



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

祝各位會員：  
母親節快樂！

寄：

5月活動公開報名日：27/4/2022 下午2:30開始

因為上帝賜給我們，不是膽怯的心，乃是剛強、仁愛、謹守的心。  
提摩太後書 1:7

## 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5月、6月單月通訊，使會員能獲取最新的中心動向及活動資料。

致親愛的會員：  
如會員寄回續會表格或繳交活動費用支票或入數紙，請留意現時重量少於50克小型郵件的郵費為港幣\$2，謝謝你的配合貼上足夠的郵費。

如有任何問題，請與職員聯絡，謝謝！😊

### 「主任的話」

各位會員大家好👋~

經過一段時間的休假，很開心在四月一日回來「長青群康中心」的大家庭了，希望疫情快快減退，可以和大家在中心活動中再次見面和談天啊~

中心主任 湯姑娘

### 中心暫停開放安排

5月2日 勞動節翌日

5月9日 佛誕翌日

(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。

## SQS 介紹

本中心設有16項SQS「服務質素標準」包括：

SQS 1：服務資料

SQS 9：安全的環境

SQS 2：檢討及修訂政策和程序

SQS 10：申請和退出服務

SQS 3：運作及活動紀錄

SQS 11：評估服務使用者的需要

SQS 4：職務及責任

SQS 12：知情的選擇

SQS 5：人力資源

SQS 13：私人財產

SQS 6：計劃、評估及收集意見

SQS 14：私隱和保密

SQS 7：財政管理

SQS 15：申訴


SQS 8：法律責任

SQS 16：免受侵犯

如各位會員對各項SQS標準有意見，歡迎向中心職員提出。



報名日：27/4/2022 (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！



職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。

2022年4月29日(五)



### 登六系列~福利篇 P016-22/23

時間：晚上7:30-9:00

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

對象：中心會員

內容：介紹與長者息息相關的福利：

- 1) 長者卡、樂悠咭。
- 2) 醫療券。
- 3) 長者生活津貼 / 高齡津貼。
- 4) 關愛基金長者牙科津貼。
- 5) 家居照顧服務。

負責職員：社工鍾裕聲先生、馮婉婷姑娘

名額：15人

收費：免費

2022年5月6日(五)



### 登六系列~退休生活篇 P017-22/23

時間：晚上7:30-9:00

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

對象：中心會員

內容：1) 60歲退休還是65歲退休好？

2) 退休後如何提取強積金 (MPF) ？

3) 退休後還可以繼續工作嗎？強積金要不要繼續供款？

4) 退休後沒有收入，生活點算好？

負責職員：社工鍾裕聲先生、馮婉婷姑娘

名額：15人

收費：免費

2022年4月30日(六)

### 「HA Go」簡介 P040-22/23

時間：晚上8:00-9:30

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

對象：聽障會員及其聽障親友

內容：介紹如何透過醫院管理局 (醫管局) 流動應用程式

「HA Go」查閱個人預約紀錄、預約普通科門診及專科新症、查閱藥物資料等。

負責職員：社工鍾裕聲先生、馮婉婷姑娘

名額：15人

收費：免費

2022年5月7日(六)



### 擴香石盆栽 P034-22/23

時間：下午3:45-5:45

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

對象：中心會員

內容：1) 母親節，想好送什麼禮物給媽媽嗎？有沒有想過送贈自製的手作禮物？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。

備註：材料包會安排遞送給參加者。

負責職員：社工鄭美華姑娘

名額：8人

收費：\$15



圖片僅供參考及來源：<https://shopee.tw/>

2022年5月6日(五)

### 和諧粉彩體驗 (風景篇) P036-22/23

時間：下午2:30-4:30

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

對象：肢傷會員及其照顧者

內容：1) 「和諧粉彩」—「和」有和諧的意思，是一種即使沒有藝術基礎，也可創作令人會心微笑的畫作。創作主要使用手指，配以簡單的工具，就可以輕鬆作畫，減輕壓力。

2) 參加者一起創作以「風景」為主題的和諧粉彩畫作，大家也一起來試試吧！

備註：1) 粉彩及工具由中心提供，參加者亦可自備。

2) 材料包會安排運送給參加者。

負責職員：社工鄭美華姑娘

名額：8人

收費：免費

2022年5月11日(三)



