

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：twh@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：2017年9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

108期

2017年10-12月

活動通訊



會員陳玉雲作品

本季活動推介 8

聖誕PARTY 2017
樂智同樂日2017

專欄推介 8

跟住中醫學養生 - 咳嗽知多啲
會員專訪 - 會員的夢與想
計劃報告

編者的話

過去一季，多風多雨，但無礙我們外出遊玩的心情。我們已於7月18日至8月18日舉辦「樂」在暑期2017暑期託管服務及暑期活動，另外，亦已於8月6日順利完成滙豐社區夥伴計劃2016換物「爽」智“智愛環保墟”，多謝各社區伙伴一同參與，活動多元且好玩，會員及街坊都玩得十分開心，環保意識亦有所提升。本會承諾將會繼續舉辦各類型活動給會員以提升會員的生活質素。

以智障人士的康盛人生為大前提，本會將於11月5日舉辦「樂智同樂日2017」，目的是希望透過競技、攤位遊戲及表演，增加傷健人士彼此接觸，從而互相溝通、合作及分享，促進傷健人士建立和諧的關係及推動社區人士認識及接納智障人士，宣揚傷健共融的精神。故此我們將邀請不同義工團體、復康機構及社區人士一同參與這個大型活動。詳情可緊貼本會的facebook及網頁。

服務的延續有賴各員工、家屬、義工的推動，本會已更新了網上義工登記表，讓有意服務智障朋友的社區人士登記成為義工，一同與智障朋友同行。



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
認識服務質素標準.....	6
跟住中醫學養生.....	7
計劃報告.....	8
會員專訪.....	9
遊樂天地.....	10
服務宣傳.....	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2017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、
趙德安先生、黃宗顯醫生、何淑嫻女士、
張琮芳女士

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、黃偉雄先生
高級程序幹事：廖文暉先生
程 序 幹 事：吳有容女士
活 動 助 理：李婉儀女士
兼職程序幹事：翁嘉兒女士、胡秋煊女士
行 政 助 理：簡惠芬女士

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、監護人及親屬
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，可攜同會員證到中心辦理退會手續。



本年度
豁免會費

中心開放時間

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

時間	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

恶劣天氣安排

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 T1	✓	✓	視乎天氣情況
懸掛三號風球 (註一) T3	✓	✗	✗
懸掛八號風球或以上風球 (註二) T8 T9 T10	✗	✗	✗
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，直至在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

人事變動

程序幹事黃貞嚴及潘嘉恩分別於9月9日及9月25日離職。兼職程序幹事李鳳文及戴惠娜分別於8月20日及8月27日離職。本會祝願各同事前程錦繡，身心康泰。
大窩口兼職程序幹事翁嘉兒及藍田兼職程序幹事胡秋煊已於9月2日到職。

兼職程序幹事胡秋煊姑娘

大家好，我是新任兼職程序幹事胡姑娘，好高興加入樂智大家庭！接下來希望與各會員更加熟悉，歡迎各位找我聊天。



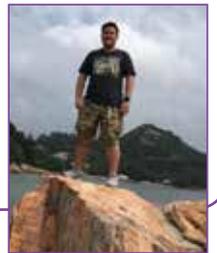
實習社工馬詠欣姑娘

大家好！我是實習社工馬姑娘，好開心可以在樂智實習。見到我，歡迎大家與我打招呼及聊天，期待與你們相處的時刻！



實習社工林家信先生

大家好，各位會員可以叫我林SIR。我是一名實習社工，期待與大家有更多開心愉快的回憶。我的興趣是打籃球和玩康樂棋，各位想玩可以叫我一齊玩！



午膳自備餐具

為響應及支持環保，中心的午膳服務由10月1日起將不再提供即棄餐具，如有需要，請會員自行準備餐具。

會員作品

本會於2017年7月首次於大窩口舉行插花班，讓會員可怡情養性。各會員在導師耐心的教導下積極參與活動，我們也來欣賞一下他們的作品啦！



三區活動花絮

會員大會

大窩口及藍田服務處的會員大會已於7月2日舉行，共有四十多名會員及家屬出席，會上回顧了2016-17年度的活動、介紹了16項服務質素標準，亦收集了會員對活動的意見，會員希望服務處多舉辦外出活動、運動小組等，場面熱鬧非常。



樂智晨操

為了會員的健康著想，本會於本季起為40歲或以上的會員提供一系列優先報名活動。當中，由會員作主導的「樂智晨操」很受會員歡迎，他們對基本的伸展運動已經能運用自如，在輕鬆的氣氛環境下做運動，鍛鍊強健的體魄。



生勾勾墨魚

合共四十名會員及家屬於七月份一同到鯉魚門享受美味的風味海鮮晚膳，然後登上遊艇釣墨魚，雖然墨魚魚獲不多，但會員及家屬渡過了一個愉快的晚上。



各區服務處活動花絮

藍田服務處

味夠班 自己食物自己做！會員嘗試製作甜品、餐前小食及烘焙食品。



友情相聚



3名義務導師教導會員製作美食，會員吃得津津有味。另外本活動亦進行了不少集體遊戲，會員樂在其中。

鋼筆字班

鋼筆字書寫，不僅看起來漂亮，還能突顯人的氣質。練習目的主要是要以軟硬結合，楷書練起，再結合耐性及長期練習會員漸見進步。



大窩口服務處

與鄰共舞

為鼓勵市民多參與體育活動，培養勤做運動的習慣，並推動舞蹈同樂。康樂及文化事務署（康文署）為本會提供舞蹈導師及外展舞蹈工作坊。內容包括中國舞基本舞步示範及練習，活動十分適合初接觸舞蹈的會員參加。



樂街跳舞

本計劃由蒲窩青少年中心及民政事務局贊助，希望會員透過舞蹈，向公眾人士展現才能，並促進互動及交流。經過五節舞蹈課堂，會員掌握基本即興舞蹈技巧，並嘗試用生活習慣、喜好融入舞蹈當中，創作出具自我風格的舞蹈。



賣旗

賣旗是本會會員其中一項會踴躍參與的義工服務，即使天氣十分炎熱，亦無礙他們服務社會的心。



北區服務處

親親我社區

活動希望帶領會員重新認識及善用社區設施，包括享受地道小店早餐、享用社區娛樂設施及到戲院觀賞電影。



樂智手作人

本季樂智手作人完成縫製印有自己名字獨一無二的皮革圍裙，整個過程手作人需付出時間和努力堅持每一針一線的製作，大家完成後都非常有成功感。



服務質素標準的認識

服務質素標準(SQS)簡介 (第二部份)

