

網址 : www.lokchi.org.hk

Go



樂智協會 Lok Chi Association

大窩口服務處(總辦事處)

地址：葵涌大窩口道15號
大窩口社區中心地下

電話：2428 6261

傳真：2428 4877

電郵：tw@lokchi.org.hk

藍田服務處

地址：藍田啟田道71號
藍田(西)社區中心地下

電話：2341 1837

傳真：2174 4870

電郵：lt@lokchi.org.hk

北區服務處

地址：上水北區社區中心
四樓會議室(暫借)

電話：2428 6261

傳真：2428 4877

電郵：nd@lokchi.org.hk

出版 樂智協會有限公司
督印人 關佩英女士
編輯小組 籌款及傳訊委員會
地址 葵涌大窩口道15號大窩口社區中心地下

出版月份：2016年12月

印刷份數：2500份



本計劃由香港公益金資助

This project is supported by The Community Chest



樂知友

Friends of Lok Chi

105期

2017年1-3月

活動通訊



本季活動推介 8

吹夢舞台·樂智才藝賞2016

境外遊踪2017

中醫講呢啲(二)

腰部護理ONE TWO THREE

樂智春茗2017

專欄推介 8

跟住中醫學養生 - 失眠

家屬資源閣

會員李英揚作品

樂智協會
Lok Chi Association

編者的話

在過去一季，協會獲社會福利發展基金資助，同工們有機會到日本「自然生」智障人士服務機構進行交流，同工們都有著很深的感受。日本的文化與香港不同，他們所提供的服務亦有所不同，但相同的是，大家都是與智障朋友同行，他們相處得十分和諧。日本人相信Give And Take(有給有取)，完全體現到互相尊重、互相接納、互相包容的精髓。甚至他們不覺得自己是提供服務，而是與智障朋友「共生」。這種精神、態度是值得我們借鏡。

「畢言而喻」敘事治療法於智障人士的應用新書發佈會已於11月19日完成，會員同場加演的「敘事心理劇」更教人們感動非常，我們有否真正聆聽智障朋友的聲音？還是我們仍然跟著社會的思想洪流去了解智障朋友的故事？

與智障人士同行多年，他們做的每一件事都讓我們感動，在他們身上學到了很多。其實，每一位智障朋友、家屬、員工都是我們的老師。「感動」這個字意指有感覺，便行動。就讓我們在與智障朋友同行的每段路上，一起帶著那份「感動」向前走！



目錄

我們的服務.....	1
中心開放時間.....	2
中心資訊及會員作品.....	3
三區活動花絮.....	4
各區服務處活動花絮.....	5
活動推介.....	6
跟住中醫學養生.....	7
日本交流團報告.....	8
會員專訪 – 會員的夢與想.....	9
會員遊樂天地.....	10
「地球保衛隊」活動.....	11
家屬俱樂部報告.....	12
家屬資源閣.....	13
入會申請表.....	14
活動報名表.....	15-16
活動通訊.....	17-23
捐款表及意見表.....	24

樂智協會2016年度管理委員會名單

主 席：曾志虹女士
 副 主 席：關翠娟女士、梁碧嫻女士
 義務司庫：高潔梅女士
 義務秘書：張杏梅女士
 委 員：趙程德蘭博士、鍾寶儀博士、黃志敏女士、
 楊美玲女士、陸艷玲女士、黃愛琮女士、
 唐智良先生、黃宗顯醫生、何淑嫻女士

樂智協會職員名單

總 幹 事：關佩英女士
 中 心 經 理：陳駿斌先生
 社 會 工 作 員：李善樂女士、陳穎蕾女士
 高級程序幹事：廖文暉先生
 程 序 幹 事：吳有容女士、潘嘉恩女士、
 黃貞嚴女士
 活 動 助 理：李婉儀女士
 兼職程序幹事：翁嘉兒女士、李鳳文女士
 行 政 助 理：簡惠芬女士
 庶 務 員：彭艷梅女士

機構簡介

樂智協會為一所服務輕、中度智障人士的非牟利機構，為智障人士提供社交康樂服務，使其善用餘暇，身心得以正常發展。協會轄下有三個服務處，分別位於大窩口、藍田及上水，為智障會員舉辦興趣活動，開設成人教育課程及提供社教化活動等，並著力推廣社區教育活動，協助智障人士融入社會。

宗 旨

- 我們的宗旨是促進全港智障人士的福利：
- ◇ 聯合家屬、專業工作者和關懷智障人士福利的人士，一同探討問題，交流經驗
 - ◇ 教育一般市民，使其了解及接納智障人士
 - ◇ 介紹與智障人士共融有關的各種新知識、新觀念和新動向
 - ◇ 創辦各類先導服務，推廣智障人士的康樂活動

願 景

「潛能展翅·互動共融」
 本會致力成為優質服務機構，尤其是在為智障人士提供社交及康樂服務方面

使 命

- ◇ 發展智障人士多元潛能，使其歡渡豐盛愉悅的人生
- ◇ 協助智障人士建立正面自我形象
- ◇ 促進社會人士與智障人士互相接納、互相尊重的關係，達致傷健共融

服務對象

輕度及中度智障人士

會員申請及續會須知

會員類別

- 會員：智障人士
 健全人士會員：
1. 家屬會員：智障會員的父母、監護人及子女
 2. 義工會員：12歲或以上，有興趣參與義工服務的社區人士

會籍有效期及會費

會員：每年會費\$21，由每年4月1日至翌年3月31日計算
 按社會福利署規定
 家屬會員及義工會員：不須收費，每年登記續會

會員福利

1. 參加本中心舉辦的各項活動
2. 免費享用活動室的服務及設施，如借用書籍、電腦及康樂設施
3. 免費享用中心提供偶到服務
4. 每季獲贈樂智之友通訊

申請及退出服務手續

1. 新會員可透過特殊學校、復康機構、社會福利署服務單位、醫務社工等轉介，或自行向本會申請。
2. 遞交申請表後，本會將安排註冊社工或其他負責職員面見。
3. 續證會員須於每年繳交年費(如需要)及辦理申請手續。
4. 會員如因各種原因退出服務，可攜同會證到中心辦理退會手續。

