

Friends of Lok Chi

114期

2019年4-6月

活動通訊

樂知友

復活節快樂



本季活動推介

任我行
活樂遊
藝術呼嘯嘍嘉年華

專欄推介

遊樂天地
跟住中醫學養生
會員專訪 — 曾思明
家屬資源閣

黃炳樂畫作

樂智協會
Lok Chi Association

編者的話

踏入2019-20年度，本會正忙於準備年度計劃。在與員工討論活動計劃時，樂見會員及家屬對本會提供服務的滿意程度達97%或以上。根據問卷調查的結果，有部份會員及家屬表示中心的環境及設施方面比較遜色，需要改善；亦有家屬反映中心活動空間不足，本會會繼續積極地物色不同戶外活動，以減輕中心活動空間不足的問題。另外，大窩口青年中心的裝修工程正籌備得如火如荼，我們希望盡快能進行工程及以全新面貌與各位會員及家屬見面。本年度本會將會繼續發展會員的社交康樂、才藝及健康生活等活動，務求讓各會員能活出精彩的康盛人生。



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
服務報告.....	6
地區活動花絮.....	7
跟住中醫學養生.....	8
食得有「營」.....	9
會員專訪 — 會員的夢與想.....	10
遊樂天地.....	11
家屬俱樂部.....	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2019年度管理委員會名單

主 席：黃志敏女士
 副 主 席：楊美玲女士、關翠娟女士
 義務司庫：曾志虹女士
 義務秘書：陸艷玲女士
 委 員：趙程德蘭博士、張杏梅女士、高潔梅女士、
 梁碧嫻女士、何淑嫻女士、黃宗顯醫生、
 張琮芳女士、趙德安先生、梁振萍先生

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：黃偉雄先生、李善樂女士
 高級程序幹事：廖文暉先生
 程 序 幹 事：梁曉程女士、鄭成亨先生
 活 動 助 理：李婉儀女士
 兼職資訊科技主任：歐慶華先生
 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、中度智障人士及其照顧者

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

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. 申請人可透過特殊學校、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

會員續會及優惠券

本會為了令會員續會更方便快捷，故特別安排所有2018-19年度樂智協會之會員自動續會一年，有效期至2020年3月31日，如會員個人資料有所修改，請通知中心職員更新；會員如選擇不續會，亦可以書面形式向中心申請取消會籍。

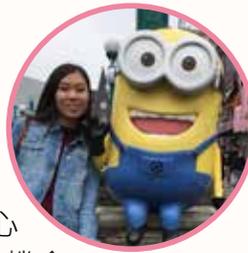
本會為答謝各位一直以來對中心服務的支持，特意準備2019-20年度活動報名優惠券乙張，讓各會員及家屬以更優惠的價錢參加活動。**會員可憑今期樂智之友封底到各區服務處換領相關優惠券。**有關使用詳情可參閱優惠券的使用條款及細則。

