

視網之窗 第 291 期 2019 年 6 月

看得少，做得多，支持我們做更多！

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。

會務動態：

第二十五屆周年會員大會、聚餐暨 4-6 月生日會

香港視網膜病變協會 2019 年第 25 屆週年會員大會已於 5 月 25 日(星期六)假九龍石硤尾多彩皇宮酒樓舉行，同場還舉行了「陳登視網膜獎學金計劃頒獎典禮」及「香港視網膜協會 2019 年會員聚餐暨 4 月至 6 月會員生日會」。今年會慶首次改為中午進行。當日共有約 80 名理事、會員及其家屬、工作人員及義工參加和支持。

隨著第十二屆的理事完成兩年任期，新一屆(第十三屆)的理事在當日上任。在此感謝上屆理事為本會作出貢獻，亦有上屆理事願意繼續付出，連任理事。事實上，各位理事要兼顧自己工作和家庭，亦積極協助本會進行各種教育和推廣工作，難能可貴。本會一直以來有賴各位病友推動，由最初十幾位志同道合的病友和義工，本著「看得少，做得多」的精神信念，在沒有政府或公益金的恆常資助下，服務社區至今已達 25 載。

會上曾建平先生、梁七根先生和關品方博士分別在會務、財政和預算作詳細解釋。在同事的努力下，粵曲籌款在去年順利完成，所籌得款項也減輕本會「財赤」情況。在本年亦推出電話應用程式，方便會員獲得本會資訊。

接著會員聚餐暨 4 至 6 月生日會，會上大派生日禮物，也有善長捐贈的白酒作抽獎禮物。在享受完豐富的午宴後，大家都獲贈紀念品，盡興而歸。

經過理事互選後，第十三屆理事會成員名單如下：

會長：曾建平先生
副會長：梁七根先生
義務秘書：譚偉浩先生
義務司庫：關品方博士
理事：宋永江先生、林德深醫生、侯愛明女士、陳耀榮先生、馮鴻發先生、馮寶華女士、蔡賀明先生、杜洛恆先生

(P.2)

「陳登視網膜獎學金」計劃之推行目的，主要是鼓勵視障人士和他們的子女以至孫兒女都努力學習，自強不息，追求卓越。今年獲獎的同學共有5位。評審標準方面不但要求在學科上取得優秀的成績，在操行上亦必須保持良好表現。我們很多謝「陳登視網膜獎學金」評審委員會成員關品方博士頒獎，也很高興各位得獎同學們分享了他們的學習心得。

得獎者包括：

學生(中學組)	家長	獎學金
「品學兼優獎」		
陳澤謙	陳日豪	8000元
周嘉晴	王美莉	8000元
梁海謙	侯愛明	7000元
黃冰雪	招萬安	6000元
「勤奮進步獎」		
羅偉豪	趙小紅	3000元

社區共融體驗

『視事你要知』體驗工作坊

本會於2019年5月11日，18日應邀為香港青少年服務處及香港鄰舍輔導會舉行社區共融體驗活動，參與協助體驗服務成員包括戴彩梅、黎萍、區月梅、劉發、蔡賀明、董貴卿、陳樹春、龍景輝、麥笑蘭及吳洪璣，而參與對象為一眾家長、學生及青年職員。我們精心設計多項互動遊戲，為參加者提供模擬眼疾眼鏡、盲人白手杖和引路徑等教材，讓他們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。此外本會會員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，同時令到他們得到深切的反思。

公眾教育講座：

本會於 2019 年 5 月 3 日、7 日及 9 日，30 日分別為天主教新民書院、沙田循道衛理中學、五旬節靳茂生小學、中華基督教會灣仔堂基道小學進行教育講座，當日由葉敏儀、呂月明和歐敏貞葉敏儀一起參與主持講座，向同學分享社區無障礙設施資訊、常見的眼疾、愛護你的眼睛小貼士和導盲犬等題目，讓學生注重眼睛健康珍惜視力，亦致力宣傳平等、不歧視和共融的理念，教育學生學習包容及接納社區不同殘疾或特殊需要人士。

(P.3) 會務動態

Retina HK 電話應用程式 (ISO) 簡介(第二部分)

本會獲余兆麒基金 2016 贊助，為視障會員及公眾人士製作電話應用程式，大家可以通過程式了解本會最新消息、購買補充劑及活動報名等。本期繼續介紹使用 app 去購買補充劑，及登入會員專區以作報名活動。程式版本為 ISO，即是 iphone 使用，歡迎各位下載使用。

第三步：點擊左上角菜單欄目

可以點擊任何一個子菜單到達相對應的頁面

第四步：點擊左上角菜單欄目

然後點擊“補給站”

