



香港傷健協會

Hong Kong PHAB Association

# 九龍東傷健中心 2021年10-12月通訊



## 中心偶到服務已恢復

中心服務陸續恢復，為保障健康，凡參加活動/進入中心/使用會車等，請各位務必遵守以下指示：

### 1. 必需正確配戴口罩，避免除下

#### 2. 請遵從以下防疫措施：

- 2.1 登記姓名、聯絡電話、14 天內有沒有外遊、14 天內有沒有與確診者之密切接觸者/海外回港人士見面、14 天內居住的樓宇有沒有確診人士
- 2.2 清潔雙手
- 2.3 量度體溫，如果檢測後發現屬於高溫，即 37.5°C 或以上，可以稍作休息後再探測一次，如果探測後仍然屬於高溫，即 37.5°C 或以上，職員有權拒絕參與，並請盡快求醫

#### 3. 請按職員指示到指定坐位坐下/到指定區域活動

多謝大家合作，祝 身體健康！

九龍東傷健中心 謹啟

**【由於疫情反覆，中心以會員的安全為大前提，活動或有變動，有關各項服務的最新消息敬請留意中心網頁 [kepc.hkphab.org.hk](http://kepc.hkphab.org.hk)，或隨時致電中心 2351 1811 查詢。不便之處，敬請見諒！】**



# 2021-2022 年度 續會/入會程序 及 會員系統更新

- ☺中心 2021-2022 年度會籍由即日開始接受入會/續會
- ☺為配合四間傷健中心資料系統更新，煩請各位傷殘會員，以及健全會員，**務必填妥並簽署續會表格**，蒞臨九龍東傷健中心續會
- ☺是年度將繼續豁免傷殘會員年費！健全家庭會員（同住之直系親屬，如父母、子女）可以優惠年費入會/續會：

傷殘個人會員	免費	健全個人會員	HK\$21		
健全	1 人	2 人	3 人	4 人	5 人或以上
家庭會員	HK\$21	HK\$36	HK\$50	HK\$67	HK\$79

- ☺郵寄續會如須繳費，請將填妥並簽署之表格連同支票（抬頭：香港傷健協會），郵寄九龍東傷健中心（九龍黃大仙下邨龍裕樓地下 106-110 室）；如到銀行入數（入數戶口香港匯豐銀行編號 111-058004-001），請謹記將入數紙正本回中心；並在支票/銀行入數紙背後寫上申請人姓名
- ☺新入會的會員，只可選擇一間傷健中心登記入會（港島、九龍東、九龍西或新界），以便優先使用該中心服務

多謝支持！

## 「人月兩團圓」大抽獎

- ☺ 經已續會/入會嘅會員，均會自動參加抽獎
- ☺ 中心多謝捐贈月餅嘅義工/團體，經已有數十名幸運兒，係 9 月中咗獎，得到愛心月餅
- ☺ 把握最後抽獎機會，快 d 續會，參加 10 月份中心大抽獎



## (一) 報名程序

1. 會員必須攜有效之會員證親臨本中心辦理報名手續，並須即時繳費作實。所有健全會員恕不設留位服務。
2. 中心只接納行動不方便之傷殘人士以電話方式留位，但須提出有效之會員證號碼。經電話報名作實後，須於報名後七個工作天內將所需之費用以支票形式寄交中心(抬頭請填寫「香港傷健協會」)。
3. 中心只接受現金或支票形式繳交報名費用，並請盡量自備輔幣，以便找贖。
4. 活動一經報名，除中心自行取消外，參加者將不獲發回有關費用。
5. 報名後如私人理由未能出席活動，須經中心同意並將票據交回中心職員，以便安排後備參加者補上，如獲成功安排，方可發還所繳款項。
  - ◎所有活動除特別註明外，均只限本中心會員參加，大小同價，先到先得，額滿即止，12歲以下必須由家長/監護人(會員)陪同參加，並依中心最後公佈資料為準。
  - ◎先到先得活動：除特別註明外，均須於指定時間方開始接受報名；傷殘會員只限親臨中心報名或以電話留位(其他報名方式恕不接受)；健全會員只限親臨中心報名；其他報名方式恕不接受，敬希垂注。
  - ◎抽籤活動：即時起接受報名；並於截止報名日期後一個工作天下午3時抽籤，再後一個工作天下午3時公佈結果，會員可到中心或致電查詢；傷殘會員如需健全會員照顧二人視作一籤；直系親屬二人視作一籤。
  - ◎優先報名時段：每名會員可於「優先報名時段」內，優先報名參加一項【先到先得】活動；名額有限，所有活動額滿即止。
  - ◎所有會員只限替自己及直系親屬報名。
  - ◎傷殘會員參加活動如須復康巴士接載、借用或自攜輪椅、義工照顧等，請於報名時提出(並請說明上落車地點等有關資料)，中心將盡量安排。
  - ◎本中心之傷健會巴服務對象為肢體傷殘行動不便會員，輪椅使用者優先，行駛範圍只限獅子山以南/鐵路以東之九龍地區(紅磡、九龍城、黃大仙、觀塘、油塘)，以及將軍澳；如活動前一個工作天尚未收到車線通知，請致電中心查詢。
  - ◎請保留單據，以備查核，或活動班組取消時退款。