實習社工介紹

香港浸會大學實習社工已於2019年1月26日起於樂智大窩口青年中心實習至7月28日，讓她們自我介紹一下，讓會員認識。

陳嘉儀姑娘

大家好，我是實習社工陳嘉儀姑娘。好開心可以到中心實習，可以有機會認識大家。我喜歡玩遊戲及與他人聊天，期待於中心與大家一起遊玩及分享近況，認識大家更多！



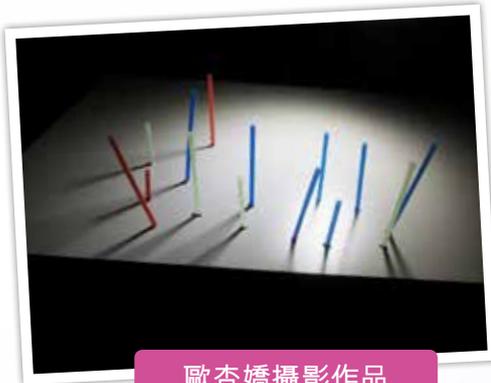
許琪姑娘

大家好，我是實習社工許琪姑娘。初到中心已感受到大家的熱情，期待和大家相處更多。我喜歡玩遊戲及與他人聊天，歡迎各位找我一起玩！



會員作品

今期我們一同欣賞會員的攝影、皮革及花藝作品。



歐杏嬌攝影作品



邱智鴻作品



韓毅榮作品



吳烈鵬攝影作品



陳玉雲作品



高麗瑩作品



陳嘉儀作品

香港賽馬會特殊馬拉松2019

樂智協會三區服務處共有27位會員出席。會員在過程中發揮出水準，非常投入參與，各會員能夠順利完成賽事。今年協會有2位參賽會員得獎：黎婉儀及李宇龍分別獲5.6公里挑戰盃女子組第三名及5.6公里挑戰盃男子組第六名。再次感謝各位出席的義工、家屬及伴跑員到場協助和鼓勵。



樂智春茗2019

大年初五，協會於旺角維景酒店舉辦了樂智春茗2019自助午餐活動，除享用豐富午膳及參與緊張刺激的抽獎環節外，協會共178名會員、家屬、義工及職員亦難得聚首一堂共慶新春，大家都盡興而歸！



各區服務處活動花絮

藍田服務處

鄰舍團年飯 會員於1月26日參加由香港青年協會舉辦的鄰舍團年飯活動，於愛秩序灣運動場享用盤菜及觀在表演，場面非常熱烈，會員大飽口福之餘，更與財神及醒獅合照，非常開心。



藍田團年飯 於活動當天，會員參與製作健康盤菜及大唱賀年歌，在藍田服務處與會員們團年，讓大家都感受到濃厚的節日氣氛。



大窩口服務處

鄰舍團年飯 會員們於1月27日參與了由香港青年協會舉辦的鄰舍團年飯活動，與區內街坊一同享用盤菜，慶祝新一年來臨。



維園年宵遊 大窩口服務處今年繼續舉辦維園年宵遊活動，會員、家屬及義工一同到全港最大的維園年宵市場觀光，感受濃厚的新年氣氛。



北區服務處

山之旅 天氣清爽，當然要與會員一起郊遊，親近大自然的風光。會員與義工一邊行山，一邊拍攝沿途風景，最後還要完成原野烹飪的任務，一同享用美食，度過美好的一天。



2018-19年度 服務問卷調查報告

截至2019年2月12日，本會合共收到會員年度服務問卷調查111份(大窩口45份、藍田51份及北區15份)；而網上版的家屬年度服務問卷調查合共收到41份(大窩口23份、藍田15份及北區3份)。家屬對中心服務的整體滿意率為97.6%，而會員對服務的整體滿意率達100%。以上服務問卷調查報告已張貼

於大窩口及藍田中心壁報，歡迎各會員及家屬參閱。再次衷心感謝會員及家屬對本會的支持。



服務輸出統計數字

2018-19年第三季度社會福利署津助及服務協議輸出統計數字

輸出指標	小組	活動	總數
1 社交、康樂及體育活動數目	307	67	373
2 參與活動的傷殘人士數目(人次)	2888	962	3850
	參與活動的健全人士數目(人次)	135	461
3 與其他團體合辦的社區參與及共融服務		6	6
4 社區教育服務		4	4
5 傷殘人士家屬／照顧者支援服務		2	2

「復康券」慈善籌款運動2019

本會參加了由敬老護老愛心會有限公司策劃及統籌的「復康券」慈善籌款運動2019，並分別於2月23日及3月2日於大窩口港鐵站及藍田啟田商場對出空地由本會會員協助售賣「復康券」，銷售情況理想，多謝各位支持！



Link Up 荃葵青 -

大窩口「友」里之大窩口行大運

社署2018-20年Link Up 荃葵青 - 大窩口「友」里之大窩口行大運已於2019年2月16日(星期六)舉辦，當天協會由會員負責禮物換領站，共有262人次參與。



