



照顧者專線
Care for the Carers

Care for the Carers

2022 年 4 月至 5 月

照顧者專線是香港傷健協會一項由公益金贊助的服務，主要為肢體傷殘、智障及認知障礙症人士的照顧者提供個案輔導及全面支援服務。

我們的服務遍及全港大部分地區，服務的內容包括個案輔導、專業評估、支援小組、照顧技巧培訓、資訊提供、康樂活動及轉介服務等。

想成為本計劃的服務使用者，必須是肢體傷殘、智障及認知障礙症人士的照顧者，以及願意接受社工輔導(包括上門探訪)。符合以上資格人士可以致電予當值職員登記，安排約見。

活動參加者需為本計劃「照顧者」個案，如欲查詢計劃內容/報名活動，請致電 2426 8338與職員聯絡，謝謝。

編輯 及 督印人：林嘉俊先生

刊 數：2,000 份 出版日期：2022 年 4月

辦事處地址：九龍長沙灣道 928-930 號時代中心 1001 室



本計劃由香港公益金資助

This project is supported by The Community Chest



Facebook 專頁：香港傷健協會 - 照顧者專線

(Tel: 2426 8338)



2022 年 4 月至 5 月份

活動介紹

<< 線上小組活動 >>

「30 分鐘的夢」~ 藝術舒緩小組

日期：2022 年 4 月 7 日 - 4 月 28 日 (逢星期四)

時間：上午 10 時 30 分 至 中午 11 時正

節數：共 4 節

內容：線上教導及分享 4 種不同的藝術創作方法，有助於疏解個人壓力與情緒

線上名額：8 名

負責職員：照顧者專線社工

備註：

1. 如受疫情影響，活動會作延期或取消處理，敬請留意我們的最新公佈！
2. 電話查詢：2426 8338



<< 線上小組活動 >> (6 月份預告)

「生活甜點」~ 網上小食工作坊

日期：2022 年 6 月 2 日 - 6 月 23 日 (逢星期四)

時間：下午 2 時 30 分 至 下午 3 時 30 分

內容：線上教導及分享 4 種簡易特色甜品製作

線上名額：8 名

負責職員：照顧者專線社工

備註：

1. 如受疫情影響，活動會作延期或取消處理，敬請留意我們的最新公佈！
2. 電話查詢：2426 8338



<<線上工作坊>>

「自肥行動派 - 伸展運動工作坊」

日期：2022 年 5 月 10 日 (星期二)
時間：上午 10 時 30 分 至 上午 11 時正
內容：伸展 及 帶氧運動練習
名額：8 位 (肢體傷殘人士及其照顧者)
負責職員：照顧者專線社工



備註：

1. 如受疫情影響，活動會作延期或取消處理，敬請留意我們的最新公佈！
2. 電話查詢：2426 8338

<<服務推廣在社區>>

(第一站：西九龍區)

日期：2022 年 6 月 25 日 (星期六)
時間：下午 2 時 至 下午 3 時 30 分
內容：服務介紹、即場諮詢
對象：社區人士
名額：不限
地點：長沙灣/ 九龍西傷健中心
費用：免費
負責職員：照顧者專線社工
備註：



1. 如受疫情影響，活動會作延期或取消處理，敬請留意我們的最新公佈！
2. 電話查詢：2426 8338

(預告~第二站：黃大仙區)

日期：2022 年 6 月 27 日 (星期一)
時間：下午 2 時 至 下午 3 時 30 分
內容：服務介紹、即場諮詢
對象：社區人士
名額：不限
地點：黃大仙/ 九龍東傷健中心
費用：免費
負責職員：照顧者專線社工
備註：



1. 如受疫情影響，活動會作延期或取消處理，敬請留意我們的最新公佈！
2. 電話查詢：2426 8338

家庭凝聚活動預告：漫遊中西

日期：2022 年 6 月 20 日 (星期一)(暫定)
時間：上午 10 時正 至 下午 3 時正
內容：漫遊西區海心公園、西環泳棚 及 西港城
對象：肢體傷殘、弱能人士及其照顧者
名額：8 人 (包括 4 個輪椅位)
地點：上環 及 西環
費用：免費
負責職員：照顧者專線社工



