



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



新年快樂

寄：

1月活動公開報名日：21/12/2022 下午2:30開始

我靠著那加給我力量的，凡事都能作。
腓立比書 4:13

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1月、2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。

就「整筆撥款津助有關的事宜」，歡迎會員及服務使用者，透過口頭、書面、致電或直接面談方式、或以填寫「投訴 / 意見 / 讚許書」(S11) 向本中心提出，有關意見。本中心將按性質，呈交單位主管或服務總監、或在中心職員會議中作討論及跟進。

按SQS 15申訴程序，本中心另設有「意見收集箱」，方便收集服務使用者意見表；此外，服務使用者亦可在服務檢討問卷中，表達對中心服務及活動的意見。

領取「P241-22/23聖誕叮嚀叮」活動抽獎禮物

感謝會員支持中心舉辦的「P241-22/23聖誕叮嚀叮」活動，活動已於11/12/2022圓滿結束，請各位得獎者於21/12/2022下午2:30開始至20/1/2023 晚上9:30前於中心開放時間內領取禮物。

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

● 親身到中心繳費

109-013177-001

● 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。

● 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。

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：22 小時 考試：2023年3月22日 導師：陳國勇
手語初班暨服務篇	日期：2023年4月19日至2023年6月21日 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6月21日 導師：馮婉婷
手語高班暨服務篇	日期：2023年4月19日至2023年7月5日 時間：晚上 7:45 – 晚上 9:45 堂數：12 堂 (第 12 堂為考試) 費用：\$520(會員)/\$550(非會員)	時數：24 小時 考試：2023年7月5日 導師：陳國勇

上課地點：本中心

名額：10 人

初班內容：教授日常應用詞彙及日常句子練習。

導師：本中心手語翻譯員

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。

想透過WhatsApp收取中心的特別資訊/推廣訊息?

為了加強與會員的資訊傳遞，中心將透過WhatsApp的「群發訊息」（廣播功能），將一些重要訊息向會員發放；把中心手機號碼新增至「聯絡人」後，才能收到中心發出的訊息哦！

< 其他會員不會看到您的手機號碼，敬請放心！ >

路德會長青群康中心

6155 5649

聽障支援電話

路德會長青群康中心

6151 7463

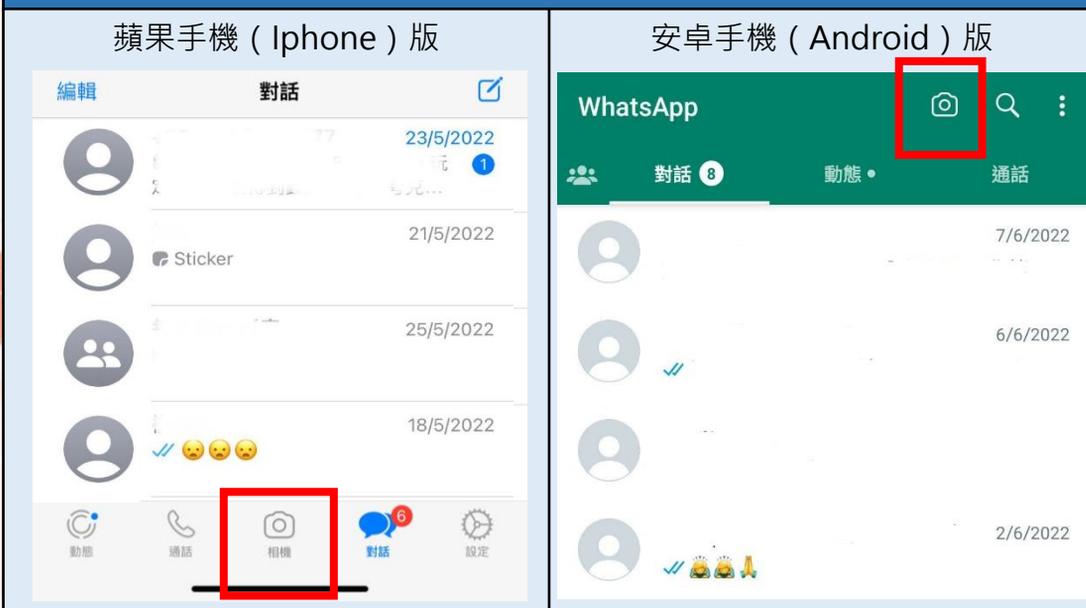
肢障支援電話

在16-21/1/2023期間，中心會發送訊息予所有現會員作測試。如收不到訊息，請盡快通知。

* 如不想收取中心的群發訊息，亦可通知我們。

可按以下指示，把中心手機號碼新增至「聯絡人」：

1. 打開WhatsApp，按入「相機」掃描



2. 將手機鏡頭對準以下二維碼 (QR Code) 掃描：

(聽障支援電話：6155 5649)

(肢障支援電話：6151 7463)



