



YAYIN KURULU
T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI

İLKOKUL İKİNCİ SINIF İLKOKUL İKİNCİ SINIF





保良局
PO LEUNG KUK

保良局地區支援中心 (沙田)

季訊

2021年4月至6月



目錄

1	中心服務介紹	17	賽馬會社區持續抗逆基金 - 「動感及健康生活計劃」
2	報名須知	18	中心暫顧服務
3	中心資訊站	19	2021年復活節暫顧 / 活動安排
4	服務質素標準(SQS)簡介	20	2021年復活節活動系列~奇趣天地
5	中心會員統計	21	2021年復活節活動系列~主題活動
6-8	活動回顧及花絮	22	2021年復活節活動系列~戶外活動
9	中心訓練服務(跳躍教室)	23	2021年復活節活動報名表
10-11	嚴重殘疾人士日間照顧服務	24	回郵信封(復活節活動)
12	專職醫療服務	25	社區教育及義工服務
13	週六興趣班及復活節活動報名流程	26	中心其他服務介紹
14	週六興趣班系列~2021年4-6月(持續課程)	27	專題介紹~什麼是專注力失調/過度活躍動症?
15	週六興趣班報名表	28	WhatsApp廣播同意書
16	回郵信封(興趣班)	29	惡劣天氣安排

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

中心服務介紹

● 服務目標：

透過一站式及綜合服務模式，為區內殘疾人士及其照顧者，提供訓練、照顧及各項支援服務，強化社區生活技能，協助他們融入社區。

● 服務對象：

殘疾人士及其照顧者(居住於沙田及馬鞍山區優先)

● 服務內容：

- 日間訓練服務(中心/家居)
- 嚴重殘疾人士日間照顧服務
- 個人成長及發展服務
- 個案管理服務
- 中心暫顧服務
- 家居暫顧及支援服務
- 專職醫療服務
- 社交康樂活動
- 社區教育及義工服務
- 照顧者支援服務



報名須知

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. 各項活動如沒有列明報名日期，即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. 長假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，需以中心暫顧服務形式收費，每小時\$5.1；若活動舉行前或後需要中心暫顧服務，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、有效日期及服用時間。
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**活動前六星期**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。

中心資訊站

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！

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。

中心資訊：Wi-Fi.HK via Po Leung Kuk

本中心獲獎券基金撥款提供免費Wi-Fi予中心會員及公眾人士使用，會員到中心時可以免費使用保良局的Wi-Fi(網絡名稱：Wi-Fi.HK via Po Leung Kuk)，會員及家屬如需使用，歡迎隨時向職員查詢。

新入職同事:

大家好！我係新到職的康復護理員(III)，大家可以叫我鍾Sir。好高興能加入保良局地區支援中心(沙田)這大家庭，請大家多多指教。



升職同事:

馮曉欣(欣姑娘)於1/12/2020起由康復護理員(III)晉升為康復護理員(II)。我們在此恭喜欣姑娘！



離職同事:

物理治療師廖少萍(廖姑娘)於19/12/2020正式離職。在此感謝她過去為中心服務，並祝廖姑娘身體健康！生活愉快！

服務質素標準(SQS)簡介

標準1 ~ 服務資料

服務單位須製備載有最新資料的手冊、資料單張或小冊子等，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~ 檢討及修訂政策和程序

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序，以在檢討及修訂有關政策及程序的過程中，適當地收集及採納服務使用者和職員的意見。

標準3 ~ 運作及活動紀錄

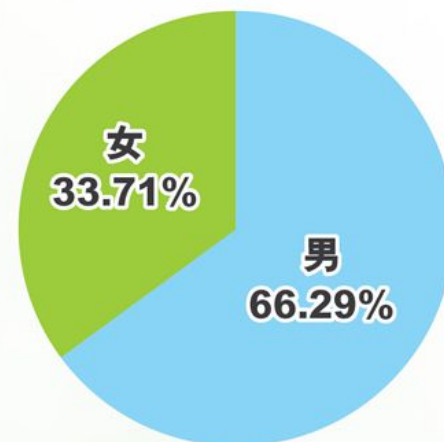
服務單位須保存服務運作及活動的準確和最新記錄，製備準確和最新的統計報告，以供服務使用者閱覽。

