



封面專題 - 「肌健齊關心、獅愛喚社群」嘉年華

會長 岑詩敏

前年一項「冰桶挑戰」活動熱潮席捲全球，喚醒不少人士關注神經肌肉疾病，令社會各界人士以不同形式的活動進行募捐，瞬間令本會善款創歷來新高，造成全城熱話。不過熱潮也有冷卻的時候，今年年初已很少聽到有關「冰桶挑戰」的消息。幸得藝人梁烈唯先生（唯唯）在公開場合中認識到本會會員，並且從《肌萎與冰桶》一書中更深入地了解病人的需要，令他覺得對病人的關注必須持之以恆，以及細水長流地去提高大眾對疾病的認知，從而對病人作出支持和給予更多的希望。所以身為中區獅子會關愛大使的唯唯聯同中區獅子會成員合辦『肌健齊關心、獅愛喚社群』的一系列活動，包括電影籌款、電台廣播以及嘉年華會，希望透過彼此在社會上的影響力，繼續讓「冰桶挑戰」的背後訊息傳承下去。

中區獅子會於二零一六年四月三十日下午，在荃灣荃新天地舉辦了簡單而隆重的嘉年華會，除了推廣本會病人需要的訊息外，另設有義賣籌款箱收集善款。當日由聖保羅書院、中區青年獅子會和灝天黃大仙足球隊等成員擔任義工，以圍繞介紹神經肌肉疾病的主題進行攤位活動。當然不可不提就是陳敏之送出的曲奇及中區獅子會送出的朱古力作為義賣。嘉年華會在下午二時正式開始，中區獅子會代表及其關愛大使唯唯為活動送上致謝詞，當本人代表協會致謝時，唯唯細心地留意到本人和其他病人一樣，手部肌肉無力，所以他特意蹲下來替我「揸咪」，好讓我容易地向台下觀眾說致謝詞。其後，有不同藝人，包括王梓軒、陳山聰、林盛斌等，表演唱歌和進行病人體驗活動，為會場增添歡樂氣氛之餘亦增加觀眾對病人生活困難的認知。

從參與籌備一系列活動的會員口中得知，過程並非預期中的順利，因為需要與主辦方作不同的協調及磋商，例如場地無障礙及病人體驗活動的設計、開支預算、宣傳方式、年度計劃安排及人手協調等因素中，作出取捨及平衡。參與籌備的會員一方面希望盡量配合主辦方的建議，以獲得相應效果，滿足社會各界及媒體。另一方面亦需要兼顧會員的參與能力及協會方針，並堅守自助互助的理念。籌備的過程是緊湊的，所以嘉年華的成功，用「台上一分鐘，台下十年功」這一句話來形容是一點也不誇張。唯協會願意「落水」參與的會員不多，雖然身為病人的我也明白到病患對身體的限制，但仍盼望日後能夠有更多會員願意參與不同的籌備工作，為屬於大家的肌健會一同努力。

最後，本人謹代表協會「肌健齊關心、獅愛喚社群」嘉年華會，透過不同類型的活動，正好累積我們對籌辦大型活動的經驗。同時再次感謝中區獅子會，為協會籌辦一系列的活動，包括電影籌款、電台廣播，以及是次介紹的嘉年華會，補足協會在籌備大型活動能力的不足。同時感謝中區獅子會的關愛大使唯唯，理解會員需要之餘，穿針引線地動員不同藝人參與，令更加多人開始關注協會及會員。活動所得善款協會將運用在會務運作及會員支援上。

順帶一提，由今期開始「肌健會訊」的排版設計和欄目次序將會更新，並新增「封面專題」一欄，務求為讀者帶來新鮮感。



肌萎兒童基金

- 資助年輕神經 - 肌肉疾病病人，讓他們在學習、交通以及個人發展等範疇中，減少因身體障礙而增加的開支。
- 對象為 30 歲或以下之病人會員。
- 資助類別甲部之申請人需要在香港認可的大、中、小、特殊學校或學前教育機構就讀。

