

同心篇

同心家長會主席 許冠基

轉眼踏入2021年的下半年，疫情持續了一年多，相信很多人都出現抗疫疲勞，加上學校停課，照顧和協助孩子學習的責任全落在家長們身上，令大家身心疲累、透不過氣來。所幸農曆新年後開始復課，家長才有少許喘息的空間。

因應疫情及學校停課，本屆幹事會未能進行實體會議，改以ZOOM舉行了四次會議，與幹事們商討和報告會務。為維繫幹事的關係，主席們分別於1月22日、3月19日及5月7日的晚飯後時段舉行『同心幹事輕鬆ZOOM聚』，主題包括 me time、分享育兒心路歷程及靜觀體驗。我們亦計劃為幹事安排培訓，增進他們的溝通和關顧技巧。

特別撥款及活動重點

本會喜獲社會福利署再次批核\$50,000一筆過特別撥款，供2021-2023年度舉辦各類型家長支援活動，包括參觀活動和資訊性講座如中醫保健及中小學選校，亦有靜觀、減壓藝術、香薰治療等抒壓活動，請密切留意中心公佈！本會較早前亦獲社署發放共四期防疫基金，用以購買防疫物資包括：酒精噴霧、消毒搓手液、成人及兒童口罩，物資已分配給各單位，有需要的家長可向所屬單位索取。

活動方面，本會轄下五個關注小組在疫情下也舉辦了不少實體和網上形式的活動，詳情請參閱各小組報告。而本會於3月22日舉行了一場『兒童行為情緒的處理』網上講座，邀請具資深經驗教育心理學家主講，反應非常熱烈，約160位家長及30位同事參加。本會將繼續與「黑暗中對話（香港）基金會」合作，在5月推出《你肯講我會聽》家長輔導服務，由專業輔導員為有需要的家長提供最多8節個別輔導服務。

此外，本會將整合過往《同心語》的專題文章，讓家長索取所需資訊，並製作一套介紹同心家長會的短片，日後上傳於網站中供家長參考，以及供各中心舉行新生家長會議及家長會議播放。



會議重點

有關母親勒斃剛離開特殊學校暨宿舍的智障兒子及特殊學校宿舍職員涉嫌虐待舍友事件，本會邀得上屆副主席鄭佩慧女士聯同數個家長組織代表，並於2月4日約見了教育局副局長蔡若蓮女士，共同表達家長的關注。

本人亦獲協康會服務委員會邀請，在3月31日舉行的會議上分享本會近年會務發展的概況和面對的挑戰，衷心感謝委員提出寶貴的意見供我們參考。

此外，我們三位主席分別於4月8日、14日及29日參與由勞福局委託顧問進行的《發展中央兒童數據庫顧問研究》公眾諮詢活動，以家長的角度提出意見。因有關中央兒童數據庫的構想牽連甚廣，尤其是涉及數據庫的私隱保障和資料存取權方面，鼓勵家長繼續關注此事發展。

同心家長會的核心就是家長！疫情加重了家長們的育兒壓力，故我們希望能繼續透過不同的平台，支援和凝聚眾家長，發揮同路人互助功能，同時也透過倡議行動，為孩子爭取應有的權益和福利。本人鼓勵各位同路家長分享個人的經歷和孩子的需要，也讓我們知道您們的訴求，在適當的場合，我們便能把握機會向政府反映有關意見。

另外，副主席方佩珊於4月3日出席家長組織座談會會議，當天討論的內容摘要如下：

1. 殘疾人士院舍和日間服務機構的疫苗接種安排；
2. 建議殘疾人士的牙科保健應由現時每三年一次增至每年一次，並建議政府將此計劃恆常化；
3. 自閉症譜系障礙和智障人士等有特殊需要人士被捕程序的處理及如何保障MIP受害人的法律權利；
4. 大部份家長組織未知悉政府正在研究建立中央兒童數據資料庫的可能性

