

柏之訊

(一份屬於柏金遜症患者、家屬及照顧者的刊物)

編者的話

農曆新年轉眼又過去，市面的過年氣氛，尤其是拜年活動早已淡退多時。但本會今年的拜訪柏友活動卻是剛剛起步，正所謂『有心唔怕遲，十月都係拜年時』，各區的關顧義工正在策劃有關安排，若果你也想參與其中，不妨先看看今期專題介紹的關顧計劃。

新年過後，本會隨即開展今年的活動序幕，首項活動是2月19、22及23日舉行的「香港迪士尼樂園」遊，這3天的活動共有237人參加，促成了83個會友與家人享受了一個難忘的家庭同樂日。

接著的是「2014愛心太極操」，亦已於4月13日順利舉行，本會參加者120名，其中約半數更登場演練了一套《鄭家太極十二式》助興。今年「愛心太極之星」請來了電視藝員胡楓先生，司儀是安德尊先生。除了一眾名人嘉賓外，還有來自內地「帕金森病友組織」參與交流的七位患者和義工。其實在「2014愛心太極操」之前兩星期，有近百位會員進行了另類活動，參加在浸會大學舉行的中醫藥講座。有關各項活動的圖文報導，請參閱「活動花絮」欄。

《柏之訊》一向是柏友抒發情懷的平台，今期的投稿既有來自大家熟悉的卓卓及萍萍；亦有虫虫的初次來鴻，分享其廿年來患病的心路歷程；青松則撰文感激其主診醫生的專業細心；亞偉更自譜歌詞憑曲寄意，並且揭示了柏友的内心世界；還有鄧伯強介紹踢毽子的運動經驗，都值得大家參考嘗試。

除了登載感性文章外，傳遞予會友息息相關的資訊，亦是本刊的主要功能之一，為此開設了「柏訊短傳」資訊欄，集中發放相關短訊，方便翻閱。今期共有八項消息公佈，包括：『會員動向』、『照顧者互助支援平台』、『醫管局藥物名冊更新』、『成立圖書閣』、『認識社區資源』、『會員續會/退會溫馨提示』、『香港復康會社區復康網絡【柏金遜症病科活動推介】』、『柏金遜症平衡運動』等等。

讀者如對《柏之訊》之內容有任何意見，歡迎隨時來函指導，編輯委員會務必從善如流，確保每期《柏之訊》之素質。

編輯委員會：鄭藉時 何耀垣 莊達成 屢凌珠
郵務小組：范錦佩 李麗芳

2014年6月號（第55期）



香港柏金遜症會

九龍橫頭磡邨宏禮樓地下
電話：2337 2292
傳真：2337 2203
網址：www.hkpda.org
電郵：hkpda@netvigator.com

目 錄

編者的話	封面
專題分享	
「遜有良朋·將愛廣傳」關顧計劃	江德怡 2
柏友天地	
長江後浪推前浪	卓卓 3
誰能明白我們的内心世界	亞偉 4
踢毽子	鄧伯強 5
亞姨你好勁喔！	萍萍 6
醫者父母心	青松 7
患病的心路歷程	虫虫 8
柏訊短傳	
會員動向	9
照顧者互助支援平台	9
醫管局藥物名冊(更新)	9
成立「圖書閣」	10
認識社區資源之「社建師集」家居維修	10
會員續會/退會溫馨提示	11
CRN柏金遜症病科活動推介(6-8月)	11
柏金遜症平衡運動	11
活動花絮	
「柏出奇妙的旅程」香港迪士尼樂園	12
「臨床應用中藥針灸延緩柏金遜症的退化過程」講座	12
2014愛心太極操	13
國內帕金森病友組織訪港交流	13
分區活動時間表	14
捐款呼籲	15
會員入會申請表格	
	封底



本刊物刊載之言論，純屬作者個人意見，並不代表本會立場。
「本刊登載之文章，本會保留最終使用權，版權所有，轉載須徵得本會同意」



「遜有良朋・將愛廣傳」關顧計劃

江德怡

大家好，我是關顧活動幹事江姑娘(Esther)，不知各位對標題中的「關顧計劃」有沒有印象？關顧義工參與服務後有什麼感想？柏友接受過關顧服務後又有什麼感想？相信正在閱讀這篇文章的資深柏友一定有很多的回憶在腦中播放，而入會不久的柏友則可能一頭霧水呢！但不要緊，就藉此次機會向大家介紹一下這個計劃吧！

