



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



恭賀  
新春

寄：

2月活動公開報名日：19/1/2022 下午2:30開始

願賜平安的主隨時隨事親自給你們平安！願主常與你們眾人同在！  
帖撒羅尼迦後書 3:16

## 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。

### 中心暫停開放安排

2月1日(二) 農曆年初一

2月2日(三) 農曆年初二

2月3日(四) 農曆年初三

(以上日子中心全日暫停開放)

\*敬請各位會員留意\*

## 活動報名方法

肢傷會員可選擇：

☛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：

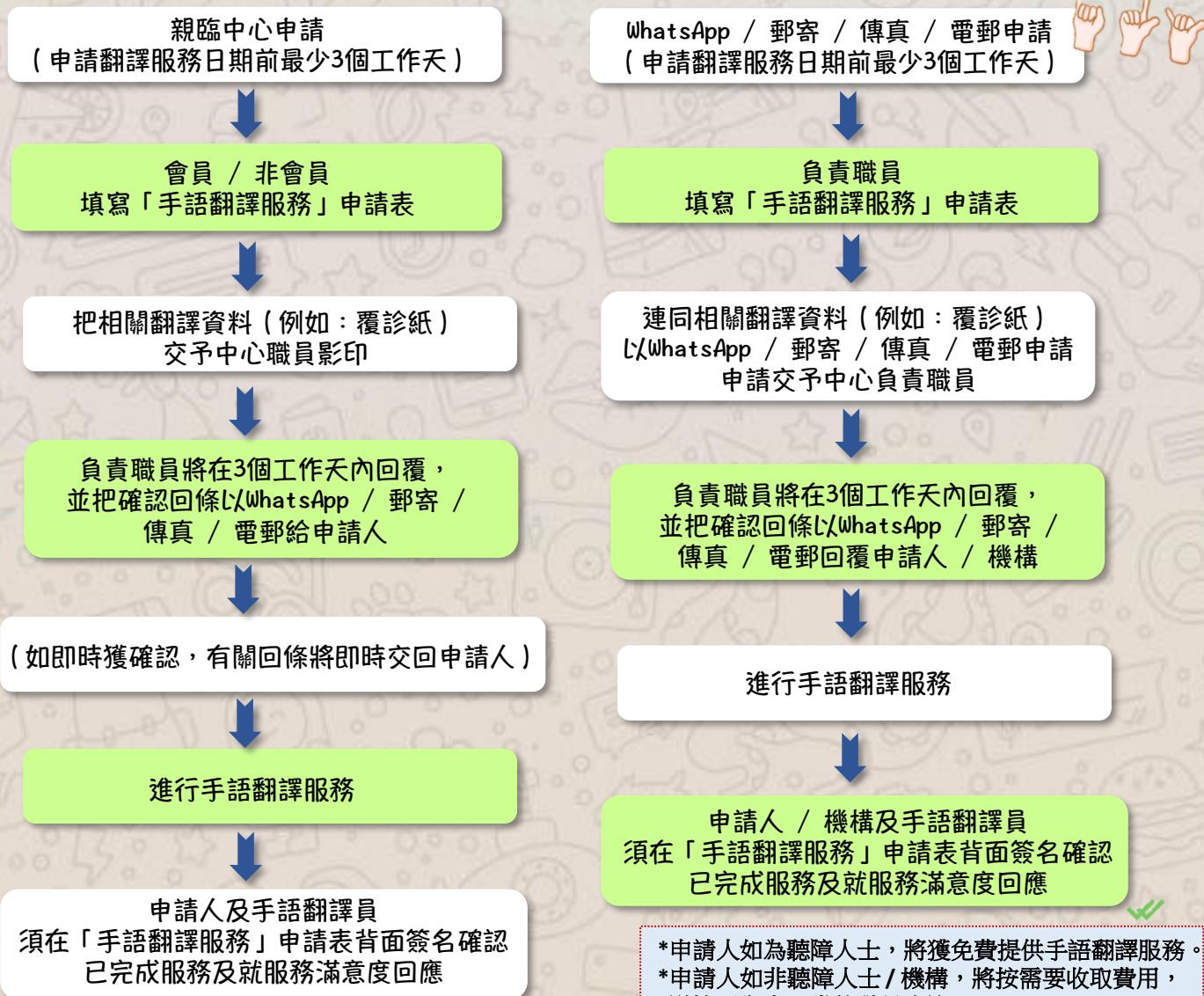
- \*上午 8:30 前除下，(或已在上午11:00前取消「極端情況」)，上午照常運作。其後則上午停止開放。
- \*中午12:30 前除下，(或已在下午3:00前取消「極端情況」)，下午照常運作。其後則下午停止開放。
- \*下午 4:30 前除下，(或已在晚上7:00前取消「極端情況」)，晚上照常運作。其後則晚上停止開放。

