

入會、續會

免費可享2022年 20萬元平安保險

更多優惠資訊請下載工聯APP
詳情請向所屬工會或工聯會查詢
3652 5733



凡工聯會屬會及贊助會16歲至100歲的會員，於2022年交費有效期內，免費獲20萬平安保險保障，繼續為會員及家屬提供及時支援。

中國太平
CHINA TAIPING
中國太平保險(香港)有限公司
China Taiping Insurance (HK) Company Limited
查詢熱線：3716 1616

保障範圍

- 意外傷亡：
每人最高賠償額為港幣20萬元；
- 意外住院現金津貼：
住院連續超過2天，第3天始獲此保障。

索償須於意外發生一個月內提出
為免失去受保資格，請謹記於會費屆滿日前續交會費。
賠償細則及解釋以中國太平保險(香港)有限公司保單條款為準。



「入會表收集個人資料聲明」詳細內容請瀏覽：

http://www.ftu.org.hk/zh-hant/jetso/join_us/

會員資料更新

如需更改聯絡資料，請致電2770 3676與本會辦事處聯絡，謝謝。

油麻地會所：九龍油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓

尖沙咀會所：九龍尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈3字樓

電話：2770 3676

電話：2736 7667

辦公時間：(星期一至五)上午10時至下午8時(星期六)上午10時至下午6時

傳真：2770 3617

電郵：info@geahk.org.hk

網頁：http://www.geahk.org.hk



政府人員協會Whatsapp
6608 2853



Find us on
Facebook

政府人員協會



政府人員協會
Government Employees Association



會訊
2022年4月版

八方支援 團結抗疫

工聯會 抗疫

義工大行動

本期焦點

- 抗疫義工大行動
- 關注疫情下政府僱員權益
- 香港醫療人員總工會記者會
- 香港回歸25周年活動
- 會員訂購防疫物品優惠



油麻地會所：九龍油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓 電話：2770 3676
尖沙咀會所：九龍尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈3字樓 電話：2736 7667

辦公時間：(星期一至五)上午10時至下午8時(星期六)上午10時至下午6時

傳真：2770 3617

電郵：info@geahk.org.hk

網頁：http://www.geahk.org.hk



政府人員協會Whatsapp
6608 2853



Find us on
Facebook

政府人員協會



抗疫義工大行動，向會友派送防疫物資

二月下旬開始，疫情嚴峻，醫疫物資缺乏，協會第一時間為會員提供防疫用品訂購服務，並從工聯會、內地及社會各界獲得捐贈物資，工會的職員及義工冒着受感染的風險，第一時間協助包裝，先後多次向會員、政府僱員及醫護人員派發，共派送快速測試劑80,000套、口罩200,000萬個、中成藥10,000盒、防護衣及面罩等1500件，受惠達15,000人次。工會亦於三月底積極響應政府向市民派發防疫包行動，派出義工參與包裝及派發工作。

一、工會職員及義工包裝防疫物資



二、會員到工會領取愛心防疫包



三、工會理事及義工到部門及醫院派送愛心防疫包



四、工會向安老院舍及診所員工送贈防疫物資



五、參與「政府抗疫包」包裝及派送



呼籲堅守崗位，感謝中央支援

國家主席習近平就支援香港抗擊第五波新冠病毒疫情工作作出重要指示。本會與香港公務員總工會、國家行政學院香港同學會及香港特區政府公務人員聯會發表聲明：

1. 堅決支持「三個一切」「兩個確保」抗疫精神；

2. 強調特區政府要切實負起主體責任，堅決支持「動態清零」是保障市民生命最有效方法；

3. 感謝中央和各地方政府對支援香港抗疫所作出的積極行動；

4. 感謝全體公務員為抗疫進行了大量工作，並號召全體公務員務必全力打贏抗疫戰。

3月中，香港醫療人員總工會、政府人員協會及友好公務員團體先後發表聲明，感謝中央政府全力支持香港抗疫工作，迅速落實了多項支援，包括派出多批專家組及援港抗疫醫療工作隊，支援特區醫護救治病人和核酸檢測等工作；調集援港醫療物資，確保生活物資穩定供港。



關注疫情下政府僱員權益

為抗擊第五波疫情，特區政府調動各部門人手全力參與抗疫工作，員工面對不少問題。工會積極聯同工聯會立法會議向有關當局反映意見：

1. 要求向參與圍封強檢或其日常工作因疫情需要面對較高風險之政府僱員發放特別津貼；
2. 要求發放「住宿津貼」，或可直接使用或租用非政府資助機構度假營或酒店供抗疫人員暫住；
3. 要求向政府僱員提供足夠快速檢測包及加強政府辦公室消毒工作；
4. 部門在抽調人員參與全民檢測時，應體恤部份員工可能因身體疾病而不合適參與；
5. 關注政府僱員進行病毒檢測、確診後復工安排及「復陽」個案處理。

另外，公務員事務局於3月11日與各公務員團體召開視像會議，交代最新抗疫情況。馬志成主席於會上表示，工會支持特區政府在適當時機下進行全民檢測（包括：疫情初步受到控制、周全的籌統準備、足夠的執行隔離能力、充裕的檢測能力、精確追蹤確診者能力、充足的物資供應、足夠的個人防護訓練和結合污水檢測數據等），並建議把檢測數據直接上載至安心出行，以達致動態清零，使香港社會恢復正常運作。