「遜有良朋・將愛廣傳」是本會承蒙香港柏金遜症基金資助的一個關顧計劃，是建基於會員與會員之間的互助精神之上，計劃已實施了兩年。關顧服務是泛指任何本會會員，志願貢獻個人的時間及精神，在不為任何物質或金錢報酬的情況下，透過不同的關顧方式，在精神上支持鼓勵一些有需要被關懷的患者，積極面對疾病。

現時關顧服務主要覆蓋兩大範疇：(一)電話關顧，致電慰問隱蔽或非活躍患者會員及跟進其需要；(二)探訪關顧，對願意受訪患者進行探訪活動，包括家訪及院舍探望。隨著關顧計劃漸趨成熟，2013年增設了小組關顧茶敍，讓大家有多種關顧方式可選擇。

就著以上計劃，本會於2012年3月28的退修營開展關顧義工招募行動，截至2014年3月27日，關顧義工的登記人數有83人。在2012和2013年期間，接受關顧服務人數分別有73人和136人。你願意加入關顧義工行列嗎？歡迎來電查詢及登記。





長江後浪推前浪

卓卓

記得一年多前，我太太溫馨地對我說：「阿卓，明天開始你去接『橋橋』外孫女放學，總比整天在樓下對奕好得多，一來可以作為做運動，鍛煉身體；二來可以培養對她的感情。」我欣然接受太太的建議。

我清楚地記得第一天去接『橋橋』放學時，一路上她一言不發，這和她的性格不同，平時她總是說個不停，出了地鐵站『橋橋』突然停了腳步，站在我面前，抬起頭來，用期望的眼光望着我說：「公公，你知道我喜歡食朱古力之外，還喜歡食些什麼呢？如果不知道我可以告訴你，我歡喜食雪糕和蛋糕，公公，你是否會買給我食。」她繼續講，原來一路上她不講話的原因，是在思考怎樣向我表達這番說話，這是她鋒芒初露。

有一次放學回來，她用很溫柔的口吻說：「公公，每天不是食糖便是食餅，今天不買零食想買一件文具，好嗎？」我心裏想『橋橋』很乖、很懂事，暗地裡很高興，於是答應她。她到了書局很快取了一個筆袋，很高興地對我說：「一佰元有找。」原來這個筆袋是七十多元，想不到幾歲大的小孩這樣富於心計，犧牲十元八塊零食錢，來換取一個心儀的筆袋。

又有一次要到將軍澳運動場開學校運動會，要帶些餅乾之類食物，『橋橋』要我帶她到“超市”讓她自行挑選。看見她取了很多餅乾、糖之類食物，我便幽默地說：「『橋橋』明天是妳的生日？買這麼多食物。」她接着回答我：「我經常在同學們面前替你賣廣告！」我愕了一下，說真的我當時不明白這句話的意思。她看見我沒有反應，便繼續說：「我平時對同學說我的婆婆和公公都很疼惜我，要買什麼東西都會滿足我。有些同學放學後沒有東西食，我買些請同學食。」停了一下，誠懇地說：「多謝公公！」好像我已經答應了她。

我有幾個孫子，天性好學多問，一點一滴地積累各方面知識。春節的時候，『嵐嵐』好奇地對我說：「我發覺很多家大門上的“福”字倒轉貼，估計是有意的，公公你是否知道是什麼意思。」我對她解釋“倒”和“到”是諧音，將個“福”倒轉貼，意思是“福到”門來，她頓然明白了。

中秋佳節，我被幾個小孫子『圍攻』，她們說：「太婆說要拜完月亮後，才可以食月餅。到底月亮上有些甚麼？」我對她們說：「神話裡傳說，月亮上有座宮殿—廣寒宮，住了一個美麗、聰明的嫦娥姐姐，還有一隻小白兔；有一株桂花樹；另外，有一位吳剛哥哥，他整天砍桂花樹，砍完左邊又去砍右邊，但左邊的桂花樹又已經長出來，所以他整天忙過不停」。『橋橋』對着『鈺霖』說：「這是公公編出來的故事，神話即是假話。那麼，唐詩裡有那些描述月亮的詩句，你不要講『床前明月光……』連小學生都識的詩句；此外，要寫在紙上，讓我們有時間去核證」。好一張利嘴，伶牙俐齒。我很吃力回憶勉強才寫出以下幾句：「海上生明月、天涯共此時；明月幾時有、把酒問青天」。

