

Stamp

### 中心位置



### 保良局 地區支援中心(沙田)

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：5/2019



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	星期	星期	星期	星期	星期	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。



# 保良局 地區支援中心(沙田)

# 會訊

## 2019年6月至9月

請留意2019暑期活動及  
2019年10月至2020年3月  
週六興趣班報名流程



# 目錄

- 1 活動須知
- 2 2019 暑期活動報名流程
- 3 2019年10月至2020年3月興趣班報名流程
- 4 中心資訊站
- 5 家職會資訊
- 6 SQS資訊站
- 7 2019年1-3月服務統計
- 8-10 活動回顧
- 11-13 中心訓練服務(跳躍教室)
- 14 家居訓練服務及健康快遞
- 15 郵寄地址
- 16 暑期活動報名表
- 17 興趣班報名表
- 18 流行資訊站
- 19 嚴重殘疾人士日間照顧服務
- 20 專職醫療服務
- 21 照顧者支援服務
- 22 社區教育及義工服務
- 23 休閒活動系列-齊來鬆一鬆
- 24-25 暑期託管系列-奇趣天地
- 26-27 暑假活動系列-主題活動
- 28-29 暑期活動系列-戶外活動&暑期結業禮
- 30 週六興趣班系列- 2019年6-9月(持續課程)
- 31 週六興趣班系列- 2019年10月至2020年1月(持續課程)
- 32 預約中心託管及訂餐服務細則
- 33 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

