

Stamp



地址 : 馬鞍山恆安邨恆海樓地下17-24號  
 電話 : 3749 9311  
 傳真 : 3741 2603  
 網址 : <http://rehab.poleungkuk.org.hk>  
 印刷數量 : 1000本  
 日期 : 09/2016



掃描QR Code

中心開放時間：上午9：00 — 下午7：00  
 \*星期日及公眾假期休息

| 星期 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 一  | 二  | 三  | 四  | 五  | 六  | 日  |
| ☺  | ☺  | ☺  | ☺  | ☺  | ☺  | 休息 |

	3號風球	8號風球	黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨
室內活動	x*	x	✓/N	✓/N	x*
室外活動	x	x	✓/N	x	x
中心車	x*	x	✓	✓	x

✓= 如常舉行    x= 取消    N= 家長自行決定

- 除下風球、暴雨警告安排：活動2小時前，個別電話通知。
- \*備註：1) 活動前2小時，如天文台發出三號風球或黑色暴雨警告訊號，各興趣班及小組暫停，已繳付的活動費用，可獲退款/補堂。
- 2) 活動進行中，如天文台發出三號風球或黑色暴雨警告訊號，各室內興趣班及小組照常進行，家人及監護人可按需要接回服務使用者，惟已繳付的活動費用，恕不退回。
- 3) 中心車按個別服務需要提供服務。



# 保良局 地區支援中心(沙田)



## 會訊

2016年10月至2017年1月

請留意2016聖誕活動報名流程

## 目錄

- |                      |                                       |
|----------------------|---------------------------------------|
| 1 活動須知               | 18 社區教育及義工服務                          |
| 2 2016聖誕活動報名流程       | 19 休閒活動系列<br>~齊來鬆一鬆                   |
| 3 中心資訊站&開心share      | 20 聖誕托管系列<br>~奇趣天地                    |
| 4 SQS資訊站             | 21 聖誕活動系列<br>~主題活動及戶外活動               |
| 5 2016年4-6月服務統計及會員統計 | 22 週六興趣班系列<br>~2016年12月至2017年3月(持續課程) |
| 6-8 活動回顧             | 23 醒獅班系列&「我眼中的快樂家庭」<br>攝影比賽結果         |
| 9-11 中心訓練服務(跳躍教室)    | 24 國際復康日2016                          |
| 12 家居訓練服務&秋冬滋潤快遞     | 25 其他服務介紹                             |
| 13-14 聖誕活動報名表        |                                       |
| 15 嚴重殘疾人士日間照顧服務      |                                       |
| 16 專職醫療服務            |                                       |
| 17 照顧者支援服務           |                                       |

## 意見發表途徑

歡迎各位對本服務提供意見，方法如下：

1. 郵寄意見到本中心
2. 使用資源中心的意見箱
3. 向職員 / 中心主任反映
4. 致電聯絡本局助理社會服務總幹事(康復服務)  
(電話：2277 8888)

1. 參加者需先登記成為本中心會員，入會前請先預約社工安排面見，會員費每年\$21。
2. 參加者需持有中心**有效**會藉，以參與各項服務/活動報名。
3. 各項活動於活動舉行前一個月開始接受報名，以**先報先得**形式，請於留位後**五天內**繳交所有款項，否則參加活動資格將自動被取消。(興趣班持續課程及假期活動除外)
4. 聖誕活動報名按報名流程，其他活動則可致電預留活動名額。
5. 繳費方法：可以現金或支票形式繳交；若以支票付款，請將支票劃線，抬頭為「保良局」/「Po Leung Kuk」；支票背後請自行填寫參加者姓名、電話及所報活動名稱。
6. 活動退款：
  - a) 若報名人數不足或因天氣關係而取消(詳見惡劣天氣安排)，參加者將獲通知有關活動退款或補堂安排。
  - b) 參加者可於**活動前兩星期**取消報名，惟只可退回50%已繳交費用。
  - c) 如需退款，請保留單據至活動完結，如單據遺失，家長須以書面申報原因，方可退款。
  - d) 如獲退款資格，請於接獲通知後**兩星期內**，憑**收據**於中心辦理退款手續，逾期作廢。
7. 請準時接送會員，若超時逾15分鐘，需以托管服務形式收費，每小時\$5；若活動舉行前或後需要托管服務，請**預早一日**通知當值職員，以便安排人手。
8. 如會員需職員協助按時派藥，藥物須為註冊西醫提供，藥袋需註明藥物成份及服用時間。
9. 會員若遇意外受傷，中心會將其送往就近公立醫院診治，家長獲通知後請立即前往跟進。
10. 活動中所拍攝之相片，有機會用作本局宣傳服務之用途。
11. 所有興趣班(持續課程)須全期報名，每期可**豁免一堂**，惟需於活動報名時確定日期。
12. 若參加者為低收入家庭，可申請活動減費，並需於活動前**四星期**向社工查詢，提出申請。
13. 如有任何查詢，歡迎於辦公時間致電3749 9311與中心當值職員聯絡。