項目	範圍	
甲部	學習設備	與其課程相關之學習器材
部	本地或海外交流活動	活動需由申請人就讀學校舉辦
	上學及活動交通	由就讀學校舉辦之活動來回交通費用
	上門導師	課程需為興趣訓練並不包括學術
乙部	由申請人自行擬定安排並提交計劃書，計劃內容需與個人成長相關	

查詢詳情：蔡國豪先生 2338 4123

冰桶計劃支援津貼

經監督委員會商討後，計劃有以下調整，並於 2016 年 4 月 1 日起實施。

- 個別申請項目金額若多於 3 萬元，申請人需要索取多於一份報價供審批委員選擇，供貨者以社企為優先考慮。
- 聘用照顧者改以 2 年為申請單位，但需要每年覆核。
- 放寬物理治療的津助金額。

詳情請留意協會網頁及會郵寄相關文件。歡迎致電查詢詳情：2338 4123

互助網絡發展基金

本會成立互助網絡發展基金，讓會員主動提出申請籌辦活動，增強會員自助互助的精神。申請人需要承擔起推行項目的責任，有助提升組員的承擔感及歸屬感。

申請內容必須符合本會的宗旨，活動可包括 1 次活動或 1 系列的探訪 / 茶聚 / 工作坊等。由最少三位會員一同提出申請，參加者必須包括一位新會員或由協會提議的人選。

查詢詳情及申請：蔡國豪先生 2338 4123

優惠

即日起，凡持本會有效會員證之會友，到真善美醫護有限公司各門市購買任何正價貨品，均可享 9 折優惠（等同於真善美會員）。

查詢電話：2742 4370。

網址：<http://www.justmed.com.hk/tc/index.php>。

領書

仍未索取新書「肌萎與冰桶」的會員及肌健之友，現開放領書期限，歡迎致電本會查詢：2338 4123 辦公時間並到本會領取有關書籍。

補領會員証

收取費用 10 元，特此通知。

理事會會議日期

9/7/2016、13/8/2016、10/9/2016

2:30pm -5:30pm

歡迎會員列席，需要復康巴士接送者，請於開會前最少 10 天報名：2338 4123

活動收費及保險

從 2010 年 4 月 1 日開始，14 歲或以下及 65 歲或以上之會員，參加活動皆可享有半費優惠。凡 4 歲或以下且不佔座位者，不收活動費用。

由於本會的活動保險只保障 6 至 70 歲之會員及義工，故超出保障範圍之參加者需要自行承擔參加活動的風險與責任，敬請留意。

物資

善心人捐贈 HP 鐳射打印機一台 (515x519x560.5mm)。歡迎領取。歡迎致電本會查詢：2338 4123

悼 會友藍玉玲及肌健之友戈韋賢與世長辭。本會全人致以萬分哀悼，並向其家人表示深切慰問。

SMA 小組成立感想

SMA 會員 陳木清

隨著今年 1 月 30 日「SMA 小組成立典禮」的圓滿完結，肌健會終於正式有了一個屬於 SMA 病類及甘迺迪氏症會員的病類小組了，實在感到十分高興。

回想當初，入會十幾年來，常常會與其他 SMA 病類的會員都有同樣的疑問 ...

「為何肌健會有其他病類小組，卻沒有自己的 SMA 病類小組呢？」、

「為何 SMA 的會員好像很少活躍參加活動及會務呢？」、

「為何沒有途徑了解更多關於 SMA 病類的資訊及發展呢？」、

「為何肌健會內 SMA 病類的會員好像被忽略了昵？」、

「為何 SMA 會員相比其他病類會員少了一些活動及相聚的機會呢？」

... 等等

終於在 2015 年年中，SMA 會員岑詩敏、高彩雲及我三人一齊聯名提出開設「SMA 病類小組」的建議及安排，經會方同意，職員安排我們三位成立籌備工作小組，並於 8 月中開了「籌備工作小組會議」。再於 12 月 5 日舉辦了「SMA 小組成立路向營」，讓十多位出席的 SMA 會員及甘乃迪士症會員表達對成立「小組」的意向及意見，各會員都各抒己見，並了解成立「小組」的運作、責任及權利，並最終一致同意成立「SMA 病類小組」，最後再交由肌健會理事會表決同意後可以正式成立「SMA 病類小組」了。

