



如無法派遞，請退回：

新界青衣長青邨長青社區中心地下

路德會長青群康中心



寄：

11月活動公開報名日：26/10/2022 下午2:30開始

上帝是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。

詩篇 46:1

中心消息

*中心因需跟從社會福利署對應疫情發展下活動安排的指引，因此今期雙月刊將分為11月、12月單月通訊，使會員能獲取最新的中心動向及活動資料。亦期望漸次在疫情穩定下，活動可舉辦正常化，請各會員留意中心公布。

香港郵政宣布，於2022年9月26日起 30克或以下的本地信件郵費由現時港幣2元加至2.2元。如會員寄回活動入數紙、會員申請資料表格等，請留意貼上足夠郵費，謝謝。

「SQS 10 申請和退出服務最新消息」

中心在10月份更新了「會員申請/更改資料表格」，各會員可在中心網頁下載區下載。敬請留意。

「SQS 14 私隱與保密」

各位會員可參閱P. 3 以瞭解本中心的相關政策。

活動報名方法

肢障會員可選擇：

☛致電中心 (☎ 2495-0118)

☛或親臨中心報名

聽障會員可選擇：

☛WhatsApp / 短訊(電話6151-7433)

☛或傳真 (☎ 2434-2198)

☛或親臨中心報名

會費/活動繳費方法

①親身到中心繳費

109-013177-001

②轉帳

中心戶口：(匯豐銀行)

*請在入數紙背後寫上姓名、會員及活動編號，寄/交回中心

*如透過銀行戶口繳交活動費或會員費，須在入賬當日通知中心職員確認存款。

③支票繳費

支票抬頭：**路德會長青群康中心**

*請在支票背後寫上姓名、會員及活動編號，寄/交回中心

*未經確認逾2個月的存款，中心在沒法查究的情況下，會將該筆款項視為捐款處理，敬請留意！

	訊號	中心設施	中心室內班組	外出活動
暴雨警告	黃色	正常開放	正常	正常
	紅色	正常開放	活動未開始：延期★ 活動已開始：職員會按情況公佈有關安排	視乎活動性質及天氣情況決定取消與否，由負責職員視乎情況，公佈有關安排★
	黑色	暫停	活動未開始：延期★ 活動已開始：職員會按情況公佈有關安排	取消★
風球	1 號	正常開放	正常	正常
	3 號	正常開放	由負責職員視乎情況，公佈有關安排★	視乎活動性質及天氣情況決定取消與否，由負責職員視乎情況，公佈有關安排★
	8 號或以上及「極端情況」天氣下	停止	停止★	取消★

☐颱風、暴雨及「極端情況」時中心安排☐

8號或以上風球/ 黑色暴雨/ 「極端情況」警告訊號除下：

*上午 8:30 前除下，(或已在上午11:00前取消「極端情況」)，上午照常運作。其後則上午停止開放。

*中午12:30 前除下，(或已在下午3:00前取消「極端情況」)，下午照常運作。其後則下午停止開放。

*下午 4:30 前除下，(或已在晚上7:00前取消「極端情況」)，晚上照常運作。其後則晚上停止開放。

* 外出活動開始前發出黑色暴雨/八號或以上風球：復康巴頭站上車前 1小時發出訊號，是日活動自動取消。

退款安排：

★如活動因紅、黑色暴雨警告訊號、3號或8號風球或以上及「極端情況」天氣下取消，負責職員將儘量安排活動或課堂延期、補課或替代。

如中心未可安排替代活動或參加者未可出席改期的活動，有關活動費用將在扣減已付第三方的款項後，退回部份參加費用予退出的參加者。敬請參加者明白此退款安排。

中心保留更改上述規條的一切權利。



路德會長青群康中心
香港路德會社會服務處

Cheung Ching Lutheran Centre for the Disabled
Hong Kong Lutheran Social Service, LC-HKS

