

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

長沙馬拉松 2015

唯有你聲音
2015
P.8-10

利是封慈善
義賣
P.6



人機體育
大賽
P.17



香港、湖南傷友交流會

—長沙美人魚公益工作室、香港傷殘青年協會



《長沙馬拉松2015後記》

2015年10月17日(星期六)早上,我們一行13人,穿上傷青會指定的綠色隊衣,背著簡便行李和頭盔,騎著運動輪椅往落馬洲火車站匯合,為的是往深圳北站轉乘高鐵去湖南省長沙市,參加在2015年10月18日(星期日)舉行的「長沙迷你馬拉松」5公里賽事。是次活動是傷青會輪椅隊自2011年成立以來,第二次參加在國內地舉辦的馬拉松賽事。輪椅隊能參與是次活動,是傷青會連同長沙美人魚跑團向長沙國際馬拉松組委會努力爭取的成果,藉此彰顯「挑戰自我、超越極限、堅韌不拔、永不放棄」的精神,意義極其重大。



比賽當日早上5時30分,街道仍是漆黑一片。輪椅參賽隊一行7人,穿上螢光綠的戰衣、戴著頭盔和保護手套、開著閃燈,精神奕奕地從酒店前往集合點與長沙輪友匯合,輪椅啦啦隊則分頭到賽事起點為我們鼓勁打氣。當日天朗氣清,不冷不熱,是賽跑的極好時機。7時30分笛聲一響,成千上萬的健兒徐徐向前跑,15位來自長沙和香港的輪椅參賽者緊隨其後,開始五公里的歡樂長跑。

起步初段,人群較多,輪椅隊以較慢速度安全地前進。下坡後不久,當健兒們轉入四線行車道後,人群漸漸分散,前進的空間多了,我們就逐漸加速起來。A隊先行,B隊隨後。全程五公里的賽程中,我們下坡、上坡、轉彎、加速、減速,與健全運動健兒同在長沙鬧市的的賽道上和諧共融地自由奔馳。



沿途有不少群眾、參賽者甚至警察為我們鼓勁打氣。聽到不絕於耳的加油之聲,我們也回報一聲:「大家加油!」比賽期間,除了街道兩旁的民眾之外,更有不少健兒一邊跑一邊為我們拍照和錄像,氣氛十分融洽!當我們靠近其他運動健兒時,前方的隊員亦會預先揚聲通知前面的運動健兒小心或讓開。經過大約四十分鐘的時間,A、B兩隊安全地抵達終點-賀龍體育館。



能參與「長沙迷你馬拉松」5公里賽事，是我們的榮幸，也是畢生難忘的經驗！通過積極參與是次活動，除了達至健體強身之效外，亦能培養團隊精神、開拓視野、提升自信。更重要的是，向「長沙國際馬拉松」主辦當局長沙市民、媒體等，展示了「和諧共融齊參與、運動無分傷與健」的精神。我們深信，「傷青會輪椅隊」是次能成功爭取及安全地完成是次5公里「迷你馬拉松」賽事，影響極其深遠，對我們日後申請參與內地其他城市、甚或海外馬拉松項目起著示範作用！



文：朱潤明 2015年10月22日（星期四）



迢迢千里，前往湖南長沙參加了他們首屆舉辦的國際馬拉松賽事，覺得真是收獲良多，不枉此行。

大會當天整體安排比我所曾參與的都要好，絕對值得讓我多給一些「讚」。

首先讓人驚喜的，跑道的安排上，頗見心思，沿途跑道寬敞，更穿插於民居中，基本上整條跑道上



也有旁觀的民眾為我們吶喊打氣，「加油，加油」之聲不絕於耳，令人跑起來也倍覺醒神。跑手們也鏗而不捨地推動滑輪，絲毫不感到疲累。給「讚」！

另外，每一位輪椅跑手都有一位自願陪跑員，起初只想他們的存在是恐怕輪友跑手們沿途上有什麼特殊需要幫助而設立，原意非常體貼，而確實它也發揮到一定作用。比方說我在途中便得到他助，在下坡時，他替我向前面的跑手示警，以便我能高速通過，邁向終點。雖然也收到一些有經驗的輪椅跑手的反映，一些陪跑員因他們不是正式馬拉松跑手，他們沒法跟得上那些有豐富經驗的輪椅跑手，但我覺得這安排還是挺值得保持，至少也保障了輪友跑手們的安全。給「讚」！

最後更值得一說的是多謝長沙美人魚公益工作室，幾經艱辛為我們香港輪椅跑手們爭取到今次參賽資格，確切地體驗了「共融」這理念，同時亦為我們參賽行程作出妥善的安排。本人衷心希望兩地往後多些聯系，一起將我們傷青輪椅隊精神，傳遍神州大地，讓我們兩地的城市發展更具包容性，更適於殘疾人生活和居住。再給「讚」！

文：黃健雄，2015年10月30日（星期五）



長洲社會服務交流暨協會運作審核會議



香港傷殘青年協會理事會一直抱持不斷學習，持續進修的態度，以提升理事會的素質及能力。因此，傷青會理事會專程於2015年10月24日（星期六）上午到鍾錫熙長洲安老院有限公司進行服務交流，了解殘疾人士老齡化對長者服務的影響。在交流過程中，雙方就不同議題作出探討，包括長者服務中心對於殘疾長者的配套服務及設置安排，安老院舍的無障礙設施等。交流氣氛融洽而且充滿互動，理事亦加深了對長者服務的認識。

而下午時段，協會到理事溫兆雄先生的大宅進行協會整體運作審核會議，在三個小時的討論及檢視中，理事逐一審視了協會的機構管治情況、財政狀況、人手編制、籌募及政策倡導工作、服務及社會企業面對的問題、協會可能面對的風險及機遇，為協會在明年初舉行的全會性退修活動作出準備。理事對於整個週末進行交流及會議，不但沒有半點疲態，更異口同聲表示有益及有建設性，而且對協會亦是非常重要的。理事們均認為理事需要定期聚會，就協會的營運作出審視以提升協會的整體營運質素及水平。

探訪傷青會贊助人 馬登夫人

傷青會成立四十五年來一直得到贊助人 - 馬登夫人 (Mrs. Anne Marden) 的關愛和支持，因此協會每年均會到馬登夫人府上拜訪。2015年10月31日（星期六）下午，協會一眾理事、候任理事、委員會成員及協會同工，前往石澳探訪本會贊助人馬登夫人。在和煦的陽光下，協會一眾同仁與馬登夫人言談甚歡，既回顧了傷青會於過去一年的工作，並展望了傷青會未來的發展。在此，感謝馬登夫人多年來本會的支持，並祝馬登夫人身心康泰，生活愉快！



萬瑞庭先生探訪傷青會

協會榮譽會員 - 萬瑞庭先生於2015年10月29日（星期三）下午探訪傷青會，萬先生每年均會造訪協會，了解協會的近況和發展，並就協會不同的項目及計劃是否需要贊助一事，給予意見及建議。萬先生特別留意曾經撥款進行裝修的傷青動力學堂訓練中心的使用情況，萬先生得知學堂一直維持高使用率，表示高興。



中國殘疾人福利基金會（殘基） 代表團到訪本會

應香港社會服務聯會邀請，香港傷殘青年協會於2015年11月12日（星期四）早上接待中國殘疾人福利基金會二十名到港考察的代表團成員；出席是次考察的代表團成員主要是殘基會在內地各省市工作的管理層人士，赴港考察是為了學習本港公益慈善發展，並了解公益項目及捐贈人服務的運作模式。席間，本會理事溫兆雄先生及崔玉梅女士與本會總辦事處職員介紹了協會在政策倡導及籌募活動方面的發展。透過實地考察及交流，各代表團成員對於殘疾人士自助組織的運作，特別是社會企業、歷奇活動及各式籌募項目加深了認識。



南韓復康團體及區議會成員探訪傷青會



2015年9月10日(星期四)早上,來自南韓大邱市復康議(Rehabilitation Council for History in Daegu)代表團一行17名成員探訪香港傷殘青年協會橫頭磡各單位,並在本會總辦事處職員的陪同下參觀本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,以了解本地復康機構在推廣無障礙設施及推動社會共融方面的努力。

此外,南韓蔚山市東區議會(Ulsan Dong-gu Council)主席 JANG Man-bok 先生亦於2015年9月17日(星期四)早上率領8名代表團成員探訪傷青會,並在本會義務秘書何雪梅女士及總辦事處的職員陪同下參觀本會服務及社企單位。團員對於協會就業服務中心及兩家社會企業 - 傷青花藝舍及創視設計如何推動殘疾人士就業深感興趣。

湖北省肢殘人協會探訪傷青會

2015年10月23日(星期五)下午,湖北省肢殘人協會李筠先生、王東姪女士及趙雪紅女士等人在本會義務秘書何雪梅女士、理事丁向群先生及本會職員的陪同下,到訪香港傷殘青年協會橫頭磡各單位。李筠先生對於香港肢體殘疾人士自助組織的蓬勃發展感到讚歎,並欣賞傷青會以肢體殘疾人士作為骨幹,各類服務均以殘疾人士的福祉為依歸。三人亦向本會義務秘書何雪梅女士及理事丁向群先生分享了於內地推動無障礙藝術(Accessible Art)活動的經驗,並藉著分享帶出文化活動與復康事務有著相輔相成的關係。