● 向參與前線抗疫工作之公務員提供特別津貼(視頻)

▶ <https://youtu.be/X6PCbSNUnte>



工聯會黃國理理事長出席2月9日立法會公務員及資助機構員工事務委員會視像會議，向公務員事務局局長聶德權提出，要求向參與前線抗疫工作之公務員提供特別津貼。

● 關注政府僱員進行病毒檢測、確診後復工安排及「復陽」個案處理(視頻)

▶ https://fb.watch/c4ULimb_cO/



工聯會立法會議員梁子穎出席3月15日立法會與預防及控制疾病相關的附屬法例小組委員會視像會議，向食物及衛生局副局長徐德義，查詢政府僱員確診後復工及「復陽」個案處理。

香港醫療人員總工會記者會

堅守抗疫最前線，強烈要求向所有前線醫護及支援人員發放特別津貼

香港受到來勢洶洶的第五波疫情襲擊，公營醫療系統承受前所未有的巨大壓力，醫療人員疲於奔命。

工會於二月中要求醫管局發放「特定工作津貼」，然而涵蓋範圍只擴展至醫院急症室、一線及二線隔離病房等特定部門之同事，醫管局大部份前線辛勞抗疫員工都不符合領取津貼資格。

其後，工會多次向醫管局總裁及政務司司長反映，局方現時「特定工作津貼」政策有欠公平合理，並於3月25日舉行記者會，提出訴求：

- (1) 向參與前線工作的醫護人員發放特別津貼，員工包括清潔、運送病人等，以激勵員工士氣；
- (2) 增加人手員工編制，調配更多人手員工到前線處理緊急求診者及新冠肺炎確診者，以解決急症室超負荷問題；
- (3) 提供更符合防感染標準的保護裝備，即N95級口罩、全身型高級PPE保護衣、防護面罩等。

成功爭取「醫管局向執行清潔及保安工作員工發放特別補助」

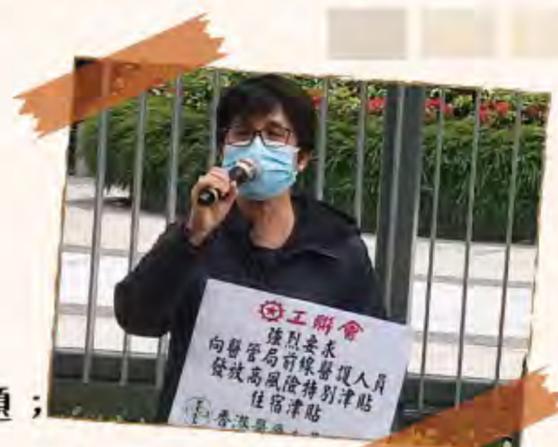
醫管局於2022年4月1日公佈，向執行清潔及保安之前線僱員提供每月\$2000特別補助，為期五個月(由2022年2月至6月)。

當中包括：

醫管局常額或合約或臨時全職或兼職受聘之前線清潔及保安員工；以及

有關期間提供前線清潔和保安服務之一般支援/病人服務支援員工。(不包括已經獲發放「特定工作津貼」的員工)

多謝大家一起與工會共同努力，促使醫管局從善如流。大家團結一致，繼續維護合理權益。



▲ 2022年2月10日政府總部請願行動



▲ 2022年3月25日舉行線上記者會

香港醫療人員總工會記者會(Facebook Live)

▶ <https://fb.watch/c0VcoR0a2f/>



一位病房助理的日記(視頻)

記錄一位醫管局病房助理在第五波疫情下的工作辛酸

▶ <https://youtu.be/6DyzNIDvJVY>



香港醫療人員總工會成員：政府軍部醫院華員職工會、香港公共醫療員工協會、醫院管理局員工協會、醫院診所護理業職工會、政府衛生署員工協會、醫院管理局健康服務助理員協會、香港職業治療助理員協會、香港機構醫生協會、香港公共醫療護士協會、醫院管理局支援職系員工協會、醫院管理局抽血員協會、香港醫院手術室助理員協會、香港中藥從業員協會(排名不分先後)



「特別·愛增值」計劃

協助失業或就業不足人士*提升多元技能



- 不限學歷
- 學費全免
- 特別津貼

醫護培訓課程推介

僱員再培訓局、工聯會職業再訓練中心課程
 醫護支援人員(臨床病人服務)基礎證書(全期51課, 每課4小時, 一天上2課)
 護理員訓練課基礎證書(精修班)(3天, 共24小時)
 物理治療助理基礎證書(13天全日+10天半日, 共144小時)
學費全費, 有津貼, 就業轉介
 報名連結: <http://hk.mikecrm.com/v24JR1q>
 或掃描QR code



代報業餘進修中心2022年夏季課程服務

業餘進修中心課程會員報名日: 5月29日(日)
 政府人員協會代收報名表格日期: 5月16日至5月21日(星期一至六)
 地址: 油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓
 尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈3字樓