過去一期我們介紹了SQS第一個原則，今期我們將介紹第二個原則 - 服務管理，即服務質素標準第4至9項：

標準4：職務及責任

所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

準則	
4.1	服務單位的所有職位均應備有職責說明及職務陳述，訂明每個職位的職務、責任和問責關係。
4.2	職責說明及職務陳述均屬可供所有職員、服務使用者及其他關注人士閱覽的資料。
4.3	管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務、責任及成員資格／名單，應清楚訂明並記錄在案。
4.4	服務單位備有組織架構圖，臚列其整體組織架構及問責關係。

標準5：人力資源

服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

準則	
5.1	服務單位 / 機構備有職員 (包括兼職職員) 招聘、調派及晉升、簽訂職員合約及紀律處分的政策及程序，而該政策及程序可供職員閱覽。
5.2	服務單位 / 機構備有新職員入職導向訓練的政策及程序。
5.3	服務單位 / 機構為職員提供持續性的督導及定期的工作表現審核 / 評核，以鑑別職員工作表現上須改善的地方及持續訓練和發展的需要。
5.4	服務單位 / 機構備有職員訓練政策及職員訓練與發展計劃。

標準6：計劃及收集意見

服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者，職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。

準則	
6.1	服務單位應制訂適當的工作計劃並記錄在案，作為其運作的指引及評估本身表現的基準。
6.2	服務單位備有政策和程序以收集及回應服務使用者、職員及其他關注的人士對其表現所提供的意見，而該政策及程序可供他們閱覽。
6.3	對於在檢討及評估過程中鑑定的服務表現或質素問題，應採取跟進行動。

如家屬或會員對上述服務質素標準有任何意見，歡迎與本會職員聯絡。

標準7：財政管理

服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

準則	
7.1	服務單位備有制訂及確認財政預算的程序。
7.2	服務單位備有管理財政資源及監察財政表現的政策及程序。
7.3	服務單位備有程序以定期研究提高經濟效益或抑制成本的機會。

標準8：財政管理

服務單位遵守一切有關的法律責任。

準則	
8.1	服務單位知悉所有監察其運作及服務提供的法例 (包括衛生、安全方面的法例)。
8.2	服務單位備有監察程序以確保單位遵守有關的法例，及於需要時徵詢法律人士的意見。

標準9：安全的環境

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

準則	
9.1	提供和有效地保養所有消防設備及其他必需的安全設備
9.2	讓職員和服務使用者認識緊急事故應變程序，並定期進行火警演習，每年至少演習一次。
9.3	服務單位定期查察其現場環境及鄰近環境，以鑑定是否有安全問題，並確保制定和實施處理該等安全問題的適當策略。
9.4	凡發生在服務單位內並涉及職員和 / 或服務使用者的意外或受傷事故及當時的處理方法，均應記錄在案。
9.5	若服務單位的工作涉及運送服務使用者，必須採取一切道路交通安全措施。
9.6	服務單位確保所有服務器材均得到適當維修，而若情況適合，須在適當督導下使用這些器材。

咳嗽知多少？



林婉珺 註冊中醫
廣州暨南大學中醫學士
更多健康資訊：

facebook [中醫師 林婉珺]

咳嗽是肺和氣管的疾病，中醫理論中，肺主皮毛，主氣，司呼吸，意思是肺臟是氣體交換場所，外合毛孔、皮膚，如氣候突變或調攝不當，外界的風、寒、濕等等邪氣便從口鼻或皮毛入侵，而肺之功能失常和減弱的人會受其影響，出現口乾、咳嗽、咽痛癢、流鼻水等症狀。

中醫經典《黃帝內經》中提到「五臟六腑皆令人咳，非獨肺也」的觀點，咳雖為肺之病變，但其他臟腑病變，也可影響肺而發生咳嗽。

根據病因，我們可以將咳嗽分為兩大類：外感咳嗽和內傷咳嗽；外感咳嗽就是受到外來病邪的侵擾，而內傷咳嗽則由臟腑功能失調、內邪干肺所致。

一、外感咳嗽

- 1. 風寒咳嗽：**為風寒侵襲肌表，肺氣失於宣降而引起，表現為怕冷，咳聲重，咽癢，痰色白和稀。
- 2. 風熱咳嗽：**為風熱犯肺，熱灼津，表現為咳聲頻劇，氣粗，痰黃黏稠。
- 3. 痰熱咳嗽：**外邪襲肺，痰熱蘊肺，肺失宣肅而引起，咳痰黃黏稠或痰帶血絲。
- 4. 肺燥咳嗽：**燥邪傷肺，灼傷津液，肺失清潤而引起，表現為乾咳，聲嘶，無痰，或痰帶血絲。

二、內傷咳嗽

- 1. 痰濕咳嗽**
由飲食生冷或嗜酒損傷脾胃，脾失健運，釀濕生痰，壅遏肺氣而發為本病，表現為咳嗽反覆發作，痰白稠，常伴胸脘作悶，無胃口，神疲乏力，腹脹等。
- 2. 痰熱咳嗽**
因過食肥甘厚膩、辛辣生冷食物，損傷脾胃，釀濕生痰，久蘊化熱，其咳嗽氣息粗促，痰多黏厚或稠黃，咳吐不爽，或痰有腥味或伴隨胸膈脹滿。
- 3. 肝火犯肺**
因情志抑鬱，肝失調達，氣鬱化火，火氣循經上逆犯肺致咳嗽。表現為氣逆咳嗽，陣陣發作，常感痰滯咽喉而難咯出，伴有面紅咽乾，口乾口苦，咳引胸膈痛，症狀隨情緒波動而增減。
- 4. 陰虛咳嗽**
咳嗽日久，或過食溫燥之品致虛火上炎，肺失濡潤，氣逆而咳，或腎陰虧虛，虛火上炎，灼傷肺陰。表現為乾咳，咳聲短促，少痰或痰中帶血絲。常伴潮熱，兩顴紅，手足心熱。

5. 氣虛咳嗽

久咳傷肺，或平素體弱，肺氣不足，或脾虛運化不健，易受外邪侵襲，則咳嗽易反覆發作，咳聲低弱無力，氣短，易疲累。

6. 陽虛咳嗽

素體畏寒怕冷之人，陽虛不運，或腎氣虛弱，無力攝納而上逆為咳。冬重夏輕，遇風冷加重。

中醫養生強調治未病，平時應加強個人體質，可穿淺色衣服曬太陽，做適量運動；飲食上應少吃生冷、煎炸燥熱及辛辣食物；另外，避免接觸致敏原如動物、毛公仔、地氈、裝修用的甲醛等；如體質虛寒人士，建議進行「天灸療法」，有效增加人體陽氣，改善體質。