寶嘉樂繽紛2015

香港傷殘青年協會於2015年11月14日(星期六)帶同20名會員到新界錦田鄉村俱樂部參加由香港寶嘉建築有限公司主辦的「齊來眾樂樂 親子同樂日2015」。是次活動多達2000人參與,場面熱鬧。除了玩樂之外,香港寶嘉建築有限公司更邀請本會的「坐式太極」班擔任表演嘉賓及設置手工作品義賣攤位,令更多公眾認識本會。另外,香港寶嘉建築有限公司不忘繼續推動社會企業責任,熱心公益,關顧及援助社區發展,並於當天下午3時進行支票捐贈儀式。香港傷殘青年協會作為受惠的其中一家非牟利機構,獲贊助港幣五萬元正,以發展本會的服務,繼續推廣傷健共融的訊息。

華懋行2015

香港傷殘青年協會於2015年11月8日(星期日)在大埔大尾督 - 船灣淡水湖主壩參加由華懋集團舉辦的一年一度的盛大綠色步行活動 - 華懋行2015。當天活動秋高氣爽,除了員工之外,更有不少機構及團體踴躍參與,令步行活動更加熱鬧愉快。會員表示十分認同是次步行活動共融同樂的概念,而沿途的大自然景色,亦令他們感到十分愉快。華懋集團希望透過是次活動讓更多公眾,特別是弱勢社群一起發掘綠色香港背後的美麗故事,並讓不同能力人士共享綠色香港。



《利是封慈善義賣》

為籌募善款以支持本會為殘疾人士所開展的服務及營運經費，本會繼續透過本期快訊刊登《利是封慈善義賣》訂購及捐款表格。是次義賣的利是封由紙藝軒負責設計及印刷，製作精美。如有意選購利是封，各位可填寫以下表格預先訂購，或親臨本會總辦事處選購。



香港傷殘青年協會《利是封慈善義賣》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“利是封慈善義賣”。

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。

樂富站升降機即將進行翻新工程

樂富站正進行升降機翻新工程，由2015年11月16日（星期一）起，樂富站已提供「易達車」服務，接送使用輪椅的乘客往來樂富和相鄰有客用升降機的車站。當輪椅乘客到達樂富站時可致電2926 7311與當值站長聯絡以作安排。工程預計於2016年6月完成。由於預計樂富站對「易達車」服務有巨大的需求，因此，港鐵公司建議使用「易達車」服務的輪椅乘客於規劃行程時預留足夠的等待時間。本會將會密切關注有關「易達車」服務的運作情況，會員亦可向本會反映對服務的意見。

無障礙旅遊聯席

無障礙旅遊聯席籌備委員會第一次會議已於2015年10月27日（星期二）召開，參與機構包含多個類別的殘疾人士，例如肢體傷殘、聽障、視障、弱能機構。會上各機構代表分享了自己對殘疾人士外出旅遊所面對的困難的意見。此外，代表們亦介紹了旅遊業界現有對殘疾人士的服務。出席代表同意在現階段先收集不同類別殘疾人士的意見。為此，本會稍後將制作一份有關殘疾人士外出旅遊的問卷，希望大家多多支持，合力推廣無障礙旅遊。

安全使用電動輪椅

近月有傳媒報道稱有部分輪椅使用者不當使用電動輪椅，對路人造成不便，更有建議稱要對使用電動輪椅作出規管。為此，本會呼籲會員們妥善使用電動輪椅，並留意以下事項：

- 1 電動輪椅不可載客
- 2 不要自行改裝輪椅原廠設定
- 3 除過路外，不要在馬路上行駛
- 4 應以不高於一般步行的速度行駛（特別是人多的地方）



傷青駕駛會

正確展示殘疾泊車證

本會在收集違泊紀錄的過程中，收到熱心會員反映，指有人在車窗展示了一些有殘疾標記的物品（如圖），並把車停泊在殘疾車位，懷疑是非合資格車輛。為此，駕駛會呼籲各會員，殘疾泊車證（藍證）是使用路邊殘疾車位的唯一憑證，需清晰展示在政府規定的汽車大玻璃左上方，因其他物品並不能證明其殘疾車輛的身份。



攜手共同打擊違泊

本會收集有關違法佔用殘疾車位的報告已一段日子，所收到的報告數以百計，亦有定期交給警方和運輸署施壓反映問題嚴重，若有嚴重個案亦會獨立作投訴。然而，打擊違泊的行動需要全方位進行。在早前與警方進行的會面中，對方建議殘疾駕駛者若發現有違泊個案出現，除了向駕駛會報告外，亦可即時聯絡當區警署，並停留至警方到來處理。若廣大殘疾駕駛者共同捍衛自己的權利，與駕駛會攜手共同打擊違泊，定能令違法者不再肆無忌憚地佔用殘疾車位。

無障礙

旅遊網頁 - 誠邀分享

你有到過外地旅行嗎？到訪過哪些古蹟名勝？可以分享一下籌備過程，和當中的注意事項嗎？當地的無障礙設施情況如何？香港傷殘青年協會現正籌備無障礙旅遊資訊網頁，現誠邀各位會員分享到香港以外地方旅行的經歷，不妨將你暢遊各地的經歷，連同相關圖片、影片傳送至bfintour@gmail.com。

汽車出讓

牌子	TOYOTA	汽缸容量	1497cc
型號	PRIUS	行車里數	60000km
年份	2007	新舊程度	70%
顏色	GREEN-VAR		
改裝部份	Fitted with a steering knob; and Hand control of floor type parking brake		
其他資料	Automatic transmission; park in covered carpark		
售價	HKD\$50000; the price can be negotiated		
聯絡人	Mr. Kwan	聯絡電話	9460 0444



* 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。

香港傷殘青年協會

「唯有你聲音 2015」服務方向問卷調查

協會一直樂於聆聽會員意見，重視相互溝通。為蒐集廣大會員對於協會所提供服務的意見，本會過去曾舉辦七屆「唯有你聲音」服務方向座談會，一直深受會員的愛戴；協會於座談會上收集到來自各會員的寶貴意見，並就具可行性的重點作出跟進，成為協會不斷完善服務及業務的依據。為了解各殘疾及健全會員的服務需要，並使未能出席座談會的會員亦能表達意見，傷青會現舉辦第八屆「唯有你聲音」服務方向問卷調查，現邀請各會員填寫本問卷。

此外，為答謝各位對是次研究的支持，協會將送出獎品精美水杯一隻予完成問卷，並在問卷丁部表示有意領取獎品的傷青會員；數量有限，送完即止。請於 **2016年1月9日(星期六)** 前，將已完成的問卷用以下其中一種方式交回本會：

(1) 郵寄或親身交往橫頭磡邨宏基樓地下 16-21 號傷青會總辦事處；

(2) 電郵至 po@hkfhy.org.hk ； (3) 傳真至 2338 5112。

各位所提供的資料均會嚴加保密，並只會作為本研究工作之用；有關個別人士的資料，本會保證不會向任何人士透露，請各位放心！如果您不想填寫問卷，只願意接受電話調查，您亦可致電 2338 5111 與本會行政主任朱先生聯絡。

甲部：服務使用經驗

1. 你有多同意以下描述協會服務的句子？ • 5分最高（非常同意） • 1分最低（非常不同意）	非常同意	同意	一般	不同意	非常不同意	無意見 / 不適用
	5	4	3	2	1	
A. 透過殘疾人士於管理、服務提供及互動參與，以切身關懷的態度，實踐自助助人的理念。	<input type="checkbox"/>					
B. 推動康復政策發展及公眾教育，達致平等機會。	<input type="checkbox"/>					
C. 建基可持續概念，為殘疾人士提供適切、創新、優質服務。	<input type="checkbox"/>					
D. 拓展自負盈虧服務，直接為殘疾人士提供就業機會，使其自力更生。	<input type="checkbox"/>					
E. 鼓勵殘疾人士參與義務工作，作出貢獻，促進和諧、共融的社會。	<input type="checkbox"/>					

2. 你在選擇本會服務或參與活動時，會考慮哪些因素？（可作出多於一個選擇）						
A. 機構性質	<input type="checkbox"/>	F. 地點安排	<input type="checkbox"/>	K. 工作人員素質	<input type="checkbox"/>	
B. 機構形象	<input type="checkbox"/>	G. 宣傳渠道	<input type="checkbox"/>	L. 活動 / 服務形式	<input type="checkbox"/>	
C. 活動收費	<input type="checkbox"/>	H. 報名及抽籤	<input type="checkbox"/>	M. 不適用	<input type="checkbox"/>	
D. 時間安排	<input type="checkbox"/>	I. 活動 / 服務內容	<input type="checkbox"/>	N. 其他：_____	<input type="checkbox"/>	
E. 會車接送	<input type="checkbox"/>	J. 配合個人需要	<input type="checkbox"/>			

