



考心思園地		編號：TSW26/A021
3-4月答案：A: 0 B: 1 C: 7		
2026年 5-6 月問題		
腦筋急轉彎		
A: 男多 (估一字)		
B: 一點自大 (估一字)		
答案：A: _____ B: _____		
姓名 (必須填寫)：_____		
會員編號 (必須填寫)：_____		
電話 (必須填寫)：_____	傳真：_____	
郵寄地址 (必須填寫)：_____		
備註：5-6月考心思問題截止報名日期：6月26日 (五)。		

恆青社社員招募	
活動簡介	透過小組活動形式，指引各社員參與計劃及舉辦各項活動。通過活動使社員促進社交、生活及人際關係，鍛鍊個人成長、體驗群體生活及發揮互助互愛精神，繼而建立正向的人及與人相處之正確態度等。恆青社每年舉行特定的例會及活動，參加者需負責及擔當各種中心/戶外/探訪服務等義務工作，以增進組員多方面的知識。
參加資	<ol style="list-style-type: none"> 1) 失聰或聽障人士的中心會員，均可申請 2) 擁有一份助人與關懷別人的心 3) 必須抽空參加義務工作活動服務 4) 具備忍耐、堅毅不屈精神及積極服務的態度 5) 合群、願意與人合作
面試安排	<ol style="list-style-type: none"> 1) 申請人必須接受面試，填寫表格後將獲通知面試日期 2) 面試一經批核將以傳真/電郵/短訊/WhatsApp通知參加者
會員須知	<ol style="list-style-type: none"> 1) 面試一經批核後必須接受為期三個月試用期，必須在連續三個月內 席例會達80%以上及積極參加探訪服務及協助中心各義務工作。 2) 試用期滿後經幹事會通過，方可成為恆青社會員，而每位會員註冊期限一年 (四月至翌年三月)，會費每年港幣三十元正，若十月份以後加入成為會員，半年會費為港幣十五元，需繳交相片一張。
負責職員	可聯絡昌SIR索取申請表格 電郵：jacky.lau@deaf.org.hk 電話：5511 2007 / 傳真：2761 4390 (昌SIR將回覆參加者面試日期及時間。多謝大家!)

「心靈綠洲」

「心靈綠洲」旨在提供一個舒適寧靜的共享空間，讓大家暫時忘卻繁忙生活及為你打氣。每次設有不同主題，主題活動結束後，另備有其他活動選擇，讓大家在同一空間也能找到安舒區。

歡迎照顧者及聽障會員獨自/一同前來，使用煥然一新的共享空間。

名稱	中醫上肢伸展工作坊	彩虹攝記-南蓮園地及彩虹邨	小食時間-可愛包點
編號	TSW26/S006	TSW26/S008	TSW26/S007
日期	26/5(二)	18/5(一)	23/5(六)
時間	下午2:30-4:00	下午2:00-5:00	上午11:00-中午12:30
地點	本會將軍澳中心	彩虹區	
對象	聽障會員及其照顧者或親友 (單獨報名後備)		
名額	12人	12人	10人
費用	\$10 / 人	全免	\$10 / 人
簡介	講者以中醫理論帶領伸展上肢肌群，舒筋活絡，改善氣血循環，提升身體靈活度。 出席者可獲保健用品乙份。	是次職員會帶大家行南蓮園地，靜心欣賞植物及到訪彩虹邨打卡，尋找懷舊玩意及人情味。 集合時間地點：下午1:45 鑽石山港鐵站C2地面出口集合，之後步行前往。	老師會教參加者製作腸仔包，由簡單的包點開始，讓大家能享受烘焙的樂趣，之後便會開展烘焙之旅，製作各類的包點。
導師	李可欣醫師	梁姑娘	黃玉丹老師

名稱	DIY黏土卡通新地杯	端午粽子景泰藍掛飾	「粽」有同路人
編號	TSW26/S009	TSW26/S012	TSW26/S019
日期	27/5(三)	8/6(一)	15/6(一)
時間	晚上7:30 - 9:00	下午2:30 - 4:30	下午2:00 - 4:30
地點	本會將軍澳中心	本會將軍澳中心	本會將軍澳中心
對象	聽障會員及其照顧者或親友 (單獨報名後備)		只限聽障人士之照顧者
名額	10人	10人	10人
費用	\$10 / 人	\$10 / 人	\$10 / 人
簡介	工作坊讓參加者運用輕黏土創作卡通造型新地杯，能提升手作技巧與創意表達，完成後更可帶走獨一無二的作品。	手工融合傳統節慶與手工藝，運用景泰藍配色製作精緻粽子掛飾，寓意平安吉祥，完成後可作節日裝飾或送禮。	職員會教大家包一口鹹肉糰，過程中可與同路人分享生活點滴。成品會與本中心已登記之照顧者分享，彼此祝福。 領取日：15/6晚上-17/6中心開放時間內(數量有限，需先登記)
導師	Create Bar工作室	梁姑娘	梁姑娘

