip (黃先生)

### 和風環保袋製作 編號：C1512044

日期：2/12 - 23/12/2015 (逢星期三) 地點：活動中心活動室  
 時間：2:30pm - 4:00pm 堂數：4課  
 導師：魏太 名額：10名  
 費用：會員：\$60 (自行前往) / \$80 (復康巴)  
 非會員：\$90 (自行前往) / \$110 (復康巴)

- 交通：復康巴或自行前往  
 內容：利用印有和風圖案的花布製作袋子  
 備註：請自備膠盒一個以盛載製成品

查詢：阿浩 (馬生)

## 殘疾青年計劃

### 來自星星的男女 編號：P1505007-5

日期：11/11/2015 - 9/12/2015 (逢星期三)  
 時間：7:30pm - 9:00pm 名額：10名  
 地點：賽馬會活動中心 堂數：5堂  
 費用：免費 (自行前往) / \$25 (復康巴)

- 交通：復康巴或自行前往  
 內容：小組透過團體遊戲和工具，讓組員認識自己及與異性相處的方式。

- 備註：1. 歡迎任何有興趣了解自己的朋友參加；  
 2. 適合30歲或以下殘疾青年參與。

查詢：鄺SIR

### 你是最好的！ 編號：P1505007-6

日期：16/12/2015-13/01/2016 (逢星期三)  
 時間：7:30pm - 9:00pm 名額：10名  
 地點：活動中心 堂數：5堂  
 費用：免費 (自行前往) / \$25 (復康巴)

- 交通：復康巴或自行前往  
 內容：透過不同的小組活動，讓你更懂得正面去欣賞自己之餘，更可以讓你了解自己及發揮你的所長。

- 備註：適合35歲或以下的殘疾青年參與。

查詢：陳SIR

## 長者篇 (建議年齡為55歲或以上)

### 有老一家人 — 海洋公園同樂日 編號：P1407005-8

日期：22/11/2015 (星期日) 人數：30名  
 時間：10:00am - 4:00pm 費用：免費  
 地點：海洋公園 交通：復康巴或自行前往  
 內容：邀請您與家人或朋友一同參與海洋公園同樂日，透過此活動讓大家可以與家人、朋友或陪同者能有溝通和相處的時間，輕鬆歡聚一天。

- 備註：1. 此活動由「老有所為活動計劃」資助；  
 2. 曾參加有「老」一家人過往舉辦之活動者優先；  
 3. 介乎55-65歲之殘疾會員優先；  
 4. 活動將有午餐提供；  
 5. 歡迎會員與家人或好友一同參與活動。

查詢：張姑娘 / 阿浩 (馬生)

## 社區共融活動篇

### 傷青「心」導行 - 「樂」遊文化博物館

編號：P1504004-1

日期：27/11/2015 (星期五) 節數：1 節  
時間：1:30pm - 2:30pm 名額：15 名  
地點：沙田文化博物館 費用：免費  
交通：復康巴或自行前往

內容：活動將與香海正覺蓮社佛教陳式宏學校合作，小學同學仔將會與你一同暢遊沙田文化博物館，追蹤香港歷史遺留的足跡，敬請萬勿錯過。

- 備註：1. 活動與香海正覺蓮社佛教陳式宏學校合辦；  
2. 參觀時將會與小學生一同分組；  
3. 請參加者預早進食午膳；  
4. 活動時請穿著輕便衣著。

查詢：軒 sir

### 傷青「心」導行 - 「樂」遊濕地公園

編號：P1504004-2

日期：4/12/2015 (星期五) 節數：1 節  
時間：2:00pm - 4:00pm 名額：15 名  
地點：天水圍濕地公園 費用：免費  
交通：復康巴或自行前往

內容：活動會與香海正覺蓮社佛教正覺蓮社學校合作，小學同學仔將會與你一同暢遊濕地公園，一同享受綠色自然的美，火速報名吧！！

- 備註：1. 活動與香海正覺蓮社佛教正覺蓮社學校合辦；  
2. 參觀時將會與小學生一同分組；  
3. 請參加者預早進食午膳；  
4. 活動時請穿著輕便衣著。