乙部 - 滿意度評分

3. 你對本會所提供服務及活動滿意程度如何？ • 5分最高（非常滿意） • 1分最低（非常不滿意） 於過去兩年內未曾使用該單位服務 / 參與活動者可填「不適用」。	非常滿意	滿意	一般	不滿意	非常不滿意	無意見 / 不適用
	5	4	3	2	1	
3.1 總辦事處						
A. 會籍申請	<input type="checkbox"/>					
B. 傷青快訊	<input type="checkbox"/>					
C. 傷青會網頁（網址： www.hkfhy.org.hk ）	<input type="checkbox"/>					
D. 傷青會Facebook（網址： facebook.com/HKFHY ）	<input type="checkbox"/>					
E. 籌募活動（例如：慈善義賣、健障行、健障動歷等）	<input type="checkbox"/>					
F. 政策倡導工作（例如：無障礙巡查、古蹟遊等）	<input type="checkbox"/>					
G. 傷青駕駛會	<input type="checkbox"/>					
H. 週年大會及晚宴	<input type="checkbox"/>					
I. 查詢及資訊發放渠道	<input type="checkbox"/>					
J. 投訴渠道	<input type="checkbox"/>					
對總辦事處的整體評價	<input type="checkbox"/>					

乙部 - 滿意度評分 (續)

3. 你對本會所提供服務及活動滿意程度如何？ • 5分最高 (非常滿意) • 1分最低 (非常不滿意) 於過去兩年內未曾使用該單位服務 / 參與活動者可填「不適用」。	非常滿意	滿意	一般	不滿意	非常不滿意	無意見 / 不適用
	5	4	3	2	1	
3.2 賽馬會活動中心						
A. 興趣班 / 組 (例如：二胡、粵曲、烹飪、手工藝等)	<input type="checkbox"/>					
B. 義工服務	<input type="checkbox"/>					
C. 健康檢查及講座 (例如：驗眼、保健知識、心理諮詢等)	<input type="checkbox"/>					
D. 輔導服務 (例如：「同路人」電話輔導熱線)	<input type="checkbox"/>					
E. 白普理泳屋 (位於赤柱正灘)	<input type="checkbox"/>					
F. 復康用品租借及代售 (例如：代售叉膠、輪椅租借等)	<input type="checkbox"/>					
G. 旅遊活動 (本港) (例如：參觀濕地公園、騎術學校等)	<input type="checkbox"/>					
H. 旅遊活動 (境外) (例如：馬來西亞、台灣、深圳等)	<input type="checkbox"/>					
對賽馬會活動中心的整體評價	<input type="checkbox"/>					
3.3 就業服務中心						
A. 申請就業支援服務 (工作諮詢、工作轉介) 的輪候約見時間	<input type="checkbox"/>					
B. 中心提供的職前訓練 (包括郵件處理、打字及派傳單) 的安排和種類	<input type="checkbox"/>					
C. 入職後的支援和跟進 (包括情緒和解決困難)	<input type="checkbox"/>					
D. 展示技能課程的種類 (例如商業包裝、語文、餐飲服務、電腦應用、攝影製作)	<input type="checkbox"/>					
E. 申請僱員再培訓局課程的程序安排	<input type="checkbox"/>					
F. 僱員再培訓局課程的種類 (例如資訊科技、語文書寫和閱讀、商業文職、電話服務、花藝設計、創業營商等)	<input type="checkbox"/>					
對就業服務中心的整體評價	<input type="checkbox"/>					
3.4 傷青動力學堂						
A. 興趣班 / 組 (例如：太極、瑜伽、網球、體適能等)	<input type="checkbox"/>					
B. 義工服務	<input type="checkbox"/>					
C. 戶外活動 (例如：原野烹飪、戶外露營等)	<input type="checkbox"/>					
D. 傷健共融體驗活動 (例如：共融歷奇同樂日等)	<input type="checkbox"/>					
E. 傷青輪椅隊	<input type="checkbox"/>					
F. 動感柔力球隊	<input type="checkbox"/>					
G. 學堂服務 (例如：攀石牆、乒乓球檯、啞鈴等)	<input type="checkbox"/>					
對傷青動力學堂的整體評價	<input type="checkbox"/>					
3.5 創視設計						
A. 宣傳工作 (例如：在快訊中進行介紹、建立創視設計網頁 www.firstsensedesign.hk)	<input type="checkbox"/>					
B. 產品種類 (例如：書刊設計、印刷服務等)	<input type="checkbox"/>					
C. 產品質素	<input type="checkbox"/>					
D. 產品價格	<input type="checkbox"/>					
對創視設計的整體評價	<input type="checkbox"/>					
3.6 傷青花藝舍						
A. 宣傳工作 (例如：在快訊中進行介紹、建立傷青花藝舍網頁 www.flowerworkshop2002.hk)	<input type="checkbox"/>					
B. 產品種類 (例如：花籃、盆栽、絲花、婚禮佈置等)	<input type="checkbox"/>					
C. 產品質素	<input type="checkbox"/>					
D. 產品價格	<input type="checkbox"/>					
對傷青花藝舍的整體評價	<input type="checkbox"/>					

丙部：改善建議

4. 對於協會的服務，你認為哪些地方需要改善？(可作出多於一個選擇)		
A. 時間安排 <input type="checkbox"/>	E. 報名及抽籤 <input type="checkbox"/>	I. 活動 / 服務形式 <input type="checkbox"/>
B. 會車接送 <input type="checkbox"/>	F. 活動 / 服務內容 <input type="checkbox"/>	J. 收費安排 <input type="checkbox"/>
C. 地點安排 <input type="checkbox"/>	G. 配合服務對象需要 <input type="checkbox"/>	K. 其他: _____ <input type="checkbox"/>
D. 宣傳渠道 <input type="checkbox"/>	H. 工作人員素質 <input type="checkbox"/>	L. 不適用 <input type="checkbox"/>
5. 你會否推介本會服務予其他有需要人士？(可選擇填寫原因)		
A. 會 <input type="checkbox"/>	B. 不會 <input type="checkbox"/>	C. 不適用 <input type="checkbox"/>
(原因: _____)		
6. 你會否繼續使用協會服務？(可選擇填寫原因)		
A. 會 <input type="checkbox"/>	B. 不會 <input type="checkbox"/>	C. 不適用 <input type="checkbox"/>
(原因: _____)		
7. 其他建議		

丁部：聯絡資料

姓名：	年齡	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	會員編號	
殘疾類別(可選擇多於一個類別)	A. <input type="checkbox"/> 肢體傷殘(上肢傷殘/行動不便) B. <input type="checkbox"/> 肢體傷殘(下肢傷殘/行動不便) C. <input type="checkbox"/> 視障 D. <input type="checkbox"/> 聽障 E. <input type="checkbox"/> 精神病 F. <input type="checkbox"/> 長期病患 G. <input type="checkbox"/> 弱能 H. <input type="checkbox"/> 其他(請註明: _____)				
聯絡電話：	有意領取獎品： A. <input type="checkbox"/> 會 B. <input type="checkbox"/> 不會				

響應環保、珍惜用紙：更改《傷青快訊》收取方式

為了響應環保，減少紙張使用；同時減低協會的郵寄及印刷支出，協會一直將出版的《傷青快訊》以電子檔案的方式放在本會的網站上，供會員及公眾人士閱覽。協會希望會員可以嘗試透過互聯網接收香港傷殘青年協會的最新資訊，增加協會網頁的使用率，使協會更有效地運用資源。

此外，有鑑於總辦事處同工不時接獲會員來電查詢，要求本會寄送《傷青快訊》到有多於一名會員居住的地址時，只需寄送一份《傷青快訊》予住址內所有會員，本會現正更新會員資料庫，並將會員收取快訊的選擇輸入到資料庫當中，以求更妥善地運用協會資源。

如果閣下決定使用傷青會網頁取得《傷青快訊》，或希望本會寄送《傷青快訊》時只需寄送一份予住址內所有會員，請填寫以下的表格，並以傳真(2338-5112)或電郵方式(po@hkfhy.org.hk)，交回總辦事處。如有任何查詢請致電2338-5111總辦事處行政主任(行政及研究)朱先生聯絡。

致行政主任(行政及研究)：

本人_____會員編號_____決定：

使用傷青會網頁獲得《傷青快訊》的最新資訊，傷青會無需再郵寄《傷青快訊》予本人。

與下列居於(住址)_____的會員共同收取一份《傷青快訊》：

會員編號	名字	會員編號	名字



本人亦樂意提供以下電郵地址作將來傷青會聯絡或提供資訊予本人之用。

日期：_____ 簽署：_____

《最佳執行指引》簡介

香港傷殘青年協會處理投訴的政策與程序

繼上一期會訊介紹《最佳執行指引》及本會整筆撥款儲備及公積金儲備資訊後，今期將繼續介紹機構不同層級的投訴處理所涉及的人員、職能及責任，以及機構處理投訴的政策及程序。

香港傷殘青年協會 處理投訴的政策 (取自服務質素標準 15)

(一) 政策目的

本政策及有關程序之目的如下：

- ① 讓服務使用者、家屬及本會的職員知道本身的投訴權利。
- ② 列明本會如何處理接獲的投訴。
- ③ 為處理投訴之職員提供指引及步驟，以便正確及有效處理投訴。

(二) 理念

- ① 本會深信處理投訴的機制，可以有效幫助本會改善服務，提高服務質素。
- ② 本會認為任何人士，包括服務使用者、家屬、公眾人士、團體及職員，均有申訴不滿的自由和權利。本會歡迎他們就協會各項服務，包括但並不限於政策、程序、標準、整筆過撥款津助、個別職員的行動或態度等提出意見及建議。
- ③ 對於任何人士的投訴，本會都本著大公無私的原則處理。
- ④ 本會以開放積極的態度，公正地調查所接獲的投訴，並盡快解決問題。