青年服務關注小組

當我遇上藝術

青年服務關注組成員 陳華珍



大家好！我是Arisha，當年為了培育患有亞氏保加症的兒子施華，我毅然放棄了工作和理想，可是因不堪照顧兒子的壓力，而長期受失眠和頭痛之困，食藥亦未見改善。

後來我通過藝術來舒緩壓力，而且在過程中亦重燃我對藝術的熱情，並成為導師幫助同路人，偶爾兒子亦會擔任助教學習與人相處。

感謝協康會的信任和支持，讓我開辦和諧粉彩工作坊，與同大家一同透過藝術來舒緩壓力，更難得的是可讓家長和學生的作品在何文田地鐵站展覽，分享大家的成果。

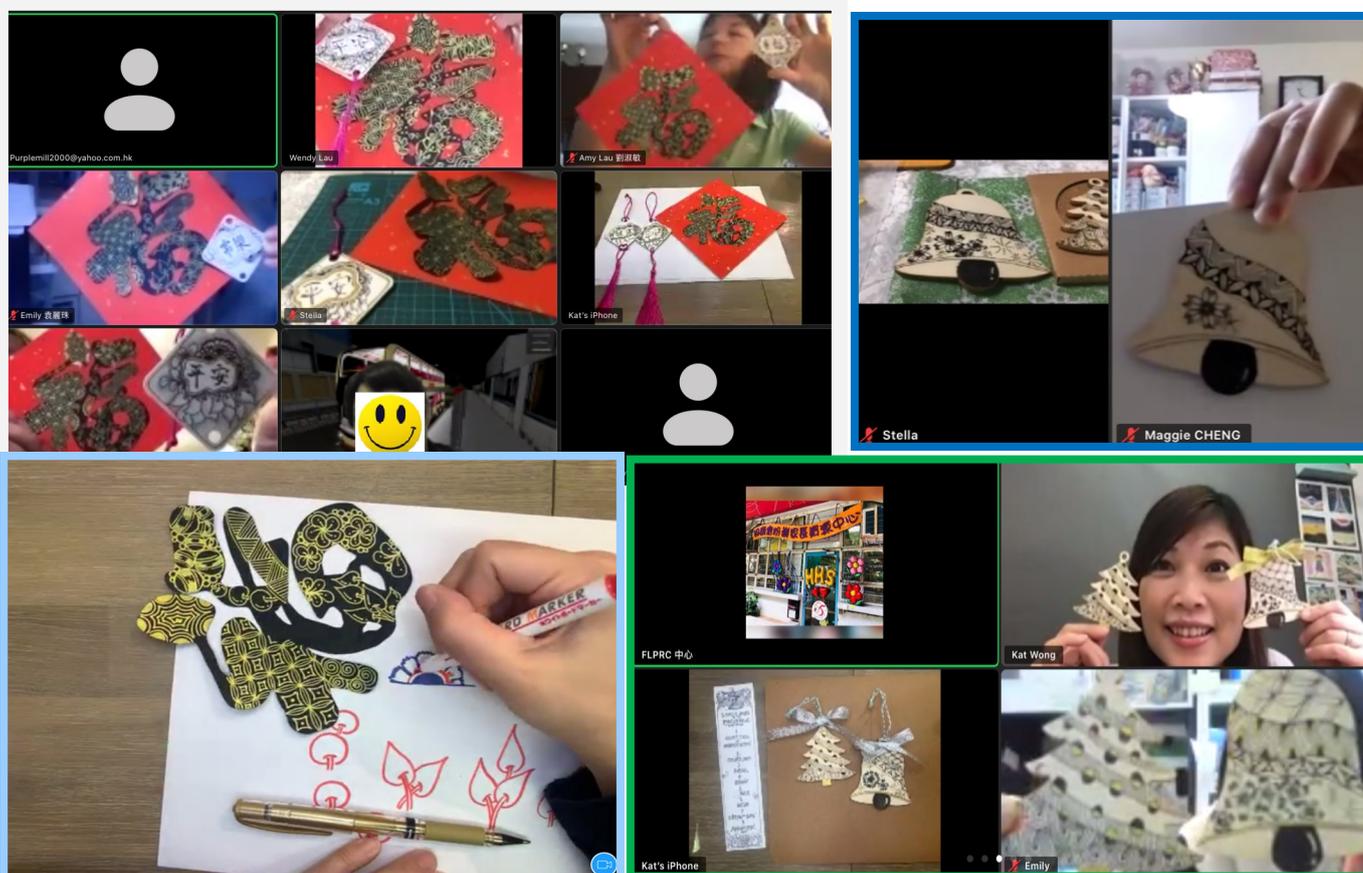


自閉症關注小組

『Zentangle禪繞畫家長工作坊』 22.12.2020、5.2.2021

在社會福利署 2019-2021 年度一次過特別撥款的安排下，『自閉症關注小組』一共舉辦兩場網上『Zentangle 禪繞畫家長工作坊 I 及 II』，共有 18 位家長參加活動，當中教授家長製作聖誕吊飾和新年揮春，與家人分享成果並共度佳節。