**本年度本會
豁免會費**

各服務處開放時間

大 = 大窩口服務處 藍 = 藍田服務處
北 = 北區服務處 3 = 所有服務處

	星期							公眾假期
	一	二	三	四	五	六	日	
上午9:00 - 下午5:00								大藍
上午10:00 - 下午6:00					大			
上午9:00 - 下午6:00						大藍	大藍	
上午10:00 - 下午7:00		大藍	大藍	大藍				
上午11:00 - 下午6:00							北	
休息	3	北	北	北	北	藍	北	北

惡劣天氣安排

為保障會員的安全，當天文台發出以下天氣訊號時，本中心將採取以下措施：

颱風/暴雨/酷熱警告訊號	中心開放安排	中心室內活動	戶外活動
懸掛一號風球	✓	✓	視乎天氣情況
懸掛三號風球 (註一)	✓	✗	✗
懸掛八號風球或以上風球 (註二)	✗	✗	✗
黃色暴雨警告	✓	✓	✗
紅色暴雨警告 (註一)	✓	✗	✗
黑色暴雨警告 (註三)	如未開放暫停 如已開放繼續開放	✗	✗
雷暴 / 酷熱 / 寒冷天氣警告	✓	✓	視乎天氣情況

註 ✓ = 照常 ✗ = 取消或暫停

- 天文台發出紅色暴雨訊號或懸掛三號風球時，中心仍照常開放，但所有活動取消，會員不應前往中心。若會員已到達中心，則因應天氣之變化、路面及交通情況，中心會要求家長在安全環境下接送會員回家。
- 若早上八時前懸掛八號或以上風球，中心將會暫停開放；若八號或以上風球於中午十一時或以前除下，中心會維持下午的服務；若於下午二時或以前除下，便會維持黃昏服務(即星期二至四下午五時至七時，星期五下午五時至六時。)
- 如早上八時前天文台發出黑色暴雨警告訊號，中心將暫停開放；如已開放，中心將即時取消所有室內及戶外活動，會員應留在中心內，直至安全情況下或有家長陪同才可離開中心。
- 以上應變指引乃屬一般措施，中心可能因應個別活動性質及實際天氣情況，取消或更改部份室內及戶外活動，並於活動舉行前兩小時通知參加者；參加活動時，會員須視乎當時天氣、路面及交通等情況決定是否出席。
- 若因天氣情況影響班組活動或其他室內外活動，有關活動將會延期、退款或作個別安排。

中心動向

實習社工彭惠敏及羅小燕已於11月18日完成實習，而陳穎蕾姑娘將於2017年1月27日離職，祝願各位工作順利及有美滿的前景。

吹夢舞台 · 樂智才藝賞2016

活動將於2017年1月7日舉行，機構如欲索取門票，請留意我們於facebook及網頁的宣傳。



會員作品

今期樂智之友為大家介紹禪畫、大自然的藝術及拼貼班作品。



小城大舞

本會與香港青年藝術協會合作，匯聚數百位社區不同背景人士隨節奏舞動，在社區推動舞蹈。表演不限年齡，旨在快樂，在同一天下，用身體展示個人的自主天地。今次活動主題為「亮燃心中希望」，希望透過舞蹈打破年齡和文化界限，親身體驗社區藝術的大愛，用汗水獻上最動人的藝術精神。



匯豐社區節2016



樂智協會主辦「換物爽智環保墟」已順利於11月27日於大窩口邨下山廣場完成！在此協會感謝不同伙伴的參與，包括：Easy Organic Farming、鸞吃鮮魚、生活綠林計劃、WHO AM I、耶穌FREE俾您、川上農莊、天姿作圍、商界環保協會及簡鏡倫小朋友(Brain)，活動帶出環保的概念及物品循環再用的訊息。來年協會將會繼續舉辦不同類型的環保活動，透過與不同伙伴的分享與交流，讓我們攜手共建一個環保共融的城市！



藍田服務處

羽毛球班

我們帶領會員到藍田邨羽毛球場進行練習，會員身手敏捷，練習時十分投入認真。



參觀環保園



環保園是香港首個專為循環再造業發展而興建的設施。是次活動全程有導賞員帶領，導賞團中有短片欣賞，互動遊戲及常設展覽，也十分生動地講解了香港的環保現況。會員們在環保園看見一合巨大的堆填區模型無不感到驚訝，原來我們每天都製造了十分大量的垃圾，香港堆填區很快便會負荷不了垃圾製造量，會員們紛紛說要在日常生活中實踐環保，好好保護地球。

大窩口服務處

參觀鳳園

國慶假期，我們一眾會員離開繁囂的城市，走進大自然—鳳園。當天，導賞員和我們分享豐富的蝴蝶知識，並一同尋找蝴蝶的足跡。



萬聖節面具製作

會員們一同放下畫具，學習如何利用三原色，紅、黃、藍，讓顏料在面具上自然流動，呈現了不同的顏色混合的變化，具有獨特的色彩。我們還「扮鬼扮馬」，穿上萬聖服飾，歡度萬聖節。



北區服務處

「交換人生」計劃

由社會福利署大埔及北區康復服務協調委員會資助的「交換人生」計劃現已進行到第二節，當天為會員、家屬及義工的初次見面，大家一起參與義工精心策劃的遊戲，氣氛樂也融融。亦到訪賽馬會「生命·歷情」體驗館參觀，一齊經歷人生的不同階段以及分享彼此的生命故事。



1-3月活動推介

樂智春茗2017

誠邀大家參加2月18日樂智春茗2017。三區會員及家屬於大窩口區一同享受晚宴，設有抽獎及遊戲環節。請盡早報名，方便預訂圍席。恭祝新春愉快，身心康泰！

日期：2017年2月18日（星期六）
時間：晚上6時至8時30分
負責職員：黃貞嚴姑娘 / 吳有容姑娘



「奔向共融 - 香港特殊馬拉松2017」

第七屆「奔向共融 - 香港特殊馬拉松2017」（由東華三院主辦）將於2017年1月15日於中西區海濱長廊（中環段）、添馬公園及龍和道舉行，活動邀請香港、澳門、廣東省及台灣等地的智障人士服務體參加，比賽組別有三公里共融跑（限時70分鐘完成）、三公里挑戰盃（限時30分鐘完成）、五公里挑戰盃（限時45分鐘完成）。樂智協會三區有34位會員參賽，有家屬、義工和職員參加為伴跑員，請大家當天到現場替我們打氣，也可參加攤位遊戲。有興趣跑步的會員，請平日練習跑步，大半年後報名參加香港特殊馬拉松。祝大家身體健康！