---



---



---



---

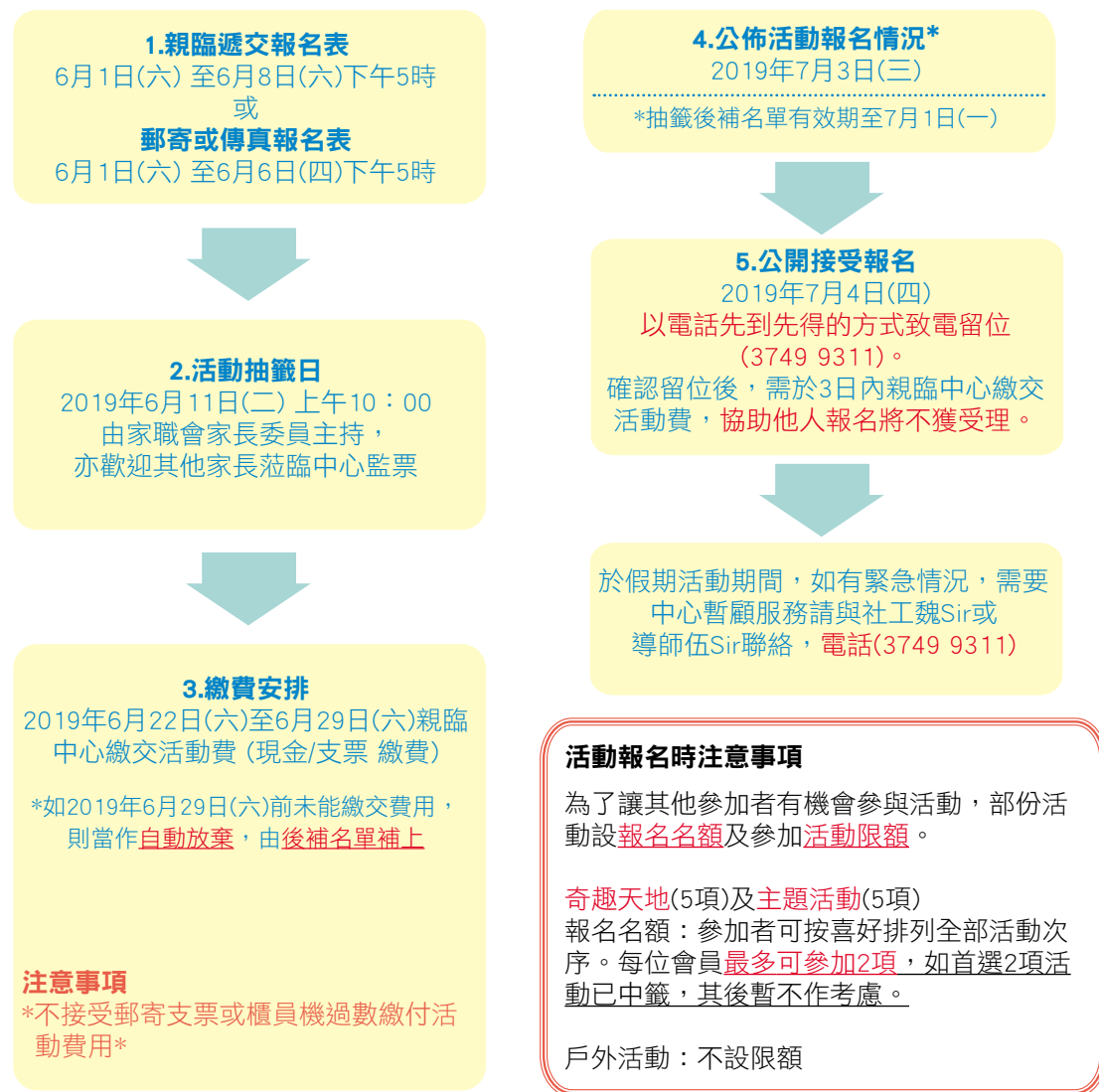


---

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. 暑期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。

## 2019年暑期活動報名流程

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。



## 2019年10月至2020年3月興趣班報名流程

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。





開心SHARE

「長期服務獎頒獎禮」



恭喜顏月美姑娘(中)、黎思灝姑娘(右)及梁淑芬姑娘!

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

福利工作員-李偉樂

大家好!我是新到職的福利工作員李偉樂(樂sir)，很高興可以加入保良局地區支援中心(沙田)這個大家庭!希望在這裡可以與大家互相學習，一起進步!



護理員-李慧芳

大家好!我是新入職的護理員李慧芳(芳姑娘)，好開心加入保良局這個大家庭。請大家多多指教!



離職同事

導師葉嘉敏姑娘於26/1/2019正式離職。

計劃幹事彭玥維姑娘於7/3/2019正式離職。

社工曾麗茵姑娘於11/3/2019正式離職。

福利工作員田旻亮於25/3/2019正式離職。

在此感謝大家過去為中心服務，並祝各位身體健康!生活愉快!

通知

由1/4/2019起，中心膳食服務收費由\$26調整至\$27，請各家長及會員知悉。

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!

2019-2021年度家長職員委員會介紹

家長職員委員會介紹

成員：中心副主任、導師及家長。

功能：為中心各項服務提供寶貴意見；協助檢視各項服務(如：日間訓練服務及興趣班等)，以確保各服務的質素和成效。

職責：出席每季的家職會會議、提供服務意見、服務巡查及協助活動抽籤。

2019-2021年度家長職員委員會

家長職員委員會就職禮



左起：陳端輝家長、許詠妮母親、林建邦母親、翁嘉偉母親、陳嘉倩母親、楊凱婷母親、郭嘉安母親、副主任張姑娘



黃浩軒母親

後記

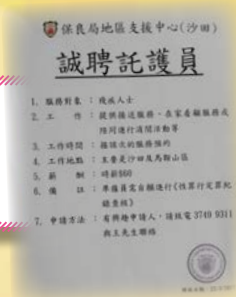
本中心除感謝上述連任委員外，亦感謝上屆2017-2019年度參與本中心之家長職員委員會，包括高蔚晴母親、李天宇母親、郭瑋添母親(排名不分先後)。





**標準 5**

服務單位 / 機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。



**標準 6**

服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。



**標準 7**

服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。



**標準 8**

服務單位遵守一切有關的法律責任。



**標準 9**

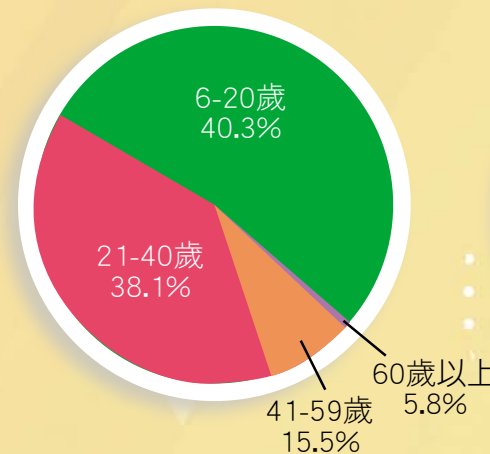
服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。