2018-19大埔及北區康復服務嘉許禮

由社會福利署大埔及北區康復服務協調委員會主辦的「2018-19大埔及北區康復服務嘉許禮」，於2月16日於大埔大元邨舉行，當天有很多精彩表演及各式各樣攤位遊戲，吸引了大量社區人士參與其中。我們中心亦出動樂智舞獅隊及Ukulele小結他隊作表演，同時亦負責一個製作浮水畫的攤位。



您有手腳麻痺嗎？



中醫角度，手腳麻痺屬於「痺證」。指人體虛弱，正氣不足，再感受風、寒、濕、熱之邪，使經絡痹阻，氣血運行不足、不暢，令肌肉、筋骨、關節產生痠痛、麻木、沉重，甚至關節腫脹、變形、活動障礙等臨床表徵。一般分為以下幾類：



林婉珺 註冊中醫
廣州暨南大學中醫學學士
更多健康資訊：

facebook 中醫師 林婉珺

1. 風寒濕痺

素體虛弱，外邪乘虛而入；或居處潮濕，涉水冒寒；或勞累之後，汗出當風，以致風寒濕邪侵襲人體，注於經絡，留於關節，氣血痹阻而發。

- (1) 行痹風寒濕痺中雖有關節酸痛，但無局部紅腫灼熱。偏於風勝者，以關節酸痛游走不定為特徵。
- (2) 著痹風寒濕痺中偏於濕勝者，以肢體酸痛重著，肌膚不仁為特徵。
- (3) 痛痹風寒濕痺中偏於寒者關節痛劇，疼痛不移為特徵。

2. 熱痺

素體陽盛或陰虛有熱，復感風寒濕邪，郁久化熱；或感受熱邪，留注關節，出現特徵性的關節紅腫熱痛或發熱。

3. 痰瘀痹阻及久痺正虛

病程日久者，可出現痰瘀痹阻氣血不足及肝腎虧虛。

中醫治法為溫經散寒，祛風通絡，除濕止痛。臨床以祛風濕的藥材為主，另加入散寒、清熱、活血化瘀、補益以及通經絡等藥物。



預防手腳麻痺的發生：

- (1) 環境：開抽濕機防潮，避免風寒濕之邪侵入人體
- (2) 飲食：少食濕熱及難消化之食物，如海鮮、燒鵝、糯米等
- (3) 注意關節保暖

以下介紹舒筋通絡湯水：

薑黃老桑枝煲雞湯

材料：老桑枝15g 薑黃10g 薏仁20g 雞一隻

- 做法：
1. 將雞隻洗淨，切件，
 2. 鍋中注入清水適量，將全部一同放入鍋內，以大火燒開。
 3. 水滾後改文火煮二小時即可。

功效：祛濕，驅風散寒，行氣止痛

針對：祛除風濕痺痛，特別適合風濕性關節炎

服法：每周飲用一至二次



上一期樂智之友介紹了早餐該吃甚麼好，今期註冊營養師崔惠淇女士向我們介紹有營午餐，看看吃甚麼比較有益啦！

午餐吃得像皇子(五穀、蔬果、蛋白質)



崔惠淇女士
國際註冊營養師
中國膳食營養師
中國國家保健師

1. 這一餐大多需要在外進食的，難免是比較菜少肉多，基本原則就是避免食炒粉麵飯，煎炸及多醬汁的食物(這些食物都是比較熱量高，油份高，糖份高及鹽份高)。
2. 一般到11、12點時都會有肚餓感覺，這時候最好是食一個水果及一些果仁(選擇純天然，沒有焗過炸過，沒有添加調味料的)填填肚子，增加能量，這也可以避免到午飯時過於飢餓而食得過量呢！否則會影響到血糖大上大落，破壞胰島素的正常運作，久而久之會形成糖尿病呢！
3. 粉麵飯可以食大半碗至最多一碗(家中一般飯碗大小)，瓜菜兩三碗，肉類大半碗。

很多時候在外進食，蔬菜份量都比較不足，甚至欠缺。大家不要嫌麻煩，可以自備一些小蕃茄及小黃瓜，其實現時很多連鎖式快餐食店都可以額外點蔬菜的，價錢都是幾元到十幾元，不算太貴，那當然自備會經濟很多，而且可以做到生機飲食。