## (二) 出席活動須知

1. 凡18歲以下之會員報名參與戶外活動時，必須於報名時填寫「家長同意書」，方能報名參與是項活動。
2. 出席首堂興趣班及任何活動，請攜帶有關收據，以便稽查。
3. 為免影響他人，參加者須準時出席所有活動，逾時不候，所繳費用恕不發還。
4. 出席活動前，請留意天氣變化，詳情請參閱「颱風及暴雨警告措施」。

### (三) 颱風及暴雨警告措施

訊號	中心開放時間	戶內活動	戶外活動
一號風球	照常	照常	除水上活動外，一般情況下照常舉行
雷暴警告	照常	照常	一般情況下戶外活動照常舉行，但亦會按所到之處之特別天氣狀況而決定。所有水上活動及游泳班取消
黃色暴雨警告	照常	照常	取消
紅色暴雨警告 及三號風球	照常	取消	取消
黑色暴雨警告	如未開放，則停止開放；如已開放，則照常開放。	取消	取消
八號風球或以上	停止開放	取消	取消

#### 備註：

1. 以上中心之應變措施以班、組，活動開始前二小時由天文台發出之警告訊號為依歸，而於班、組，活動前二小時內取消上述警告訊號，該次班、組，活動將延期或取消。
2. 以上中心之應變措施，乃屬一般性指引。由於天氣變幻莫測，中心必以各服務使用者之安全及利益為首要大前提。因此，如中心有需要不按指引執行應變措施，中心同工必定要事先知會服務使用者。敬希諒解及與中心合作，同時亦歡迎各服務使用者致電查詢。
3. 所有取消之興趣班將順延一堂，而其他之戶內或戶外活動將在許可的情況下作個別性安排如延期舉行、退款或進行替代活動。因天氣而取消活動實非得已，而採取之相應措施亦是希望盡量減輕各方面之損失，敬希見諒及與中心衷誠合作。
4. 當紅色暴雨警告或三號風球懸掛，中心照常開放，但須勸喻服務使用者不應前往中心；若服務使用者已在中心內，則須在天氣、路面及交通情況許可下勸喻服務使用者返回家中。
5. 如天文台於中心開放前懸掛黑色暴雨警告及八號或以上風球，中心暫停開放。若於中心開放期間懸掛，所有活動應即時停止進行，但中心仍須繼續運作，在天氣、路面及交通情況許可下勸喻服務使用者返回家中，若情況不許可，則必須將服務使用者留在安全地方並通知其家人。
6. 參加戶外活動時，參加者/家長宜留意有關當局發出之酷熱警告、寒冷警告、紫外光強度及空氣污染指數，視乎個人體力及健康狀況，決定是否出席活動，惟退出與否，中心恕不退款。

## 香港傷健協會 會車乘客守則

按本會所訂，乘搭本會會車的乘客，必須遵守以下規定：

1. 保持車廂清潔，請勿在車廂內飲食，或攜帶可弄污車廂之物品上車（如滴水之物品）。
2. 為他人設想，車廂內嚴禁吸煙，不可滋擾車上其他乘客，不可攜帶動物、家禽及有濃烈氣味之物品上車（如榴槤、臭豆腐等）。
3. 注意衛生，請勿隨地吐痰及在車廂內棄置垃圾。
4. 除輪椅及行動輔助工具外，不可攜帶體積過大或會構成危險之物件上車。
5. 請按編定之時間到達上車位置，逾時不候。若會車未能依時前往接載服務使用者時，服務使用者請於等候會車時間超過二十分鐘後，自行以電話聯絡各單位職員查詢有關之事故及跟進安排。
6. 會車車線之編排，基本上是以地區遠近及路面交通情況等定，由負責職員編寫車線表，個別會員如需特別安排，必須預先向負責職員查詢以便作出適當安排。
7. 所有活動行車路線均依據職員編定之車線表行走，除非遇上特別情況，需要更改行車線（如會車遇意外、道路發生故障、乘客中途不適等），否則乘客不得要求司機更改線。如有特別需要，舉例在回程時並非回可上車地點，或需要延遲已編定之回程時間，服務使用者必須於乘車前與活動負責職員商討。負責職員要視乎會車使用之情況，決定要求是否可行，職員有權拒絕使用者之要求。
8. 為乘客安全著想，輪椅乘客須使用符合 ISO7176-19 國際標準「乘車型輪椅」。若不是使用「乘車型輪椅」，乘客須確定輪椅是安全穩固。若乘客使用電動輪椅，輪椅須為使用「啱壓伏電池」(spill-proof gel batteries)。
9. 為確保安全：
  - 9.1. 若車上人數或輪椅數目已達行車證內列明之最高載客量，司機有權拒絕接載超額之乘客。
  - 9.2. 請按司機指示使用車門及上落車。
  - 9.3. 上車後，請按司機指定之位置入座，並須扣上安全帶。
  - 9.4. 每部輪椅只能一人乘坐。
  - 9.5. 輪椅椅背必須豎直。
  - 9.6. 如非必須，行車時勿與司機談話，但若有急事可通知司機。
  - 9.7. 行車時，嚴禁站立及在車內走動，更不可將身體任何部份伸出車外。
  - 9.8. 若輪椅使用者身體狀況許可及在其同意下，司機會安排輪椅使用者轉移至普通座位。
  - 9.9. 輪椅乘客必須服從司機的指示，將輪椅移至指定位置，並由司機為輪椅扣上輪椅扣鎖及為乘客扣上安全帶。若乘客不遵從司機的安排，司機有權拒絕乘客登車。
  - 9.10. 輪椅乘客須多去任何附加於輪椅的配件，如輪椅前鎖、碟盤；不可將車載物品之背囊、購物袋等，掛於輪椅椅背或扶手。
  - 9.11. 電動輪椅乘客於車內必須將輪椅電源關掉。
  - 9.12. 如在行車期間，乘客若發現座位、輪椅鎖扣或乘客安全帶有鬆脫現象，必須立即通知司機。
  - 9.13. 車輛未停定，切勿離開座位，停定後輪椅乘客亦不應自行解開安全帶或輪椅帶／鎖。
  - 9.14. 切勿擅自操作升降台。
10. 若乘客未有合理之解釋，而經司機或本會勸喻後仍不遵守以上之規定，本會有權不接載該乘客。
11. 如對會車服務或司機有任何意見，可致電 2351 1811 與單位聯絡，或填寫放置於會車內之「司機工作評核表」。

