



保良局
地區支援中心(沙田)

Stamp

中心位置



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 : 1/2019



掃描QR Code

會訊

2019年2月至5月



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) 遇到特別天氣情況，家長可先致電中心查詢活動及興趣班最新安排。
4) 中心車按個別服務需要提供服務。

請留意2019復活節活動及4至9月興趣班報名流程

目錄

1 活動須知	17 家居訓練服務及健康快遞
2 2019復活節活動及4-9月興趣班報名流程	18 嚴重殘疾人士日間照顧服務
3 中心資訊站/新動向	19 專職醫療服務
4 SQS資訊站	20 照顧者支援服務
5 2018年7-9月服務統計及會員統計	21-22 社區教育及義工服務
6-8 活動回顧	23 休閒活動系列-齊來鬆一鬆
9-12 中心訓練服務(跳躍教室)	24 復活節託管系列-奇趣天地
13 郵寄地址	25 復活節活動系列-主題活動&戶外活動
14 復活節活動報名表	26 週六興趣班系列- 2019年2-3月(持續課程)
15 興趣班報名表	27 (新) 週六興趣班系列- 2019年4-9月(持續課程)
16 健康資訊	28 預約中心託管及訂餐服務細則
	29 其他服務介紹

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**會籍，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. 復活節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，需以託管服務形式收費，每小時\$5.1；若活動舉行前或後需要託管服務，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. 所有興趣班課程須全期繳費。
12. 若參加者為低收入家庭，可申請活動費減免，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。

2019年復活節及4月至9月週六興趣班報名流程

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。



會員續會

各位會員，你們的會藉是否到期了？請檢查一下。會藉有效期為**續會月計一年**，各會員可到資源中心辦理續會手續，會費\$21。謝謝大家支持本中心服務！

資料更新

如會員資料(地址、電話等)有更新，請於辦公時間通知中心。

新入職同事



福利工作人員陳家琪

大家好，我是新入職的福利工作人員陳家琪（琪姑娘），很開心可以加入保良局這個大家庭，期待將來日子為大家服務，請大家多多指教！

導師-葉嘉敏

大家好，我是新入職的導師葉嘉敏（敏姑娘），主要負責中心興趣班的活動，盼望大家能愉快參與。我最喜歡的動物是松鼠。我的興趣很多，包括跳舞、畫畫、彈古箏、手工藝、行山、游泳等...願意日後和您們分享更多！



離職同事

主任劉詠欣姑娘於3/12/2018正式離職。在此祝她身體健康!生活愉快!



臨床心理學家陳翎漢先生於5/2/2019正式離職。在此祝他生活愉快! 身體健康!

標準 15

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意見或不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。



標準 16

服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。



標準 1

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。



標準 2

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。



標準 3

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確紀錄。



標準 4

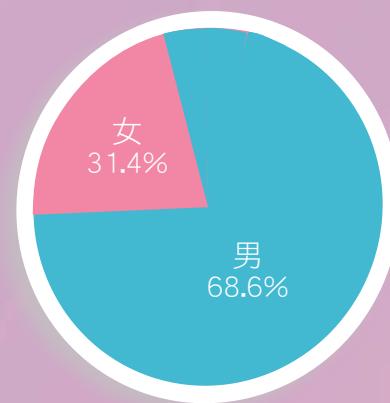
所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

2018年7-9月服務統計

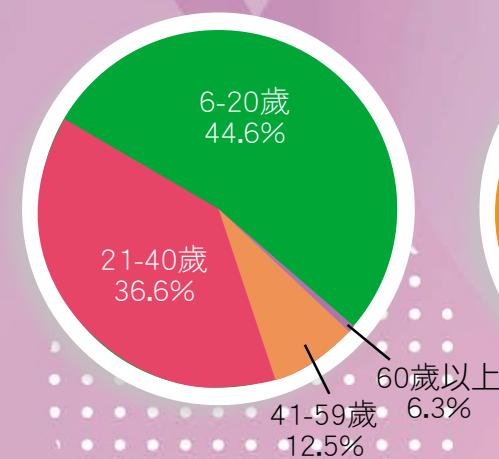
項目	時數/節數	參與人次
會員數目	392人(截至30/9/18)	/
照顧/訓練	17140.75小時	/
職業及物理治療	257節	/
臨床心理服務	41節	/
個人發展服務—活動/興趣班	193節	1310人次
照顧者支援活動	1節	17人次
嚴重殘疾人士日間照顧服務	出席率-75.24%	/

