

郵 票

印刷品
PRINTED MATTER



2011 年 12 月 - 2012 年 1 月 通訊



傷 健 快 訊



傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心

中心開放時段通告

☺下列公眾假期中心暫停開放，不便之處，敬請原諒：

- 2011 年 12 月 26 日 (星期一) 聖誕節翌日
- 2012 年 1 月 2 日 (星期一) 元旦翌日
- 2012 年 1 月 23 至 25 日 (星期一至三) 年初一至年初三

☺中心開放時間：

- 星期一、二上午 10 時至下午 6 時
- 星期三至六下午 2 時至晚上 10 時
- 星期日及公眾假期休息

☺以下日期中心開放時間安排如下，不便之處，敬請見諒：

- 2011 年 12 月 8 日 (星期四) 協會週年大會 上午 9 時至下午 5 時
- 2011 年 12 月 22 日 (星期三) 冬至 上午 9 時至下午 5 時

目錄

- 傷 健 快 訊 \ 2
- 關 懷 行 動 \ 4
- 無 障 礙 行 動 網 誌 \ 5
- 社 組 情 報 \ 7
- 活 動 須 知 \ 9
- 活 動 推 介 \ 11
- 優 質 服 務 \ 27

香港傷健協會賣旗日

日期：2012 年 1 月 14 日(六)

招募義工，共襄善舉！

請即致電中心登記！！

多謝大家支持！！！！



中心回郵地址

各位會員，以後寄嘢返中心，可以剪貼右面的地址標貼，免卻抄寫之勞。

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

香港傷健協會 九龍東傷健中心

中心地址：九龍黃大仙下邨一區龍裕樓地下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 開放時間：星期一、二 10:00am - 6:00pm
 星期三至六 2:00pm - 10:00pm
 星期日及公眾假期休息
 網址：kepc.hkphab.org.hk
 電郵：kepc@hkphab.org.hk
 督印：陳菲比 編輯：蔡小思, 蔡翠芳 印數：800份 出版日期：2011年11月21日(逢單月下旬)

展現才能 · 關愛社區 · 發揮專業 · 實踐共融

1 ①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段: 12 月 1 日(四)晚 7-10 時
 ③先到先得: 12 月 2 日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外) ④請參閱 p13 活動報名小貼士

2 ①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段: 12 月 1 日(四)晚 7-10 時
 ③先到先得: 12 月 2 日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外) ④請參閱 p13 活動報名小貼士



鳴謝

盧錦光先生 捐出 VCD 一批

繳交活動費用銀行賬戶

即日起，各會員在銀行入數繳交活動費/會費，請用以下賬戶：

匯豐銀行 111-058004-004；

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！

中心復康巴士服務範圍

香港傷健協會新界傷健中心現已投入服務 (地址：大埔廣福邨廣平樓地下 110-115 室，電話：2638 9011)，由 2010 年 4 月開始，有關之中心復康巴士/會車接載範圍如下，敬請留意：

- 獅子山隧道以北，沙田、大埔等地區，由新界傷健中心負責；
 - 獅子山隧道以南、鐵路沿線以東等九龍地區，由九龍東傷健中心負責。
- 【九龍塘理想酒店站，已更改為：九龍塘鐵路站 D 出口避車處。】