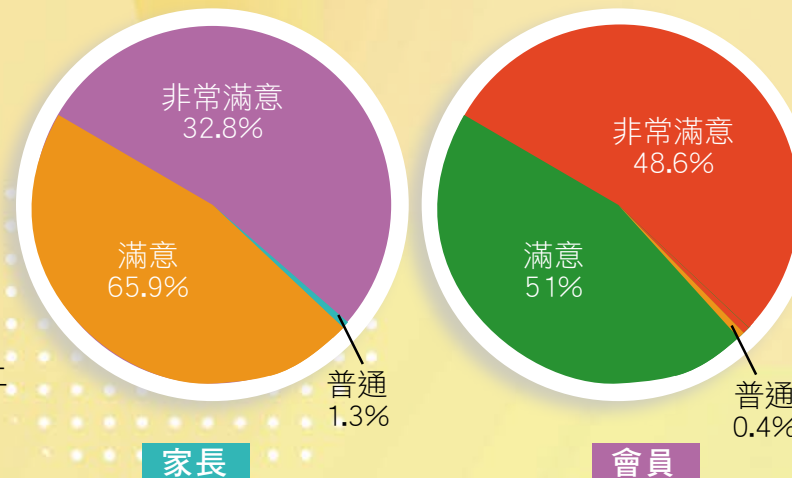
**2019年1-3月服務統計**

項目	次數/時數	參與人次
會員數目	362人(截至31/3/19)	/
照顧/訓練	17274.5小時	/
職業及物理治療	200節	/
臨床心理服務	29節	/
個人發展服務—活動/興趣班	149節	877人次
照顧者支援活動	1節	10人次
嚴重殘疾人士日間照顧服務	出席率-74.29%	/
項目	會員統計結果	
居住地區分佈	沙田 : 59.4% 馬鞍山 : 32.9% 其他 : 7.7%	
男女比例	男: 68.2% 女: 31.8%	

**會員年齡分佈**



**服務滿意問卷調查結果**





# 復活節假期活動

## 主題活動及奇趣天地



今次活動十分精彩，我哋去咗打乒乓球，學習做家务同煮嘢食，又做咗手工同開Party，大家度過了一個開心又充實假期！



## 戶外活動

今次復活節旅行去咗大館參觀，場內嘅古蹟及藝術館都好靚，仲有歷史文物節目 <圓動力> 展覽睇添！



# 跳躍教室

## 花展



今年仍然獲得康文署贊助參觀花展，一如過往場面非常熱鬧，大家對主題「大紅花」感興趣，繁花似錦看得滿心歡喜！

## 復活節活動



4月24日至26日期間去過麥理浩夫人度假村、荃灣、太空館、1881等地方，節目非常豐富！





# 〈「愛·型·聚」2019會員大會〉

3月9日中心順利地舉辦了一年一度嘅會員大會。會員們事前努力地為表演項目進行練習，義工們亦花心思地佈置會場及協助當天工作，每位參加者都留下了開心的回憶!

## 跳舞表演



## 「心口碎大石」表演



## 其他花絮



## 頒獎



**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	摺紙閒情 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
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

4/2019~9/2019小組介紹



環境美化小組，訂下不同的主題目標，按時佈置活動室。你看！會員正在嚴選合適材料、認真地製作關於夏天的佈置道具呀！



10/2018 ~ 3/2019小組回顧

半年時間轉眼就過，大家一起認真學習過、開心嬉戲過、互相較勁過，每個片段都將會成為一個美好嘅回憶！





## 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



運動



按摩

## 足底筋膜炎

足底筋膜是連接腳跟骨骼與腳趾的一層軟組織，其功能是承托足弓，並有避震作用。長期過份伸張會引致勞損，造成炎症。

### 病徵

- 足跟疼痛，特別是早上起床或久坐後起步時，但痛楚會逐漸舒緩
- 足跟周圍（特別是內側）腫脹及壓痛

### 成因

- 長時間站立或行走
- 長期穿著不適當的鞋，如鞋身過緊、鞋底過硬或鞋跟過高
- 個人因素如扁平足、腳掌內翻、肥胖或左右腳長短不一等
- 經常攜帶重物增加足部負荷

### 預防足底筋膜炎小貼士

- 選擇柔軟、寬鬆的鞋，盡量避免穿高跟鞋
- 避免長時間步行或跑步，安排適當小休
- 定時做足底筋膜和小腿後側肌肉的運動：
- 用腳踩高爾夫球或網球輕輕按摩腳底，減輕足底筋膜的張力



1. 坐在椅上，腳踏平放在地的毛巾，用腳趾來抓實毛巾，然後放鬆。重覆30次。



2. 雙手扶牆站立，前腳屈曲，後腳伸直，腳趾尖向前；身體向前傾並保持後腳跟不離地至後小腿有拉緊的感覺，維持30秒，重複動作10次。

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年暑期活動報名表]

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車服務★ (接送車費用\$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"/>	
不適用 <input type="checkbox"/>			
設有接送車服務之活動			
A1 奇趣天地-歡欣夏日 <input type="checkbox"/>	15/7, 16/7, 17/7, 18/7, 19/7	B1 悠閒-聚 <input type="checkbox"/>	16/7, 17/7, 18/7
A5 奇趣天地-歡樂夏日 <input type="checkbox"/>	12/8, 13/8, 14/8, 15/8, 16/8	B5 友樂-聚 <input type="checkbox"/>	13/8, 14/8, 15/8