會員統計

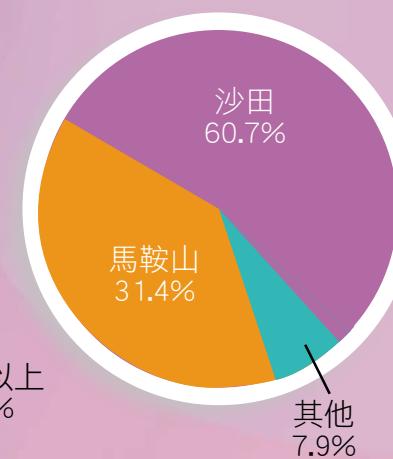
男女比例



會員年齡分佈



居住地區分佈



跳躍教室

日營



12月17日我哋到荃灣曹公潭參加日營活動。在教練的指導下我們嘗試玩滾軸溜冰、射箭、打門球等等，活動多姿多彩！



「中環」四海



12月19日就去咗添馬公園野餐，出發前我哋仲親自製作午餐。第一次咁多人一邊野餐一邊欣賞維港景色，場面熱鬧，體驗好難忘喔！

參觀大館



中環好去處！12月20日參觀咗前中區警署「大館」，除咗遊覽監獄歷史建築，仲參觀咗「關公駕到」展覽，加上有機會乘搭全香港最長嘅扶手電梯，好開心！

2018聖誕活動

今年聖誕節活動好豐富，不但喺中心玩桌遊、整聖誕卡、開派對，仲去唱卡拉OK同埋參觀T·Park呀！



家長烹飪班

今日我「煮」場讓各位家長大顯身手，煮各種菜式都有難度，果然個個都係入得廚房！



綠升級工作坊 (攜手扶弱基金贊助)

平日只要花點心思，看似沒有用途或廢棄的物料，就能翻身變成可用之物。這就是「升級改造」的意義。

跳室小組



將冇用嘅紙袋、衣服、零食包裝袋等製成獨一無二嘅有用作品，實用又好睇！



DC/SD小組

今次活動內容多姿多采，我哋試過將破碎不能用嘅蠟筆加熱為聖誕吊飾添色彩，利用雪條棍製作和風座枱燈，仲利用舊衣物製作環保袋呀。



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社區生活技能達至全人成長。

時間：星期一至五 上午 9:00 至 下午 5:00

對象：適合輕度至中度智障會員，情緒穩定及具備基本自理能力 (必須未有接受任何機構之日間訓練服務)

收費：每節小組\$20 /半年 (中途加入之會員亦需收費)

申請：透過社工轉介或向跳躍教室社工報名

內容：包括康體及體能訓練；社交技巧工作坊；個人潛能發展；學術訓練；獨立生活技能訓練；職前技巧訓練等。

備註：會員個別日子缺席不設補堂及退款。若報名人數超過名額，將以抽籤形式處理。

2019年4月1日至2019年9月30日

時間 / 星期	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)
9:00-9:30	報章閱讀				
9:30-10:00	早操				
10:00-12:00	火熱羽毛球 我愛音樂	實務辦公室 記憶易 環境美化	健康大聯盟 Pizza & Tart Smart Phone	跑步之魂 普拉蒂體驗 最佳攝影師	摺紙閑情 手藝傾情 茶博士
12:00-13:00	午膳				
13:00-14:00	午間閒情				
14:00-16:00	跳室事務所	男·朋友 香港小姐	趣味ABC 油畫樂 人氣士多	社區的事 書畫情	努力增腦力 健體18
16:00 - 17:00	收拾及清潔				

小組導覽(2019年4月1日至2019年9月30日)

訓練範疇	小組
溝通能力	趣味ABC、男·朋友、香港小姐
運算能力	努力增腦力
研習能力	火熱羽毛球、我愛音樂、茶博士、手藝傾情、摺紙閑情
解難能力	記憶易
運用資訊科技能力	最佳攝影師、Smart Phone
批判性思考能力	健康大聯盟、社區的事
創造力	環境美化、書畫情、Pizza & Tart、油畫樂
協作能力	跳室事務所
自我管理能力	健體18、普拉蒂體驗、跑步之魂
職業訓練	實務辦公室、人氣士多

