



## 韓國亞洲會所會議之行

十月三十一日早上我懷著興奮的心情與Sandy及Eva在機場會合，飛往韓國首爾參加2006亞洲會所會議。

是次亞洲會所會議的主辦單位是韓國首爾的活泉之家會所，參加會議的來賓有來自韓國各省份、日本、台灣、香港、澳洲、美國等會所的職員與會員，共有三百人之多。大會在籌備和準備工夫方面都做得十分週詳，除了在演講廳內安排了英語和日語的即時翻譯外，還安排了不少懂英語的義工在場幫助不懂韓語的來賓。在第一天的開幕典禮和歡迎晚會上，大會都有安排了民族舞和歌劇表演，使我們大開眼界。



第二天我和Eva作了兩場演講，介紹卓越之友、國內會所發展情況及過渡就業等，過程都相當順利。下午我們

參觀了活泉之家會所，發覺他們的規範亦不小，職員和會員都比我們卓越之友為多，晚上大會安排了遊船河的告別晚會，有豐富的自助餐及由各會所表演節目，我亦代表香港的會所唱了一首英文歌，大家都玩得很開心。



第三天早上Sandy與Eva亦作了一場講說，介紹會所怎樣支持新會員及怎樣聯絡一些不活躍的會員，過程亦十分順利，跟著便是開幕典禮，大家都拍了不少照片，還有大合照。

由於我們回港的班機是傍晚才起飛，我們有整個下午去逛街，去了一區類似銅鑼灣的地方消磨了一個下午，當地人都十分友善。這次旅程加深我對各地會所的認識，亦結交了不少朋友，感覺十分良好。



# 開開心心賀聖誕2006

這次是我加入卓越之友後第三個聖誕聯歡會。這次聯歡會使我感觸良多，回想以前我只是參加者，沒有參予幕後工作，今次我除了參予舞蹈表演外，還因 Kenneth 的因病退出而由我頂替出任司儀。我十分緊張，我和 Celia 只對了兩次稿。Anita 的要求十分高，她要求我們表現流暢。我覺得與其搬字過紙，不如用生動全神的演繹方法，故此我使用了詹瑞文的演繹方式擔任司儀工作。緊接司儀工作之後，是我和美美的社交舞表演。十分多謝 Marge 借出交際舞比賽的 DVD 給我和 Mimi 參考及指導我和 Mimi 排舞，使我們獲益良多。觀眾的熱烈掌聲，使我們多次以精彩的舞姿答謝觀眾的掌聲。今次聖誕聯歡會，我深深體會到參予幕前、幕後工作的不同。這次聖誕節十分難忘，多謝會所給予表演機會！



夕陽

## Rowena 就業心聲

各位會員：

我是 Rowena，我已經在勞工處找了一份在銀行清潔的工作。清潔地方好像會所，工作主要是做櫃台前的清潔、倒垃圾、掃地、拖地、抹桌、煲水、洗廁所。之後做內部清潔，洗杯等等工作，雖然每月只得 \$1,000，但做一小時清潔工作，我當作是日常的運動罷了。工作十分愉快，一小時的工作很快完成，每天都很開心高興。





# 健康生活日營

12月2日，是我們卓越之友舉行日營的大日子，日營地點在元朗大棠保良局渡假村舉行。該日秋高氣爽，不失為旅行的好日子。我的心情十分高興，因可以和差不多60人一起去旅行，這是我參加卓越之友後，第一次參加這麼盛大的郊外日營，心情十分雀躍。



當日有很多活動參加，例如射箭、跳彈床、打羽毛球、網球、壁球、桌球等.....營內還有小食亭，汽水機給我們使用。其他除了有些要給按金的活動外，如放風箏，打羽毛球，壁球等都免費的，所以我們該天盡慶而返！