- 此項服務只提供予本會及屬會會員, 辦理時請出示合格會員證。
- 只收支票, 每一項課程請開支票一張。支票抬頭請寫「業餘進修中心」, 支票背後請寫上會員姓名、聯絡電話、課程編號。恕不接受郵寄。

辦公時間: 星期一至五 上午10時至下午8時 星期六 上午10時至下午6時

會務推廣與您全接觸

政府人員協會定期在各大政府合署舉行會務推廣日, 以加強與會員及政府員工的接觸, 推廣日內容包括: 業餘進修中心課程代報服務、介紹活動及優惠資訊、辦理入會及續費、權益諮詢服務等。

5月16日(一) 北角政府合署
 5月17日(二) 金鐘政府合署(高座)
 5月20日(五) 啟德工業貿易署

時間: 上午8時至下午2時

防疫物品會員訂購優惠

可供會員購買的防疫物品:(對象: 政府人員協會及友好工會會員)

*凡購買任何防疫用品, 均可以 \$5/盒優惠價加購「Reagen快速檢測試劑」
 (本會將不定時推出不同限時優惠, 恕不另外通知)

如需訂購請
掃描QR Code



「Reagen快速檢測試劑」

限時優惠: 買10送4

價錢:
每套\$200
 (每套10盒,
 額外贈送4盒,
 每盒使用1次)

Reagen新冠病毒快速抗原檢測套裝
可快速測試Covid-19, Omicron及Delta變種病毒



「港版連花清瘟膠囊」

價錢:
每盒\$28



Double M KN95款口罩 (高防護緊貼型)

CE 0370EN 149:2001 + A1:2009

價錢: 每套\$70
 (30個獨立包裝)

尺寸: 21.5cm X 9cm
(摺疊平放台尺寸)



- 產品特點:
- 適合長時間佩戴
 - 四層過濾 安全防護
 - 3D立體結構舒適呼吸
 - 出色的貼合性緩解霧氣
 - 舒適的耳帶
 - 過濾有害物質
 - 高度抗菌級別(出口產品)

Como Disimo KN95款口罩 (高防護緊貼型)

EN 149:2001 + A1:2009

價錢: 每套\$70
 (30個獨立包裝)

尺寸: 18.5cm x 6.8cm
(摺疊平放台尺寸)



- 產品特點:
- 適合長時間佩戴
 - 四層過濾 安全防護
 - 3D立體結構舒適呼吸
 - 出色的貼合性緩解霧氣
 - 舒適的耳帶
 - 過濾有害物質
 - 高度抗菌級別(出口產品)

「美適特」立體型不織布口罩 size:175mm X 90mm (成人款)

售價: ~~\$230~~ (50個/盒, 非獨立包裝)

特賣價
\$80

BFE微生物 99%過濾
PFE微粒子
VFE病毒



記憶型樹脂鼻樑條, 緊密貼合面部, 塑造立體防護空間, 寬幅耳繩, 佩戴舒適, 無痛感。

產地: 中國(出口轉內銷)

「美適特」立體型不織布口罩 size:145mm X 90mm (兒童款)

售價: ~~\$230~~ (50個/盒, 非獨立包裝)

BFE微生物 99%過濾
PFE微粒子
VFE病毒



記憶型樹脂鼻樑條, 緊密貼合面部, 塑造立體防護空間, 寬幅耳繩, 佩戴舒適, 無痛感。

產地: 中國(出口轉內銷)

賞你學·國情港情知多D 獎勵計劃

為加強會員對國情、港情、工會情的認識，本會推出獎勵計劃，凡於推廣期內參與2次或以上指定活動，可獲業餘進修中心\$50課程現金券乙張。

獎勵計劃詳細內容可瀏覽網站：
<https://bit.ly/32g3KYx> 或
掃描QR Code



推廣期：2021年8月1日至2022年6月30日

今期「國情·港情」指定活動（每季度均推出不同活動，請留意本會會訊或 Facebook專頁最新資訊）：

「政論·熱點」分享會（視像分享會）

邀請社會知名人士或工會領袖，就當前國際國內形勢及時事熱點與會員交流分享。

嘉賓：鄧家彪（工聯會立法會議員）

日期：2022年5月18日（三）

時間：晚上7時15分 - 8時30分

查詢及報名：2770 3676



下回預告
9月中旬

備註：

是次活動以「騰訊 VOOV 視像會議」進行，參加者須先自行於手機或電腦安裝程式，並於活動時間於外間/住所自行上網開啓「騰訊 VOOV 視像會議」進入會議參加。（「騰訊 VOOV 視像會議」程式可於各應用程式市場下載）本會稍後將以Whatsapp信息發放相關活動視像會議 ID 號碼予參加者，請按時進入會議參加活動。

「國情·港情」專題講座(預告)

主題：《港區國安法》與「一國兩制」

日期：暫定2022年6月

時間及地點：待定

更多活動內容請留意
本會網站、Facebook 或
Whatsapp 最新公佈。

慶祝香港回歸25周年活動

會員「新入/續費」激賞送禮活動

換領期：2022年5月1日至12月31日

對象：政府人員協會及屬會/新入會

激賞一 繳費2年送防疫用品



凡於換領期內續會/新入會繳費2年或以上，可獲防疫用品乙份(25個口罩)。

換領方法：

1. 於換領期內前往本會油麻地 或 尖沙咀會所領取，請出示有效會員證及續繳會費證明。
2. 如需要郵寄，請把續繳會費證明 Whatsapp至「政府人員協會專號：6608 2853」，並發訊息：1.「新入/續費激賞」； 2.會員姓名； 3.聯絡電話。