\* 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。

## ← 認識中心服務質素標準 《SQS 10 【手語翻譯服務】申請程序》



報名日：19/1/2022 (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。肢傷會員報名電話：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2月5日(六)



## 擴香石盆栽 P-251-21/22

時間：晚上7:30-9:30

交通：自行出席

對象：中心會員



地點：中心

名額：10人

收費：\$15

內容：1) 2月份分別有西方情人節及元宵佳節，想好買什麼禮物送給你愛錫的人呢？相信送贈自製手作禮物都是一個不錯的選擇，既盡顯心思又獨一無二。

2) 擴香石是一種毋須用電或燃燒就能將香薰的芳香散播，加添不同功效的精油，可用作清新空氣、驅蚊、提神等，因應環境濕度，擴香石亦具有吸濕的功效。

3) 介紹製作擴香石盆栽造型的材料、方法及一起製作。

負責職員：社工鄭美華姑娘

圖片僅供參考及來源：<https://shopee.tw/>

2022年2月19日(六)



## 年桔盆栽錢箱 P245-21/22

時間：晚上8:00-9:30

交通：自行出席

對象：中心會員

地點：中心

名額：12人

收費：\$30

內容：介紹製作年桔盆栽錢箱的材料、方法及一起製作。

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2月12日(六)



## 『優閒生活的藝術』講座 P247-21/22

時間：下午2:30-3:30

交通：自行出席

對象：中心會員

地點：中心

名額：40人

收費：免費

內容：陳寅添老師和太太都是書法及國畫的愛好者，他們學習國畫及書法多年。活動中，他們分享學習繪畫及書法藝術的心得。另外陳老師亦會介紹多款保益湯水，煲湯藥材的配搭、藥用價值及如何選購等。

備註：由榮獲九龍中醫學院全科畢業，香港大學業餘進修部主辦的中醫藥及藥膳營養學高級證書陳寅添先生分享。

負責職員：鄧玉嫻姑娘

2022年2月20日(日)

## 虎年新春行大運 P246-21/22

集合時間：上午9:00

集合地點：港鐵葵芳站對面葵涌廣場門口

時間：上午9:15-下午4:30

交通：旅遊巴士

對象：聽障會員及義工

收費：\$170 (包括九大簋午餐及旅遊巴費用)

內容：上午遊覽被層層綠林所包圍的河背水塘，像山林中的小湖泊。大家可以欣賞林木山色倒映在清澈的湖面的美境。中午享用傳統客家菜九大簋午餐。下午遊覽香港碩果僅存的養蠔業集中地-流浮山，購買海產外，更可遠眺內地深圳灣一帶。

負責職員：鄧玉嫻姑娘

2022年2月17日(四)

## 手語chat一番(五十六) P244-21/22

時間：晚上8:00-9:30

交通：自行出席

對象：曾參加本中心舉辦手語課程學生

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

地點：中心

名額：10人

收費：免費

2022年2月20日(日)



## 迎春接福·PMQ P249-21/22

時間：上午10:00-下午3:30

交通：復康巴

對象：肢傷會員及其照顧者

收費：會員：\$20/義工：免費(自費飲食)

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

地點：中環、石塘咀

名額：20人

2022年2月26日(六)



2022年3月6日(日)



### 影子戲紙公仔製作 P250-21/22

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：影子戲是利用燈光，將紙公仔的影子投射在白色布幕上作表演。是次活動教授會員製作影子戲紙公仔，簡單有趣，好玩易做。  
負責職員：社工鍾裕聲先生