各小組簡介

週一小組

火熱羽毛球

學習羽毛球之基本技巧，訓練反應與學習比賽細則，享受運動之樂。

我愛音樂

學習使用不同的樂器，合奏出美妙的樂章，陶冶性情。

跳室事務所

一起參加遊戲競賽、主題活動、生日會等，增加社交機會，讓會員友情大躍進。

週二小組

實務辦公室

學習辦公室內的基本工作技能，培養良好的工作習慣及技巧。

記憶易

學習簡易的記憶法，提升記憶力。

環境美化

自己的地方自己設計及美化，提升會員對中心的歸屬感及個人的創作力。

男·朋友

了解男士日常遇到的困擾，包括人際關係、自理、情緒管理等。

香港小姐

了解女士日常遇到的困擾，包括人際關係、自理、情緒管理等。



週三小組

健康大聯盟

你食得健康嗎？小組會介紹健康的飲食資訊、營養介紹和養生健體的方法。

Pizza & Tart

學習製作不同種類的Pizza及Tart，也能增加對營養的認識及創作力。

Smart Phone

認識手機撥打電話基本操作、Apps下載應用技巧及使用的注意事項。

趣味ABC

利用有趣的英語學習內容，提升會員的英語能力。

油畫樂

利用塑膠彩在畫布上繪畫，學習基本色彩原理、模仿名家的作品，創作自己的畫作。

人氣士多

模擬小賣部的運作，實習招待顧客、收銀、理貨等工作，了解小賣部的經營模式及營運。



週五小組

摺紙閑情

利用紙張摺出不同的作品，增加創意力。

手藝傾情

發揮創意，認真創作，嘗試製作不同的手工藝，讓創作心大爆發。

茶博士

認識不同的茶葉、茶具，中西雙方對茶藝的不同欣賞角度，提昇生活品味。

努力增腦力

利用不同的解難訓練，激活大腦，讓會員懂得靈活處事。

健體18

簡單的動作就可以增強柔軟度及活動力，不要錯過！

週四小組

跑步之魂

透過跑步訓練，提升體能，建立健康生活。

普拉蒂體驗

透過普拉蒂運動，提升專注思想和身體的協調性。

最佳攝影師

鏡頭多向外，會看得更多；學習攝影的基本技巧及修圖的技巧。

社區的事

你對社區的認識有幾多？透過小組，發掘社區內的有趣新奇事物。

書畫情

學習中國畫及書法，培養耐性及創意。

小組回顧(2/10/2018-31/12/2018)

香港文化遊

小組參觀咗香港鐵路博物館，裡面有不同時期的鐵路標誌、新支線概況等互動展品，帶領我哋穿梭鐵路今昔。



三日兩夜

小組教我哋摺衫同燙衫，返到屋企可以幫家人分擔一下家務添！



遊園會

栽種一棵植物真係唔容易，從翻泥到淋水都由我哋一手一腳打理，靜靜等待收成的來臨！



請貼
郵票

保良局地區支援中心(沙田)
馬鞍山恆安邨恆海樓地下17-24號
[2019年復活節活動及興趣班報名表]



2019年復活節活動報名表

☆1. 請填上會員資料 ☆2. 請將選擇在□上打✓ ☆3. 請為A, B活動填上選擇次序

會員姓名：	年齡：	聯絡電話：	報名日期：
會員號碼： (請確保會藉有效)		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、3、4為次選。

		活動系列	排序	活動日期	費用	備註	收費
復活節託管系列	(A) 奇趣天地	A1. 歡樂復活		15/4□ 16/4□ 17/4□ 18/4□	\$100/日□	(會訊P.24) 適用於6歲以上會員	職員專用
		A2. 反斗復活 (特殊學校優先)		23/4□ 24/4□ 25/4□ 26/4□	\$100/日□		
復活節活動系列	(B) 主題活動	B1. 復活-誕滿FUN		15/4□ 16/4□ 17/4□	\$120/日□	(會訊P.25)適用於8歲以上有自理能力會員	職員專用
		B2. 復活-樂無窮 (特殊學校優先)		23/4□ 24/4□ 25/4□	\$120/日□		
戶外活動	(C) 親子戶外活動	C1. 大館一天遊		18/4(四) 會員+家人□ 會員+2位家人□	\$160/位	(會訊P.25)	職員專用