## 2019年暑期活動報名表

☆1. 請填上會員資料 ☆2. 請將選擇在口上打✓ ☆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： <small>(請確保會藉有效)</small>		家長簽署：	報名編號： <span style="float: right;">職員專用</span>

請為所選活動排序，1為首選，2、3、4為次選。  
(暑假期間奇趣天地及主題活動更改為整個活動報名，A、B共10項活動，每位會員最多中兩項活動)

		活動系列	排序	活動日期	費用	備註	收費
暑期託管系列	(A) 奇趣天地	A1. 歡欣夏日		15/7、16/7、 17/7、18/7、19/7	\$500/5天 \$800/5天(接送車服務)	(會訊P.24-25) 適用於6歲以上會員	職員專用
		A2. 歡喜夏日 <small>(特殊學校學生優先)</small>		22/7、23/7、 24/7、25/7、26/7	\$500/5天		
		A3. 歡愉夏日 <small>(特殊學校學生優先)</small>		29/7、30/7、 31/7、1/8、2/8	\$500/5天		
		A4. 歡暢夏日 <small>(特殊學校學生優先)</small>		5/8、6/8、 7/8、8/8、9/8	\$500/5天		
		A5. 歡樂夏日		12/8、13/8、 14/8、15/8、16/8	\$500/5天 \$800/5天(接送車服務)		
暑期活動系列	(B) 主題活動	B1. 悠閒-聚		16/7、17/7、18/7	\$360/3天 \$540/3天(接送車服務)	1. B2至B4活動申請香港賽馬會慈善信託基金，故需要合乎年齡8至29歲  2. (會訊P.26-27) 適用於8歲以上有自理能力會員	職員專用
		B2. 環保-聚 <small>(特殊學校學生優先)</small>		23/7、24/7、25/7	\$360/3天		
		B3. 公民-聚 <small>(特殊學校學生優先)</small>		30/7、31/7、1/8	\$360/3天		
		B4. 歷藝-聚 <small>(特殊學校學生優先)</small>		6/8、7/8、8/8	\$360/3天		
		B5. 友樂-聚		13/8、14/8、15/8	\$360/3天 \$540/3天(接送車服務)		
親子戶外活動	(C) 親子戶外活動	C1. 長者安居太空之旅		19/7(五) 會員+家人口 會員+2位家人口	\$160/位	(會訊P.28-29)	職員專用
		C2. 綠化韓燒遊		26/7(五) 會員+家人口 會員+2位家人口	\$180/位		
		C3. 茶具文化綠色之旅		9/8(五) 會員+家人口 會員+2位家人口	\$170/位		
戶外活動	(D) 戶外活動	D1. 夏日K歌王		16/8(五) 會員口	\$110/位		

現金/支票:	總收費:
<small>職員專用</small>	<small>職員專用</small>

## 10/2019-3/2020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： <small>(請確保會藉有效)</small>	家長簽署：	報名編號： <span style="float: right;">職員專用</span>

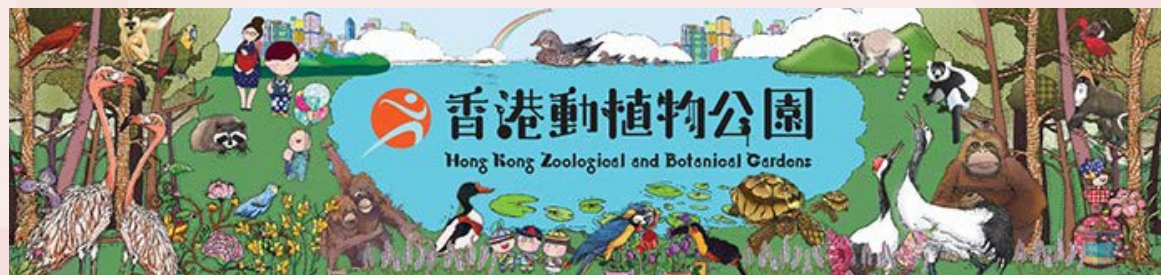
A, B, C, D共4節活動可全選，請為所選活動排序，1為首選，2為次選，如此類推

		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	#	小小魔術師	#	創意手工藝	#	非洲鼓藝
	#		通識百科	#	器械健體	#	小小畫家	#	集體樂
	#		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10月至2020年3月，(\*\*) 為一年持續課程2019年4月至2020年3月