激賞二 新入會迎新禮品 (只限新入會會員)



新入會會員繳交兩年會費或以上，可額外獲贈鴻福堂現金券\$50乙張。

2022年5月1日起，新入會並繳交2年會費

激賞三 Whatsapp大抽獎

★第一期抽獎日期：2022年6月30日

★抽出20位得獎者



參加辦法：

於2022年12月31日前續繳會費至2023年12月31日 或以後，並加入政府人員協會Whatsapp專號，即可參與大抽獎。

如您仍未加入政府人員協會Whatsapp專號，請將本會Whatsapp號碼(6608 2853)加入手機通訊錄，並於Whatsapp內發送會員證照片及文字「收訊息」，即完成登記。

備註：

1. 以上禮品數量有限，送完即止；
2. 換領期內，每位會員每項禮品限領一次(每位會員最多只可獲「Whatsapp大抽獎」獎項一次)；
3. 個別工會會費年期計算方法不同，詳情請向本會查詢；
4. 郵寄資料將以會員提供的資料為準，因此會員需自行承擔郵寄風險，包括寄失及損毀等問題；
5. 如有任何爭議，政府人員協會將保留最終解釋權及決定權。

前言

俗語說「朝霞不出門，暮霞行千里」，這是古時候民間總結生活經驗而流傳下來的天氣預測方法。隨著時代的轉變及進步，今時今日講求的是科學根據，運用超級電腦分析氣象資料，來較為準確地預測天氣的變化。今期我們邀請到香港天文台台長鄭楚明博士（下稱：鄭博士）為我們講解天氣及氣候的問題。



香港天文台成立於1883年，至今已有一百三十多年的歷史，位於尖沙咀的香港天文台總部更於2017年獲世界氣象組織認可成為首批百年觀測站之一。鄭博士介紹：香港天文台初期的工作主要是進行氣象觀測、提供觀象授時服務、進行地磁觀測，以及建立一套熱帶氣旋警告系統。鄭博士相信很多市民有疑問，為何天氣預報並不是百分百準確？他解釋道：現時預測天氣，主要靠超級電腦，一方面分析天氣觀測數據，另一方面根據物理方程式來作預測。天氣觀測數據或多或少有誤差，而大氣是一種渾沌的系統，這使到電腦在計算時不能排除誤差，所以電腦的預報不可能達到百分百準確。



鄭博士相信很多市民有疑問，為何天氣預報並不是百分百準確？他解釋道：現時預測天氣，主要靠超級電腦，一方面分析天氣觀測數據，另一方面根據物理方程式來作預測。天氣觀測數據或多或少有誤差，而大氣是一種渾沌的系統，這使到電腦在計算時不能排除誤差，所以電腦的預報不可能達到百分百準確。

全球暖化 - 小行為大保護

「全球暖化」一詞經常於新聞中提及，卻甚少人認為它是正在發生的。鄭博士解釋道：由於人類大量釋放溫室氣體，就像大氣中蓋住一層被，阻止熱力離開地球，使地球溫度上升。自香港天文台開始進行恆常氣象觀測，所蒐集的長期觀測數據記錄了一百三十年來暖化的趨勢。鄭博士提及，1885至2020年間天文台總部的年平均氣溫就平均每10年上升 0.13°C ，極端降水事件變得越來越頻繁。以往天文台總部一小時雨量破紀錄的情況是幾十年才發生一次，但近幾十年卻是屢破紀錄。鄭博士認為2018年超強颱風山竹就是很好的例子，山竹在香港造成的廣泛破壞是近三十多年來最嚴重的。在全球氣候變暖的背景下，溫暖的海洋會為未來的風暴提供更多能量，全球暖化所引致的海平面上升亦會使嚴重的風暴潮越趨頻繁，對我們日常生活帶來更大的影響。鄭博士呼籲市民在衣、食、住、行各方面都要養成低碳生活習慣，例如惜物減廢、改用慳電的電器、不要把冷氣的溫度調得過低等等。

推廣天氣小知識



香港天文台為向市民大眾推廣天氣知識，定期舉辦公眾講座及展覽等活動，早前亦舉辦了《2016-2020十大矚目天氣及氣候事件選舉》，藉此加深市民對氣候變化及其對人類生活影響的關注。其中香港天文台於2019年與歌手區瑞強一起創作了歌曲《氣候人生》，鼓勵市民坐言起行，節能減碳。鄭博士表示：除了創作有意義的歌曲，香港天文台更推出社區天氣觀測計劃，透過分享天氣照片、短片、縮時攝影及天氣記錄，包括雲、天氣、天文、光學現象、極端天氣等，以此鼓勵香港市民多些觀察天氣現象。鄭博士歡迎香港市民一齊參與其中，亦會從中挑選一些靚相發布在天文台的社交平台或印刷於年曆上。天氣與我們日常生活息息相關，氣候變化是我們現時必須面對的挑戰，全球暖化更是全世界當務之急的問題。地球是我們的家，我們是有責任保護它，盡我們的一分力量齊心保護。