工作坊舉行期間正值疫情，家長表示生活深受影響，壓力甚大。不過，通過一筆一劃創作禪繞畫的過程中，讓家長能夠全程投入，個人思緒放空，心靈上取得平靜，達致身心釋懷的放鬆狀態，從而令她們紓緩壓力。出席的家長表現十分投入，更表示有興趣參與同類活動。



融合教育關注小組

『融合教育關注小組』為家長舉辦多元化的活動，讓家長終身學習裝備起來。與同路人家長建立支援網絡，互相支持及鼓勵。藉此讓家長一同認識兒童及青少年子女成長的需要及掌握更多融合教育的資訊。此外；為了平衡家長的心身靈健康，『融合教育關注小組』特別在每個月進行聚會，讓家長輕輕鬆鬆地學習，與同路人家長建立支援網絡。



『家長如何與學校溝通』 14.1.2021

透過視像形式進行討論，個別家長亦分享經驗，鼓勵同路人坦誠跟學校溝通及合作，令家庭和學校的功能得以充份發揮，有助兒童健康成長。

『和諧粉彩：減壓 + 放下』 25.2.2021

不論任何年齡、有沒有繪畫經驗，都可透過簡單而獨特的手指繪畫技巧，從中發現自己，與心靈交流，從而接納自己的不完美，重新燃起希望。現場的家長表示通過繪畫可放下照顧者身份，享受當下自在的感覺。



『寶石皂DIY』 25.3.2021

製作寶石皂需要專注及耐性，家長在DIY的過程中可放鬆心情，享受當下帶來的樂趣。同時，家長們在工作坊上互相交流照顧子女的心得，鼓勵家長忙著照顧子女時，也需要好好照顧自己的身心靈。



『小一選校知多少』 21.4.2021

SEN 學生家長如何找到合適的小學？藉工作坊的討論及交流，由學校特色、校方支援、校內資源及文化、課程調適配合等多方面，從中揀選一間適合子女的學校。

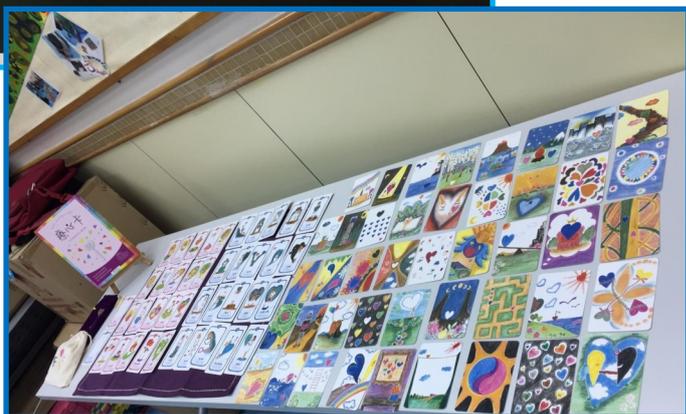
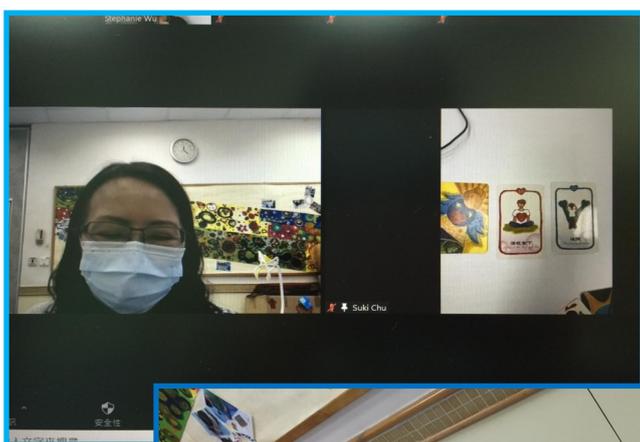


