

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354期
2026年7-8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。

協會年度賣旗

協會將於9月19日（星期六）上午，假香港島進行賣旗活動。現時亦有多位視障會員、家屬、義工、學生及外界熱心人士報名協助賣旗，期望於大家共同努力下，會有一個理想的籌款數字，以便為會員提供質素與效能兼備的服務。



「養生健絡功」運動

養生健絡功創辦人陳萬麗 (Mona) 老師繼續於9月開始，為會員舉辦多場養生健絡功運動訓練，親身指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。



視障人士潛水樂

協會與潛能潛水會合作，為有興趣嘗試潛水運動的 10 位視障會員安排多場潛水活動知識講座，增加他們的潛水安全及水下溝通知識。潛水活動於 8 月 29 日（星期六）下午正式進行。參加會員與 10 多位潛水人員及教練一齊穿上潛水衣及背上氧氣樽下水，享受潛水樂趣。參加者均表示經驗難忘，並感謝協會安排、教練們的細心及耐性照應，享受了一個難忘下午。活動有效增強參加者的自信心及心理質素。中心感謝潛能潛水會的安排，各教練、潛水員及義工的熱心協助。



拉筋伸展計劃

專業拉筋運動導師鄭老師於 8 月及 9 月再次義務為視障會員舉行第二期拉筋伸展班，推動更多視障人士關注個人健康，改善健康體質。中心感謝義工們協助參加者一同做運動及講解伸展動作的功效及多謝鄭老師的義務付出。



香港理工大學 - 視障復康服務

協會於7月10日（星期五）下午，邀請香港理工大學眼科視光學診所視光博士及助手，於中心為會員介紹診所專業服務，包括1) 預約驗眼服務、2) 驗配合適助視器、3) 提供最新的電子產品及4) 人工智能技術。增加會員對先進視覺服務的認知。診所並即場為會員提供所需服務預約，便利會員優先使用診所服務。

香港理工大學設計學院 - 視障人士出行需要軟件研發

協會於7月及8月份內，配合香港理工大學設計學院對視障人士出行需要軟件出發研究，招募10位視障會員協助研究。每位會員於長沙灣路面行走時同時配帶電子數據儀、不同會員的行走數據會自動收集，經分析及研究以協助大學團隊研發視障人士出行需要輔助軟件。中心感謝會員熱心參與，設計團隊對視障人士服務的關顧及支持。



7
8
月
份

會員生日名單

劉蓮歡	林創發	譚世能	周健新	邊若嵐	劉朝莉	張肖華	萬嗣熙	李翠霞	陳麗英	蘇慧萍
李超旺	譚達明	林春艷	葉潤江	陳佛帶	何侶芳	林仕文	李國章	吳棟棋	林小英	李堅輝
陳玉英	孫燕芬	鄺好	李月娥	伍小戈	王成林	廖廣富	潘卓琪	鄧金連	儲正陽	鄭楚嫦
蘇康勇	余秀梅	Sukmiati	林美端	呂兆昆	吳紹館	常蕾	歐敏貞	司徒德華	陳婉玲	盧靄思
陳玉華	呂建明	譚世鴻	譚志運	梁桂鳳	潘燕燕	黃志偉	朱蘭娟	游文傑	林仕傑	廖寶珠
呂月明	彭文亮	李諾	葉社平	陸順輝	黃佩雯	吳銘峻	卓雅桂	黃麗嫦	羅愛蓮	劉傑銘
尹治平	陳靄鳳	張敏娟	林昭銘	張秀媚	麥福	李錦雄	劉偉明	黃子榮	盧詠慈	Rochelle Grace Sido
方三弟	洪軒利	司徒美	余漢坤	余漢坤	黃耀棠	陳劍文	陳鈺枝	戚瑞棠	何子健	Nurhayati Ba Baso Ensong
林信發	梁進能	梁漢駒	高家建	江紹偉	林嘉彥	趙玉玲	余美蓮	鄺炎曉	何根有	
黎軍輝	曾釗永	朱柏如	盧飛燕	簡瑞芬	蔡麗嫻	羅金會	盧美瑾	李子祺	莫陳婉嫻	
謝小山	陳川川	詹惠蘭	楊友	黎美貞	許毅賢	李志偉	高逸	王賢志	郭金彩	
葉惠兒	李耀華	董瑞芸	戴翠華	范雪珍	吳鑑而	吳家偉	戴汶傑	吳達志	鄧小燕	
曾建平	吳桂芬	江榮富	張佳偉	袁碧霞	陳潔雯	鄭惠文	游渠興	鄭曉豐	陳裕萍	
馮玉琪	郭燕珍	黎詠琳	羅玉怡	陳香潔	鄧桂深	霍樂瑋	陳結鳳	葉寶珍	吳秉軒	
江志鋸	黃秀平	梁飛龍	王芸芳	梁海雲	利志榮	陳鳳怡	凌嘉豪	余達志		
陳志成	羅麗萍	原玲	謝良	簡麗鳴	張漢強	賴建忠	姚晴暉	李國維		
陳麗怡	蘇華南	羅國榮	盧詠嫻	梅瑞屏	馬柏偉	方娜	黃遵緯	陳家駒		
楊吳瑪利			林潤仙	梁鳳翹	洪挺婷	葉子穎	楊路紅	歐陽美英		

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 7 月 23 日應邀為長沙灣救世軍曉華樓（貳居）服務中心會員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。內容包括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，增加參加者關注眼睛健康；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 8 月 20 日上午出席運輸署殘疾人士使用公共交通工具工作小組會議。會上就多項議題提出意見。包括：西鐵南昌站外新落成行人天橋路面及引路徑的防滑效能；行人天橋扶手電梯加設發聲裝置安排；以及輕鐵行人過路處增設警告磚事宜。

協會代表於 8 月 27 日上午，出席新皇崗口岸無障礙設施視察，由於口岸是由深圳負責興建，大部份無障礙設施均依大陸標準設計故並不合乎香港規格，香港政府各部門均會盡快改善。

新皇崗口岸分為 5 層，第一層是車輛出入檢查；第二層是香港居民出境樓層大堂，大堂鋪設引路徑，入門右手面有洗手間及暢通易達洗手間。由於口岸位處深圳境內，手機訊息已轉為國內訊號，故大堂有免費 WiFi 供出境者使用。

大樓第三及四層是入境層，出境要乘升降機或扶手電梯到第五層出境層出境。出境層設有近 100 個自助出境機或人工通道，香港居民如經人工通道出境，先用香港身份證出境後再用回鄉證入境深圳；如以自助機出境，只需以一張回鄉證於港方及深圳方自助機出入境即可。無論人工通道或自助機通道，港方及深圳方均一同拍貼，故香港出境後下一秒就即時入境深圳，十分快捷。



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！！