## 2016聖誕活動報名流程

1. 請各家長於**報名時限**內以下列方式繳交報名表格，並留意備註內容。

報名方式	報名時限	備註
A. 親臨中心繳交報名表	10月29日(六)至 11月5日(六)下午5時	取得 <b>報名編號</b> 以作實報名
B. 郵寄或傳真報名表	10月29日(六)至 11月4日(五)下午5時	職員會以電話確認收到報名表， 待職員告知 <b>報名編號</b> 方可作實報名，如果於11月4日 下午5時，仍未收到電話通知，請致電查詢

2. 為了讓其他參加者有機會參與活動，部份活動設**報名名額**及參加**活動限額**。

活動內容	報名名額	參加活動限額
A. 奇趣天地(2項) 及B. 主題活動(2項)	可按喜好排列 全部活動次序	每位會員最多可參加 <b>2項</b> 活動 如首選2項活動中籤，其後活動暫不作考慮。
C. 戶外活動	不限	不限

所有活動，如於截止報名日下午5時滿額，活動將會進行抽籤，決定參加者名單。

\*如A、B活動滿額，將以家長所報之活動整個系列方式進行抽籤。

3. 2016年11月8日(星期二)上午10:00為活動抽籤日

4. 活動抽籤工作由家職會家長委員主持，亦歡迎其他家長蒞臨中心監票。

5. 繳費安排：

\*繳交支票及現金：請需於2016年11月19日(六)至11月26日(六)親臨中心繳交活動費。

\*如費用於2016年11月26日(星期六)前未能繳交，則作**自動放棄**。

\*不接受郵寄支票或櫃員機過數繳付活動費用。

6. 2016年11月30日(三)，公佈聖誕活動剩餘名額。

- ★7. 2016年12月1日(四)，公開接受報名，以先到先得方式，協助他人報名將不獲受理。**各家長可致電留位(3749 9311)**，確認留位後，需於3日內親臨中心繳交活動費，否則當作自動放棄。