有一天我和幾個同學茶敍後回家，聽到小孫子誦背『三字經』。突然被她們發問：「三才者…三光者…三綱者」下一句是什麼？我回答後立刻反問她們：「昔孟母、擇鄰處，子不學、斷機杼，幼不學、老何為，玉不琢、不成器」怎樣解釋？並對她們說：「學習『三字經』不能單從字面上去認識，而是要深層次去理解和啟發它的內涵，因為它涉及很廣泛內容，是舊時代一本啟蒙教科書，有一定教育價值。另外，到妳們讀中學後，除了掌握課本上的知識外，多看些古今中外名著，增加各方面知識『營養』。十六世紀英國哲學家『培根』講《知識就是力量》，很快傳遍世界每個角落」。

我的小孫子每一件事都標誌着她們成長過程；每一件事都閃爍着她們的智慧光輝；每一件事都顯示和我童年各方面巨大差距。這就是歷史的進步，這就是大自然規律……長江後浪推前浪。

今天的數學難題、醫學難題，到了下一代一切可以迎刃而解，請相信我們下一代的聰明和智慧！





亞偉

誰能明白我們的內心世界！

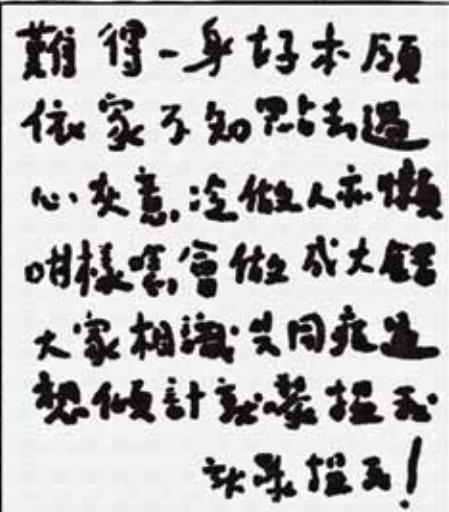
今日天氣雖然寒冷，我們的運動班成員，亦如常走在一起做運動要太極，談談天，說說地，無論風吹雨打，我們仍會堅持，因為我們珍惜這段時刻。

大夥兒坐定圍圈做熱身時，其中有位柏友，全身打冷震出冷汗，看來快要休克了，我連忙上前扶住他，並不時呼喚他的名字，又給他喝點水，見他反應仍然欠佳，於是大家決定召喚救護車；救護員很快便來到，經一輪急救工夫，那位柏友亦漸漸醒過來，救護人員開始向他了解病歷，那位柏友亦一一作答，至問到他家中親人時，他便吞呑吐吐，不想回答，最後救護人員叫他聯絡家人，由家人陪伴一起到急症室，那位柏友說家中各人都上班，不要麻煩他們了，於是便提議由我以朋友身份陪他去醫院，柏友亦不反對。

行車途中，救護人員給那位柏友做了些檢查，得知他血糖低，於是給他飲用兩大杯糖水，不久他亦精神起來，開始有講有笑，更不時多謝我的相助呢，我說：「大家都是同路人，不用客氣。」

從上述小插曲，反映出一個實況，就是其他人甚至於家人，都未必知道我們柏金遜症患者心中想怎樣、需要些甚麼；其實我們心態好簡單，如果自己可以做得到的話，盡量不會向家人或他人求助，尤其是家裡的人，有很多都要外出工作，為免他們擔心，所以盡量避免驚動他們，另外亦擔心家人以自己健康欠佳為理由而阻止外出，失去與柏友們相聚一刻的機會，這都是我們患者的內心世界較難向人剖白的一面。

雖然在我相識的柏友當中，有不少飽學之士，但彼此既是同路人，我也不怕大家見笑了，在此節錄一段改編自歌曲「小李飛刀」及我的人生金句，送給各位柏友，請笑納！



我的人生金句：夕陽無限好 做人要有譜



踢毽子

鄧伯強

在香港的六七十年代，踢毽子是一種甚受歡迎的玩意，不論大人或小孩，男男女女，一有餘暇，每人手持一個毽子，或在創造自己的連踢紀錄，或是你踢給我、我踢給你，輕鬆愉快地進行這個手腦並用的活動。進行這種活動無需花費一毫幾角，因為可以自己動手做毽子，而且可以花款甚多，簡單的做法例如用電話簿做毽子的底部，再加上幾條色彩繽紛的羽毛，紮起來，不消數分鐘，一個甚具個人特色的毽子便造成了。



我年少時都有踢毽，但玩的時間維持不久，很快便被其它的玩意取代了。在我的生活中失去了踪影幾十年的踢毽子玩意，最近十年八年又好像再活躍起來，特別是在廣州的公園，踢毽的人到處可見，而且花式技巧了得，踢得出神入化。

