



卓越之訊

Phoenix Newsletter
<http://www.phoenixclubhouse.org>

外出活動—參觀科學館古埃及文明展覽

八月五日星期六，我們去了科學館。這次去科學館參觀了「永生傳說-透視古埃及文明」。受到電影影響，從前對古埃及的印象只有木乃伊和金字塔。參觀後發現原來還有其他有趣的文物如化妝品、衣服、項鍊、面具、石碑.....等。從來中式或西式棺木給人的感覺都是好簡單，單調的。這次展出埃及的棺木不只有彩色的圖案，其中一個還有三成棺木內外都有圖案。這次展覽時採用最新的電腦掃描技術，無須解封木乃伊包裹物料，也能讓我們看到不少寶貴資料，還可以知道他們的死亡原因。原本以為只有法老王這些統治者才有資格被製成木乃伊，這次參觀後才知道還有其他不同身份的人也可以製成木乃伊，當然也要是達官貴人。展出的六具木乃伊裡其中兩具讓我印象比較深刻，一具是個幼童的，比較少見。還有一個年輕男子的外棺面畫了男子的肖像，看起來臉瘦瘦的，但展板上說根據掃描顯示，男子其實應該是個胖子，可見古人也愛美圖秀秀，哈哈.....

剛進場參觀時因為場內比較黑，所以和其他會員走失了。好彩入場時是以小組一起入場，才不至於要單獨行完整個展覽。

看完文物後，有些遊戲讓人們加深對古埃及的認識。其中一個遊戲給我們拍照並在照片上加上埃及的裝飾品，讓我們可自製自己成古埃及造型並比對和真正的埃及人的相似度。

我很開心能參加這次展覽。



《學習用「五感」體驗世界》

《學習用「五感」體驗世界》

8月19日(六)的周末活動是就業午餐，由Leona主持。她嘗試教導我們用「五感」去認知世界，深入了解身邊的人和事。這「五感」就是我們日常生活使用的視覺、聽覺、嗅覺、味覺和觸覺。



她要我們自行二人組成一組，樹強做了我的拍檔。我很高興碰到樹強，因為大家已經多年沒見。當中印象最深刻的遊戲是帶著蒙住眼的對方走畢一段路程。首先是樹強引導我，他在背後支持我，讓我自行感受前路會遇到的阻礙；之後我們互換身份，本人選擇了最簡單直接的方式去完成任務，就是運用自己的雙手緊握他的雙手，我們在最短時間內完成，證明這個方法是湊巧的！我們亦獲得Leona的讚許和大家的掌聲。此環節最重要是彼此信任對方！



另外，Leona亦教了我們一套應對技巧：「薩提爾模式」，其五式分別是討好、指責、超理智、打岔和一致。



Leona除了詳盡講解，還教導我們做一套動作，去體驗以上各種方式。這個活動加深了我對自己的認識，當中發現自己原來很喜歡「打岔」，經常轉換話題來分散別人的注意力。難怪和Ani ta做進度表的時候，她經常說我離題。小弟實在要自我檢討一下！

萬里望



我們的義工 Brandon

今年仲夏，來了一位年輕義工，他名叫 Brandon。他剛剛考完 DSE，正等待著成績公佈。他趁著暑假，前來協助我們。Brandon 在會所的主要任務是協助環保小賣部的日常運作，整理 ER 僱主招待會相簿，以及給僱主的紀念品。

這位小伙子樂意與會員溝通，本人有幸跟他分享一些讀書的心得。雖然相處的時間並不多，但我覺得與他很投契。原來他在 DSE 選修生物和地理，這兩科也是我喜愛的。我跟他談志向，又問他大學想修讀甚麼。原來他的第一志願是「護理學」，第二志願是「職業治療」。我跟他作出分析：其實本人認為「護理」相當厭惡，在老人院工作期間，我曾目睹保健員用手指為老人家探肛；至於「職業治療」，主要是跟進個案，為服務使用者提供工作能力評估和教授實用工作技巧。



放榜的日子到了，那天我沒有回來，但我致電 Brandon，關心他的成績。他最後打算到澳洲繼續升學，修讀「職業治療」。現在他打算找一份臨時工幫補學費和生活費。或許有一天他學滿師後，會回港工作，甚至成為我們「卓越之友」的職員。相信有緣的話，大家會在世界某個角落再見！