8. 於假期活動期間，如有緊急情況，需中心暫顧服務，請與社工魏sir查詢。  
報名流程：



## 會員續會

各位會員，你們的會籍是否到期了？請檢查一下。會籍有效期為續會日計一年，各會員可到資源中心辦理續會手續，會費\$21。謝謝大家對本服務繼續支持！

## 資料更新

如會員資料有更新，請於辦公時間通知中心。

## 離職同事

助理導師何飛先生8/9/2016正式離職，在此祝他生活愉快，有更好的發展！

## 開心share

## 「長期服務獎頒獎典禮」



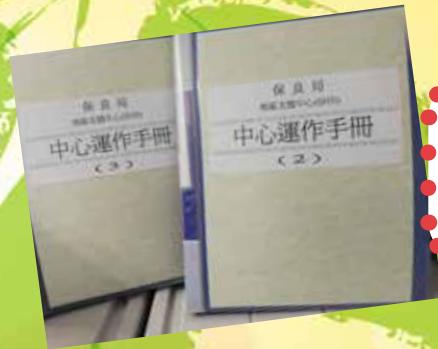
梁潔珊姑娘服務本局十個年頭，  
值得嘉許。



## 「特色便服日」



今年的特色便服日於5.20舉行，中心的主題係 --  
「地中的太陽·團結!!」



**標準 10**  
 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。

**標準 11 評估需要**

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)。

員工手冊  
 B3.3.45(a)  
 評估及滿足服務使用者需要政策。

員工手冊  
 B3.3.45(b)  
 評估及滿足服務使用者需要程序。



**標準 12 知情權**  
 服務單位尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。



**標準 13 私人財產**

服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。



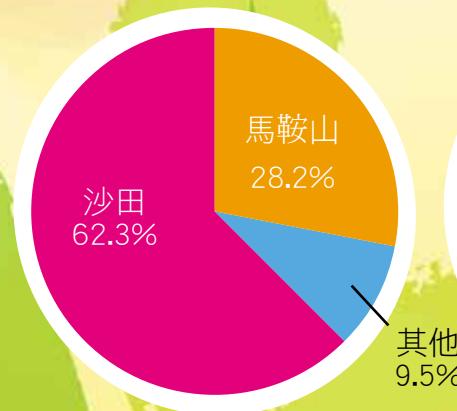
**標準 14 私隱和保密**

服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

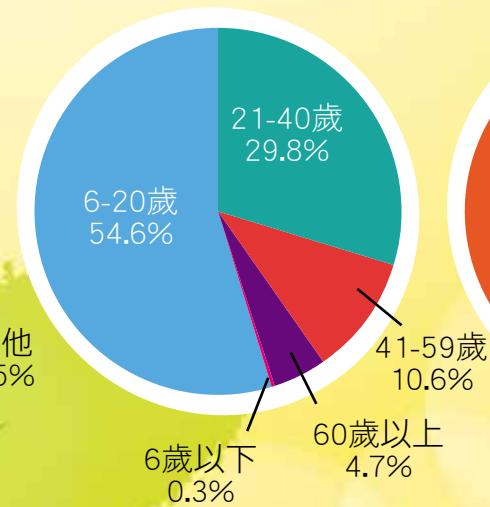
**2016年4-6月服務統計**

項目	節數/時數	參與人次
會員數目	379人(截至30/6/16)	/
照顧/訓練	15070.25小時	/
職業及物理治療	296節	/
臨床心理服務	14節	/
個人發展服務—活動/興趣班	166節	1046人次
照顧者支援活動	32節	222人次
嚴重殘疾人士日間照顧服務	出席率~101.27%	/

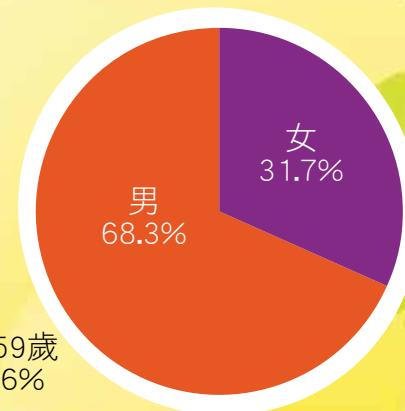
居住地區分佈



年齡分佈



中心會員男女分佈



更新日期：15/7/2016

# 2016 暑期活動

## 主題活動



佢地做緊咩呢?



熱辣辣的天氣下打門球，別有一番滋味!



我畫嘅太陽花係咪好靚呢!



我地準備要攀石啦!



美荷樓好有趣嘅!



我地一班小義工外出探訪。

## 戶外活動



估下我地嘅星廚食物製作學校整D咩野食?



熱辣辣遊挪亞方舟!



韓燒好好味呀!



參觀文物探知館



參觀海防博物館

## 跳躍教室



你碌我LOOK



扮鬼扮馬玩轉5.20特色便服日!



Magic Show! M-a-g-i-c magic!

## 義工服務



美國銀行義工隊於8.20再次到訪中心，與會員們一同遊戲及製作手工，大家都玩得好開心!

沿途有「您」照顧者支援計劃



《Cooking Pa Ma》



《大笑瑜珈》



《百變粘土》



《繽紛工藝坊》

理念：透過小組訓練，以多元化的教學手法，讓不同能力的會員，循序漸進地學習，達至全人成長。

時間：星期一至五 上午9:00至下午5:00

形式：課程為期半年，以小組訓練形式教導，每週安排不同小組。課程設計方面，會參考會員及照顧者之興趣與意見作編排。

收費：免費（個別小組會按成本收費）

申請：可自行申請或透過社工轉介

課程內容：包括康體及體能訓練；社交技巧工作坊；個人潛能發展（野外遊歷、藝術）；學術訓練；獨立生活技巧訓練；職前技巧訓練。

新

2016年10月1日至2017年3月31日時間表

時間 / 星期	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
9:00-9:30			港人港地		
9:30-10:00			早早操操		
10:00-12:00	達文西密碼 科學名人堂 遇上愛迪生	通通要識 讀上癮 中·講·通	扭扭樂 超級新煮意 演藝學院	樂人谷 環迴藝術	皮革家族 自家手作 跳室小確幸
12:00-13:00			午膳		
13:00-14:00			午間閒情		
14:00-16:00	歡聚一刻	難分難解 CEOの日常	圍村遊 點遊MOS 快樂足跡	男人幫 姊妹淘	動不完 真·運動
16:00-17:00			家務我有份		

## 小組導覽 (1/10/2016-31/3/2017) :

訓練範疇	小組
中文/通識	通通要識、讀上癮、中·講·通
數理	達文西密碼、科學名人堂、遇上愛迪生
社交	男人幫、姊妹淘
職業訓練	皮革家族、自家手作、跳室小確幸
解難	難分難解、CEOの日常
運動/保健	動不完、真·運動
社區探索	圍村遊、點遊MOS、快樂足跡
藝術/興趣	樂人谷、環迴藝術、扭扭樂、超級新煮意、演藝學院

## 小組回顧 (1/4/2016-30/9/2016) :

### Amazing Summer

暑假到來，跳躍教室都搞搞新意思！每個星期五下午舉辦不同的主題活動，使出渾身解數，令大家可以醒醒神！

#### 動漫Cosplay

運用不同的物料循環再用，製作出不同的角色服裝，加上我地的動作表情，估唔估到我地扮緊邊個呢？



## Game神

睇下我地，無論小組定係玩遊戲都一樣咁叻，都係咁神級！



## 2016 UNO爭霸之皇者再臨

睇下我地嘅比賽過程幾緊張，個個都用盡努力去挑戰~



### 上門訓練

- 服務目標** 透過上門訓練，提升殘疾人士自我照顧能力及社區生活技能
- 服務對象** 十五歲或以上殘疾人士
- 服務內容** 以個別訓練形式，教授獨立生活技能及社區生活技巧等
- 查詢/申請** 由社工轉介或自行申請

