



# Care for the Carers

## 2024 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：2024 年 3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)



溫馨提示：我們會於活動前一星期抽籤及通知結果~



## 2024 年 4-5 月 活動介紹

### 網上活動

#### 「體·藝一番」工作坊

日期：2024 年 4 月 9 日 (星期二) \*

時間：上午 10 時 30 分 至 上午 11 時 30 分

內容：酒精墨水畫是一種利用酒精和墨水混合，再以特殊紙張上作畫的藝術形式。在創作的過程中可以暫時忘卻照顧路上的種種煩憂，排解壓力，輕鬆自在享受當下。

對象：肢體傷殘、智障、初期認知障礙症人士及其照顧者

名額：不限

負責職員：照顧者專線社工

備註\*：逢單數月第二個星期二為家居運動主題，逢雙數月第二個星期二為手工藝術主題。



活動於照顧者專線 Facebook 專頁進行。

如有興趣參與，請於活動時間掃描此 QR code 到訪本專頁。



#### 「認識睡眠」網上講座

日期：2024 年 5 月 9 日 (星期二) \*\*

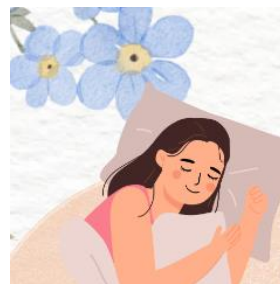
時間：上午 11 時 至 中午 12 時

內容：由資深註冊護士胡 Sir 講解失眠的定義及成因;失眠對身體的影響以及對應失眠的方法。

對象：肢體傷殘、智障、初期認知障礙症人士及其照顧者

名額：不限

負責職員：照顧者專線社工



活動於照顧者專線 Facebook 專頁進行。

如有興趣參與，請於活動時間掃描此 QR code 到訪本專頁。



## 實體活動

### 【妳的專屬香味】手工香水體驗小組

日期：2024年5月6、13、20、27日(星期一)

時間：上午10時30分至上午12時正

地點：九龍東傷健中心

活動內容：利用精油製作不同手工藝，與其他照顧者交流，減減壓。

對象：肢體傷殘、智障、初期認知障礙症人士的照顧者

名額：8位

負責職員：照顧者專線社工



### 「同妳聽顧事·講顧事」照顧者茶座

日期：2024年5月24日(星期五)

時間：上午11時30分至下午1時正

地點：香港婦女中心協會 賽馬會太和中心

活動內容：為照顧者提供休息空間，逐步建立鄰舍層面支援網絡。

對象：肢體傷殘、智障、初期認知障礙症人士的照顧者

名額：8名\*

負責職員：照顧者專線社工



備註：1.活動需先報名。

2.活動費用全免，因名額有限需進行抽籤。

3.電話查詢：24268338

4.中籤者方會通知，未中籤者恕不會逐一通知。

## 家庭凝聚活動：樂遊迪士尼

日期：2024年4月25日(星期四)

時間：上午10時正至下午5時正

地點：香港迪士尼樂園

活動內容：免費暢遊香港迪士尼樂園，渡過奇妙又愉快的一天。

對象：肢體傷殘、智障、初期認知障礙症人士及其照顧者

名額：18名(包括3位輪椅人士)

負責職員：照顧者專線社工



備註：

1. 活動需自費午膳，參考價格為\$150-200

2. 活動設會車接載

3. 活動需預先報名。

4. 活動費用全免，因名額有限需要進行抽籤。(中籤者如無故缺席，將會被取消半年內的活動參與資格)。

5. 活動名額有限需要進行抽籤，中籤者方會通知，未中籤者不會逐一通知。

6. 電話查詢:2426 8338

## 職員心聲：

大家好，我係新入職嘅「照顧者專線」的社工 鄒姑娘，好高興可以同大家見面！

喺照顧家人的同時，大家有無抽少少時間去關心自己呢？

期待未來可以透過不同活動與每一位「照顧者專線」的照顧者同行，

分享生活中嘅大小事，一齊為照顧路上增添更多美好的風景！

## ❤️❤️ 「融·愛·傳·承」 照顧者精神健康支援計劃 ❤️❤️

承蒙各位的熱烈參與，計劃已於 2024 年 3 月 31 日完滿結束。

另外，《顧·事 Story C》照顧者藝術展覽亦已於 2024 年 3 月 16 及 17 日 完滿舉行，感謝各位的支持！

希望各位日後繼續支持香港傷健中心每月定期舉辦的照顧者茶座活動！

### 《顧·事》藝術展覽回顧

《顧·事 Story C》照顧者藝術展覽已於 3 月 16 至 17 日假啟德 AIRSIDE 舉行，以視覺藝術配合互動元素及感官元素，展出和諧粉彩、平面繪畫、手工及立體創作等超過 30 件藝術品。照顧者透過藝術創作讓表達他們在照顧歷程中的心路歷程及背後的故事，藉此讓社區人士關注照顧者的精神健康。

