



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



香港路德會
The Lutheran Church-HKS

如無法派遞，請退回：
新界青衣長青邨青荷樓平台二樓
路德會長青群康中心

2026年8月
活動通訊



happy
summer



寄：

8月活動公開報名日：22/7/2026 下午2:30開始

耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。他使我躺臥在青草地上，領我到可安歇的水邊。
詩篇 23:1-2

中心消息

「2026中電基層家庭電費補助計劃」

所有成功獲本中心推薦提交申請予中電的申請人，**中電已在2026年5月發放一次性\$600電費資助（個別個案除外）**，請各申請人留意其中電帳單內的資訊。有關中電電費津貼計劃的最新消息，請留意中電網頁公布。

1. 新一期手語初班又招生了，有意報讀就要留意 P. 2 的課程資料了！
2. 炎炎夏日，天氣變幻無常，如遇上颱風來臨或天氣突變，請各位會員可留意「颱風、暴雨及『極端情況』時中心安排」（P. 2）。
3. 本期SQS介紹，包括 SQS 5：人力資源 -- 人事變動 (P. 3)、SQS 8：法律責任 - 認識「殘疾歧視條例」(P. 3)、SQS 9：安全的環境 - 逃生演習安排 (P. 4)、SQS 13：私人財產 - 失物拾獲、報失及認領程序 (P. 4)。

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

② 轉帳

中心戶口：(匯豐銀行)

109-013177-001

*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！



社會福利署資助服務

Subsidised Service by the Social Welfare Department

	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：職員會按情況公布有關安排	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，公布有關安排★
	黑色	暫停	活動未開始：延期★ 活動已開始：職員會按情況公布有關安排	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，公布有關安排★	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，公布有關安排★
	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。

☐中心開放時間☐

星期一：下午2:00 至下午6:00

星期六：上午10:00至 晚上10:00

的

星期二至星期五：下午2:00 至 晚上10:00

星期日及公眾假期：暫停開放

時間/星期	日	一	二	三	四	五	六
上午 10 時-下午 2 時	暫停開放	不對外開放，特別活動、班、組參加者除外。					
下午 2 時 -下午 6 時							
下午 6 時-晚上 10 時		暫停開放					

2026年-2027年 手語課程暨服務篇 時間表



手語課程招生



手語初班暨服務篇 (階段一)	日期：5/8、12/8、19/8、26/8、2/9、9/9/2026 (星期三) 時間：晚上 7:30-9:30 堂數：6 堂 (第 6 堂為考試)* 費用：會員\$250 / 非會員\$280 / 聽障會員或其直系家屬\$150	時數：12小時 考試：2026 年 9月9 日 導師：馮婉婷姑娘
手語高班暨服務篇 (階段一)B	日期：9/9、16/9、23/9、30/9、7/10、14/10/2026 (星期三) 時間：晚上 7:30-9:30 堂數：6 堂 (第 6 堂為考試)* 費用：會員\$300 / 非會員\$330	時數：12 小時 考試：2026 年 10 月 14 日 導師：陳國勇先生
上課地點：本中心 名額：10 人 導師：本中心手語翻譯員 初班(階段一)內容： 簡介聾人文化、和聾人 / 聽障人士溝通的技巧及注意事項；學習手語的小貼士、教授簡單手語詞彙及句子。 高班(階段一)內容： 教授不同题目的手語詞彙，擴充手語詞庫。 備註：(1) 最少出席4堂方可參加考試，共出席5堂並考試合格方可畢業。 最後一堂為考試，出席率達 80% 並考試合格可取得證書以升讀進階課程。 (2) 費用已包括畢業證書或聽講證書。 (3) 學習進程請參考中心網頁 https://cheungching-src.hklss.hk/content.php?wid=17 ，及底頁中心網頁的QR Code 內的資料，如有查詢，歡迎聯絡本中心手語翻譯員。		

SQS 5 人力資源：人事變動



梁惠兒 (程序工作員二)

各位會員大家好，我是梁姑娘，不經不覺服務中心已二十五年，剛在6月30日退休了！雖然，未來不在中心再服務大家，但偶遇上也可以打聲招呼㗎！祝大家身體健康！

各位會員大家好！我是嘉儀，非常開心能加入路德會長青群康中心，成為肢障服務小隊的一份子！我是一個喜歡傾聽、熱愛藝術創作的人，希望能用我的陪伴同分享，大家一起開心參與中心的活動！請大家多多指教，期待與你們見面～



陳嘉儀 (程序工作員一)



黃麗明 (程序工作員二)