標準4 ~ 職務及責任

服務單位備有組織架構圖，臚列其整體組織架構及問責關係，供服務使用者及其他關注人士閱覽以分辨不同職員所負責的崗位。

中心會員統計

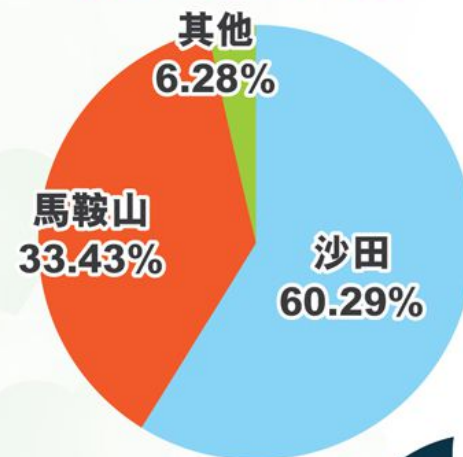
男女比例



年齡分佈



居住地區分佈



*會員資料截至31/12/2020

活動回顧及花絮

週六興趣班

遊戲王



比分追得好貼啊，我要加把勁！

小小運動家



唔好淨係望住我哋，你都一齊做啦！～

通識達人



估唔估到邊一籠燒賣先係真嘍？



加多幾粒蟹籽落燒賣先～

活動回顧及花絮

中心訓練服務~跳躍教室

2020年是充滿挑戰的一年，雖然社會上出現很多的不安，但跳躍教室仍緊守崗位，與跳室會員同行，感謝會員及照顧者的信任和體諒。我們相信會員每一個簡單而純真的笑容是不會被面上的口罩所遮掩，但我們仍期望新一年能夠除罩相見。



活動回顧及花絮

嚴重殘疾人士日間照顧服務

健達組~滋味共享

逢星期三下午舉行之小組-「滋味共享」，會員從食物處理、清洗、烹調及分享等不同過程中，學習互相分工合作，完成作品後，還可一起分享成果。
今天會員合作完成了「芝士蛋卷」，大家都非常滿意！



健樂組~週五鬆一鬆

逢星期五下午舉行「週五鬆一鬆」，會員在職員指導下製作手工及美食。包括「口罩套」、「環保袋再造」及「環保零食袋」等，讓會員從製作過程中訓練手眼協調及小手肌，並且發揮個人創作力。



中心訓練服務 (跳躍教室)

內容：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，達至全人發展。

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\$10 /一季 (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。

小組時間表

2021年3月29日至2020年6月25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	食遊馬鞍山 新界遊	咩咩球大作戰 繼續好皮氣	挑戰羽毛球 鬆筋不求人	成長我可以 近廚得食	花花世界 「蠟」場新「聞」
12:00-13:00	午膳				
13:00-14:00	午間閒情				
14:00-16:00	入廚得「易」 家居小常識	安心加友 後生仔講東西	製衣人 跳室伙頭仔	3D遊世界 每週科學	High Five
16:00-17:00	收拾及清潔				

*如有任何查詢，歡迎致電與負責社工然Sir聯絡

嚴重殘疾人士日間照顧服務

服務目的

為15 - 59歲智障老齡化或嚴重殘疾人士提供日間照顧，並按需要提供職業、物理、言語治療及護理服務、社交訓練、小組活動等，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（公眾假期除外）

服務特色

1. 專業團隊

由中心的護士、社工、職業治療師、物理治療師及言語治療師作全面專業評估，以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，跨專業團隊為每一名服務對象編定訓練 / 照顧日程，切合服務使用者個別需要

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，請致電與中心社工君姑娘聯絡

收費

每日: \$61 (包午膳)

每月: \$1002 (包午膳)

嚴重殘疾人士日間照顧服務 每天服務流程

健樂組 (適合嚴重殘疾人士)

時間	星期				
	一	二	三	四	五
9:00-11:00am	會員抵達中心及跟進會員健康情況				
11:00am-12:00nn	個別訓練 (第一節)				
12:00-1:00pm	午膳				
1:00-2:00pm	休閒時段				
2:00-3:00pm	個別訓練 (第二節)				社交小組
3:00-4:00pm	個別訓練 (第三節)				
4:00-6:00pm	休閒/執拾場地 / 會員上車離開中心				