查詢：軒 sir

### 黃大仙東頭愛笑俱樂部 IV 編號：A1511062

日期：3/11/2015 (星期二) 名額：10 名  
時間：9:00am - 11:00am 費用：免費  
地點：東頭社區會堂 交通：復康巴或自行前往

內容：承接「愛笑瑜伽」的渲染力，一起於早上投入愛笑運動，感受一日之計在於晨的魅力，其後前往黃大仙大排檔自費早餐。

- 備註：1. 請穿著輕便服飾  
2. 請自備飲用水及小食

查詢：阿浩 (馬生)



### 家家友凝共融日營 編號：P1511011

日期：14/11/2015 (星期六) 名額：20 名  
時間：9:00am - 4:00pm 費用：免費  
地點：香港青年協會賽馬會西貢戶外訓練營  
交通：復康巴或自行前往

內容：「家家友凝」是傷青會與黃大仙區內多個社福機構一同舉辦之活動，活動由多間機構的義工組成「友凝大使團隊」，進行義工服務，推廣家庭和諧信念，共同締造一個和諧共融的社區環境。「共融日營」是橫頭磡邨及樂富邨分區社福機構會員一同參與營地活動，彼此學習、互相認識和交流，共同度過愉快的一天。

- 備註：1. 曾參與「家家友凝」義工招募計劃者優先；  
2. 活動由黃大仙區議會贊助。

查詢：Donald (吳先生)

### 國際復康日 2015 — 海洋公園同樂日

編號：P1511010

日期：22/11/2015 (星期日) 地點：海洋公園  
時間：10:00am - 4:00pm 名額：30 名  
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)

交通：復康巴或自行前往

內容：響應每年國際復康日的活動，款待殘疾人士其照顧者、家人或朋友暢遊海洋公園

- 備註：1. 活動將有午餐提供；  
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；

查詢：阿浩 (馬生)

### 2015 黃大仙區國際復康日嘉年華會

編號：A1512071

日期：13/12/2015 (星期日)  
時間：2:00pm - 5:00pm  
地點：黃大仙文化廣場 (近大成街街市)  
名額：不限

費用：免費

交通：自行前往

內容：響應今年黃大仙區國際復康日的活動，邀請會員前往參與嘉年華會，欣賞精彩表演和參與攤位遊戲。同時，認識黃大仙區國際復康日籌備委員會的工作，歡迎踴躍參加。

備註：活動將不包括午膳時間；

查詢：阿浩 (馬生)

## 強身健體篇 (適合任何年齡人士)

### 詠春健體運動班 編號：C1511042

日期：11/11 - 23/12/2015 (逢星期三, 02/12 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

導師：Henry Yu

費用：會員：1.5 小時 \$90 (自行前往) / \$120 (復康巴)

2.5 小時 \$120 (自行前往)

非會員：1.5 小時 \$120 (自行前往) / \$150 (復康巴)

2.5 小時 \$150 (自行前往)

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. 此活動由合資格詠春導師教授；

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：張姑娘

## SUN潮派(殘疾青年活動)

### 聖誕燈飾聯歡夜 編號：A1512057

日期：13/12/2015(星期日) 地點：中心及尖沙咀維多利亞港海旁  
時間：6:00pm - 9:00pm 名額：10名

費用：會員：\$30(自行/復康巴)  
非會員：\$60(自行/復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：如你還未看過2015年的聖誕燈飾，萬勿錯過這次機會！！  
我們將會帶大家遊走聖誕國度，享受華麗耀目的夜空。  
出發前往聖誕國度前，更會與大家回到擁有濃厚聖誕氣氛的活動中心一同進食聖誕小吃，歡聚片刻。

備註：1. 這活動適合輪椅使用者參與；  
2. 活動時間是傍晚至晚上，建議陪同者一同參與；  
3. 費用已包括小食及復康巴；  
4. 適合35歲或以下殘疾青年，如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內。

查詢：軒sir

### 遊走天文台 編號：A1511058

日期：28/11/2015(星期六)

時間：2:30pm - 4:00pm

地點：尖沙咀天文台總部

名額：20名

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)

交通：復康巴或自行前往

內容：今次活動十分榮幸邀請了「天文台之友」擔任導賞員，簡介天文台工作，帶領各位參觀展覽館及氣象儀器，除此以外更會參與「天文台歷史及生態遊」，體會市中心內的綠洲生態環境，機會難得，請火速報名。

備註：1. 這活動適合輪椅使用者參與；

2. 25歲或以下殘疾青年優先參與。

查詢：張姑娘

### 參觀廉政公署總部 編號：A1512059

日期：12/12/2015(星期六)