再點擊“營養護理”（即可在線購買藥品）

第五步：點擊主菜單右上角登入會員專區（出現登入頁面）

輸入對應的賬號密碼即可 “修改個人資訊，使用語音留言等功能”

用名：會員証上的「會員編號」

密碼：基本設定為聯絡電話號碼，為保障個人資料，請登入後更改密碼

(P.4)

會務動態

眼睛健康講座 - 三大致盲眼疾最新治療

香港新失明人口比例遠高於其他大城市，每年均有上升現象。為增加市民大眾對眼睛健康關注，本會聯同香港醫護聯盟於5月4日(星期六)下午，假九龍突破中心禮堂，為公眾人士免費舉辦眼睛健康講座，詳細介紹三大致盲眼疾：白內障、青光眼及黃斑病變之最新治療資訊。

當日好榮幸邀請到鄧維達眼科專科醫生作主講嘉賓，講解每項致盲眼疾的特徵及護理，包括自我檢測、早期預防、手術安排，輔助器材、手術後康復等。並附以不同臨床案例，圖文並茂，資訊深入而詳盡。會上各參加者踴躍發問，鄧醫生亦一一作出解答。

當日出席人數有近120人，本會安排視障會員及義工出席協助介紹本會服務，並即場向參加者派發「阿姆斯特勒方格表」便利各參加者自我檢測視力變化，同時提供不同眼疾模擬的眼鏡供各參加者配帶，讓他們有機會體驗不同眼疾的視覺障礙，加深對視力保護的意識。

互助花絮

香港議政殿堂-參觀立法會議事廳

為提升視障會員對香港政制事務的關注，增加對本地事務認知和參與，本會於2019年5月10日(星期二)下午，安排會員參觀位於金鐘的香港立法會，並於立法會餐廳享用精美的下午茶，歡度一個既輕鬆又富教育意義的下午。

活動當日於義工協助下一行40多人經立法會大會安檢後，進入立法會大堂參觀。各參加者對大堂的設計及佈局很欣賞，大堂設有模擬立法會主席及議員議事的兩種座位供參觀者試坐及拍照。當日並有立法會職員安排導賞講解，介紹立法會不同樓層設施，包括立法會全體議員大會會議室，二樓旁聽嘉賓席，記者席及觀景長廊。三樓的公眾席，保安室及立法會文物及教育資訊閣等。行程完結前於大堂自由購買紀念品，由於參觀內容豐富，各參加者均十分滿意活動安排。本會感謝香港失明人健體會義工協助，深水埗區議會贊助活動旅遊運輸。

6 月份 會員生日名單

恭祝各位 生日快樂 身體健康

馮天樂	許錦	胡健球	林東釗
劉燕芳	羅清生	林麗華	雷智文
李皓林	張振明	雷煥好	招潔文
許芷薇	陳玉娟	林強	黃善流
梁七根	張英華	朱美嫻	呂永捷
陳偉新	夏小平	呂宗璜	謝佩君
董貴卿	曹偉洪	潘世鏗	Nadeem
羅仲坤	陳榮水	鄭衛萱	區月梅
方日恩	鄺萬能	鄒蓓莉	霍榮安
吳少明	張美娟	陳星同	王琮明
張淑珍	鍾玉松	喬勇	文麗芳
鍾士芬	陳胡錦萍	劉婷	盧沃寧
余勝	林世文	譚偉浩	沈偉祺
李聯群	吳月華	甄寶基	陳敏
黃煥好	陳鳳娟	李長成	曾虹
區森	曾淑嫻	孔憲強	梁曼莉
陳柱中	程秀榮	陳潤鴻	陳景發
林英	蘇美攀	陳繼深	趙小紅
周雪嫻	李鳳	林毓浩	李怡澤
梁浩民			

補給站

維他命 C (750mg, 100 粒) (會員價 100 元/非會員價 130 元)

山桑子 (120 粒) (會員價 310 元/非會員價 350 元)

深海魚油 (660mg, 180 粒) (會員價 260 元/非會員價 300 元)

銀杏葉 (120 粒) (會員價 210 元/非會員價 240 元)

黃體素 (20mg, 60 粒) (會員價 160 元/非會員價 180 元)

視加補 (60 粒) (會員價 210 元/非會員價 250 元)

眼添明 (180 粒) (會員價 360 元/非會員價 420 元)

Facebook 專頁

本會 facebook 專頁已經建立，請搜尋:HKRetina，大家記得上來讚好和分享啦!!

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

版權所有，未經本會同意，不得轉載或引用