2022年-2023年 手語課程暨服務篇 時間表



手語課程招生



*如「2019冠狀病毒」疫情嚴重，手語班將改以線上形式舉行，敬請留意。

手語初班 暨服務篇	日期：2023 年 1 月 4 日 至 2023 年 3 月 15 日 (星期三) **2023 年 1 月 25 日休課一天** 時間：晚上 7:45 – 晚上 9:45 堂數：10 堂 (第 10 堂為考試) 費用：\$420(會員)/\$440(非會員) 時數：20 小時 考試：2023 年 3 月 15 日 導師：馮婉婷
手語中班 暨服務篇	日期：2023 年 1 月 4 日至 2023 年 3 月 22 日 **2023 年 1 月 25 日休課一天** 時間：晚上 7:45 – 晚上 9:45 堂數：11 堂 (第 11 堂內一小時為考試) 費用：\$450(會員)/\$470(非會員) 時數：21 小時 考試：2022 年 3 月 22 日 導師：陳國勇
上課地點：本中心 初班內容：教授日常應用詞彙及日常句子練習。 中班內容：介紹聽障的成因、類別、輔助生活儀器及如何與他們溝通、手語文化及文法，教授日常應用的手語詞彙及日常句子練習。 高班內容：介紹聾人服務的重要性及技巧、教授高階手語詞彙、短句練習及分組情境練習。 研習班內容：手語翻譯員的守則、專題詞彙手語、手語及口語雙向翻譯練習、文章視譯及聽譯練習。 備註：* 出席率達 80%方可出席考試，考試合格可獲畢業證書，考試不合格者，可獲聽講證書。	
名額：10 人 導師：本中心手語翻譯員	

SQS 14：私隱與保密

中心尊重服務使用者的個人資料，
以及保護私隱和保密的權利。



單位設有閉路電視裝置以作保安及保障會員安全之用途。



禪繞畫(Zentangle)，是由美國字體藝術家Maria Thomas及其擁有禪修經驗的丈夫Rick Roberts所開創的一種藝術。禪繞畫透過簡單的線條、各種特定的圖案、重複繪畫的方法，令人投入專注眼前的繪畫創作，幫助放鬆自己及減輕壓力。

禪繞畫有以下特點：

自由

不需事先預定繪畫的事物，亦不需具體的繪畫對象，只用各種特定圖案，重複及隨意地繪畫，圖畫內容不具體，充滿創意。

不批判、沒比較

每幅禪繞畫作品，都是創作者獨一無二的作品，不會互相比較批評，只有欣賞與感恩！

與宗教信仰無關

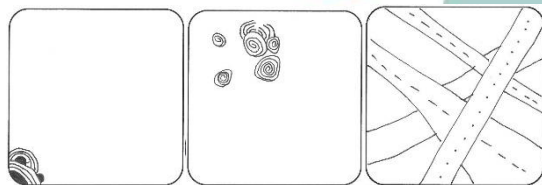
禪繞畫的「禪」字，是形容當人創作禪繞畫時，專注於眼前繪畫的狀態，與宗教信仰沒有關係，無論有沒有宗教信仰、或不同宗教的人都可以參與。

容易、簡單

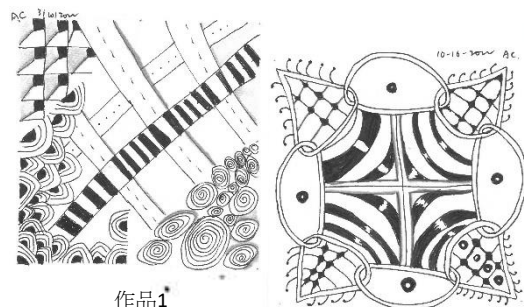
繪畫禪繞畫，只需學習運用簡單的直線、曲線、圓點和圓圈等，以及只需簡單的紙和筆，隨時隨地都可以開始繪畫，簡單、方便、靈活。

資料來源：

<https://www.cza.asia/index.html> / <https://creatynes.com/what-is-zentangle/>



圖樣例子1：新月 圖樣例子2：春天 圖樣例子3：立體公路



作品1

作品2

有興趣體驗禪繞畫的會員可參加在
2022年11月12日舉辦的「禪繞畫初體驗」
(見P.5)!!

社區資訊



社區資訊：

殘疾人士如果遺失「殘疾人士個人八達通」可以怎樣做？

當然，就是盡快報失註有「殘疾人士身分個人八達通」

如為個人八達通、銀行聯營手機八達通卡及八達通自動增值服務用戶，可透過八達通公司的網頁，或致電八達通報失熱線2266 2266；和盡快申請補領新八達通。

成功報失後，報失指示不能撤回。客戶只需承擔成功報失後3小時內之損失。

補領個人八達通需付港幣70元，其中50元為新卡的按金；20元為補領新卡的手續費。(註：報失手續費不適用於銀行聯營手機八達通卡)。

申請報失時，需提供身份證號碼、出生日期。

在等候補領新八達通期間，如欲繼續享用「政府長者及合資格殘疾人士公共交通票價優惠計劃」的特惠車費，需親臨任何港鐵客務中心（不包括機場快綫車站、馬場、黃竹坑、利東、海怡半島、顯徑、啟德、宋皇臺及土瓜灣站），領取「殘疾人士身分」臨時證明，及購買一張「殘疾人士臨時八達通」。