日期：2017年1月15日（星期日）
時間：上午7時至下午1時30分
負責職員：吳有容姑娘



失眠

◆ 撰文：註冊中醫林婉珺



林婉珺 註冊中醫
廣州暨南大學中醫學學士
現於遠志中醫診所駐診

更多健康資訊：

f 中醫師 林婉珺

一生人之中，大約有三分一時間在睡覺。可說，睡眠是多麼的重要！

同樣，睡眠亦是養生的重要要素。從中醫角度看，失眠主要表現為不能獲得正常睡眠、睡眠時間不足以及不能消除疲勞、恢復體力與精力，輕者入睡困難，或寐而不酣，時寐時醒，重則徹夜不寐。

睡覺是養生的一大重點，養就是用大量的健康細胞去取代腐敗的細胞，如一夜睡不著就換不了新細胞。如果白天消亡一百萬個細胞，一晚上只補回來五十萬個細胞，這時你的身體就會出現虧空，透支的時間長了，人就開始容易衰老、生病。植物吸收陽光的能量，夜裡生長。人類和植物同屬於生物，細胞分裂的時間大致相同，錯過夜裡睡覺的良辰，細胞的新生遠趕不上消亡，人就會過早的衰老或患病，為什麼世上有百歲老人呢？因為他們每晚都在晚上九點、十點準時睡覺。人要順其自然，就應跟著太陽走，



安神要穴：神門穴

取穴：手腕橫紋處，從小指延伸下來，到手掌根部末端的凹陷處。

按壓：以大拇指按壓約2分鐘。

功效：寧心清火，安神定志，紓解焦慮。

即天醒我醒，天睡我睡。因為太陽升起時，就等於人體氣血也同步升起來，人在太陽面前小如微塵，逆天而行是愚蠢的選擇，遲早會被太陽巨大的引力催垮。

香港人生活忙碌及工作壓力大，很常出現肝氣鬱結的情況；經常熬夜或工作過勞會虛耗陰精，引致陰虛火旺。這類人士亦容易入睡困難，同時可伴有五心煩熱、頭暈、耳鳴、盜汗（睡時汗出，醒後即止）、腰膝痠軟等。有失眠或熬夜的人，正午最好睡個午睡，睡不著也要訓練自己睡著。正午時，即使有天大的事也要停下來，睡上十五至三十分鐘，那樣下午的工作效率才會更高。

容易失眠的人可以睡前泡足，水溫大約40-45度，泡上20分鐘，這有助將氣血導引向下，下肢溫暖了人就安靜下來，也可以減少夜尿的發生，提高睡眠質素。

睡前注意事項：

1. 天氣再熱也需要在肚子上蓋被子。
2. 不要在冷氣口休息。
3. 睡前勿吃寒涼性食物，也勿過飽。
4. 睡前不要看屏幕。

寧神安睡茶

宜飲用者：特別適合氣鬱體質人士，體質偏熱人士可將龍眼肉轉成菊花3朵。

材料：合歡花10克、五味子8克、龍眼肉3枚。
做法：將所有材料加入300毫升沸水，泡15分鐘，睡前1小時飲用。

功效：寧心安神，有助紓緩情緒。





日本海外交流團2016-自然生Club

本會獲社會福利發展基金資助，有機會於11月8日至11日到坊日本位於筑波市內的自然生Club，了解日本智障人士的服務。

自然生Club共有四個主要設施：農場、CAFÉ、畫廊及舞蹈室，他們22名會員當中，有15名會員住於他們的家舍內。在交流的過程中，他們的負責人柳瀨敬先生向我們表示他們所提供的並不是服務，而是希望可以「共生」- 共同生活。我們亦與會員的家屬交流，他們表示擁有自閉的子女沒有大不了，當地人亦十分接納他們的子女，故此能夠建立一個沒有標籤的社區。而會員亦活於一個相對比較自由的環境，大部份會員都活得很自在隨心。



柳瀨敬先生(中)



在自然生餐廳前合照



向家屬介紹本會會員作品



我的夢想是做藝術人

高麗瑩

我的故事

我小六至中六在路德會救主學校讀書。由小三開始，媽媽教寫書法。小六開始學彈鋼琴，有時在早會彈琴，曾在琴行跟林老師學琴，偶爾被邀請做伴奏。我喜愛唱歌，常參與校際音樂節比賽；也參與非洲鼓表演。中一開始學跑田徑；高中時，學打乒乓球、保齡球，曾代表學校參加香港特殊奧運會比賽，到中國上海交流。中三開始學跳舞，參與公開比賽及表演；也學畫畫，參加世界心臟日畫畫比賽。我喜歡語文，由中四開始寫週記，老師改週記給的評語，仍保留至今。中四和中五在延伸班做交流大使，還記得於梅窩2天宿營，同學一起做甜品、玩歷奇冒險活動；與同學一起去香港迪士尼樂園遊玩。中五去澳門文化之旅等等，這些經歷印象深刻。

工作培訓

畢業後，在匡智大埔綜合職業訓練中心，讀餐飲班。之後，去酒店房務工場訓練。2010年8月開始至今，在尖沙咀的一間酒店的餐廳工作，是廚房助理，負責整理食物材料、處理物流，需要輪班，也會為節日佈置場地，安排自助餐，與同事互相合作。

生活體驗

我輯錄的相簿有老師、同學和家人親友照片。現在我寫日記、畫畫表達心情，喜歡觀看教育電視節目，教導情緒行為片集，也喜歡港台電視「青春的軌跡」，重溫經典劇集「CYC家族」、「雙城記」、「香江歲月」、「春風伴我行」、「完全學生手冊」。在樂智協會參加唱歌班和跳舞班。懷念學校的日子，星期日有空，會回母校探望老師，出席聚會(分享、玩遊戲、做甜品、燒烤)，偶與社工安排舊生會離校活動(新界一天遊)。每年公司有聖誕聚餐聯歡我也會參加，與同事一起唱卡拉OK。

我的夢想

感謝母校的栽培，於音樂、運動、語文等有啟蒙，希望繼續有學習和發展藝術機會。期盼人人學習培養品性：守時、尊重別人、遵守諾言、家人親友和諧相處。

聖誕填色遊戲

Merry Christmas!! 聖誕節將至，這是一個普天同慶的節日，紀念耶穌降生。而樂智協會亦將會舉行一系列的活動：聖誕Party、聖誕小小派對、聖誕唱K樂、聖誕遊太空，讓我們一同感受當中的喜悅和分享愛。