中心流動電話啓用

中心活動電話正式啓用，各位會員參加戶外活動時，如有緊急事項，而又不在中心開放時間的話，就可以打這個電話：9449 3511

颱風及暴雨警告 中心之應變措施更改通告：

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。

關懷行動



傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心

關懷系列：送暖行動 二手物品轉贈廣場

本中心繼續送出多項二手物品，完全免費！歡迎各會員踴躍參與，上次未抽中的會員亦可繼續報名參加：

V C D	1. 瘦身男女/劉德華、鄭秀文	2. 父子/郭富城、楊采妮
	3. 2002 /謝霆鋒	4. 中環英雄/劉德華
	5. 老夫子/謝霆鋒、張柏芝	6. 衛斯理藍血人/關之琳
	7. 玻璃樽/成龍、舒淇	8. 我的野蠻同學/容祖兒
	9. 幽靈情書/馮德倫、陳文媛	10. 猛鬼撞鬼/吳君如
	11. 創業玩家/許冠文	12. 浮草/日本
	13. 放浪記/日本	14. 人狼/日本卡通
	15. 大兵小將/成龍、王力宏	16. 監獄風雲之終身犯
	17. 的士司機	18. 天才遊戲
CD	19. 金剛	20. 金剛續集
	21. 黃衛明/提琴情詩精選	22. 楊千嬅/體驗入學
	23. 李克勤/98 新曲+精選	24. 許志安/優先擁抱
書 藉	25. 鄭秀文/Pink 粉紅	
	26. 送君何處/林燕妮	27. 活佛/高澍
	28. 警察鬼故事/杜欣	29. 魂約黃昏後/余無語
	30. 如果你是安琪/亦靜	31. 德芬群奶油/亦靜
	32. 一顆星星的咒語/朱茜菲	33. 我的快樂你的天使/朱茜菲
	34. 戀戀冰淇淋/朱茜菲	35. 有時他們回家/亦靜
	36. 其實我介意/梁芷珊	37. 幸福樹上的紅蘋果/朱茜菲
	38. 似淚的雨/赤川次郎	39. 流浪的麵包樹/張小嫻
40. 夏天赤著走來/張曼娟		

- ※ 有興趣之會員請於 2012 年 1 月 2 日 (星期一) 前致電中心登記
- ※ 如多人選取同一物品，將會抽籤 (為公平及更多人受惠起見，抽第二件物品時，第一件物品中籤者將失去抽籤資格，如此類推)
- ※ 中籤者請 2012 年 1 月 31 日 (星期六) 前自行到中心領取，逾期作放棄論。
- ※ 有關物品之性能及保養事宜，中心恕不負責，敬請見諒！

①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段: 12 月 1 日(四)晚 7-10 時 3
③先到先得: 12 月 2 日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外) ④請參閱 p13 活動報名小貼士

4 ①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段: 12 月 1 日(四)晚 7-10 時
③先到先得: 12 月 2 日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外) ④請參閱 p13 活動報名小貼士



小師妹手記

✍️「五感全接觸，活力顯關懷」嘉年華會，已於 2011 年 10 月 30 日 (星期日)順利舉行，小師妹在此感謝各組社及義工鼎力幫忙，活動才得以順利完成，有關詳情可瀏覽「無障礙行動網誌」。

✍️ 2012 年 1 月 14 日(星期日)為協會賣旗日，現誠意邀請各會員鼎力支持。

✍️ 下期再會！！



全新企劃，優雅浮游，一眾無障礙領航員與大家一起，在無障礙海洋遨遊。

「五感全接觸，活力顯關懷」嘉年華

日期：10 月 30 日(星期日)
無障礙領航員：中心全體職員

當日全體職員、各組社之會員、義工
一早於黃大仙下邨九龍壁準備……



請到「無障礙行動網誌」瀏覽全文—
http://hk.myblog.yahoo.com/bf_jellyfish



五感全接觸 獎勵計劃

今年中心定期舉行以五感為主題的活動，透過①視覺(「眼睛」想旅行)、②聽覺(「聽」我心情)、③觸覺(智「觸」常樂)、④味覺(感動「味」蕾)和⑤嗅覺(探索「聞」化)等等不同範疇的活動，讓會員經歷五感，體驗當中的快樂訊息。

凡參加上述活動之會員，均自動成為「五感全接觸獎勵計劃」之參加者。

每位參加者均可獲派發「五感全接觸獎勵計劃卡」一張；每完成一次五感活動後，均獲贈貼紙一枚。

每名會員參加滿①-⑤不同類型的五感系列活動，均可獲贈精美禮品一份。

五感系列	內容介紹
①「眼睛」想旅行	看看周圍好玩有趣的地方，擴闊視野。
②「聽」我心情	用耳朵感受周圍，舒展心靈。
③智「觸」常樂	接觸大自然，懂得天地之樂。
④感動「味」蕾	品嚐不同國家美食及了解當地飲食文化。
⑤探索「聞」化	感受都市中的文化氣息，提升個人素質。