# 活動報名小貼士

詳情可參閱前頁之「活動須知」

- ✓ **健全會員**：只限親臨中心報名，即其他報名方式恕不接受
- ✓ **傷殘會員**：親臨中心報名；或以電話留位(只限行動不便肢體傷殘會員)，但須提出有效會員證號碼。報名作實後，須於七個工作天內將所需費用以支票形式寄交中心(抬頭「香港傷健協會」)
- ✓ **【先到先得】活動**：除特別註明外，所有活動均於指定時間方開始報名(見通訊頁底)；名額有限，所有活動額滿即止
- ✓ **抽籤活動**：即日起接受報名；截止報名日後一個工作天下午3時抽籤，再後一個工作天公佈結果，會員可到中心或致電查詢；傷殘會員與其健全會員照顧者或直系親屬會員，二人視作一籤為進一步提高私穩，中心張貼的中籤結果只會顯示會員該期的**抽籤報名編號**，該編號於每期報名時輪序編配，由中心職員告之；若忘記報名編號亦無須擔心，會員一如以往可以自己名字查詢

☺ 中心只限上述方式報名，其他報名方式恕不接受，敬希垂注

☺ 請保留單據，以備查核，或活動班組取消時退款

## ✓ 優先報名時段：

- a. 每名會員可於「優先報名時段」優先報參加一項活動；
- b. 只適用於【先到先得】活動；
- c. 「優先報名時段」示於通訊頁底；
- d. 名額有限，所有活動額滿即止。

有好想報嘅活動？  
優先報名可以幫到你

## 香港傷健協會 九龍東傷健中心 服務時間

星期	一	二	三	四	五	六
早上10:00 至 下午2:00	✓	✓	✓			✓
下午2:00 至 下午6:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午6:00 至 晚上10:00				✓	✓	
星期日及公眾假期休息						

電話：2351 1811

## 殘疾人士急救工作坊

抽籤活動

日期：10月12、19日（逢星期二）

時間：上午 10:30-12:00

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：10名（會車輪椅位：4名）

內容：由香港紅十字會講解急救理論，  
示範、短片播放及實習。出席率達 100%，可獲由香港紅十字會  
出席證書。有興趣就啲報名啦！

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P121

合作伙伴：香港紅十字會

截止報名：10月7日（星期四）



## 社交平台 Facebook 教學（二）【先到先得】

日期：10月15日（星期五）

時間：下午 3:00-4:00

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：6名（會車輪椅位：4名）

內容：想認識社交平台 Facebook，  
由開啟帳號到其他功能的詳細教學，  
開展網上社交圈子！！

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P140

負責職員：曾宇聞



- 8 **抽籤活動**：即日接受報名 **優先報名時段**：9月30日(四)晚上7-9時  
**先到先得**：10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) **請參閱活動報名小貼士**

## □ 幸福抒壓園藝工作坊

【先到先得】

日期：10月18日(星期一)

時間：下午 3:00 - 4:00

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：10名

內容：通過園藝活動，發揮植物的療癒力量，  
為參加者帶來身心效益。

有興趣就啲報名啦！

會車服務：**\*此活動不設會車服務\***

活動編號：KE21-P015

合作伙伴：基督教家庭服務中心 幸福雜貨舖 精神康流動宣傳車



## □ 皮革工藝入門

晝抽籤活動晝

日期：10月20、27日，11月3日(逢星期三)

時間：下午 3:00-4:30

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：6名(會車輪椅位：4名)

內容：輕輕鬆鬆、由淺入深、

親手做一件實用又耐用的皮革制品

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P015

負責職員：余明鳳

截止報名：10月7日(星期四)



- ①抽籤活動: 即日接受報名 ②優先報名時段: 9月30日(四)晚上7-9時 ③先到先得: 10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士

## 棋樂無窮

【先到先得】

日期：10月22、29日，11月5、12、19日（逢星期五）

時間：下午 7:30-9:30

地點：本中心

費用：免費

名額：6名

內容：透過玩不同的桌上遊戲，認識朋友之餘，  
又可以鬆一鬆！

義務主持：阿 Bill

會車服務：\*此活動不設會車服務\*

活動編號：KE21-P050

負責職員：曾宇聞



## 社區藝術探索



抽籤活動

日期：10月28日(星期四) [暫定]

時間：約上午 10:00 到達目的地，約 12:00 回程

地點：石硤尾賽馬會創意藝術中心 [暫定]

費用：免費

名額：10名 (會車輪椅位：4名)