大家好，我係Suki，新到任接替梁姑娘崗位的新職員，好高興加入路德會這個大家庭😊，我好喜歡手語，大家多多指教👏

認識中心服務質素標準：SQS 8 法律責任



《殘疾歧視條例》

本中心為社會福利署資助下的服務單位，故此本中心有法定責任執行及遵守香港法例，而本中心正設有「服務質素標準：SQS 8 法律責任」政策。本期通訊介紹其中一條法例——《殘疾歧視條例》。不知各位會員對此法例又有多少認識呢？就藉以下篇幅讓我們一起認識吓啦！

甚麼是《殘疾歧視條例》？

是為保障殘疾人士避免因其殘疾而遭受歧視、騷擾及中傷而制定的法例。

甚麼是歧視？

歧視可以是直接的，也可以是間接的。

直接歧視是指在類似的情況下，殘疾人士因其殘疾而遭受較非殘疾的人士為差的待遇。

間接歧視是指向所有人一律施以劃一的條件或要求，但實際上並無充分理由需要施加該等條件或要求，而這樣做會對殘疾人士造成不利。

若我是殘疾人士，這法例對我有何保障？

法例保障你在下列範疇免受歧視、騷擾或中傷：

- 僱傭（包括合夥關係、職工會會籍、職業訓練等）
- 教育
- 進入、處置及管理處所（處所是指任何公眾人士獲容許進入或使用的地方）
- 貨品、服務及設施的提供
- 大律師的執業（指提供大律師見習職位和訓練等）
- 會社及體育活動



平等機會委員會
EQUAL OPPORTUNITIES COMMISSION

若我感到受歧視，應怎樣做？

你可以採取以下一項或多項行動：

- a. 若投訴與你的工作有關，可向你所屬的機構的管理層提出投訴或尋求其他形式的協助；
- b. 若投訴與提供服務或設施等方面有關，可向有關的提供者提出投訴或要求改善；
- c. 向平機會投訴；以及 / 或
- d. 將個案交由法庭處理。

若你選擇向平機會投訴，最好在事件發生後12個月內提出；若你決定向區域法院提出訴訟，應盡量在事件發生後的24個月內提出。

SQS 9：安全的環境

逃生演習

為保障服務使用者及職員的安全，單位每十二個月會進行最少一次「緊急事故逃生演習」，本年度單位分別在6月2日（星期二）及6月6日（星期六）完成了兩次逃生演習，感謝在這兩天參與演習及配合的各位會員，令演習順利完成！如你也有興趣參與下一次的演習，歡迎與中心職員聯絡。