更多天文台台長訪談內容，敬請留意本會Facebook / Youtube推出訪談節目短片。

部門專訪有獎問答遊戲 - 香港天文台

留意文章內容，回答簡單問題即可參加抽獎，今期遊戲抽出5位得獎者，獲得超市禮券（價值\$100），得獎者名單於下期會訊及Facebook專頁內公佈，並獲專人通知。

- 註：1.每位合格會員每期只可參加一次；
2.問答遊戲於5月31日截止；
3.本會保留最終決定權及解釋權。

問題1.香港天文台於哪一年正式成立？

問題2.1885年至2020年期間香港天氣年平均氣溫每10年上升多少 $^{\circ}\text{C}$ ？

部門專訪(香港天文台)有獎問答遊戲(第四期)參加表格

答案1. _____ 答案2. _____

姓名： _____ 所屬工會： _____

會員編號： _____ 聯絡電話： _____

填妥參加表格後郵寄（油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓）
信封面註明「參加會訊有獎問答遊戲」或用手機掃描QR code
直接填寫表格



興趣班組課程

查詢/報名電話：2770 3676

課程名稱	日期及時間	費用(每一課程)	上課地點
風景夜景攝影班 導師：曾sir	A班：6月25日、7月2、9、16日(六) B班：8月20日、9月3、10日(六) 戶外講解及實習：下午18:00-20:00 內容：不須週車勞頓亦可拍攝美 風景及日落美景，講解拍攝技巧、合適器材運用及安全首則，適合所有人士參加。	會員/家屬 \$750 非會員\$850 *參加者必須自行購買意外保險	戶外現場講解及戶外夜攝實習
蝴蝶昆蟲攝影班 導師：曾sir	5月31日(二) 課堂講解：19:00-20:30 6月4、11、18日(日) 戶外實習：上午10:00-12:00 內容：拍攝蝴蝶及微少昆蟲。選擇合適的器材，閃燈的運用技巧，現場微距器材的示範，適合所有人士參加。	(戶外集合地點出發前二天通知)	課堂講解(長沙灣)及戶外實習
特色創意水滴初班 導師：曾sir	7月19、26日、8月2、9日(二) 19:00-20:30 內容：教授拍攝獨一無二的水滴圖案，快門光圈，學習由淺入深，水滴控制物料，調較至獨立拍攝，令學員容易理解細節。 拍攝器材：用DC機，或手機有微距均可。	會員 \$550 非會員\$650	長沙灣
首飾穿珠班 導師：王敏兒	B班：5月16日 C班：6月13日 D班：7月11日 內容：每月一堂，每堂教穿一款不同的首飾，從基礎穿珠技巧開始，深入淺出，適合初學人士。上課形式，導師示範，學員實習，穿好的首飾學員可帶走。上限15人，先到先得。 報名及查詢：李蕙貞 9620 6107	會員 \$100 非會員\$110 (包一份材料)	油麻地
早晨太極班 導師：譚旭雄	內容：太極拳，養生椿，八段錦(逢星期六) 歡迎會員及退休會員參加，參加者請自行聯絡 教練，譚教練：92061560	8:00-10:00 (上午) 免學費	西灣河

以上課程日期因應疫情措施 或 有所調整，請以本會通知作準

以上所有興趣班課程如逢公眾假期或導師因事而需停課，將提前通知，課程或將順延

油麻地：油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓

長沙灣：九龍深水埗長沙灣道43-45號長興大廈2字樓A室
(香港工會發展及服務中心，太子地鐵站E出口，鄰近楓樹街遊樂場)

- 注意：(1) 所有學員必須於報名後七個工作天內交費作實；
(2) 人數不足時，將取消是項班組活動；
(3) 如有更改，將另行通知，請報名時留下準確聯絡電話；
(4) 先到先得，額滿即止；
(5) 本會保留所有活動的更改權利。

簡易養生保健拉筋班

簡介：分享養生教授保健運動的好處。很多人都錯誤地單靠節食減肥，因而不能達到持久的減肥效果，唯有配合適當的運動，才能有效地減少脂肪的積聚。長期坐辦公室缺乏運動，經常低頭工作或錯誤姿勢做家務，容易造成肌肉及筋腱勞損、痛症隨之出現；身體關節活動度也受到影響。拉筋伸展可以改善身體柔韌度、舒緩及預防痛症。

- 利用簡易拉筋伸展
- 配合強化肌肉的帶氧運動
- 達致瘦身美容顏
- 透過平常練習可助血液循環
- 身心舒暢精神煥發
- 每期內容各有特色

第4期：6月14日 - 7月19日(逢星期二，1小時/堂，共6堂)

時間：下午6時45分 至 7時45分

費用：會員\$350 家屬/非會員 \$400

地點：尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈4字樓

下期預告：8月2日



國、粵語卡拉OK歌班

內容：用不同類型歌曲教授練唱位置，輕巧鍛練橫隔膜肌肉力量控制呼吸、配合放鬆自然發聲及歌唱技巧，從養生保健角度來享受學唱歌的樂趣。

第3期：6月14日 - 8月16日(逢星期二，1小時/堂，共10堂)