時間：2:30pm - 4:00pm

地點：北角廉政公署總部

名額：20名

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)

交通：復康巴或自行前往

內容：香港被譽為世界上最廉潔的國際都會之一，你對廉政公署又有多少了解？你將會參觀廉政公署展覽廳，了解過往重大案件，一睹相關證物的模型，又會認識廉署的發展里程；此外，社區關係處人員會介紹他們的工作，以及講解部分法例，以提高你對防貪的意識。

備註：1. 這活動適合輪椅使用者參與；

2. 25歲或以下殘疾青年優先參與。

查詢：張姑娘

## 其他篇

### 剪髮活動 編號：A1503086-5

日期：24/11/2015(星期二) 時間：10:30-12:30

地點：活動中心 名額：12名

費用：只限會員：免費(自行前往)/\$10(復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：剪髮

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，協會有權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：Donald(吳先生)

### 生日自助餐 編號：A1512070

日期：18/12/2015(星期五) 時間：12:00pm - 3:00pm

地點：九龍灣國際展貿中心 名額：20名

費用：生日會員：\$110(自行前往)/\$120(復康巴)

非生日會員：\$130(自行前往)/\$140(復康巴)

非會員：\$150(自行前往)/\$160(復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：前往豐膳享用自助餐美食。

備註：於十一月、十二月生日之會員優先

查詢：阿浩(馬生)

## 總辦事處活動

### 「無障礙廟宇古蹟文化遊」活動

日期：02、06、09、12、13、16、20、24、26、30/11/2015

時間：2:00pm - 5:00pm

節數：共10次外出活動，可自行選擇合適的日子參與

地點：香港大學、茶具文物館、西港城、甘棠第、九龍寨城公園、尖沙咀前水警總部、尖沙咀鐘樓、聚星樓、愈喬二公祠、鄧氏宗祠、黃大仙廟、舊三棟屋村、車公廟

名額：每次10名(包括4名輪椅使用者)

費用：全免(由華人慈善基金贊助)

交通：復康巴或自行前往

內容：本會政策倡導計劃的「無障礙廟宇古蹟遊」計劃現已完成大部份的實地調查工作。協會現邀請會員會到調查過的景點遊覽參觀，體驗各古蹟和廟宇。

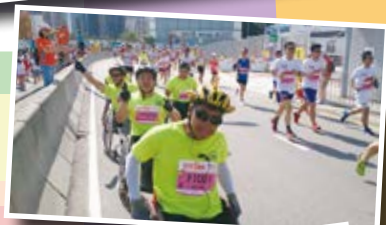
報名：活動報名表和詳情請參閱快訊P7頁「康復政策委員會」欄目

查詢：請直接致電總辦事處梁先生2338-5111

# 香港街馬@ 中環2015

香港傷殘青年協會是今屆賽事的支持機構之一，自今年3月開始主辦單位便已經與我們一起商討輪椅賽事的安排細節，亦於8月份舉辦過給健全選手參與的輪椅體驗工作坊，亦策劃了富傷青會特色的攤位於比賽日的嘉年華中讓廣大市民認識我們，而比賽期間的跑手水站服務亦有我們動歷義工隊的蹤影。經過連月來的準備，終於到了9月6日的比賽日暨嘉年華這個大日子。

## 傷青輪椅隊—— 五公里輪椅賽



傷青輪椅隊為備戰是次五公里賽事，早於5月份開始，我們已經進行一星期一次的集體訓練，經過多個月來的準備，一眾隊員已經鍛鍊得一身好功夫。於比賽日我們懷著興奮而緊張的心情，迎接香港首次舉辦同場輪椅人士與健全人士於同一賽道、同一起跑、同一上坡下斜、再同一衝過終點的賽事，加上五公里是我們輪椅隊過往較少接觸而又稍長距離的賽事，因此大家雖然有著挑戰自己之決心，但安全至上的目標亦不敢鬆懈，正如今次比賽我們自己定下的目標一樣，「轉得跑得 安全第一」！