內容：探索將帶領參加者，探索本地藝術小社區的美，  
期望從與不同殘疾人士的互動中得到啟發，觸發創意靈感。

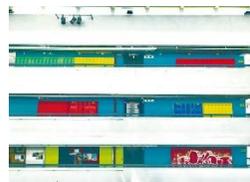
備注：十二歲以下會員敬請家長(會員)陪同

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P015

合作伙伴：香港展能藝術會「匯藝融樂計劃」

截止報名：10月18日(星期一)



10 **抽籤活動**：即日接受報名 **優先報名時段**：9月30日(四)晚上 7-9 時  
**先到先得**：10月4日(一)上午 10 時起報名(特別註明除外) **請參閱活動報名小貼士**

# ☐ 攝影體驗日

☐抽籤活動☐

日期：10月23日(星期六)

時間：下午 2:00-5:00

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：10名

內容：九龍東傷健中心轄下的「傷健攝影學會」成立至今已逾四十多年，一直致力推動傷健攝影活動，讓傷殘人士亦可發揮攝影藝術潛能，更推動傷健共融精神。

最近因為疫情稍為緩和，所以攝影會的攝影活動亦相應啟動，為使更多中心會員可以更了解攝影學會的攝影活動，將舉行攝影體驗日讓大家好好感受攝影的樂趣！

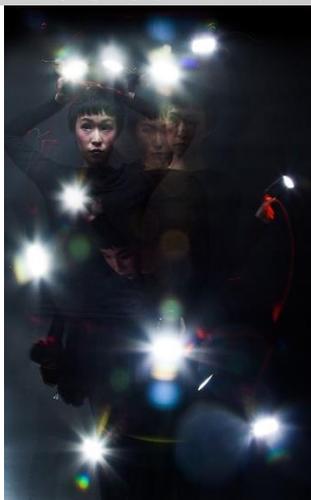
備注：此活動備有會車服務



鳴謝：九龍東傷健中心攝影學會

截止報名：10月9日(星期六)

負責職員：余明鳳



- ①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：9月30日(四)晚上7-9時 ③先到先得：10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士

# 蝶豆花園美食之旅

昌抽籤活動昌

日期：10月31日(星期日)

時間：約上午10:00到達目的地，約4:00回程

地點：大埔蝶豆花園、沙田麗豪酒店自助餐、馬鞍山公園 [暫定]

費用：全免

名額：20名(會車輪椅位：8名)

內容：疫情間大家都冇得去旅行，旅行癮起點算好！？其實香港有好多靚靚風景，又有好多美食品嚐，一於大家一齊去玩番日啦！

備注：十二歲以下會員敬請家長(會員)陪同

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P083

負責職員：余明鳳

截止報名：10月18日(星期一)



- 12 ①抽籤活動: 即日接受報名 ②優先報名時段: 9月30日(四)晚上7-9時  
③先到先得: 10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士

## ☐ 護理及自我管理小組

☺抽籤活動☺

日期：11月5、12、19、26日(逢星期五)

時間：上午 10:00-12:00

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：5名

內容：由註冊護士講解護理小知識及分享個人規劃及管理

會車服務：\*此活動不設會車服務\*

活動編號：KE21-P128

合作伙伴：賽馬會「動·絡」新傷殘人服務計劃

截止報名：10月18日(星期一)



## ☐ 密室逃脫

☺抽籤活動☺

日期：11月17日(星期三)

時間：上午 11:00-12:30

地點：荔枝角 D2Place (LOST)

費用：免費

名額：6名(會車輪椅位：4名)

內容：合作參與及體驗密室逃脫活動。

備注：十二歲以下會員敬請家長(會員)陪同

會車服務：活動備有會車服務

活動編號：KE21-P097

負責職員：曾宇聞

截止報名：11月1日(星期一)



**LOST**  
真人密室逃脫

- ①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：9月30日(四)晚上7-9時 ③先到先得：10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士

## □ 「壓力處理」精神健康工作坊

【先到先得】

日期：11月22日(星期一)

時間：上午11:00-12:30

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：8名(會車輪椅位：4名)

內容：解辨別及處理壓力問題及享受放鬆過程。

會車服務：此活動有會車服務

活動編號：KE21-P121

合作伙伴：浸信會愛羣社會服務處

負責職員：伍雪蘭



## □ 幸福的味道-甜品製作室

【先到先得】

日期：11月23日(星期二)

時間：下午3:00-4:30

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：6名(會車輪椅位：4名)

內容：每個人都總有心情低落的時候，  
這一刻最應該「樂從口入」，  
品嚐幸福的甜蜜味道

備註：因應疫情，參加者不能在中心進食，敬請參加者需自備食物盒

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P054

負責職員：余明鳳



## ☐ 為何下午總是餓(二)

☐抽籤活動☐

日期：11月25日(星期四)  
時間：下午2:30-4:30  
地點：九龍東傷健中心  
費用：免費  
名額：6名(會車輪椅位：4名)



內容：簡單美味的「小丸子」再度登場，  
繼續為自己努力抗疫加油打氣。

備註：因應疫情，參加者不能在中心進食，敬請參加者需自備食物盒

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P029

負責職員：曾宇聞

截止報名：11月15日(星期一)

☺ 未曾參加過7月26日「為何下午總是餓」者優先抽籤☺

## ☐ 土瓜灣深度古蹟之旅

☐抽籤活動☐

日期：11月24日(星期三)  
時間：約上午10:00到達目的地，12:00回程  
費用：免費  
名額：8名(會車輪椅位：4名)