時間：晚上8時 至 9時

費用：會員\$650 家屬/非會員 \$700

地點：尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈4字樓

下期預告：8月30日



國畫班

導師：鄧雪梅女仕

內容：包括花鳥、山水，兼工帶意，從基礎筆法及上色技巧開始，由淺至深，適合初學人士。上課形式以導師示範，學員實習。

請學員自備：1.毛筆：小白雲、中白雲、小狼毫、中狼毫各1支；2.國畫顏色(8色)；
3.調色碟(梅花碟)及白瓷碟2個(3-5吋)

日期：7月23日 - 9月24日(逢星期六，共10堂)

時間：上午10時30分 至 12時30分

費用：會員\$1000 非會員\$1100

地點：油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓



舞蹈能凝聚目光，凝聚力量，更能凝結時間，是為**凝舞**。舞者聞歌起舞，萬籟皆醒，讓此時此刻化為回憶的片段，化為記憶中的剪影，是為**畫影**。

凝舞畫影舞蹈團於2015年5月成立，是政府人員協會屬下一個文藝團體，致力推廣舞蹈文化，為有興趣之會員提供舞蹈訓練。

本團在多位具有豐富舞蹈排演及教學經驗的資深導師引領下，團員的舞蹈修養、技巧及表演能力，均得到更全面發展。同時，舞蹈團積極為團員爭取舞蹈演出機會，提供藝術交流平台，使團員在潛移默化之中提升能力。

舞蹈團現誠意邀請對舞蹈有濃厚興趣的你，踴躍報名加入凝舞畫影的大家庭！



參加資格
45歲以下具3年以上舞蹈經驗，或曾報讀本團舞蹈課之學員對舞蹈有濃厚興趣及團體精神，均可申請加入本團。（*將由專人安排面試）
查詢：whatsapp: 6992 9979



榮獲多個團體邀請參與演出並獲得一致好評，演出作品包括：

「清花盜雅」「柳岸」「竹林河畔」「雲嶺之雨」「情暖天山」「麗人行」
熱情土皮舞、拉丁融合舞「Canon in D」「Unveiled」、芭蕾舞鼓舞等



舞蹈團有facebook啦！

所有最新舞蹈課程、比賽、表演、優惠、招募都可以第一時間在facebook上知道！



LIKE 及 SHARE FACEBOOK 專頁即可獲得舞蹈課程費用減免優惠

慶祝香港回歸25周年

體驗課程優惠 (只適用報8堂或以上舞蹈課程)

- (一) 每位報名學生可獲贈減免優惠\$100元
 - (二) 結伴同行優惠：學生介紹新同學報讀本會課程，將可再獲取減免優惠\$100 (介紹人及新生各減免\$50)
- 每一位學生可享用(一)和(二)優惠各一次，優惠期由2021年5月至12月
如對優惠詳情有任何疑問，請致電2392 3323查詢。
本會保留最終解釋權及決定權。

全新凝舞大型舞蹈室，讓您發現更舒適，
佐敦地鐵站出口步行4分鐘或至灣西鐵出口步行8分鐘



課程查詢/報名電話：2392 3323 Whatsapp: 6992 9979
辦公時間：(星期一至五中午12時至晚上7時) 星期六及公眾假期休息

舞蹈團研習課程(第14-15期) (本會團員或經甄選具二年或以上中國舞蹈經驗學員)

傣族舞蹈 水燈節劇目排練課程

招募團員

族濱水而居、喜水愛水，舞蹈動作靈動優雅、婀娜多姿，如落入凡間的精靈，給人一種柔美而純淨之感。
本課程從學生體態、動作動律特徵、節奏、舞者心態四個方向入手，節目依照民族傳統習俗-水燈節，相傳傣族少女在水燈節當天將親手製作的水燈放入河流中，以寄託心中的願望和祝福，從而讓學員進一步體會最古老民間舞-傣族舞之美。
課程將根據實際編排進度參與2022年本港演出及比賽項目。

40小時(共2期，分期收費) 團訓課每期為10堂或以上，以當期教學為標準。

排舞主題/上課時間：(逢星期六，2小時/堂)

*A期：7月23日-10月8日 *B期：10月15日-12月17日

上課時間：晚上7:30-9:30 (以上課備忘為準)

上課地點：尖沙咀(凝舞舞蹈室) / 康文轄下舞蹈室

費用：會員/家屬\$1500/期 非會員\$2000/期 (一次性繳交兩期費用，可即減免\$200)

(出席率達80%或以上，表現良好及達到老師及協會要求方可參加演出或比賽)

報名/查詢電話：2392 3323
Whatsapp: 6992 9979
註：敬請先電話/whatsapp留位 (名額有限，欲報從速，額滿即止)

歡迎加入舞蹈團



親子瑜伽 (適合4-6歲/7歲或以上)

