

視網 之窗



香港視網膜病變協會
RETINA HONG KONG

101, G/F., Lai Huen House, Lai Kok Estate,
Cheung Sha Wan, Kowloon, Hong Kong

香港九龍長沙灣麗閣邨
麗萱樓地下 101 號



陳登社會服務基金會
Chan Dang Social Services
Foundation

看得少，做得多，支持我們做更多！

第353期
2026 年 5-6 月

中心簡介

香港視網膜病變協會 (Retina Hong Kong) 是遺傳性視網膜退化病患者組成的病人自助組織，主力服務因遺傳以致患上同類型致盲眼病的人士。

本會幫助視網膜退化病變患者及其家人積極地克服生活上的困難。透過宣傳教育，鼓勵和推動病人融入社會，為病人爭取各項適當權益，並致力推動科學研究，倡導適切的復康服務，鼓勵患者互助自強，攜手貢獻社區，發揮「看得少，做得多」的精神。



協會年度會員大會

協會於 6 月 21 日（星期六）中午，假長沙灣聖公會基福小學活動室舉行「香港視網膜病變協會第三十二屆會員周年大會」。會上由會長曾建平先生主持會議進程，並經由基本會員提議及和議下順利通過各項會議議程。會上各出席者滿意協會的服務及贊同各項工作安排。新年度協會將繼續全力推動會務，為會員提供質素與效能兼備的服務。

香港視網膜病變協會
第三十二屆週年會員大會
二零二六年六月二十日





拉筋伸展計劃

專業拉筋運動導師鄭老師於 5 月至 6 月，於中心為視障會員舉行拉筋伸展班（第一期），推動視障人士關注個人健康，並安排義工協助參加者一同做運動及講解伸展動作的功效。中心感謝鄭老師的義務協助。

「養生健絡功」運動

養生健絡功創辦人陳萬麗女士 (Mona) 老師繼續於 5 月及 6 月，為會員舉辦多場養生健絡功運動訓練。親身教導視障會員學習養生功法，詳細解說功法對身體的益處，因應會員身體健康狀況，加以調適。中心大力推動會員積極練習，提升身體質素，並衷心感謝 Mona 老師的善心支持。

潛水知識知多少

協會於 6 月 6 日（星期六）上午，由專業潛水教練 Leo Sir 為 10 位視障及家屬會員講解潛水知識，包括水上及水下安全知識，溝通手勢，增加參加潛水活動會員安全準備及的心理質素，以強化會員 8 月落水潛泳的信心。

輕歌淺唱



🎵 室樂團音樂會 🎵

協會於 6 月 21 日（星期日）下午組織了 20 多位視障會員出席「把聲音寄予遠方」室樂團演奏會。當日樂團協奏多首西方樂曲，澎湃激昂與溫馨柔和的音階合奏，音色悅耳，令入場者對樂曲的傳達心有共鳴。協會感謝善心士送贈入場券，惠及本會會員。