(三) 保密

- ① 在整個調查過程，本會絕對尊重投訴人及被投訴人的保密權利。
- ② 在處理投訴時，只向有需要知道內情的有關人士透露投訴的內容。

(四) 平等機會

任何人士均享有平等的機會對本會提出投訴，如投訴人因殘疾或其他原因產生嚴重不便，本會將作出可行及合適的處理或安排。

(五) 有效投訴

本會歡迎服務使用者及職員以口頭或書面發表其對協會服務的意見。但為方便跟進工作之進行，一切投訴均須以書面提出。投訴人可自行撰寫投訴信，或由本會同工協助下使用投訴表格作記錄，並具備以下條件：

- ① 清楚而具體的投訴內容
- ② 投訴人的姓名及聯絡方法
- ③ 投訴人同意正式展開投訴處理程序，當接獲投訴所提供的資料充足，本會亦會調查及處理。

(六) 意見及建議

本會作為社會福利署津助的社會福利機構，對社會福利署的意見及建議將會作出跟進，當中包括但並不限於整筆撥款獨立處理投訴委員會所提出的意見及建議。本會在跟進署方任何意見及建議時，將會在不同會議中，包括但並不限於理事會會議、主管會議、員工會議等作出書面紀錄有關跟進的情況。

本會在服務單位設立意見簿，歡迎任何人士以具名或不具名的方法，就本會服務提出意見。本會以不同的方式，包括但並不限於張貼通告或會訊，向會員匯報跟進的情況。

最新修訂日期 09/2014 (服務質素標準 15)

處理投訴的層級

- 1 單位主管層級：處理與單位運作相關的投訴，包括但並不限於單位服務、運作流程，服務使用者及單位職員的投訴。
- 2 行政總監層級：處理與協會運作相關的投訴，包括但並不限於協會整體的政策、程序、人事、資源、整筆過撥款津助的投訴。
- 3 理事會層級：處理與協會運作相關的投訴的上訴。
- 4 社會福利署層級：處理協會未能妥善解決與協會運作相關投訴的上訴。

處理投訴的步驟

單位主管的層級

- 1 任何職員一旦接獲與服務單位運作相關的書面投訴，必須於24小時內將投訴轉交單位主管處理。
- 2 單位主管接獲與單位運作相關的投訴後，單位主管必須於7個工作天內初步處理並回覆有關之申訴，親自向申訴人了解情況，務求從速解決問題。單位主管的回覆須要向行政總監作出備案。
- 3 經過詳細調查後，單位主管必須於21個工作天內以書面回覆申訴人有關調查結果。單位主管的調查結果須要向行政總監作出備案。而有關的調查資料及文件將會存放協會投訴事件的檔案內，只供理事會及行政總監在有需要時才閱覽。

行政總監層級

- 1 任何職員一旦接獲與協會運作相關的書面投訴，必須於24小時內將投訴轉交行政總監處理。
- 2 行政總監接獲與協會運作相關的投訴後或因為不滿意單位主管有關調查結果回覆的投訴後，行政總監必須於7個工作天內初步處理並回覆有關之申訴，親自向申訴人了解情況，務求從速解決問題。行政總監的回覆須要向理事會作出備案。
- 3 經過詳細調查後，行政總監必須於21個工作天內以書面回覆申訴人有關調查結果。行政總監的調查結果須要向理事會作出備案。而有關的調查資料及文件將會存放協會投訴事件的檔案內，只供理事會及行政總監在有需要時才閱覽。

理事會層級

- 1 理事會接獲任何協會運作相關的投訴的上訴，包括但並不限於因為不滿意行政總監有關調查結果回覆的投訴後。理事會必須於7個工作天內初步處理並回覆有關之申訴，理事會將會決定以何種方式向申訴人了解情況，務求從速解決問題。
- 2 經過詳細調查後，理事會必須於21個工作天內以書面回覆申訴人有關調查結果。理事會的調查結果將會在之後的一次理事會會議中作出報告及紀錄，而有關的調查資料及文件將會存放協會投訴事件的檔案內，只供理事會及行政總監在有需要時才閱覽。

社會福利署層級

- 1 如申訴人對理事會的調查回覆不滿意，可以考慮向社會福利署或相關政府部門作出申請訴。而涉及整筆撥款有關的投訴，可以直接向社會福利署的整筆撥款獨立處理投訴委員會作出申訴。

處理投訴的態度

- ① 須以公正、開明及細心之態度處理投訴。
- ② 處理投訴時，不論該投訴是否證明屬實，本會視之為改善或加強服務程序和溝通方法的良機，以確保日後不再有同類事件或問題發生。
- ③ 任何職員一旦接獲投訴，應告知申訴人將其投訴轉交單位主管或行政總監處理，並向申訴人解釋有關程序。

記錄投訴個案

- ① 職員應在投訴記錄表中詳細記錄投訴的資料、過程及其處理手法，並於24小時內轉交單位主管或行政總監處理。
- ② 單位主管或行政總監或理事會應在投訴記錄表中詳細記錄該投訴的處理過程及調查結果。
- ③ 所有投訴的來往信件及其他有關文件均存放在協會投訴事件的檔案內。
- ④ 涉及職員投訴的來往信件及其他有關文件亦會按情況存放在有關人士的個人檔案。
- ⑤ 如本會的投訴涉及社會福利署整筆撥款獨立處理投訴委員會處理，協會將會全面配合整筆撥款獨立處理投訴委員會，按整筆撥款獨立處理投訴委員的要求，適時提供投訴相關的資料及書面紀錄，讓整筆撥款獨立處理投訴委員會可以就投訴進行跟進及調查。

保密

- ① 所有職員在調查和解決投訴問題時，必須遵守下列規定：
 - 基本原則是在處理投訴時，只可向有需要知道內情的人士透露投訴的細節；以及
 - 如申訴人表明需要將資料保密，應特別注意尊重申訴人的保密權利。
- ② 投訴記錄表及投訴檔案應由行政總監保管。只有當行政總監認為有需要時，才應該另備與投訴有關的文件副本，存入有關的服務使用者或職員的檔案內。

避免利益衝突

- ① 所有層級涉及處理投訴的人員如可能出現利或有潛在利益衝突的情況，便需要作出書面申報。
- ② 而所有層級涉及處理投訴的人員是否繼續處理有關的投訴個案，則交由上一個層級作決定。
- ③ 有關的書面利益申報及處理投訴人員的決定將會存放協會投訴事件的檔案內，只供理事會及行政總監在有需要時才閱覽。

讓職員、服務使用者及其家屬知道本會的處理投訴政策及程序

- ① 本會會定期於「傷青快訊」內向服務使用者及家屬介紹本會「處理投訴的政策及程序」。
- ② 單位主管會在新職員入職導向中介紹本會「處理投訴的政策及程序」。

最新修訂日期 09/2014 (服務質素標準 15)

職業訓練局 - 展亮技能發展中心合辦



香港傷殘青年協會



咖啡製作及拉花

編號：VC15001

簡介：本課程是教授學生學會咖啡調製及拉花的知識與技巧，理論與實習並重，讓學生從中獲得實際製作能力，以幫助將來就業之用。

- 課程內容：
1. 咖啡基礎知識及歷史文化
 2. 咖啡貯存之正確方法
 3. 不同研磨及烘焙對沖煮咖啡的影響
 4. 咖啡機及其用具之使用及保養
 5. 奶泡製作技巧
 6. 調配多種咖啡：Espresso, Macchiato, Cappuccino, Café Latte, Flat White Mocha, Vienna Coffee, Americano
 7. 咖啡拉花圖形製作：四葉草，心形，熊仔，葉片
 8. 不同咖啡沖煮方式



日期：18/1/2016 - 24/2/2016
(逢星期一、三)
(8/2/2016 - 10/2/2016 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)

堂數：10 堂

入學條件：對咖啡調製及拉花有興趣者

名額：12 名 (只限本會十五歲或以上之殘疾會員)

費用：\$250 (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：28/12/2015 (星期一)，翌日進行抽籤。

查詢：胡先生 (電話：3112 0351)

備註：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。

僱員再培訓局合辦



香港傷殘青年協會

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)

簡介：本課程是教授學生學會咖啡調製及拉花的知識與技巧，理論與實習並重，讓學生從中獲得實際製作能力，以幫助將來就業之用。

- 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：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；

- 入讀條件：
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

日期及時間：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
--	-------------------------

實習 (逢星期五)	上課時間
2月：26	9:30am - 5:30pm
3月：4, 11	9:30am - 6:30pm
理論課程及期末考核	上課時間
3月：18	9:30am - 5:30pm

- 地點：
1. 個人素養及理論課程：
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
 2. 實習：待定

費用：全免
名額：10 名

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	

- 交通：自行前往上課地點及實習地點，不設復康巴士安排
- 備註：
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

截止日期：2016 年 1 月 9 日 (星期六)

查詢及報名：請直接致電 2759 6408 - 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



香港傷殘青年協會



殘疾及工傷康復人士半日制
僱員再培訓課程 (非就業掛鈎)

花藝設計及應用II基礎證書 (兼讀制) (課程編號: FY008HS-3)

- 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。

- 入讀條件:
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。

日期及時間: 2016年2月20日至2016年3月12日
(逢星期六, 共4日, 24小時)

2月份: 20、27

3月份: 5、12

10:00am - 5:15pm (1:00pm - 2:15pm 午膳時間)

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. 學員的總出席率須達課程之最低要求 (80%)

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: 10名

交通: 自行前往, 不設復康巴士安排

截止日期: 2016年1月25日 (星期一)