相信會有一些會員會有疑問，

肌健會內 SMA 病類會員及甘乃迪士症會員加起來都不足 40 人，真的有必要開設新的病類小組嗎？有這個需要嗎？

但我自己細想想，覺得其實有這個需要的，成立 SMA 病類小組後，不單是讓 SMA 會員有多一個小組舉辦活動，可以增加會員吃喝玩樂、相聚娛樂的機會。而更重要的是，可以讓同樣病類的會員更加接近，因著同一種病類彼此互相了解分擔，讓同病的同路人團結一致，互相支持，互相幫助。亦可以透過舉辦各種康樂活動、病類及生活講座、推廣活動等，讓 SMA 會員自己及其他病類的會員，以致社會其他人士都能更加了解 SMA 這個病的問題、資訊及發展方向等等。同時，亦可以讓會員透過小組的自組管理，學習參與、分擔工作，讓小組會員都更加有承擔，亦可以各展所長。

盼望在未來的日子裡，「SMA 病類小組」的會員都能積極參與小組活動，分擔小組工作，讓小組的發展及運作都能夠更加順暢，各會員都能夠開心愉快地加參小組及肌健會活動。



肌健各小組介紹

會址小組召集人 - 章世恒

我是 2016-18 年度會址小組召集人章世恒。會址小組職責是為協會物色適當作為永久 / 長期會址的單位，及一切關於設立會址的前期及籌備工作，現階段將積極留意房屋署空置的社福用途單位，研究購置私人物業作會址的可行性。

資訊小組召集人 - 盧兆豐

我是資訊小組負責人理事盧兆豐。資訊小組負責出版會訊、年報、一切刊物；管理協會 Facebook 及網頁，主要為會友及各方友好提供協會訊息、活動推介、醫療福利資訊等。如對本小組有任何意見或會友想參與本小組工作，歡迎與協會聯絡。

肌健之友義工召集人 - 許潔心

如何能令“肌健之友”得著滿足感呢？

2016 年 3 月的會員大會後，上述提問常在我腦袋中流動著，因此我於 2016 年 4 月理事會中自薦籌辦一些活動給肌健之友，盼能激發出他們潛在的能力，以得著成功感啊！



上圖：傷殘津貼請願行動

倡議小組召集人 - 甄俊傑

我是倡議小組負責人甄俊傑，小組過去曾與會員一同向政府成功爭取 MS 干擾素放入藥物名冊，現時因關愛基金申請門檻過高，以致部分會友未能受惠。未來亦會聯同相關的病人團體爭取放寬及改善傷殘津貼的審批資格，亦期望在高額津貼以外加上額外津貼，以抵銷因嚴重殘疾而額外需要的醫療消耗品開支。歡迎加入倡議行列，由根本做起。



上圖：機動探訪

推廣小組召集人 - 廖子聰

2014 年的冰桶挑戰大大提升了肌健會的知名度，本人希望協會可繼續與更多香港及外地的醫護，社福界組織，商 / 學界及官方機構和病患者聯盟等不同持份者緊密合作，增進有關神經肌肉病的公眾教育及對患者有更週到的支援。

探訪小組負責人 - 社工蘇美英、社工蔡國豪

探訪小組可分為：

- (一) 中央探訪、
- (二) 機動探訪、
- (三) 義放色彩探訪隊

分別探訪對象：

- (一) 新入會會員 (以探同病類為主)
- (二) 突發或緊急需要會員
- (三) 獨居或住院舍會員

中央探訪和機動探訪：與社工一同出席，一同關懷及提供社會資源或情緒支援。

義放色彩探訪隊：與肌健之友合組及安排探訪，定期向社工匯報。

若會友想接受探訪，或會友與家屬想加入有關探訪員行列，歡迎與本會聯絡。

無論你是對以上哪一個小組工作有興趣或是具有專長，只要你有為同路人出一份力，自助互助，請與我們聯絡。

歸宿 - 認識香港的院舍服務 (下)