健達組 (適合智障老齡化人士)

時間	星期				
	一	二	三	四	五
9:00-10:00am	會員抵達中心/時事知多啲				
10:00-10:30am	健體早操				
10:30am-12:00nn	個別訓練				
12:00-1:00pm	午膳 / 家務訓練				
1:00-2:00pm	休閒時段				
2:00-4:00pm	認知訓練小組	獨立生活訓練小組	烹飪小組/遊戲	運動小組	興趣小組
4:00-6:00pm	休閒 / 執拾場地 / 庶務訓練 / 會員上車離開中心				

專職醫療服務

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：為自閉症人士及殘疾人士挑戰性行為提供諮詢、評估及策劃個別輔導，並提供照顧者支援。

服務時間：星期一至六 9:00am - 5:00pm

申請方法：申請者需經社工轉介，如欲查詢服務，可向當值社工/個案經理查詢。

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、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、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

言語治療服務

言語治療透過專業標準化評估工具、臨床觀察和分析，為服務使用者評估能力和障礙程度。治療師會協助家長分析兒童的發展和需要，並透過訓練提升服務使用者言語溝通能力、吞嚥能力及社交能力。

服務範圍：言語溝通訓練、吞嚥能力評估、吞嚥能力訓練、社交能力及訓練

▲ **服務時間：**星期一至五 9:00am - 5:00pm

申請方法：申請者需經社工轉介，如欲查詢服務，可向當值社工/個案經理查詢。

服務收費：中心免費；上門：\$52 / 45分鐘

週六興趣班及復活節活動報名流程

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。

報名流程

1

親臨遞交報名表

whatsapp/郵寄或傳真報名表

2月6日(六)至2月20日(六)下午5時 或 2月6日(六)至2月19日(五)下午5時

2

活動抽籤日

2021年2月24日(四)上午10:00

由家職會家長委員主持，亦歡迎其他家長蒞臨中心監票
(如受疫情影響，將由負責社工主持，中心主任監票)

3

繳費安排

2021年3月6日(六)至3月13日(六)親臨中心繳交活動費(現金/支票繳費)

*如2021年3月13日(六)前未能繳交費用，則當作**自動放棄**，由**後補名單補上**

注意事項

*不接受郵寄支票或櫃員機過數繳付活動費用

(如受疫情影響，中心是次將接受郵寄支票繳費。如有需要，請與服務社工協調有關安排)

4

公佈興趣班及復活節活動報名情況*

2021年3月17日(三) *抽籤後補名單有效期至3月16日(二)

5

公開接受興趣班及主題活動報名

2021年3月18日(四)

以電話先到先得的方式致電留位(3749 9311)。

確認留位後，需於3日內親臨中心繳交費用，協助他人報名將不獲受理。

週六持續興趣班 2021年4月至2021年6月(持續課程)

(D)小組日期：2021年4月10、17、24日(星期六) 2021年5月8、15、22、29日(星期六)
2021年6月5、12、19、26日(星期六)

小組名稱	時間	內容	名額	收費	節數	導師	備註
料理達人(I)	10:00am 至 11:15am	教授簡單的烹調技巧，製作中西各國特色美食。	6人	\$385 (4-6月)	11節	中心導師	此為半年持續課程，中抽籤者將可持續參與2021年4月至9月之興趣班。
心靈花園(I)		透過植物及園藝活動，提升五感刺激，藉以改善身、心、靈的狀態。	6人	\$385 (4-6月)	11節	中心導師	
伸展運動(I)		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	\$605 (4-6月)	11節	專業運動教練	
運動博士(I)	11:30am 至 12:45pm	透過不同的肢體動作，可提升身體的協調、加強四肢的靈活性。	8人	\$245 (4及6月) <small>(5月份班組安排詳見P.17，會員可自行報名，費用全免)</small>	7節	中心導師 <small>(5月份專業運動教練)</small>	
器械運動(I)	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	\$605 (4-6月)	11節	專業運動教練	
趣味圖工(I)	2:15pm 至 3:30pm	學習製作趣味小手工，培養藝術興趣，刺激創意思維。	8人	\$660 (4-6月)	11節	資深手工班導師	
小小畫室(I)	3:45pm 至 5:00pm	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	\$770 (4-6月)	11節	資深畫班導師	
非洲鼓樂(I)	3:45pm 至 5:00pm	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	\$770 (4-6月)	11節	資深非洲鼓導師	
動感遊戲室(I)	2:15pm 至 3:30pm	透過不同電腦遊戲，提升手眼協調及社交技巧。	6人	\$385 (4-6月)	11節	中心導師	
舞得出色(I)	2:15pm 至 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	\$605 (4-6月)	11節	資深跳舞導師	此為一年持續課程，中抽籤者將可持續參與2021年4月至2022年3月之興趣班。
閃耀舞獅(I)	3:45pm 至 5:00pm	教授基本的舞獅套路和鼓鑼擊技巧，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	\$550 (4-6月)	11節	香港龍獅團教練	
創意畫室(I)	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有興趣的會員報學。	4人	\$1100 (4-6月)	11節	資深畫班導師	