使用「殘疾人士臨時八達通」時，須隨身攜帶該「殘疾人士身分」臨時證明，直至獲補發註有「殘疾人士身分」個人八達通。其「殘疾人士臨時八達通」可於任何港鐵客務中心（不包括機場快綫車站、馬場、黃竹坑、利東、海怡半島、顯徑、啟德、宋皇臺及土瓜灣站）辦理退款手續（記得帶備文件取回補領的「殘疾人士身分」個人八達通）。

由確認收到填妥的申請表計起，港鐵處理「殘疾人士身分」個人八達通的申請一般需時四至六星期，處理啟動 / 延續個人八達通上「殘疾人士身分」的申請需時兩星期。

有關申請「殘疾人士身分」個人八達通的任何查詢，申請人可致電港鐵熱線2881 8888（星期一至五由上午8時30分至下午6時；星期六由上午8時30分至下午1時）。如有困難，亦可向中心當值社工求助，協助辦理申請。



報名日：26/10/2022 (星期三) 下午2：30開始。聽障會員報名電話：6151-7433

備註：印有  圖案的活動，將提供復康巴士接送。肢障會員報名電話：2495-0118

印有  圖案的活動，將提供予所有中心會員參與。

因應社會福利署就資助福利服務及其轄下服務的特別安排或會按預防感染措施頒布活動指引，故中心活動及小組屆時將須按指引舉辦，請各已報名活動的會員及小組成員理解及支持。如有任何變動，負責職員將盡快通知有關安排。謝謝！

2022年11月5日 (六) 

齊來學手工 - 絲襪花 P228-22/23

時間：晚上8:00-9:30 地點：中心
交通：自行出席 名額：12人
對象：中心會員 收費：\$30
內容：1) 由義工導師介紹手工所需工具。
2) 示範如何用絲襪製作丁香花或梅花。
3) 參加者各自製作絲襪丁香花或梅花。
備註：因需預備材料，不設現場報名。請在活動舉辦7個工作天或之前報名，交費確認，額滿即止。
負責職員：陳國勇先生

2022年11月26日 (六) 

百變手工麵製作 P226-22/23

時間：晚上7:30-9:00 地點：中心
交通：自行出席 名額：10人
對象：中心會員 收費：\$15
內容：搓！搓！搓！揉！揉！揉！
長短粗幼自己定！
紅橙黃綠都可以！
一起來製作手工麵吧！
備註：請自備餐盒。
負責職員：馮婉婷姑娘

2022年11月12日 (六) 

禪繞畫初體驗 P223-22/23

時間：晚上7:30-9:00 地點：中心
交通：自行出席 名額：10人
對象：中心會員 收費：\$10
內容：禪繞畫的圖案簡單自由，技巧容易學習，容易明白。
是次活動，讓參加者體驗繪畫禪繞畫的放鬆及平靜。
負責職員：社工鍾裕聲先生

2022年11月27日 (日)

閒遊柏架山及油街實現 P225-22/23

集合時間：上午9:15
集合地點：港鐵鯉魚涌站A出口
時間：上午9:15-下午4:00 地點：鯉魚涌、炮台山
交通：自行出席 名額：30人
對象：聽障會員及義工
收費：免費 (須自費飲食及交通)
內容：鄰近市區的郊遊路線，方便大家日後再帶親友或三五知己同遊。早上閒遊柏架山道自然徑，尋訪古英式大宅(紅屋)與大戰時遺址「爐灶」；午後參觀及欣賞「油街實現」的各項藝術展品—新域混影、數碼繆思、幻影島等。
備註：1) 中心保留修改路線之權利。
2) 參加者必須符合「疫苗通行證」實施的相關要求。
負責職員：馮婉婷姑娘

2022年11月19日 (六) 

橙汁軟糖 P224-22/23

時間：晚上7:30-9:30 地點：中心
交通：自行出席 名額：10人
對象：中心會員 收費：\$10
內容：1) 軟糖是大人小孩都喜歡的零食，但想吃得較健康？
原來可以自己用天然橙汁製作！既能控制糖份，亦無額外添加劑呢！
2) 分享製作技巧及步驟。
備註：請自備袋子帶走製成品。
負責職員：陳銘豪先生



圖片來源：m.meishij.net

2022年11月27日 (日) 