5
①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段: 12 月 1 日(四)晚 7-10 時
③先到先得: 12 月 2 日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外) ④請參閱 p13 活動報名小貼士

6
①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段: 12 月 1 日(四)晚 7-10 時
③先到先得: 12 月 2 日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外) ④請參閱 p13 活動報名小貼士

輪 飆 社

負責職員：陳菲比

- ☺ 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」
- ☺ 集會：每月週五或週六(待安排)晚上 7:00 至晚上 9:30
- ☺ 聯絡人：梁靜儀 李鳳蓮 財政：麥玉霞
文書：盧麗娟 總務：梁德沛、王玉香

義 友 社

負責職員：蔡小思

「義友社」宗旨是致力推廣傷健融合的概念，每年均定期舉辦義工服務及聯誼活動，促進各會員之間的溝通。

電 腦 學 會

負責職員：王偉文

- ☺ 電腦研習：11 月 26 日 (星期六) 晚上 7:00 至晚上 9:00

關 社 組

負責職員：王偉文

我們是一群 九龍東傷健中心 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

開 心 粵 曲 組

負責職員：李逸庭

- ☺ 中心聚會：逢星期四下午 2:00 至下午 5:30
- ☺ 召集人：劉秀瑩

攝 影 學 會

負責職員：蔡小思

「攝影學會」1974 年成立，已有 30 多年歷史。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。

定時活動：每月的第二個星期日「外影」；以及逢單月的星期五「評相」。歡迎對攝影有興趣及認識的會員加入；可先試行參與每月的「外影」活動。

書 法 組

招募組員

負責職員：何淑儀

- ☺ 我們會逢星期四晚上 8:00 至晚上 9:30 研習書法，年費約\$100 (包括紙張、墨、筆)，歡迎對書法有興趣之傷健會員參加，請致電中心聯絡。
- ☺ 有需要者每月一次會車接送集會 (資源所限，敬希見諒！)
- ☺ 召集人：黃才光

同 路 有 你

家長小組

負責職員：王偉文

一群傷健兒童/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



咪「Chel」出手

手語歌組

負責職員：陳菲比

- ☺ 集會時間：逢星期四晚上 7:45 至晚上 9:30
- ☺ 有需要者每月一次會車接送集會 (資源所限，敬希見諒！)
- ☺ 月費：\$30 (每位) ☺ 召集人：劉巧儀

(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，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，健全會員只限親臨中心報名，其他報名方式恕不接受。
 - ⊙ 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，請按時致電中心查詢，或到中心網頁瀏覽；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。
 - ⊙ 本中心之復康巴士以服務行動不便會員為主，輪椅使用者優先，行駛範圍只限東九龍(紅磡、九龍城、黃大仙、觀塘、油塘)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題。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，但須勸諭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諭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諭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。

活動推介

傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心 傷健中心



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(只限行動不便者)，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」)
- ✓ **抽籤活動**：即日起接受報名；並於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，會員可致電中心查詢或瀏覽中心網頁；傷殘會員與其健全會員照顧者或直系親屬，二人視作一籤
- ✓ **【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

✓ 優先報名時段：

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

復好想報嘅活動?
優先報名可能幫到你

輪椅武術 2011



以跆拳道為基礎，適合任何人士參與的健體運動。通過有系統的武術訓練，培養參加者堅毅不屈的意志、自信刻苦的精神，有助他們成長及專注學業。

日期：12 至 1 月(逢星期二) 時間：晚上 7:00 至晚上 9:00

對象：中心會員 交通費：\$240 (須交通接載者)

地點：旺角社區會堂(近朗豪坊地鐵站 C 出口)或 九龍東傷健中心

內容：1) 伸展運動、單招式及複合招式練習；2) 套拳搏擊

備註：1) 傷健會員須手部靈活

2) 手持輔助工具及使用電動輪椅之會員亦可參與

3) 如須協助請自行邀請其他會員同行

4) 參加者須經面試(此面試由教練安排)

5) 如面試成功，將獲一個月之試堂安排

6) 其面試安排會由負責職員通知

7) 由於車位緊張，歡迎參加者自到(不需繳納交通費)