### 個別訓練



寫信

寄信



### 秋冬滋潤系列 - 雪梨銀耳百合糖水

#### 材料(5-6人份量)

- 銀耳 ~ 1朵                      雪梨 ~ 3個  
鮮百合 ~ 100克                冰糖 ~ 適量  
水 ~ 適量  
\*紅棗/杞子 ~ 可因個人口味而加入少量

#### 做法

1. 用水浸軟銀耳，去硬蒂及雜質，洗乾淨後撕成均勻小塊。
2. 洗淨雪梨外皮，去芯及椗，切厚件。鮮百合逐瓣撕開、洗淨。
3. 將水倒入煲內以大火煮滾，加入雪梨再煮滾後，轉中火煮20分鐘。之後加入鮮百合及銀耳，煮15分鐘加冰糖。
4. 冰糖煮溶即可離火，可享用。



- 小Tips:** 1. 冰糖要最後才加入，如果煮的時間過長，會變酸。  
2. 可因應個人口感調節加入銀耳的時間。

\*注意：部分體質人士不適合食用此糖水。詳情可向醫生查詢。

請貼  
郵票

## 馬鞍山恆安邨恆海樓地下17-24號 保良局地區支援中心(沙田) 2016年聖誕活動報名表

### 接送上落車站

★乘車參加者需達10人或以上，方可提供旅遊巴接送服務★  
(接送費用\$60日)

濱景花園 <input type="checkbox"/>	秦石邨 <input type="checkbox"/>	沙田圍馬鐵站 <input type="checkbox"/>	職員專用
顯徑邨 <input type="checkbox"/>	河畔花園 <input type="checkbox"/>	利安邨 <input type="checkbox"/>	
新田圍邨 <input type="checkbox"/>	美田邨 <input type="checkbox"/>	火炭火車站 <input type="checkbox"/>	
沙田警署 <input type="checkbox"/>	大圍火車站 <input type="checkbox"/>	第一城 <input type="checkbox"/>	

## 2016聖誕活動報名表

☆1. 請填上會員資料 ☆2. 請在選擇□上打✓ ☆3. 請為A, B活動按喜好排序

會員姓名:	聯絡電話:	報名日期:
會員號碼:	家長簽署:	報名編號: 職員專用

A, B共4項活動可全選, 請為所選活動排序, 1為首選, 2為次選, 如此類推  
C項活動不限報名項數

	活動系列	排序	活動日期	費用	備註	收費
(A) 奇趣天地	A1 聖誕小人類		19/12□ 20/12□ 21/12□ 22/12□ 23/12□	\$90/日	會訊P.20 (適用於 6歲以上會員)	職員 專用
	A2 聖誕小精靈		28/12□ 29/12□ 30/12□			
(B) 主題活動	B1 聖誕繽紛樂		20/12□ 21/12□ 22/12□	\$100/日	會訊 P.21 (適用於8歲以 上有自理能力 會員)	職員 專用
	B 除夕舞動樂		28/12□ 29/12□ 30/12□			
(C) 戶外活動	C1. 卡拉OK鬥一番		19/12(一)會員□	\$100/位	會訊P.21 (只適用於 12歲以上會員)	職員 專用
	C2. 茶果製作農莊之旅		23/12(五)會員+家人□ 會員+2位家人□	\$170/位	會訊P.21	
現金/支票:#				總收費:		

### 服務目的

為15-59歲嚴重殘疾人士提供日間照顧, 並按需要提供職業 / 物理治療服務, 以支援照顧者的照顧壓力。

### 服務時間

星期一至五, 上午九時至下午六時

### 服務特色

#### 1.專業團隊

由中心的護士、社工、職業治療師及物理治療師作全面專業評估, 了解服務使用者之需要

#### 2.系統式訓練/照顧日程

除提供基本照顧外, 並為每一名服務對象編定訓練/照顧日程, 切合服務使用者需要

#### 3.多元化訓練內容

關顧服務使用者之肌能、社交及閒暇發展, 利用中心不同設施, 設計了不同的訓練項目

### 申請方法

申請者需由社工轉介, 如欲查詢服務, 請致電與中心社工張姑娘聯絡

### 活動花絮



遊覽大埔海濱公園及回歸塔



郊遊樂



參觀昆蟲館

## 職業治療服務

## 家居防跌有辦法—環境方面

- 保持室內光線充足
- 保持適當之室溫
- 無障礙通道
- 選用色彩鮮明的傢俱
- 使用防滑地墊
- 樓梯及浴室要加裝扶手
- 傢俱，如床加上床欄，座椅調校適當的高度，包保護墊



