



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



恭賀新禧



親愛的會友：

二月八日是農曆大年初一，祝願各會友

猴年順利、身體健康、萬事如意、出入平安、笑口常開

毅希會同人敬上

通告(一)

二零一六年第二十七屆週年大會當晚非常感謝各會友及嘉賓出席見證選出新一屆委員，為期兩年由2016年至2018年。經二零一六年一月二十五日互選後，十一位名單如下（排名不分先後）：

紀永樂	主席	黃麗娟	秘書	黃綺薇	常務委員
陳淑燕	財政	李綺琪	文書	陳楚城	常務委員
何瑞霞	外務副主席	鄭雅文	常務委員	廖惠芝	常務委員
張竹蘭	內務副主席	何瑞芬	常務委員		

通告(二)

各會友如未繳交2016年度續會費，請盡快繳交。

本會於1月會訊開始附帶寄出已交續會費的2016年度新會員證，凡已繳交續會費，但仍未收到新年度會員證的會友，請即致電本會：2713 6444查詢。

通告(三)

農曆年間，本會兼職幹事趙燕華於2月6至14日休假，其間如需致電查詢任何事項，懇請留下聯絡方法，2月15日恢復辦公後會逐一回覆，謝謝！

通告(四)

已報名香港風濕病基金會贊助的2016年第一期水療練習班的會友會於2月15日通知中籤結果，另早前未能於報名通告內詳細列明上課日期時段，現補回圖表如下：

柴灣東區尤德夫人那打素醫院

東座地下物理治療部 [每班名額12人]

元朗博愛醫院 [每班名額6人]

日期	16年2月25日 至 16年4月21日 逢星期四(共8堂)\$320	日期	16年2月27日 至 16年4月23日 逢星期六(共8堂)\$320
晚上6:45-7:30	A 班 PY A <input type="checkbox"/>	下午 2:00-2:45	A 班 POH A <input type="checkbox"/>
晚上7:45-8:30	B 班 PY B <input type="checkbox"/>	下午 3:00-3:45	B 班 POH B <input type="checkbox"/>

九龍伊利沙伯醫院

伊利沙伯醫院 P 座地下物理治療部 [每班名額11人]

日期	16年2月22日 至 16年4月25日 逢星期一(共8堂)\$320	16年2月25日 至 16年4月14日 逢星期四(共8堂)\$320	16年2月26日 至 16年4月22日 逢星期五(共8堂)\$320
晚上6:15-7:00	A 班 QE A <input type="checkbox"/>	C 班 QE C <input type="checkbox"/>	E 班 QE E <input type="checkbox"/>
晚上7:15-8:00	B 班 QE B <input type="checkbox"/>	D 班 QE D <input type="checkbox"/>	F 班 QE F <input type="checkbox"/>

日期	16年2月27日 至 16年4月23日 逢星期六(共8堂)\$320
下午2:00-2:45	G 班 QE G <input type="checkbox"/>
下午3:00-3:45	H 班 QE H <input type="checkbox"/>

如超出名額須進行抽籤，約在二週前通知中籤者。

中籤者一經落實上課，皆一定要交款，不論缺席或中途退出，皆不獲退款；因此請各會友於報名前慎重考慮。

綜援及醫療收費減免者獲半費優惠(但必須出示有效證明)

水療 惡劣天氣安排：



如活動舉行前2小時，天文台仍懸掛下列信號，活動將會取消：(課堂會順延一堂)

1. 發出紅色或黑色暴雨信號
2. 八號或更高風球

通告(五) 繪畫班

為期五堂的繪畫班，決定繼續舉辦，供會友報名參加。

如會員有興趣，但時間上未能安排上足五堂，導師(翟 Sir)告知，因每一堂課是獨立沒連貫性，學員可選擇參與期內任何一堂亦可。學員不需帶備任何物料，只要有心想學習和透過繪畫舒展情懷，便可以報名參加。

日期：2016年3月4、11、18日 & 4月8、15日 (逢星期五) 共五堂

時間：中午 12:30 - 14:00

地點：深水埗南山邨南偉樓地下103-106室

費用：HK\$80 / HK\$40(綜援會員) 【缺席或中途退出，不設退款】

名額：10人 (如超出名額，須進行抽籤)

繳費：第一堂由職員收取全期費用

查詢及報名請即致電本會：2713 6444

類風濕關節炎 神經操運動班

神經操是一種針對風濕關節炎的新式療法，能舒緩發炎症狀。此運動全套五個動作，簡單易學。此班由理工大學物理治療學系三年級學生教授，及評估運動對參加者的效果並進行療效跟進研究。

日期：2016年3月至7月，每星期六兩班(公眾假期除外,根據覆診時間而定)

時間：A – 上午 9:00-10:30; B – 上午 10:45 -12:15

地點：香港理工大學

對象：18歲以上確診類風濕關節炎患者，在風濕科覆診並有基本活動能力

費用：\$ 10 (用作派發物資及租借場地之用) *費用於上堂時繳交

*歡迎毅希會會員或其他類風濕關節炎患者報名參加

*參加者只需出席一節課堂，名額有限，優先取錄首次參加者

報名方法：

*請提供個人基本資料(姓名、年齡、性別)、聯絡電話

1. 簡單病歷(如糖尿病、骨質疏鬆等)
2. 確診類風濕關節炎年份
3. 長期服用藥物種類(類固醇、非類固醇消炎藥、生物製劑、其他)
4. 下次風濕科覆診日期。

郵寄至香港理工大學S座5樓ST524室 盧志毅先生收

或 SMS / Whatsapp 6993 2435 劉恩諾小姐

或電郵至: 2016fyp@gmail.com

*報名者經慎重篩選後會收到回覆，以確認上堂日期及時間。

近日發現電話有問題，令 Whatsapp 不能正常運作，如在 15/2/2016 或以前以 Whatsapp

向我們報名，敬請再次聯絡我們，萬分感謝。



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

風濕醫西，與互動區

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

日期：2016年3月19日（星期六）

時間：下午 2:30 - 4:30

地點：九龍深水埗李鄭屋邨孝廉樓地下（李鄭屋中心）
（長沙灣港鐵站 A2 出口，直行至東京街尾）

嘉賓：李家榮醫生

對象：類風濕性關節炎、強直性脊椎炎、銀屑病關節炎
及系統性紅斑狼瘡患者及家屬（初患者優先）

費用：\$10（會員）、\$15（非會員）（綜援人士免費）

報名及查詢：2361-2838（曾瑞秋姑娘）

支持機構



香港風濕病基金會
Hong Kong Arthritis &
Rheumatism Foundation Ltd.



香港強脊會



毅希會
HONG KONG RHEUMATOID ARTHRITIS ASSOCIATION
類風濕性關節炎患者互助組織



銀屑病協會
HKPSAA



B27 協進會
Association



HONG KONG LUPUS ASSOCIATION