當參加者的課堂未能銜接，中心將根據家長的意願，為參加者安排午膳/中心暫顧服務。
*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。

週六興趣班報名表 4/2021-9/2021

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：(能接受whatsApp通知)	報名編號： <small>(職員專用)</small>
會員號碼：(請確保會員有效)	家長簽署：	報名日期： <small>(職員專用)</small>

A, B, C, D共4節活動可全選，請於每節為所選活動排序，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)
	#料理達人		#運動博士		#趣味圖工		#非洲鼓樂
	#心靈花園		#器械運動		#小小畫室		**閃耀舞獅
	#伸展運動				**舞得出色		**創意畫室
							#動感遊戲室

現金/支票:# <small>(職員專用)</small>	總收費: <small>(職員專用)</small>	職員簽署:
----------------------------------	-------------------------------	-------

(#) 為半年持續課程2021年4月至2021年9月，(**) 為一年持續課程2021年4月至2022年3月

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

[2021年興趣班4-9月報名表]

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

主辦機構：



精英運動員慈善基金
Elite Athlete Charitable Trust

全力支持：



保良局
PO LEUNG KUK

賽馬會社區持續抗逆基金 「動感及健康生活計劃」

活力操

香港精英運動會協會設計一套適合每天鍛鍊體魄的活力操，在每節班組由教練帶領一同做活力操。活動得到香港賽馬會慈善信託基金捐助費用全免。



- ❑ 報名方法：可於報名前往中心索取活動報名表。
- ❑ 截止日期：2020年2月13日

備註：

1. 申請結果將於抽籤後通知，亦可致電查詢。電話：3749 9311
2. 主辦機構擁有課堂安排及收生的最終決定權。

公開招募
費用全免

課堂	課堂日期	課堂時間	課堂地點
活力操	8/5, 15/5, 22/5, 29/5 (逢星期六)	11:30- 12:45	中心 活動室



中心暫顧服務

預約方法及收費安排

1. 每月1號 - 10號遞交下個月的「中心暫顧服務預約及訂餐表格」，請於表格中剔選需要訂餐的日子。
備註：1. 預約表格可提前向中心職員索取。
2. 遞交方式：親臨中心、電郵、WhatsApp、微信、郵寄（如擔心寄失，可致電中心通知職員）
3. 逾時者，有機會未能安排服務。
2. 職員於每月20號左右透過Whatsapp通知家長，確認中心暫顧服務
備註：如沒有Whatsapp，將改用微信或SMS通知。
3. 確認服務，並於月尾或之前繳交費用（包括中心暫顧及午膳費用）
備註：1. 如逾期繳交費用將自動取消服務；
2. 如因確認服務延遲，交費日期也會根據情況延遲。
4. 使用中心暫顧服務

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中心暫顧費用。
- 如因私人理由需要就中心暫顧時間有任何變更，請聯絡負責導師伍Sir 或 社工黃Sir。
- 如因病以致未能使用服務而欲退款，必須提供病假紙或到診紙作證明，並帶同本局之正式收據到中心辦理手續。如因其他私人原因而未能出席，已預繳之費用（包括中心暫顧及午膳費用）將不獲退款。
- 如有緊急暫顧需要，可致電中心聯絡社工黃Sir / 當值社工。
- 復活節假期期間星期一至五的中心暫顧服務將暫停，如有需要，可申請長假期暫顧服務。