負責職員：李逸庭

活動編號：KE11-P039

此活動可即時報名



乒乓球訓練班



智「觸」常樂之

【先到先得】

日期：2011 年 12 月 3、10、17、24、31 日 及
2012 年 1 月 7、14、21、28 日 (星期六)(共 9 堂)

時間：下午 2:30 至下午 4:30

費用：\$15

名額：8 名

地點：本中心

此活動可即時報名

本活動不設會車接送



無論打過、未打過乒乓球，歡迎健全及傷殘會員參加

- 備註：
- 參加者須穿著簡便舒適之服飾，如 T 恤、運動褲及波鞋
 - 請自備足夠食水及個人用品
 - 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行
 - 由香港殘疾人奧委會暨傷殘人士體育協會教練任教。

負責職員：李逸庭

活動編號：KE11-P089

薑餅製作



節日系列：

【先到先得】

日期：12 月 16 日 (星期五)

時間：下午 2:30 至下午 5:00

費用：\$25

名額：10 名 (3 名輪椅使用者 + 1 名過攪)

地點：本中心

內容：教授大家製作薑餅

備註：1. 環保生活，請自備食物盒

2. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

負責職員：蔡小思

活動編號：KE11-P108



- 12
- 抽籤活動：即日接受報名
 - 優先報名時段：12 月 1 日(四)晚 7-10 時
 - 先到先得：12 月 2 日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外)
 - 請參閱 p13 活動報名小貼士

- 抽籤活動：即日接受報名
- 優先報名時段：12 月 1 日(四)晚 7-10 時
- 先到先得：12 月 2 日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外)
- 請參閱 p13 活動報名小貼士

粵藝心曲獻愛心

東

日期：12月11日(星期日)

時間：下午1:15至下午5:30

地點：本中心

費用：免費

對象：會員及公眾人士

名額：90名

內容：本中心開心粵曲組擔任演出的粵曲演唱會

門票派發日期：

中心會員 - 11月28日(星期一)上午10:15開始派發
(數量：40張，派完即止)

公開派發 - 11月29日(星期二)上午10:15開始派發
(數量：50張，派完即止)

派發地點：本中心

- 備註：**
1. 中心會員請帶備會員證索取門票
 2. 歌曲以卡拉OK形式表演
 3. 本節目時間及演出者如有更改，恕不另行通告，詳情可留意宣傳海報
 4. 觀眾憑入場券入場，持券者可獲小禮物一份
 5. 本活動不設會車接送，敬請見諒！
 6. 中心將不設留飛給各會員，請自行前往中心索取。

負責職員：李逸庭

活動編號：KE11-P053A



無障礙全人計劃

東

社區事事你要知！在黃大仙下邨有幾多無障礙設施你又知幾多，而家我地請嚟不同的義工組與你進行無障礙培訓，其後再親身體驗在社區上能否做到社區無障礙，而家邀請你成為全人大使，唔好再等啦，快D參加啦！！

日期：12月15日(星期四)晚上7:00至8:30(無障礙培訓)

12月17日(星期六)下午2:30至5:00(無障礙體驗及分享)

費用：全免

名額：10名

地點：本中心

內容：12月15日(星期四)將由中心義工組分享區內使用無障礙設施的成效，再分享其自身體驗，及教授不同無障礙設施的最新要求。在12月17日(星期六)進行社區無障礙體驗，讓大家嘗試坐上輪椅，體驗區內無障礙設施的成效，完成後再一同分享大家感受。

備註：

1. 是次計劃歡迎在中心內未參與或甚少參與義工服務會員參與。
2. 是次活動未能提供交通服務。

☺ 截止報名：12月7日(星期三)

負責職員：實習社工呂書豪



14 ①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段:12月1日(四)晚7-10時

③先到先得:12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ④請參閱p13 活動報名小貼士

③先到先得:12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ④請參閱p13 活動報名小貼士

聖誕樂悠悠 暨 中心服務諮詢會



日期：12月20日 (星期二) 【先到先得】
時間：下午2:30至下午4:00
地點：九龍東傷健中心
名額：會車13名(3輪椅位)；自到者不限
收費：全免
內容：a.小學生和你一起慶祝聖誕，為你送上歡樂遊戲，聖誕歌曲齊唱，和一起製作玻璃畫，將聖誕氣氛帶給你
b.中心服務諮詢
鳴謝：青協賽馬會茵怡青年空間