防滑地墊



扶手椅

## 防跌有辦法—個人方面

- 使用適合的眼鏡、助聽器等
- 選擇適合的衣服，切忌過鬆或過緊
- 選擇合適的鞋子



## • 使用輔助工具



四腳架



拐杖



四腳叉

## 物理治療服務

物理治療是建基於醫學的非藥物治療方法之一，它是利用人體生理對物理刺激所作出的反應來達到治療目的。物理治療是透過物理媒介和原理，例如利用電能、水力、冷凍、熱能、光波、磁力，運動等，配合應用生理、心理、病理和解剖科學，從而達到治療病患、恢復身體活動功能，提昇身體活動能耐，改善及加強日常生活或工作能力，提高生活質素。

## 服務範圍

- 肌能評估
- 肌能訓練
- 胸肺物理治療
- 痛症治療
- 轉介及評估輔助器材之應用
- 家屬/照顧者的照顧技巧評估及支援

## 臨床心理服務

## 服務內容

- 為服務使用者提供評估、訓練及治療，藉以改善其認知行為、情緒及社交等各方面的能力。
- 為照顧者提供諮詢服，藉以協助他們處理服務使用者的情緒行為，及發展自閉症人士的能力。

## 服務對象

1. 自閉症人士；
2. 具挑戰性行為的殘疾人士；
3. 及其照顧者。

## 沿途有「您」照顧者支援計劃

計劃主要對象是在社區生活的殘疾人士照顧者。計劃目的是透過一系列照顧不同年齡層及殘疾程度的訓練性小組、講座、興趣小組、親子小組及活動等等，一方面讓殘疾人士有機會參與有意義的興趣、康樂及訓練活動，另一方面提昇照顧者的照顧技巧和生質素。

對象：殘疾人士、發展障礙人士、照顧者及社區人士

攜手扶弱基金  
PARTNERSHIP FUND  
FOR THE DISADVANTAGED

(本計劃得到攜手扶弱基金贊助)

## 「預防心腦血管病」家長工作坊

內容：	不良飲食習慣、缺乏運動，「三高症」（高血糖、高血脂和高血壓）令心腦血管病(心臟血管和腦血管疾病的統稱)漸趨常見。預防勝於治療，本工作坊會講解心腦血管病的成因和治療，亦會檢測參加者的血糖、脂肪比例、血壓等，分享日常煮食要注意的事項，加上器械及帶氧運動體驗，加強家長們對健康生活和照顧會員飲食的知識。
日期：	2016年10月7、14、21、28日(五)
時間：	9:45am - 10:45am
地點：	本中心
對象：	中心會員之照顧者
收費：	免費*
名額：	6人
報名日期：	19/9/2016(一)
報名形式：	先到先得
備註：	1.參加者需穿著輕便衣服及運動鞋
聯絡職員：	物理治療師 廖姑娘 / 護士 譚姑娘
*此活動由『攜手扶弱基金』贊助	

## 家長有煮意(A)

內容：	簡單菜式，融入家長獨門烹飪的秘笈，製作特色小菜。
日期：	2017年1月6、13、20日(五) 2月3、10、17、24日(五) 3月3日(五)
時間：	9:30am - 11:30am
地點：	本中心
對象：	中心會員之照顧者
收費：	\$250/8堂
名額：	8人
報名日期：	6/12/2016(二)
報名形式：	先到先得
聯絡職員：	導師羅姑娘
備註：	小組由社工王Sir，導師羅姑娘，顏姑娘及吳姑娘分別主特。

## 321家長歇腳亭

內容：	製作日式章魚小丸子及分享，學習基本急救技巧
日期：	21/3/2017(二)
時間：	10:00am - 11:30am
地點：	本中心
對象：	中心會員之照顧者
收費：	\$20
名額：	15人
報名日期：	21/2/2017(二)
報名形式：	先到先得
聯絡職員：	社工王Sir

\*活動詳情或有更改，最新資料可參閱中心通告欄或聯絡中心職員

### 康復服務義工嘉許禮2016

目的	: 嘉許義工的貢獻，促進義工及會員的交流和認識
內容	: 義工嘉許禮、中式午餐、集體遊戲及觀看表演等
日期	: 6/11/2016(日)
時間	: 11:00am - 3:00pm
地點	: 九龍灣會所一號(郵輪堤岸)
集合時間	: 10:00am
解散時間	: 4:00pm
集合及解散地點	: 本中心
對象	: 會員
收費	: \$50
名額	: 5人
備註	: 1.備有旅遊車接送 2.跳躍教室會員優先報名，報名日期：3/10(一) - 5/10/2016(三) 3.公開報名日期：6/10/2016(四) 4.報名形式：先到先得，可親臨或致電中心報名，額滿即止
聯絡職員	: 社工王Sir