我選擇了燒烤作為午餐，大夥兒合作將碳放在爐中起火，十分合作。我們談天說地，十分開心！！還有當天我們的義務導遊小姐瓊金，沿途很風趣地為我們介紹營地的節目及沿途的風光，我十分欣賞她當天的表現。由於路程較為遙遠，所以路上各人也高歌一曲，我亦唱了一首「橄欖樹」，希望大家多多指教！最後祝大家聖誕快樂，聖誕將至，12月16日卓越之友又有活動，我該日也會參加的，希望你也會參加。

寶瓊

## Janet就業心聲

我參加卓越之友後，經轉介安排下，很高興能夠於今年一月至十一月到摩根士丹利公司工作，擔任辦公室助理，工作範圍包括信件分類、蓋印、到銀行入票及出外送文件等工作。



由於長期患病的我，對工作的耐力通常很短暫，但今次我大有進步更打破以往的記錄，能夠完成九個月的合約。原來只要肯努力堅持，並且得到僱主、同事、會所、朋友、家人給予的鼓勵，感到信心增強了許多。



## 行政部

### 行政

1. Eva 及王醫生於 12/12/06-14/12/06 到長沙開會，以協助籌備第一所國內的精神康復會所在長沙成立。
2. 於 2007 年 1 月 23 日至 26 日舉辦「會所啓導課程」，今次的參加者都是有意成立會所的組織，他們分別來自杭州和台灣。第二次的「會所啓導課程」將定於 2007 年 3 月 13 日至 16 日舉行。
3. Sandy、Derek 及 Eva 於 31/10/2006 至 3/11/2006 到韓國參加亞洲會所會議，已經順利完成歸來。
4. 由二零零七年一月一日開始，所有醫院範圍內，包括戴麟趾康復中心，將會實施全面禁煙，違例者最高罰款 \$5,000，敬請會員留意。
5. 勵友會希望新一年度開始邀請會員及家屬加入協助發展工作，有興趣者請聯絡 Eva、Mimi。



### 就業

1. Can 於 24/11/06 到怡和迅達任行政文員一職。
2. 有 6 位會員到必勝客及 9 位會員到怡和機器有限公司作小組就業。

## 文書部

### 文書

1. 韓國會所要求我們協助訪問會員喜歡回來會所的原因，共訪問了 38 位會員，多謝 Louis 協助翻譯。
2. 新一期介紹員訓練班已舉行了，介紹員可回來翻看廣東話、英語及普通話版本的錄影帶。
3. 已協助派出 49 張「殘疾人士免費乘搭車船及免費享用文康設施証」，此証適用於 26/11/06 當日使用。
4. 多謝怡和迅達送了 50 張「流行性感冒預防疫苗注射」禮券給會員。
5. 「健康生活日營」已於 2/12/06 順利舉行，有 62 名參加者，當天天氣清涼，大家盡興而返。

### 輔助教育

1. 八堂普通話課程已完成，多謝陳廣老師。
2. 芳芳剛開始修讀 Excel 班。
3. 十一月份舉行的 Excel 班已順利完成。
4. 已於聖誕聯歡會頒發本年度在會所舉辦的教育課程修讀證書，包括倉頡輸入法、網頁設計、實用普通話、實用英語、Excel 及瑜珈班。

## 膳食部

1. 轉餐表已經完成，取消了葡汁雞翼和三色蛋，改為番茄蛋雞柳和雲耳肉片兩種。
2. 已開始供應健康早餐：麥皮、焗蛋及茄汁豆三文治。
3. 星期美點亦提供焗粟米、焗番薯乳酪等健康食品。