撰稿：陳蔚斯，馬汐曉，劉偉明

上期我們介紹過當局為我們提供的住宿選擇，
本期讓我們看看現實的另一面。

殘酷的輪候 - 截至二〇一二年十二月底，嚴重殘疾人士護理院的平均輪候時間為 31.2 月，而嚴重肢體傷殘人士宿舍則為 37.4 月。由於醫療發達，殘疾人士壽命延長，甚至出現老齡化的問題，以致在資源增加之下，輪候時間卻未見縮短，嚴重影響我們的健康及生活質素，亦令我們的家人心力交瘁。

一位難求 - 相較於弱智人士宿舍的 8 年輪候期，肢體傷殘人士宿舍的輪候期看似較短，但現實又是另一回事。對一些需依靠輔助呼吸醫療儀器的會友，情況又往往是一位難求。2011 年，一位被評估為「極高護理需要」的會友，先後向醫管局和社會福利署申請院舍服務被拒而成為「人球」，被迫到申訴專員公署投訴。事件反映當局對嚴重殘疾人士安養既無協調，亦無規劃。

私營的流弊 - 我們十分擔心買位制度會重蹈私營安老院的覆轍，市場主導，如何能保持服務質素，難保不會發生「虐殘」的醜聞。另一方面，私營機構必然選擇容易照顧的顧客，拒絕服務嚴重殘疾人士，



圖片來源：東網

令最需要服務的人得不到服務。立法會福利事務委員會在本年 7 月曾通過無約束力動議，要求修訂殘疾人士院舍條例。規管私營院舍的安老院舍條例 20 年無修訂過，非常過時，長者居住面積及人手安排都跟不上人口老化，而巡查不足亦令問題雪上加霜。另一方面，殘疾人士院舍條例為院舍訂立發牌制度，但全港津助及私營院舍只有一成獲發牌照，其餘只獲發豁免證明書，這些院舍不但服務水平成疑，連住客安全也未必能夠保障。

暫顧服務短缺 - 目前大量由家傭照顧的殘疾人士能夠在社區生活，固屬皆大歡喜，但家傭回鄉或轉工所造成的照顧真空期卻日見嚴重。當局所提供的住宿暫顧服務與需求脫節，尤其是使用呼吸機的會友，四肢癱瘓病人過渡期護理支援中心(新頁居)根本難以提供足夠服務。

爭取資助院舍聯席於 2010 年 09 月提出 4 項要求，促請政府收納於當年的施政報告中，包括：

1. 於 3 至 5 年內，把長者輪候護養院的最長時間，縮短至 12 個月；
 2. 為增建院舍訂立長遠規劃，並於 5 年內縮減一半輪候殘疾人士院舍的人數；
 3. 制定政策，規範政府建設及地區重建計劃中，加入院舍項目；及
 4. 研究及改建工廈為院舍，以開放態度接受創新思維，務實解決院舍不足的問題。
- 5 年前提出的訴求，至今仍未實現，大家有何感想？對自己的歸宿能不有所顧慮？

會務報告

理事會

- 順利完成周年大會
- 開展 16-17 年度冰桶計劃 - 新[神經肌肉疾病病人支援計劃]
- 跟進葉志成基金有關擴展服務範圍
- 跟進肌萎兒童基金審批細則
- 提交社署第六期季度報告
- 提交葉志成後顧無憂計劃基金報告
- 預備 2015-16 年度年結工作
- 完成理事會退修營

倡議

- 出席傷殘津貼聯席會議
- 出席社會福利署「2016 康復服務座談會

資訊及推廣

- 編制會員通訊
- 與中區獅子會舉行嘉年華
- 參與 [商界展關懷]
- 開設 Instagram 帳戶

會址

- 場地視察 - 荃灣石圍角邨

督導

- 完成員工考績工作及續約

其他

- 出席 MF GROUP 客戶同樂日
- 出席 MetLife x HKUST Amazing Race 開幕禮
- 完成 Hospital Advisor 網上平台調查問卷