今期將介紹三款簡單食療：

寒性咳嗽者 -

紫蘇陳皮生薑水

食材：紫蘇葉10克，陳皮1角，生薑3片，紅糖適量
製法：先將水燒開，再將所有材料煲20分鐘，最後可加少許紅糖。

功效：溫肺驅寒，止咳化痰



肺熱咳嗽者 -

羅漢果甘草茶

食材：羅漢果10克，甘草3克。
製法：將材料略洗，用沸水泡15分鐘即可飲用。

功效：清熱潤肺，止咳祛痰，益氣解毒。



肺燥咳嗽者 -

雪耳杏仁燉雪梨

食材：雪耳 10克，雪梨 1個，南北杏 15克冰糖 適量

製法：雪梨洗淨切去頂部及去芯，（不用去皮），切成小塊備用；雪耳浸發，剪成小朵，煮滾水後汆水備用；南北杏沖洗，略浸備用；將雪梨、雪耳及冰糖放燉鍋內，加水及南北杏，蓋好以小火燉1小時即成。

功效：潤肺生津，止咳化痰



換物「爽」智 - 智愛環保墟活動報告

本會獲滙豐社區夥伴計劃2016贊助，推行為期一年的環保活動。計劃尾聲，由會員連同各社區合作夥伴一同籌辦環保市集 - 智愛環保墟，將環保信息推廣至區內街坊。

當日活動內容十分豐富，包括工作坊、集體藝術創作、以物換物、街頭音樂及攤位遊戲等，街坊反應熱烈，他們認為活動十分有意義，亦欣賞工作人員、會員、義工付出的努力，活動既多元化，又能達到社區共融效果，同時亦令他們明白愛護環境的重要性。



「化廢為寶工作坊暨展覽：我們的東西」

東方日報記者於7月30日到本會與會員胡穎喬、葉佳霖、陳嘉儀進行活動專訪。在「拾坊」導師李彥錚(Dexter)及江卓姿(Jessica)的協助下，本會已於2017年6月18至25日舉辦「化廢為寶工作坊暨展覽：我們的東西」。會員發揮其創意，將環保同藝術結合，以廢棄的膠樽、薯片罐、紙皮、報紙等去創作自己的藝術作品。

東方日報A6版「我有正能量：破障藝力」

足本重溫：

http://orientaldaily.on.cc/cnt/news/20170806/00176_079.html



會員的 **夢** 與 **想**

阿輝踏上了精彩的人生

受訪者：謝建輝 (阿輝)

記者：廖文暉 (廖生)

廖生：阿輝，你的夢想是甚麼？

阿輝：說來話長，某日我在藍田服務處與一會員發生口角，原因是我不小心掉了那會員的手提電話，給那會員罵了一頓，很不開心。當時陳經理又到了藍田服務處，於是陳經理請我到禮堂一角比較安靜的環境下與我傾談，最令我印象深刻的是，當時陳經理鼓勵我參加樂智醒獅隊，希望可以善用餘暇，改變性格，變得開朗及隨和，還能充實自己。我心想其實我一直對舞獅都有濃厚興趣，經常在電視及網上留意到舞獅的表演，我覺得很精彩。

廖生：你加入了樂智醒獅隊後有沒有甚麼目標？

阿輝：我心想，我一定要練好舞獅，希望為樂智爭光。

廖生：你怎樣為樂智爭光？

阿輝：我目標是要令更多人能看到樂智醒獅隊的表演，我記得第一次公開表演是在北區嘉年華那天，我知道當日有很多嘉賓、有樂智委員、總幹事、陳經理及所有會員都在場觀看我們樂智醒獅隊表演，我很用心及努力地做好表演。

廖生：你有甚麼說話想鼓勵其他會員？

阿輝：現在樂智都有很多興趣活動可以參加，又請了很多專業導師教授，你們一定要好好珍惜及努力學習！例如跑步比賽，一次不成功，第二次、第三次再嘗試，一定不要放棄！

阿輝在醒獅隊主要擔任獅頭及鼓手的角色，以下是阿輝參加樂智醒獅隊的一些事跡：

- 2013年樂智醒獅隊成立
- 2014年1月18日於大窩口社區中心禮堂進行樂智協會周年大會，表演打頭炮的是樂智舞獅隊。
- 2014年4月27日於上水花園第一號進行傷健同樂嘉年華，活動當天有逾多達1,000人參與，其中有樂智醒獅隊的精彩表演。
- 2015年8月16日於九龍公園功夫閣進行街頭表演。
- 2015年12月12日 星SING導航關愛匡智同樂日2015擔任表演嘉賓
- 2016年3月5日 於聖雅閣福群會雅聚天地地區支援中心的雅聚齊賀新歲活動中進行社區表演。

- 2016年6月12日 獲葵涌浸信會邀請，樂智醒獅隊擔任堂慶的表演嘉賓。
- 2016年12月10日 獲社會福利署大埔及北區康復服務協調委員會邀請於「大埔及北區康復服務巡禮2016」進行表演！
- 2017年3月4日獲香港青年協會邀請於齊創美好安樂「窩」進行開幕儀式及擔任活動表演嘉賓。

* 有關樂智醒獅隊的精彩表演或短片可到本會Facebook欣賞



運動及畫畫

做完運動後，往往有心情愉快的感覺。大部分資料顯示，體力活動（特別是有氧運動）對心情有正面的幫助。你知道這六種運動用品的名字嗎？

乒乓球、豆袋、羽毛球、足球、籃球、毽子



會員可將以上六樣運動用品的名字寫在圖片下，及畫一幅你做運動的畫，可以用鉛筆、木顏色筆、蠟筆、水彩畫畫，成為你的「運動及畫畫」作品。

本次「運動及畫畫」設有獎品，如有興趣參與的會員可於11月30日或之前將你的作品寄回或交回：九龍藍田啟田道71號藍田(西區)社區中心地下樂智協會 收，本會將選出10名優異作品，參加者便有機會取得精美獎品乙份。入圍參加者將於12月31日前以電話通知領取獎品。

參加者姓名： _____

聯絡電話： _____

AYP香港青年獎勵計劃

協會於2014年成為香港青少年獎勵計劃直屬執行處支部，目的在於提升青少年的個人生活技能、培養個人興趣及鼓勵歷險和探索精神。本年協會將開辦銀章級野外鍛鍊科課程，期望會員向金章級進發！

只要你的年齡須介乎14至24歲，又有興趣的參加者可由銅章級做起，本計劃全年度接受報名，詳情可向本會社工查詢。

樂智同樂日2017

本會過往舉辦「傷健同樂嘉年華」已有多多年，得到了業界的認同。本年度本會以會員的康盛人生為主旨，再次舉辦「樂智同樂日2017」，期望透過與區內居民、義工團體及會員參與不同競技及遊戲，與眾同樂，讓更多人認識智障人士的需要。

日期：2017年11月5日(星期日)

時間：下午1時至5時

地點：葵涌邨葵涌商場三樓平台

美容瘦面體驗

一位中醫教授將畢生所學的醫學經驗用於美容。而美容瘦面就是利用按、壓、刮、挑這四個步驟有層次地做到美化容顏。



每日只花五分鐘，便可以令你容光煥發，每次刮面得益如下：

1. 通淋巴及去掉死皮
2. 治耳鳴及重聽
3. 治療鼻敏感及改善呼吸道
4. 明目及去黑眼圈
5. 舒緩情緒



藍田服務處的家屬俱樂部將於本季開辦美容瘦面體驗班：

日期：24/10, 31/10, 7/11, 14/11, 21/11, 28/11 (逢星期二，共6節)