查詢及報名: 請直接致電: 2759 6412 - 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



香港傷殘青年協會



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
(逢星期一至五, 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至4月8 (7:00pm - 9:45pm) 及

4月11至4月18 (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 - 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

馬來西亞檳城 5天之旅



本年度活動中心的外遊活動已於2015年9月13至17日(星期日至星期四)順利完成。這次目的地是一處致力保存傳統建築、文化及宗教特色的地方：馬來西亞－檳城。據當地導遊表示這是一處擁有超過5個或以上宗教信仰的地方，儘管宗教數目繁多，但他/她們也互不干預，相處融洽，形成友善社區的文化；另外由於宗教背景濃厚，不同時間也會有不同慶典，因此假期數量十分豐富，1年365日當中便有超過一半或以上的日子是假期，在假期的日子裡，當地人也不太愛四處走走，而多會選擇留在家中與親人相聚及休息。「檳城」的確是一處讓都市人放鬆心情及放慢腳步的好去處。

今次行程我們參觀的景點除了觀看真人採摘椰子、走訪周姓氏橋、參觀錫器禮品城和其他一些文化古蹟/舊屋，還少不了大家喜愛的購物、shopping，所以在5日4夜裡參加者、義工及同事可以說得上是共過患難，因為大家也要極力抵擋本土物品和食物的誘惑，當然最後也是帶著笑臉敗陣回港。

活動得以順利完成，中心及筆者十分感謝當地機構－美門的協助以及一眾義工的幫忙，期望下次外遊活動能與各會員遊歷更遠的地方，請繼續多多支持「傷青會」的活動。

軒 sir





傳愛心義工組 — 全賴有您午宴

傳愛心義工組於2015年10月10日(星期六)假樂富廣場富臨皇宮舉行「全賴有您午宴」活動。「全賴有您」並非一般的聚餐活動，活動包含了嘉賓分享元素，今年正值協會成立45周年，義工組以中心班組活動為主題，邀請到口琴班學員葉福成先生和鍾炳林先生，以及詠春班學員劉捷安先生到場，與參加者作分享他們參與中心班組活動後的成長和轉變。三位更即席為在場人士分別作口琴演出及詠春示範，掀起全場高潮。



傳愛心義工組 X 青年義工小組 中秋聯合探訪活動

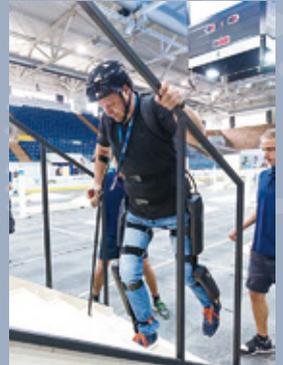
中心傳愛心義工組與青年義工小組首次擁手合作，於2015年9月19及20日(星期六及日)一同上門探訪中心多名會員，藉此送上我們的關懷和祝福，與受訪者分享中秋節日的喜悅。感謝「滙豐愛心傳城義工大行動」捐贈百福袋，以及「志蓮淨苑義工組」、「喜善中餐廳」和「美心集團」捐贈月餅，讓協會會員同時感受到節日氣氛和溫暖。



Cybathlon 2016 “人機體育大賽” (P1610001)

全球第一屆“人機體育大賽”(Cybathlon)將於2016年10月在瑞士舉行。有別於一般的運動比賽，除了參加該賽事的運動員均為殘疾人士，Cybathlon鼓勵參賽者使用最好的電子器械或技術來幫助參加者取得勝利，藉此鼓勵更多輔助科技的開發，最終使到更多有肢體殘障人士受惠。傷青會將計劃與本地7所機構/公司合作，安排會員參與這場盛事。有興趣的會員朋友可填寫下列的報名表格交回中心。經合作機構/公司選擇及配對合適的會員後，將共同研發參賽的輔助工具，並在明年10月遠赴瑞士參與比賽。

查詢：2337-9311 Donald (吳先生)
詳情可參閱：www.cybathlon.ethz



姓名：	會員編號：	年齡：	性別：
聯絡電話：	學歷：		
殘疾類別： <input type="checkbox"/> 肢體傷殘 <input type="checkbox"/> 小兒麻痺 <input type="checkbox"/> 長期病患 <input type="checkbox"/> 精神病 <input type="checkbox"/> 痙攣 <input type="checkbox"/> 截肢 <input type="checkbox"/> 癱瘓 <input type="checkbox"/> 弱聽 <input type="checkbox"/> 弱視其他 (請註明：_____)			
健全部份： <input type="checkbox"/> 左手 <input type="checkbox"/> 右手 <input type="checkbox"/> 左腳 <input type="checkbox"/> 右腳 <input type="checkbox"/> 大腦腳 <input type="checkbox"/> 身軀 <input type="checkbox"/> 視覺 <input type="checkbox"/> 聽覺			
輔助工具： <input type="checkbox"/> 手推輪椅 <input type="checkbox"/> 電動輪椅 <input type="checkbox"/> 助行架 <input type="checkbox"/> 手杖 <input type="checkbox"/> 腳架 <input type="checkbox"/> 其他：_____ <input type="checkbox"/> 不需要使用任何輔助工具			

- * 報名者請填妥報名表格，(1) 郵寄、(2) 傳真、(3) 電郵或(4) 親身遞交至本會賽馬會活動中心(中心聯絡資料請見快訊封底)
- ** 參加者將會由本會及活動合作機構因應最終比賽項目的實際情況所揀選，合適的報名者或需要參與面試。
- *** 協會正與合作機構商討有關活動詳細內容，如最終未能達成共識，活動將會取消。

藝術成長小組

由2015年9月至11月一連八節的藝術成長小組，共10位傷青會年青朋友一起運用不同的藝術手法，透過不同活動，從多方面了解自己的特質和能力，發揮創意，創造出世上獨一無異的作品，因為每件作品都代表組員的一項潛能，組員從藝術創作中嘗試去尋找自己的目標，從而達到個人成長。

在過程中，組員嘗試了多種未曾運用過的材料，塑造出代表自己的動物、個人情緒面譜、朱古力金字塔和故事創作等，每次都有別開新面的藝術作品，組員在創作期間更會互相支持和鼓勵，表現出傷青會年青和活力的一面，盼望傷青的年青朋友能繼續發揮這種精神，發揮潛能，努力實踐自己的目標。



Mission Is Possible

成長，伴隨著挑戰，思維，影響著行為，
把不可能的任務化為可能，改變故有的思考模式，
挑戰自我，成就更多的不可能，你們做到了，恭喜恭喜。



小組來到第七節，
組員雖然都帶著疲憊的身軀，
仍能保持燦爛的笑容



沖調一杯美味鮮奶咖啡
的第一3步：準備咖啡粉



作戰會議進行中，
各隊員都非常緊張~!!



兩兄弟聚精匯神地
沖調咖啡中



大功告成，大家又估唔估到
呢隻係咩來呢？^o^

有關輪椅使用者 乘坐港鐵前往活動中心安排

由於樂富站正進行升降機翻新工程，輪椅使用者無法使用樂富站乘坐港鐵前往中心，有關工程預計於2016年6月完成。工程期間，港鐵已提供「易達車」服務，接送使用輪椅的乘客往來樂富和相鄰有客用升降機的车站，有需要的輪椅乘客可致電2926-7311與樂富站當值站長聯絡以作安排。由於預計樂富站對「易達車」服務有巨大的需求，因此，港鐵公司建議使用「易達車」服務的輪椅乘客於規劃行程時預留足夠的等待時間。前往中心的輪椅使用者，亦可考慮乘坐巴士（2B、2F、7、7B、11D、84M、103等）往返樂富。

更多「殘疾青年計劃」活動

親子園野燒一燒
P1601014
16/1/2016 (星期六)

邊搵、邊拍·遊古「城」
P1601015
24/1/2016 (星期日)

樂玩桌遊
「矮人金礦(Saboteur)
P1510013
6/2/2016 (星期六)

截止日期：2015年12月23日(星期三)

抽籤日期：2015年12月30日(星期三)

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

星期二、六

上午9:30 至晚上9:30

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

精神健康你要知 編號：A1601077

日期：08/01/2016(星期五) 地點：活動中心
 時間：11:00am - 12:30pm 名額：20名
 費用：會員：免費(自行前往)/\$10(復康巴)
 非會員：\$10(自行前往)/\$20(復康巴)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：香港人幾乎個個都有壓力，部分人甚至情緒受困擾。你自己和身邊人的精神是否受到困擾呢？利民會友樂坊(黃大仙)的社工將會介紹常見的精神病，講解一般精神健康的評估，以及簡介社區資源。齊來積極面對人生，關注精神健康。
 備註：利民會友樂坊(黃大仙)是社會福利署資助的一間精神健康綜合社區中心，為精神病康復者、懷疑情緒受困擾人士及其家屬/照顧者和黃大仙區內居民提供社區支援及精神復康服務。
 查詢：張姑娘

賀年南瓜糕製作班 編號：A1602080

日期：01/02/2016(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：\$80(自行前往)/\$90(復康巴)
 非會員：\$100(自行前往)/\$110(復康巴)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：賀年糕點除了蘿蔔糕、芋頭糕等，不妨試試黃金南瓜糕。導師將會講解如何製作南瓜糕，齊來製作新款賀年糕點應節吧！
 查詢：張姑娘