親子瑜伽講究溝通與互動，練習過程中，小朋友與家長互相協助，有效增進感情！同時可建立良好運動習慣，透過瑜伽練習，可鍛煉小朋友集中專注力及耐性，控制身體做出各種瑜伽動作，協調能力，同時亦能訓練身體各大小肌肉！有助糾正小朋友日常因錯誤的坐姿、睡姿，及在書寫所造成的脊椎側彎、寒背、高低膊，等等，並有助小朋友控制情緒，建立自信和改善睡眠質素。而家長亦可以減壓、放鬆精神。透過身體接觸，可增進父母與孩子間的感情，令雙方關係更密切，同時培養彼此的信賴與親密度。

日期：6月18日-7月16日(逢星期六)
時間：上午11:30-下午12:30 (1小時/堂，共5堂)
費用(二人同行)：會員\$900 非會員\$1100
地點：尖沙咀柯士甸道118號 樂廣商業大廈4樓
預告下期：7月30日

雙人瑜伽=不一樣的體驗

對象：適合任何人士(16歲或以上)
「雙人瑜伽」顧名思義，是由兩個人共同參與的瑜伽練習，透過對方的力量同協助，默契，在練習中為大家互相補不足，完成一些自己未能做到的動作！透過雙人瑜伽練習，亦可訓練身體的穩定性及柔軟性。
需要雙人同心協力合作才能完成，除了考驗各自的能力外，也依賴於彼此間的信任度。當中能找到的趣味，無論是和伴侶、朋友還是親子間的情感都可以因此大大提升！

日期：6月16日-7月20日(逢星期三)
時間：晚上8:15-9:15 (1小時/堂，共6堂)
費用(二人同行)：會員\$950 非會員\$1150
地點：尖沙咀柯士甸道118號樂廣商業大廈4樓
預告下期：8月3日

零基礎入門(中國舞身韻)課程

對象：零舞蹈基礎/初學者(16歲或以上)
適合：喜歡舞蹈卻一直沒有開始的你，對中國舞感興趣的你，養生/追求進步的你。

著重介紹中國舞的基本韻律，通過由淺入深的各舞身韻組合及小品節目的練習。
學習與掌握中國舞體態特徵，以動作修飾，以身體為心，通過身體學習，加強舉手投足間肢體舞韻與內在韻味；訓練形神兼備、內外統一、身心並用之能力。

①古典舞身韻元素訓練
地面提沉轉組合，站立提沉組合，手位步位組合，盤腿組合，雙手手位組合，花柳步位組合，圓場組合
②暖身組合(傳統組合)
古典組合，道具組合
*註：按課程進度及導師要求需使用上述不同道具上課
日期：6月30日-8月4日(逢星期四，共6堂)
時間：晚上7:30-8:30 (1小時/堂)
費用：會員/家屬\$600 非會員\$700
地點：尖沙咀柯士甸道118號樂廣商業大廈4樓
下期預告：8月4日

課程名稱	日期、時間及內容	費用(每一課程)
舞蹈課程	Fitness & Zumba 健身舞 (適合任何人士參加) 7月8日-8月12日(逢星期五，1小時15分/堂，共6堂) 預告下期：8月26日 Fitness & Zumba 加強心肺功能，增加肌肉彈性及柔軟度，節奏輕鬆，充滿動感，大量排汗，燃燒脂肪，收緊鬆弛部位。此運動任何人士都合適。 瑜伽課程內容：配合姿態練習，提高身體柔軟度和靈活度，並達致塑型的效果。 *(學員須穿瑜伽或運動服裝及帶備毛巾一條)	19:00 會員/家屬 -\$500 20:15 非會員\$550
瑜珈課程	舒展/秀身瑜珈課程 (適合任何人士參加) 6月29日-8月3日(逢星期三，1小時/堂，共6堂) 預告下期：8月17日	19:00-20:00 會員/家屬 -\$450 非會員\$500
	舒展瑜珈課程 (適合任何人士參加) 第3期：7月7日-9月8日(逢星期五，1.5小時/堂，共10堂) 預告下期：9月22日 第4期：7月20日-9月21日(逢星期四，1.5小時/堂，共10堂) 預告下期：10月5日 第5期：8月5日-10月7日(逢星期三，1.5小時/堂，共10堂) 預告下期：10月21日	19:30-21:00 會員/家屬 -\$700 上課地點：深水埗 非會員\$750

*舞蹈課程學員須穿舞蹈服裝或運動服裝及舞鞋(或指定舞蹈服裝) 以上課程上課地點：尖沙咀

課程名稱	日期、時間及內容	費用(每一課程)
保健課程	養生推筋班 (第5期)：7月5日-8月2日(逢星期三，1.5小時/堂，共5堂) (第6期)：7月8日-8月5日(逢星期五，1.5小時/堂，共5堂) 介紹養生按摩、保健操(八段錦)、肩頸保健。介紹牛角、砭術及鬆筋。 課堂內有互相練習、講解穴位應用及疼痛Q&A	14:00-15:30 19:00-20:30 會員\$350 非會員\$400