### 富士山奶凍 P035-22/23

時間：上午11:00-下午12:30

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

對象：中心會員

內容：1) 食物除了講求味道之外，賣相亦都十分重要。有些食物造型更可以當作藝術品般欣賞。今次活動會教大家製作富士山造型奶凍，既可以品嚐美食，亦可以觀賞靚靚富士山。

2) 介紹製作富士山奶凍的材料、方法及一起製作。

備註：材料包會安排運送給參加者。

負責職員：社工鄭美華姑娘

名額：8人

收費：\$18



圖片僅供參考及來源：[https://www.youtube.com/watch?v=dxYd\\_MxH0y8](https://www.youtube.com/watch?v=dxYd_MxH0y8)



2022年5月13日(五)

### 線上資訊分享 P026-22/23

時間：下午3:30-4:30

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

名額：15人

對象：聽障會員

收費：免費

內容：1) 以手語介紹及分享社會最新資訊及時事。

2) 令參加者更明白社會時事。

負責職員：陳國勇先生

2022年5月13日(五)



### 登六系列~身心靈健康篇 P018-22/23

時間：晚上7:30-9:00

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

名額：15人

對象：中心會員

收費：免費

內容：1) 介紹幫助延緩身體衰退的飲食及運動習慣。

2) 介紹幫助保持頭腦靈活及情緒健康的方法。

負責職員：社工鍾裕聲先生、馮婉婷姑娘

2022年5月14日(六)



### 紙巾玫瑰康乃馨 P019-22/23

時間：晚上7:30-9:00

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

名額：20人

對象：中心會員

收費：免費

內容：用家中常用的材料就能製作花束，一起試試看吧！

備註：參加者需自備材料(廁紙、廢紙、膠紙、水筆)。

負責職員：馮婉婷姑娘

2022年5月17日(二)

### 和諧粉彩體驗(海洋篇) P037-22/23

時間：下午2:30-4:30

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

名額：8人

對象：肢傷會員及其照顧者

收費：免費

內容：1) 沿自日本的和諧粉彩藝術，透過用手指直接繪畫，令心靈感到平靜、和諧的感覺，從繪畫的過程中得到療癒的效果。

2) 參加者一起創作以「海洋」為主題的和諧粉彩畫作，大家記得報名參加呀！

備註：1) 粉彩及工具由中心提供，參加者亦可自備。

2) 材料包會安排遞送給參加者。

負責職員：社工鄭美華姑娘

2022年5月19日(四)

### 手語線上chat一番(二) P025-22/23

時間：晚上8:00-9:30

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

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

2022年5月21日(六)



### 立體花束心意卡 P028-22/23

時間：下午2:30-下午3:30

地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心

名額：10人

對象：中心會員

收費：\$10

內容：適逢母親節就一起製作充滿心意的立體花束卡片。

備註：材料包會安排運送給參加者。

負責職員：傅清華先生



圖片僅供參考及來源：<https://www.welovediy.com/blog/2013/04/23/>

2022年5月28日(六)



### 「認識中國文化-書法與國畫」分享 P027-22/23

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：15人

對象：中心會員

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，陳老師會分享一些書法及國畫的知識。

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



「Me Time」意思是屬於自己的，能夠做自己想做的事情的私人時間。「照顧者 / 家人心靈加油站」每月會舉辦不同類型的活動，希望讓聽障、肢傷會員及其家人 / 照顧者一同找回「Me Time」，透過活動放鬆心情，減輕壓力。大家記得報名參加呀！

## P032-22/23 芝士薯仔餅



日期：14/5/2022 (星期六)  
時間：上午10:45-中午12:00  
地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
名額：8人  
收費：\$15  
對象：肢傷會員及其家人 / 照顧者  
內容：介紹製作芝士薯仔餅的材料、方法及一起製作。  
備註：1. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
2. 材料包會安排運送給參加者。  
負責職員：社工鄭美華姑娘  
圖片僅供參考及來源：<https://www.youtube.com/watch?v=VOomPVZ0SAY>

## P033-22/23 五感減壓

日期：14/5/2022 (星期六)  
時間：下午12:15-1:15  
地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
名額：8人  
收費：免費  
對象：肢傷會員及其家人 / 照顧者  
內容：五感：即是視覺、聽覺、嗅覺、味覺、觸覺，透過五感之間的協調，都可以減壓。想知道是什麼減壓方法？一起來試試吧！  
備註：1. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
2. 材料包會安排運送給參加者。  
負責職員：社工鄭美華姑娘