中心設施優化

中心茶水站外原使用一條膠鍊分隔，提示會員及其他人士不要誤入茶水間而引致意外；非常感謝聽障會員主動協助以黑圍條改裝，令中心環境更優化及安全！



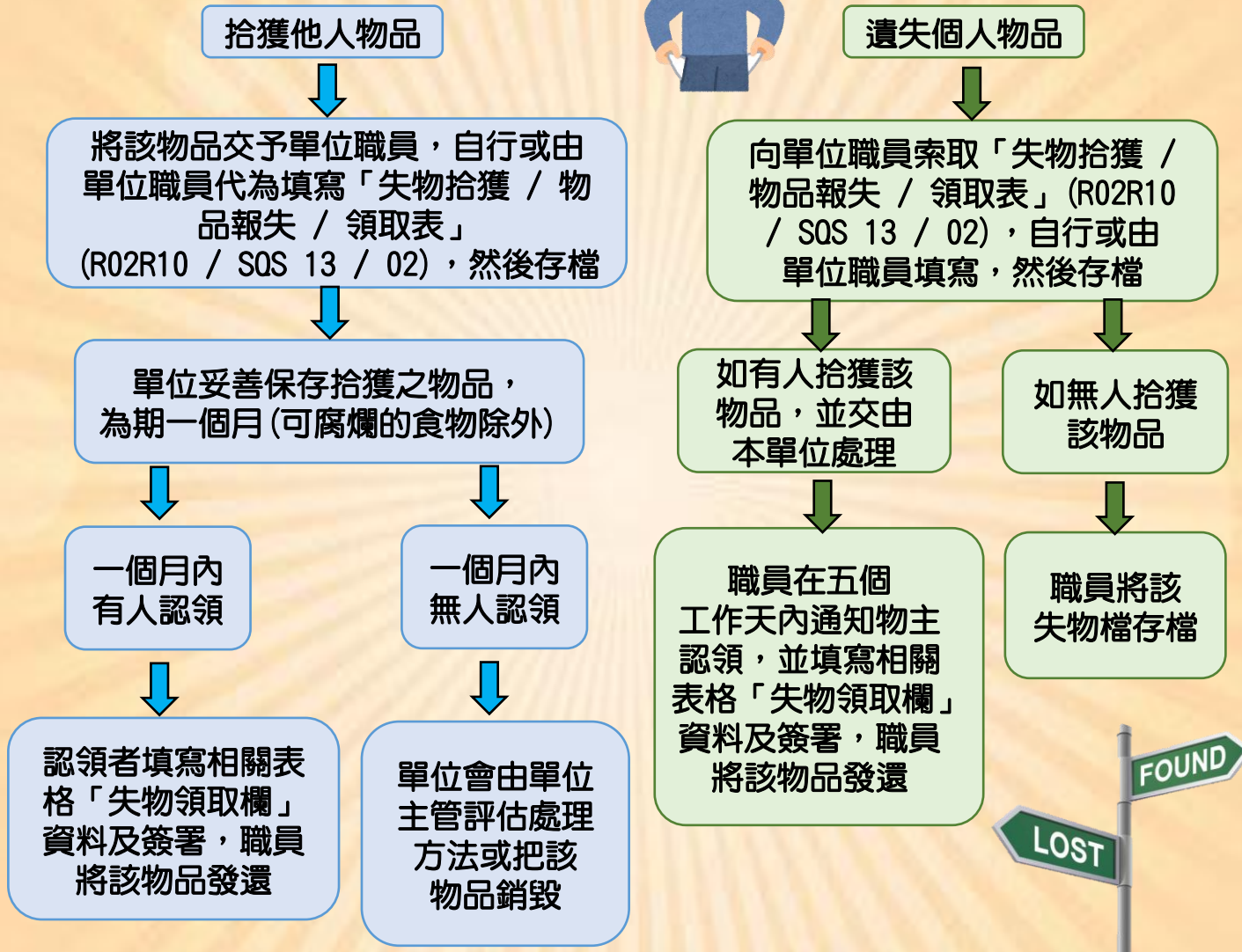
以前



現在

SQS 13：私人財產

失物拾獲、報失及認領程序流程圖



* 如有需要，單位將會把失物交予警方處理。
* 如拾獲金錢，處理方法為：金額少於 \$1,000，於一個月內仍未有失主領取，將由單位當作捐款處理。如金額多於 \$1,000或以上，將由服務單位交往警署備案。

P65-027-26/27 荔枝釀雞翼

日期：1/8/2026 (星期六)
時間：上午11:00 – 中午12:00
地點：中心
交通：自行出席
名額：8人
對象：聽障、肢障會員及其家人 / 照顧者(優先)
收費：\$20
內容：1. 夏天天氣炎熱，有時使人胃口大減，使用荔枝入饌，酸酸甜甜，令人消暑又開胃。
2. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。
備註：1. 請帶備食物盒。
2. 此活動參加者需同時參加「U08 P025-26/27 涼拌青瓜雲耳」。
負責職員：社工鄭美華姑娘

U08 P025-26/27 涼拌青瓜雲耳

日期：1/8/2026 (星期六)
時間：下午12:15 – 1:15
地點：中心
交通：自行出席
名額：8人
對象：聽障、肢障會員及其家人 / 照顧者(優先)
收費：\$10
內容：1. 涼拌青瓜雲耳是一道經典的夏日開胃前菜，熱量低又高纖維，是健康消暑菜式之選。
2. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。
備註：1. 請帶備食物盒。
2. 此活動參加者需同時參加「P65-027-26/27 荔枝釀雞翼」。
負責職員：社工鄭美華姑娘

P65-024-26/27 全民動起來

日期：2/8/2026 (星期六)
時間：下午3:00 – 下午5:00 (暫定)
地點：青衣體育館
交通：自行出席
名額：/
對象：聽障、肢障會員及其家人 / 照顧者(優先)
收費：免費
內容：1. 一年一度的全民運動日又到了！青衣體育館設有各式各樣運動項目供大家體驗，一於齊齊玩遊戲，做運動！
2. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。
備註：請穿著合適之運動衣物和鞋履。
負責職員：陳銘豪先生

P65-025-26/27 簡易蘋果批

日期：8/8/2026 (星期六)
時間：上午11:00 – 中午12:00
地點：中心
交通：自行出席
名額：6人
對象：聽障、肢障會員及其家人 / 照顧者(優先)
收費：\$20
內容：1. 快餐店名物-蘋果批，用現成酥皮簡易製作，而且用焗的方法更健康呢！
2. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。
備註：1. 請帶備食物盒。
2. 此活動參加者需同時參加「P65-026-26/27 牛油果奶昔」。
負責職員：陳銘豪先生