現金/支票:

職員專用

總收費:

職員專用

*報名前請確保會藉有效

4-9/2019週六興趣班報名表

1.請填上會員資料 / 2.請為每節活動填上選擇次序

會員姓名：	聯絡電話：	報名日期：
會員號碼： (請確保會藉有效)	家長簽署：	報名編號： 職員專用

A, B, C, D共4節活動可全選, 請為所選活動排序, 1為首選, 2為次選, 如此類推

	排序	A節活動 (10:00-11:15)	排序	B節活動 (11:30-12:45)	排序	C節活動 (14:15-15:30)	排序	D節活動 (15:45-17:00)
週六興趣班		#廚藝無窮		#資訊科技		#創意手工藝		#非洲鼓藝
		#通識百科		#器械健體		#小小畫家		#遊戲樂園
		#動力伸展操				**舞出新天		**國術醒獅
								**進階畫藝
現金/支票:			總收費:			職員簽署:		

(#) 為半年持續課程2019年4月至9月, (**) 為一年持續課程2019年4月至2020年3月



濕疹

濕疹是不具傳染性的皮膚反應疾病，多生長在面頰、唇邊、手腕、肘彎及小腹皺褶等地方。

成因可包括:

遺傳、引起過敏反應的物質如灰塵、羊毛、花粉、寵物的毛和皮屑及蛋白質食物如蛋、海產、奶類、牛肉、花生等。

症狀可包括:

- 皮膚痕癢
- 皮膚呈乾燥、紅腫、有水泡
- 水泡破裂，皮膚有出水現象
- 結痂，脫屑
- 患處皮膚變厚、變粗、皮膚上的紋理十分明顯
- 患處受細菌感染而發炎
- 其他敏感的情況，例如鼻敏感、哮喘



濕疹的護理應以保濕及滋潤皮膚為主

- 使用滋潤用品以保持皮膚滋潤
- 保持家居整潔，空氣清新、涼快
- 應選用純棉衣物
- 洗滌衣服時要用清水將衣物過淨，避免使用過量洗衣粉
- 洗澡不宜過久，水溫要適中
- 避免選購有毛的玩具、飼養寵物及種植含花粉植物
- 注意營養均衡及作息
- 經常修剪指甲以防抓癢時指甲抓傷皮膚。在痕癢時，分散注意力或以冰敷
- 患者或會因外觀有異而覺得難為情，甚至被別人排斥。可鼓勵解釋此病是不具傳染性，可以如常參與日常社交活動
- 經常保持輕鬆愉快的心境，避免過分焦慮
- 注意藥物均有副作用，必須按照醫生指示處方及覆診，尤其長期使用類固醇
- 不要胡亂用藥、自行購買藥物或使用他人的藥品

*內容節錄於衛生署網頁

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



讀圖咭



社區認識

綠豆薏米豬骨湯 (3~4人份量)

材料:

綠豆	90克
薏米	30克
海帶	30克
赤小豆	30克
豬骨	適量
薑片	3塊
水	大約10碗

做法:

1. 將海帶剪細片，浸水，洗乾淨
2. 將綠豆、薏米及赤小豆洗淨，備用
3. 薑去皮切片
4. 將豬骨氽水
5. 所有材料放入煲中大火滾起，再慢火煲2小時，調味即成

* 注意：部分體質人士不適合飲用此湯水。詳情可向醫生查詢。

部分內容節錄於網上資訊#



服務目的

為15-59歲嚴重殘疾人士或智障老齡化之人士提供日間照顧，並按需要提供職業/物理治療服務/社交訓練/小組活動，以舒緩照顧者的照顧壓力

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，設計不同訓練項目

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

我哋係9月及11月分別去咗香港科學園、南蓮池園、大埔鐵路博物館及綠匯學院遊覽。每個地方嘅景色都各有千秋，我哋仲參觀咗特色展館，更有機會外出享用美食，好relax呀！