負責職員：王偉文

活動編號：KE11-P075

殘疾人乒乓球錦標賽觀賞團



是次賽事為亞洲及大洋洲區共十五個國家競逐 2012 年倫敦殘奧會資格的最後計分賽事，今次一於帶大家欣賞頂尖運動員們各顯絕技。

日期：12月21日 (星期三) 【先到先得】
時間：下午 1:00 至下午 4:00
費用：免費
名額：12 名(3 名輪椅使用者 + 1 名過檯)
地點：馬鞍山體育館
備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行
2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同



負責職員：李逸庭

活動編號：KE11-P167

鳴謝：由香港殘疾人奧委會暨傷殘人士體育協會提供門票

工展會遊



日期：12月23日 (星期五) 抽籤活動
時間：上午 11:00 至下午 3:00
費用：\$15
地點：維多利亞公園
名額：12 人 (3 名輪椅使用者 + 1 名過檯)
內容：一年一度工展會又來了，再次同你到工展會掃掃貨，逛逛街！
備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行，本活動不提供義工
2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同
3. 午膳及入場費自費 (入場費為\$10)
4. 身高 1 米或以下小童、65 歲或以上長者及殘疾人士免費入場
◎截止報名：12月2日 (星期五)
負責職員：蔡小思



活動編號：KE11-P113

傷健聖誕聯歡會



日期：12月24日 (星期六) 抽籤活動
時間：下午 3:30 至晚上 8:00
地點：薄扶林傷健營
費用：\$112 (包括晚膳及交通)
名額：12 名 (3 名輪椅使用者 + 1 名過檯)
節目：1. 聖誕火雞自助餐
2. 聖誕節日遊戲
3. 幸運大抽獎
◎截止報名：12月10日(星期六)
負責職員：蔡翠芳
合辦：薄扶林傷健營、各傷健中心



活動編號：KE11-P006

15
①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段: 12月1日(四)晚 7-10 時
③先到先得: 12月2日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外) ④請參閱 p13 活動報名小貼士

16
①抽籤活動:即日接受報名 ②優先報名時段: 12月1日(四)晚 7-10 時
③先到先得: 12月2日(五)晚 7 時起報名(特別註明除外) ④請參閱 p13 活動報名小貼士

卡拉ok大比拼 with 除夕聯歡派對 **東**

一年一度卡拉ok比賽又來了，今年轉陣到九龍東傷健中心，並提供pizza到會美食。歌唱比賽之餘，大玩遊戲，派禮物，共渡開心愉快晚上

日期：12月29日(星期四)

時間：晚上6:00至晚上9:30

費用：\$55(包到會晚膳)

地點：九龍東傷健中心

名額：觀眾及參賽者合共20名(3名輪椅使用者+1名過攙)

內容：歌唱比賽、大食會派對，小遊戲



比賽細則：1. 請自備參選歌曲VCD或視訊檔，並於12月16日(四)前交九龍西傷健中心

2. 比賽採用一條龍式，由評判評分，選出今屆冠、亞、季軍，另設優異獎及最具台風獎等獎項

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

3. 歡迎觀眾到場觀賽，並請先報名參加，以便安排膳食。

4. 由於會車載客有限，會車接載優先安排予參賽會員，中心保留最終決定權

負責職員：李逸庭

鳴謝：易傳異傷健小組 義工服務

合辦：九龍區傷健中心



活動編號：KE11-P032



17
①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時
③先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ④請參閱p13活動報名小貼士

除夕約會大明星 **東**

「眼睛」想旅行之

昌抽籤活動昌

嘩嘩嘩...劉德華、碧咸、成龍、姚明、奧巴馬....個個都係超級巨星，想見佢地話咁易，快d報名去參觀山頂蠟像館啦，可以一次過滿足晒你地大除夕o既願望!!!