營養師推介 午餐餐單

1. 水果一份(餐前半小時食)
2. 米飯大半碗(最好是雜穀米)
3. 炒雜菜兩碗
4. 洋蔥炒雞排半碗(雞排去皮)



會員的**夢**與**想**

做個**開****心**快活人

夢想可以很崇高，可以很熱血，可以很遙不可及，亦可以很簡單。對於思明來說，她的夢想很簡單，但亦很不容易，就是每天悠悠閒閒地生活。

我有一個夢想

為了能夠平穩跑步，我需要付出更多努力。我會每日拉筋，多做運動及多行走，以強化自己的肌肉。有時家人都會擔心我受傷，也會有想放棄的時候，但我會想到自己的堅持，繼續默默的去訓練自己，希望有一天能夠達成自己的夢想。

步向夢想

很多時候都無法避免要加快一點，例如工作。但我學習日常生活減慢速度，例如我會每個星期跟親戚去吃下午茶，然後悠閒地逛街，度過美好的下午時光；放假時我亦會睡到自然醒，感受假日的閒暇。而我來年亦有一個目標，就是前往日本浸溫泉，因為我很喜歡去旅行，並在旅途中享受異國的街道及景色，別緻的休息時光能夠令我更加放鬆更加悠閒。我希望每一個人包括我，都可以每天開心悠閒地過日子。

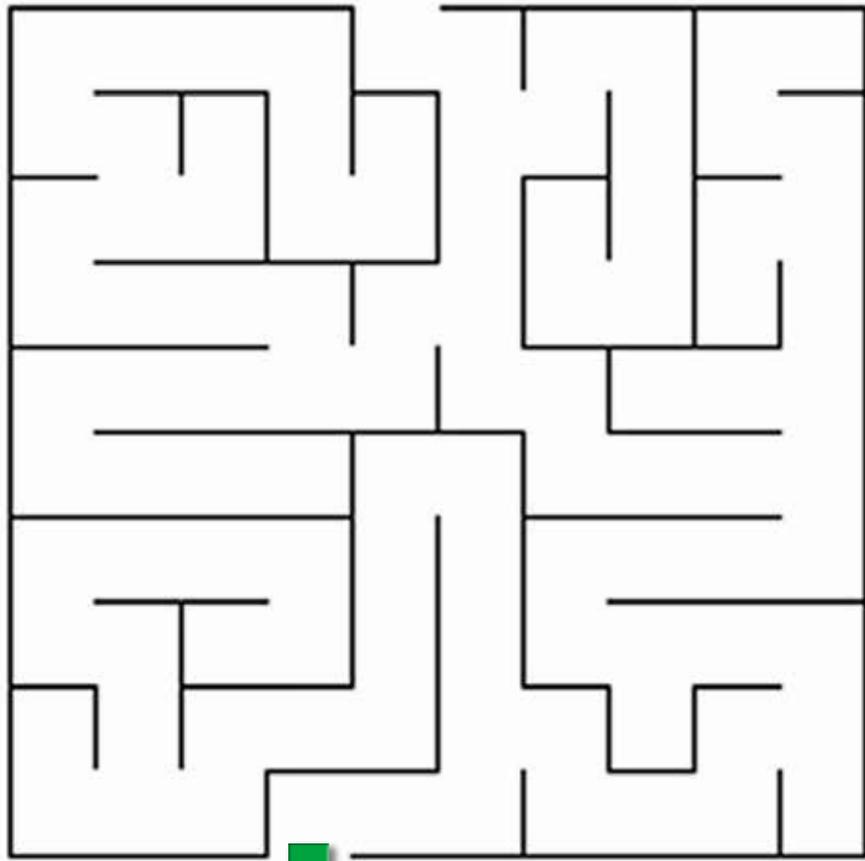


走出迷宮!