## 環保小賣部

1. 小賣部現有一些很健康的無糖潤喉糖出售和非油炸的粉絲，請大家多多惠顧。

# 活動預告

二零零七年一月

		三 3	四 4	五 5	六 6
	元旦	準則會 (2:15-3:00)	肥胖與疾病論壇 Marge, 膳食部 (3:30-5:00) 乒乓球 恒、炳林 (5:00-7:00)	月會 (3:30-5:00)	就業及教育慶祝會 Eva、榮、Rowena 草菇雞柳糙米飯 青照、梅姐 (10:00-12:00)
7	8	準則會 (2:15-3:00)	健康煮飯仔 Amanda、阿龍 (5:00-7:00)	週會 (4:15-5:00)	行山: 恆、偉立 (10:00-12:00) 專業義工剪髮: Didi、紅梅、佩思 生日會: Anita
14	15	準則會 (2:15-3:00) 普通話練習 陳老師、文書部 (3:00-4:30)	普通話練習 陳老師、文書部 (3:00-4:30) 瑜珈班 June、Eva、冰 (5:00-7:00)	週會暨運動 與體重論壇 Wendy 環保小賣部 (3:30-5:00)	電腦班 (上網找資料) Marge、港生 (10:00-12:00)
21	22	卡拉 OK 迎啓導 Marge、Rowena、 梅姐、瓊金 (5:00-7:00)	24	25	26
		會所啓導課程			
28	29	準則會 (2:15-3:00)	團年飯 Anita、永光 (5:00-7:00)		
		23	24	25	26
		27			

二零零七年二月

日	一	二	三	四	五	六
				1	2	3
				週會(4:15-5:00)		視聽娛樂 榮、港生 (10:00-12:00) 生日會: 恆
4	5	6	7	8	9	10
		準則會 (2:15-3:00) 電腦班(燒碟) 榮、Kenneth (5:00-7:00)	製作蘿蔔糕、 馬蹄糕 膳食部、阿龍、 芳姨、阿虎 (2:00-5:00)	月會 (3:30-5:00)		攝影班 Anita、Sandy Au (10:00-12:00)
11	12	13	14	15	16	17
		準則會 (2:15-3:00)	年廿七行花市 Wendy、紅梅、 Rowena (5:00-7:00)	週會 (4:15-5:00)		年三十
18	19	20	21	22	23	24
年初一 看花車巡遊 Anita、 Marge、笑貞	年初二	年初三新年團拜 Amanda、榮、 海光		週會 (4:15-5:00) 英文普通話會話班 Mr. & Mrs. Daniel Brindle (禮來藥廠僱主) Wendy、海光 (5:00-7:00)		就業及教育博覽展 Amanda, Thomas, 榮 (10:00-12:00) 專業義工剪髮 Didi、Marge、華新
25	26	27	28			
		準則會 (2:15-3:00)	正月十一春茗 環保小賣部 (12:30-2:00)			





印刷品

### 最新消息

1. 戒煙講座於二月一日(星期四)下午三至四時於會所舉行。
2. 「會所模式啓導課程」將於2007年1月23日至26日舉行，而第二次啓導課程將於2007年3月13日至16日舉行。
3. 大年初一會所會參觀花車巡遊及大年初三會有團拜活動。
4. 春茗將於正月十一(2007年2月28日)中午在會所舉行。
5. 由2007年1月6日開始，會所的星期六開放時間將延長，會所星期六的開放時間為上午9:00至下午1:00，午膳時間為中午十二時至十二時四十五分，請各會員注意。
6. 第二班免費瑜珈班將於3月21日至5月23日逢星期三、晚上5時至7時於會所舉行。

#### 卓越之友會址：

香港般含道9B戴麟趾康復中心四樓

電話：(852) 2517 8127

傳真：(852) 2517 8169

網址：[www.phoenixclubhouse.org](http://www.phoenixclubhouse.org)

電郵地址：[pc@phoenixclubhouse.org](mailto:pc@phoenixclubhouse.org)

#### 開放時間：

星期一至五：8:30a.m.-5:00p.m.

星期六：9:00a.m.-1:00p.m.

「卓越之訊」製作小組：

**Anita, Chi Ho, Helen, Katherine,  
Kenneth, Wing**

版面設計：

**Helen, Kenneth, Wing**