萬里望

衣物回收感想

衣物回收已開始數年，是由環保小賣部門負責，多謝勵友會、醫護人員、各界人士和會員的大力支持，我們收到很多的衣物包括帽、頸巾、恤衫、T-恤、外衣褲子、皮帶、袋、鞋子等。我是捐贈者，亦是受惠者。這個活動很有意義，一方面可以將不再喜愛的，不太舊的衣物捐出來，不但可以與人分享，又可以循環再用，免得浪費，大眾又可受惠。餘下的捐去回收站，然後捐去貧窮落後的村落，我很支持這個回收理念。希望衣物回收可以繼續舉辦。



蘭子

行政部

1. 恭喜希望之光已於 2017 年 7 月 3-6 日進行認證，並認證成功。
2. 多謝義工 Mike Hui 及 Brian Jim，連同 13 位會員協助拍攝反歧視展覽的照片。歡迎新的義工 Johnson 由 7/8 開始逢星期一前來替會員編輯他們的故事。該展覽將於僱主招待會展出。
3. 恭喜義工 Eric 及膳食部攜手參加瑪麗醫院 80 周年攝影比賽，並獲得優異獎。得獎作品將於 25/9-6/10 假中環交易廣場中央大廳展出。當中亦有瑪麗醫院各部門包括卓越之友的照片。

過渡就業

1. 欣衡已於 31/7 完成摩根士丹利郵務助理一職，並由顯禮於 1/8 接任。
2. Michelle 已於 2/8 接任美國禮來亞洲公司文員一職。
3. Terry 已於 3/7 完成香港置地集團有限公司文件處理員一職，並由清華於 24/7 接任。
4. 翠虹已於 3/7 完成香港置地集團有限公司文件處理員一職，並由卓龍於 23/8 接任。

文書部

1. 我們已於 28/6 為陳廣老師舉辦了 88 歲生日會及歡送會，感謝他熱誠認真地在會所義務教導會員普通話 11 年，風雨不改。
2. 早前文書部訂購的 CANON 相機閃光燈已送到會所。
3. 開放日暨僱主招待會的邀請咭已印製完成，稍後我們確定出席名單後會派發給各僱主。
4. 經開會商討後，急救班將於開放日暨僱主招待會後舉行，文書部現正聯絡香港聖約翰救護機構確認申請安排，有與趣會員可到接待處報名，HK\$240 課堂及考試費可於輔助教育基金中扣除。
註：如在 2017-2018 年度申請過輔助教育基金者除外。

教育

1. 文書部已公佈上年度的教育需要調查結果，並正設計新一年度的教育需要調查。
2. 文書部已完成整理教育資源檔案。
3. 進修閣壁報板現正整理中，現誠邀請會員參與我們的學兄學姐計劃，希望大家將自己所學與大家分享成果。

環保小賣部

1. 歡樂日營聚天倫尚餘少量餘額，截止報名日期 9 月 11 日(一)，請與家屬積極參與。是次活動集合時間及地點：
A) 8:30AM 會所集合 / B) 9:00AM 賽馬會傷健營(薄扶林水塘 75 號)
節目包括: 日營，攀石，射箭，IPSC 氣槍實用射擊，會員及家屬分享會，集體遊戲，豐富午餐及享用營內設施。
2. 衣物回收活動反應非常踴躍，已有超過 350 件衣物成功派發給予會員，多謝會員支持環保。

膳食部

1. 7 月 8 日(星期六)舉行了小食班+生日會，當天我們製作了芝士洋蔥焗薯餅。會員早於兩天前已選購了優質的食材，為此活動作好準備。很多會員一同參與以及和 7 月份生日的會員一起慶祝，場面十分熱鬧和溫馨。
2. 膳食部廚房的 -18C 雪櫃，於早前因溶雪出現問題，已聯絡了機電署為我們進行檢查，已經回復正常運作！
3. 餐廳用的白色膠杯已經用了多時，經過討論之後，膳食部決定將會全面更換新杯，歡迎會員向我們推薦新杯款式。