臨床心理服務

臨床心理服務透過評估、諮詢及心理治療，幫助服務使用者改善其情緒行為，協助照顧者提升照顧自閉症人士的能力。

服務範圍

- 心理評估服務
- 諮詢服務
- 心理治療
- 照顧者支援

物理治療服務

物理治療是透過物理媒介和原理，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，提昇身體活動能力，改善日常生活或工作能力，提高生活質素。

服務範圍

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

職業治療服務

職業治療透過不同類型的活動及療程，增強及維持服務使用者的體能及心智功能，協助他們重返家庭、工作崗位及社區，促進獨立生活，改善生活素質。

服務範圍

- 認知能力訓練
- 自理能力訓練
- 社交溝通訓練
- 家居評估及改裝
- 維修治療器材
- 配置輔助工具



「康復服務參觀」系列 - 服務睇真D (D)

內容:	參觀日間展能中心服務
日期:	6/3/2019 (三)
時間:	1:45pm-3:00pm
地點:	秦石邨 (扶康會秦石成人訓練中心) 集合時間/地點: 1:30pm 車公廟B出口7-11便利店
對象:	中心會員之照顧者*
收費:	全免
名額:	13人(先到先得)
報名日期:	12/2/2019 (二)
聯絡職員:	副主任張姑娘、社工李Sir

須為有效會員之照顧者

家長分享會(日間訓練服務) (A)

內容:	日間小組訓練總結、派發表現報告及下午茶
日期:	3/5/2019 (五)
時間:	2:30pm - 4:30pm
地點:	本中心
對象:	日間訓練會員及其家屬
收費:	\$10
名額:	40人
報名日期:	3/4/2019 (三)
聯絡職員:	江Sir

我係「煮」角

內容:	西式糕點及中西特式小菜等
日期:	2019年5月7、14、21、28日(二) 6月4、11、18、25日(二)
時間:	9:30am - 11:30am
地點:	本中心
對象:	中心會員之照顧者
收費:	\$300 / 8節
名額:	8人
報名日期:	8/4/2019(一)
報名形式:	先到先得
備註:	小組由導師顏姑娘、羅姑娘及May姑娘分別主持。
聯絡職員:	羅姑娘

家長分享會(興趣班) (A)

內容:	檢討興趣班及假期活動, 提供意見及家長分享照顧子女心得
日期:	16/5/2019(四)
時間:	11:00am-12:30pm
地點:	本中心
對象:	參加興趣班或活動會員之家長
收費:	全免
名額:	10人
報名日期:	8/4/2019(一)
聯絡職員:	敏姑娘

*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

義工心聲~林翠兒姑娘

- : 林姑娘, 你點解會嚟中心做義工嘅?
- : 因為退咗休, 多咗時間, 嚮往做一點有意義嘅事, 來回饋社會。而且知道保良局是個不折不扣的慈善機構, 所以一直都希望可以加入呢個團隊。
- : 你做義工最難忘嘅經歷是甚麼? 有甚麼體會?
- : 我當義工嘅資歷僅得半年, 要講難忘經歷應該是隨中心的表演團隊, 出發往保良局140周年紀念活動, 那天的龐大陣容令我大開眼界, 每位參加者都咁用心去做好自己嘅崗位, 這份精神令我動容!我體會到擁有健康、健全嘅身體, 以自己嘅綿力去幫助人, 係非常幸福嘅事。
- : 你有甚麼心得鼓勵社區人士做義工?
- : 我會用身體力行去影響身邊嘅人, 加入義工嘅行列。



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

「保良局140周年服務巡禮」花絮

10月21日, 中心會員到維多利亞公園參加局方140周年服務巡禮, 大家上台表演唱歌, 引來觀眾報以熱烈的掌聲。



「紅十字會」講座~預防流感

11月7日中心邀請咗「紅十字會」嘅職員到中心推廣衛生資訊，提升大家防流感知識。



「中心開放日」花絮

中心一年一度嘅開放日於12月8日順利舉行。當日設有攤位遊戲、健康檢查、小食攤位等，眾多社區人士及機構前來參與，場面熱鬧！



齊來鬆一鬆

愛·型·聚19會員大會

內 容：	才藝表演、嘉許禮和抽獎等，與會員及家長共度愉快的午餐
日 期：	9/3/2019(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)
報名日期：	28/1/2019(一)
報名形成：	先到先得
備 註：	A. 一位會員可安排2位家人陪同 B. 非恆常會員指工場、展能訓練中心的會員
聯絡職員：	社工王sir