日期：12月31日(星期六)

時間：上午11:00至下午4:00

費用：\$105(門票)(午膳自費) 地點：山頂

名額：10名(3名輪椅使用者+1名過攙)

內容：早上參觀香港杜莎夫人蠟像館，中午到山頂廣場午膳及閒逛，最後到柯士甸山遊樂場欣賞山頂大自然

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

3. 請自備相機

◎截止報名：12月14日(星期三)

負責職員：陳嘉雯



活動編號：KE11-P142

賀年小食及水仙栽種日營 **東**

昌抽籤活動昌

日期：1月7日(星期六)

時間：上午10:30至下午4:00

地點：薄扶林傷健營

費用：\$77(包括午宴及交通)

名額：9名(3名輪椅使用者+1名過攙)

節目：1. 學習賀年小食



2. 學習栽種新春水仙

3. 營地康樂活動

◎截止報名：12月16日(星期五)

負責職員：陳嘉雯

合辦：薄扶林傷健營、各傷健中心



活動編號：KE11-P007

18
①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時
③先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ④請參閱p13活動報名小貼士

髮型齊齊轉(四)

東

日期：1月8日(星期日)
時間：上午10:00至下午2:00
費用：\$20

名額：16名(4至6輪椅位)

地點：本中心

內容：讓不便往理髮店剪髮的肢體傷殘會員到中心剪髮

備註：1. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

2. 不能指定理髮師傅

3. 請於當日活動前自行洗頭

4. 只限 輪椅會員 或 嚴重肢體傷殘會員 或 綜援肢體傷殘會員 (極不方便前往髮型屋、領取綜援)

負責職員：蔡小思

活動編號：KE11-P066

義務髮型師：朱元鶴先生、司徒麗萍小姐

【先到先得】



健身初探索

東

運動樂悠悠：

抽籤活動

日期：1月10日(星期二)

時間：上午11:00至下午3:30

費用：\$20

名額：12名(3名輪椅使用者 + 1名過橋)

地點：大埔廣福邨廣平樓香港傷健協會賽馬會傷健體適力中心，大埔綜合大樓

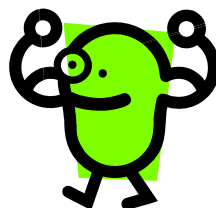
內容：早上於賽馬會傷健體適力中心嘗試使用健身用品，簡介健身器材，下午於大埔綜合大樓午餐。

備註：如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

◎截止報名：12月28日(星期三)

負責職員：蔡小思

活動編號：KE11-P079



屏山古蹟盆菜團

東

感動「味」薈之

一年一度的盆菜團又來啦，天寒地凍的月份，配合熱辣辣的盆菜宴，簡直一絕，快來報名感受吧!!

日期：2012年1月12日(星期四)

抽籤活動

時間：下午4:30至晚上8:00

地點：新界屏山

費用：\$90(盆菜費用)

名額：12名(3名輪椅使用者 + 1名過橋)

內容：參觀屏山古蹟，晚上享用盆菜晚膳

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

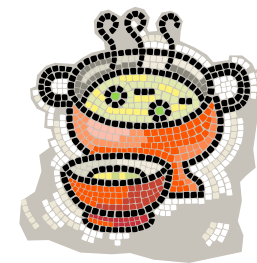
3. 共融網絡之義工提供古蹟導賞

◎截止報名：12月21日(星期三)

負責職員：李逸庭

活動編號：KE11-P027

合辦：九龍西傷健中心



高爾夫球同樂日

東

日期：1月15日(星期日)

時間：上午10:00至中午12:00

費用：全免

名額：30名(8名輪椅使用者)

地點：屯門康樂體育中心

內容：透過參與高爾夫球運動，讓會員增強判斷能力，並強身健體

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

◎截止報名：12月23日(星期五)

負責職員：蔡小思

活動編號：KE11-P016

主辦：康樂及文化事務署

合辦：九龍西傷健中心



19
①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時

③先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ④請參閱p13活動報名小貼士

20
①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時

③先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ④請參閱p13活動報名小貼士

蟹柳蟹子沙津包

東

智「觸」常樂之

【先到先得】

日期：1月16日(星期一)

時間：下午2:30至下午5:15

費用：\$25

名額：8名(3名輪椅使用者 + 1名過攙)