11月

### 義工招募

內容：大家可因應時間、興趣、專長等，參與本中心各類型之義工服務，為生活添上無限精彩。無論你曾否擔任義工，同樣歡迎你參與義工服務，大家可以親身到本中心登記成為義工(歡迎先行預約社工協助登記)。

對象：十五歲以上，對參與義務工作有興趣之人士

費用：全免

### 中心開放日2016

目的	: 讓社區人士認識中心服務及設施，促進社區教育
內容	: 參觀中心、展板介紹及攤位遊戲等
日期	: 10/12/2016(六)
時間	: 2:30pm - 4:30pm
地點	: 本中心
對象	: 會員、照顧者及社區人士
收費	: 全免
名額	: 不限
聯絡職員	: 社工王Sir

12月

### 齊來鬆一鬆



跳室將於11月中旬舉行旅行，請各跳室會員及家長稍後留意通告及中心海報所公佈的詳情。



### 跳室分享站

內容	: 日間小組訓練總結、派發表現報告及茶點
日期	: 26/10/2016 (三)
時間	: 2:30pm - 4:00pm
地點	: 本中心
對象	: 日間訓練會員以及其家屬
收費	: \$20
名額	: 40人
報名日期	: 26/9/2016(一)
聯絡職員	: 導師江Sir

10月

### 會員大會2016

內容	: 職員與會員一起共渡歡樂下午，內容包括午膳、才藝表演、嘉許禮和抽獎等
日期	: 4/3/2017(六)
時間	: 11:30am - 2:30pm
地點	: 待定
對象	: 會員及家人
收費	: 待定
名額	: 120人(其中30位為*非恆常會員名額)
備註	: A. 一位會員可安排2位家人陪同*非恆常會員指工場、展能訓練中心的會員。

3月



## 奇趣天地

特色：活動分兩班進行，小班教學形式使會員得到更適切照顧每天上午均設有功課輔導，協助參加者做假期作業；設有多感官遊戲時段，使參加者身心放鬆。每天下午設有不同主題：手工創作/球類運動/社交遊戲/小食製作/生活小技能，使參加者渡過一個充實有趣的假期。

對象：6歲或以上會員(特殊學校學生優先參加)

收費：\$90/日(包午膳)

名額：14人(分兩班，每班7人)

備註：請留意2016年聖誕活動報名流程(P.2)

### A1 奇趣天地 ~ 聖誕小人類

時間 / 星期	19/12(一)	20/12(二)	21/12(三)	22/12(四)	23/12(五)
9:00-10:00	早操				
10:00-10:45	功課輔導/書寫樂/填色樂				
10:45-11:00	獎勵時間				
11:00-12:00	玩具小天地/感官鬆一鬆/音樂天地				
12:00-13:00	午膳				
13:00-14:00	音樂/電影欣賞				
14:00-17:00	“掃”學天才	三文魚餅	3D小木偶	奇趣鮮果撻	聖誕party
	公園遊遊樂/茶點/迪士尼劇場				

### A2 奇趣天地 ~ 聖誕小精靈

時間 / 星期	28/12(三)	29/12(四)	30/12(五)
9:00-10:00	早操		
10:00-10:45	功課輔導/書寫樂/填色樂		
10:45-11:00	獎勵時間		
11:00-12:00	玩具小天地/感官鬆一鬆/音樂天地		
12:00-13:00	午膳		
13:00-14:00	音樂/電影欣賞		
14:00-17:00	摺摺樂	猜猜畫畫	小精靈party
	公園遊遊樂 s / 茶點/迪士尼劇場		

§ 奇趣天地之公園遊遊樂會視乎天氣情況而決定會否外出

\*活動詳情或有更改，最新資料可參閱中心通告欄或聯絡中心職員

## 主題活動

### B1. 聖誕繽紛樂

對象：	日期	20/12(二)	21/12(三)	22/12(四)
8歲或以上有自理能力之會員 (特殊學校學生優先參加)	日期	20/12(二)	21/12(三)	22/12(四)
時間：10:00am-4:00pm	上午	【吹】出聖誕袋	玻璃繪畫	油雕塑
地點：本中心/外出活動	下午	製作聖誕【T】	遊聖誕(外出)	High tea pancake
收費：\$100/日				
名額：8人				
備註：A.請留意2016年聖誕活動報名流程(P.2)				

### B2. 除夕舞動樂

對象：	日期	28/12(三)	29/12(四)	30/12(五)
8歲或以上有自理能力之會員 (特殊學校學生優先參加)	日期	28/12(三)	29/12(四)	30/12(五)
時間：10:00am-4:00pm	上午	新年咭製作	閃閃許願樹	除夕小派對
地點：本中心/外出活動	下午	手舞足蹈(I) (外出)	手舞足蹈(II) (外出)	火車博物館 (外出)
收費：\$100/日				
名額：8人				
備註：A.請留意2016年聖誕活動報名流程(P.2)				