比賽當日天氣非常炎熱，氣溫高達32度，我們共有33位隊員報名參加，但大家仍然精神奕奕，無懼炎熱，在本會行政總監劉家倫先生及全城街馬代表鳴槍之下，我們輪椅運動員與健全跑手一齊起步，經過長長的五公里路段，由中環海濱活動空間出發，沿龍和道跑，途經中環標誌性景點，包括維港海傍及摩天輪等，沿道有表演、流動佈景、打氣團隊，一眾隊員均大讚賽事氣氛很好，而我們所有參加「香港街馬」的隊員都能夠在50分鐘內完成五公里的賽程，這是大家努力的成績！值得讚賞大家的！

在此我們亦祝賀今次五公里成績最好的前三位隊員，分別為：冠軍：李豪飛、亞軍：許志強 (Philip)、季軍：陳錦甜

未來傷青輪椅隊還會爭取和組織各種不同類型的賽事和長跑活動，希望殘疾人士都能夠享受當中的樂趣，和鍛煉好自己的體魄，與大家騎著輪椅走遍大江南北，讓殘疾人士的輪椅足跡遍布大地，讓輪椅人士的歡樂笑聲響遍人間！





## 動歷義工隊—— 香港街馬水站義工服務

日期：6-9-2015 (星期日)

地點：中環海濱長廊

出席義工成員：阿好、Eva、阿寬、Sandy、Fanny

「加油！……加油！……」打氣聲此起彼落。今年度動歷義工隊第一次的義工服務是協助香港街馬水站，為參加三公里及五公里賽事的運動員提供食水補給。根據大會資料提供當日參賽運動員人數高達8000多人，賽員包括輪椅人士、視障人士、長者、成人、兒童等…賽事主要主題是提倡傷健共融訊息！

當日每一位賽員、義工以至大會職員都非常投入整個比賽當中，當然我地動歷義工隊成員亦非常投入及盡心盡力地服務我們的崗位，我們為賽員遞上一杯又一杯的食水，讓他們在炎熱高溫下可以全力及盡情地參與賽事，同時間，我們除了送上食水外，亦不時高聲為運動員打打氣，讓他們在比賽當中感受到我們的支持！



## 傷青動力學堂攤位—— 香港街馬嘉年華

傷青動力學堂為了讓8000多位參賽運動員及廣大市民感受肢體殘疾人士在活動上的困難與障礙，我們於香港街馬嘉年華會內設立了攤位活動，每位參加者於我們的攤位內，戴上「膝部固定器」進行射龍門活動，在「膝頭哥」未能活動自如的情況下，要將足球射入指定龍門，一眾參加者均高呼「好困難呀！」，而能夠成功完成整個任務奪得大獎的參加者亦不多，在場的大人與小朋友都有認真嘗試及體會肢體殘疾人士的不便，他們表示日後更能夠明白殘疾人士的需要；而攤位內更有由本會會員製作之手工藝品作慈善義賣，教育局局長吳克儉先生參觀本會攤位時更表示我們的手工製品尤其精細，對於傷殘人士手工藝品製作亦十分支持，整日攤位內之人流及氣氛非常熱烈高漲。



截止日期：2015年10月24日(星期六)

抽籤日期：2015年10月29日(星期四)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
- \*\* 活動需要有基本體能
- \*\*\* 活動有一定困難
- \*\*\*\* 活動有挑戰性

報名須知：報名活動前，請先細閱封底內頁的報名須知

### 悠然自得太極拳班\*\* 編號：TMAP1511031

日期：30/11/2015 - 4/1/2016(逢星期一)

時間：7:30pm - 9:00pm

堂數：6堂

地點：活動中心

名額：15名

費用：\$120(會員)/\$140(非會員)

交通：自行前往

內容：學習太極拳基本招式，透過肢體運動的實踐方式，並配合呼吸調整，實現養生健身的獨特文化。

- 備註：1. 此活動由「香港悠然自得文化中心」太極拳註冊教練教授；  
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. 請自備水及毛巾。

### 野人體驗營—貝澳篇\*\*\* 編號：TMAP1511033

日期：7/11 - 8/11/2015(星期六及日)

活動時間：11:00am - 翌日4:00pm

活動地點：大嶼山貝澳營地

名額：10名

費用：會員：\$100(自行前往)/\$110(復康巴\*)

非會員：\$120(自行前往)/\$130(復康巴\*)

\*復康巴只安排來回樂富至貝澳，不設點到點接送

內容：體驗原野烹飪、戶外露營、歷奇遊戲等。

- 備註：1. 費用已包括：導師、裝備、食物  
2. 活動有一定程度的體能要求，包括上落船及起營等，參加者須因應情況報名；  
3. 請自備水、毛巾及兩日一夜的個人用品；  
4. 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)；  
5. 參加者必須出席27/10(二)晚上7:00-8:00之簡介會，地點為傷青動力學堂(需自行前往)