水仙花雕刻浸養班 編號：A1601079

日期：11/01/2016(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：\$90(自行前往)/\$100(復康巴)
 非會員：\$110(自行前往)/\$120(復康巴)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：農曆新年將至，你想要一盆漂亮的水仙花作擺設嗎？不如由導師教你親手雕刻企頭水仙和蟹爪水仙，親自為家居添上新年氣氛。
 查詢：張姑娘

戶外活動篇

新春素菜宴 編號：A1602081

日期：23/02/2016(星期二) 地點：灣仔樂農素食
 時間：11:30am - 1:00pm 名額：20名(包括6名輪椅使用者)
 費用：生日會員：\$90(自行前往)/\$100(復康巴)
 非生日會員：\$105(自行前往)/\$115(復康巴)
 非會員：\$120(自行前往)/\$130(復康巴)
 交通：復康巴或自行前往
 內容：前往灣仔樂農素食餐廳，品嚐素菜宴。
 菜單如下：1. 雪耳南瓜羹 5. 白靈菇扒蘭花
 2. 招牌南乳齋煲 6. 有咖哩右雞
 3. 梅子千層 7. 健康炒飯
 4. 焗古嚕古菇 8. 生磨合桃露
 備註：1. 於一月、二月生日之會員優先。
 2. 菜單如有任何更改，將不作另行通知。
 查詢：張姑娘

剪髮活動 編號：A1503086-6

日期：26/01/2016(星期二) 地點：活動中心
 時間：10:30am - 12:30pm 名額：12名
 交通：復康巴或自行前往
 費用：只限會員：免費(自行前往)/\$10(復康巴)
 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，協會會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. 參加者必須在10:30前到達活動中心，如參加者遲於上述時間到達中心，協會會權取消其剪髮機會；
 6. 請參加者必需自備毛巾。
 查詢：Donald(吳先生)

動物醫生探訪 編號：A1602078

日期：27/02/2016(星期六) 地點：活動中心
 時間：3:00pm - 4:30pm 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：一群可愛的動物醫生來到傷青會與大家見面，齊齊玩遊戲，欣賞牠們精彩的表演，歡度週末的下午。
 備註：動物醫生透過推行動物輔助活動和治療，為病人及有需要人士帶來生理和心理的健康療效；同時教育市民，彰顯動物為人類帶來的貢獻，宣揚愛護動物，尊重生命的信息。
 如對動物有敏感或有恐懼的人士，並不建議參與此活動。
 查詢：張姑娘

素食DIY@一、二月 編號：C1601049

日期：14/01 - 04/02/2016(逢星期四) 地點：活動中心
 時間：10:30am - 2:30pm 堂數：4堂
 交通：自行前往 名額：12名
 費用：\$40(會員)/\$60(非會員)
 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)

參觀醫療輔助隊總部 編號：A1601076

日期：15/01/2016(星期五) 地點：何文田醫療輔助隊總部
 時間：2:30pm - 4:30pm 名額：20名(包括6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：醫療輔助隊是一支由志願人員組成的隊伍，主要工作包括為政府部門和非牟利機構提供免費的急救服務，以及為有需要的市民免費提供非緊急救護車載送服務等等。
 是次參觀活動除了認識醫療輔助隊的運作，更有機會一睹醫療輔助隊所使用的救護車的內部結構，以及其珍貴的歷史物品和相片。
 查詢：張姑娘

戶外活動篇

參觀香港3D奇幻世界 編號：A1601082

日期：19/01/2016(星期二) 地點：尖沙咀
 時間：10:00am - 2:00pm 名額：20名
 費用：會員：\$90(自行前往)/\$100(復康巴)
 非會員：\$110(自行前往)/\$120(復康巴)



交通：復康巴或自行前往

內容：上午先前往香港3D奇幻世界(HK 3D Museum)欣賞館內的超視覺3D畫作，除固定的常設展覽區域外，是次還有以日本卡通人物為主題的新特設展覽，拍出有如置身其中的生動有趣的照片。其後下午前往紅磡置富都會廣場自費午餐。

備註：1. 香港3D奇幻世界是本港首個3D美術館，佔地面積13,000平方尺，展出60件3D畫作，參觀人士可以近距離接觸各展品，感受一場前所未有的視覺盛宴！

2. 請自帶相機參觀香港3D奇幻世界。

查詢：阿浩(馬生)

新春行花市2016 編號：A1602083

日期：02/02/2016(星期二) 地點：維多利亞公園
 時間：11:30am - 3:30pm 名額：20名
 費用：會員：\$10(自行前往)/\$20(復康巴)
 非會員：\$30(自行前往)/\$40(復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：上午先前往筲箕灣愛東商場自行午餐，其後逛遊維多利亞公園年宵市場，感受2016年第一天的年宵氣氛。

備註：此活動將有「沙田麗豪酒店義工團」一同參與。

查詢：阿浩(馬生)

齊齊燒烤 編號：A1602084

日期：16/02/2016(星期二) 地點：屯門虎地
 時間：2:00pm - 5:00pm 名額：20名
 費用：會員：\$90(自行前往)/\$100(復康巴)
 非會員：\$110(自行前往)/\$120(復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：前往燒烤樂園任食，每位已包括開爐費、水及汽水各一瓶。

食物如下：

牌金沙滑	香蒜豬扒	蜜汁叉燒粒
黑椒牛扒	咖哩雞串	蒜香雞中翼
黑椒雞中翼	香辣雞扒	照燒雞腎
咖哩魷魚	德國煙肉片	鹽燒多春魚
脆皮芝士腸	蜜糖腸仔	上海大紅腸
爽口魚蛋	彈牙牛筋丸	爽口墨魚丸
魚肉燒賣	日式獅子狗	爽脆脆玉瓜
炭燒茄子	香甜粟米	香脆豆腐卜
方包	和味烘蕃薯	

備註：如菜單內容有所更改，將不作另行通知。

查詢：阿浩(馬生)

釣蝦尋樂趣 編號：A1601085

日期：29/01/2016(星期五) 地點：天水圍
 時間：12:00nn - 4:30pm 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)



交通：復康巴或自行前往

內容：上午先前往天澤商場「龍都酒家」享用中式午飯，然後下午前往「幸福山莊」，嘗試參與釣蝦的樂趣，體驗另類的2小時休閒活動。

備註：1. 午餐地點若有任何更改，將不作另行通知。

2. 以上費用已包括午餐圍餐費、魚餌和竿。

3. 根據場地指引，凡釣上來的蝦都必須購買，此費用需參加者自行負責，每斤蝦\$98，約10多隻。

4. 場地只有提供普通的男/女洗手間，而洗手間門口亦有3個梯級，請參加者須因應情況而報名。

5. 如對釣蝦內容有任何查詢，歡迎與馬生聯絡後再決定是否報名。

查詢：阿浩(馬生)

黃大仙東頭愛笑俱樂部V 編號：A1601086

日期：05/01/2016(星期二) 地點：東頭社區會堂
 時間：9:00am - 11:00am 名額：10名
 費用：免費 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)

獨樂不如眾樂 編號：A1602087

日期：28/02、05/03/2016(星期日)
 時間：(28/02)：10:30am - 3:30pm
 (05/03)：小西灣衛理中學
 地點：(28/02)：日營地(待定)
 (05/03)：小西灣衛理中學

人數：15名(包括4名輪椅使用者)

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：透過兩次連繫性活動，將與小西灣衛理中學的義工前往日營地一同眾樂，聚在一起，經歷充滿精彩的活動。第二次聚會亦將會前往小西灣衛理中學，讓傷青會員加深認識青年義工於學校的生活，一同製作趣味手工藝。

備註：1. 此活動與小西灣衛理中學合辦。

2. 參加者必須出席以上兩個日期所舉辦的活動。

3. 由於日營地還在確認當中，如活動有所更改，將與個別中簽者聯絡。

查詢：阿浩(馬生)

社區共融活動篇

傷青「心」導行 - 「樂」遊赤柱尋踪 編號：P1504004-3

日期：02/01/2016 (星期六) 交通：復康巴或自行前往
 時間：2:00pm - 4:00pm 內容：活動將與天主教明德學校合作，小學同學仔將會化身小導遊與你遊歷赤柱大街，敬請萬勿錯過。
 地點：赤柱 備註：1. 活動與天主教明德學校合辦； 3. 請參加者預早進食午餐；
 節數：1節 2. 參觀時將會與小學生一同分組； 4. 活動時請穿著輕便衣著。
 名額：15名 查詢：軒sir
 費用：免費

傷青「心」導行 - 「樂」探科學奧秘

編號：P1504004-4
 日期：30/01/2016 (星期六) 節數：1節
 時間：10:00am - 12:00nn 名額：15名
 地點：科學館 費用：免費
 交通：復康巴或自行前往
 內容：活動會與嘉諾撒聖瑪利書院合作，她們將會帶領大家前往科學館，探索科學奧秘，成為新一代科學知識份子，手快有，手慢就…！！
 備註：1. 活動與嘉諾撒聖瑪利書院合辦；
 2. 參觀時將會與中學生一同分組；
 3. 請參加者預早進食早餐；
 4. 活動時請穿著輕便衣著。
 查詢：軒sir