備註：

1. 如受疫情影響，活動會作延期或取消處理，敬請留意我們的最新公佈！
2. 電話查詢：2426 833



各位有意成為義工的照顧者及被照顧者們請留

意！我地極需要你地嘅支援，快D嚟報名啦！

報名/查詢

香港婦女中心協會

2788 3711/

2386 6256

九龍西傷健中心

2361 2323

美孚照顧者花園

9171 9593

深水埗

照顧者咖啡室

義工 招募及訓練

訓練內容：咖啡室服務簡介及服務理念

溝通及關顧技巧

照顧及餐飲服務

面試：個別相約

咖啡室為照顧者創造喘息、
休息的空間。

訓練

2022年：12/5、19/5、26/5、2/6(四)

9:30-11:30a. m.

香港傷健協會-九龍西傷健中心

地址：九龍深水埗麗閣邨麗蘿樓地下S102室

3次實習：9:00a. m. -1:00p. m.

博愛醫院-美孚照顧者花園

2022年：9/6(四)

地址：九龍美孚新邨天橋底（荔灣街市側）

香港婦女中心協會照顧者咖啡室

2022年：14/6(二)

地址：待定（長沙灣或大坑東）

香港傷健協會-九龍西傷健中心

2022年：23/6(四)

地址：九龍深水埗麗閣邨麗蘿樓地下S102室

「融·愛·傳·承」

照顧者精神健康支援計劃

全新照顧者支援服務 - <<「融·愛·傳·承」照顧者精神健康支援計劃>> 以於 2022 年 4 月 1 日正式投入服務啦！此計劃的重點除了是向社區人士推廣關注照顧者的精神健康 及 栽培「社區精神健康大使」外，更附設不同的相關服務，當中必有一項能回應你的需要。

服務內容	舉行地點	舉行日期	其他資訊
「照顧者茶座」	各區傷健中心舉行	由 2022 年 7 月起	每星期輪流於不同的傷健中心舉行
「暫顧服務」	各區傷健中心舉行	由 2022 年 7 月起	每星期輪流於不同的傷健中心舉行
「照顧者心靈支援網絡平台」	網上專線	由 2022 年 5 月起 (即將投入服務)	詳情待定
「無限潛能廚房」	網上專線	由 2022 年 5 月起 (即將投入服務)	詳情待定
「照顧者精神健康諮詢街站及地區講座」	1. 九龍西 2. 九龍東 3. 港島 4. 新界	2022 年 6 月 25 日 2022 年 8 月 22 日 2022 年 10 月 17 日 2022 年 12 月 19 日	詳情待定
「照顧者精神健康大使訓練班」	新界	2022 年 4 月初	或會改為線上授課

註：

電話查詢：24268338 (廖先生)



「融、愛、傳、承」照顧者精神健康支援計劃 (第一期精神健康項目資助計劃) 精神健康急救課程 Mental Health First Aid Course (NT21-P199A)

近來社會狀況及疫情對市民造成不同程度的精神壓力，精神健康愈來愈受大眾關注，精神健康急救雖然不是用於治療當事人的介入，卻有助在身邊的人出現情緒及精神方面之突發情況時，作出即時及適當的應對。同時，有助完成課程人士根據課程所學各種原則為有需要之人士作初步的協助、支援及介入以化解危機。

課程內容：

1. 包括常見的精神問題原因、徵狀及可能出現的突發情況
2. 危機及其相關的處理
3. 如何協助當事人去舒緩困苦，以及認識相關的各種社區資源

日期： 28/4 - 2/6/2022 (逢星期四晚)

時間： 7:30 - 9:30 pm

地點：新界傷健中心(大埔) (有機會因疫情轉為線上形式進行)

費用：免費

堂節：6 堂

對象：殘疾人士、其家人及照顧者

名額：10 名

【學員將獲發「精神健康急救」課程中文手冊一本】

※ 欲了解詳情或有興趣報讀者，可致電 24268338 與 廖先生 (Calvin) 聯絡。

※ 修畢全期課堂者 (12 小時課堂及通過考核) 將獲頒由香港心理衛生會發出之「精神健康急救基礎課程證書」，此乃全港唯一獲澳洲墨爾本大學精神科學系 ORYGEN 研究中心認可於香港頒發的證書。

※ 完成課程及實習課後，可進階成為「照顧者精神健康大使」，於「照顧者茶座」與出席的照顧者面談。