迎接聖誕節的來臨，現舉行聖誕填色遊戲，參加者可利用不同顏料於下列位置上填上顏色，例：木顏色、水筆、蠟筆。完成作品後，請於2016年12月24日或之前，交給各區服務處的職員。參加者每遞交作品，即可獲小禮物一份。在收集所有作品後，會進行內部投票，選出最具獨特性的作品。得票最高的參加者可獲精美禮品一份。



樂智協會大窩口服務處已於10月開始舉辦由滙豐社區夥伴計劃2016資助的「地球保衛隊之換物爽智」計劃，而過去一季，第一個活動是工作坊，目的是希望讓參加者學習如何利用日常生活的舊物或廢物，循環再用及再造，籍此提升參加者對環保的關注，學懂珍惜地球資源。

何謂3R

(減少 Reduce, 重用 Reuse, 再造 Recycle)



廢紙再造工作坊



DIY小盆栽種植



快樂方「情」式 家屬小組

一連八節的情緒管理家屬小組已經完結，家屬們在當中認識了如何透過改變想法，控制自己的情緒以及行為。而在這個小組中，工作員印象最深刻的是家屬們分享關於自己的故事以及困難，其實除了懂得改變想法，擁有一群願意聆聽自己心事的人亦相當重要！因此，工作員期望將來能夠舉辦更多家屬小組，讓家屬們聚在一起，暢談生活中的大小二事。



心悅社 - 照顧殘疾人士及其年老照顧者的服務

服務簡介：

計劃於2013年獲香港公益金資助，為殘障人士之年長家屬提供支援服務，建立更明亮的晚年生活。同時，減輕年長照顧者在照顧上的困擾；改善年長照顧者的生活質素及提供專業介入、心理教育及社區支援服務予照顧者。

服務內容：

- 地區網絡及跨專業支援
- 同輩照顧者支援
- 生涯規劃
- 社會心理支援
- 父母子女關係服務

服務對象：

1. 肢體/智能障礙人士之年長照顧者
2. 肢體/智能障礙人士及其兄弟姊妹

服務地區：

居於觀塘區優先



服務收費：

詳情請向單位查詢

電話：3996 9124

電郵：blife@cfsc.org.hk

地址：九龍觀塘順利邨利富樓2樓113-115室

網址：www.cfsc.org.hk



樂智協會2017年1 - 3月 活動報名表

會員姓名：_____

聯絡電話：(住宅) _____

家屬簽署：_____

(手提) _____

(如有更改請通知本中心)

* 由專業導師教授

藍田服務處

報名日期：2016年12月17日(星期六)

歡樂時光	免費	相聚一刻	免費	手工藝班	\$30
電腦新天地	免費	跑步訓練班	\$20	友情相聚	\$50
樂迎新年	\$20	籃球戰鬥術	\$20	攝影之旅	\$50
樂智電影院	\$20	樂智合唱團	免費	生日Party (1-3月)	\$50
鄰舍團年飯	\$30	唱歌訓練班(初階)	\$50	藍田區家屬會	免費
義力量	免費	跆拳道班*	\$150	康體普拉提班(A班)*	\$200
盤菜齊齊整	\$20	成人教育課程 - 社交技巧訓練*	\$20	康體普拉提班(B班)*	\$200
公園暢暢遊	\$40	味夠班	\$20	心靈花園	\$20
超然的藝術	\$20				

大窩口服務處

報名日期：2016年12月17日(星期六)

黃昏約會	\$20	童軍*(AYP技能科)	\$30	成人教育課程 - 社交訓練班*	\$20
電腦新天地	免費	藝力無限	\$60	舞蹈新天地(初階班)* (AYP康樂體育科)	\$40
元旦一聚.符號故事	\$20	功夫班 (AYP康樂體育科)	\$20	樂智醒獅隊* (AYP康樂體育科)	\$50
參觀嘉道理農場暨植物園	\$70	乒乓球訓練班(初階)* (AYP康樂體育科)	\$50	Happy Together	\$50
美食工房A組*	\$50	乒乓球訓練班(進階)* (AYP康樂體育科)	\$50	生日Party (1-3月)	\$50
美食工房B組*	\$50	禪畫學堂*(AYP技能科)	\$50	大窩口區家屬會	免費
樂智義工隊(AYP服務科)	免費				

北區服務處

報名日期：2016年12月18日(星期日)

卡拉OK棋藝坊	免費	生日Party (1-3月)	\$50	樂智勁舞團(初階)* (AYP康樂體育科)	\$50
玩物鬥志棋藝坊	免費	乒乓球訓練班* (AYP康樂體育科)	\$50	樂智勁舞團(進階)* (AYP康樂體育科)	\$50
大玩元旦	\$20	成人教育課程 - 「品味人生」生命教育班*	\$20	立體摺紙班	\$30
活動及服務推廣	免費	成人教育課程 - 社交訓練班*	\$20	北區家屬會	免費
Happy Together	\$50				

活動通訊(2017年1-3月)

活動報名須知

1. 報名日期：大窩口服務處及藍田服務處於2016年12月17日(星期六)起接受報名，北區服務處於2016年12月18日(星期日)起接受報名。
2. 本會的三區聯合活動，有興趣報名的會員及會員家屬可填妥報名表格，於報名日期前或親自交回三區服務處，本會恕不接受電話留位。
3. 三區聯合活動如報名人數超出名額的上限，中心將會以抽籤形式決定參加名單。
4. 活動集合地點及乘車接送安排會視乎各區參加人數而定，不便之處，敬請原諒。
5. 2016年12月19日(星期一)後開始接受郵寄劃線支票(連同報名表)付款，支票抬頭請寫「樂智協會有限公司」或「Lok Chi Association Ltd」。
6. 2017年1月28及29日為大年初一及初二，大窩口服務處將照常開放及提供有限度的服務。而藍田及北區服務處將暫停開放。敬請會員及家屬留意。

三區聯合活動 (2017年1-3月)