地點：本中心

內容：教授大家製作蟹柳蟹子沙津包

備註：1. 環保生活，請自備環保袋

2. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行



負責職員：李逸庭

活動編號：KE11-P093

年糕齊齊做

東

節日系列：

【先到先得】

日期：1月17日(星期二)

時間：下午2:30至下午4:30

費用：\$25

名額：10名(3名輪椅使用者 + 1名過攙)

地點：本中心

內容：教授大家製作年糕，讓新年更添氣氛

備註：1. 環保生活，請自備環保袋

2. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行



負責職員：蔡小思

活動編號：KE11-P109

年宵花市遊

東

抽籤活動

日期：1月20日(星期五)

時間：下午2:00至下午5:00

費用：\$15

名額：12名(3名輪椅使用者 + 1名過攙)

地點：香港銅鑼灣維多利亞公園

內容：新一年將至，是時候辦年貨了！那便要去維多利亞公園逛一逛，看看有甚麼新貨品，趁趁熱鬧吧！

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行，本活動不提供義工

2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

◎截止報名：12月30日(星期五)

負責職員：蔡小思

活動編號：KE11-P114



「人日」陪你食好野

東

抽籤活動

日期：1月29日(星期日)

時間：上午11:30到達目的地，下午4:30回程

費用：\$100(包午膳)

名額：12名(3名輪椅使用者 + 1名過攙)

地點：元朗

內容：年初七貴為「人日」，當然不可以待薄自己啦！新的一年就帶大家去到元朗歷史悠久的大榮華酒樓品嚐豐富午膳，之後帶埋大家去到元朗B仔涼粉食埋個甜品(自費)，並逛遊元朗區，感受下元朗新春的節日氣氛。

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

2. 十二歲以下參加者必須家長(會員)陪同

3. 活動可能因天氣而更改行程，行程更改恕不另行通告

4. 元朗B仔涼粉為新舖(又新街側)，是次活動只包括午膳，不包括甜品

◎截止報名：1月13日(星期五)

負責職員：王嘉倫

活動編號：KE11-P146

①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時 21

③先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ④請參閱p13活動報名小貼士

22 ①抽籤活動：即日接受報名 ②優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時

③先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ④請參閱p13活動報名小貼士

龍年新春行大運 - 港島行 東

日期：1月29日(星期日、大年初七)

時間：上午11:00至下午3:30

費用：全免

名額：30名(8名輪椅使用者)

地點：太古城、添馬公園、數碼港

內容：上午到太古城自由午餐，下午在最新落成的添馬公園近距離接觸新政府總部，最後到數碼港，遊覽南區之海濱公園

抽籤活動



備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行
2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

◎截止報名：1月13日(星期五)

負責職員：李逸庭

主辦：康樂及文化事務署

活動編號：KE11-P015

合辦：九龍區傷健中心

暖暖冬日營 東

日期：2月4及5日(星期六、日)

時間：下午2:00至翌日下午1:00

費用：全免(\$64膳食費用由中心代訂，晚餐、早餐、午餐)

名額：25名(8名輪椅使用者)

地點：西貢戶外康樂中心

內容：集體遊戲及享受營內設施。

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行
2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

◎截止報名：1月14日(星期六)

負責職員：蔡小思

主辦：康樂及文化事務署

抽籤活動



活動編號：KE11-P014A-B

合辦：九龍西傷健中心

新春齋宴遊 東

日期：2月19日(星期日)

時間：上午11:00至下午3:30 費用：\$60(包午餐)

名額：30名(3名輪椅使用者+1名過橋)

地點：粉嶺雲泉仙館、大埔舊墟

內容：先到雲泉仙館食齋及參觀；後到大埔舊墟閒逛

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

◎截止報名：1月27日(星期五)

負責職員：蔡小思

主辦：康樂及文化事務署

抽籤活動



活動編號：KE11-P018

合辦：九龍西傷健中心

Word齊齊學 東

傷殘人士電腦回家工程 課程

日期：2012年2月3日-3月23日(逢星期五)

堂數：共8堂

時間：晚上7:00至9:00

地點：本中心

名額：10名

費用：全免

內容：由專業人士教授 Microsoft Office【Word】軟件之技巧

(出席率100%及考試合格者可得上述正版專業軟件一套)

(隨課程附送【Word】書籍一本)