自己話事BBQ

內 容：	一起購買各式燒烤食物，前往郊野公園一同體驗BBQ的樂趣
日 期：	16/2/2019(六)
時 間：	10:00am - 3:00pm
地 點：	馬鞍山郊野公園
對 象：	會員及家人
收 費：	\$100/位
名 額：	14人
報名日期：	25/1/2019(五)
報名形成：	額滿抽籤
備 註：	A. 一位會員可安排2位家人陪同 B. 額滿抽籤，抽籤日期：4/2/2019(一) C. 如當天遇到特別天氣情況，活動將會更改地點或取消
聯絡職員：	伍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

奇趣天地

內容：每天上午均設有填色樂及多元智能遊戲時段，提升參加者的專注力和手眼協調；設有多感官室時段，使參加者身心放鬆。每天下午設有不同主題：學習自理/小食製作/手工創作/派對活動，使參加者度過一個充實有趣的假期。

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。

對象：6歲或以上會員（特殊學校學生優先參加A2）

收費：\$100/日(包午膳)

名額：14人(分兩班，每班7人)

備註：請留意2019復活節活動報名流程(P.2)



A1奇趣天地 ~ 歡樂復活

時間 / 星期	15/4(一)	16/4(二)	17/4(三)	18/4(四)
9:00-10:00	早操			
10:00-10:45	多元智能遊戲/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	電影欣賞/感官鬆一鬆			
14:00-17:00	*歡樂沙畫	歡樂沙律	歡樂自理-掃地篇	歡樂Party
	公園遊遊樂#/茶點/迪士尼劇場			

A2奇趣天地 ~ 反斗復活

時間 / 星期	23/4(二)	24/4(三)	25/4(四)	26/4(五)
9:00-10:00	早操			
10:00-10:45	多元功課輔導/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	電影欣賞/感官鬆一鬆			
14:00-17:00	*創意復活蛋	DIY小食	驚喜小雞手工	反斗Party
	公園遊遊樂#/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

* 專題活動

*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. 復活-誕滿FUN

對象：8歲或以上有自理能力之會員

時間：10:00am-4:00pm

地點：本中心

收費：\$120 /日

名額：8人

備註：請留意2019年復活節活動報名流程(P.2)

日期	15 / 4 (一)	16 / 4 (二)	17 / 4 (三)
上午	手工製作	運動日 (中心/外出)	手工製作
下午	食物自家製	球迷世界 (中心/外出)	派對樂

B2. 復活-樂無窮

對象：8歲或以上有自理能力之會員

(特殊學校學生優先)

時間：10:00am-4:00pm

地點：本中心

收費：\$120/日

名額：8人

備註：請留意2019年復活節活動報名流程(P.2)

日期	23/4(二)	24/4 (三)	25/4 (四)
上午	團體遊戲	XBOX樂園	創意手工藝
下午	電影欣賞 (外出)	特色小食製作	派對

戶外活動

C1. 大館一天遊

對象：早上前往香港動植物公園親親大自然，午飯後一同前往中區警署改劃而成的大館，藉此一同認識該區的歷史文化。

日期：18/4/2019 (四)

時間：10:00am - 4:00pm

地點：動植物公園及大館

對象：會員及家人

收費：\$160

名額：25人

備註：1. 一位會員最多可安排2位家人陪同參與

2. 請留意2019年復活節活動報名流程(P.2)

聯絡職員：導師伍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

週六持續興趣班 2019年2月至2019年3月(持續課程)

(F)小組日期：2019年2月2、9、16、23日(星期六)

2019年3月2、16、23、30日(星期六)

*3月9日(六)為中心會員大會，當天所有興趣班活動暫停。

週六持續興趣班 2019年4月至2019年9月(持續課程)

(I)小組日期：2019年4月6、13、27日(星期六)