慘了！李姑娘忘記了回大窩口樂智的路，**請用筆替李姑娘畫上通往大窩口樂智的路線**，帶她走出迷宮吧！

開始



終點

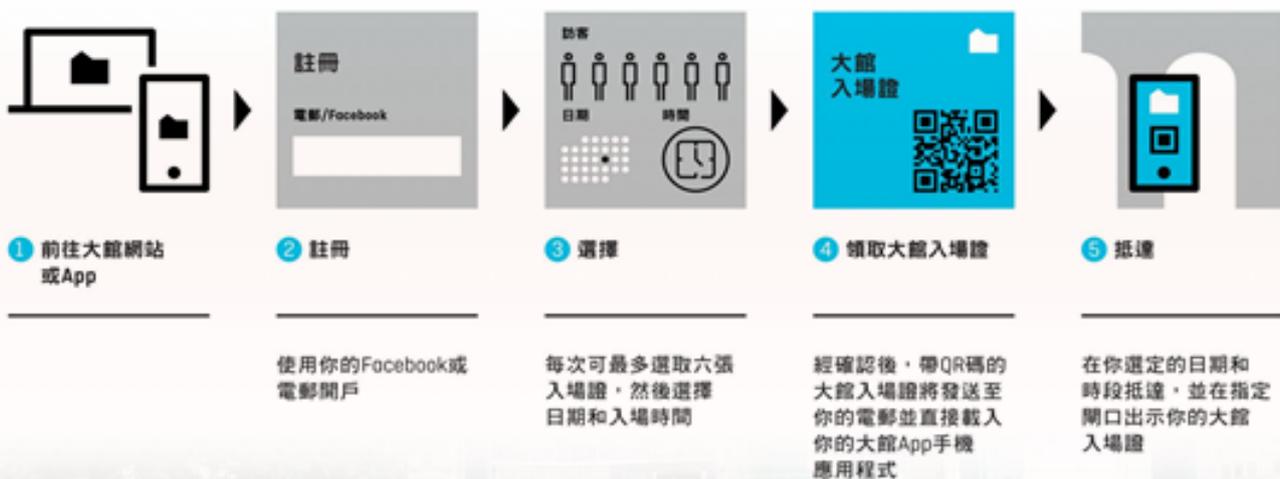
由於你熱心助人，成功幫助李姑娘找回路，可獲得小禮物一份！



假日景點介紹 - 大館

大館位於香港島繁華的中環核心地帶，是中區警署建築群的簡稱，大館由前中區警署、中央裁判司署及域多利監獄三座建築組成。大館已經有超過一百年的歷史，園區內除了保留逾170年歷史的「中區警署」、「中央裁判司署」及「域多利監獄」三項法定古蹟，一共16棟歷史建築及檢閱廣場、監獄操場等空間外，還加建了由瑞士建築事務所Herzog & de Meuron (HdM) 設計的「當代藝術館」，成為了一個假日的新景點。

進入大館毋須入場費用，需以下幾個簡單步驟，訪客便可以領取大館入場證！



地址：香港中環荷李活道10號

開放時間

大館：上午10點至晚上11點

訪客中心：上午10點至晚上8點

展覽場地開放時間

12 座 B 倉／09座 中央裁判司署 LG及G/F：上午11點至晚上6點

賽馬會藝方大館當代美術館：上午11點至晚上7點 (逢星期五開放至晚上9點)*

01 座 複式展室／17 座 F 倉展室／03 座 營房大樓／14 座 D 倉：上午11點至晚上8點

有關展覽、各商店及餐廳的開放時間，請參照網站內的相關頁面。

*根據展覽開放日期而定



匡智 在職培訓計劃



服務對象及名額

- 年滿15歲或以上；
- 學習遲緩、輕度智障人士、精神病康復者或肢體殘疾人士；
- 沒有接受其他輔助就業服務；
- 有一定自理能力、有工作能力及有意投身社會公開就業；
- 每年服務名額為36個。

服務內容

(一) 個別輔導

由專業社工為每位參加者進行面談，評估他們的工作技能及興趣，以便全面了解他們的需要，有助找尋合適的工作。

匡智 陽光路上計劃



服務對象及名額

- 年齡介乎15至29歲復康青少年；
- 學習遲緩或學習障礙、輕度智障、早期精神病康復者、或肢體殘疾人士等；
- 沒有接受其他就業輔導服務；
- 有一定的自理能力及工作能力；
- 有意投身社會公開就業；
- 每年服務名額為30個。