內容：土瓜灣重有不少懷舊古蹟嫁！

例如：海心公園的魚尾石/海心廟等。

有興趣就快啲報名啦！

鳴謝：九龍東傷健中心關社組

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P138

負責職員：王偉文

截止報名：11月1日(星期一)



①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：9月30日(四)晚上7-9時 15

③先到先得：10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士

## □「躍動鬆一Zone」運動小組

【先到先得】

日期：11月24日，12月1、8、15、22、29日（逢星期三）

堂數：6堂

時間：上午10:30-11:30

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：8名

內容：教授照顧者及殘疾會員強化肌肉的動作、參考由物理治療師指導照顧者扶抱、推輪椅的正確技巧，避免受傷及勞損，從而達到保健及預防痛症的效果。有興趣就啲報名啦！

會車服務：\*此活動不設會車服務\*

活動編號：KE21-P069

負責職員：王柏麟



pixtastock.com - 58059698

## □ 相片編輯體驗班

【先到先得】

日期：11月26日(星期五)

時間：下午3:00-4:30

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：6名

內容：想變靚D，唔洗去美容院既，  
用美圖秀秀啦！一齊用美化自拍啦！

會車服務：\*此活動不設會車服務\*

活動編號：KE21-P137

負責職員：曾宇聞



16 ①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：9月30日(四)晚上7-9時  
③先到先得：10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士

## ❑ 冬日漫步山頂遊

🍀抽籤活動🍀

日期：12月4日(星期六)[暫定]  
時間：約早上10:00到達目的地，  
約下午4:30回程



地點：中環展城館，灣仔灣景酒店自助午餐，  
山頂廣場/香港杜莎夫人蠟像館 [暫定]

費用：全免

名額：10名 (會車輪椅位：4名)

內容：快到聖誕！快到聖誕！佳節前席一於玩盡佢，  
食盡佢，齊齊欣賞下我地好靚嘅香港。



會車服務：此活動備有會車服務

負責職員：余明鳳

截止報名：11月15日(星期一)



## ❑ 減壓大法

🍀抽籤活動🍀

日期：12月7、14、21、28日 (逢星期二)

時間：上午10:30 – 12:00

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：5名

內容：分享不同舒緩壓力方法。

有興趣就快啲報名啦！

會車服務：**\*此活動不設會車服務\***

活動編號：KE21-P128

合作伙伴：賽馬會「動·絡」新傷殘人服務計劃



- ❶抽籤活動: 即日接受報名 ❷優先報名時段: 9月30日(四)晚上7-9時 17  
❸先到先得: 10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ❹請參閱活動報名小貼士

## □ 定格動畫-影片製作速成班 【先到先得】

日期：12月7、14、21日 (逢星期二)

時間：下午 3:00-4:30

地點：九龍東傷健中心

費名額：6名 (會車輪椅位：4名)

內容：有看過最近爆紅的“PUIPUI 天竺鼠車車”嗎？

只要你有一部智能手機，加少許耐性，  
你也能輕易制作出天馬行空的故事情節，  
死物也能變得生動活潑起來！

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P015

負責職員：余明鳳



## □ 支付平台教學

【先到先得】

日期：12月13日 (星期一)

時間：上午 10:30-11:30

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：12名 (會車輪椅位：4名)

內容：政府有消費券派，想更加認識使用虛擬支付平台，中心開班教大家點用啦！~

會車服務：此活動備有會車服務

活動編號：KE21-P128

負責職員：曾宇聞



18 ①抽籤活動: 即日接受報名 ②優先報名時段: 9月30日(四)晚上7-9時  
③先到先得: 10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士

~ 輪候活動 ~ 「參觀慈山寺」系列 ~ 輪候活動 ~

想去參觀慈山寺，中心為你巧安排；  
打個電話來登記，安心輪候實有俾！



為回應各位會員參觀慈山寺之需求，中心特舉辦「參觀慈山寺系列：輪候活動」。想去慈山寺參觀，只要打個電話來中心登記即可；中心將定期陸續舉辦參觀「慈山寺」活動，各位會員可安心輪候！

同時，為免大家乘搭會車站數太廣，飽受「遊車河」之苦，「參觀慈山寺系列」活動將以會車服務範圍分 AB 兩團，梅花間竹舉行。

**A 團** 會車服務範圍：

紅磡，何文田，土瓜灣，九龍城至黃大仙，九龍灣，佐敦谷

**B 團** 會車服務範圍：

牛頭角，順利，秀茂坪至觀塘，藍田，將軍澳

☺ 活動時間：約上午 10:30 到達目的地，12:00 回程

☺ 費用：免費                      ☺ 名額：每天 5 名 (輪椅位：4 名)



備注：

1. 如需協助可自行邀請其他會員同行
2. 十二歲以下會員敬請家長(會員)陪同
3. 此活動備有會車服務

①抽籤活動: 即日接受報名 ②優先報名時段: 9月30日(四)晚上7-9時 19  
③先到先得: 10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士



# 會車車河遊 2



## 74A 號巴士之旅

【為讓更多會員受惠：參加過 2021 年 3 月份起之「會車車河遊」系列活動者，參加以下同系列活動將作為後備，二輪抽籤，以此類推。】

昌抽籤活動昌

### A 團

日期：11 月 19 日 (星期五)