3. 點按「新增至通訊錄」，完成！



服務單位尊重服務使用者的私人財產權利

拾獲他人物品

遺失個人物品

將該物品交予單位職員，自行或由單位職員代為填寫「失物拾獲 / 物品報失 / 領取表」(R02R10 / SQS 13 / 02)，然後存檔

向單位職員索取「失物拾獲 / 物品報失 / 領取表」(R02R10 / SQS 13 / 02)，自行或由單位職員填寫，然後存檔

單位妥善保存拾獲之物品，為期一個月(食物除外)

五個工作天內有人拾獲該物品，並交由本單位處理

五個工作天內無人拾獲該物品

一個月內有人認領

一個月內無人認領

職員通知物主認領，並填寫相關表格失物領取一欄資料

職員將該失物檔案註銷

認領者填寫相關表格失物領取一欄資料，職員將該物品發還

單位會將該物品銷毀或交由單位主管處理



如對服務質素標準內容有任何查詢或意見，歡迎聯絡中心職員。

「黑紙藝術」工作坊

「黑紙藝術」由日本國枝聖子老師創立，是一種帶着神秘的黑色藝術。以乾粉彩繪畫，配以不同繪畫技巧，將不同色彩在黑色畫紙上展現出來，營造出神秘又美麗的畫作。透過繪畫過程，放鬆心情、減輕壓力。

日期：30/1、6/2、13/2、20/2/2023 (逢星期一)

時間：下午2:30-4:30 地點：中心

交通：自行出席 / 中心復康巴

名額：6人

對象：肢障會員及其照顧者

堂數：4堂

收費：\$30 (費用包括堂上使用的工具及材料，乾粉彩由中心借出在課堂上使用。)

內容：

1. 介紹日本「黑紙藝術」的來源。
2. 介紹所需工具。
3. 創作技巧。
4. 創作不同主題的畫作。

導師及負責職員：社工鄭美華姑娘

備註：

1. 報名日期：21/12/2022 (星期三)下午 2:30開始。
2. 中心復康巴接送點為九龍或荃葵青區，不便之處，敬請原諒！
3. 報名先到先得，繳費作實，額滿即止。



社區關注消息

中心「社區關注小組」成員分別在2022年11月18日到西九龍政府合署參觀新型號低地台小巴，及2022年11月26日到彩虹港鐵站參觀港鐵新型號列車Q-Train，為有關交通設施給予試用意見。報告如下：



參觀新型號低地台小巴 (2022年11月18日)

新型號低地台小巴來自英國，預計於今年內在市面行駛，行經兒童醫院，設有18座位 (17個座位+1個輪椅位)。當中仍有地方需優化，如輪椅上下車的通道較為狹窄、安全帶扣位置較低、下車鐘沒有燈號顯示等，有關意見已即場向運輸署及廠商提出。

參觀港鐵新型號列車Q-Train (2022年11月26日)

車廂設施較舊型號進步，強化了車廂的照明系統、多用途空間寬闊、座位以人體功學設計、吊環扶手的握手位較舒適、門側企位寬闊、使用動態路線圖等，但當中仍有地方需優化，已即場向港鐵反映，有待港鐵跟進。

1月

報名日：21/12/2022 (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！



2023年1月6日(五)



向世界恤髮(4) P273-22/23

時間：上午9:00-中午12:00 地點：中心
 交通：自行出席/中心復康巴 名額：30人
 對象：肢障、聽障會員及其照顧者 收費：免費
 內容：1) 還有2星期就是農曆新年，大家除了大掃除外，亦會剪個新髮型，寓意去舊迎新。
 2) 滙創會義工為聽障、肢障會員及其照顧者提供剪髮服務，希望藉著活動能為會員帶來關心及溫暖。
 3) 活動分為6個時段：9:00-9:30；9:30-10:00；10:00-10:30；10:30-11:00；11:00-11:30；11:30-12:00。如需中心復康巴接載的肢障會員，將安排在11:00-12:00期間進行剪髮。

備註：1) 請參加者剪髮前，先自行在家清洗頭髮。
 2) 中心復康巴接送點為九龍或荃葵青區，不便之處，敬請原諒。

負責職員：社工鄭美華姑娘



2023年1月7日(六)

兔年賀歲元創方 P276-22/23

時間：上午10:00-下午3:30 地點：中環、石塘咀
 交通：復康巴 名額：20人
 對象：肢障會員及其照顧者 收費：會員\$20/義工免費
 內容：1) 被列為香港三級歷史建築的活化創意地標「PMQ元創方」，提供多個給本地設計師租用的工作室和創意商舖，推動創新文化發展及建立創意產業新平台。
 2) 於西寶城商場自費午膳及遊覽。

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

2023年1月7日(六)



金魚串串賀新年 P266-22/23

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) 農曆新年又到了，祝大家年年有「魚」！一起用利是封製作金魚串，掛在家中增添新年氣氛！
 2) 教授大家製作金魚串的步驟。

備註：請自備袋子帶走作品。

負責職員：陳銘豪先生



2023年1月14日(六)