肢體弱能關注小組

『感覺.靜觀家長工作坊』 25.3.2021

由社會福利署資助舉辦的『感覺.靜觀工作坊』，讓家長認識及體驗何為靜觀，並透過製作薰衣草浴鹽及靜觀練習，以舒緩家長及照顧者的壓力。

是次活動由註冊社工及香薰治療師韋姑娘負責教授，共有十多位家長參加，導師除了講解有關香薰精油的知識外，課堂中嘗試靜觀進食，及呼吸練習。過程中家長都表示感覺舒服，能放鬆及紓緩身體。



特殊教育關注小組

『療療心·聊聊心』 25.3.2021

同日舉行的『療療心·聊聊心家長舒壓活動』，以實體結合視像形式進行。透過導師的帶領，參加者揀選心目中的療心咭及FUN心福卡，彼此分享疫情下的感受。現場的家長更透過拼貼活動來放鬆身心，渡過有意義的早上。

生命中的喜與悲

青年服務關注組組長 李祥佩 (Cat Lee)

我由小到大都在尋覓，找合適的工作，找理想的婚姻，然後生兒育女，但人生有很多事未必順利，未必可以滿足到我們的期望。正當我滿懷期待有美滿的家庭生活時，大兒子確診輕度智障及自閉症。在我的年代，社會對發展遲緩、前庭障礙、言語障礙、感知障礙等認識甚少，沒有人可以回答這麼多障礙的因由，就連幫我接生的醫生都答不上我的問題。這段期間我整個人很迷惘、自責，更反問自己為甚麼這些事會發生在我身上？



後來我告訴自己需要接受現實、奮鬥起來，用上很多時間學習如何照顧及教育自閉症兒子。縱然有家人協助，但當時我忙於帶他上課，又要出外做訓練，每天沒有太多休息時間，連最愛的活動都未能參與，令我感到十分疲倦和痛苦。這時我的腦海中浮起疑問，難道我們這個特殊需要的小朋友長年累月都要這樣渡過嗎？我又是否需要改變，抑或放棄就好？最終我選擇改變自己的想法，更影響了家人和朋友！

原來身邊很多人對自閉症認識不多，因而產生誤解，甚至出現歧視的問題，所以社會需要融合我們這個類別的人。而身邊的一群同路人，令我學習到許多處理問題的技巧，我亦不斷進修有關復康的課程。回想我照顧兒子時曾一度深陷痛苦和埋怨，

現在好感恩上天賞賜了一個特殊需要的小朋友給我，讓我學習做一個不普通、不懶惰的母親，需要時常勤奮向上，懂得忍耐和了解家人的需要！

生命中的喜與悲

現在我的自閉症兒子已經19歲，我們共同經歷了很多事情，這些經歷令兒子成長，我的膊頭可以放下了很多重擔。如今兒子的自理能力有所提升，可以自己辦妥要做的事情，雖然他的溝通和社交能力未算達標，但我相信假以時日，他現在未能做到的，將來也會做到！

最後，我們抱着一個信念就是每個人都有生命中的喜與悲，好像我粉彩畫中的一隻飛鷹，在正能量與負能量中飛旋。我們的願望是兒子可以保護自己，亦希望讓大家知道：

我們有特殊需要子女的家庭不是弱者，可以靠家庭的正向能量衝破一切障礙！
希望大家繼續堅強忍耐，同時要照顧自己的身心，才可以照顧每一個家庭成員！

2021年「與你同行」入讀特殊學校網上簡介會

活動預告

為使家長及特殊教育前線同工掌握申請入讀特殊學校的最新程序和安排，以及認識各類特殊學校的特色，協康會與教育局合辦「入讀特殊學校網上簡介會」，詳情如下：

日期：2021年6月8日(星期二)

時間：(1) 登入：上午 9:45 – 10:00

(2) 簡介會時間：上午 10:00 – 下午 1:00

形式：以線上視像直播形式進行

對象：居住在九龍區和新界東區（沙田、大埔及北區）*的家長(簡介會介紹全港特殊學校情況，與分區無關)及下列人士的報名申請可獲優先安排。

- 考慮安排子女入讀特殊學校小一的家長
- 服務有特殊教育需要學前兒童的同工
- 對簡介會內容感興趣的家長及康復服務同工

名額：300名(先到先得，額滿即止)