## 戶外活動

### C1. 活動名稱：卡拉OK鬥一番

內容：	到NEWAY 唱卡拉OK，共享開心時刻
日期：	19/12/2016(一)
時間：	10:00am - 4:00pm
地點：	NEWAY 卡拉OK
對象：	12歲或以上有自理能力之會員 (特殊學校學生優先參加)
收費：	\$100/位
名額：	8人
聯絡職員：	導師伍sir
備註：	請留意2016年聖誕活動報名流程(P.2)

### C2. 活動名稱：茶果製作農莊之旅

內容：	上午體驗農夫生活導賞，午餐後於農莊內學習製作茶果
日期：	23/12/2016(五)
時間：	10:00am - 4:00pm
地點：	有機火龍果農莊
對象：	會員及家人
收費：	\$170/位
名額：	25人
聯絡職員：	導師伍sir
備註：	A. 一位會員可安排2位家人陪同 B. 請留意2016年聖誕活動報名流程(P.2)

\*活動詳情或有更改，最新資料可參閱中心通告欄或聯絡中心職員

(E)小組日期：2016年12月3、10、17、24、31日(星期六) (F)小組日期：2017年2月4、11、18、25日(星期六)  
2017年1月7、14、21日(星期六) 2017年3月4、11、18、25日(星期六)

小組名稱	時間	內容	名額	收費	節數	導師	備註
活力伸展操 (E)&(F)	10:00am ~11:15am	透過音樂舞動身體，隨著輕鬆心情伸展關節，增加靈活性和柔軟度及強化肌肉，達致身心舒展。	8人	\$400(10-11月) \$400(12-1月)	8節 8節	李冠勇先生 (專業運動教練)	
X-Box達人 (E)&(F)		體驗X-BOX內不同遊戲的樂趣，提升手眼協調能力。	6人	\$240(10-11月) \$240(12-1月)	8節 8節	林姑娘	
手工教室 (E)&(F)		透過製作不同形式的手工藝，培養手工藝興趣，發揮無限創意。	8人	\$400(10-11月) \$400(12-1月)	8節 8節	鄭碧琴小姐 (資深手工班導師)	
音樂派對 (E)&(F)	11:30am ~12:45pm	透過播放音樂與樂器的配合，讓會員輕鬆地投入音樂世界，提升其專注力及協作能力。	6人	\$240(10-11月) \$240(12-1月)	8節 8節	伍SIR / 謝姑娘	
我至FIT (E)&(F)		利用跑步機、健身單車、Fitball等健身器材來增強心肺功能，促進血液循環。	8人	\$400(10-11月) \$400(12-1月)	8節 8節	李冠勇先生 (專業運動教練)	
生活小百科 (E)&(F)	2:15pm ~3:30pm	透過遊戲學習日常生活上的技能，提昇獨立能力。	6人	\$240(10-11月) \$240(12-1月)	8節 8節	范姑娘	
美藝畫坊 (E)&(F)		利用不同繪畫素材，引導學員發揮無限創意，繪畫多元化作品。	8人	\$480(10-11月) \$480(12-1月)	8節 8節	梁慧莊小姐 (資深畫班導師)	
至營廚房 (E)&(F)	3:45pm ~5:00pm	學習製作中西各國特色美食及簡單烹飪技巧。	6人	\$240(10-11月) \$240(12-1月)	8節 8節	范姑娘	
非洲鼓樂 (E)&(F)		透過非洲敲擊鼓的學習，訓練對節奏的理解，增強音樂感及節拍感。	8人	\$480(10-11月) \$480(12-1月)	8節 8節	袁國媛小姐 (資深非洲鼓導師)	
舞蹈天地 (E)&(F)	2:15pm ~3:30pm	在舞蹈及音樂的引領下，配合身體的活動、手足的反應，從舞步中提昇集中力及協調性。	10人	\$400(10-11月) \$400(12-1月)	8節 8節	蕭嘉曼小姐 (資深跳舞導師)	此為一年持續課程，2016年4月已中籤之學員將優先收取
飛翔舞龍 (E)&(F)	3:45pm ~5:00pm	由專業教練教授舞龍技巧、動作，及學習團體精神。	10人	\$400(10-11月) \$400(12-1月)	8節 8節	陳國健師傅 (香港陳國健龍獅團教練)	
小畫廊 (E)&(F)		深入教授畫畫技巧，鞏固學員的繪畫技巧及所長，發展學員畫畫潛能。	3人	\$720(10-11月) \$720(12-1月)	8節 8節	梁慧莊小姐 (資深畫班導師)	

醒獅班2016(E)

