



香港視網膜病變協會

RETINA HONG KONG

電話 ☎ (852) 2708 9363 電郵 ✉ info@retina.org.hk  
傳真 ☎ (852) 2708 8915 網址 🌐 www.retina.org.hk

香港九龍長沙灣麗閣邨 101, G/F, Lai Huen House, Lai Kok Estate,  
麗萱樓地下101號 Cheung Sha Wan, Kowloon, Hong Kong.

敬啟者：

### 邀請安排講座或視障體驗工作坊

本會是一個由視網膜退化病變患者組成的非牟利病人互助慈善組織。自 1995 年成立以來，一直致力舉辦多元化的公眾教育活動，以加深社會大眾對視網膜退化病變和視障人士的認識和瞭解，與各界共同建立傷健共融的和諧社區。

為使社會大眾對眼部資訊、護眼知識、導盲犬及視障人士有所認識，本會恆常舉辦「視障資訊講座」及「視障體驗工作坊」，藉此提高公眾人士與殘疾社群的相互理解、關心和支持。「視障資訊講座」及「視障體驗工作坊」資料如下：

#### 1) 視障資訊講座：

讓視障人士突破心靈障礙，親自為學生或社會大眾講解有關眼疾的資料，分享逆境自強的體驗，鼓勵學生或社會大眾積極面對困難，迎接挑戰。

#### 2) 視障體驗工作坊：

精心設計多項互動遊戲，安排模擬視障體驗、講解視障人士輔助設施。讓學生或社會大眾有機會了解視障的感受，加深認識視障人士需要及內心體會；並由視障人士分享失明前後的心路歷程，如何於生活中活出意義，藉以鼓勵青年人積極面對挑戰。

素聞 貴校/貴機構熱心社會公益，一貫為服務弱勢社群不遺餘力。為此本會懇請貴校/貴機構安排講座、工作坊等進行交流。詳情如下：

日期：全年舉辦  
地點：貴學校、貴機構或本會會址 (\*本會場地容納人數不超過 30 人)  
時間：約 1 小時 (可另議)  
對象：學生、家長、老師、社區人士  
活動形式：講座、工作坊、問答、遊戲及示範  
費用：每場 2000 元，作為支援本會服務

如蒙查詢或預約，敬請致電 2708 9363 與本會職員王先生或黃小姐聯絡，並請填妥回條傳真/電郵至本會。如蒙俯允，不勝感激。

順祝 台安！

會長 曾建平 謹啟

二零二五年十二月十五日



香港視網膜病變協會

RETINA HONG KONG

電話 ☎ (852) 2708 9363 電郵 ✉ info@retina.org.hk  
傳真 ☎ (852) 2708 8915 網址 🌐 www.retina.org.hk

香港九龍長沙灣麗閣邨 101, G/F, Lai Huen House, Lai Kok Estate,  
麗萱樓地下101號 Cheung Sha Wan, Kowloon, Hong Kong.

附：邀請安排講座及視障體驗工作坊回條

### 視障資訊講座及視障體驗工作坊內容

#### 一. 視障資訊講座，內容包括講座及互動遊戲。

講座主題（可選擇單項或多項）：

1. 常見的眼疾  
簡介眼球結構及常見眼睛疾病，特別介紹視網膜退化病變及其徵狀。
2. 認識視障  
解說弱視、低視能、失明的定義，描述視障人士的特徵和生活習式，以及與視障人士溝通相處應注意的事項。
3. 愛護您的眼睛  
簡述護眼方法及營養食物，教導青少年及長者注重眼睛健康，珍惜視力。
4. 視障與社區  
解說無障礙環境，簡介輔助視障人士的社區設施，帶出傷健共融的信息。
5. 老年黃斑病變  
簡介老年黃斑病變的定義、成因及徵狀。
6. 逆境自強分享  
由視障人士現身說法，道出患病的心路歷程，分享生活體驗，勉勵大眾克服逆境衝破障礙。
7. 認識公約  
由視障人士簡介《公約》的核心價值，讓參加者認識《公約》當中的精神和理念。
8. 親親導盲犬  
由導盲犬使用者親身帶領導盲犬出場，簡介其特性並展示各種技能，讓大眾更為直接、更為全面地瞭解導盲犬。

互動遊戲（可選擇單項或多項）：

1. 一步一驚心（領路法）
2. 操 Fit 雙眼（健眼操）
3. 聲聲識識（聲音辨別）



香港視網膜病變協會

RETINA HONG KONG

電話 ☎ (852) 2708 9363 電郵 ✉ info@retina.org.hk  
傳真 ☎ (852) 2708 8915 網址 🌐 www.retina.org.hk