服務內容

(一) 個別輔導及就業培訓

由專業社工為每位參加者進行面談，評估他們的工作技能及興趣，以便全面掌握他們的就業需要，有助選配合適的工作。

另外，單位將就參加者的需要，提供約180小時免費職前訓練如：求職技巧、人際關係技巧等。以強化及裝備就業上各項知識和技能，應付未來的公開就業。

以上兩項計劃亦提供以下服務：

(一) 就業見習 (視乎需要)

按照參加者的工作能力及潛質，可安排到本會轄下單位內任「見習生」；見習期內，參加者需如每月值勤出席率不少於80%，便可獲每月發放\$2,000的見習津貼，為期最多3個月。透過見習，掌握一定的工作技能及培養積極的工作態度，使學員能達致公開就業的水準。

(二) 在職試工 (視乎需要)

為鼓勵僱主聘用學員，在試用期間，僱主可獲最多六個月的薪金津貼，金額為工資一半（上限為\$4,000），以款額較低者為準。

(三) 就業後跟進服務

因應學員的能力、意願及市場情況而為學員尋找工作，安排面試機會。各學員在試用期間有專責員工作跟進及支援。若學員獲僱主聘請後，單位會繼續跟進學員的情況不少於6個月，協助學員適應新的工作環境。

申請方法

- 申請人可直接致電本單位，安排面談；
- 由社會福利署、志願機構、教育機構等之社工或專業醫護人員協助轉介。

結束服務

- 學員穩定工作滿6個月便會結束檔案。

服務查詢

電話：3406 3300

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

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：

樂智大窩口青年中心 2019年3月23日(星期六)上午9時15分

樂智藍田青年中心 2019年3月23日(星期六)上午9時15分

樂智北區青年中心 2019年3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，抽籤後須於兩星期內繳交活動費用，否則當作放棄論。**

抽籤日期及時間：2019年3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2019年3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。

4. 各參加者應留意個別活動的參加者注意事項，在參與活動時必須跟隨中心所發出的活動指引。

5. 活動資料以中心最後公佈為準，請各會員留意。

參加者聲明

(會員姓名：_____)

- 本人明白參加小組/活動，或會出現不同程度的風險。本人明白如因意外或未有遵從職員/導師指示而造成之任何損傷，一切後果將由本人自行承擔，中心及負責的職員/導師概不負責。
- 本人願意遵從職員/導師提出之安全守則，如有所違反，職員/導師有權停止本人的所有活動，而費用亦不作退還。

會員家屬報名時簽署：

本人已清楚明白自己的身體狀況並 **同意** 參加中心所舉辦的活動，及願意遵從「參加者聲明」的內容，特此簽署作實。

參加家屬姓名：_____

第二名參加家屬姓名：_____

參加家屬簽署：_____

第二名參加家屬簽署：_____

日期：_____

日期：_____

會員報名時簽署：

本人已清楚明白自己的身體狀況並 **同意** 參加中心所舉辦的活動，及願意遵從「參加者聲明」的內容，特此簽署作實。

(*未滿18歲人士必須由家屬 / 監護人簽署)

會員姓名：_____

會員 / 家屬 / 監護人*簽署：_____

日期：_____

*刪去不適用者

樂智協會2019年4 - 6月 活動報名表

三區聯合活動

大窩口及藍田：2019年3月23日(星期六)、北區：2019年3月24日(星期日)

<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 北區	任我行	會員	<input type="checkbox"/> \$190	家屬	<input type="checkbox"/> \$210
<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 北區	藝術呼嘯嘩嘉年華	會員	<input type="checkbox"/> \$20	家屬	<input type="checkbox"/> \$30
<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 北區	中醫講呢啲	會員	<input type="checkbox"/> 全免	家屬	<input type="checkbox"/> 全免
<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 北區	活樂遊			家屬	<input type="checkbox"/> \$150

樂智藍田青年中心

報名日期：2019年3月23日(星期六)