在2007年被確診柏金遜症前幾個月，我才開始重拾對踢毽子的興趣：每天早上於公司的十五分鐘休息時間，我便利用這時段和三數同僚玩玩。最初意義不大，只是一種運動而已，但當我被確診柏金遜症的一刻，我毫不猶豫地對自己說，我決不會輸給柏金遜症，我要和它鬥爭到底。轉眼間，這一踢又已經七年多，我雖然並不是每天都踢毽，但每星期不少於五次，早晚都有練習。從基本到花式，又自創一些動作，踢毽子已經成為我的一種嗜好，在沒有踢毽的日子，自己的生活好像缺少了一點東西。

踢毽子的好處除了可以令我身手靈活，加強平衡，還可以幫助腦、眼及腳的協調。經過七年多的鍛練，我的踢毽技巧已有一定的進步，此外對於一些突如其來的意外事變，反應也敏捷了，體力增強，平衡大有進步，而最重要的是：我仍然未輸給柏金遜症。

柏友們，希望你們不要輕言放棄，要有恆心，積極進取，凡事正面看，有樂觀生活態度。柏金遜症雖然尚未有根治之藥，我們亦只能跟它並存，所以要抱有鬥志，積極面對，勤做運動，對症下藥，柏金遜症並不容易打敗你的！大家努力加油啊！



「亞姨！妳好勁呀！」

萍萍

患上柏金遜症超過十多年，起初逃避不肯面對，自從兒子給我講了「買水果故事」的比喻，令我醒悟，改變了我的人生。

現在我開朗豁達，欣然接受事實—我是一個柏金遜症患者。我參加了義工行列，見到別人開心，自己便開心。有一分力就出一分力，有一點光就發一點光，既可照亮別人也可照亮自己，世事不如意總是難免的。只要努力設法解決，別把心結越結越實，弄致無法解救地步，人生就是如此。保持心境平和與愉快，自然笑口常開啦！但願自己能成為「大笑姑婆一族」哩！我很注重運動，因為運動對柏金遜症患者極有幫助，要勤做運動，鍛煉身體，並持之以恆，不能偷懶。最近我愛上「急步行」，「急步行」是一項對身心有益的運動。

某天，我在公園急步行之後，坐在公園長櫈休息，一邊喝水、一邊欣賞大自然美景，實屬賞心樂事。在滑梯旁邊站着一個肥嘟嘟的小女孩，她的臉圓圓、嘴大大、眼仔朦朧，梳着椰殼般的髮型。她望着我，我也被她可愛的笑臉吸引住。小女孩還向我做了一個小鬼臉，是一個活潑小淘氣，真想哄她玩玩。

誰料這小女孩突然主動跑到我跟前，撒着嬌對我說：「亞姨！亞姨！妳好勁呀！」我頓時呆了一呆，不知所措。我回答說：「小妹妹！勁、勁、我怎樣勁呢？我不明妳的意思啊？」小妹妹說：「姨姨！我見妳坐在長櫈上，身體不停地搖呀搖，雙腳也不停地震呀震，妳不覺得疲倦嗎？妳在跳舞嗎？古古怪怪卻很有趣，我想學噃，妳教我好嗎？」天呀，這小女孩真是天真無邪，竟然誤會我在跳舞，還誇讚我跳得勁，唉！簡直令我啼笑皆非。

小女孩的媽媽連忙跟我道歉，她覺得小女兒無禮貌，竟然胡言亂語，我對她們說：「我是一個柏金遜症患者。柏金遜症是一種慢性腦神經組織退化症，由於腦內『黑質』部份出現退化，未能產生足夠神經傳導物質『多巴胺』，令患者出現不自主動作，容易跌倒，手腳震顫。柏金遜症患者除要長期服藥之外，也要常做運動，強身健體，故每日我都到公園急步行和做太極操。」我們雖是長期病患者，但有自信和堅強意志力，許多柏友仍在默默耕耘，為社會作出貢獻，大家也有目共睹。

希望將來更多人認識柏金遜症，對柏友更多關愛和支持。有人曾取笑我，他們說我獲得『柏金遜症終生成就獎』。我並沒有氣惱，反而覺得自豪和驕傲，因為我認識了風雨同路的柏友們，大家都成為知己好朋友，彼此互相關懷、互相鼓勵和支持，這是我最大的福氣。





醫者父母心

青松

本人確診柏金遜症已有兩年，很想表揚一位目前為我診症的一位腦神經專科女醫生，她診症時很仔細及態度很好，每次都會問我近期服藥後的情況，有否好轉或不適，並在有需要時調整相關的藥物。早前，她便加多了一種“新藥”給我，吃後效果很好，不過需要自費在外間藥房購買，而且價錢頗貴。