時間：上午10:30 — 12:00

地點：藍田服務處

內容：利用刮痧板沿面部特定的經絡穴位，利用一定的手法刺激肌膚而使其血脈通暢，達到通淋巴及去掉死皮、治耳鳴及重聽、治療鼻敏感及改善呼吸道、明目及去黑眼圈及舒緩情緒等功效。

對象：會員家屬

費用：50元

負責職員：李善樂姑娘

義務導師：鍾得根先生

國際復康日

國際復康日是香港社會服務聯會及香港復康聯會於1992年創立的，舉辦日期是每年12月3日。每年的國際復康日，香港復康聯會都會籌辦各項大型慶祝活動和地區推廣活動，致力倡導弱能人士融入社會。主要服務對象為弱能人士和健全人士，而每年國際復康日的主要優惠內容為：

1. 海洋公園同樂日

海洋公園每年於國際復康日，免費招待數千名來自十八區弱能和健全人士；

2. 免費參觀博物館

包括香港文化博物館、香港藝術館、香港歷史博物館、香港海防博物館、香港科學館、香港太空館、香港電影資料館、香港鐵路博物館、三棟屋博物館、上窰民俗文物館、茶具文物館、羅屋民俗館、李鄭屋漢墓博物館。

3. 免費車船優惠

*會員需以有效的殘疾人士登記證作為憑證。



會員申請表

此欄由本會職員填寫

服務單位： 大窩口 / 藍田 / 北區

入會日期： _____

會員証號碼： _____

甲部：個人資料

姓名：(中文) _____ (英文) _____

年齡： _____ 性別： 男 / 女 婚姻狀況： 未婚 已婚

身份證號碼： _____ () 出生日期： _____ 年 _____ 月 _____ 日

殘疾人士登記證號碼： _____ (有效日期： _____)

手提電話： _____ 住宅電話： _____

住址： _____

緊急聯絡人： _____ 關係： _____

手提電話： _____ 住宅電話： _____

職業： 學生 公開就業 日間訓練中心 庇護工場 待業 其他 _____

所屬學校 / 工場 / 訓練中心 / 公司名稱： _____

病狀簡述： 哮喘 心臟病 癲癇 糖尿病 其他 _____

弱能情況： 輕度智障 中度智障 自閉症 視覺受損 聽覺受損

肢體傷殘 精神病 痙攣 失語 其他 _____

近照

乙部：家屬會員 (如會員家屬有興趣入會，請填妥以下資料，請按緊急聯絡人資料排先後次序)

	中文姓名	英文姓名	出生日期	關係	聯絡電話	申請成為本會義工
1.						是 / 否
2.						是 / 否
3.						是 / 否
4.						是 / 否

丙部：授權書 (18歲或以下會員必須由家屬/監護人填寫此部份)

本人 _____ (家屬/監護人姓名) 乃 貴中心會員 _____ 之家屬/監護人，現授權 貴中心

1. 敝子女或家屬如於中心活動期間或戶外活動進行期間，突患急病或發生意外，而未能通知家屬/監護人時，本人同意 貴中心代送往急症室及由本人願意支付有關費用。
2. 敝子女或家屬如在活動或戶外活動期間，遇有非人力所能控制之意外事故， 貴中心毋須為其後果負責。
3. 貴中心 可以 / 不可以運用敝子女的照片、幻燈片或其他影音資料作專業人員培訓、推廣服務等其他有關之用途。
4. 如敝子女須於中心活動期間內服藥， 貴中心可按本人之指示安排敝子弟服用。

*申請人/家屬/監護人/轉介者姓名及簽署： _____ / _____ 日期： _____

負責職員姓名及簽署： _____ / _____ 日期： _____

*刪去不適用者

樂智協會2017年10 - 12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）

活動報名須知

參加資格

樂智協會舉辦的活動，主要是為輕中度智障人士而設，部分活動亦歡迎智障人士家屬及照顧者參加。智障人士必須先成為本會會員才可報名參與各區服務處的活動。

有意成為本會會員者，可使用本刊所登的會員申請表，或於本會網頁下載會員申請表，填妥後可寄回或親臨各區服務處辦理申請手續。本會社工會面見申請人，合資格者可成為會員。會費全免。

報名程序簡介

報名日期：

大窩口服務處2017年9月23日(星期六)上午9時15分

藍田服務處2017年9月23日(星期六)上午9時15分

北區服務處2017年9月24日(星期日)上午11時15分

有興趣報名的會員及會員家屬可填妥報名表格，於報名日郵寄或親臨各區服務處辦理報名手續，本會恕不接受電話留位。

中心將於活動報名日於指定時間開始派發報名排序號碼，每一名會員或家屬(以一會員為一單位)只可取一個籌號，會員及會員家屬不可代他人領取籌號。報名人士請準備好現金或已劃線的支票交給中心，付款後報名程序方完成。中心將即時發正式或臨時收據*給會員。敬請參加者核實收據上的活動收費是否正確。如有問題，請即時通知當值職員跟進。

*藍田服務處將於下午發正式收據給會員。如會員有要事先行離開中心，中心將即時發出臨時收據給會員，待正式收據發出後，臨時收據將告無效。而北區服務處則發臨時收據，於報名日後緊隨的星期日才發出正式收據。

抽籤程序安排

本會的三區聯合活動如報名人數超出名額的上限，中心將會以電腦抽籤形式決定參加者名單。**活動報名當日不用繳費。**

抽籤日期及時間：9月27日(星期三)上午10時半

抽籤結果：抽籤當天下午2時公佈並張貼於中心壁報版上。

~歡迎各會員及會員家屬到場監票~

報名方法

親身報名

於報名日親臨各區服務處以現金或已劃線的支票繳付活動費用，如以支票付款，請於支票抬頭請寫上「樂智協會有限公司」或「Lok Chi Association Ltd」，並於背面填上會員姓名。

郵寄支票

如郵寄報名表，必須連同支票一併寄發。本會將於2017年9月25日(星期一)後開始處理郵寄報名的會員。

*** 會員在選擇活動時須留意日期及時間，以免撞期。

*** 所有活動一律不設電話留位。

*** 活動費用一經繳交，一概不退還。

活動更改或取消

1. 如報名人數不足，或因天雨情況而導致三區聯合活動或一次性活動取消，中心將安排退款。
2. 若因天雨或導師缺席而臨時取消服務處的小組活動，將不設延期、補堂或退款(勞工及福利局資助成人教育課程除外)。
3. 有關活動安排，中心保留最終決定權。