小組內容：	增加學員對舞獅技巧的認識及加強學員之間的合作性。
日期：	2016年12月7,14,21,28日(星期三) 2017年1月4,11,18,25日(星期三)
時間：	4:30pm - 6:00pm
地點：	本中心
收費：	全期\$400(共8堂)
名額：	8人
導師：	陳國健(香港陳國健龍獅團教練)

醒獅班2016(F)

小組內容：	增加學員對舞獅技巧的認識及加強學員之間的合作性。
日期：	2017年2月1,8,15,22日(星期三) 2017年3月1,8,15,22,29日(星期三)
時間：	4:30pm - 6:00pm
地點：	本中心
收費：	全期\$450(共9堂)
名額：	8人
導師：	陳國健(香港陳國健龍獅團教練)



沿途有「您」-「我眼中的快樂家庭」攝影比賽結果

中學組	
冠軍 麥景竣	
亞軍 麥浩然	

公開組	
冠軍 張敏	優異
亞軍 吳泳琳	鄭玉彤 侯光瑞
季軍 黃秀清	葉文芳

特殊小學組	
冠軍 黃子樂	優異
亞軍 楊傑峻	鄭堯謙 宋楚曜
季軍 麥景嵐	陳詠恩

特殊中學組	
冠軍 黃詩詠	優異
亞軍 鄧永健	李學賢 洪嘉聰
季軍 蕭浩嵐	何洛誼



部分參賽者領獎實況

\*活動詳情或有更改，最新資料可參閱中心通告欄或聯絡中心職員

\*活動詳情或有更改，最新資料可參閱中心通告欄或聯絡中心職員

## 2016年國際復康日

香港復康聯會（香港社會服務聯會復康部）自一九九三年已積極響應「國際復康日」，並聯同全港十八區區議會、各政府部門、復康與非復康團體以及學校等，攜手籌辦各項大型慶祝活動和地區推廣活動，致力倡導殘疾人士融入社會；透過各項活動，促進殘疾人士及健全人士之間的認識和互相接納，邁向「傷健齊心，萬眾一家」的目標。

今年聯會等備了多項活動，希望大家玩得開心。

### 「免費乘搭車船暨免費參觀博物館 和使用暖水游泳池及免費遊覽香港濕地公園」

11月13日（星期日）

「殘疾人士免費乘搭車船日」當天，凡持有勞工及福利局新的「殘疾人士登記證」的殘疾人士，均可與一名同行照顧者免費乘搭各種公共交通工具及免費參觀康樂及文化事務署的博物館和享用游泳池設施及免費遊覽香港濕地公園。

「殘疾人士免費乘搭車船日」  
(包括免費參觀康樂及文化事務署的博物館和享用游泳池設施及免費遊覽香港濕地公園)

### 「海洋公園同樂日」

11月20日及11月27日（星期日）

十八區國際復康日工作小組統籌，傷、健全人士同遊海洋公園，凡持有「殘疾人士登記證」的殘疾人士可憑入場券免費入場，而其同行不多於兩名陪同者也可免費入場。今年分別於11月20日及11月27日(星期日)兩天舉行，沙田區為11月22日。

\*入場券派發詳情，容後公佈。

#### 熱線服務

保良局康復支援熱線：2699 9976 - 提供情緒輔導及服務查詢

#### 個案管理服務

日期	星期	時間	收費	備註
按使用者需要	星期一至六	9:00am-5:00pm	免費	敬請致電社工查詢及申請

#### 中心暫顧服務 - 為有需要之殘疾人士提供日間中心暫顧服務

日期	星期	時間	收費	備註
按參加者需要	星期一至六	9:00am-7:00pm	\$5/小時	敬請致電預約

#### 家居暫顧及支援服務 - 為社區內有需要的殘疾人士提供接送及家居暫顧等服務

日期	星期	時間	收費	備註
按使用者需要	星期一至日	7:00am-11:00pm	\$33/小時	敬請致電預約

服務需經社工評估及接納後方可預約服務。

#### 職業/物理治療師上門服務 - 為社區內有需要的殘疾人士提供職業/物理治療師上門服務

日期	星期	時間	收費	備註
由治療師與家人協商	星期一至五 星期六	9:00am-5:00pm 9:00am-12:00n	上門-\$51/(45分鐘) 中心-免費	敬請致電社工申請

#### 臨床心理服務 - 為社區內有需要的殘疾人士提供心理輔導服務

日期	星期	時間	收費	備註
按參加者需要	星期一至五 星期六	9:00am-5:00pm 9:00am-12:00n	免費	敬請致電社工申請

#### 中心車接送服務 - 接送會員到中心接受服務

日期	星期	時間	收費	備註
按使用者需要	星期一至五	9:00am-5:00pm	每單程\$10	敬請致電社工申請

#### 嚴重殘疾人士日間照顧服務

日期	星期	時間	收費	備註
按參加者需要	星期一至五	9:00am-6:00pm	\$60/每日 \$988/每月 (包括午膳提供)	敬請致電社工查詢及申請