## 社區玩樂好去處~香港動植物公園



香港動植物公園是本港歷史最悠久的公園，公園內有900多種植物，大部份的品種都產自熱帶及亞熱帶地區。此外，園內共飼養了約200隻雀鳥、70頭哺乳類動物和30頭爬行類動物。

入場費用：全免

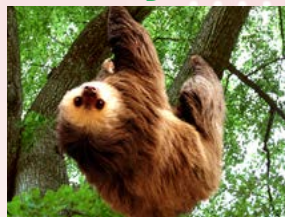
地址：香港中環雅賓利道

電話：2530 0154

網址：<https://www.lcsd.gov.hk/tc/parks/hkzbg/index.html>

動物對對碰遊戲(請在\_\_\_\_填上代表圖片的英文字母)：

婆羅洲猩猩：\_\_\_\_；領狐猴：\_\_\_\_；狐獴：\_\_\_\_；盾臂龜：\_\_\_\_；樹懶：\_\_\_\_



D：樹懶；B：龜島星；E：狐獴；C：猴狐領；A：猩猩洲婆；E：長

資料來源：康樂及文化事務署香港動植物公園網頁

### 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

我們於3月舉行春季旅行，參觀美荷樓生活館。

從展覽中勾起會員及家屬當年曾住徙置區和公屋的回憶，更彼此分享昔日生活狀況，從而增加互相交流的機會。大家接著到酒樓品嚐點心，一起度過愉快的星期五！





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

## 職業治療服務

職業治療透過不同類型的活動及療程去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，促進獨立生活及改善生活素質。

### 服務範圍

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



## 「康復服務參觀」系列 - 服務探索團(A)

內 容：	參與綜合職業康復服務中心及宿舍
日 期：	26/6/2019 (三)
時 間：	9:15am - 12:30pm
地 點：	匡智松嶺綜合職業康復服務中心及匡智賽馬會松嶺宿舍 (大埔匡智松嶺村)
集合時間/地點：	9:15am / 大埔墟站A出口 (新達廣場電梯口)
對 象：	中心會員之照顧者*
收 費：	全免
名 額：	20人 (先到先得)
報名日期：	3/6/2019(一)
聯絡職員：	副主任張姑娘、社工李Sir

## 家長輕鬆遊

內 容：	讓家長輕鬆遊覽南蓮園池及共聚健康午膳，分享生活瑣事，舒緩照顧者的壓力。
日 期：	20/9/2019 (五)
時 間：	10:30am - 2:30pm
地 點：	南蓮園池
集合時間/地點：	10:30am/鑽石山站C出口 (荷李活廣場電梯口)
對 象：	中心會員之照顧者*
收 費：	自費午膳
名 額：	12人 (先到先得)
報名日期：	26/8/2019(一)
聯絡職員：	副主任張姑娘

## 我係「煮」角(II)

內 容：	西式糕點及中西特式小菜等
日 期：	2019年10月10、17、24、31日(四) 11月7、14、21、28日(四)
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：	9/9/2019(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：	顏姑娘

\*須為有效會員之照顧者\*

\*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



## 賣旗樂2019

目的：參與社區義務工作，協助本機構賣旗籌款

日期：28/8/2019(三)

時間：9:30am - 11:30am

地點：恒安邨附近

對象：中心會員/家長/義工

收費：免費

名額：不限

聯絡職員：社工 王sir

## 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



## 義工探訪花絮

4月12日下午，保良局顏寶鈴書院嘅義工到中心探訪，與會員一同遊戲及製作手工，大家度過了一個歡樂嘅下午!



## 齊來鬆一鬆

### 「自己話事BBQ」~花絮

「燒雞翼，我最中意食!」2月16日我哋買咗各式燒烤食物，到馬鞍山郊野公園BBQ，一同體驗郊遊樂!



## 歷史海事一天遊

內 容：	參觀海事博物館讓參加者認識香港、中國及亞洲的海事歷史及文化遺產。參觀歷史博物館，藉不同展品認識香港的歷史文化進程。
日 期：	28/9/2019(六)
時 間：	10:00am - 4:00pm
地 點：	歷史博物館，海事博物館
對 象：	會員及家人
收 費：	170 /位
名 額：	25人
報名日期：	21/8/2019(三)
聯絡職員：	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：12/9/2019(四) C.如當天過遇到特別天氣情況，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：學習生活技能/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,A3,A4）

收費：\$500/5天或\$800/5天(接送車服務)[包午膳]

名額：14人(分兩班，每班7人)

備註：1. 暑假期間奇趣天地更改為整個活動報名，有助會員長假期對活動的適應。

2. 請留意2019暑期活動報名流程(P.2)