所以到覆診時，我為此要求醫生改開另一種相類但無需自費的藥，而她亦順應我的要求，但吃後功效只是一般。太太有見及此，曾多次勸我轉回服用那種較佳的“新藥”，於是我又再向醫生要求重開那種“新藥”給我，她同意並向我解釋該“新藥”除可治病外，更有補腦的作用，很感謝醫生的診斷和體諒。

另外，由於我晚上睡得不安寧，有時會亂動，醫生還開了一種幫助睡眠的藥，服用後情況改善了不少。還有，近期我亦身受牙周病的困擾，情況反覆，於是醫生便開了一種新漱口水給我，用後效果良好。

在此衷心感謝醫生細心診治柏金遜症之餘，亦同時耐心處理病人的其他各種不適，令病人得到更全面的照顧。





患病的心路歷程

虫虫

病發的初期，剛巧撞正公司搬遷，每天差不多工作 14 小時，加上屯門公路上的交通來回需要 2 小時左右，每天都感很疲累，所以一直以為是疲倦所致。

由於感覺太辛苦，所以聽家人勸告去看醫生，而醫生都是叫我休息多些，沒有甚麼不妥，驗查報告也正常，但開始左腳明顯地無力，拖著而行，尤其是趕時間的時候特別差。那時是 1993 年，開始四處尋醫，別人說這位醫生好就找這醫生，那位中醫師好就找那中醫師，也試過氣功師傅，量子治療法等等。直至 1995 年中，吃過醫生開的藥後，身體好像回復到以前沒有病時的狀態，醫生才正式宣佈我所患的是柏金遜症。我當時沒有多大的反應，基本上我也不懂這病的情況。後來才知道甚麼叫柏金遜症，那時我才 37 歲，大仔 5 歲，細仔 1 歲，自己暗地裡也很難過，不知這病會怎樣變化。我知道前路是難行的，但信天父會陪伴我們一家人往前行，因為我們是基督徒。

自此與柏金遜症相安無事多年，只是步行時姿勢怪一點，引來別人奇異的眼光，雖然是不好受，但無奈也要接受。後來在一次意外中，跌倒引致右手腕折斷及左邊肩膀韌帶撕裂，三個月後才康復，跟著回到原來崗位工作，但當獨自外出工作的時候，精神便緊張，無論室內和室外也很容易跌倒。因此顧主建議我放一段長的病假，一放就是一年，在這年內自己也經常嘗試出街，但無奈……

由當初不敢獨自外出，到後來不能返工，心情之低落，筆墨難以形容。因自己是家庭經濟支柱，未到退休年齡，兒子還在求學中，心裡真不好受，但也要面對現實，於是和太太重新計劃未來，積極地接受及處理柏金遜症這病，當作自己的老朋友。各位柏友，大家都要積極面對前面的每一天，加油！努力！





會員動向

截至2014年3月31日，本會患者會員692人，其中17人於今年首季加入及獲分配至下列分區，歡迎各位積極參與所屬分區的活動，並請各區會員多與他們交流。此外，期間亦得悉下列柏友已不幸離世，敬請各區老友記垂注

分區	新入會柏友	離世柏友
港島	李港生、勞耀樓、朱麗玉、 李華堂、余山	顧屏軒、潘黃倩眉、William Walker、吳婉玲、麥麗嫦、崔漢釗
東九	莊賽娥、郭觀輝、陳曉農、 李月英	伍潮潤
將軍澳	李桂英	-
西九	劉慧霞、梁綺雯	余銳垣、余鎮平
新界東	劉綺華、梁寶材、冼雪梅、 范秀霞、彭坤源	-
新界西	-	李偉球

照顧者互助支援平台

照顧者互助支援平台，是由慈善基金贊助，**香港復康會社區復康網絡**負責運作管理，連同六個病人自助組織(包括本會) 參與督導，經「同路人」義工提供服務的一個平台。平台的服務對象和目的，是於日間時間，支援照顧者短暫照顧其長期病患之家屬，給照顧者一些空間和時間休息或處理事情，從而減輕照顧者的壓力。若果你也需要此類服務，又或者你有能力和時間想成為「同路人」義工，發揮互助精神，請致電27943010，聯絡**陳梓曦先生**或**李璟彤姑娘**。

醫管局藥物名冊(更新)