(II)小組日期：2019年6月1、8、15、22、29日(星期六)

2019年5月4、11、18、25日(星期六)

2019年7月6、13、20、27日(星期六)

(報名流程請參閱P.2, 報名表格於P.15)

活動介紹 週六興趣班系列

半年課程

小組名稱	時間	內容	名額	收費	節數	導師	備註
小廚駕到 (F)		學習製作中西各國特色美食及簡單烹飪技巧。	6人	\$280 (2-3月)	8節	琪姑娘	此為半年持續課程將優先收取2018年10月已中籤之會員
手工樂 (F)	10:00am	透過製作不同種類的手工藝，培養手工藝興趣，發揮無限創意。	8人	\$400 (2-3月)	8節	張婉儀小姐 (資深手工班導師)	
簡易伸展操 (F)	11:15am	透過音樂舞動身體，隨著歌曲節拍伸展關節，增加身體的靈活性和柔軟度及強化大小肌肉，達致身心舒展效果。	8人	\$400 (2-3月)	8節	李冠勇先生 (專業運動教練)	
生活的法則 (F)		透過問答遊戲認識社會上的規則，提升適應社會能力。	6人	\$280 (2-3月)	8節	敏姑娘	
修身器械班 (F)	11:30am	利用跑步機、健身單車、Fit ball等健身器材來鍛煉心肺功能，促進血液循環。	8人	\$400 (2-3月)	8節	李冠勇先生 (專業運動教練)	
智NET初體驗 (F)	12:45pm	學習搜尋網上資源或應用程式APPS的基本功能。 *歡迎會員自備可以上網的智能平板電腦/手機上課*	6人	\$280 (2-3月)	8節	田SIR	
X box遊樂團 (E)	2:15pm	透過動感xbox遊戲，加強手眼協調和感官的能力。	6人	\$280 (2-3月)	8節	琪姑娘/田SIR	
繪畫創作室 (F)	3:30pm	利用不同繪畫素材，引導會員發揮無限創意，繪畫多元化作品。	8人	\$480 (2-3月)	8節	梁慧莊小姐 (資深畫班導師)	
節拍非洲鼓 (F)	3:45pm	透過敲擊非洲鼓，訓練會員對節拍的理解，增強音樂感及節拍感。	8人	\$455 (2-3月)	7節	袁國媛小姐 (資深非洲鼓導師)	
舞蹈天地 (F)	2:15pm	在舞蹈及音樂的引領下，配合身體的活動、加強手足的反應，從舞步中練習協調性及提升集中力。	10人	\$400 (2-3月)	8節	蕭嘉曼小姐 (資深跳舞導師)	此為一年持續課程將優先收取2018年3月已中籤之會員
躍動醒獅 (F)	3:30pm	由專業教練教授醒獅技巧、動作及學習團體精神。	10人	\$350 (2-3月)	7節	陳國健先生 (香港龍獅團教練)	
創藝畫室 (F)	5:00pm	小班教學，教授畫畫技巧，提升會員的繪畫技巧及創意，發揮會員畫畫潛能。	4人	\$720 (2-3月)	8節	梁慧莊小姐 (資深畫班導師)	