名稱	照顧者4-9月生日會
編號	TSW26/S013
日期	4/7 (六)
時間	中午12:00 - 下午2:30
地點	九龍區
對象	聽障會員及其照顧者或親友(單獨報名後備)
名額	40人
費用	4-9月生日人士 \$160 非生日人士 \$190
簡介	誠意邀請親愛的您及其照顧者出席本服務為您舉辦的生日會。我們將送上生日禮物給每位於4至9月生日的參加者。 必須二人一組報名,其中一位是已登記本會服務之照顧者
導師	梁姑娘
報名方法	可透過電話、WhatsApp或親自到各中心遞交報名表。
備註	1) 活動前一星期截止報名及確認名額 2) #需先留名,待工作人員確認參加者資格,才會確認報名 3) **島上景點全以步行方式前往,參加者請評估個人狀況是否合適
負責職員	梁姑娘 (Kitty)、黃Sir (Easter Sir)
查詢	將軍澳中心 (電話: 2711 1974、傳真: 2761 4390、電郵: tsw@deaf.org.hk、WhatsApp: 5399 4758)



將軍澳中心社區支援服務

將軍澳中心現設有社區支援服務,主要服務對象為隱蔽聽障人士及照顧者。隱蔽聽障人士為社交連繫較弱或/及缺乏社區支援的人士,服務提供個案輔導及服務轉介、多元化小組及活動、上門驗耳及義工探訪活動等,歡迎向黃姑娘/梁姑娘查詢服務詳情。

名稱	攝影小組	游泳體驗班(1)	游泳體驗班(2)
編號	TSW26/T003	TSW26/S014	TSW26/S015
日期	8/5 - 29/5 (五)	9/6 (二)	16/6 (二)
時間	下午2:30 - 3:30	下午3:30 - 5:00	下午3:30 - 5:00
地點	將軍澳中心或外出	將軍澳泳池	將軍澳泳池
對象	聽障人士及其照顧者		
名額	6人	6人	6人
費用	\$10/人	\$10/人	\$10/人
簡介	透過攝影,學習以不同事物去觀察身邊的事物,並一同外出拍攝,學習欣賞世界的美。	炎炎夏日,最合適玩水上活動,聽障人士經常都會怕掂水,新的一年,新的嘗試,今次就由黃Sir帶大家一同去游水啦!	炎炎夏日,最合適玩水上活動,聽障人士經常都會怕掂水,新的一年,新的嘗試,今次就由黃Sir帶大家一同去游水啦!
導師	梁姑娘 (Kitty)、Easter Sir (黃Sir)		

名稱	游泳體驗班(3)	游泳體驗班(4)
編號	TSW26/S016	TSW26/S017
日期	23/6(二)	30/6(二)
時間	下午3:30 - 5:00	
地點	將軍澳泳池	
對象	聽障人士及其照顧者	
名額	6人	
費用	\$10/人	
簡介	炎炎夏日,最合適玩水上活動,聽障人士經常都會怕掂水,新的一年,新的嘗試,今次就由黃Sir帶大家一同去游水啦!	
導師	Easter Sir (黃Sir)	
備註	1) 活動前一星期截止報名及確認名額。 2) 需先留名,待工作人員確認參加者資格,才會確認報名。	
負責職員	梁姑娘 (Kitty)、黃Sir (Easter Sir)	
查詢	將軍澳中心 (電話: 2711 1974、傳真: 2761 4390、電郵: tsw@deaf.org.hk、WhatsApp: 5399 4758)	

照顧・照顧者

就著新社區支援服務的推行,我們希望接觸更多社群,以支援照顧者和讓更多人認識他們的需要。

聽障人士照顧者定義:「因照顧聽力缺損而需擔任長期照顧工作的同住或非同住人士」
(包括夫婦、子女、其他親屬、朋友、鄰里等)

照顧工作包括:

- 協助日常溝通:覆診、購物、外出膳食、交通、社交活動等
- 一般起居照顧:膳食安排、洗衣、清潔、護送
- 協助生活自理:沐浴、餵食、如廁、穿衣、扶抱、協助步行、大小便的處理、藥物安排
- 其他支援:財務或文件安排、醫療決定、情緒支援等