好消息！「醫管局藥物名冊」2014年第一季更新已於4月12日生效了，其中第4.9項 “Drugs Used In Parkinsonism And Related Disorder” 加入了一種治療柏金遜症的專用藥物 “Rasagiline (Azilect)” (中文：雷沙吉蘭)，病人因此不用再自費在外間藥房訂購此藥了。



成立「圖書閣」

本會為促進會友們能夠對柏金遜症有正確的認識，決定成立「圖書閣」，提供相關的醫藥書籍及影音光碟給大家參考及借閱，有關工作由「升呢歌唱小組」負責，隨每次小組在橫頭磡中心進行活動期間同時開放，開放日期請留意「柏之訊」內的活動時間表。「圖書閣」庫存書籍分兩類，參考書目僅供查閱，不提供外借，借閱書目可供外借，限期一個月歸還。

借閱書目：

書名	出版社	作者/主編
帕金森病防治問答	人民軍醫出版社	陳晨、石斌
專家診治帕金森病	上海科學技術文獻出版社	管陽太
帕金森病導引康復法/圖解	人民軍醫出版社	嚴蔚冰、李殿友

參考書目：

書名	出版社	作者/主編
帕金森病臨床診治手冊	人民衛生出版社	陳生弟
全方位巴金森醫療照護手冊	健康文化事業	吳瑞美
巴金森病—認識與面對	健康文化事業	朱迺欣
神經內科合理用藥問答	人民衛生出版社	楊偉民
柏金遜症中醫治療與生活調養	萬里機構・得利書局	李敏
帕金森病的中西醫結合治療	人民衛生出版社	趙國華、周章玲、王震宇
帕金森病中醫名家醫論醫案	中國中醫藥出版社	雒曉東

認識社區資源之「社建師集」家居維修

承54期《柏之訊》之相關專題報導，去年專為低收入及傷殘人士而設的「免費家居維修」計劃已告一段落。今年該志願機構推出另一「低收費家居維修」計劃，服務對象為非領取綜援或相對非低收入之家庭，服務計劃之詳情，請參閱隨本刊夾附之單張。(聲明：單張由「社建師集」提供，其內容之準確性，或任何工程合約之服務收費或其他謬轚，概與「香港柏金遜症會」無關，有意使用服務者，請向可靠或專業人士尋求意見。)



會員續會/退會溫馨提示

各位普通會員請注意，凡於2013年底或以前已經逾期但尚未續會者，請從速辦理續會事宜；若有已離職之家庭傭工曾經登記為照顧者(普通會員)，煩請其相關僱主致電通知本會職員，以便更新資料。

香港復康會社區復康網絡【柏金遜症病科活動推介】

活動課程	內容	日期/星期/時間	舉辦地點
衝破枷鎖	深入認識病症 學習如何減緩病情退化 增強活動能力	3/7 - 7/8 (共6堂) 逢星期四 (10:00 - 12:30)	大興中心 27754414
便秘防治工作坊	講解便秘成因、徵狀、治療及舒緩方法、建立良好生活模式	17/6 星期二 (10:00 - 12:30)	李鄭屋中心 23612838
柏金遜症手術互助小組座談會	講解手術治療 分享術後護理心得 常見問題及處理方法	5/7 星期六 (10:30 - 12:30)	橫頭磡中心 26360666
釋出我情懷 藝術治療： 體驗工作坊	透過輕鬆創作空間 以不同藝術形式探索自我、尋找喜樂及正能量	28/6 星期六 (2:00 - 5:00)	康山中心 25497744
釋出我情懷 藝術治療： 生命成長創藝坊	透過不同藝術創作媒介 增強自我認識、透過創作過程表達個人感受及促進個人成長	4/7 - 8/8 (共6堂) 逢星期五 (2:30 - 5:00)	李鄭屋中心 23612838

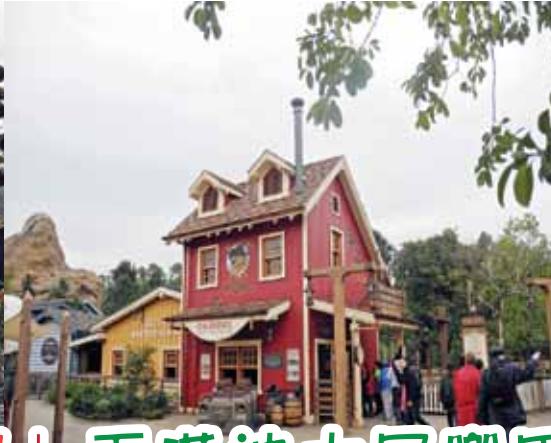
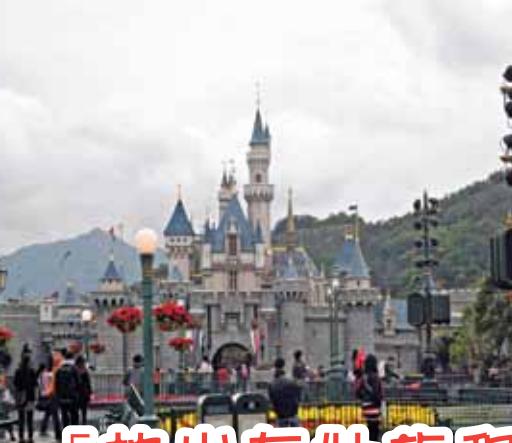
註：有興趣報名或想進一步了解上述課程者，請先行致電相關負責中心查詢。