香港九龍長沙灣麗閣邨  
麗萱樓地下101號

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

## 二. 視障體驗工作坊內容：

1. 國際領路法、時鐘定位法  
教授帶領視障人士行走的正確方法。
2. 如何與視障人士相處  
描述視障人士的特徵和生活習式，以及如何與視障人士溝通相處。
3. 模擬視障人士體驗  
參加者感受失去視覺後，在聽覺及觸覺的引導下完成體驗活動。  
(城市定向、矇眼購物、矇眼製作食物等)。  
模擬眼疾眼鏡，感受患有不同眼疾體驗眼鏡，學習眼睛健康資訊。
4. 逆境自強分享/小組討論  
由視障人士現身說法，道出患病的心路歷程，分享生活體驗。  
透過小組討論，分享體驗活動後的得著和檢討需要改善的地方。



香港視網膜病變協會

RETINA HONG KONG

電話 ☎ (852) 2708 9363 電郵 ✉ info@retina.org.hk  
傳真 ☎ (852) 2708 8915 網址 🌐 www.retina.org.hk

香港九龍長沙灣麗閣邨 101, G/F, Lai Huen House, Lai Kok Estate,  
麗萱樓地下101號 Cheung Sha Wan, Kowloon, Hong Kong.

致：香港視網膜病變協會

(電話：2708 9363、傳真：2708 8915、電郵：[info@retina.org.hk](mailto:info@retina.org.hk))

### 安排視障資訊講座回條

#### 一. 回覆〔請選擇及填寫適用部份〕

☐ 我們樂意邀請 貴機構到本學校/本機構進行講座，日期及時間如下：

日期：\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 (星期 \_\_\_\_\_)

時間：上午 / 下午 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分 至 上午 / 下午 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分

講題 (可選擇單項或多項)：

- ☐ 常見的眼疾    ☐ 老年黃斑病變    ☐ 愛護您的眼睛    ☐ 認識視障  
☐ 認識公約    ☐ 視障與社區    ☐ 逆境自強分享  
☐ 親親導盲犬 (若申請此講題，本會將與導盲犬使用者協調時間，視乎其安排)

互動遊戲 (可選擇單項或多項)：

- ☐ 一步一驚心    ☐ 操 Fit 雙眼    ☐ 聲聲識識

#### 二. 費用將透過以下方法支付：

- ☐ 現金  
☐ 銀行戶口轉帳 [中國銀行(香港) 036-740-1-010902-1]  
☐ 港幣劃線支票 [抬頭請註明「香港視網膜病變協會」]

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

#### 三. 聯絡資料：

學校 / 機構名稱：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

聯絡人姓名：\_\_\_\_\_ 職銜：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 傳真：\_\_\_\_\_

電郵：\_\_\_\_\_



香港視網膜病變協會

RETINA HONG KONG

電話 ☎ (852) 2708 9363 電郵 ✉ info@retina.org.hk  
傳真 ☎ (852) 2708 8915 網址 🌐 www.retina.org.hk

香港九龍長沙灣麗閣邨 101, G/F, Lai Huen House, Lai Kok Estate,  
麗萱樓地下101號 Cheung Sha Wan, Kowloon, Hong Kong.

致：香港視網膜病變協會

(電話：2708 9363、傳真：2708 8915、電郵：[info@retina.org.hk](mailto:info@retina.org.hk))

### 安排視障體驗工作坊回條

#### 一. 回覆〔請選擇及填寫適用部份〕

☐ 我們樂意邀請 貴機構到本學校 / 本機構進行視障體驗交流。日期及時間如下：

日期：\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 (星期 \_\_\_\_\_)

時間：上午 / 下午 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分 至 上午 / 下午 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分

☐ 我們樂意到 貴機構(\*)進行視障體驗交流。日期及時間如下：

日期：\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 (星期 \_\_\_\_\_)

時間：上午 / 下午 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分 至 上午 / 下午 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分

\* 場地容納人數不超過 30 人。

☐ 很抱歉，我們未能安排與 貴機構進行體驗交流。

#### 二. 費用將透過以下方法支付：

☐ 現金

☐ 銀行戶口轉帳 [中國銀行(香港) 036-740-1-010902-1]

☐ 港幣劃線支票 [抬頭請註明「香港視網膜病變協會」]

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

#### 三. 聯絡資料：

學校 / 機構名稱：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

聯絡人姓名：\_\_\_\_\_ 職銜：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_ 傳真：\_\_\_\_\_

電郵：\_\_\_\_\_