將軍澳共享空間

為凝聚會員到中心聚會和休憩,將軍澳中心在2025年11月起,於社交及康樂中心開放時間內,增設共享空間,提供桌遊物資,自組玩樂。中心視乎當日服務使用者人數,再安排在那個位置活動。職員定期會新增物資及舉行桌遊教學,歡迎查詢。

參加資格	1) 其中一位持本會有效之會員證的會員(聽障或健聽均可) 2) 會員可攜同親友、朋友或照顧者出席活動
可借用的用品:	棋類: 1) 中國象棋 2) 五子棋 3) 鬥獸棋 4) 魔力橋 5) 層層疊 6) 克朗棋 牌類: 1) UNO 2) LOOK 3) 德國心臟病 4) 哈鈴果鈴 5) 動手不動口 6) 牛頭王 7) 升冠加爵 桌遊: 1) Take it Easy輕鬆放 2) 估估劃劃 3) 火柴人說話 4) 沉睡皇后 5) 魔法照路 6) 閃靈快手 7) 卡米諾 其他: 1) 破冰企鵝 2) 5秒定律 3) 籤籤入扣
租借用品須知:	1) 借用時效:用具只限在本中心借用及玩樂,一會員證只可借一份用具,每次不多於3小時。 2) 借用檢查:收到用具時,應立即清點所有零件,並與參考圖片及文字介紹用具作核對,確認齊備無誤,才借用具。 3) 歸還檢查:由中心職員檢查用具狀態,確認無損壞或遺失,才算完成歸還手續。 4) 處理損壞:若用具因使用不當造成損壞、破損或遺失,需按程度或以市價賠償。
負責職員	梁姑娘 (Kitty)
查詢	社交及康樂中心 (電話: 2711 1974、傳真: 2761 4390、電郵: tsw@deaf.org.hk、WhatsApp: 5398 5968)



活動名稱 課程編號	日期	時間	堂數	地點	費用	名額	對象	內容/備註
戶外活動								
水晶隊中環展銷	2/5 (六) 、 13/6 (六)	上午 10:00 - 下午 5:30	/	中環7號碼頭1樓 (往尖沙咀碼頭)	/	/	公眾人士	本會將軍澳中心的「水晶及手工藝舍」響應由創業軒推廣的創業市集計劃,推出各款手工藝品作展銷活動。產品包括布藝品、首飾、乾花飾品等,歡迎大家來支持聾人創業! 如有聽障會員有興趣加入水晶隊,可與負責同工梁姑娘聯絡。
中華文化·公園遊蹤 – 南蓮園池 TSW26/A097	2/5 (六)	下午 3:00 - 5:00	/	南蓮園池 (黃大仙鑽石山鳳德道60號)	全免	28人	聽障會員及其親友	南蓮園池重現唐代的盛世風華,更以嚴謹工藝與精緻園林設計,展現香港唐代建築與文化的典範,是次亦會有導賞員,將會帶領大家慢步深度賞析其仿唐園林的建築設計與文化意境,以及知悉過往的歷史 負責職員: Jayden Wong
室內活動								
導盲犬講座 TSW26/A028	5/6 (五)	下午 2:30 - 3:30	/	本會將軍澳中心	D\$30 H\$40 N\$50	25人	聽障會員及其親友	這是一場關於導盲犬的講座。我們將帶領您深入了解牠們的培訓過程、專業技能,以及如何正確與導盲犬互動,非常特別,快來報名吧! 負責職員: Jayden Wong
5月桌遊小組 TSW26/C017	6/5-27/5 (三)	下午 3:00 - 5:00	4	本會將軍澳中心	\$10	12	聽障會員及其親友	同事每月會推薦不同的桌遊給參加者,職員會提供教學及指導。參加者有興趣可向職員建議喜歡的桌遊與會員一同遊玩。 6/5 魔力橋 13/5 UNO 20/5 德國心臟病 27/5 卡米諾 介紹主要桌遊後,參加者可自組玩樂 負責職員:梁姑娘
6月桌遊小組 TSW26/C024	3/6-24/6 (三)	下午 3:00 - 5:00	4	本會將軍澳中心	\$10	12	聽障會員及其親友	同事每月會推薦不同的桌遊給參加者,職員會提供教學及指導。參加者有興趣可向職員建議喜歡的桌遊與會員一同遊玩。 3/6魔力橋 10/6 UNO 17/6 閃靈快手 24/4 5秒定律 介紹主要桌遊後,參加者可自組玩樂 負責職員:梁姑娘
電腦及資訊科技								
淘寶知多D TSW26/C019	8/5 - 12/6 (五)	上午 11:30 - 下午 1:00	6	本會將軍澳中心	D\$20 H\$30 N\$50	8人	聽障會員及其親友	是次會教大家開立支付寶帳戶、淘寶及拼多多帳戶、揀選及比較貨品、集運到港等。 第1堂:支付寶,第2-5堂:淘寶,第6堂:拼多多 負責職員:梁姑娘
手機解難日班 TSW26/C023	3/6 - 24/6 (三)	下午 3:00 - 4:30	4	本會將軍澳中心	全免	8人	聽障會員及其親友	各會員若有任何查詢源自於手機等等電子科技,是次班組會每堂為大家解答以及學習現時電子科技的新知識。 負責職員:Jayden Wong