柏金遜症平衡運動

活動預告：本會得到香港理工大學鼎力襄助，計劃於今年7至10月，在4間香港復康會社區復康網絡中心各開1班「柏金遜症平衡運動」，每班分6課完成，有興趣者請留意會訊及報名日期。



活動花絮



「柏出奇妙旅程」香港迪士尼樂園

2014-02-19



國內帕金森病友組織訪港交流

2014-04-13





活動花絮

愛心太極操

2014-04-13



「臨床應用中藥針灸延緩柏金遜症的退化過程」講座

2014-03-09





分區活動

香港柏金遜症會

2014年6月份至8月份

香港區活動 (編號01)

康山中心：香港鰂魚涌英皇道康山花園第六座地下

活動	日期	時間	地點
香港區月會*	5/7, 2/8	下午2:30-4:30	康山中心
香港區趣味小曲	逢星期一 (21/7 取消)	下午1:30-3:30	
互助小組	9/6, 16/6, 30/6, 7/7, 14/7, 28/7, 4/8, 11/8, 18/8	下午3:30-5:30	
香港區運動組	逢星期一	上午11:00-1:00	
			港島東體育館

九龍東區活動 (編號02)

橫頭磡中心：九龍橫頭磡邨宏禮樓地下

活動	日期	時間	地點
九龍東月會	7/6, 5/7, 16/8	下午2:30-4:30	橫頭磡中心
九龍東運動組	逢星期二 (1/7 取消)	上午9:30-11:00	
Sing呢組 (唱歌班)	4/6, 18/6, 9/7, 23/7, 6/8, 20/8	下午1:30-3:30	
青柏組	21/6, 26/7, 23/8	上午11:00-12:30	

九龍西區活動 (編號03)

李鄭屋中心：九龍深水埗李鄭屋邨孝廉樓地下

活動	日期	時間	地點
九龍西月會	21/6, 12/7, 9/8	下午2:30-4:30	李鄭屋中心
九龍西運動小組	逢星期四	上午9:30-11:00	

新界東區活動 (編號04)

威爾斯中心：沙田威爾斯醫院職員宿舍B座10樓B室

活動	日期	時間	地點
新界東月會	21/6, 19/7, 16/8 (每月第3個星期六)	下午2:30-4:30	威爾斯中心
新界東太極互助小組	逢星期四	下午2:00-3:30	

新界西區活動 (編號05)

大興中心：新界屯門大興邨興昌樓地下

活動	日期	時間	地點
新界西月會	13/6, 11/7, 8/8 (每月第2個星期五)	上午10:00-12:00	大興中心
新界西運動組	6月：4/6, 11/6, 26/6 7月及8月：逢星期三	上午9:30-11:00	

將軍澳區活動 (編號07)

將軍澳醫院：日間醫療大樓1樓健康資源中心活動室

活動	日期	時間	地點
將軍澳月會*	21/6, 12/7, 9/8	下午2:30-4:30	將軍澳醫院日間醫 療大樓1樓健康資 源中心活動室
將軍澳運動組	逢星期五	下午2:00-4:00	

註：以上活動可致電2337-2292 或各區聯絡人查詢。第一次參加者請致電報名，否則如有更改恕未能通知。

另外，有*號之活動可協助安排復康巴士（需自費，第一位收\$20，第二及第三位各收\$10。每個家庭每次乘搭人數最多三人）。



捐款呼籲

本會於一九九八年正式註冊成為非牟利慈善團體。並於二零一零年正式成立為香港柏金遜症會有限公司。經費完全依賴會員會費及外界捐助。

現時會務支出方面，除了出版會刊「**柏之訊**」之印刷費及郵費外，為了令一些行動有困難的會員可出席每月的聚會，需要安排復康巴士接載，這些支出對本會的財政構成負擔。