3. A1及A5設有接送車服務請參閱(P.15)



### A1奇趣天地 ~ 歡欣夏日(設有接送車服務)

時間 / 星期	15/7(一)	16/7(二)	17/7(三)	18/7(四)	19/7(五)
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	音樂/電影欣賞				
14:00-17:00	棋樂無窮	美味多士	家務坊-摺衣服	扇子製作	歡欣Party
	公園遊遊樂#/茶點/迪士尼劇場				

### A2奇趣天地 ~ 歡喜夏日

時間 / 星期	22/7(一)	23/7(二)	24/7(三)	25/7(四)	26/7(五)
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	音樂/電影欣賞				
14:00-17:00	創意小畫家	歡喜小食	家務坊-拖地	紙杯手工	歡喜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

\*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

### A3奇趣天地 ~ 歡愉夏日

時間 / 星期	29/7(一)	30/7(二)	31/7(三)	1/8(四)	2/8(五)
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	音樂/電影欣賞				
14:00-17:00	砌圖世界	歡愉小食	家務坊-掃地	彩虹鈕扣魚	歡愉Party
	公園遊遊樂#/茶點/迪士尼劇場				

### A4奇趣天地 ~ 歡暢夏日

時間 / 星期	5/8(一)	6/8(二)	7/8(三)	8/8(四)	9/8(五)
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	音樂/電影欣賞				
14:00-17:00	跳舞天地	乳酪脆脆杯	家務坊-摺衫	書簽製作	歡暢Party
	公園遊遊樂#/茶點/迪士尼劇場				

### A5奇趣天地 ~ 歡樂夏日(設有接送車服務)

時間 / 星期	12/8(一)	13/8(二)	14/8(三)	15/8(四)	16/8(五)
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	音樂/電影欣賞				
14:00-17:00	XBOX樂園	歡樂小食	家務坊-抹桌子	繽紛磁貼	歡樂Party
	公園遊遊樂/茶點/迪士尼劇場				

\*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. 悠閒-聚(設有接送車服務)				
日期	16/7(二)	17/7(三)	18/7(四)	
上午	XBOX樂園	綠匯學院(外出)	小食製作	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/外出 收費: \$360/3天(包午膳) 名額: 8人 備註: 請留意2019年暑期活動報名流程(P.2) B. 設有接送車服務請參閱(P.15)
下午	創意手工藝	石屋家園(外出)	派對	

B2. 環保-聚				
日期	23/7(二)	24/7(三)	25/7(四)	
上午	氣候變化博物館(外出)	零碳天地(外出)	環保手工藝	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/外出 收費: \$360/3天(包午膳) 名額: 8人 備註: A.請留意2019年暑期活動報名流程(P.2) B.此活動申請香港賽馬會慈善信託基金, 故需要符合8至29歲年齡對象 C.現正申請香港賽馬會慈善信託基金, 如未能成功批核, 活動內容會作調整
下午	大館(外出)	綠在觀塘(外出)	特色小食製作	

B3. 公民-聚				
日期	30/7(二)	31/7(三)	1/8(四)	
上午	海事博物館(外出)	懲教博物館(外出)	特色小食製作	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/外出 收費: \$360/3天(包午膳) 名額: 8人 備註: A.請留意2019年暑期活動報名流程(P.2) B.此活動申請香港賽馬會慈善信託基金, 故需要符合8至29歲年齡對象 C.現正申請香港賽馬會慈善信託基金, 如未能成功批核, 活動內容會作調整
下午	警隊博物館(外出)	展城館(外出)	派對樂	

B4. 歷藝-聚				
日期	6/8(二)	7/8(三)	8/8(四)	
上午	3D手工製作	美荷樓(外出)	一新美術館(外出)	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/外出 收費: \$360/3天(包午膳) 名額: 8人 備註: A.請留意2019年暑期活動報名流程(P.2) B.此活動申請香港賽馬會慈善信託基金, 故需要符合8至29歲年齡對象 C.現正申請香港賽馬會慈善信託基金, 如未能成功批核, 活動內容會作調整
下午	食物自家製	文化博物館(外出)	PMQ(外出)	

B5. 友樂-聚(設有接送車服務)				
日期	13/8(二)	14/8(三)	15/8(四)	
上午	手工樂	小食自家製	歷史博物館(外出)	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/外出 收費: \$360/3天(包午膳) 名額: 8人 備註: 請留意2019年暑期活動報名流程(P.2) B. 設有接送車服務請參閱(P.15)
下午	小小運動會	夏日派對	環境資源中心(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