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
吹夢舞台·樂智才藝賞2016 下午2:00 - 5:30	7/1 (星期六)	內容：欣賞歌唱、樂器及舞蹈才藝表演。 負責職員：李善樂姑娘/廖文暉先生/潘嘉恩姑娘	柴灣青年廣場 Y綜藝館 大窩口：40人 藍田：40人 北區：25人	全免
香港特殊馬拉松 2017 上午7:00 - 下午1:30	15/1 (星期日)	內容：馬拉松3公里共融跑、3公里挑戰盃及5公里挑戰盃比賽。 備註：只限已報名參加「香港特殊馬拉松2017」的會員及伴跑員家屬，需自付交通費。 負責職員：吳有容姑娘 主辦：東華三院	中西區海濱長廊 (中環段)、添馬公園及龍和道 名額34人	全免
腰部護理 ONE TWO THREE 下午 2:00 - 3:30	11/2 (星期六)	內容：由註冊物理治療師陳文興主講腰部護理的方法。 負責職員：李善樂姑娘	藍田社區中心禮堂 名額 40 人	全免
中醫講呢啲 (二) 下午 2:00 - 3:30	18/2 (星期六)	內容：由註冊中醫師林婉珺主講冬季養生法。 負責職員：陳穎蕾姑娘	大窩口社區中心 1樓活動室 名額 30 人	全免
樂智春茗 2017 晚上6:00 - 8:30 (抽籤活動)	18/2 (星期六)	內容：享用晚膳，設有抽獎及遊戲環節，會員及家屬團圓慶祝新春。 (*1名會員最多可陪同2名家屬報名參加。)	大窩口酒樓 (地點待定) 大窩口：40人 藍田：40人 北區：25人	180元
境外遊踪 2017 (上午7:00至翌日下午5:00) (抽籤活動)	11/3 至 12/3 (星期六及日)	內容：遊覽廣州MAG環球魔幻世界，享用酒店自助餐及特色美食宴、住5星級酒店等。(行程只供參考) 備註：1) 會員必須由家長陪同參加。 2) 必須持有有效香港身份證及回鄉證(報名時請同時遞交證件影印本)。 3) 酒店房間一般以2人為單位，如3人同行可自備加床，費用自付，亦可自行決定3人同房而不加床或其中1人與其他團友一團友一間房。 (會員必須與家人同房以方便照顧) (*1名會員最多可陪同2名家屬報名參加。) 負責職員：廖文暉先生	地點：廣州 大窩口：20人 藍田：20人	會員：900元 家屬：900元

活動名稱/時間		日期	恆常康樂活動		活動內容	地點/名額	費用
歡樂時光 下午5:00 - 晚上7:00	逢星期三		內容：集體遊戲、美食製作等。 負責職員：廖文暉先生			藍田服務處 名額10人	全免
電腦新天地 上午9:30 - 下午5:45	逢星期六及日		內容：會員享用中心的電腦設施。 負責職員：李鳳文姑娘			藍田服務處 名額不限	全免
特別/義工活動							
樂迎新年 下午2:00-4:00	1/1 (星期日)		內容：跟會員訂下新一年的目標及小食製作。 負責職員：李鳳文姑娘			藍田服務處 名額待定	20元
樂智電影院 下午3:00 - 5:00	8/1, 15/1 (星期日)		內容：電影欣賞，享用飲品及爆谷。 負責職員：李鳳文姑娘			藍田服務處 名額15人	20元
鄰舍團年飯 上午11:00-下午3時	14/1 (星期六)		內容：享用盆菜及攤位遊戲。 (主辦：香港青年協會) 負責職員：李善樂姑娘			筲箕灣愛秩序灣 足球場 名額15人	30元
義力量 上午10:00 - 11:00	21/1,18/2, 25/3 (星期六)		內容：讓會員學習活動帶領技巧，服務中心。 負責職員：李善樂姑娘			藍田服務處 名額8人	全免
盤菜齊齊整 上午10:00-12:00	5/2 (星期日)		內容：跟會員製作別具特色的盤菜並一起享用。 負責職員：李鳳文姑娘			藍田服務處 名額16人	20元
公園暢暢遊 上午10:00 - 下午3:00	4/3 (星期六)		內容：到公園野餐，玩玩集體遊戲，一起親親大自然。 負責職員：李鳳文姑娘			荔枝角公園(暫定) 名額16人	40元
週六活動							
超然的藝術 上午9:30 - 10:30	14/1, 4/2, 11/2, 25/2, 11/3 (共5節)		內容：粉彩藝術畫創作。 負責職員：廖文暉先生			藍田服務處 名額10人	20元
週日活動							
相聚一刻 下午2:00 - 3:00	14/1, 21/1, 4/2, 11/2, 18/2, 25/2, 11/3, 18/3, 25/3 (共9節)		內容：與會員一起玩樂，學習與人溝通的技巧，融入社群。活動多元化，包括 集體遊戲等。 負責職員：廖文暉先生			藍田服務處 名額40人	全免
跑步訓練班 下午4:00 - 6:00	14/1, 21/1, 4/2, 11/2, 25/2, 4/3, 11/3, 18/3, 25/3 (共9節)		內容：練習緩步跑和做舒展身體運動，強健身體。 備註：視乎天氣決定活動地點 負責職員：吳有容姑娘			晒草灣遊樂場 及藍田服務處 名額16人	20元
籃球戰鬥術 上午9:00 - 10:00	8/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 5/3, 19/3, 26/3, (共8節)		內容：籃球戰鬥術訓練及比賽。 負責職員：廖文暉先生			藍田邨 名額10人	20元
樂智合唱團 上午10:00 - 11:00	12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 19/3, 26/3 (共6節)		內容：由專業導師深入教授唱歌及用聲技巧。 (*須由導師及職員挑選) 負責職員：吳有容姑娘			藍田服務處 名額10人	全免
唱歌訓練班(初階) 上午11:00 - 12:00	12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 19/3, 26/3 (共6節)		內容：由專業導師教授基本唱歌技巧。 負責職員：吳有容姑娘			藍田服務處 名額15人	50元
跆拳道班 下午1:00 - 2:30	8/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3 (共9節)		內容：學習跆拳道套拳，並訓練學員之品德、服從性等精神。 (*道袍可於導師批准後導師購買及新生請先留名。) 負責職員：李善樂姑娘 導師：黎志安教練			藍田服務處 名額10人	150元
成人教育課程 - 社交技巧訓練 下午2:30-4:30	5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3, 2/4, 7/4 (共10節)		內容：讓智障人士認識和學習基本的社交知識及技巧，包括語言及非語言溝通。 負責職員：李善樂姑娘			藍田服務處 名額12人	20元
味夠班 下午4:30 - 5:30	5/2, 12/2, 19/2, 26/2 (共4節)		內容：製作簡單的小食。 負責職員：李鳳文姑娘 義務導師：佩莉			藍田服務處 名額8人	20元
手工藝班 下午4:30 - 5:30	5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共4節)		內容：製作簡單手工藝。 負責職員：李鳳文姑娘 義務導師：佩莉			藍田服務處 名額8人	30元