會車服務範圍：

紅磡，何文田，土瓜灣，九龍城  
至黃大仙，九龍灣，佐敦谷

### B 團

日期：12 月 10 日 (星期五)

會車服務範圍：

牛頭角，順利，秀茂坪至觀塘，藍田，將軍澳

時間：約下午 1:00 -3:00 費用：\$ 10 名額：每天 6 名 (4 輪椅位)

內容：疫病爆炸，巴士都有得搭！

唔緊要，傷健會車化身 74A 號巴士路線 (九巴巴士營辦)，由啟業邨駛往太和總站。

沿途由公交義工團義工文化導賞團，同大家一齊暢遊會車河，認識香港變遷！！營辦

備注：1. 如需協助可自行邀請其他會員同行

2. 十二歲以下會員敬請家長(會員)陪同

鳴謝：公交義工團 義務導賞

截止報名：11 月 1 日 (星期一)



活動編號：KE21-P101

負責職員：王柏麟

20 ①抽籤活動: 即日接受報名 ②優先報名時段: 9 月 30 日(四)晚上 7-9 時  
③先到先得: 10 月 4 日(一)上午 10 時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士



# 幸運大輪轉



日期：2021-2022年度  
時間：中心開放時間  
地點：九龍東傷健中心

HAPPY BIRTHDAY!  
生日快樂!

會員只要係生日月份  
親臨中心幸運大輪轉，  
即可獲得生日禮物一份!

全年活動，永不落空！  
幸運大輪轉禮物豐富，  
快啲叫埋同月生日嘅朋友仔參加啦!

- ①抽籤活動: 即日接受報名 ②優先報名時段: 9月30日(四)晚上7-9時 ③先到先得: 10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ④請參閱活動報名小貼士



# 心靈信箱

歡迎來信！

姑娘，

近一年來，由於疫情的關係，我本身從事的行業已經受到很大的影響，只能努力「炒散」，因而感到非常苦惱。

同時，因為經常在家的關係，我和家人磨擦機會也增加了。我也覺得自己愈來愈不快樂。希望可以這裏分享，以及找到聆聽的對象。

祝 工作愉快！

A 字

A，

多謝你寫信給我，願意分享自己心聲，不是一件容易的事情呢！因為疫情，很多日常生活都改變，也影響到你的工作和家庭關係。姑娘聽到你「努力炒散」，十分鼓舞，因為證明你沒有放棄；雖然暫時「炒散」，但仍然看到你的努力，看到你的積極，令人欣賞，令人敬佩！

你也不妨多與家人溝通，告訴他們你的想法，傾聽他們的心曲，除可減少磨擦的機會，更加增加了解。也歡迎你來參加中心的活動，放鬆心情；與其他會員一起，互相鼓勵！

祝 生活愉快！

心靈 覆

# ❁❁❁ 照顧者服務 ❁❁❁



## ❑ 疾人士急救工作坊-照顧者版

【先到先得】

日期：10月4日(星期一) \*即時接受報名

時間：上午 10:30-11:30

地點：九龍東傷健中心

費用：免費

名額：16名

內容：由香港紅十字會講解急救理論，示範、短片播放及實習。出席率達 100%，可獲由香港紅十字會出席證書。

有興趣就啲報名啦！

會車服務：**\*此活動不設會車服務\***

活動編號：KE21-P121

合作伙伴：香港紅十字會



- ❶抽籤活動: 即日接受報名 ❷優先報名時段: 9月30日(四)晚上7-9時 23  
❸先到先得: 10月4日(一)上午10時起報名(特別註明除外) ❹請參閱活動報名小貼士

# < Facebook 直播網上工作坊 >

記得按時去 Facebook 捧場呀！

## □ 10月份網上工作坊 - 申請長者院舍服務你要知

日期：10月25日(星期一)

時間：上午10:30-12:00

地點：照顧者專線 Facebook

對象：所有人

內容：教你認識如何申請長者院舍、院舍類別



## □ 11月份網上工作坊 - 在家好輕鬆-自我放鬆大法

日期：11月15日(星期一)

時間：上午10:30-11:30

地點：照顧者專線 Facebook

對象：所有人

內容：自我方法及技巧



## □ 12月份網上工作坊 - 樂動生活 - 音樂減壓

日期：12月20日(星期一)

時間：上午10:30-11:30

地點：照顧者專線 Facebook

對象：所有人

內容：體驗如何透過放鬆身心



活動編號：KE21-P128

合作伙伴：照顧者專線

## 中心開放時間

星期 一 二 三	上午十時 至 下午六時
星期 四 五	下午二時 至 晚上十時
星期 六	上午十時 至 下午六時
星期日及公眾假期	休息



### 公眾假期中心暫停服務敬希留意：

- ~ 10月1日 (星期五) 國慶
- ~ 10月14日 (星期四) 重陽節
- ~ 12月25日 (星期六) 聖誕節
- ~ 12月27日 (星期一) 聖誕節第一個周日

## 外出活動聯絡電話

各位會員參加戶外活動時，如有緊急事項，而又不是中心開放時間，可以打這個中心手提電話：

# 5408 2351

(不設 whatsapp 等即時聯絡)



### 停止接收九龍東傷健中心活動通訊聲明

[ 如 台端不欲繼續收到「活動通訊」，請填下列表格交回中心。 ]