\*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



## 戶外活動

### C1. 長者安居太空之旅

內容：早上前往房協長者安居資源中心，了解如何透過家居環境設計，配合認知障礙症患者及照顧者的生活需要，下午前往太空館觀看全地域電影、一睹大自然的莊觀宏大。

日期：19/7/2019 (五)

時間：10:00am - 4:00pm

地點：房協長者安居資源中心，太空館

對象：會員及家人

收費：\$160/位

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年暑期活動報名流程(P.2)

聯絡職員：導師伍sir

### C3. 茶具文化綠色之旅

內容：早上前往茶具文物館，了解中國的飲茶和茶具文化，下午前往綠在東區，一同了解香港環保回收的概況和一同製作環保手工。

日期：9/8/2019 (五)

時間：10:00am - 4:00pm

地點：茶具文物館，綠在東區

對象：會員及家人

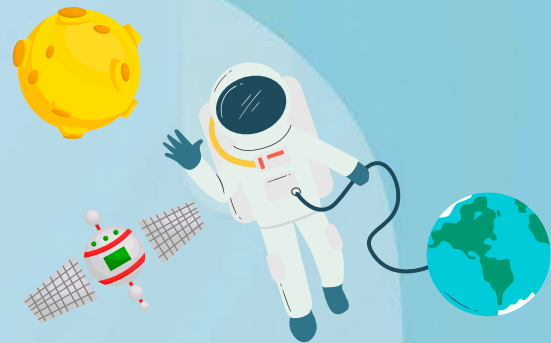
收費：\$170/位

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年暑期活動報名流程(P.2)

聯絡職員：導師伍sir



### C2. 綠化韓燒遊

內容：早上前往綠化資源教育中心，可親身參與有關綠化香港的活動，了解和體驗綠化和環保的重要。下午前往韓燒餐廳，一同享用韓燒午餐。

日期：26/7/2019 (五)

時間：10:00am - 4:00pm

地點：綠化資源教育中心，韓燒餐廳

對象：會員及家人

收費：\$180/位

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年暑期活動報名流程(P.2)

聯絡職員：導師伍sir



## 戶外活動

### D1. 夏日K歌王

內容：早上一同規劃路線，然後到NEWAY 唱卡拉OK和享用午餐，共享開心時刻

日期：16/8/2019(五)

時間：10:00am - 4:00pm

地點：NEWAY 卡拉OK

對象：會員

收費：\$110/日

名額：8人

備註：請留意2019年暑期活動報名流程(P.2)

聯絡職員：導師伍SIR



## 暑期結業禮

### 2019年暑期活動結業禮

內容：暑假活動頒獎禮、活動回顧、茶點分享。

日期：22/8/2019(四)

時間：1:00pm - 3:00pm

地點：中心

對象：會員及家人

收費：\$40/位

名額：20人(可由家長陪同參與)

報名形式：先到先得

備註：1. 每位會員最多2位家人陪同

2. 活動報名日:22/7/2019(一)

聯絡職員：導師謝姑娘、導師伍SIR





## 週六持續興趣班 2019年6月至2019年9月(持續課程)

(II)小組日期：2019年6月1、8、15、22、29日(星期六)  
2019年7月6、13、20、27日(星期六)

(III)小組日期：2019年8月3、10、17、24、31日(星期六)  
2019年9月7、21、28日(星期六)

## 週六持續興趣班 2019年10月至2020年1月(持續課程)

(報名流程請參閱P.3, 報名表格於P.17)

(IV)小組日期：2019年10月5、12、19、26日(星期六)  
2019年11月2、9、16、23、30日(星期六)

(V)小組日期：2019年12月7、14、21、28日(星期六)  
2020年1月4、11、18日(星期六)