### 歡欣承載38年 P255-21/22

時間：下午2:30-3:30  
地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
名額：60人  
對象：中心會員  
收費：免費  
內容：1) 不經不覺中心已成立38年，多謝各位會員多年來的參與及支持。雖然未能與大家一起聚餐，但會以Zoom視像形式與大家一起慶祝中心這個大日子。  
2) 活動內容包括：回顧中心去年活動、介紹今年活動、遊戲、抽獎等，大家不容錯過呀！  
3) 此活動在19/1/2022(星期三)下午2:30開始接受報名。  
備註：中心稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
負責職員：社工鄭美華姑娘、社工鍾裕聲先生

⚠️ \*如「2019冠狀病毒」疫情嚴重，部分活動將改以線上形式舉行，敬請留意。  
\*外出活動以小組形式進行，每組人數4人或以下，並保持適當的社交距離，以符合防疫要求。  
\*因應政府實施的防疫措施，部份活動場所或須使用「安心出行」方能進入，敬請參加者留意。

## 照顧者 / 家人心靈加油站

### 新小組介紹

#### P65-064-21/22 義樂無窮

日期：21/2 至 28/3/2022 (星期一，三次聚會)  
時間：上午10:30-11:30  
地點：中心  
交通：自行出席  
名額：5人  
收費：免費  
對象：肢傷會員、其家人/照顧者均可參加

內容：想做義工，但不知如何入手？擔心自己做不來？唔怕～透過義工訓練及講解，掌握服務所需之技能、態度、溝通技巧及注意事項，為他人傳達關愛訊息。

備註：或會安排到其他機構進行服務。

負責職員：社工張凱琳姑娘

圖片來源：<https://m.xuite.net/blog/adamet31/blog/588592712>



#### 日本和諧粉彩體驗工作坊

P65-066-21/22

「和諧粉彩」由日本細谷典克先生於2003年創立，「和」有和諧的意思，希望推廣一種沒有藝術基礎，也可創作令人會心微笑的畫作。創作形式主要使用手指，配以簡單的工具，就可以輕鬆作畫，減輕壓力。

日期：14/2、21/2、28/2、7/3、14/3、21/3/2022 (逢星期一)  
時間：上午11:30-下午1:15  
地點：中心  
交通：自行出席  
名額：5人  
對象：肢傷會員及其照顧者(照顧者及初學者優先) 堂數：6堂  
收費：\$100 (費用已包括堂上使用的工具及材料。24色乾粉彩、畫紙、輔助工具等。)

內容：介紹日本和諧粉彩藝術的來源、所需工具及其使用方法、和諧粉彩創作技巧及創作不同主題畫作。

導師及負責職員：社工鄭美華姑娘

圖片原作：Pingo Li



# 照顧者 / 家人心靈加油站

香港人的生活總給人很忙碌的感覺，上學、上班、照顧家庭等都佔了生活大部份時間，大家往往容易忽略自己的身心靈健康。「照顧者 / 家人心靈加油站」就是想提醒大家忙碌的生活中都要讓自己有喘息的時間。歡迎照顧者與聽障、肢傷會員一起來參加活動，透過參加活動放鬆心情，減輕壓力，吸收正能量。

## P65-061-21/22 QQ紅豆水晶包

日期：12/2/2022 (星期六)  
時間：上午11:00-下午1:00  
地點：中心  
交通：自行出席  
名額：6人  
收費：免費  
對象：聽障會員、肢傷會員及其家人 / 照顧者



- 內容：
1. 來一客中式甜品，煙韌透明外皮，內含香甜紅豆餡，齊來享受雙重口感小點心。
  2. 分享製作技巧及步驟。
  3. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。
- 備註：請自備餐盒。  
負責職員：陳銘豪先生

圖片僅供參考及來源：[kiau.pixnet.net](http://kiau.pixnet.net)

## P65-062-21/22 牛奶椰汁雪花糕

日期：19/2/2022 (星期六)  
時間：上午10:30-11:30  
地點：中心  
交通：自行出席  
名額：6人  
收費：免費  
對象：聽障會員、肢傷會員及其家人 / 照顧者



- 內容：
1. 椰汁香，牛奶滑，步驟簡易又好吃，一起來製作輕盈純白小甜品。
  2. 分享製作技巧及步驟。
  3. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。
- 備註：1. 請自備餐盒。  
2. 「P65-063-21/22朱古力布朗尼工作坊」之參加者優先報名。