端午糉子送關懷

中心於 5 月端午佳節前向 150 個視障家庭送贈美味粽子，宣揚愛心、同渡歡欣。各受惠家庭均表示感受到協會對視障會員關心及照顧。



5

口

6

月

份

會員生日名單

馮天樂
周晶
林毓浩
丘珍妮
羅碧玉
劉燕芳
郭澤衡
林東釗
梁曼莉
陳靜儀
李皓林
李鳳
陳美瑛
羅振強
趙和娣
孫燕梅
張允川

潘慧蘭
陳景發
羅漢喜
曹振華
招萬安
雷智文
趙小紅
涂揚梅
許芷薇
鄭敏鶴
何俊輝
唐敏儀
閻軍
黎耀麒
胡健球
胡洛汶
尹淑霞

劉素梅
宋永江
林麗華
陳月嫦
周淑儀
郭啟峰
周潔玲
陳雅慧
吳運惠
李怡澤
陳惠芳
王定國
雷煥好
招潔文
黎志超
黎慧思
梁七根

劉影梅
余國安
王秀英
劉工人
Jenny
林許雙玲
林強強
呂永捷
溫玉珍
廖姐姐
陳偉新
朱美嫻
張淑寶
梁啟光
黎溢娥
董貴卿
呂宗瓊

林婉菁
廖敬錚
陳麗屏
羅仲坤
潘世鏗
謝佩君
梁桂妹
李潔端
吳少明
鄭衛萱
Nadeem
諸小英
陳綺莉
王一朋
鄧蓓莉
梁少琼
陳炎明

甄家俊
張淑珍
陳星同
張小玲
甄秀嫻
黃子才
余勝
喬勇
劉揚枝
黃凱倫
黃素雲
石建基
黃以諾
陳偉倫
何敬宗
梁錦燕
岑若兒

劉婷
區月梅
胡奕
葉妙娟
李聯群
譚偉浩
霍榮安
林錦萍
黃文輝
黃煥好
黃書芳
王琮明
孫愛貽
鄭林桂英
林強
甄寶基
文麗芳

江振鴻
李寶蓮
王佩莉
李長成
盧沃寧
譚鏡湖
羅嘉年
陳柱中
孔憲強
沈偉祺
伍美儀
馮金光
林英
陳潤鴻
曾虹
張惠芳
周雪嫻

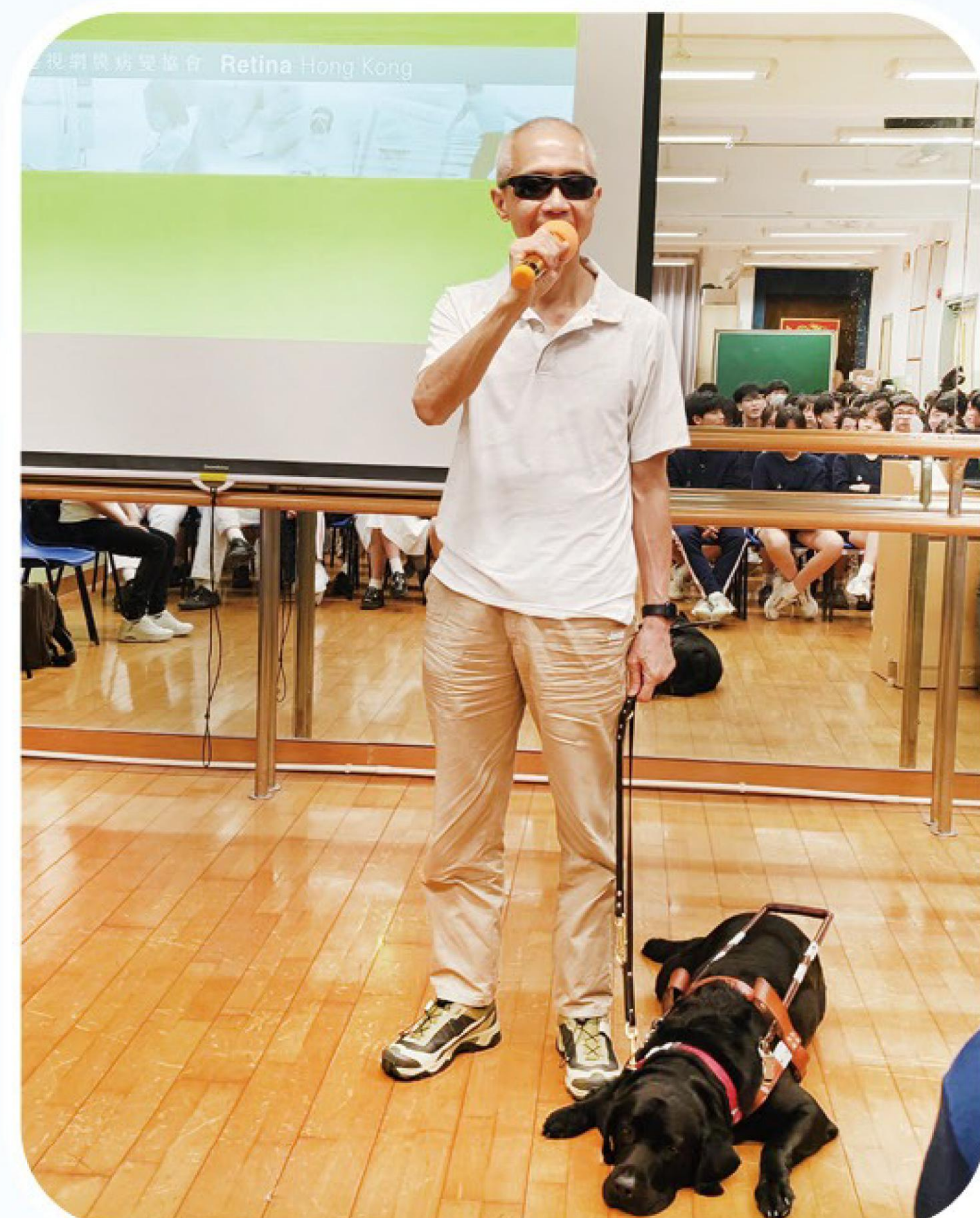
岳曉紅
陳繼深
方潔顯
香幽蘭
翁紹懷
黃劍芳
陳慶惠
刑如宇

恭祝各位
生日快樂
身體健康



社區共融體驗：教育講座工作坊

協會於 5 月及 6 月份內應邀為文理書院、和富慈善基金李宗德小學、香港心理衛生會臻和學校、聖公會聖約瑟小學、九龍塘宣道小學及聖羅撒書院學生進行視障資訊教育講座。出席協助提供服務的會員有歐敏貞女士及義工麥笑蘭女士。中心簡介視障人士日常生活、常見的眼疾、社區無障礙設施等資訊，增加同學們關注眼睛健康；並安排蒙眼體驗失去視力的感受，讓他們理解、包容及接納社會不同殘疾或特殊需要人士，共同宣傳平等共融。



社區無障礙設施

協會「社會政策小組」代表，於 5 月 21 日應運輸署及香港鐵路公司安排，出席香港國際機場第二航廈港鐵站的無障礙設施的介紹。會上試用有關設施如閘門開關提示，八達通入閘機的方便性，引路徑的走向等，並提出回饋意見。

香港理工大學 - 視障復康服務

香港理工大學眼科視光學診所為市民提出 1) 預約驗眼服務，2) 驗配合適助視器及 3) 提供最新的電子產品。此外還設有人工智能技術，可識別人臉、文字及物品的產品選配等服務。

查詢電話：27665225，地址：香港紅磡理工大學 A304 室眼科視光學診所

編輯及發行委員會

主席：曾建平
委員：甘謝壁珠 黃秀平 侯愛明 張淑珍 李雅媛
周俊昌 劉奕讚 辛廣源 周 晶 王觀智

香港視網膜病變協會

地址：香港九龍長沙灣麗閣邨麗萱樓地下 101 號
電話：2708 9363 傳 真：2708 8915
網址：www.retina.org.hk
電子郵箱：info@retina.org.hk
視網膜退化病患者熱線：2709 9989



Facebook 專頁

HKRetina



本會 facebook 專頁已經建立，
大家記得上來讚好和分享啦！！