申請資格：中心殘疾會員(肢體傷殘人士優先)

申請手續：請填妥申請表格，備齊所需文件副本，一起交回中心；fax/e-mail恕不受理；保障隱私，所有收到之申請表格及文件將於開班三個月後銷毀(表格及送贈準則請到中心網頁 kepc.hkphab.org.hk 首頁下載)

2010年4月1日起未參與過「傷殘人士電腦回家工程」電腦班者優先

截止遞交申請表格日期：12月31日(星期六)

鳴謝贊助：余兆麒殘疾人士基金

合作夥伴：傷健義工數碼坊

負責職員：王偉文

1. 抽籤活動：即日接受報名 2. 優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時 24

3. 先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) 4. 請參閱p13 活動報名小貼士

24 1. 抽籤活動：即日接受報名 2. 優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時

3. 先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) 4. 請參閱p13 活動報名小貼士

龍年春茗迎新春

東

日期：2012年2月11日(星期六)

時間：下午6:00至晚上9:00

地點：待定 費用：待定

名額：50名(包括19名輪椅使用者+1名過攙)

內容：九龍區中心會員共聚一堂，享用新春晚宴，玩玩春節遊戲，
幸運抽獎

備註：1. 如需要協助者，請自行邀請親友(會員)同行
2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同
3. 詳細資料將稍後公布

負責職員：蔡小思

合辦：九龍西傷健中心

香港傷健協會 體能提升中心

傷殘人士踢拳道 (Kickboxing) 體驗課程

踢拳道(Kickboxing)是傷殘人士的新興運動，有助強身健體、減壓及緩延身體退化。本中心首次開辦踢拳道體驗班，並由專業導師教導，歡迎踴躍參加！

日期：A班 - 2011年12月12、19日及2012年1月2、9日(逢週一)

B班 - 2011年12月13、20日及2012年1月3、10日(逢週二)

時間：07:30 - 8:45pm

地點：九龍西傷健中心

費用：150/4堂(推廣價)

對象：中心會員(傷殘人士優先)

名額：8人

內容：學習不同伸展運動、健身器械，進行沙包訓練、踢拳道招式練習

導師：黃耀明博士

- 物理治療師 (Registered Physiotherapist, HK)
- 體能訓練專家 (Certified Strength & Conditioning Specialist, USA)

備註：1. 有心臟病或血壓高人士請先諮詢註冊西醫才可參加

2. 參加者必須年滿十六歲

查詢及報名：電話 2361 2323

負責職員：黃浩賢先生



「五感」特別抽籤系列



據中心服務諮詢會決議，爲了讓更多會員受惠，謹安排如下：

參加過2011年4月份起之「五感」特別抽籤系列活動者，於下面之同系列活動二輪抽籤，以此類推。

再戰藍莓芝士凍餅

東

感動「味」薈之

【先到先得】

日期：1月5日(星期四)

時間：下午2:30至下午4:30

費用：\$40(包材料)

名額：6名(3名輪椅使用者+1名過攙)

地點：本中心

內容：教授大家製作藍莓芝士凍餅

備註：1. 環保生活，請自備環保袋

2. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

負責職員：蔡小思

活動編號：KE11-P125



東涌嚐「寶飛」

東

感動「味」薈之

抽籤活動

日期：1月6日(星期五)

時間：中午12:00至下午4:00

費用：\$140(包午膳)

名額：12名(3名輪椅使用者+1名過攙)

地點：東涌諾富特東薈城酒店及東薈城

內容：中午到達東涌諾富特東薈城酒店享用自助午膳，並於飯後遊覽東薈城

備註：1. 如需要協助者，可自行邀請其他會員同行

2. 十二歲以下會員必須家長(會員)陪同

◎截止報名：12月16日(星期五)

負責職員：蔡小思

活動編號：KE11-P084



26

◎抽籤活動：即日接受報名 ◎優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時

◎先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ◎請參閱p13活動報名小貼士

◎抽籤活動：即日接受報名 ◎優先報名時段：12月1日(四)晚7-10時 25

◎先到先得：12月2日(五)晚7時起報名(特別註明除外) ◎請參閱p13活動報名小貼士