活動日誌

理事會 (日 / 月)

理事會會議
12/3, 9/4, 7/5

資訊小組 - 工作會議

17/3, 21/4, 19/5

督導小組 - 工作會議

31/3, 28/4, 26/5

探訪小組 - 中央探訪

1-2/3, 12-13/4, 3-4/5

機動探訪

15, 17-18/3

SMA 互助小組

工作會議 -13/5

硬地滾球班 2016

6, 13, 20, 27/4, 4, 11, 18, 25/5

倡議小組

工作會議 -17/5

MS 互助小組

醫生講座 -19/3

工作會議 -23/4

MD 互助小組

小組活動 -30/4

工作會議 -6/5

地區小組

(九龍東) 小組活動 -16/4

(新界東) 小組活動 -21/5

(新界西) 小組活動 -2/4

(港島區) 小組活動 -30/4

(九龍中) 小組活動 -23/4

五區會議 -16/5

其他中央活動

傷津預備會議 -3/3

會員大會 -6/3

到校交流分享會 -7/3

探訪加油站嘉許禮 -14/3

IVE 同學交流 -7/4

兒童及家長組探訪 -10/4

退修營 -8/5

鳴謝名單

感謝各界熱心人士的支持，特此鳴謝！

(2016年1月至2016年3月，排名不分先後，如有錯漏，敬請指正。)

捐款芳名	捐款
CHAN SHU SHING	\$1,200.00
CHAN WAI CHUN	\$400.00
CHAU HOI MAN	\$2.00
CHEUNG WAI SHAN (PAYPAL)	\$3,000.00
CHIU YUK MING	\$6.00
CHUNG KA MAN	\$100.00
JIM LIK HANG	\$800.00
LAI SIU YING	\$300.00
LAM NGAI	\$100.00
LAU KWOK WAI	\$300.00
LAU SAU FAN	\$3,000.00
LEUNG HOI YAN	\$5.80
LI TZE WAI	\$1,500.00
METHANEX ASIA PACIFIC LTD	\$2,460.00
NG SHIK MAN	\$300.00
NG SIU PING	\$1.70

捐款芳名	捐款
SIMON CHEN	\$100.00
TAM WING SZE, WING	\$1,500.00
TSUI WAI YIP	\$3,000.00
WONG CHUN KIT	\$750.00
WONG CHUN LAM	\$600.00
WONG SHUK MEI	\$10.00
YANG KONG CHI	\$100.00
YIP KWONG HOI	\$500.00
尹日和	\$220.00
徐楨輝	\$20.00
陳素玲	\$1,000.00
無名氏	\$6,570.00
楊洪才	\$50.00
聯大國際模貝有限公司	\$3,000.00

指定用途捐款

公益金 15-16 年度第 4 期	\$100,175.00	ICAP CHARITY DAY	\$97,376.97
公益金特別撥款	\$20,035.00		
嘉道理基金	\$84,000.00		

Thank
You



新界西 - 濕地綠遊遊



九龍東大澳遊



傷殘津貼記者招待會



九龍中長洲遊



港島 - 自助午餐齊共享



第四次週年大會 - 第三任理事會選舉

肌萎兒童及家長組

火鍋自助午餐

日期：2016年7月24日(日)
 時間：11:30am - 2:30pm
 地點：響港灣 Mikiki - 日牛涮涮鍋專門店
 內容：會員聯誼、火鍋自助午餐
 對象：肌萎兒童及家長組成員
 費用：會員 \$80，
 第二位或以上同行者 \$160
 截止報名日期：7月8日
 查詢及報名：陳凱茵 5377 7096