## P65-011-22/23 彩繪玻璃贈媽媽



日期：14/5/2022 (星期六)  
時間：下午4:00-5:00  
地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
名額：6人  
收費：\$20  
對象：聽障會員、肢傷會員及其家人 / 照顧者  
內容：1. 愛媽媽不一定給她穿金戴銀，或者送贈一幅玻璃畫會更高心！用玻璃彩繪畫出色彩斑斕和半透明的畫，造出彷如教堂裡彩色圖案玻璃窗的效果，步驟簡易，成品美麗，一起來試試！  
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. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
2. 材料包會安排運送給參加者。  
3. 「P65-009-22/23 蒸出心太軟」之參加者優先報名。  
負責職員：陳銘豪先生

## P65-009-22/23 蒸出心太軟



日期：14/5/2022 (星期六)  
時間：下午5:15-晚上6:15  
地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
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. 原來朱古力心太軟也可以蒸出來！趁母親節來臨，自製西式甜品，媽媽心裡倍感溫暖！  
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. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
2. 材料包會安排運送給參加者。  
負責職員：陳銘豪先生  
圖片僅供參考及來源：<https://bamboostlife.hk/>

## P65-013-22/23 焦糖布丁

日期：21/5/2022 (星期六)  
時間：上午11:00-中午12:00  
地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
名額：6人  
收費：\$10  
對象：聽障會員及其家人 / 照顧者  
內容：焦糖布丁，需要的材料不多，做法容易。今次活動，教授參加者在家做焦糖布丁，簡單易做。  
備註：1. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
2. 材料包會安排運送給參加者。(因運送問題，雞蛋請自備)  
負責職員：馮婉婷姑娘

## P65-014-22/23 花生糯米糍

日期：21/5/2022 (星期六)  
時間：下午12:15-1:30  
地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
名額：6人  
收費：\$20  
對象：聽障會員及其家人 / 照顧者  
內容：花生糯米糍是常見的街頭小食。今次活動，教授參加者在家做花生糯米糍，不需出街都有香甜軟糯的小食吃。  
備註：1. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
2. 材料包會安排運送給參加者。  
負責職員：社工鍾裕聲先生

## P030-22/23 香蕉糯米餅

日期：21/5/2022 (星期六)  
時間：下午3:45-5:45  
地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
名額：8人  
收費：\$22  
對象：肢傷會員及其家人 / 照顧者  
內容：介紹製作香蕉糯米餅的材料、方法及一起製作。  
備註：1. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
2. 材料包會安排遞送給參加者。  
負責職員：傅清華先生

### P029-22/23 酸甜免焗檸檬撻

日期：28/5/2022 (星期六)  
 時間：下午3:45-5:45  
 地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
 名額：8人  
 收費：\$20  
 對象：肢傷會員及其家人 / 照顧者  
 內容：介紹製作檸檬撻的材料、方法及一起製作。  
 備註：1. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
 2. 材料包會安排運送給參加者。  
 負責職員：傅清華先生

### P65-012-22/23 梳乎厘班戟

日期：28/5/2022 (星期六)  
 時間：上午11:00-下午1:00  
 地點：參加者使用Zoom參加，不需來中心  
 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. 製作日式梳乎厘免焗爐，材料簡單又容易造，用來做下午茶就最好，一起來享用一客軟綿綿甜品。  
 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. 職員稍後會將Zoom的活動連結WhatsApp給成功報名的參加者。  
 2. 材料包會安排運送給參加者。  
 負責職員：陳銘豪先生  
 圖片僅供參考及來源：<https://www.weekendhk.com/>



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。

<b>手語中班 暨服務篇</b>	日期：2022年5月11日至2022年7月20日 (星期三) 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)	時數：21 小時 考試：2022 年 7 月 20 日 導師：陳國勇
<b>手語初班 暨服務篇</b>	日期：2022年7月20日至2022年9月21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)	時數：20 小時 考試：2022 年 9 月 21 日 導師：馮婉婷
<b>手語高班 暨服務篇</b>	日期：2023年1月4日至2023年3月29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：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 3 月 29 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。 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

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  
 700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 (肢傷會員) 6151 7433 (聽障會員)