環保導賞遊 T-PARK P227-22/23

時間：上午10:00-下午4:00 地點：屯門
交通：復康巴 名額：20人
對象：肢傷會員及其照顧者 收費：會員\$20/義工免費
內容：1) 參觀T-PARK [源·區]，展覽廳以互動展品介紹處理污泥及廢物運作程序，讓參加者認識「轉廢為能」和體驗香港綠色文化，了解廢物管理、資源回收和循環再用的知識。
2) 於屯門蝴蝶廣場自費午餐及遊覽。
備註：活動當日復康巴司機只會等候5分鐘，請各參加者準時到達上車地點，遲到者不獲退款。
負責職員：傅清華先生

2022年11月24日 (四)

手語chat一番 (六十二) P229-22/23

時間：晚上8:00-9:30 地點：中心
交通：自行出席 名額：10人
對象：曾參加本中心舉辦手語課程學生 收費：免費
內容：1) 短篇故事分享。
2) 自然手語分享。
3) 手語技巧練習。
4) 專題討論。
負責職員：陳國勇先生



國際復康日2022

13/11/2022 (星期日)「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）

- 「殘疾人士免費乘搭車船日」當天，凡持有勞工及福利局的「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、享用游泳池設施及免費遊覽香港濕地公園。

3/11至28/11/2022「海洋公園同樂月」（中心暫未收到有關派發申請，詳情有待公布。）

- 十八區國際復康日工作小組統籌傷、健人士同遊海洋公園，凡持有「殘疾人士登記證」的殘疾人士可免費入場，而其同行不多於兩名陪同者可憑海洋公園贊助的入場券免費入場。有關入場券由十八區國際復康日工作小組分發予區內復康機構或地區團體。

2022年國際復康日開幕典禮暨「無障礙定向挑戰賽」頒獎典禮

- 日期：12月3日（星期六）
- 時間：上午11時
- 地點：香港迪士尼樂園（只供受邀人士參加）

參考資料：香港復康聯會 <http://jointcouncil.org.hk/chi/latest-news-detail.php?n=1&c=128>

照顧者 / 家人心靈加油站

報名日期：26/10/2022 下午2:30

按社會福利署增撥支援照顧者資源的指引，中心須舉辦鼓勵照顧者與會員一起參與的活動，「照顧者 / 家人心靈加油站」歡迎照顧者自行或與聽障、肢障會員一起來參加活動。透過參加活動，大家有放鬆的時間，減輕壓力，吸收正能量。

新小組介紹

P65-052-22/23 OH卡減壓又輕鬆

日期：4/11、11/11、18/11、2/12/2022 (星期五，共4節) (暫定)

時間：上午11:00-下午12:30

地點：中心

名額：4人

收費：免費

對象：肢障會員之家人 / 照顧者

內容：1)「OH卡」，是一種「自由聯想」及「潛意識投射」的心理圖卡，由88張圖案卡和88張文字卡所組成。

2) 藉著圖卡的輔助，自由聯想及發問的過程中，可以為自己好好整理思緒，找到自己的答案，為忙碌生活和煩惱帶來一點放鬆。歡迎照顧者來參加，互相聽聽心事，吐吐苦水！

負責職員：陳銘豪先生、社工張凱琳姑娘

P65-053-22/23 OH卡開心又放鬆

日期：5/11、12/11、19/11、26/11/2022 (星期六，共4節) (暫定)

時間：上午11:00-下午12:30

地點：中心

名額：4人

收費：免費

對象：肢障會員之家人 / 照顧者

內容：1)「OH卡」，是一種「自由聯想」及「潛意識投射」的心理圖卡，由88張圖案卡和88張文字卡所組成。

2) 藉著圖卡的輔助，自由聯想及發問的過程中，可以為自己好好整理思緒，找到自己的答案，為忙碌生活和煩惱帶來一點放鬆。歡迎照顧者來放鬆身心靈，感受這些圖卡的力量！

負責職員：社工張凱琳姑娘、陳銘豪先生



督印人

數量

中心資料：

地址

電話

傳真

電郵

網頁

聽障支援電話

手語翻譯電話

外出活動電話

雷慧靈博士太平紳士

900份

新界青衣長青邨長青社區中心地下

2495 0118 (語音)

2434 2198

r02@hklss.hk

<http://cheungching-src.hklss.hk>

6155 5649 (語音、WhatsApp、短訊)

5222 1447 / 5932 9860

6151 7463 (肢障會員) 6151 7433 (聽障會員)

