



毅希會

九龍 深水埗 南山邨 南偉樓地下103-106室

電話：2713 6444 傳真：2715 0999

網址：<http://www.hkraasso.org> 電郵：hkraasso@gmail.com



印刷品

更改通訊地址 / 電郵地址 / 電話通知



如 會友的通訊資料有所更改，煩請填妥下列表格，以電郵、郵遞或傳真至毅希會進行更新，好讓我們能與您保持聯繫。



會員姓名：_____ 會員編號 / 附屬編號：_____

電話：(住宅) _____ (手機) _____

通訊地址：_____

緊急聯絡人：(姓名) _____ 聯絡電話：_____

電郵：_____

新資料生效日期：_____

除毅希會資訊外，是否接受其他聯繫組織資訊

是 否

通告(一) 香港風濕病基金會面書 (Facebook) 專頁

香港風濕病基金會面書 (Facebook) 專頁已正式面世，請各會友踴躍到以下網址『Like』專頁，及可知悉更多關於風濕病科資訊，並可分享給各方好友：

香港風濕病基金會

<https://www.facebook.com/hkarf.fanpage/>

謝謝各位支持。

通告(二) 緊急聯絡人資料

因應最近發生參加運動班的學員，突然失去聯絡，而這位學員更是一位獨居長者，致令其他會友學員非常擔心，雖然最後終於取得聯絡，知悉該會友已在家人悉心照顧中，但經歷此事件後，委員會開會商討後決定在會訊封面的「**更改通訊地址 / 電郵地址 / 電話通知**」加上一欄**緊急聯絡人資料**給有需要的會員填寫，各會友可自行決定是否需要填寫。



繪畫班

繪畫 是藝術治療其中的一項，可透過學習繪畫舒展內心情懷，讓心靈放鬆一下，學員不需自備任何物料。



日期：2016年9月2日至2016年10月28日（2個月為一期）

時間：中午12:30 - 14:00（逢星期五）

地點：深水埗南山邨南偉樓地下103-106室

名額：10人《超額則進行抽籤》

費用：每期 \$140 元 / \$70(綜援會員)

【於第一堂由職員收取全期費用, 不設退款】

太極班

太極 始於中國，源遠流長，招式剛柔並重，糅合了武術、藝術、氣功等養生之道。透過太極運動，若持之以恆，可達致調理身心、強身健體、改善關節活動能力的效果。

※需時4個月(兩期)才可學習全套招式※



日期：2016年9月6日至2016年10月18日（2個月為一期）

時間：上午10:00 - 11:00（逢星期二）

地點：上環文娛中心（皇后大道中345號11/F）

名額：20人《超額則進行抽籤》

費用：每期 \$30 元 **【於第一堂由組長收取全期費用, 不設退款】**

以上活動，查詢及報名：請即致電「毅希會」 2713 6444 並清楚說明你的姓名、會員編號、聯絡電話及班別名稱。

↑ 以上活動由社署資助



惡劣天氣安排：

如活動舉行前3小時，天文台仍懸掛下列訊號，活動將會取消：

1) 發出紅色或黑色暴雨訊號； 2) 八號或更高風球。



健體舞 鬆一鬆



健體舞 不但可促進血液循環，更有助增強心肺功能，增加關節的靈活性，是水療以外另一種有效舒展筋骨的運動。

日期：2016年9月1日至2016年10月27日《2個月為一期》

時間：下午1:00 - 2:00（逢星期四）

地點：深水埗保安道325-329號保安道市政大廈2樓體育館

名額：18人《超額則進行抽籤》

費用：每期\$60元【於第一堂由組長收取全期費用，不設退款】

以上活動，查詢及報名：請即致電「毅希會」2713 6444 並清楚說明你的姓名、會員編號、聯絡電話及班別名稱。

↑ 以上活動由社署資助



惡劣天氣安排：

如活動舉行前3小時，天文台仍懸掛下列訊號，活動將會取消：

1) 發出紅色或黑色暴雨訊號； 2) 八號或更高風球。

主辦機構：



免費
健康講座

類風濕性關節炎 最新治療趨勢 風濕指數要知道

類風濕性關節炎

是一種由免疫系統攻擊自身組織而引起的慢性關節發炎，發炎狀況若處理不妥有機會造成關節侵蝕及變形。風濕科專科醫生為您詳細講解其疾病成因、徵狀、最新的治療方向及選擇，解讀不同風濕發炎指數，增加對疾病的認知及健康管理。

日期：2016年9月10日(星期六)

時間：下午2時至3時半

地點：九龍保安道373號豐盛居「港青西九龍耀信發展學習中心」
UG層大禮堂(有無障礙設備)
(長沙灣港鐵站C2出口，由興華街向順寧道前往，與保安道之間)

主講嘉賓：余嘉龍醫生(風濕科專科醫生)

參加對象：毅希會會員及公眾人士

報名熱線：2713-6444 (毅希會會員)
2122-9664 (公眾人士)

坐位有限，額滿即止





香港復康會
The Hong Kong Society
for Rehabilitation
社區復康網絡
Community Rehabilitation Network

風濕醫·患互動區

風濕路·自在行

簡單關節
活動能力及
身體評估

與風濕科專科
醫生或護士
真情對話

病友分享
管理風濕
貼士

掌握社區資訊，做
個精明患者，成為
管理風濕病專家

風濕新人類召集

2016年9月9日
(星期五)
晚上 7:00 - 9:30

康山中心
香港鰂魚涌英皇道
1120 號康山花園
第六座地下

查詢及報名電話：
2549 7744

2016年9月24日
(星期六)
下午 2:30 - 5:00

大興中心
新界屯門大興邨
興昌樓 23-33 號
地下

查詢及報名電話：
2775 4414

2016年10月8日
(星期六)
下午 2:30 - 5:00

威爾斯中心
新界沙田威爾斯親王
醫院職員宿舍 B 座
10 樓 B 室 (南面入口)

查詢及報名電話：
2636 0666

支持機構