負責職員：陳銘豪先生

圖片僅供參考及來源：<https://food.ulifestyle.com.hk/>

## P65-063-21/22 朱古力布朗尼工作坊

日期：19/2/2022 (星期六)  
時間：上午11:45-下午1:00  
地點：中心  
交通：自行出席  
名額：6人  
收費：\$10  
對象：聽障會員、肢傷會員及其家人 / 照顧者



- 內容：
1. 來自美國的傳統食品，濃濃的朱古力加上香脆果仁，令人不禁食指大動。
  2. 分享製作技巧及步驟。
  3. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。
- 備註：請自備餐盒。  
負責職員：陳銘豪先生

圖片僅供參考及來源：[mamaclub.com](http://mamaclub.com)

## P254-21/22 瑞士卷製作



日期：26/2/2022 (星期六)  
時間：上午10:30-12:00  
地點：中心  
交通：自行出席 / 中心復康巴  
名額：8人  
收費：\$15  
對象：肢傷會員及其家人 / 照顧者



內容：

1. 瑞士卷是海綿蛋糕的一種，在焗爐中將材料焗成薄薄的蛋糕，加入自己喜歡的餡料，捲成卷狀便成。
2. 介紹瑞士卷的製作材料、步驟及一起製作。
3. 此活動參加者需同時參加「P65-065-21/22 桌上遊戲魔力橋」活動。

負責職員：社工鄭美華姑娘

圖片僅供參考及來源：

<https://cookidoo.com.cn/recipes/recipe/zh-Hans-CN/r447029>

## P65-065-21/22 桌上遊戲魔力橋



日期：26/2/2022 (星期六)  
時間：下午12:15-1:15  
地點：中心  
交通：自行出席 / 中心復康巴  
名額：8人  
收費：免費  
對象：肢傷會員及其家人 / 照顧者



內容：

1. Rummikub 魔力橋—由以色列人發明，它是一種老少咸宜的桌上遊戲，亦是一個能激發你思考神經的遊戲。想知道玩法？一起來玩玩吧！
2. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。

負責職員：傅清華先生

## P65-060-21/22 愛護關節

日期：26/2/2022 (星期六)  
時間：下午4:00-5:30  
地點：中心  
交通：自行出席  
名額：4人  
收費：免費  
對象：聽障會員及其家人 / 照顧者

- 內容：
1. 分享關節常見的毛病。
  2. 如何在日常生活中保護自己關節。
  3. 介紹保護關節的運動。
- 負責職員：陳國勇先生



⚠️ \*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。

<p>手語中班 暨服務篇</p>	<p>日期：2022年4月6日至2022年6月22日(星期三)                  ** (2022年5月4日，休課一天)**                  時間：晚上7:45 – 晚上9:45                  堂數：11堂(第11堂內一小時考試)                  費用：\$450(會員)/\$470(非會員)</p> <p>時數：21小時                  考試：2022年6月22日                  導師：陳國勇</p>
<p>手語高班 暨服務篇</p>	<p>日期：2022年7月6日至2022年9月28日(星期三)                  ** (2022年7月20日，休課一天)**                  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)</p> <p>時數：24小時                  考試：2022年9月28日                  導師：陳國勇</p>
<p>手語初班 暨服務篇</p>	<p>日期：2022年7月13日至2022年9月14日(星期三)                  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)</p> <p>時數：20小時                  考試：2022年9月14日                  導師：馮婉婷</p>
<p>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。                  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。</p> <p>名額：10人                  導師：本中心手語翻譯員</p>	

# 活動剪影

“0彈”珍珠奶茶布丁



鳴謝：Sunny剪髮義工團、匯創商龍會協辦  
 〈向世界恤髮2〉及〈精油按摩及基礎精油調配介紹〉活動



「剪·紙」特展



畫畫聖誕薑餅人



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@hk1ss.hk  
<http://cheungching-src.hk1ss.hk>  
 6155 5649 (語音、WhatsApp、短訊)  
 5222 1447 / 5932 9860  
 6151 7463 (肢傷會員) 6151 7433 (聽障會員)