費用：全免

報名：2021年6月1日(星期二)或以前交回所屬中心處理。參加者將於簡介會舉行前收到由教育局/協康會發出之電郵，通知登入線上視像直播的連結網址及相關詳情。

請參加者在舉行簡介會當日準備電腦/平板電腦/智能手機及準時登入系統，以出席是次網上簡介會。

如因額滿而未被接納的報名者，將於2021年6月4日或以前收到通知。

香港第十屆兩岸四地啟智會議

《兩岸四地啟智會議》於 2000年由香港智障服務人員協會創辦，著重分享及交流實務與跨專業經驗；旨在鼓勵各地業內人士將所累積的服務經驗和創新工作模式，透過結構化的梳理，藉此分享以促進智力障礙者服務的反思與拓展。大會將發表的演講及專題文稿輯錄成冊供業界研習，以匯集優化服務的智慧及知識，建設康復服務邁向卓越之里程碑。第十屆會議將在香港舉行，主題為《權利在我手·自主闖新天》。基於疫情，大會決定於**6月11日(星期五)**以線上轉播形式進行。當日會議詳情如下：

時間	活動項目	講員/內容詳情
10:00am - 12:15pm	主題演講 <ul style="list-style-type: none"> 《啟智工作對兩岸四地6G流動通訊網絡研發的啟示》 《融合教育專業支援系統建設的北京經驗》 《挑戰與創新：澳門智障服務三十年的阻礙與機遇》 《正向行為支持服務在台灣的實施：協助啟智機構和社區資源服務面對心智障礙者的高挑戰性情緒行為問題》 	<ul style="list-style-type: none"> 香港中文大學信息工程學系陳苑茵教授 北京教育科學研究院特殊教育研究指導中心副研究員孫穎女士 澳門社會工作人員協進會理事長吳婉瑩女士 財團法人第一社會福利基金會執行長及台灣啟智協會理事長賴美智女士
2:00pm-3:00pm	青年圓桌交流會	邀請四地青年代表就著本屆會議主題「權利在我手·自主闖新天」發表意見。
3:00pm-5:00pm	虛擬參觀及匯演	邀請香港復康/教育單位介紹其新服務發展，從單位設計到運用顯示出服務發展及配套的特色。

基於會議改以線上轉播形式進行，大會未能安排口頭發表。因此大會會將所有入圍機構的口頭發表及海報發表輯錄成論文匯編。很高興同心家長會的投稿也被取錄為海報發表，本會亦已呈交相關文章。歡迎家長積極報名參與會議，有興趣家長請於**5月28日(星期五)**前透過此路徑 <https://www.wenjuan.com/s/UZBZJvRYeR/> 參加。



星球燈DIY

活動預告

(HFPRC -21-00026)

夜晚看不見星星嗎？不如自己點亮我們的許願星球燈吧！你向星星許願的時候，把許願星球燈掛在家裡，點亮暗暗的房間長亮模式，大家可以試試跟著我們一起手作吧！

日期：2021年6月23日(星期三)

時間：上午 10:00 -11:30

地點：海富中心

對象：中心家長

講員：家長義工鄭佩慧女士

費用：\$20 (材料費)

名額：15名

截止報名日期：先到先得，額滿即止

備註：如活動未能以實體進行，將改用 ZOOM 進行



同心家長會
Heep Hong Parents Association

簡介

使命

- * 提高家長對復康服務的認識，並就有關政策向政府反映意見，為子女爭取應有的福利和權益。
- * 加強家長間的聯繫和經驗交流，以達致自助互助的目的。
- * 促進與協康會的伙伴關係，並協助會方推動會務，以為兒童提供更優質及全面的服務。
- * 透過公民教育及其他活動，促進社會人士對在學習和發展上有困難兒童的認識和關懷。

入會費用

基本會員* 協康會家長 (包括舊生家長) 會費每年\$50

附屬會員* 有興趣參與家長會活動人士會費每年\$50

永久會員 以上人士 一次過繳付\$500

* 會員也可選擇一次過繳交三年會費，每三年會費\$100元正。

轄下五個關注小組

- * 自閉症關注小組
- * 肢體弱能關注小組
- * 特殊教育關注小組
- * 融合教育關注小組
- * 青年服務關注小組

入會表格

可於機構網頁下載
或素描 QR code



聯絡方法



info@heephong.org



協康會



協康會同心家長會 2020