

榮譽護脊大使
鄭文雅

主席
楊國強脊科醫學博士

榮譽運動處方顧問
沈劍威教授
香港中文大學
體育運動科學系助理教授

鄭毓全先生
香港中文大學體育部講師

榮譽教育顧問
李鐸教授 太平紳士
林惠玲 太平紳士
陳耀文 博士
張愛娥 博士
關李榮 博士
周國良 博士
盧淑宜 校長
馮立榮 校長
王伯基 校長
林偉雄 校長
孔偉成 校長
侯麗珊 校長
王淑芬 校長

榮譽核數師
蔡國偉 會計師

榮譽法律顧問
黃添偉 大律師
趙佩麗 律師



讓孩子挺直
鄭文雅

護脊大使

致家長/監護人：

免費「學童脊科保健計劃」

貴校已參加由本會舉辦之護脊校園計劃，挺直脊科中心為轄下之脊科服務中心，現重點推介 貴子女參加《學童脊科保健計劃》，倘若你的子女有以下徵狀：肩頸勞累/經常疲倦/頭痛、腳痛、頸痛/失眠，在學童健康服務檢查中被診斷疑似脊骨側彎，請務必把握機會。

「學童脊科保健計劃」檢查內容包括：

1. 護脊短講
2. 由註冊脊醫進行初步檢查

檢查地點：挺直脊科中心(九龍九龍城啟德道 24-26 號地下)

檢查日期及時段：請在以下網址定期查閱，(基金會將不斷定期更新不同時段，以供選擇)

名額有限，額滿即止

敬請使用網上預約 <http://appointment.postlala.com/events>

脊骨神經對學童整體健康影響深遠，希望家長可定期或最少每 6 個月帶子女進行檢查。

備註：

1. 每個時段約有 15 位學童參與檢查
2. 已預約日期時間不可更改或取消，**請準時抵達，遲到者需另約時間**
3. 兒童脊科基金不會於預約日前作出任何預約提示
4. 是次檢查需有家長或監護人陪同
5. 檢查當日需出示學生手冊
6. 是次檢查大約需時一小時，請家長或監護人預留時間
7. 註冊脊醫當日檢查項目包括：脊骨側彎、寒背、脊骨柔韌度、高低膊、上頸骨錯位
8. 本會極力推薦家長下載本會手機應用程式，透過護脊遊戲學習護脊知識、護脊操，另備有本會最新資訊。

(名稱：兒童脊科基金，Google Play 及 App Store 適用)

途經巴士線：

101, 107, 111,
116, 10, 15, 16,
17, 21, 26, 27, 28,
203E, 3B, 42, 5,
796C, 796X, 1A,
2A, 9, 95

途經小巴

25M, 46