『實用家居維修』對『日常簡易家居維修』既可及時解決家居煩憂，又可有一份成就感。出席率達100%可向中心申請聽講證書

課程名稱	日期、時間及內容	費用(每一課程)
實用家居維修課程	馬桶原理與實務 5月18日、5月25日(逢星期三，共2堂) 講解馬桶水箱原理與分解、簡易馬桶水箱漏水修理。(*配備部份馬桶用品展示) 19:00-21:45 會員\$200 非會員\$250	
	潔具及維修的基本應用 6月8日、15日(逢星期三，共2堂) 主要介紹家居水龍頭、花灑及下水器的更換，隔汽使用，注意事項，安裝及維修等和有關工具的使用知識。(*配備部份潔具展示) 19:00-21:45 會員\$200 非會員\$250	
	燈制和制面認識 6月29日、7月6日(逢星期三，共2堂) 主要講解燈制及插頭接駁，接線需注意事項，安裝光暗掣及燈電路知識。(*配備部份插頭接駁使用工具展示) 19:00-21:45 會員\$250 非會員\$300	

查詢/報名電話：2392 3323 Whatsapp: 6992 9979 辦公時間：星期一至五 中午12時至晚上7時 (星期六及公眾假期休息)
上課地點：(會址)深水埗：九龍深水埗長沙灣道43-45號長興大廈2/F A、B室(太子地鐵站E出口)
尖沙咀：九龍尖沙咀柯士甸道118-120號樂廣商業大廈4字樓405室(佐敦站D出口)
*課程接受劃線支票付款，抬頭請寫『香港工會發展及服務中心』寄到九龍深水埗長沙灣道43-45號長興大廈2/F A、B室(背後請填上中文姓名、電話號碼、課程名稱及開課日期)以便跟進！所有報名及交費後，除所報讀課程取消外，均不退回所繳費用，敬請垂注！

愉康長者服務社

活動預告

成立於2004年為聯絡協會及各屬會之退休會員，本社經常舉辦各種有益長者身心活動。每年社費10元，永久200元。

活動預告：(課程由勞工及福利局資助)



長者智能手機基礎課程

日期：2022年4月21日至5月30日(逢星期一、四，每星期兩堂)
 上課時間：上午10:30至12:00
 上課地點：油麻地會所
 收費：每位\$100(共10堂)
 對象：55歲或以上退休人士

*學員需自備
 智能手機
 (Android系統)

鍾浩怡律師 義務法律諮詢服務



鍾浩怡律師為本會義務法律顧問、香港大學榮譽法學士、認可調解員及婚姻監禮人。鍾律師每月第三個星期四為會員提供義務法律諮詢服務。詳情如下：

日期：2022年5月19日、6月16日、7月21日、8月18日
 時間：下午5時30分至7時30分
 地點：油麻地會所
 預約方法：
 會員必須提前三個工作天致電2770 3676預約，需登記會員資料及查詢內容，會面當天下午4時開始派籌，先到先得。(每宗個案初次會面時間約15分鐘及限三次諮詢)

油咭優惠 成功申請油咭的用戶於油站入油不需即時付款，只需出示油咭，每月月底截數、月結單將在下月初發出，並於每月20日以自動轉帳扣除款項。

特約掛帳油咭優惠A：

Caltex	電油\$4.00	柴油\$9.00
Esso	電油\$3.30	柴油\$8.30
Shell	電油\$3.70	柴油\$8.80

特約掛帳油咭優惠B：

油咭每公升折扣優惠：

PetroChina	電油私家車 \$4.50	柴油車 \$9.50
Caltex	電油私家車 \$4.20	柴油車 \$9.20
Esso	電油私家車 \$4.20	柴油車 \$9.00
Shell	電油私家車 \$3.30	柴油車 \$9.50

申請辦法

請於辦公時間內致電2770 3676向本會索取申請表，表格上蓋有本會印章及編號方認可，填妥後連同所需文件郵寄至有關代理公司，代理公司收到申請表後聯絡申請人跟進。*油公司或代理公司有最終發咭及隨時更改折扣優惠的權利 *



小賣部



美心西餅券	東海堂西餅券	福利	Oral-B產品
\$40 (面額\$50)		小頭護齦軟毛牙刷	\$10
		多動向軟毛牙刷35號 (4支裝)	\$42
		多動向超軟毛牙刷35號	\$15
		全方位軟毛牙刷	\$13
		微蠟/薄荷微蠟牙線 (50米)	\$19
		快速抗敏護齦牙膏 (90g)	\$25
		深層清潔牙齦修護牙膏 (90g)	\$24
		雙效炫白青檸薄荷牙膏 (120g)	\$10
		鴻福堂精選套票	
		\$50禮券 (1套11張)	\$350
		自家涼茶套票(10張/套)	\$205
		自家湯套票(10張/套)	\$395
		優惠 1. 購買涼茶套票3套送\$20禮券乙張	
		2. 購買自家湯套票1套送\$20禮券乙張	
		註：多買多送	
		以上產品優惠期至2022年6月30日	
		歐化藥業	
		葡萄糖胺 會員價\$155(100粒，750mg/粒)	
		佳善	
		護手膏50ml	\$27
		護手膏250ml + 護手膏50ml	\$108
		護膚露300ml	\$52
		眼晶瑩(60粒) 送12粒裝	\$150

以上貨品價格如有調整，恕不額外通知，請以購買時為準。
 查詢電話：2770 3676



查詢更多會員優惠，請到協會福利網址

中科破壁靈芝孢子膠囊 (每盒100粒，300mg)

原價：\$480/盒
 會員價：\$300/盒
 非會員價：\$368/盒
 備註：數量有限，售完即止