節目預告

二零一七年九月

日	一	二	三	四	五	六
					1 準則會(4) 3:30-4:30pm Henry, 蘭子	2 咖啡沖調班+生日會 Katy, Henry, Enzo
3	4 英文班 (3:00-4:00pm) Greg, Alex, Verena	5	6 普通話班 (11:00-12:00nn) 梓欣, Verena, Henry	7 電影欣賞 5:06-7:06pm Joseph, Martin	8 準則會(5) 3:30-4:30pm Verena, Mimi	9 中山公園野餐半天 樂悠悠 Chris, Anita, Rachel, Bianca
10	11 英文班 (3:00-4:00pm) Greg, Alex, Verena	12 籃球 5:06-6:36pm 天賜, Henry	13 普通話班 (11:00-12:00nn) 梓欣, Verena, Henry	14	15 準則會(6) 3:30-4:30pm Leona, Winnie	16 就業午餐 (強積金你識嗎?) 義工 Roger, 蘭子, Leona, Tracy
17	18 英文班 (3:00-4:00pm) Greg, Alex, Verena	19	20 普通話班 (11:00-12:00nn) 梓欣, Verena, Henry	21	22 準則會(7) 3:30-4:30pm Henry, 蘭子 就業晚餐 5:06-8:06pm 欣衡, Bianca	23 行山 Neil, Henry, Enzo
24	25 英文班 (3:00-4:00pm) Greg, Alex, Verena	26	27 普通話班 (11:00-12:00nn) 梓欣, Verena, Henry	28 元創坊 5:06-6:36pm Joyce, Enzo	29	30 月餅製作 義工 Shirley, 巧玲, Verena, Martin

2017 培訓中心會議

2017 國際會所會議

二零一七年十月

日	一	二	三	四	五	六
1 歡樂日營聚天倫 (香港傷健協會 賽馬會傷健營) (9:00am-4:00pm) Anita, Verena, Tracy, Henry, Leona, Bianca	2 國慶翌日	3	4 普通話班 (11:00-12:00nn) 梓欣, Verena, Henry 中秋節 BBQ 晚會 (5:00-8:06pm) 巧玲, Rachel, Henry, Tracy	5 中秋節翌日	6	7 就業午餐+生日會 (如何建立正面形象) 卓龍, Anita, Rachel, Bianca
8	9 英文班 (3:00-4:00pm) Greg, Alex, Verena	10	11 普通話班 (11:00-12:00nn) 梓欣, Verena, Henry	12 瑜珈/羽毛球 5:60-6:36pm Dept. \$20 Eli, Enzo	13 準則會(1) 3:30-4:30pm Verena, Mimi	14 心靈/教育午餐 (記憶有妙法) John, Verena, Tracy
15	16 英文班 (3:00-4:00pm) Greg, Alex, Verena	17 小食班 5:06-6:36pm Joyce, Martin	18 普通話班 (11:00-12:00nn) 梓欣, Verena, Henry	19 勵友會 7:00pm Dept. \$80 Verena, Anita	20 準則會(2) 3:30-4:30pm Leona, Winnie	21 護膚班 義工 Apple, Leona, Martin
22	23 英文班 (3:00-4:00pm) Greg, Alex, Verena	24	25 普通話班 11:00-12:00nn 梓欣, Verena, Henry	26 Rosemary 製作 5:06-6:36pm 寶琮, Tracy	27 準則會(3) 3:30-4:30pm Henry, 蘭子	28 重陽節
29	30 英文班 (3:00-4:00pm) Greg, Alex, Verena	31 唱 K+X-box 5:06-6:36p 惠芳, Henry				

<http://www.phoenixclubhouse.org>

卓越之友

香港高街一號F

戴麟趾康復中心北翼一樓



最新消息

1. 環小添了一部智能手機可用WhatsApp功能將開設群組供與會員聯絡之用。詳情可向環保小賣部查詢。
2. 10月1日歡樂日營聚天倫將於香港傷健協會賽馬會傷健營舉行，費用全免。請有興趣會員到接待處報名。
3. Joseph, Anita, June將會於21-29/9/2017代表會所到美國密歇根州參加培訓中心會議及國際會所會議。

卓越之友會址：

香港高街一號F戴麟趾康復中心北翼一樓

電話：(852)2517 8127

傳真：(852)2517 8169

網址：www.phoenixclubhouse.org

電郵地址：pc@phoenixclubhouse.org



開放時間：

工作日

星期一至五：8:30a.m.-5:00 p.m.

社交活動

星期六：9:00a.m.-1:00p.m.

星期二或四：5:00p.m.-7:00p.m.

及部份公眾假期

版權所有，不得翻印。如欲轉載，必須得本會所同意後方可。

如閣下不欲再收到此通訊，請聯絡卓越之友文書部 (電話: 2517-3703) 登記，謝謝！