*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

活動介紹 週六興趣班系列

半年課程

小組名稱	時間	內容	名額	收費	節數	導師	備註
廚藝無窮 (I)、(II)		教授簡單的烹調技巧，製作中西各國特色美食。	6人	(I) \$245 (4-5月) (II) \$315 (6-7月)	7節 9節	琪姑娘	此為半年持續課程，中籤之會員將能於2019年4至9月優先持續參與
通識百科 (I)、(II)	10:00am	以互動教學，教授日常生活小知識、學習生活技能。	6人	(I) \$245 (4-5月) (II) \$315 (6-7月)	7節 9節	敏姑娘	
動力伸展操 (I)、(II)	11:15am	隨著音樂做伸展運動，可提升身體的柔軟度、強化大小肌肉及增加肢體靈活度。	8人	(I) \$350 (4-5月) (II) \$450 (6-7月)	7節 9節	(專業運動教練)	
資訊科技 (I)、(II)	11:30am	教授使用電腦的基本功能及應用程式，例如：email, facebook, youtube。	8人	(I) \$245 (4-5月) (II) \$315 (6-7月)	7節 9節	琪姑娘/田SIR	
器械健體 (I)、(II)	12:45pm	運用不同的健身器材來鍛煉身體肌肉、加強心肺功能，促進新陳代謝。	8人	(I) \$350 (4-5月) (II) \$450 (6-7月)	7節 9節	(專業運動教練)	
創意手工藝 (I)、(II)	2:15pm	學習製作趣味小手工，培養藝術興趣，刺激創意思維。	8人	(I) \$350 (4-5月) (II) \$450 (6-7月)	7節 9節	(資深手工班導師)	
小小畫家 (I)、(II)	3:30pm	透過不同的作畫主題，運用不同性質的顏料，引導創作，提升聯想能力。	8人	(I) \$420 (4-5月) (II) \$540 (6-7月)	7節 9節	(資深手工班導師)	
非洲鼓藝 (I)、(II)	3:45pm	非洲鼓音樂節拍感強烈，學習非洲簡短歌曲，配合擊鼓技巧，與他人對唱互動，提升會員對非洲鼓的興趣。	8人	(I) \$420 (4-5月) (II) \$540 (6-7月)	7節 9節	(資深非洲鼓導師)	
遊戲樂園 (I)、(II)	5:00pm	藉不同刺激又好玩的電玩遊戲/board game，提升手眼協調和感官能力。	6人	(I) \$245 (4-5月) (II) \$315 (6-7月)	7節 9節	田SIR	
舞出新天 (I)、(II)	2:15pm	課程主要教授爵士舞，配合節奏鮮明的流行/爵士音樂編舞，能提升會員的身體協調能力及節奏感。	10人	(I) \$350 (4-5月) (II) \$450 (6-7月)	7節 9節	(資深跳舞導師)	此為一年持續課程，中籤之會員將能於2019年4至2020年3月優先持續參與
國術醒獅 (I)、(II)	3:30pm	教授基本身體協調的舞獅套路和鼓鈸敲擊技巧，認識醒獅的歷史，藉著合作學習及練習，更能提升會員的團隊意識。	10人	(I) \$350 (4-5月) (II) \$450 (6-7月)	7節 9節	(香港龍獅團教練)	
進階畫藝 (I)、(II)	5:00pm	按指定主題創作繪畫，學習進深的作畫技巧，適合繪畫根基及對畫畫有興趣的會員報讀。	4人	(I) \$630 (4-5月) (II) \$810 (6-7月)	7節 9節	(資深畫班導師)	

*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

預約方法及收費安排

每月2號-16號致電中心預約下個月的託管服務

*如2號為公眾假期，則下個工作天開始預約

職員致電家長確認託管服務

確認服務及兩星期內繳交費用
*如逾期繳交費用將自動取消服務

使用託管服務



溫馨提示：星期一至五託管服務如未能於服務日的兩星期前取消預約，須支付已訂飯餐費用，鼓勵家長自備午餐及確定預約時間。

*新預約措施於3月2日開始推行

注意事項

- 如實際服務時間超出已預約時段，家長須即日繳交超時之託管費用
- 如欲額外增加服務時間要待伍sir回覆作實
- 已預繳之託管費用如未能出席，將不獲退款
- 如有緊急託管需要，可致電中心聯絡伍sir/魏sir

訂餐方法

託管服務(星期一至五)

飯餐需於兩星期前預訂，如需要28/9的託管飯餐，則需於14/9或之前預訂，並於使用服務當天繳費(\$26/餐)。如逾期申請，家長需要自備午餐。

託管服務(星期六)

可於當天早上10:30前致電中心申請訂餐，並於使用服務當天繳費，如逾時則未能提供飯餐服務，家長需要自備午餐。

家長查詢託管服務可聯絡3749 9311 (伍sir/魏sir)



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	\$5.1/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	敬請致電社工預約(*需經評估)

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	9:00am-5:00pm	上門-\$52/(45分鐘) 中心-免費	敬請致電社工申請(*需經評估)

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	星期一至六	9:00am-5:00pm	免費	敬請致電社工查詢及申請

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(*需經評估)

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	\$61/每日 \$1002/每月 (包括午膳提供)	敬請致電社工查詢及申請(*需經評估)