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
友情相聚 下午3:00 – 4:00	14/1, 21/1, 4/2, 11/2, 18/2, 25/2, 11/3, 18/3, 25/3 (共9節, 星期六)	健樂會活動 內容: 透過與義工接觸及相處, 學習與人溝通的技巧, 融入社群。活動多元化, 包括集體遊戲、美食製作、手工藝製作等。 負責職員: 吳有容姑娘/李鳳文姑娘 義務導師: Tina	藍田服務處 名額40人	50元
攝影之旅 上午10:00 – 下午3:00	26/2 (星期日)	內容: 生態攝影。 備註: 此活動需要一定體力作戶外長時間拍攝, 參加者須自行評估身體狀況是否適合參加, 本會有權決定該參加者是否適合參加此活動, 對攝影有興趣者優先考慮, 參加者需自備攝影器材。 (*活動已包入場費、午膳及交通費。)	香港濕地公園 名額15人	50元
生日Party (1-3月) 下午3:00 – 下午5:00	22/1 (星期日)	負責職員: 廖文暉先生	藍田服務處 名額35人	50元
藍田區家屬會 下午4:30 – 下午5:30	18/3 (星期六)	家屬俱樂部活動 內容: 透過每季小組聚會, 讓家長間互相交流, 建立互助網絡, 對社區資源有更認識。 負責職員: 李善樂姑娘	藍田服務處 名額不限	全免
康體普拉提班(A班) 下午1:40 – 2:40	12/1, 19/1, 9/2, 16/2, 23/2, 2/3, 9/3, 16/3, 23/3, 30/3 (逢星期四, 共10節)	內容: 由專業導師教授普拉提。透過深層伸展肌肉的動作, 改善腰痛和不良姿勢以及身體線條。 負責職員: 李善樂姑娘 導師: 陳婉詩女士	藍田服務處 名額8人	200元
康體普拉提班(B班) 下午2:40 – 3:40	12/1, 19/1, 9/2, 16/2, 23/2, 2/3, 9/3, 16/3, 23/3, 30/3 (逢星期四, 共10節)	內容: 由專業導師教授普拉提。透過深層伸展肌肉的動作, 改善腰痛和不良姿勢以及身體線條。 負責職員: 李善樂姑娘 導師: 陳婉詩女士	藍田服務處 名額8人	200元
心靈花園 上午10:30 – 11:30	1/3, 8/3, 15/3, 22/3, 29/3, 5/4, 12/4, 19/4 (星期六)	內容: 個人在日常生活中常遇到不少壓力, 令個人情緒受到影響。透過栽種植物及製作園藝手作活動, 讓參加者的心靈重拾活力, 提升個人的正向情緒。 備註: 1. 此活動與基督教家庭服務中心合辦 2. 參加者需經合辦機構挑選 負責職員: 李善樂姑娘	藍田服務處 名額4人	20元

大窩口服務處 (2017年1-3月)

2017年1月28及29日為大年初一及年初二, 大窩口服務處將會照常開放及提供有限度的服務。敬請會員及家屬留意。

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
黃昏約會 下午5:00 – 晚上7:00	5/1, 12/1, 19/1, 26/1, 2/2, 9/2, 16/2, 23/2, 2/3, 9/3, 16/3, 23/3, 30/3 (逢星期四) (共13節)	恆常康樂活動 內容: 小組遊戲、集體遊戲、歷史遊戲、手工藝及美食製作、享用中心設施、社區探索、電影欣賞、唱卡拉OK 負責職員: 黃貞嚴姑娘	大窩口服務處 名額不限	20元
電腦新天地 上午9:30 – 下午5:45	逢星期六及日	內容: 會員享用中心的電腦設施。 負責職員: 翁嘉兒姑娘	不限	全免
元旦一聚。符號故事 下午1:00 – 3:00	1/1 (星期日)	特別義工活動 內容: 藉著元旦假期, 會員聚在一起分享日常生活樂趣, 一同學習如何利用照片、文字、顏色等元素, 表達個人情感, 並以即興戲的形式呈現有關自己的生活, 嘗試創作出屬於自己的故事, 迎接新的一年。 (*須由職員挑選。) (*曾參與話劇班會員優先。)	大窩口服務處 名額10人	20元
參觀嘉道理農場 暨植物園 上午9:00 – 下午1:00	21/1 (星期六)	負責職員: 翁嘉兒姑娘 內容: 臨近農曆新年, 會員一同參觀嘉道理農場暨植物園, 了解本土野生動物及其保育工作, 以及近距離接觸各類動物, 例如: 爬行動物及昆蟲等, 親近大自然, 放鬆身心。 (*活動已包括交通費用、導賞費用。) (*與美食工房B組時間重疊)	大埔嘉道理農場 暨植物園 名額16人	70元
美食工房A組 上午10:00 – 11:30	14/1, 18/2, 4/3 (共3節)	週六活動 內容: 由導師教授製作甜品、曲奇、蛋糕、各式糕點、小食等。 (*須由職員挑選。)	大窩口服務處 名額10人	50元
美食工房B組 上午10:00 – 11:30	21/1, 25/2, 11/3 (共3節)	負責職員: 潘嘉恩姑娘 導師: 黃沛芬女士 內容: 由導師教授製作甜品、曲奇、蛋糕、各式糕點、小食等。 (*須由職員挑選。)	大窩口服務處 名額10人	50元