本人 \_\_\_\_\_ (姓名)，會員証號碼： \_\_\_\_\_ ，

即日起停止接收九龍東傷健中心「活動通訊」。

簽名： \_\_\_\_\_ 聯絡電話： \_\_\_\_\_

日期： \_\_\_\_\_

# 🙏 多謝大家諒解及支持 🙏

因應近日疫情關係，九龍東傷健中心之開放時間及活動安排，皆受影響而作出臨時之更動；不便之處，多謝大家的體諒，以及一貫的支持。

有關開放時間及活動安排之最新消息，敬請留意中心網頁 <http://kepc.hkphab.org.hk/>，或致電 2351 1811 查詢。

## 繳交活動費用銀行賬戶

各會員在銀行入數繳交活動費/會費，請用以下賬戶 (HK PHAB ASSN):

# 匯豐銀行 111-058004-001；

入數後，請記緊保留入數紙正本，交回中心 (請註明姓名、參加之活動名稱)，方為有效，多謝合作！

### 中心回郵地址

各位會員，以後寄嘢返中心，剪貼右面的地址標貼就得啦.....

✂

寄：九龍  
黃大仙下邨一區  
龍裕樓地下 106-110 室  
九龍東傷健中心收

## 中心活動通訊改咗版啲！！！！

大家中唔中意我哋通訊 e 個新面貌呀!?

為了方便會員可以更有效地安排自己的活動時間，中心通訊即日起更新版面，並改為每 3 個月出版一次，敬請留意。

  
Thank You

# 新職員留言



大家好！我係新入職項目工作人員 - 余姑娘呀！嚟緊嘅日子希望搞多啲啱大家玩嘅活動，最想見到大家玩得開心，我會搞多啲同藝術手工、煮食、環保有關嘅活動，仲想同大家去香港多啲唔同嘅地方玩，希望到時見到你地！



Hello大家好～我係實習社工常姑娘，我會係9月8號至1月14號期間，每個禮拜嘅星期三至五係中心服務大家，歡迎大家落嚟中心搵我傾下計㗎～之後都會係中心舉辦活動或者小組，希望到時有機會見到你啦～

期待認識大家 >3< 

我平時中意整甜品同打拳，  
如果有咩心得，都可以同我  
分享下架 :D

## 離職同工感言

阮詩尹 (Ellly) :

各位親愛的會員，時光匆匆過去，感謝一直陪伴我成長的你們，記憶當中不乏珍貴回憶和歡笑。因為未來的發展，我要與大家說一聲再見。感激在傷健中心遇過的每一位會員和同事，在此祝大家身體健康、平安快樂。



## 攝影學會

「攝影學會」1974年成立，已超過40年歷史。透過攝影，讓傷殘人士發揮潛能，進而肯定自己，建立自信，融入社會，在傷健一家的理想道路中邁進。



☺ 歡迎對攝影有興趣及認識的會員加入



## 開心粵曲組

- ☺ 粵曲組服務多年，每年至少舉行三次粵曲的演出。粵曲組社不但宣揚傳統粵曲文化，更積極服務區內熱愛粵曲的人士。
- ☺ 召集人：黃錦至

## 義青 Go

我們是一班熱愛做義工的青少年，以往曾為兒童、長者及殘疾人士作出義工服務。未來亦會繼續身體力行，服務更多社會上有需要的人士。歡迎愛做義工的朋友一齊加入。

召集人：歐陽啟生、鄧英偉、蔡兆桓



## 女義工組



- ☺ 姊姊妹妹齊起來！
- ☺ 學習增進個人的技能，進行義工服務，從走進社區，關注社會。

## 輪 飆 社

- ☺ 本社成立於2005年4月1日，由一班對推動「傷健運動」有承擔的傷、健會員組成，宗旨是「以舞會友，傷健共融」。
- ☺ 主 席：麥玉霞  
副主席：司徒笑霞  
康 樂：周勇敢、王曉玲、梁靜儀、吳炎棠  
總 務：梁令佳、梁德沛、盧麗娟、吳應華



## 傷健手語歌小組



- ☺ 「傷健手語歌小組」由一班熱愛手語歌的組員組成。
- ☺ 除了練習不同手語歌的歌曲，還會到社區進行表演，讓更多社區人士認識手語歌。

## 關社組

我們是一群中心的傷健會員，結集 關社組 的目的，是關注社會上「身」、「心」兩個層面的無障礙狀況。

- ☺ 名譽召集人：譚煜坤
- ☺ 召集人：陳添娣



## 書法組

- ☺ 我們會逢星期四晚上 8:00 至 9:30 研習書法，歡迎對書法有興趣之傷健會員參加，請致電中心聯絡。

## 傷健義工組

藉著參與義務工作，貢獻社會；三十戴風雨同路，支持「傷健融合·長幼一家」！

☺ 執委會：

主席：蔡文杰

副主席：林銘仲 林霆智

執委：李鳳蓮 曾啟

- ☺ 招募新組員：有志參與義務工作嘅朋友，請致電中心 大王 sir 洽



## 同路有你照顧者互助小組

- ☺ 一群傷健青少年的家長，積極參與社區活動和服務，身體力行，支持「傷健運動」。

傷健同心前路闊！

- ☺ 召集人：何麗婉、羅麗珍



## 香港傷健協會 九龍東傷健中心 職員架構圖

高級服務經理：  
曾志遠\*

經理：  
伍雪蘭\*

助理經理： 王偉文*	項目工作人員： 余明鳳	項目工作人員： 王柏麟	中心助理： 黃嫻馨	項目工作人員助理： 曾宇聞	項目及文書助理： 岑炎希
---------------	----------------	----------------	--------------	------------------	-----------------