注意事項

1. 各區服務處的各類活動，將以先到先得的形式報名，額滿即止。
2. 中心會視乎參加者的身體及情緒行為情況而決定是否適合參加活動。
3. 活動集合地點及乘車接送安排會視乎各區參加人數而定。

於編製活動通訊時，中心務求資料準確，惟由於訂稿付印，至活動實際推行，在時間上有差距，故中心或須按實際情況作出相應修改，活動資料以中心最後公佈為準，請各會員留意。

三區聯合活動

大窩口及藍田：2017年9月23日(星期六)、北區2017年9月24日(星期日)

大窩口 藍田 北區 木器製作X食物體驗

會員 \$220 家屬 \$250

大窩口 藍田 北區 樂智同樂日2017

會員 全免 家屬 全免

大窩口 藍田 北區 周年大會

會員 全免 家屬 全免

大窩口 藍田 北區 聖誕Party 2017

會員 \$150 家屬 \$170

三區活動收費：_____

負責職員：_____

樂智協會2017年10 - 12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：2017年9月23日(星期六)

歡樂時光	<input type="checkbox"/> 免費	石澳遠足	<input type="checkbox"/> \$50	乒乓球訓練班*	<input type="checkbox"/> \$40
電腦新天地	<input type="checkbox"/> 免費	漫畫入門	<input type="checkbox"/> \$20	跆拳道班*	<input type="checkbox"/> \$150
樂智晨操	<input type="checkbox"/> 免費	禪畫班	<input type="checkbox"/> \$50	下午有食神	<input type="checkbox"/> \$90
暢唱十一	<input type="checkbox"/> \$80	智哥午飯(III)	<input type="checkbox"/> \$60	味夠班	<input type="checkbox"/> \$30
智愛BBQ	<input type="checkbox"/> \$100	游泳班*	<input type="checkbox"/> \$300	中國保齡球決戰	<input type="checkbox"/> 免費
桌遊樂 (1)	<input type="checkbox"/> 免費	相聚一刻	<input type="checkbox"/> 免費	友情相聚	<input type="checkbox"/> \$70
義力量	<input type="checkbox"/> 免費	跑步訓練班*	<input type="checkbox"/> \$90	生日Party	<input type="checkbox"/> \$50
桌遊樂 (2)	<input type="checkbox"/> 免費	羽毛球班	<input type="checkbox"/> \$20	樂敘家庭(藍田)	<input type="checkbox"/> 全免
萬聖WE WA小派對	<input type="checkbox"/> \$30	樂智合唱團*	<input type="checkbox"/> \$80	康體普拉提班(A班)*	<input type="checkbox"/> \$200
公益金賣旗日	<input type="checkbox"/> 免費	唱歌訓練班(初階)*	<input type="checkbox"/> \$80	康體普拉提班(B班)*	<input type="checkbox"/> \$200
香港賽馬會特殊馬拉松2018 長跑訓練	<input type="checkbox"/> 免費	乒乓球體驗班*	<input type="checkbox"/> \$20	美容瘦面班	<input type="checkbox"/> \$50
聖誕HOHOHO小派對	<input type="checkbox"/> \$30				

大窩口服務處

報名日期：2017年9月23日(星期六)

樂智晨操	<input type="checkbox"/> 免費	美食工房 A組*	<input type="checkbox"/> \$60	乒乓球訓練班(進階)*	<input type="checkbox"/> \$90
電腦新天地	<input type="checkbox"/> 免費	美食工房B組*	<input type="checkbox"/> \$60	舞蹈新天地	<input type="checkbox"/> \$20
黃昏約會	<input type="checkbox"/> \$20	樂智義工隊	<input type="checkbox"/> 免費	禪畫學堂*	<input type="checkbox"/> \$60
國慶展歌喉	<input type="checkbox"/> \$80	童軍*	<input type="checkbox"/> \$50	樂智醒獅隊*	<input type="checkbox"/> \$60
智愛BBQ	<input type="checkbox"/> \$100	花藝班*	<input type="checkbox"/> \$100	Happy Together	<input type="checkbox"/> \$50
鄰舍大愛深秋遊	<input type="checkbox"/> \$20	功夫班	<input type="checkbox"/> \$20	生日Party (10-12月)	<input type="checkbox"/> \$80
公益金賣旗日	<input type="checkbox"/> 免費	乒乓球訓練班(初階)*	<input type="checkbox"/> \$90	樂敘家庭(大窩口)	<input type="checkbox"/> 免費
香港賽馬會特殊馬拉松2018 長跑訓練	<input type="checkbox"/> 免費				

北區服務處

報名日期：2017年9月24日(星期日)

親親我社區	<input type="checkbox"/> \$20	Happy Together	<input type="checkbox"/> \$50	拍住上·拍住樂	<input type="checkbox"/> 免費
樂智晨操	<input type="checkbox"/> 免費	生日Party (10-12月)	<input type="checkbox"/> \$80	樂智義工隊	<input type="checkbox"/> 免費
卡啦OK棋藝坊	<input type="checkbox"/> \$20	碟古巴特拼貼班(A組)	<input type="checkbox"/> \$50	花藝班*	<input type="checkbox"/> \$100
玩物鬥志棋藝坊	<input type="checkbox"/> \$20	碟古巴特拼貼班(B組)	<input type="checkbox"/> \$50	樂智勁舞團*	<input type="checkbox"/> \$80
香港賽馬會特殊馬拉松2018 長跑訓練	<input type="checkbox"/> 免費	樂智手作人-皮革A組	<input type="checkbox"/> \$70	樂敘家庭(北區)	<input type="checkbox"/> 免費
服務推廣及宣傳	<input type="checkbox"/> 免費	樂智手作人-皮革B組	<input type="checkbox"/> \$70		

活動通訊(2017年10-12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2017年9月23日(星期六)起接受報名，北區服務處於2017年9月24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，於報名日郵寄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. 2017年9月25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. **40+**：適合40歲或以上的會員報名。

活動分類：	情緒	社交	職業	體能	智能	靈性
-------	----	----	----	----	----	----

三區聯合活動 (2017年10-12月)

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
三區親子 / 家屬活動				
木器製作 X 食物體驗 上午 9:45 – 下午 5:30	28/10 (星期六)	內容：會員與家屬一同體驗大自然活動，包括豐富午膳及木器製作。 (* 活動已包括來回旅遊車費用及午膳費用。 (* 必須由一名會員及一名家屬參與) 負責職員：潘嘉恩姑娘	上水 三區共 12 對 會員及家屬	會員 220 元 家屬 250 元
樂智同樂日 2017 上午 10:00 – 下午 5:00 (* 由勞工及福利局資助)	5/11 (星期日)	內容：活動將有大量精彩節目，包括：競技比賽、小型康樂棋比賽、各式攤位活動及才藝表演。 負責職員：黃偉雄先生 / 李善樂姑娘	葵涌邨商場 三樓平台 名額不限	全免
周年大會 下午 2:00 – 4:00	16/12 (星期六)	內容：通過 2016-17 年度機構會務報告、財政報告及會員嘉許禮。 負責職員：陳駿斌先生	藍田(西) 社區中心禮堂 名額不限	全免
聖誕 Party 2017 上午 11:00 – 下午 3:00	26/12 (星期二)	內容：與會員一同慶祝聖誕，享用聖誕大餐、抽獎及玩集體遊戲。 (* 活動已包括來回旅遊車費用及午膳費用。 負責職員：吳有容姑娘 / 黃貞嚴姑娘	九龍灣 大窩口：65 人 藍田：65 人 北區：30 人	會員 150 元 家屬 170 元