查詢：3749 9311 (導師伍sir / 社工黃sir)

復活節暫顧&活動安排

主題活動

1. 復活節、聖誕節假期較短，可逐日剔選參與的日子，暑假則需報整個星期的活動，讓參加者在一個相對穩定的環境參與活動，減少因熟習陌生的環境及人而產生的情緒/行為
2. 收表後，會由社工初步評估會員之能力/身體狀況是否合適參與
3. 第一輪報名將以抽籤分配名額
4. 餘下名額將於公開報名階段以先到先得形式分配

奇趣天地

1. 復活節、聖誕節假期較短，可逐日剔選參與的日子，暑假則需報整個星期的活動，讓參加者在一個相對穩定的環境參與活動，減少因熟習陌生的環境及人而產生的情緒/行為
2. 收表後，社工會初步評估，按能力/身體情況/特性/需要把會員分為：
A組(具基本自理能力，名額8個)
B組(在流程上需較多支援，名額4個)
3. A組及B組分開進行抽籤
4. 餘下名額將於公開報名階段由社工按需要分配

收費安排

- 長假期活動期間，中心暫顧服務收費與奇趣天地收費將一致，分別為：
\$100/天 (包括：中心暫顧費、膳食費、活動費、茶點費)
\$50/半天 (9am-1pm / 1pm-5pm)(包括：中心暫顧費、膳食費、活動費、茶點費)
(半天只適用於B組會員)
- 服務社工將按會員需要、情況及中心人手分配名額，以確保會員得到最適切的照顧。

*如有疑問，歡迎與盈姑娘/黃Sir聯絡。

2021年復活節暫顧系列~奇趣天地

內容：每天上午設有不同主題的訓練或教育活動，下午則設有不同主題的小組，讓參加者度過一個充實有趣的假期

特色：按會員能力分組進行活動，讓他們得到適切的照顧

對象：6歲或以上會員(特殊學校學生優先參加)

收費：\$100/日(包午膳)/\$50半日(9:00-1:00/1:00-5:00包午膳，只限B組參加者)

名額：12個-報名後，社工會根據參加者情況分為A組(名額8個)及B組(名額4個)

備註：1. 請留意2021復活節活動報名流程(P.13)

2. 復活節假期期間星期一至五的中心暫顧服務將暫停，如有需要，可申請長假期暫顧服務

	29/3(一)	30/3(二)	31/3(三)	1/4(四)	
復活節 A1	9:00-9:45	早操			
	9:45-10:00	早會			
	10:00-10:45	治療性小組(待定)/ 桌上遊戲	集體遊戲	公民/品德教育	多元智能活動
	10:45-11:00	茶點時間			
	11:00-12:00	玩具小天地/感官鬆一鬆/音樂天地			
	12:00-13:00	午膳			
	13:00-14:30	電影欣賞/感官鬆一鬆			
	14:30-17:00	友愛大使	愛心蛋糕	愛「識」食物	愛笑Party
	茶點/迪士尼劇場				

	7/4(三)	8/4(四)	9/4(五)	
復活節 A2	9:00-9:45	早操		
	9:45-10:00	早會		
	10:00-10:45	治療性小組(待定)/ 桌上遊戲	多元智能活動	公民/品德教育
	10:45-11:00	茶點時間		
	11:00-12:00	玩具小天地/感官鬆一鬆/音樂天地		
	12:00-13:00	午膳		
	13:00-14:30	電影欣賞/感官鬆一鬆		
	14:30-17:00	社交活動	自理訓練	FUN享Party
	茶點/迪士尼劇場			

2021年復活節活動系列 主題活動

B1 快快活活

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：\$120/1日(包午膳)*不接受櫃員機過數繳付活動費用

名額：8人

備註：請留意2021年復活節活動報名流程(P.13)

日期	30/3(二)	31/3(三)	1/4(四)
上午	益智大玩家	野餐知多點	電影欣賞
下午	3D立體圖	馬鞍山郊野公園(外出)	開心小party

B2 開心假日

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：\$120/1日(包午膳)*不接受櫃員機過數繳付活動費用

名額：8人

備註：請留意2021年復活節活動報名流程(P.13)