傷青「心」導行 - 「樂」遊沙田城

編號：P1504004-6
 日期：20/02/2016 (星期六) 節數：1節
 時間：10:00am - 12:00nn 名額：15名
 地點：沙田市區 費用：免費
 交通：復康巴或自行前往
 內容：活動會與基督書院合作，同學已設計一系列路線帶大家認識沙田市區，如愛好拍照的你又怎能放棄今次機會呢！！
 備註：1. 活動與基督書院合辦；
 2. 活動場地會途經沙田市鎮公園、Snoopy Land及新城市廣場
 3. 參觀時將會與中學生一同分組；
 4. 請參加者預早進食早餐；
 5. 活動時請穿著輕便衣著。
 查詢：軒sir

傷青「心」導行 - 「樂」遊啟德郵輪碼頭

編號：P1504004-5
 日期：06/02/2016 (星期六) 節數：1節
 時間：10:00am - 12:00nn 名額：15名
 地點：啟德郵輪碼頭 費用：免費
 交通：復康巴或自行前往
 內容：活動會與福建中學合作，中學同學將會與大家一同前往啟德郵輪碼頭，參觀香港數一數二最宏大的郵輪碼頭，機會難得，請趕快報名！！
 備註：1. 活動與福建中學合辦；
 2. 參觀時將會與中學生一同分組；
 3. 請參加者預早進食早餐；
 4. 活動時請穿著輕便衣著。
 查詢：軒sir

傷青「心」導行 - 「樂」遊獅子會自然教育中心

編號：P1504004-7
 日期：27/02/2016 (星期六) 節數：1節
 時間：10:30am - 1:30pm 名額：15名
 地點：獅子會自然教育中心 費用：免費
 交通：復康巴或自行前往
 內容：活動會與嘉諾撒聖瑪利書院合作，同學們會與大家參觀獅子會自然教育中心，一同享受綠色自然的美之外，名額有限，快報名吧！
 備註：1. 活動與嘉諾撒聖瑪利書院合辦；
 2. 參觀時將會與中學生一同分組；
 3. 請參加者預早進食早餐；
 4. 活動時請穿著輕便衣著。
 查詢：軒sir

家家友凝 - 千人健步行 編號：P1601016

日期：17/01/2016 (星期日) 地點：沙田白石角海濱長廊
 時間：2:00pm - 4:00pm 名額：20名
 費用：免費 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。
 「千人健步行」是「家家友凝」計劃其中一項重點活動，參加者需要由沙田白石角海濱長廊出發，沿海濱長廊一同步行，全程約2公里。
 到達終點後，大會備有小活動供參加者參與、藉健步行和小活動帶出社區共融及家庭和諧的信息。
 備註：1. 曾參與「家家友凝」義工招募計劃者優先；
 2. 活動需要步行一段路，參加者須因應情況而報名；
 3. 活動由黃大仙區議會贊助。
 查詢：Donald (吳先生)

家家友凝 - 橫樂分區重聚日 編號：P1601017

日期：10/01/2016 (星期日) 名額：20名
 時間：1:00pm - 3:00pm 費用：免費
 地點：九龍城浸信會長者鄰舍中心 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。
 「橫樂分區重聚日」是橫頭磡邨及樂富邨分區社福機構會員一同舉辦的活動，藉遊戲活動、小食聚會讓大家彼此學習、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)

強身健體篇 (適合任何年齡人士)

詠春健體運動班 編號：C1601047

日期：13/01 - 24/02/2016 (逢星期三, 10/02 除外)

時間：2:30pm - 4:00pm 名額：15名

地點：活動中心 堂數：6課

導師：Henry Yu

費用：會員：\$90 (自行前往) / \$120 (復康巴)
非會員：\$120 (自行前往) / \$150 (復康巴)

交通：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. 活動由 Terre Plurielle Bouygues Construction Corporate Foundation 贊助。

查詢：張姑娘

詠春健體運動班 (深造班) 編號：C1601055

日期：13/01 - 24/02/2016 (逢星期三, 10/02 除外)

時間：4:00pm - 5:00pm 名額：10名

地點：活動中心 堂數：6課

導師：Henry Yu 交通：自行前往

費用：會員：\$60 非會員：\$80

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. 曾參與「詠春健體運動班」之參加者，將優先參與。
活動由 Terre Plurielle Bouygues Construction Corporate Foundation 贊助。

查詢：張姑娘

藝術篇

初階木結他班 編號：C1601048

日期：11/01 - 29/02/2016 地點：活動中心
(逢星期一, 08/02 除外) 名額：7名

時間：7:30pm - 8:30pm 導師：CT Kwok

堂數：7課 交通：自行前往

費用：\$205 (會員) / \$240 (非會員)

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

口琴合奏班 VIII 編號：C1602054

日期：17/02 - 30/03/2016 (逢星期三) 地點：活動中心

時間：8:00pm - 9:00pm 名額：10名

地點：賽馬會活動中心活動室 堂數：7課

交通：復康巴或自行前往 導師：Kan Sir

費用：會員：\$140 (自行前往) / \$175 (復康巴)

非會員：\$160 (自行前往) / \$195 (復康巴)

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. 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\$100學費。

查詢：阿浩 (馬生)

二胡延續 XXXXIV 編號：C1602053

日期：19/02 - 15/04/2016 地點：賽馬會活動中心活動室
(逢星期五, 25/03 除外) 名額：8名

時間：7:30pm - 9:00pm 導師：謝先生

堂數：8課

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 (黃先生)

迷你五代同堂果黏土製作 編號：C1601051

日期：13/01 - 27/01/2016 (逢星期三) 地點：賽馬會活動中心活動室

時間：2:30pm - 4:00pm 導師：魏太

堂數：3課 名額：10名

費用：會員：\$85 (自行前往) / \$100 (復康巴)

非會員：\$105 (自行前往) / \$130 (復康巴)

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迷你五代同堂果。

備註：1. 請自備存氣膠盒以保存樹脂黏土；
2. 此活動收費已包括一個作品的盛器；

查詢：阿浩 (馬生)

絲襪花迷你蓮花製作 編號：C1602052

日期：03/02 - 24/02/2016 (逢星期三, 除10/2外)

時間：2:30pm - 4:00pm

地點：賽馬會活動中心活動室

堂數：3課

導師：魏太

名額：10名

費用：會員：\$70 (自行前往) / \$85 (復康巴)

非會員：\$90 (自行前往) / \$105 (復康巴)

交通：復康巴或自行前往

內容：利用色彩鮮豔的絲襪料做出迷你蓮花擺設。

備註：1. 請自備膠盒以盛載製成品；
2. 此活動收費已包括一個作品的盛器；

查詢：阿浩 (馬生)

SUN潮派(殘疾青年活動)

參觀葛量洪號滅火輪展覽館 編號：A1601072

日期：31/01/2016(星期日) 節數：1節
 時間：3:00pm - 5:00pm 名額：15名
 地點：葛量洪號滅火輪展覽館 交通：復康巴或自行前往
 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)
 對象：35歲或以下殘疾青年
 內容：是次活動將帶領大家參觀香港博物館收藏體積最大的展品----2002年退役的滅火輪「葛量洪號」，一同尋回1953年香港製造的龐大守護者。
 備註：1. 活動設有導賞及自由活動時段；
 2. 請注意，場內不準飲食；
 3. 請自備防曬及防蚊用品；
 4. 活動時請穿著輕便衣著；
 5. 如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內。
 查詢：軒sir

承風飛翔—與大學義工交流認識 編號：A1601073

日期：13/02/2016(星期六) 節數：1節
 時間：2:00pm - 5:00pm 名額：15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 對象：適合35歲或以下殘疾青年
 內容：活動將會與香港理工大學社會服務團「木棉」合作，屆時將會出現一系列好玩又刺激的遊戲，考驗你、挑戰你，以及食物製作，更會有茶點和分享時段。若果想知多些，你懂要怎樣做的！！
 備註：1. 活動與香港理工大學社會服務團合辦；
 2. 請參加者預早進食午膳；
 3. 活動時請穿著輕便衣著。
 4. 如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內。
 查詢：軒sir

殘疾青年計劃

親子園野燒一燒 編號：P1601014

日期：義工認識日 14/01/2016(星期四)	親子園野燒一燒 16/01/2016(星期六)
時間：7:30pm - 8:30pm	10:30am - 2:30pm
地點：賽馬會活動中心	香港仔郊野公園傷健樂園
交通：復康巴或自行前往	復康巴或自行前往

名額：15名
 對象：35歲或以下殘疾青年及其父母參與
 費用：會員收費：\$20(自行前往)/\$30(復康巴)
 非會員：\$40(自行前往)/\$50(復康巴)
 內容：與青年義工於大自然環境中，嘗試用燒烤又以外的用具燒烤，例如紙箱焗爐，去烹飪一個美味的午餐。
 備註：1. 參加者連同家人參與活動將優先報名；
 2. 請穿著輕便服飾；
 3. 活動需步行一小段平路；
 4. 活動由 Terre Plurielle Bouygues Construction Corporate Foundation 贊助。
 查詢：鄭SIR

拍拍·影影齊出「城」 編號：P1601015

日期：24/01/2016
 時間：9:30am - 1:00pm
 地點：九龍寨城公園及活動中心
 名額：12名
 費用：\$10(自行前往)/\$20(復康巴)
 內容：1. 遊走九龍寨城公園，由義工導賞員帶領認識九龍城
 2. 齊齊拍攝特色景物、景點，互相切磋學習。即使用手機、傻瓜機也可以拍出靚相。
 3. 與義工一同分享相片，分享對九龍城的觀感。