活動名稱/時間		日期	活動內容		地點/名額	費用
恆常康樂活動						
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：胡秋焯姑娘	藍田服務處 名額不限	全免	
樂智晨操 上午9:00 – 9:30 (40+)	逢星期六及日 (23/12除外)		內容：會員一起做晨操。 負責職員：廖文暉先生 / 胡秋焯姑娘	藍田服務處 名額不限	全免	
特別/義工活動						
暢唱十一 上午9:30 – 下午2:30	1/10 (星期六)		內容：與會員外出唱卡拉OK，歡度十一。	觀塘APM 名額16人	80元	
智愛BBQ 上午10:00 – 下午4:00	5/10 (星期四)		負責職員：胡秋焯姑娘 內容：與會員燒烤，歡度中秋。	大美督 名額22人	100元	
桌遊樂 (1) 上午10:30 – 12:00	7/10 (星期六)		負責職員：胡秋焯姑娘 內容：由基督教家庭服務中心的桌遊義工團策劃的桌上遊戲，與會員分享 桌上遊戲的樂趣。 (*會員只可報桌遊樂(1)或桌遊樂(2)。) 負責職員：吳有容姑娘	藍田服務處 名額10人	全免	
義力量 上午10:30 – 11:30 (AYP服務科)	14/10, 18/11, 9/12 (星期六)		內容：讓會員學習活動帶領技巧，服務中心。	藍田服務處 名額12人	全免	
桌遊樂 (2) 下午3:00 – 4:30	15/10 (星期日)		負責職員：李善樂姑娘 內容：由基督教家庭服務中心的桌遊義工團策劃的桌上遊戲，與會員分享 桌上遊戲的樂趣。 (*會員只可報桌遊樂(1)或桌遊樂(2)。) 負責職員：廖文暉先生 / 吳有容姑娘	藍田服務處 名額10人	全免	
萬聖WE WA小派對 下午2:00 – 4:00	29/10 (星期日)		內容：與會員一起打扮成不同萬聖節角色、玩遊戲及享用小食。 負責職員：胡秋焯姑娘	藍田服務處 名額不限	30元	
公益金賣旗日 上午10:00 – 11:30 (AYP服務科)	18/11 (星期六)		內容：為公益金賣旗。 負責職員：李善樂姑娘	藍田邨 名額10人	全免	
香港賽馬會 特殊馬拉松2018 長跑訓練 晚上6:00 – 10:00	30/11 (星期四)		內容：與伴跑員配對，學習熱身活動及正確步姿。 (備註：只限已報名參加「香港賽馬會特殊馬拉松2018」的會員及伴跑員家屬，需自付交通費。) 負責職員：黃偉雄先生 / 吳有容姑娘	斧山道運動場 名額25人	全免	
聖誕HOHOHO小派對 下午2:00 – 4:00	24/12 (星期日)		內容：與會員一起玩聖誕遊戲及享用小食。 負責職員：胡秋焯姑娘	藍田服務處 名額不限	30元	

石澳遠足 上午9:30 – 下午3:00	31/12 (星期日)	內容：於石澳遠足。 (此活動需要充足體力作戶外超過5小時的遠足及上落山活動，行程艱辛，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。) (備註：已包麵包乾糧及交通費，請自備2公升水及穿著行山裝備。) 負責職員：廖文暉先生	石澳 名額12人	50元
週六活動				
漫畫入門 上午9:30 – 10:30	14/10, 28/10, 4/11, 11/11, 8/11, 2/12, 9/12, 16/12 (共8節)	內容：漫畫簡介、漫畫入門基本知識及學習以漫畫表達自我。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額10人	20元
禪畫班 上午11:00 – 12:00 (AYP技能科)	21/10, 28/10, 11/11, 25/11, 9/12 (共5節)	內容：學層禪畫，發揮會員潛能及訓練專注力。 負責職員：李善樂姑娘 義務導師：添美老師	藍田服務處 名額10人	50元
智哥午飯(III) 上午11:00 – 下午1:00	21/10, 25/11, 30/12 (共3節)	內容：會員自行製作午餐。 (備註：參加之會員當日包午餐，請自備餐具。) 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額12人	60元
游泳班 中午11:00 – 下午2:00 (AYP康樂體育科)	7/10, 14/10, 21/10, 2/12, 9/12 (共5節)	內容：全年游泳課程，讓會員接受基本游泳技巧訓練。 (*參加者須經試水，學員須自行購買及攜帶游泳用具。 由職員帶領步行往返游泳池及藍田服務處。) 負責職員：吳有容姑娘 導師：吳偉民教練	藍田游泳池 名額12人	300元
相聚一刻 下午2:00 – 3:00 (40+)	7/10, 14/10, 21/10, 28/10, 4/11, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 23/12, 30/12 (共12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 – 5:45 (AYP康樂體育科)	7/10, 14/10, 21/10, 4/11, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 23/12 (共10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 導師：關梓程先生	晒草灣遊樂場 或藍田服務處 名額16人	90元
週日活動				
羽毛球班 上午9:30 – 10:30	8/10, 22/10, 12/11, 19/11, (共4節)	內容：羽毛球訓練及比賽。 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9:30 – 10:30	8/10, 22/10, 29/10, 19/11 (共4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 導師：林奕軒先生	藍田服務處 名額7人	80元
唱歌訓練班(初階) 上午10:30 – 11:30	8/10, 22/10, 29/10, 19/11 (共4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 導師：林奕軒先生	藍田服務處 名額12人	80元
乒乓球體驗班 上午9:30 – 11:15	3/12 (共1節)	內容：體驗打乒乓球樂趣，強健身體。 (*須由導師挑選，才可報名乒乓球訓練班。) 負責職員：吳有容姑娘 導師：關梓程先生	藍田服務處 名額16人	20元