活動名稱 課程編號	日期	時間	堂數	地點	費用	名額	對象	內容/備註
烹飪								
滋潤湯羹班: 肉茸魚肚羹 TSW26/ A039	16/5 (六)	上午 10:00 - 中午 12:00	1	本會 將軍澳 中心	D\$15 H\$20 N\$30 材料費:\$15	12 人	聽障 會員及 其親友	如有興趣,可以向負責職員查詢 導師:陳詠蘭老師 負責職員:昌Sir
端午粽班-蓮 蓉鯪水粽 TSW26/ A029	20/6 (六)	上午 10:00 - 中午 12:00	1	本會 將軍澳 中心	D\$15 H\$20 N\$30 材料費:\$15	12 人	聽障 會員及 其親友	如有興趣,可以向負責職員查詢 導師:陳詠蘭老師 負責職員:昌Sir
康樂保健								
5月頌鉢瑜 伽班 TSW26/ C016	4/5- 1/6 (一)	晚上 7:30 - 9:00	4	火炭 瑜伽館	D\$100 H\$130 N\$160	8 人	聽障 會員及 其親友	是次班組將在火炭瑜伽館舉 行。會以瑜伽結合頌鉢,利用獨 特的頌鉢及瑜伽布,放鬆心情 及身體,體驗新的瑜伽方式,非 常有趣。 導師:陳老師 負責職員:Jayden Wong
6月低空中頌 鉢瑜伽班 TSW26/ C028	8/6- 29/6 (一)	晚上 7:30 - 9:00	4	火炭 瑜伽館	D\$100 H\$130 N\$160	6 人	聽障 會員及 其親友	是次班組將在火炭瑜伽館舉行。 會以低空瑜伽結合頌鉢,利用獨 特的頌鉢及瑜伽布,放鬆心情 及身體,體驗新的瑜伽方式,非 常有趣。 導師:陳老師 負責職員:Jayden Wong
匹克球班 (5月) TSW26/ C020	8/5- 29/5 (五)	下午 2:30 - 4:00	4	本會 將軍澳 中心/ 戶外球場	D\$15 H\$20 N\$30	8 人	聽障 會員及 其親友	近年香港開始興起新興運動的 熱潮,就是匹克球,匹克球(Pick- leball)是一項融合了乒乓球、羽 毛球和網球元素的運動,簡易容 易上手,非常合適不同年齡的人 來參加。 負責職員:Jayden Wong
游泳班 體驗班 TSW26/ C022	3/6- 24/6 (三)	下午 2:00 - 4:00	4	九龍城區 (待定)	全免	10 人	聽障 會員	活動由康文署贊助,提供場地及 活動導師,讓聽障會員可以享受 游泳的樂趣,學習基本游泳的技 巧及知識,為炎炎夏日作出準 備,消炎。 負責職員:昌Sir
乒乓球訓練班 TSW26/ C032	8/7- 12/8 (三)	下午 3:00 - 5:00	6	將軍澳 單車館	全免	10 人	聽障 會員	聽障人士乒乓球訓練班將提供 全面的課程內容和適應性的教 學方法,以確保每位參與者都能 夠獲得最大的學習效益。從乒乓 球的基本姿勢、握拍方式和揮拍 動作等基礎技術開始。這將幫助 初學者建立穩固的基礎,並熟悉 球拍和球的操作。在掌握基礎技 術後,我們將進一步進行球技訓 練,包括發球、接球、擊球和放置 球等技巧。透過不同的練習方式 和訓練方法,你們將學習如何應 對不同球路和對手的戰術。 活動由康文署贊助 負責職員:昌Sir



☎ 2711 1974 📠 2761 4390 ✉ tsw@deaf.org.hk 📞 5398 5968