自然藝術環節 - 自由約 編號：A1601074

日期：14/02/2016(星期日) 節數：1節
 時間：2:00pm - 4:00pm 名額：15名
 地點：西九海濱長廊 交通：復康巴或自行前往
 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)
 對象：適合25歲或以下殘疾青年
 內容：街頭舞蹈、潮流音樂、手作市集為活動注入青春氣息，不論你是潮流一族，或者文青份子，也不妨試試吧！！
 備註：1. 請參加者預早進食午膳；
 2. 請自備防曬及防蚊用品；
 3. 活動時請穿著輕便衣著；
 4. 如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內。
 查詢：軒sir

熱燙膠珠製作班 編號：A1601075

日期：21/02/2016(星期日) 節數：1節
 時間：2:30pm - 4:00pm 名額：15名
 地點：中心 交通：復康巴或自行前往
 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)
 對象：適合25歲或以下殘疾青年
 內容：熱燙膠珠是近年大熱手工藝之一，顏色繽紛外，亦可幻化不同圖案，重點是操作簡單，易上手！！
 備註：1. 請參加者預早進食午膳；
 2. 活動時請穿著輕便衣著；
 3. 鳴謝聖誕愛心大行動基金贊助；
 4. 如報名者年齡超過要求，其報名將不會計算在內。
 查詢：軒sir

樂玩桌遊 --「矮人金礦(Saboteur)」

編號：P1510013
 日期：06/02/2016(星期六) 名額：10名
 時間：10:30am - 11:30am 對象：35歲或以下殘疾青年
 地點：賽馬會活動中心活動室 費用：免費
 交通：自行前往
 內容：小矮人們在礦坑中賣力地工作，期望能夠挖到金礦，然而當中卻有幾個想獨吞礦藏的壞蛋，暗中搞破壞。假如好人們成功開闢一條通往寶藏的隧道，他們便可以得到金塊，反之，壞蛋們便能得到金塊。金塊最終鹿死誰手，這全憑各位的本事了。
 活動將會介紹「桌上遊戲」--「矮人金礦(Saboteur)」的玩法，參加者將會一同試玩該遊戲，共同享受桌上遊戲的樂趣。
 備註：1. 活動備有小食及飲品；
 2. 活動完結後，參加者可繼續使用上述桌上遊戲用品至下午1:00；
 3. 活動由青年義工小組負責；
 4. 活動由 Terre Plurielle Bouygues Construction Corporate Foundation 贊助。
 查詢：Donald(吳先生)

對象：35歲或以下的殘疾青年參與；
 備註：1. 參加者需帶備相機或有攝影功能的手提電話；
 2. 活動不設午膳時間，但會提供小食及紙包飲品；
 3. 如需要請自備防蚊、防曬用品及飲用水；
 4. 活動由 Terre Plurielle Bouygues Construction Corporate Foundation 贊助。
 查詢：陳SIR



近年打開電視、電腦、潮流雜誌都離不開運動健身主題，瑜伽、做Gym(器械阻力)、Boxing等等...

以上介紹的健身主題主要推廣對象是健全人士，對傷殘人士既健身資訊則很少，幾乎是零，設計一些健身動作給肢體傷殘人士以提昇體能，實在是困難重重！學堂聯同經驗健身教練，經長時間試驗健身動作給肢體傷殘人士以訓練體能，希望能輕鬆應付日常生活上體能所需。

變靚D--體能提升計劃已舉辦四期，反應良好，學員亦有正面的回饋。為鼓勵各學員繼續運動，今期課程將會向學員免費送出瑜伽橡筋帶一條。



變靚口

體能提升計劃 第五期 ***

- | | | | |
|-----------|---|-----------|----------------------|
| 編號 | TMAP1511039 | 堂數 | 4堂 |
| 日期 | 22/1 - 19/2/2016 (逢星期五, 12/2 除外) | 名額 | 10 |
| 時間 | 10:30am - 12:00nn | 交通 | 自行前往 |
| 地點 | 活動中心/摩士公園 | 費用 | \$100(會員)/\$120(非會員) |
| 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 | <ol style="list-style-type: none"> 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。 | | |

「柔力球」是融合傳統太極與現代球類競技的運動，集健身性、娛樂性、趣味性、競技性、表演性和活動方式多樣性於一身，是具有多向性的新興優秀體育項目。進行柔力球運動時，需要全身運動配合，大肌肉群和各部分的小肌肉群也會一同參與，使肌肉及關節得到合理的刺激和鍛鍊，從而增加了肌肉的力量，也增加對關節的保護性，也減緩了肌肉的萎縮及關節的退化，亦能對頸椎、腰椎、肩周炎和其他關節疾病都有助舒緩痛楚及達至改善效果；傷青會與殘疾人士經過幾年來的參與及改良，讓這一運動特別適合殘疾人士及長者參與的運動。

於2016年3月至8月，傷青動力學堂得到領展「愛·匯聚計劃」資助，舉行「社區共融·柔力球·健康推廣計劃」，透過完成以下訓練班，課堂表現理想者，將代表學堂擔任「推廣大使*」，走訪黃大仙區不同學校及機構宣揚柔力球運動，一起分享柔力球運動的樂趣及好處，培養社區人士對柔力球運動的興趣。

*成為推廣大使之會員，推廣期間將獲發義工津貼及傷青柔力球隊服。



動感柔力球 *

- | | | | |
|-----------|---|-----------|----------------|
| 編號 | TMAP1603045 | 堂數 | 8堂 |
| 日期 | 10/3 - 28/4/2016 (逢星期四) | 名額 | 10人(只限傷殘會員) |
| 時間 | 8:00pm - 9:30pm | 地點 | 賽馬會活動中心 / 樂富廣場 |
| 費用 | 免費
(參加者須繳交按金\$80，若出席滿7堂或以上將全數退回按金、出席滿5-6堂將退回一半按金、只出席滿4堂或以下將全數沒收按金。) | 交通 | 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 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 此活動由領展「愛·匯聚計劃」資助； 2. 柔力球運動由「動感柔力球」教練教授； 3. 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； 4. 上課用柔力球及球拍，由本學堂借出，或參加者自備； 5. 請自備水及毛巾。 | | |



截止日期：2015年12月23日(星期三)

抽籤日期：2015年12月30日(星期三)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

輪椅網球小組 1-2月 ** 編號：TMAP1511042

日期：16/01 - 27/02/2016 (逢星期六，13/02/2016除外)

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 費用：\$30

名額：10名(只限傷殘會員) 交通：自行前往

- 內容：1. 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。

伸展瑜伽(日) 1-3月 ** 編號：TMAP1511040

日期：28/01 - 17/03/2016 (逢星期四，11/02/2016除外)

時間：11:00am - 12:00nn

地點：活動中心

堂數：8堂

導師：Shirley Tse

名額：15名(只限傷殘會員)

費用：\$180(自行前往)/\$220(復康巴)

交通：自行前往或復康巴

內容：透過不同瑜伽式子加強肌肉伸展，有助改善關節活動能力。伸展瑜伽可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，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. 本會提供瑜伽蓆於上課時使用或參加者自備；
4. 請參加者自備毛巾和水；
5. 參加者於活動當日穿著舒適衣服便可。

伸展瑜伽(練習2) ** 編號：TMAP1511041

日期：06/01 - 27/01/2016 (逢星期三) 堂數：4堂

時間：5:30pm - 6:30pm 名額：15名(只限傷殘會員)

地點：活動中心 費用：免費/\$20(非會員)

交通：自行前往

內容：透過不同瑜伽式子加強肌肉伸展，有助改善關節活動能力。伸展瑜伽可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. 參加者必須已參加過往由本會舉辦的伸展瑜伽學員方可報名，包括伸展瑜伽(日)或(晚)班；
2. 此活動沒有提供瑜伽導師，學員需自行練習動作；
3. 活動適合男、女會員參與，包括企立會員及輪椅使用會員；
4. 本會提供瑜伽蓆於上課時使用或參加者自備；
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；
7. 參加者必須出席最少三堂，否則需支付\$60場地及行政費用。

悠然自得太極拳班 * 編號：TMAP1601043

日期：25/01 - 07/03/2016 (逢星期一，08/02/2016除外)

時間：7:30pm - 9:00pm 地點：活動中心

堂數：6堂 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。

動感柔力球入門班 7 * 編號：TMAP1601044

日期：09/01 - 27/02/2016

(逢星期六，23/01/2016、13/02/2016除外)

時間：11:30am - 1:00pm 名額：10人(只限傷殘會員)

堂數：6堂 費用：\$80

地點：賽馬會活動中心 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；
5. 參加者若出席率達85%或以上可獲退還學費\$50。

悉心童行嘉許禮暨傷健同樂日 **

編號：TMAP1601046

日期：30/01/2016(星期六) 堂數：日營

時間：11:00am - 4:00pm 地點：香港浸會園

名額：15人(只限傷殘會員)

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：與香港紅十字會少年團團員及其家人一起參與互動集體遊戲、營地分組活動，並於營地內享用午膳

- 備註：1. 此活動由香港紅十字會青年及義工事務部(新界西總部)舉辦；
2. 費用已包括營地午膳；
3. 請自備防曬及防蚊用品；
4. 活動時請穿著輕便衣著；
5. 請自備飲用食水。

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；
- 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。
- 8 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：

1. 總辦事處 2338 5111； 3. 傷青動力學堂 2338 5133 / 6623 5615（外出活動電話）；
2. 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