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
乒乓球訓練班 上午9:30 – 11:15	10/12, 17/12, 24/12 (共3節)	內容：學習及練習打乒乓球，強健身體。 (*先參加乒乓球體驗班，須由導師挑選，才可報名。) 負責職員：吳有容姑娘 導師：關梓程先生	藍田邨及 藍田服務處 名額5人	40元
跆拳道班 上午11:30 – 下午1:00	8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12 (共10節)	內容：學習跆拳道的基本拳，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。)	藍田服務處 名額10人	150元
下午茶有食神 下午2:30 – 3:30	22/10, 19/11, 17/12 (共3節)	負責職員：李善樂姑娘 導師：黎志安教練 內容：與會員到茶餐廳享用豐富下午茶，聯誼一番。	藍田服務處 名額8人	90元
味夠班 下午4:00 – 5:00	8/10, 26/11, 3/12, 10/12, 31/12 (共5節)	負責職員：李善樂姑娘 內容：與會員製作簡單的小食。	藍田服務處 名額8人	30元
中國保齡球決賽 下午4:30 – 5:30	1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12, 24/12, 31/12 (共14節)	負責職員：胡秋焯姑娘 內容：與會員一同進行XBOX保齡球遊戲比賽。	藍田服務處 名額不限	全免
健樂會活動				
友情相聚 下午3:00 – 4:00 (40+)	7/10, 14/10, 21/10, 28/10, 4/11, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 23/12, 30/12 (星期六，共12節)	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。	藍田服務處 名額40人	70元
生日Party 下午2:30 – 下午4:30	12/11 (星期日)	負責職員：吳有容姑娘胡秋焯姑娘 義務導師：Tina, Winnie, 佩莉 內容：慶祝會員生日。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額35人	50元
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭(藍田) 下午4:30 – 下午5:30	9/12 (星期六)	內容：透過每季小組聚會，讓家長間互相交流，建立互助網絡，對社區資源有更深認識。 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	12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 30/11, 7/12, 14/12, 21/12, 28/12 (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。	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	12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 30/11, 7/12, 14/12, 21/12, 28/12 (逢星期四，共10節)	負責職員：李善樂姑娘 導師：陳婉詩女士 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。	藍田服務處 名額8人	200元
美容瘦面班 上午10:30 – 12:00	24/10, 31/10, 7/11, 14/11, 21/11, 28/11 (逢星期二，共6節)	負責職員：李善樂姑娘 導師：陳婉詩女士 內容：由導師教授瘦面技巧。利用刮痧板沿面部特定的經絡穴位，利用一定的手法刺激肌膚而使其血脈通暢，達到通淋巴及去掉死皮、治耳鳴及重聽、治療鼻敏感及改善呼吸道、明目及去黑眼圈及舒緩情緒等功效。 (備註：自備牛角骨刮痧板) 負責職員：李善樂姑娘 義工導師：鍾得根先生	藍田服務處 名額10人	50元

大窩口服務處 (2017年10-12月)

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
恆常康樂活動				
樂智晨操 上午9:30 – 10:00 (40+)	逢星期六 (23/12除外)	內容：會員一起做晨操。 負責職員：黃貞嚴姑娘	大窩口服務處 名額不限	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：李婉儀姑娘/翁嘉兒姑娘	大窩口服務處 名額不限	全免
黃昏約會 下午5:00 – 晚上7:00	12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 14/12, 21/12, 28/12 (逢星期四)(共12節)	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
特別/義工活動				
國慶展歌喉 上午11:00 – 下午4:00	1/10 (星期日)	內容：與會員唱卡拉OK，歡度國慶。 負責職員：翁嘉兒姑娘	大鴻輝中心 名額20人	80元
智愛BBQ 上午10:00 – 下午4:00	5/10 (星期四)	內容：與會員燒烤，歡度中秋。 負責職員：翁嘉兒姑娘	大美督 名額22人	100元
鄰舍大愛深秋遊 上午9:00 – 下午5:00	12/11 (星期日)	內容：上午遊覽海濱公園、品嚐風味午餐；下午探訪怡茵山莊鄰舍輔導會，與 該會會員一同焗製曲奇餅及欣賞精彩表演。(活動費用已包括旅遊巴士及 午膳安排) 負責職員：黃貞嚴姑娘	新界區 名額15人	20元
公益金賣旗日 上午10:00 – 11:30 (AYP服務科)	18/11 (星期六)	內容：為公益金賣旗。 負責職員：黃偉雄先生	大窩口邨 名額10人	全免
香港賽馬會 特殊馬拉松2018 長跑訓練 晚上6:00 – 10:00	23/11 (星期四)	內容：與伴跑員配對，學習熱身活動及正確步姿。 (備註：只限已報名參加「香港賽馬會特殊馬拉松2018」的會員及伴跑員家 屬，需自付交通費。) 負責職員：黃偉雄先生 / 潘嘉恩姑娘	沙田運動場 名額10位	全免

大窩口服務處 (2017年10-12月)



活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
週六活動				
美食工房A組 上午10:00 – 11:30	21/10, 11/11, 9/12 (共3節)	內容：由導師教授製作甜品、曲奇、蛋糕、各式糕點、小食等。 (*初次報名者須經導師遴選程序) 負責職員：潘嘉恩姑娘 導師：黃沛芬女士	大窩口服務處 名額10人	60元
美食工房B組 上午10:00 – 11:30	4/11, 18/11, 16/12 (共3節)	內容：由導師教授製作甜品、曲奇、蛋糕、各式糕點、小食等。 (*初次報名者須經導師遴選程序) 負責職員：潘嘉恩姑娘 導師：黃沛芬女士	大窩口服務處 名額10人	60元
樂智義工隊 上午11:45 – 下午12:45 (AYP服務科)	7/10, 21/10, 4/11, 18/11, 2/12 (共5節)	內容：會員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：黃偉雄先生	大窩口服務處 名額8人	全免
童軍 下午4:00 – 5:30 (AYP技能科)	7/10, 14/10, 18/11, 25/11, 2/12 (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。 (*初次報名者須經導師遴選程序) 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	50元
花藝班 下午4:00 – 5:30	2/12, 9/12, 23/12, 30/12 (共4節)	內容：由專業導師教授會員不同的插花技巧。 (*初次報名者須經職員遴選程序) 負責職員：李婉儀姑娘 導師：周家林先生	大窩口服務處 名額8人	100元
週日活動				
功夫班 上午9:30 – 10:30 (AYP康樂體育科) (40+)	8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 19/11, 3/12, 10/12, 17/12, 24/12, 31/12 (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)	8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 19/11, 3/12, 10/12, 17/12, 31/12 (共9節)	內容：由專業教練教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 / 鄭慧詩助教	大窩口服務處 名額15人	90元