賀年白兔糕 P277-22/23

時間：晚上7:30-9:30 地點：中心
 交通：自行出席 名額：8人
 對象：中心會員 收費：\$20
 內容：介紹白兔糕的製作材料、方法及一起製作。
 備註：請自備餐盒。
 負責職員：傅清華先生

2023年1月15日(日)

參觀環保園 P258-22/23

集合時間：上午10:15
 集合地點：港鐵屯門站K52巴士站
 時間：上午10:15-下午2:00 地點：屯門環保園
 交通：自行出席 名額：26人
 對象：聽障會員及義工
 收費：免費(須自費交通)
 內容：環保園是香港首間以廢物為主題的大型資源教育中心。透過參觀，讓會員認識不同的廢物處理方法和學習如何減少廢物的產生，從而加強會員的環保意識。
 負責職員：鄧玉嫻姑娘



2023年1月16日(一)

新春維園行大運 P275-22/23

時間：上午11:00-下午12:30 地點：維多利亞公園
 交通：自行出席/中心復康巴 名額：8人
 對象：肢障會員及其照顧者 收費：\$10
 內容：往維多利亞公園年宵市場行大運享受新春熱鬧氣氛。
 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



2023年1月19日(四)

手語chat一番(六十四) P268-22/23

時間：晚上8:00-9:30
 地點：中心或Zoom參加
 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

2023年1月21日(六)



利是封掛飾 P257-22/23



時間：晚上7:30-9:00
地點：中心
交通：自行出席
名額：12人
對象：中心會員
收費：免費
內容：爆竹一聲除舊歲！用利是封製作喜慶的新年掛飾，讓家裡充滿賀年氣氛。
備註：歡迎自備舊利是封，環保重用。
負責職員：馮婉婷姑娘

2023年1月28日(六)



流體畫體驗 P274-22/23

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：\$25
內容：1) 流體畫是近年新興的藝術，不需要有太多繪畫技巧，製作過程簡單又自癒，大家一起來體驗吧！
2) 介紹流體畫的製作材料、方法及一起製作。
負責職員：社工鄭美華姑娘

照顧者 / 家人心靈加油站

報名日期：21/12/2022 下午2:30

P65-064-22/23 來拋拋芬蘭木柱

日期：14/1/2023 (星期六)
時間：上午11:00-下午1:00
地點：中心
名額：6人
收費：免費
對象：聽障會員、肢障會員及其家人 / 照顧者
內容：1) 一款來自芬蘭的投擲遊戲，和保齡球與飛標的玩法相似，是任何人皆適合的運動，講求策略、手眼協調與力度拿捏！
2) 歡迎會員與家人/照顧者、親子參加。
備註：請穿著適合運動之衣物和鞋履。
負責職員：陳銘豪先生



新春飲食 健康小知識

新春期間，特別多機會與家人朋友一起吃飯，例如團年飯、開年飯等，要食得健康，大家可以留意以下建議：

- 腩肉、豬腳和鷄腳等高脂肪的食材，避免使用。
- 內臟、蝦膏和蟹膏等高膽固醇食物，減少進食。
- 鹹魚、臘腸和燒味等醃製或多鹽的食物，減少進食。
- 瘦肉、去皮肉類、魚及脂肪較少的海鮮，適量進食，盡量多菜少肉。
- 用薑和蒜頭等天然的配料調味。
- 用醋和胡椒粉等較低脂的調味料。
- 多用蒸、炆、燉、焗、上湯浸的方式煮食，避免煎炸食物。
- 減少飲用酒精和汽水，可用茶代替。

資料來源：衛生防護中心，《新春健康錦囊 — 均衡飲食》

<https://www.chp.gov.hk/tc/static/90047.html>



活動剪影



酒精墨水畫賀機構45周年



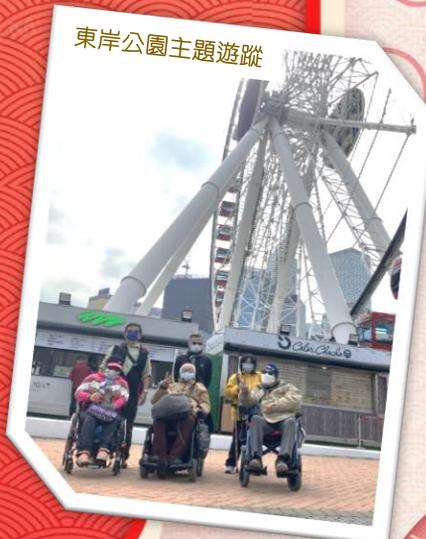
雙色燒餅



我係青衣人-天然潤手膏製作



東岸公園主題遊蹤



香港殘奧日2022



冬病夏治的內外調理方法



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@hk.lss.hk

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

6155 5649 (語音、WhatsApp、短訊)

5222 1447 / 5932 9860

6151 7463 (肢障會員) 6151 7433 (聽障會員)