咖啡 3D 拉花班

日期：2016年7月31日(日)
 時間：1:30pm - 5:30pm
 地點：葵涌九龍貿易中心 - Leo's Espresso
 內容：認識及實習專業拉花藝術
 對象：肌萎兒童及家長組成員
 費用：會員 \$80，
 第二位或以上同行者 \$160
 截止報名日期：7月15日
 查詢及報名：陳凱茵 5377 7096

悠閒大合唱

日期：2016年8月7日(日)
 時間：1:30pm - 5:00pm
 地點：九龍灣 Megabox Neway
 內容：卡啦 OK 聯誼
 對象：肌萎兒童及家長組成員
 費用：會員 \$20，
 第二位或以上同行者 \$40
 截止報名日期：7月22日
 查詢及報名：陳凱茵 5377 7096

果醋製作班(待定)

日期：2016年8月14日(日)
 時間：1:30pm - 5:30pm
 地點：橫頭磡 CRN
 內容：認識及實習果醋製作
 對象：肌萎兒童及家長組成員
 費用：會員 \$20，
 第二位或以上同行者 \$40
 截止報名日期：7月25日
 查詢及報名：陳凱茵 5377 7096

夏日自助午餐

日期：2016年8月21日(日)
 時間：11:30am - 2:30pm
 地點：葵芳好爵中心商場 - 夢工房西日料理
 內容：會員聯誼、自助午餐
 對象：肌萎兒童及家長組成員
 費用：會員 \$80，
 第二位或以上同行者 \$160
 截止報名日期：8月2日
 查詢及報名：陳凱茵 5377 7096

中央活動

迎新會

日期：2016年8月20日(六)
 時間：11:00 am - 1:00 pm
 地點：九龍亞皆老街 147B 醫院管理局大樓地下健康資訊天地
 內容：熱身遊戲、協會介紹、新舊會友認識
 對象：所有會員
 費用：全免
 截止報名日期：8月1日
 查詢及報名：蔡先生 2338 4123

中央活動

水中健體班 2016

日期: 2016年6月至9月(逢星期三)
 時間: 12:00pm – 1:00pm
 地點: 九龍公園游泳池
 內容: 在水中進行運動, 以達舒筋活絡之效
 名額: 14名
 費用: 每月\$40.00 (綜援會員\$20.00)
 對象: 本會會員
 截止報名日期: 每個月開班前兩星期
 查詢及報名: 呂姑娘 2338 4123
 (此活動需要肌健之友, 有興趣與本會聯絡)

硬地滾球錦標賽 2016

日期: 2016年7月9日(星期六)
 時間: 12:00pm – 2:00pm
 地點: 九龍公園體育館
 內容: 按類別分組比賽
 交通: 復康巴士(預訂中)
 名額: 12名
 收費: 免費
 對象: 曾參加2016硬地滾球班
 開始/截止報名日期: 6月29日
 查詢及報名: 呂姑娘 2338 4123

電影欣賞活動 (活動由ICAP基金贊助)

日期: 2016年6月至8月(逢星期三)
 時間: 3:30pm
 地點: 6月29日 UA MegaBox (九龍東區)
 7月13日 UA Cine Moko (九龍中區)
 7月27日 UA 太古城中心 (港島區)
 8月03日 UA 沙田 (新界東)
 8月10日 UA 屯門市廣場 (新界西)
 內容: 中籤者可獲門券兩張, 與照顧者/家屬欣賞電影
 電影: 會員自行選擇
 對象: 本會會員及家屬
 名額: 共25名/每區
 費用: 免費
 交通: 自行安排(有交通津貼)
 截止報名日期: 活動前一星期(額滿抽籤)
 查詢及報名: 請聯絡各區負責人
 九龍東區: 張秀麗 6033 9253
 九龍中區: 鄭挺健 6732 7300
 香港島區: 馮達豪 9733 6004
 新界東區: 黃惠筠 6300 7720
 新界西區: 尹三洋 9654 0833

演唱會欣賞活動 (活動由ICAP基金贊助)