乒乓球訓練班(進階) 上午11:00 – 12:00 (AYP康樂體育科)	8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 19/11, 3/12, 10/12, 17/12, 31/12 (共9節)	內容：由專業教練教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 / 鄭慧詩助教	大窩口服務處 名額10人	90元
舞蹈新天地 下午2:00 – 3:00	19/11, 3/12, 10/12, 17/12, 24/12, 31/12 (共6節)	內容：訓練會員的音樂節奏感與身體協調，一同舞動身體。 負責職員：黃貞嚴姑娘 義務導師：梁慧英女士	大窩口服務處 名額20人	20元
禪畫學堂 下午2:00 – 3:30 (AYP技能科)	8/10, 15/10, 19/11, 10/12, 17/12, 24/12 (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) 負責職員：翁嘉兒姑娘 導師：周春葵女士 / 李子瑜助教	大窩口服務處 名額12人	60元
樂智醒獅隊 下午4:15 – 5:45 (AYP康樂體育科)	8/10, 22/10, 29/10, 19/11, 3/12, 10/12 (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醒獅隊。 (*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	60元
健樂會活動				
Happy Together 下午2:00 – 4:00 (*如有外出活動， 時間則改為下午1:00- 5:30)	7/10, 14/10, 21/10, 4/11, 11/11, 18/11, 2/12, 9/12, 23/12, 30/12 (星期六) (共10節)	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 (10-12月) 中午12:00 – 下午3:00	25/11 (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	80元
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭(大窩口) 上午10:30 – 11:30	25/11 (星期六)	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。 負責職員：黃偉雄先生	大窩口服務處 名額不限	全免

北區服務處 (2017年10-12月)

*因中心活動的安排及民政處使用場地的原故，北區服務處將於11月5日及11月26日(星期日)暫停開放，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
親親我社區 上午9:15 - 11:00	8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 12/11, 19/11, 10/12, 31/12 (共8節)	恆常康樂活動 內容：與會員一起於不同地區探索，進行各種活動，逛街、運動、吃早餐等等。 (早費用需自備) 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額不限	20元
樂習晨操 上午11:00 - 11:30	1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 12/11, 19/11, 10/12, 17/12, 24/12, 31/12 (共10節)	內容：會員一起做晨操。 負責職員：潘嘉恩姑娘	北區服務處 名額不限	全免
卡拉OK棋藝坊 上午11:00 - 下午5:45	1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 12/11, 19/11, 10/12, 17/12, 24/12, 31/12 (共11節)	內容：與會員一同暢玩各類桌上遊戲及棋類遊戲。 負責職員：李婉儀姑娘	北區服務處 名額不限	20元
玩物門志棋藝坊 上午11:00 - 下午5:45	1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 12/11, 19/11, 10/12, 17/12, 24/12, 31/12 (共11節)	內容：與會員一同暢玩各類桌上遊戲及棋類遊戲。 負責職員：李婉儀姑娘	北區服務處 名額不限	20元
香港賽馬會特殊馬拉松2018 長跑訓練 晚上6:00 - 10:00 服務推廣及宣傳 下午2:00 - 3:00	23/11 (星期四) 17/12 (星期日)	特別義工活動 內容：與伴跑員配對，學習熱身活動及正確步姿。 (備註：只限已報名參加「香港賽馬會特殊馬拉松2018」的會員及伴跑員家屬，需自付交通費。) 負責職員：黃偉雄先生 / 潘嘉恩姑娘 內容：與會員一同向社區人士宣傳中心活動及服務。 負責職員：黃偉雄先生	沙田運動場 名額6人 北區服務處 名額8人	全免 全免
Happy Together 下午2:00 - 4:00 (*如有外出活動， 時間則改為下午1:00-5:30) 生日Party (10-12月) 中午12:00 - 下午3:00	7/10, 14/10, 21/10, 4/11, 11/11, 18/11, 2/12, 9/12, 23/12, 30/12 (星期六)(共10節) 25/11 (星期六)	健樂會活動 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：黃卓嚴姑娘 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 大窩口服務處 名額8人	50元 80元
碟古巴特拼貼班(A組) 上午11:30 - 下午1:00	1/10, 29/10 (共2節)	週日活動 內容：教授會員利用碟古巴特的技術製作不同的物品。 (*部分材料需自備) 負責職員：李婉儀姑娘	北區服務處 名額4人	50元
碟古巴特拼貼班(B組) 上午11:30 - 下午1:00	24/12, 31/12 (共2節)	內容：教授會員利用碟古巴特的技術製作不同的物品。 (*部分材料需自備) 負責職員：李婉儀姑娘	北區服務處 名額4人	50元
樂習手作人-皮革A組 上午11:30 - 下午1:00	15/10, 12/11, 17/12 (共3節)	內容：參加者學習製作皮革剪裁、縫製、設計、打釧四大技巧。於小組裏累積皮革製作經驗和學習改良具有個人特色的手作產品。 (*初次報名者須經職員遴選程序) 負責職員：潘嘉恩姑娘	北區服務處 名額4人	70元
樂習手作人-皮革B組 下午1:30 - 3:00	15/10, 12/11, 17/12 (共3節)	內容：參加者學習製作皮革剪裁、縫製、設計、打釧四大技巧。於小組裏累積皮革製作經驗和學習改良具有個人特色的手作產品。 (*初次報名者須經職員遴選程序) 負責職員：潘嘉恩姑娘	北區服務處 名額4人	70元
拍住上：拍住樂 上午11:30 - 下午1:00 (*外出活動時間改為 上午9:30 - 下午4:00) (*由社會福利署大埔及北區康復 服務協調委員會資助)	8/10, 22/10, 12/11, 19/11, 10/12, 17/12, 14/1 外出活動日期：3/12 (共8節)	內容：由香港青少年服務處天平青少年綜合服務中心的社工及青年義工教導會員拍攝技巧，並會一同探訪長者及拍攝短片。 (*須由職員挑選) (*會員必須自備具有可攝錄功能的器具，例如智能手機) 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額10人	全免
樂習義工隊 下午2:00 - 3:00 (A/P服務科) 花藝班 下午3:00 - 5:00	1/10, 29/10, 24/12, 31/12 (共4節) 1/10, 22/10, 24/12, 31/12 (共4節)	內容：會員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：黃偉雄先生	北區服務處 名額8人	全免
樂習勁舞團 下午3:00 - 5:00	8/10, 15/10, 29/10, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12 (共9節)	內容：由專業導師設計一系列針對會員個人拍子感及身體運用的舞蹈訓練，指導會員提升舞蹈技巧。 (*初次報名者須經導師遴選程序) 負責職員：潘嘉恩姑娘 導師：勞璋諾先生	北區服務處 名額8人 北區大會堂 活動室II 名額10人	100元 80元
樂敘家庭(北區) 下午4:00 - 5:00	17/12 (星期日)	家屬俱樂部活動 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。 負責職員：黃偉雄先生	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
- 請填寫此表格後連同捐款，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，歡迎你對本會服務提供意見。如有任何意見，歡迎填妥下列表格，並交回本會各服務處。所有意見將會保密，如有需要會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：_____

請將填妥的表格投寄：新界葵涌大窩口道15號大窩口社區中心地下樂智協會總辦事處 或投入本會各中心意見箱內

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