司機： 李育民	工友： 楊美美
------------	------------

\*註冊社工



# 服務質素標準

各位親愛的會員及社區人士：

為有效推行服務質素標準，提高服務水平，本會已經成立「優質服務委員會」，定期召開會議，檢討及監察各條文之推行情況以作改善，中心亦會定時向會員及社區人士介紹各條文之內容，並藉此搜集大眾之寶貴意見。大家如欲對有關條文有更清晰的了解，可與中心接待處職員聯絡。

標準編號	標準的扼要內容	例子
標準 1	<b>服務資料</b> ➢服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱	➢中心通訊 ➢中心服務單張 ➢網站 ➢年報
標準 2	<b>檢討及修訂政策和程序</b> ➢服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序	➢會員意見：中心意見箱、約見中心職員 ➢職員意見：在會議中反映 ➢在優質服務委員會作檢討
標準 3	<b>運作及活動紀錄</b> ➢服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄	➢填寫「每項活動出席統計資料」 ➢填寫「每月服務統計」
標準 4	<b>職務及責任</b> ➢所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定	➢「服務質素標準 - 執行一覽」可供借閱 ➢中心架構圖張貼於中心內，方便參考
標準 5	<b>人力資源</b> ➢服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則	➢招聘程序：「發出內部通告/刊登招聘廣告申請表」 ➢新入職同工導向 ➢員工培訓紀錄
標準 6	<b>計劃、評估及收集意見</b> ➢服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見	➢「活動問卷」收集意見 ➢中心通訊意見欄及會員大會收集意見 ➢中心年度計劃及檢討

標準編號	標準的扼要內容	例子
標準 7	<b>財政管理</b> ➢ 服務單位實行政策及程序以確保有效的財政管理	➢ 處理捐贈品：「捐贈物品收發確認表」 ➢ 採購程序及報價
標準 8	<b>法律責任</b> ➢ 服務單位遵守一切有關的法律責任	➢ 按法例推行中心運行，如電力條例、社工註冊
標準 9	<b>安全的環境</b> ➢ 服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境	➢ 每個房間張貼「走火指示圖」 ➢ 中心安裝防火設施 ➢ 中心有制定「會車乘客守則」
標準 10	<b>申請和退出服務</b> ➢ 服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務	➢ 會員入會表 ➢ 會員退會表 ➢ 報名活動須知
標準 11	<b>評估服務使用者的需要</b> ➢ 服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要（不論服務對象是個人、家庭、團體或社區）	➢ 中心每年舉行退修會討論服務使用者的需要制定年度計劃
標準 12	<b>知情的選擇</b> ➢ 服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利	➢ 中心通訊 ➢ 張貼中心通告 ➢ 中心告示版
標準 13	<b>私人財產</b> ➢ 服務單位尊重服務使用者的私人財產權利	➢ 提示服務使用者請小心保管財物 ➢ 拾獲失物：登記失物資料
標準 14	<b>私隱和保密</b> ➢ 服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利	➢ 簽署個人資料收集同意書
標準 15	<b>申訴</b> ➢ 每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理	➢ 口頭向職員反映 ➢ 投入意見箱 ➢ 電話反映意見
標準 16	<b>免受侵犯</b> ➢ 服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯	➢ 女性會員：中心會派女義工協助

# 九龍東傷健中心

## 中心最新服務資料統計

類別	社署要求	2021年 4-6月	2021年 7-9月	2022年 10-12月	2022年 1-3月
所舉辦的社交、康樂及體育活動數目	490次 (全年)	139	-	-	-
參與活動的傷殘人士數目	3550人次 (全年)	405	-	-	-
參與活動的健全人士數目	1180人次 (全年)	340	-	-	-
與外間合作的社交、康樂或發展性活動	12次 (全年)	5	-	-	-
能提昇社區人士認識殘疾人士及了解其需要的公眾教育活動	4次 (全年)	10	-	-	-
能強化殘疾人士照顧者或家庭成員的支援性活動	4次 (全年)	5	-	-	-
所舉辦的社交、康樂及體育活動數目中，具發展性活動：每年15% (490次 X 15%=73.5次)	74次 (全年)	42	-	-	-
中心開放節數	12節 (每週)	142	-	-	-
<b>會員人數：456名 (傷殘355名，健全101名)</b> 截至2021年6月30日止					



## 黑暗中的對話體驗館 (2021年8月10日)



## 和諧粉彩體驗班 (2021年8月11日)



## 飲食與健康講座 (2021年8月12日)



# 會員小手作





- 圖示**
- 港鐵站升降機
  - 傷殘人士車位
  - 巴士站
  - 黃大仙港鐵站

九龍  
東  
龍運中心

地址：黃大仙下邨龍裕樓地下 106-110 室 (黃大仙港鐵站 D2 出口, 警署斜對面)  
電話：2351 1811 傳真：2351 0612 電郵：kep@hkphab.org.hk



**服務時間：**

星期	一	二	三	四	五	六
時間	上午10:00 至 下午2:00					
星期	一	二	三	四	五	六
星期	一	二	三	四	五	六

印刷品  
PRINTED MATTER

設計：曾志遠/伍佩蘭 編輯：余明鳳/王柏麟/鄧宇聞 印數：1000份 日期：2021年9月20日