P65-026-26/27 牛油果奶昔

日期：8/8/2026 (星期六)
時間：下午12:15 – 下午1:15
地點：中心
交通：自行出席
名額：6人
對象：聽障、肢障會員及其家人 / 照顧者(優先)
收費：免費
內容：1. 炎炎夏日，來一杯冰凍牛油果奶昔，味道不輸快餐店朱古力或雲呢拿口味，卻更健康有益！
2. 歡迎會員與家人 / 照顧者、親子參加。
備註：1. 歡迎自備隨行杯。
2. 此活動參加者需同時參加「P65-025-26/27 簡易蘋果批」。
負責職員：陳銘豪先生



照顧者樂園小推介

夏日湯水：冬瓜薏米湯

清熱消暑

利水消腫

材料：

冬瓜250克
豬展100克
生薏米20克
熟薏米20克
蜜棗2粒

1. 兩款薏米浸洗淨。
2. 豬肉洗淨後切塊汆水。
3. 冬瓜連皮去核切塊。
4. 將所有材料放入鍋中滾1小時。
5. 加鹽調味。



報名日：22/7/2026 (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。

2026 年 8 月 1 日 (六)

中國風小扇 P129-26/27

時間：下午4:00-5:00 地點：中心
交通：自行出席 名額：8人
對象：中心會員 收費：\$25
內容：介紹小扇的製作材料及步驟，一起製作精美的中國風小扇子。
備註：圖片僅供參考。
負責職員：傅清華先生



2026 年 8 月 8 日 (六)

探索香港廉政之旅 P131-26/27

時間：上午10:00-下午3:30 地點：北角、杏花邨
交通：復康巴 名額：28人
對象：肢障會員及其照顧者、義工
收費：\$100 (包括午餐及交通)
內容：1. 參觀廉政公署展覽，了解香港廉政發展。
2. 於杏花新城自費午餐及遊覽。

由於8月8日未能成功預約復康巴，有關活動暫改在8月22日(星期六)舉行。不便之處，敬請原諒！



備註：活動當日復康巴司機只會等候5分鐘，逾期者不獲退款。

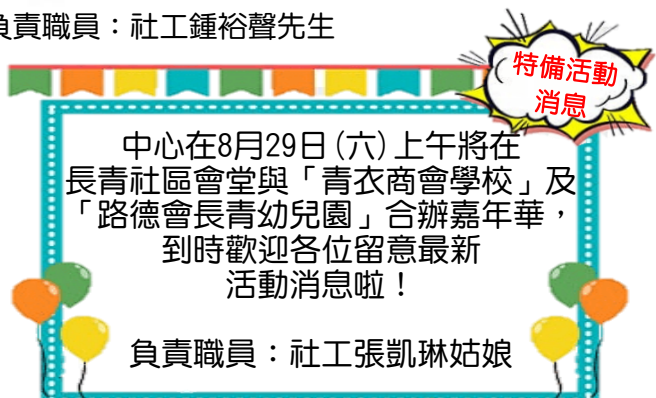
負責職員：社工鄭美華姑娘

2026 年 8 月 8 日 (六)

簡易拓印畫 P133-26/27

時間：下午4:00-5:00 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：教授參加者使用簡便的方法，創作簡單的拓印畫，有趣易學。

負責職員：社工鍾裕聲先生



2026 年 8 月 9 日 (日)

盛夏清涼遊 P100-26/27

集合時間：上午9:00 時間：上午9:00-4:30
集合地點：葵芳葵涌廣場正門 地點：尖沙咀
名額：47人
交通：旅遊巴 (由香港歷史博物館提供去程旅遊巴，回程請自費交通回家。)
對象：聽障會員及義工
收費：\$330 (包括自助午餐)
內容：參觀香港歷史博物館「長安萬象 - 陝西隋唐文明展」透過欣賞逾165件 (套) 文物，讓參加者感受隋唐兩代的璀璨。中午12:00至3:00在帝苑酒店享受3小時西式自助午餐。
備註：此乃聾人婦女組活動，小組成員優先。

負責職員：鄧玉嫻姑娘

2026 年 8 月 15 日 (六)

韓式魷魚煎餅 P130-26/27

時間：下午4:00-5:00 地點：中心
交通：自行出席 名額：10人
對象：中心會員 收費：\$30
內容：1. 韓式魷魚煎餅是一道經典的韓國街頭小吃，口感外脆內軟，在家也容易自行製作，一起來試造吧！
2. 介紹韓式魷魚煎餅的製作材料、步驟及一起製作。
備註：1. 請自備食物盒。
2. 此活動參加者需同時參加「U08 P024-26/27 芝士蟹柳脆脆」。