日期	7/4(三)	8/4(四)	9/4(五)
上午	一起樂無窮	小食製作	桌上益智多
下午	歡樂電影	創意手工	復活大派對

*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

2021年復活節活動系列 戶外活動

C1赤柱消遙遊

內容：一同參觀葛量洪號滅火輪展覽館，認識香港的消防歷史，及香港五十年代造船業的成就，享用中式圍餐後，一同前往赤柱，遊覽赤柱大街、美利樓等景點，感受赤柱獨有的緩慢節奏

日期：29/3/2021(一)

時間：10:00am - 4:00pm

地點：赤柱，西灣河

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2021年復活節活動報名流程(P.13)

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

2021年復活節 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活動填上選擇排序

會員姓名：	年齡：	聯絡電話：	報名編號：
			(職員專用)
會員號碼：(請確保舊籍有效)		家長簽署：	報名日期：
			(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。

		活動系列	排序	活動日期	費用	備註	收費
復活節 暫願系列	(A) 奇趣天地	復活節 A1		29/3□ 30/3□ 31/3□ 1/4□	\$100/日□	(備註P.20) 適用於6歲 以上會員	(職員專用)
		復活節 A2		7/4□ 8/4□ 9/4□	\$100/日□		
復活節 活動系列	(B) 主題活動	B1 快快活活		30/3□ 31/3□ 1/4□	\$120/日□	(備註P.21) 適用於8歲 以上有自理 能力會員	(職員專用)
		B2 開心假日		7/4□ 8/4□ 9/4□	\$120/日□		
戶外 活動	(C) 親子 戶外 活動	C1 赤柱消遙遊		29/3(一)會員+家人□ 會員+2位家人□	\$160/位	(備註P.22)	(職員專用)

現金/支票:#

(職員專用)

總收費:

(職員專用)

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

[2021年復活節活動報名表]



社區教育及義工服務

巴拿巴愛心服務團義工隊探訪活動

- 目的：**促進服務團義工隊與中心會員的認識和交流
- 內容：**義工工作坊及集體遊戲
- 日期：**16/4/2021(五) (暫定)
- 時間：**2:30pm - 4:30pm(暫定)
- 地點：**本中心(暫定)
- 對象：**中心恆常服務會員
- 收費：**免費
- 聯絡職員：**社工 峰Sir

*如受疫情影響，或會以其他形式進行



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
- 聯絡職員：**社工 峰Sir

其他服務介紹

個案管理服務

服務範圍：社工為個案進行評估，按其需要擬定計劃，透過輔導、服務轉介、連繫其他社區資源等的形式，提供適切的支援予個案。

服務對象：現時沒有任何社工跟進的地區殘疾人士

收費：全免

申請方法：致電/親臨申請或社工轉介

家居暫顧及支援服務

服務範圍：為社區內有需要的殘疾人士提供接送及家居暫顧等服務

服務時間：按使用者需要

服務對象：區內殘疾人士

收費：\$33/小時

申請方法：經社工轉介/評估

中心車接送服務

服務內容：接送會員到中心接受服務

服務時間：星期一至五 9:00am - 6:00pm

服務對象：有需要之中心會員

收費：\$10/程

申請方法：經社工轉介/評估

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

專題介紹

什麼是專注力失調/過度活躍動症？

職業治療師 梁淑芬姑娘

專注力失調及過度活躍症（Attention Deficit / Hyperactivity Disorder，簡稱AD/HD）指孩子的專注力、活躍度及自我控制能力都較同齡孩子弱，導致學習、社交及家庭生活上都出現不同程度的障礙，而患者以男童較多。

成因：

出現AD/HD的原因目前並沒有定論，但研究指AD/HD與神經生理及遺傳有關。基因、環境和不同的人生階段都是影響AD/HD症狀嚴重程度的因素。AD/HD症狀通常童年開始出現，大部分會持續到成年以後。

AD/HD兒童常見問題：

- 專注力弱，容易分心、較難集中精神聽從指令、容易忘記及遺失物件
- 自制力弱，行為衝動，常打斷別人的說話
- 在活動時未能輪候
- 活動量過多，不能安坐
- 計劃及組織力弱，經常不能依從指示完成工作
- 較容易出現社交或行為問題
- 自我形象及自尊心低落

