視網之窗 第318期2021年9月

看得少，做得多，支持我們做更多！

鳴謝：陳登社會服務基金贊助印刷

**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：**

**第二十七屆周年會員大會**

香港視網膜病變協會2021年第27屆週年會員大會已於8月28日(星期六)假中心舉行，當日有眾多名理事、會員及其家屬、工作人員參加和支持。由於防疫原故，會議亦同時於線上進行。

隨著第十三屆的理事完成兩年任期，新一屆(第十四屆)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27載。

會上曾建平先生、梁七根先生分別在會務、財政和年度預算作出詳細匯報及解答。去年度賣旗籌款已在各同事的努力及熱心人士的支援下，已於2020年11月順利完成，所籌得款項亦減輕本會財務壓力。隨著疫情趨向平靜，下半年的中心活動會逐漸增加，請拭目以待。

第十四屆理事成員如下：(排名不分先後)

曾建平先生、梁七根先生、關品方博士、侯愛明女士

鄭文娟女士、蔡賀明先生、王賢志先生、杜洛恆先生

馮寶華女士、馮鴻發先生、陳偉豪先生、林德森醫生

(P.2)

**中心活動**

**香港馬車會所慈善基金撥款資助**

**「關愛視障人士」**- **健體防疫活動計劃**

**活動目的**

1) 加強視障人士於疫情期間持續進行健體運動，以積極開朗的態度保持身心健康；

2)派發防疫及日用物資福袋，提升視障人士防禦疫症能力。

中心於2021年8月份內於中心禮堂為有需要的視障會員舉辦了多場健體運動，參與人數有超過260位。

各場健體防疫運動均由有運動經驗的視障會員擔任導師，藉以發揮助人自助、群體互動的團結精神。導師們於活動中帶領各視障參加者一齊做運動，提升身體健康，加強身體機能。

導師們因應參加者不同能力需要，以輕鬆有趣運動方式，帶領各參加者一同運動。所有進行的運動動作，均有講解動作的功用及益處，有效增加參加者對動作的練習及記憶，以便能夠各自於家中持續進行。

**(P.3)**

**續: 「關愛視障人士」**- **健體防疫活動計劃**

而香港馬車會所慈善基金主席們更在8月26日親身到臨中心向參加者致送福袋及表達對視障人士的關顧及支持。

中心衷心感謝各運動導師，各協助活動進行的義工朋友，與及香港馬車會所慈善基金善心撥款，使此項有意義活動能順利進行。

8月26日當日熱鬧非常，一眾馬車會所善長們盡展愛心，為視障會員送出一份關懷，一份心意和祝福 (見圖)

(P.4)

**會務動態**

**社區無障礙設施**

**本會的「社會政策小組」恆常參與各項無障礙建設事務，對視障人士的權益及無障礙設施尤其關注。小組成員譚世鴻先生於2021年8月31日出席「**房屋署屋邨無障礙」工作會議，就公共屋邨無障礙設施提出意見：會議重點包括：

1) 房屋署資訊通APP的無障礙設計：如何方便視障人士網上接收資訊。

2) 房邨辦事處前線工作員對為視障人士提供停水停電處理的認識。

3) 視障人士接收公共屋邨通告安排及適用性。

4) 升降機按鈕位置之設計建議。

**9月份 會員生日名單**

**恭祝各位 生日快樂 身體健康**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 吳婉榕 | 江美檸 | 李潤甜 | 朱翠儀 |
| 陳德偉 | 林敏恆 | 周靜 | 劉銳華 |
| 鄺炎雄 | 胡慕平 | 王輝光 | 肖承江 |
| 劉達榮 | 鍾應來 | 劉秀娟 | 陳耀榮 |
| 羅錫輝 | 何棠 | 李敏廉 | 黃湛昌 |
| 譚佩芬 | 劉奕讚 | 周俊昌 | 馮鴻發 |
| 孫景嫦 | 郭展銘 | 秦學瑩 | 王淑如 |
| 馮寶華 | 許學東 | 曾仲榮 | 聶偉倫 |
| 馮麗貞 | 黃耀民 | 潘海萍 | 歐瑞琼 |
| 林美明 | 梁甜甜 | 翟燕貞 | 吳婉儀 |
| 黃侶鳴 | 羅志雄 | 黃奕波 | 李宛茜 |
| 鄭連喜 | 吳輝華 | 古麗 | 陳志平 |
| 謝國鋒 | 張肖儀 | 陳文海 | 馮增評 |
| 黃四妹 | 張肖薇 | 梁愛寬 | 曹婉妮 |
| 羅彩英 | 鮑來興 | 蘇瑪莉 | 伍玉玲 |
| 錢應雲 | 邱純真 | 郭丹靜 | 林平川 |
| 余月燕 | 鄭浩欣 | 吳靜雯 | 李雅媛 |
| 吳志強 | 譚幗明 | 杜生嬌 | 鄺文英 |
| 林穎芝 | Tugiarti | 劉發 | 周美玲 |
| 梁秀琼 | 彭華春 | 李文浩 | 陳詠仙 |
| 陳珮丹 | 鄺曉嵐 | 杜洛恆 | 賴建玉 |
| 陳澤謙 | 陳永華 | 楊萬雄 | 尹淑德 |
| 鄧志強 | 羅偉豪 | 黃細玉 | 鄭玉玲 |
| 陳樹春 | 陳淑玲 | 劉潤連 | 周重志 |
| 趙桂英 | 林美琳 | 秦婉儀 | 周三梅 |
| 尹佩銀 | 劉景洪 | 鄭慶儀 |  |

**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](http://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