現呼籲各位會員及善長仁翁捐助本會經費，令本會發展更多更廣泛的工作。

捐款方法：

1. 將捐款回條聯同支票寄交本會，地址為九龍橫頭磡邨宏禮樓地下，支票抬頭請寫「**香港柏金遜症會**」
2. 將捐款存入本會恒生銀行戶口(戶口號碼：357-544402-883)，將入數紙聯同捐款回條寄回本會，地址為九龍橫頭磡邨宏禮樓地下。

本會將會寄回收據(凡捐款100元或以上，可向稅務局申請扣減稅款)。



捐款回條

捐款人姓名：_____

聯絡電話：_____

地址：_____

捐款數額：_____

我們需要你的援手

隨著會員數目的增加，會務日益繁重，會務多依靠一群熱心的會員，再加上香港復康會社區復康網絡及各會務顧問的支援。

為了維持會務的發展，促進會員的自助及互助，實有需要更多會員加入本會義工的行列，分擔本會的工作，其中包括：

- ◆ 編輯「**柏之訊**」會刊
- ◆ 協助籌備每月之聚會
- ◆ 策劃康樂活動
- ◆ 策劃講座，促進會員對柏金遜症及治療資訊的認識
- ◆ 探訪會員，為一些情緒低落之會員打氣

如你願意付出少少時間，加入我們的行列，參與上述其中一項或多項工作，請你致電 2337 2292 與本會聯絡。

捐款鳴謝

香港柏金遜症會

2014年2月至4月 捐款芳名

04 Mar 14	陳訓玉	\$ 500.00
10 Mar 14	梁寶蓮	\$ 300.00
12 Mar 14	謝慧珠	\$ 500.00
17 Mar 14	劉慧霞	\$ 500.00
18 Mar 14	劉偉光	\$2,000.00
22 Apr 14	劉慧燕	\$ 100.00
22 Apr 14	張莉娜	\$ 500.00
22 Apr 14	李秀麗	\$ 300.00
22 Apr 14	李英和	\$ 500.00
22 Apr 14	鄭福坤	\$ 500.00
22 Apr 14	林玉蘭	\$ 200.00

總額： \$5,900.00



香港柏金遜症會

Hong Kong Parkinson's Disease Association



香港柏金遜症會

Hong Kong Parkinson's Disease Association

九龍橫頭磡邨宏禮樓地下

電話: 2337 2292 傳真: 2337 2203

網址: www.hkpda.org

電郵: hkpda@netvigator.com

柏之訊

PARKINSON'S DISEASE NEWSLETTER

(一份屬於柏金遜症患者、家屬及照顧者的刊物)

Message to people with PD and their Care-givers in H.K.

印刷品

香港柏金遜症會

會員入會申請表格

香港柏金遜症會是一群柏金遜症的患者、家屬、照顧者及社區人士所組成的自助組織，於一九九八年正式註冊成為非牟利慈善團體。並於二零一零年正式成立為香港柏金遜症會有限公司。

會員： 正式會員：每年會費為港幣伍拾元正（柏金遜症患者及直系家屬）

附屬會員：每年會費為港幣伍拾元正（柏金遜症患者的非直系家屬）

永久會員：一次過繳交會費港幣三佰元正（柏金遜症患者及直系家屬）

交費方法：1) 支票抬頭請寫「香港柏金遜症會」寄回本會。

2) 如付現金請直接存入恒生銀行戶口號碼357-544402-883

聯同入數紙寄回本會。

姓名：_____ (中) _____ (英)

患者 社區人士

家屬/照顧者(患者姓名)_____

出生日期：____ 年 ____ 月 ____ 日 性別：____

地址：_____

電話：_____ 傳真：_____ 傳呼/手提：_____

如有急事請通知：_____

關係：_____ 電話：_____ 患者病發年份：_____

患者有否領取綜合社會保障援助* 有 沒有

本人希望加入成為： 正式會員（柏金遜症患者及直系家屬）

附屬會員（柏金遜症患者的非直系家屬）

永久會員（柏金遜症患者及直系家屬）

本人有興趣進一步了解香港復康會社區復康網絡柏金遜症的服務。**香港柏金遜症會會將閣下資料轉交香港復康會作柏金遜服務之用途。

本人暫時未有需要以上服務之介紹。

申請人簽名：_____ 日期：_____

會方填寫 收件日期：_____ 會員編號：_____

* 如屬領取綜合社會保障援助者，會費每年壹元，續會費亦為每年壹元正 請附上有關證明文件。

註：保護個人私隱權，各會員的資料只用於本會會務及活動用途。