日期: 2016年7月29日至2017年1月
 時間: 晚上8時至11時 地點: 紅磡香港體育館
 內容: 中籤者可獲門券兩張, 會員必須與照顧者同行及其中一位為輪椅使用者
 名額: 80名(額滿抽籤) 費用: 全免 交通: 自行安排(有交通津貼)
 開始報名: 7月4日至8月4日(如非指定日期內報名將自動撥入後備名單)
 報名方法: 填妥下列表格, 並請按喜好以順序1、2、3...選擇。

會員姓名: _____ 同行者: _____ 電話: _____

請順序選擇	演唱會名稱	(資料提供: 明報/註日期以主辦單位公布為準)
	7月下旬	徐小鳳演唱會 Paula Tsui Concert 2016
	8月下旬	郭富城演唱會
	9月中旬	鄭秀文演唱會
	10月	何韻詩演唱會
	12月下旬	張學友跨年演唱會

填妥表格後寄回: 九龍橫頭磡邨宏禮樓地下 - 香港復康會社區復康網絡(香港肌健協會有限公司收)或傳真致 2337 3844 申請報名。中籤者將會獲個別通知取票方法。

備註: 視符購票情況、觀看日期及演出者, 最後由本會決定。 查詢: 呂姑娘 2338 4123

病類活動快訊

<p>71 遊行 日期：2016年7月1日(二) 時間：2:30 – 6:30 pm 地點：維園 內容：爭取傷津金額提升及其他議題 對象：所有會友及其家屬與義工 費用：免費 截止報名日期：6月24日 報名：蔡生 2338 4123</p>	<p>MS 港島區茶聚 日期：2016年8月9日(二) 時間：11:30 – 1:30 pm 地點：太古城 - 西苑酒家 內容：茶聚、聯誼 收費：\$30 (暫定) 對象：MS 會友及其家屬 截止報名日期：7月8日 報名：鄧太 9017 0262</p>	<p>SCA 卡拉 OK 日期：2016年9月17日(六) 時間：11:30 – 3:00 pm 地點：Mega Box (暫定) 內容：互相認識及聯誼 對象：各會友及其家屬 截止報名日期：7月29日 報名：尹三洋 9654 0833</p>
<p>SMA 卡拉 OK 日期：2016年7月16日(六) 時間：12:00 pm - 4:30 pm 地點：九龍灣 Megabox Neway 內容：卡拉 OK、會員聯誼 對象：SMA 會員 費用：會員 \$50，第二位或以上同行者 \$100 截止報名日期：7月1日 查詢及報名：張達榮 9422 9449</p>	<p>MS 病類新界西及新界東茶聚 日期：2016年7月19日(二) 時間：11:30 – 1:30 pm 地點：油塘大本型 - 韓國屋 內容：茶聚、聯誼 收費：\$30 (暫定) 對象：MS 會友及其家屬 截止報名日期：7月8日 報名：陳鳳雯 6100 1007</p>	<p>倡議工作會議 日期：2016年9月13日(二) 時間：11:30 – 1:30 pm 地點：樂富 CRN 內容：檢討 71 遊行、傷津及全民退保 對象：各會友及其家屬 截止報名日期：7月8日 報名：甄俊傑 6825 1211</p>
<p>MD 大澳少林養生行 日期：2016年10月22日(六) 時間：12:00 pm - 4:30 pm 地點：大澳少林武術文化中心 內容：素食午餐、會員聯誼 對象：MD 會員 費用：會員 \$80，第二位或以上同行者 \$130 截止報名日期：10月1日 查詢及報名：張秀麗 6033 9253</p>	<p>MS 香薰治療工作坊 日期：2016年8月6日(六) 時間：2:30 – 5:00 PM 地點：九龍亞皆老街 147B 醫院管理局大樓地下健康資訊天地視聽活動室 (暫定) 內容：香薰舒緩壓力與痛症 講員：歐女士 (香薰治療師) 收費：\$10 對象：MS 會友及其家屬 截止報名日期：7月22日</p>	<p>MND 營養講座 日期：2016年8月27日(六) 時間：2:00 pm – 5:00 pm 地點：樂富 CRN (待定) 內容：營養攝取，進食須知，餵飼技巧，分享及聯誼 對象：MND 會友及家屬 收費：\$20，年過 65 歲會友 \$10 (暫定) 截止日期：7月29日 報名：劉太 2647 5265</p>
<p>SCA 工作會議 日期：2016年9月23日(五) 時間：11:30 – 1:30 pm 地點：樂富 CRN 內容：商討活動安排、自助互助聯誼 對象：SCA 會友及其家屬 截止報名日期：7月29日 報名：尹三洋 9654 0833</p>	<p>香港區：鄧太 9017 0262 九龍中：蘇姑娘 2338 4123 九龍東：TONY 9466 3611 新界東：黃美珠 9371 0904 新界西：陳鳳雯 6100 1007</p>	<p>探訪加油站 – 秋季聚會 日期：2016年9月6日(二) 時間：11:30 – 1:30 PM 地點：樂富 CRN 內容：分享探訪的經歷、聯誼 費用：免費 對象：曾參與探訪的會友或家屬、或將考慮參與探訪的會友或家屬 截止報名日期：8月19日 報名：蘇姑娘 2338 4123</p>