### 變靚D--體能提升計劃—第四期\*\*\*

編號：TMAP1512035

日期：8/12/2015-12/1/2016(逢星期二)(22及29/12/2015除外)

時間：10:30am-12:00nn 地點：活動中心/摩士公園

堂數：4堂

名額：15名

費用：\$100(會員)/\$120(非會員) 交通：自行前往

內容：是次活動以基礎運動理論及實踐進行，活動需要付出一定的體能，主要強化手、腳、腰及背部訓練

- 備註：1. 此活動由專業健身教練教授，指導正確訓練動作；  
2. 活動適合男、女會員參與，包括企立會員及輪椅使用會員；  
3. 本會提供啞鈴及瑜伽橡筋帶於上課時使用或參加者自備；  
4. 體能提升計劃有一定程度的體能要求，參加者須因應情況報名；  
5. 請參加者自備毛巾和水；  
6. 參加者於活動當日穿著舒適衣服便可。

### 傷青輪椅隊--渣打香港馬拉松2016\*\* (新隊員招募)

編號：TMAP1510036

日期：2015年10月至2016年1月(逢星期五)

時間：7:30pm - 9:30pm 堂數：10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10課訓練及報名2016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五年舉行練習，並將參加“渣打香港馬拉松2016”的比賽。透過指導，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2016之舉行日期為2016年1月17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. 2015年10月至2016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》

### 親子共融歷奇同樂日\* 編號：TMAP1512032

日期：19/12/2015(星期六) 時間：10:00am - 4:00pm

地點：薄扶林傷健營(暫定) 名額：30名

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)

內容：互動歷奇遊戲、營地活動

備註：1. 活動由觀塘區議會贊助；

2. 歡迎會員及其家屬一起參與；

3. 費用已包括午膳BBQ。

### 輪椅網球小組10-11月\*\* 編號：TMAP1510034

日期：17/9- 21/10/2015(逢星期六)

時間：11:00am - 12:00nn 或 12:00nn - 13:00pm

(每次1小時，因應租用場地時間)

地點：石鼓壟道(近東頭邨)網球場(主要)/其他網球場

堂數：6堂

名額：10名(只限傷殘會員)

費用：\$30

交通：自行前往

內容：1. 輪椅網球簡單理論； 3. 教授反手握拍；

2. 教授正手握拍及開球； 4. 體驗簡單對打。

- 備註：1. 這是體驗小組，由經驗會員協助分享輪椅網球心得；  
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、球拍、輪椅，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。

# 活動中心活動/動力學堂課程 報名須知

- 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；
- 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；
- 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）
- 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；
- 請各會員於活動當日準時上車，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。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；
- 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；
- 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。
- 如因天氣影響而更改上課日期，本會會按大部分人均能出席補堂的情況下，於兩個月內作出補堂安排。

## 各單位開放時間

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

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

## 惡劣天氣安排

天氣情況	 黃	 紅	 黑	T1	L3	△8
協會各單位	✓	✓	*	✓	✓	×
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	✓**	×	×	✓	×	×

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：

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



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



印刷品

**總辦事處**

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

**賽馬會活動中心**

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

**「同路人」  
電話輔導熱線**

地址：九龍橫頭磡邨宏基樓  
地下1-13號  
電話：2601 5828 / 2641 9203  
(逢星期四：14:30-16:30/  
19:00-21:00  
逢星期六：14:30-16:30)  
傳真：2338 0752  
電郵：wthpo1@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

**香港傷殘青年協會活動報名表**

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

姓名：\_\_\_\_\_ 性別：\_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_\_ 會員編號：\_\_\_\_\_  殘疾會員  健全會員

電話：\_\_\_\_\_ (住宅) \_\_\_\_\_ (手提)  非會員

輔助工具： 手推輪椅  電動輪椅  助行架  手杖  腳架  其他：\_\_\_\_\_

不需要使用任何輔助工具

交通安排：1. 自行前往目的地集合 2. 復康巴士：上車地點：\_\_\_\_\_

	活動編號	意願優先	交通安排	與其他人士一同報名				
				姓名	性別	傷/健	非/會員	上車地點
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								

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