### 活動介紹 週六興趣班系列

小組名稱	時間	內容	名額	收費	節數	導師	備註
廚藝無窮 (II)、(III)		教授簡單的烹調技巧，製作中西各國特色美食。	6人	(II) \$315 (6-7月) (III) \$280 (8-9月)	9節 8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 (II)、(III)	10:00am 11:15am	以互動教學，教授日常生活小知識、學習生活技能。	6人	(II) \$315 (6-7月) (III) \$280 (8-9月)	9節 8節	琪姑娘	
動力伸展操 (II)、(III)		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	(II) \$450 (6-7月) (III) \$400 (8-9月)	9節 8節	(專業運動教練)	
資訊科技 (II)、(III)	11:30am	教授使用電腦的基本功能及應用程式，例如：Email、Face book、youtube。	8人	(II) \$315 (6-7月) (III) \$280 (8-9月)	9節 8節	琪姑娘	
器械健體 (II)、(III)	12:45pm	運用不同的健身器材來鍛練身體肌肉、加強心肺功能，促進新陳代謝。	8人	(II) \$450 (6-7月) (III) \$400 (8-9月)	9節 8節	(專業運動教練)	
創意手工藝 (II)、(III)	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	(II) \$450 (6-7月) (III) \$400 (8-9月)	9節 8節	(資深手工班導師)	
小小畫家 (II)、(III)	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	(II) \$540 (6-7月) (III) \$480 (8-9月)	9節 8節	(資深畫班導師)	
非洲鼓藝 (II)、(III)	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，提升子女對非洲鼓的興趣。	8人	(II) \$520 (6-7月) (III) \$520 (8-9月)	8節 8節	(資深非洲鼓導師)	
遊戲樂園 (II)、(III)	5:00pm	藉刺激又好玩的Xbox遊戲，提升手眼協調和感官能力。	6人	(II) \$315 (6-7月) (III) \$280 (8-9月)	9節 8節	琪姑娘	
舞出新天 (II)、(III)	2:15pm 3:30pm	課程主要教授爵士舞，配合節奏感鮮明的流行/爵士音樂編舞，從中能提升子女的手腳協調能力及節奏感。	10人	(II) \$400 (6-7月) (III) \$400 (8-9月)	8節 8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 (II)、(III)	3:45pm	教授基本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，更能提升子女的團隊意識。	10人	(II) \$400 (6-7月) (III) \$400 (8-9月)	8節 8節	(香港龍獅團教練)	
進階畫藝 (II)、(III)	5:00pm	按指定主題創作繪畫，學習進深的作畫技巧，適合有繪畫根基及對畫畫有興趣的會員報學。	4人	(II) \$810 (6-7月) (III) \$720 (8-9月)	9節 8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

### 活動介紹 週六興趣班系列

小組名稱	時間	內容	名額	收費	節數	導師	備註
廚藝無窮 (IV)、(V)		教授簡單的烹調技巧，製作中西各國特色美食。	6人	(IV) \$315 (10-11月) (V) \$245 (12-1月)	9節 7節	琪姑娘	此為半年持續課程，中籤之會員將能於2019年10月至2020年3月優先持續參與 (*創新活動)
通識百科 (IV)、(V)	10:00am 11:15am	以互動教學，教授日常生活小知識、學習生活技能。	6人	(IV) \$315 (10-11月) (V) \$245 (12-1月)	9節 7節	琪姑娘	
動力伸展操 (IV)、(V)		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	(IV) \$450 (10-11月) (V) \$350 (12-1月)	9節 7節	(專業運動教練)	
*小小魔術師 (IV)、(V)	11:30am	透過學習魔術，訓練雙手的靈活性，記憶力，表達和溝通能力。	8人	(IV) \$315 (10-11月) (V) \$245 (12-1月)	9節 7節	琪姑娘	
器械健體 (IV)、(V)	12:45pm	運用不同的健身器材來鍛練身體肌肉、加強心肺功能，促進新陳代謝。	8人	(IV) \$450 (10-11月) (V) \$350 (12-1月)	9節 7節	(專業運動教練)	
創意手工藝 (IV)、(V)	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	(IV) \$450 (10-11月) (V) \$350 (12-1月)	9節 7節	(資深手工班導師)	
小小畫家 (IV)、(V)	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	(IV) \$540 (10-11月) (V) \$420 (12-1月)	9節 7節	(資深畫班導師)	
非洲鼓藝 (IV)、(V)	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，提升子女對非洲鼓的興趣。	8人	(IV) \$585 (10-11月) (V) \$455 (12-1月)	9節 7節	(資深非洲鼓導師)	
*集體樂 (IV)、(V)	5:00pm	透過不同益智遊戲，提升手眼協調和感官能力。	6人	(IV) \$315 (10-11月) (V) \$245 (12-1月)	9節 7節	琪姑娘	
舞出新天 (IV)、(V)	2:15pm 3:30pm	課程主要教授爵士舞，配合節奏感鮮明的流行/爵士音樂編舞，從中能提升子女的手腳協調能力及節奏感。	10人	(IV) \$450 (10-11月) (V) \$350 (12-1月)	9節 7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 (IV)、(V)	3:45pm	教授基本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，更能提升子女的團隊意識。	10人	(IV) \$450 (10-11月) (V) \$350 (12-1月)	9節 7節	(香港龍獅團教練)	
進階畫藝 (IV)、(V)	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學。	4人	(IV) \$810 (10-11月) (V) \$630 (12-1月)	9節 7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。

收費：每小時\$5.1，逾時超過15分鐘，亦以一小時計算。

### 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(\$27/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)	敬請致電社工申請(*需經評估)