負責職員：社工鄭美華姑娘

2026 年 8 月 15 日 (六)

芝士蟹柳脆脆 U08 P024-26/27

時間：下午5:00-6:00 地點：中心
交通：自行出席 名額：10人
對象：中心會員 收費：免費
內容：1. 多吃零食當然對身體沒有益處，但自己製作就能夠控制鹽、油、糖等份量，一起來製作這款相對健康的零食，解決零食癮。
2. 介紹芝士蟹柳脆脆的製作材料、步驟及一起製作。
備註：1. 請自備食物盒。
2. 此活動參加者需同時參加「P130-26/27 韓式魷魚煎餅」。

負責職員：社工鄭美華姑娘



織織復織織：再來星之花 P132-26/27

時間：下午4:00-5:15 地點：中心
 交通：自行出席 名額：12人
 對象：中心會員 收費：\$10
 內容：無需經驗，用冷線繞出美麗星花，同時享受專注手作帶來的安靜美好。



負責職員：馮婉婷姑娘

2026年8月28日(五)

8月手語來Chit Chat U08- P016-26/27

時間：晚上8:00 - 晚上9:30 地點：中心
 交通：自行出席 名額：10人
 對象：曾就讀手語初班學生 收費：免費
 內容：1. 手語說故事；
 2. 手語表達技巧分享；
 3. 手語分享生活點滴。

負責職員：陳國勇先生

手杖操暨手工篇(二) P125-26/27

時間：晚上7:00 - 晚上9:00 地點：中心
 交通：自行出席 名額：20人
 對象：中心會員（未曾參加手杖操人士優先）
 收費：免費（活動完成後可獲手杖一支）
 內容：1. 由資深手工藝導師教授手工作品；
 2. 中醫角度介紹健康知識；
 3. 一齊學習手杖操。
 備註：1. 如之前已獲贈手杖者，請當天帶回手杖參加活動。
 2. 缺席人士不獲補發手杖。
 3. 名額有限，先到先得，額滿即止。

負責職員：陳國勇先生

P134-26/27 手語表達提昇工作坊(一)

日期：2026年8月5、19、26日（逢星期三）
 時間：晚上7:30 - 晚上9:30 地點：中心
 交通：自行出席 名額：10人
 對象：曾就讀手語中班學生 收費：\$150 (3堂)
 內容：以手語閒聊；手語短文練習；導師分享手語表達技巧。
 負責職員：陳國勇先生

加入中心廣播群組教學

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自己手機「通訊錄」**後，才能收到中心的訊息啊！

< 私隱保障：其他會員不會看到您的手機號碼，敬請放心！ >

1. 將手機鏡頭掃描以下二維碼（QR Code）：

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

2. 點按「新增至通訊錄」，完成！



+852 6155 5649

新增至通訊錄



* 如不想收取中心的活動宣傳，亦可通知我們。

環保小知識

你洗澡的時間長嗎？

以香港淋浴花灑的平均流量為每分鐘10公升計算，原來洗澡10分鐘已約用掉了100公斤水，這些水就足夠自己喝1個月了！

以下一些節水小貼士，一於齊齊慳水！

- 使用花灑淋浴代替在浴缸浸浴，並將每次淋浴的時間縮短1分鐘。
- 只塗適量的沐浴露或洗髮水；刷牙、塗梘液或剃鬚時，應關掉水龍頭。

資料來源：

<https://water.hku.hk/zh-hant/> <https://www.waterconservation.gov.hk>



活動花絮



同心同行義工日

機構在2026年6月20日(星期六)進行全港賣旗籌款日，感謝會員當天身體力行，化身義工，在葵芳地鐵站協助賣旗活動，義工包括肢障會員及聽障會員，縱使當日氣溫炎熱、時晴時雨，仍無阻會員義工服務的熱情，旗袋更是裝得滿滿呢！

在此再次衷心感激當日協助賣旗的義工及單位同工，在大家的鼎力合作及配合下，活動才順利完成。



可持續之旅- 參觀木化石體驗館



《三高的預防及控制》講座



可持續之旅- 參觀T-PARK



香港郵政之旅

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

劉思凡 行政總裁
850份

新界青衣長青邨青荷樓平台二樓
2495-0118 (語音)

2434-2198

r02@hklss.hk

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

6155-5649 (語音、WhatsApp、短訊) (由當值社工回覆)

5222-1447 / 5932-9860

6151-7463 (肢障會員) 6151-7433 (聽障會員)