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
樂智義工隊 上午10:00 - 11:00 (AYP服務科)	4/2, 11/2, 4/3 (共3節)	內容：透過小組，會員能夠學習義工的角色和技巧，發揮所長，主動關懷及幫助社區中有需要的人士。 (*須由職員挑選。) 負責職員：陳穎蕾姑娘	大窩口服務處 名額8人	全免
童軍 下午2:30 - 4:00 (AYP技能科)	14/1, 18/2, 25/2, 4/3, 18/3 (共5節)	內容：教授童軍基本知識，讓成員能學習團隊精神，紀律訓練。 (*須由職員挑選。) 負責職員：潘嘉恩姑娘 導師：管俊康先生	大窩口服務處 名額15人	30元
藝力無限 下午3:00 - 6:00	11/2, 11/3 (共2節)	內容：參加者與義工一同外出參與每月藝術大型活動、展覽、市集、工作室等。讓參加者透過藝術了解生活中無限的可能性，提升創意思維，開闊眼界。 (*須由職員挑選。) (*活動已包括旅遊車費用。) 負責職員：潘嘉恩姑娘	大窩口服務處 名額8人	60元
週日活動				
功夫班 上午9:30 - 10:30 (AYP康樂體育科)	8/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共10節)	內容：由專業導師指導，讓會員無障礙地學習功夫，強身健體。 (*與乒乓球訓練班(初階)時間重疊。) 負責職員：翁嘉兒姑娘 導師：冼玉媚師父	大窩口服務處 名額20人	20元
乒乓球訓練班(初階) 上午10:00 - 11:00 (AYP康樂體育科)	8/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共10節)	內容：由專業教練指導會員打乒乓球的基本技巧。 (*與功夫班時間重疊。) 負責職員：翁嘉兒姑娘 導師：歐陽子榮教練 / 梁達堅助教	大窩口服務處 名額15人	50元
乒乓球訓練班(進階) 上午11:00 - 12:00 (AYP康樂體育科)	8/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共10節)	內容：由專業教練指導會員打乒乓球的對賽技巧。 (*須由導師挑選。) 負責職員：翁嘉兒姑娘 導師：歐陽子榮教練 / 梁達堅助教	大窩口服務處 名額8人	50元
禪畫學堂 下午1:00 - 2:30 (AYP技能科)	8/1, 22/1, 5/2, 12/2, 5/3, 12/3, (共6節)	內容：由專業導師教授禪畫，發揮會員潛能及訓練專注力。 (*須由導師挑選。) (*與舞蹈新天地(初階班)及成人教育課程 - 社交訓練班時間重疊。) 負責職員：翁嘉兒姑娘 導師：周春葵女士、梁淑婷助教	大窩口服務處 名額15人	50元

成人教育課程 - 社交訓練班 下午1:00 - 3:00	8/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共10節)	內容：本課程旨在讓智障人士學習基本的社交知識，加強他們與別人相處的技巧，並且學習更有效地表達個人的意見。 (*須由職員挑選。) (*與舞蹈新天地(初階班)及禪畫學堂時間重疊。) 負責職員：陳穎蕾姑娘	大窩口服務處 名額12人	20元
舞蹈新天地(初階班) 下午2:30 - 3:30 (AYP康樂體育科)	8/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共10節)	內容：由專業導師指導，讓會員學習簡單排舞舞步。 (*與禪畫學堂及成人教育課程 - 社交訓練班時間重疊。) 負責職員：黃貞嚴姑娘 導師：阮泳茵女士	大窩口服務處 名額20人	40元
樂智醒獅隊 下午4:15 - 5:45 (AYP康樂體育科)	8/1, 15/1, 12/2, 26/2, 5/3, 19/3 (共6節)	內容：由專業導師教授舞獅技巧，訓練會員成為中心的舞獅隊。 (*須由導師挑選。) 負責職員：翁嘉兒姑娘 導師：蘇定謙教練	大窩口服務處 名額12人	50元
健樂會活動				
Happy Together 下午4:00 - 5:45	14/1, 21/1, 4/2, 25/2, 4/3, 18/3 (逢星期六)(共6節) (*如有外出活動，時間則改為 下午2:00 - 5:30)	內容：與義工一同參與多元化的活動，包括遊戲、美食製作、手工藝製作、外出下午茶或外出參觀等。 (*活動只包括部分交通費用。) 負責職員：黃貞嚴姑娘	大窩口服務處 名額25人	50元
生日Party (1-3月) 下午12:30 - 3:00	25/3 (星期六)	內容：會員與義工齊為每季生日的朋友慶祝，送上祝福。 負責職員：潘嘉恩姑娘	大窩口服務處 名額20人	50元
家屬俱樂部活動				
大窩口區家屬會 上午10:00 - 11:30	25/3 (星期六)	透過每季的小組茶聚，讓家屬間互相交流，建立互助網絡，對社區資源有更深認識。 家屬會內容： 1. 發放中心最新動態 2. 分享最新的康復服務資訊 3. 播放與智障人士有關的影片 4. 齊齊思考，齊齊討論 負責職員：陳穎蕾姑娘	大窩口服務處 名額不限	全免