索取會員及義工入會 / 更新資料表格 Request for Membership / Volunteer Form

本人欲索取： 會員 Member 義工 Volunteer 的入會表格 Form

(會員費 Membership fee: 一般會員 Ordinary \$20/ 年 year 永久會員 Permanent \$200)

姓名 Name:

聯絡電話 Tel:

地址 Address:

電郵地址 Email:

疾病類別 Type of disease: MND SMA MD MS SCA 其他 Other _____

* 運動神經細胞疾病 (Motor Neuron Disease, MND) 脊髓肌肉萎縮症 (Spinal Muscular Atrophy, SMA)

肌肉營養不良症 (Muscular Dystrophy, MD) 多發性硬化症 (Multiple Sclerosis, MS) 小腦萎縮症 (Spinocerebellar Ataxia, SCA)

* 此為輔助表格，如欲索取正式入會表格可與本會聯絡 2338 4123 或登入網頁 <http://www.hknmda.org.hk> 自行下載。

* 會員 / 家屬入會申請需提交醫生證明為神經 - 肌肉疾病。* 本會所收集之資料只用於與機構職能及其有關的項目上。

捐助方法：本會是一個由神經 - 肌肉疾病患者及家屬組成的非牟利自助組織，於 1999 年正式註冊成為免稅慈善團體，本會一直致力提高神經 - 肌肉疾病患者的生活質素、團結患者及家屬的力量、創造對患者有利的社會環境。

如蒙捐助，請以劃線支票，抬頭寫「香港肌健協會有限公司」。

亦可存入本會的匯豐銀行戶口 **078-353133-838**。恆生銀行用戶可於銀行網頁捐款。或致電 18013 透過繳費靈捐助，本會的商戶編號是 9634。

或登入本會網頁 <http://www.hknmda.org.hk> 以 PayPal 進行網上捐款。

如需收據，請於支票或入數紙副本背面註明「用途及姓名」，郵寄致本會。

資訊小組組員

盧兆豐、王嘉龍、寧向軍、陳鳳雯、馬汐嶼、廖子聰、梁安琪、尹三洋、陳凱茵、黃衍光、黃楚雄

辦公時間：星期一至五 9:30am-5:30pm 星期六 9:30am-1:30pm 午膳時間 12:30pm-1:30pm

職員：蘇美英姑娘、蔡國豪先生 -Eric、呂梓雁姑娘 -Wendy、葉世昌先生 -Jack



香港肌健協會有限公司

Hong Kong Neuro-Muscular Disease Association Limited

地址：九龍橫頭磡邨宏禮樓地下香港復康會社區復康網絡

電話：2338 4123

傳真：2338 2410

電郵：hknmda@netvigator.com 網址：www.hknmda.org.hk

如郵遞有誤或更改地址，請通知本會，以便更正。

印刷品