治療及支援：

- 藥物治療，改善腦部對注意力、衝動行為及活躍程度的控制
- 改變思維模式，讓孩子了解情緒出現的原因，鼓勵孩子從不同角度思考，以正面及積極態度面對困難。
- 妥善管理行為，訂立清晰的行為目標，如：每天上網一小時、半小時溫習十個生字，配合適當獎勵及檢討。
- 提升執行技巧，先計劃並組織適當行為。如教導孩子以清單列出完成步驟，編訂工作完成次序及步驟。



中心WhatsApp廣播安排

為加強溝通及更有效傳遞資訊，中心將優化傳遞流程，透過WhatsApp廣播傳輸功能，發放有關資訊或宣傳。



注意事項：

1. WhatsApp廣播主要用於資訊發放及活動宣傳。有關查詢及報名事宜，需要致電中心與當值職員聯絡。
2. 此非群組發放模式，閣下所提供的電話號碼將受到保密，而其他訊息接收者並不會知悉。
3. 閣下必須先儲存本中心WhatsApp電話號碼 **5490 9137** 到手機通訊錄內，才能接收相關資訊。
4. 若閣下日後拒絕再接收有關資訊，可從手機通訊錄內取消此號碼，或致電中心聯絡當值社工處理。

若閣下有興趣及願意以WhatsApp廣播傳輸途徑，接收中心發放的資訊，請儲存本中心WhatsApp電話號碼到手機通訊錄內，並向此號碼發一個短訊

「我是會員XXX / 會員XXX 照顧者，我希望加入WhatsApp廣播名單」，

中心將在核實資料後安排。



惡劣天氣安排

		 雷暴警告 Thunderstorm	 黃色暴雨 Amber	 紅色暴雨 Red	 黑色暴雨 Black	T1 一號風球	L3 三號風球	8 八號或以上風球
中心開放		●	●	●	X	●	●	X
上門: -訓練/治療 -家居暫顧	室內	●	●	●	X	●	●▲	X
	室外	☎	☎	X	X	●	X	X
中心: -日間訓練/ 照顧服務 -活動/治療 -興趣班	室內	●	●	X@	X@	●	X▲	X@
	室外	☎	☎	X	X	●	X	X
中心暫顧服務		●	●	●@	X@	●	●▲	X@
中心車接送服務#		●	●	X	X	●	☎	X

● 如常舉行 X 取消 ☎ 視乎情況，當值 / 負責社工決定是否繼續進行

注意事項：

- 1) 如於活動/服務開始前2小時，天文台發出/仍然懸掛三號或以上風球，紅色或黑色暴雨警告訊號，該活動/服務會取消，已繳付的費用可獲退回。
- 2) ▲如於小組/活動/照顧服務進行期間，天文台發出三號風球，小組/活動/照顧服務會繼續進行，家長可按需要提早接回服務使用者，惟已繳付的費用將不會退回。
- 3) @如於室內小組/活動/照顧/中心暫顧服務進行期間，
 - 天文台發出八號風球，家長需要盡快安排接回服務使用者，惟已繳付的費用將不會退回(中心暫顧服務另議)；
 - 天文台發出紅色或黑色暴雨警告訊號，服務使用者應繼續留在中心/安全地方，服務會繼續進行，家長可按需要接回服務使用者，惟已繳付的費用將不會退回(中心暫顧服務另議)。
- 4) # 如天文台於早上7時發出/仍然懸掛三號或以上風球，紅色或黑色暴雨警告訊號，中心車接送服務將全日暫停。
- 5) 如遇極端天氣狀況，當值/負責社工將按實際情況調整活動內容，有關安排將不另行通知。
- 6) 如有任何查詢，服務使用者/家長宜先致電予中心查詢。

Stamp



地址：馬鞍山恆安邨恆海樓地下17-24號

電話：3749 9311

Whatsapp：5490 9137 (只作服務查詢之用)

傳真：3741 2603

電郵：dscs@poleungkuk.org.hk

網址：<http://rehab.poleungkuk.org.hk/zh-hk/626/page.html>

印刷數量：1000本

印刷日期：1 / 2021



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

星期二

星期三

星期四

星期五

星期六

星期日