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
卡拉OK棋藝坊 上午11:00 - 下午6:00	1/1, 8/1, 15/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共12節)	內容：與會員一同歡唱經典及流行金曲。 負責職員：李婉儀姑娘 內容：與會員一同暢玩各類桌上遊戲及棋類遊戲。	北區服務處 名額不限	全免
玩物鬥志棋藝坊 上午11:00 - 下午6:00	1/1, 8/1, 15/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共12節)	負責職員：李婉儀姑娘	北區服務處 名額不限	全免
大玩元日 下午2:00 - 4:00	1/1 (星期日)	內容：與會員一同大玩集體遊戲及慶祝元旦。 負責職員：陳穎蕾姑娘/潘嘉恩姑娘/李婉儀姑娘	北區服務處 名額8人	20元
活動及服務推廣 下午2:00 - 3:00	26/3 (星期日)	內容：由會員向社區人士介紹及協助宣傳中心服務及活動。 (*須由職員挑選。) 負責職員：陳穎蕾姑娘	北區服務處 名額8人	全免
Happy Together 下午4:00 - 5:45	14/1, 21/1, 4/2, 25/2, 4/3, 18/3 (逢星期六)(共6節) (*如有外出活動，時間則改為 下午2:00 - 5:30)	內容：與義工一同參與多元化的活動，包括遊戲、美食製作、手工藝製作、外出下午茶或外出參觀等。 (*活動只包括部分交通費用。) 負責職員：黃貞嚴姑娘 內容：會員與義工齊為每季生日的朋友慶祝，送上祝福。 負責職員：潘嘉恩姑娘	大窩口服務處 名額8人	50元
生日Party (1-3月) 下午12:30 - 3:00	25/3 (星期六)	負責職員：潘嘉恩姑娘	大窩口服務處 名額8人	50元
乒乓球訓練班 上午9:00 - 11:00 (AYP康樂體育科)	8/1, 22/1, 12/2, 19/2, 26/2 5/3, 26/3 (共7節)	內容：由專業導師教授會員打乒乓球的技巧。 負責職員：李婉儀姑娘 導師：潘妙兒教練 內容：透過互動的小組遊戲、教育短片及角色扮演等，讓會員能夠學習到生命教育的基本概念，而本課程分為五大單元：單元一「我是誰」、單元二「生命小故事」、單元三「探索生命」、單元四「尊重及欣賞生命」以及單元五「規劃人生」。 (*須由職員挑選。) 負責職員：陳穎蕾姑娘 內容：本課程旨在讓智障人士學習基本的社交知識，加強他們與別人相處的技巧，並且學習更有效地表達個人的意見。 (*須由職員挑選。) (*與樂智勁舞團(初階)時間重疊。) 負責職員：陳穎蕾姑娘	龍琛路體育館 / 天平體育館 / 保樂路體育館 名額8人	50元
成人教育課程 - 社交訓練班 下午2:00 - 4:00	5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 2/4, 9/4, 16/4, 23/4 (共11節)	內容：由專業導師教授會員打乒乓球的技巧。 負責職員：李婉儀姑娘 導師：潘妙兒教練 內容：透過互動的小組遊戲、教育短片及角色扮演等，讓會員能夠學習到生命教育的基本概念，而本課程分為五大單元：單元一「我是誰」、單元二「生命小故事」、單元三「探索生命」、單元四「尊重及欣賞生命」以及單元五「規劃人生」。 (*須由職員挑選。) 負責職員：陳穎蕾姑娘 內容：本課程旨在讓智障人士學習基本的社交知識，加強他們與別人相處的技巧，並且學習更有效地表達個人的意見。 (*須由職員挑選。) (*與樂智勁舞團(初階)時間重疊。) 負責職員：陳穎蕾姑娘	北區服務處 名額12人	20元
樂智勁舞團(初階) 下午3:00 - 4:00 (AYP康樂體育科)	8/1, 15/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3 (共10節)	內容：舞團致力發揮成員之舞蹈潛能，由專業導師設計一系列針對對成員個人拍子感及身體運用的舞蹈訓練，指導團員提升舞蹈技巧。 (*須由導師挑選。) 負責職員：潘嘉恩姑娘 導師：勞璋諾先生 / 向嘉晴女士助教 內容：舞團致力發揮成員之舞蹈潛能，透過專業導師訓練會員音樂感及深造舞蹈比賽之技巧，發揮各人的舞蹈才華。 (*須由導師挑選。) 負責職員：潘嘉恩姑娘 導師：勞璋諾先生 / 向嘉晴女士助教 內容：教委會利用紙張摺出不同的立體物品。 負責職員：李婉儀姑娘	北區大會堂 活動室II 名額6人	50元
樂智勁舞團(進階) 下午4:00 - 5:00 (AYP康樂體育科)	8/1, 15/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共11節)	內容：舞團致力發揮成員之舞蹈潛能，由專業導師設計一系列針對對成員個人拍子感及身體運用的舞蹈訓練，指導團員提升舞蹈技巧。 (*須由導師挑選。) 負責職員：潘嘉恩姑娘 導師：勞璋諾先生 / 向嘉晴女士助教 內容：教委會利用紙張摺出不同的立體物品。 負責職員：李婉儀姑娘	北區大會堂 活動室II 名額6人	50元
立體摺紙班 下午5:00 - 6:00	8/1, 15/1, 22/1, 5/2, 12/2, 19/2, 26/2 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (共11節)	內容：教委會利用紙張摺出不同的立體物品。 負責職員：李婉儀姑娘	北區服務處 名額8人	30元
北區家屬會 下午3:30 - 5:00	26/3 (星期日)	內容：透過每季的小組茶聚，讓家屬間互相交流，建立互助網絡，對社區資源有更深認識。 家屬會內容： 1. 發放中心最新動態 2. 播放與智障人士有關的影片 3. 齊齊思考，齊齊討論 負責職員：陳穎蕾姑娘	北區服務處 名額不限	全免



捐款表

Donation Form

本人願意捐助樂智協會

To support Lok Chi Association Ltd, I would like to donate

HK\$1,000 HK\$800 HK\$500 HK\$300 HK\$200 HK\$

捐款方法 Donation Method

- 現金 Cash
- 劃線支票 Crossed Cheque
抬頭請註明「樂智協會有限公司」 Payable to "Lok Chi Association Limited"
銀行名稱 Bank Name: _____ 支票號碼 Cheque No.: _____
- 自動櫃員機轉賬或存入銀行戶口 Direct Transfer
直接存入「樂智協會有限公司」之匯豐銀行賬戶 004-195-7-034075
To the account of Lok Chi Association Ltd at HSBC 004-195-7-034075
請把存款收條正本連同此表格寄回樂智協會有限公司，以便發出正式收據。
Please mail the original bank pay-in-slip together with this form to Lok Chi Association Limited

捐款人/捐款機構資料 Donor Particulars

姓名 Name	先生 Mr / 太太 Mrs / 女士 Ms / 小姐 Miss	
電郵 Email	聯絡電話 Phone No.	
通訊地址 Address		

請以郵遞方式寄回收據 為節省行政開支，本人不需要捐款收據
Please send me a receipt by post To save administration costs, no donation receipt is required
請填妥此表格後連同捐款，交回或郵寄到葵涌大窩口道 15 號大窩口社區中心地下樂智協會。如有查詢，請致電 2428 6261 與本會聯絡。
Please complete the Donation Form and return to Lok Chi Association, G/F., Tai Wo Hau Estate Community Centre, 15 Tai Wo Hau Road, Kwai Chung, N.T. For enquiry, please feel free to contact us at 2428 6261.

捐款港幣一百元或以上可憑正式收據申請扣減稅項。
Donation of HK\$100 or above is tax deductible with an official receipt.
所收集的個人資料將保密處理，只作為寄發收據及與閣下通訊之用。
The personal data collected will be treated strictly confidential and will be used for issuing receipts and communications only.

歡迎提供意見

為確保提供優質的服務及環境，本中心歡迎你對本會服務提供意見。如有任何意見，歡迎填妥下列問卷，並交回本中心或投入意見箱。所有意見將會保密，並由中心經理或總幹事跟進。

我的意見： _____

簽署： _____

填寫日期： _____

歡迎提供下列個人資料，以便聯絡及跟進。(可選擇不填寫)

姓名： _____ 聯絡電話： _____

地址： _____

請將填妥的問卷投寄：新界葵涌大窩口道15號大窩口社區中心地下 或投入本會意見箱內

如對本會服務有任何意見或投訴，亦可致電聯絡本會中心經理陳先生或總幹事關姑娘 電話：2428 6261 傳真：2428 4877