歡樂時光	<input type="checkbox"/> 全免	康樂棋決戰班(1)	<input type="checkbox"/> \$20	中國保齡球決戰	<input type="checkbox"/> 全免
樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	創意藝術班	<input type="checkbox"/> \$50	單反相機攝影班(1)	<input type="checkbox"/> \$20
藝術·吧	<input type="checkbox"/> 全免	游泳班	<input type="checkbox"/> \$360	小食製作班	<input type="checkbox"/> \$50
電腦新天地	<input type="checkbox"/> 全免	相聚一刻	<input type="checkbox"/> 全免	草藥緣遊	<input type="checkbox"/> \$60
智營自助生果日	<input type="checkbox"/> \$30	乒乓球訓練班*	<input type="checkbox"/> \$100	智營簡素	<input type="checkbox"/> \$60
義力量	<input type="checkbox"/> 全免	跑步訓練班*	<input type="checkbox"/> \$100	生日 Party	<input type="checkbox"/> \$30
「智」FIT 小天使	<input type="checkbox"/> \$40	原子筆中文書法班(孫子篇)	<input type="checkbox"/> \$20	友情相聚	<input type="checkbox"/> \$60
咀巴聲帶動起來	<input type="checkbox"/> \$90	樂智合唱團*	<input type="checkbox"/> \$100	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免
佛你玩	<input type="checkbox"/> \$30	唱歌訓練班(初階)*	<input type="checkbox"/> \$100	康體普拉提班(A班)*	<input type="checkbox"/> \$200
雙手包隻粽	<input type="checkbox"/> \$40	跆拳道班*	<input type="checkbox"/> \$150	康體普拉提班(B班)*	<input type="checkbox"/> \$200
開心社區賣旗	<input type="checkbox"/> 全免	茶是故鄉濃	<input type="checkbox"/> 全免		

樂智大窩口青年中心

報名日期：2019年3月23日(星期六)

樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	小手包大粽	<input type="checkbox"/> \$40	功夫班	<input type="checkbox"/> \$20
電腦新天地	<input type="checkbox"/> 全免	體適能健美組	<input type="checkbox"/> \$20	乒乓球訓練班(初階)*	<input type="checkbox"/> \$120
康樂門一番	<input type="checkbox"/> 全免	美食工房	<input type="checkbox"/> \$30	乒乓球訓練班(進階)*	<input type="checkbox"/> \$120
開心「果」日	<input type="checkbox"/> \$20	樂智義工隊	<input type="checkbox"/> 全免	反斗英語教室	<input type="checkbox"/> \$20
跆拳道班(初階)*	<input type="checkbox"/> \$110	智掂檔	<input type="checkbox"/> \$40	成人教育課程 - 智能手機應用課程*	<input type="checkbox"/> \$20
跆拳道班(進階)*	<input type="checkbox"/> \$110	成人教育課程 - 職業安全健康課程*	<input type="checkbox"/> \$20	籃球興趣班	<input type="checkbox"/> \$20
黃昏約會	<input type="checkbox"/> \$20	小丑劇團*	<input type="checkbox"/> \$60	繪畫及藝術創作班*	<input type="checkbox"/> \$60
復活唱 K 樂	<input type="checkbox"/> \$90	Ukulele 彈唱班 A 組*	<input type="checkbox"/> \$40	舞蹈新天地*	<input type="checkbox"/> \$60
賣旗義工活動	<input type="checkbox"/> 全免	Ukulele 彈唱班 B 組*	<input type="checkbox"/> \$40	樂智醒獅隊*	<input type="checkbox"/> \$60
亞斯理義工活動	<input type="checkbox"/> 全免	周六跆拳道班*	<input type="checkbox"/> \$40	Happy Together	<input type="checkbox"/> \$50
動手動腳齊比拼	<input type="checkbox"/> 全免	童軍*	<input type="checkbox"/> \$50	生日 Party (4-6月)	<input type="checkbox"/> \$80
佛你睇	<input type="checkbox"/> 全免	花藝班*	<input type="checkbox"/> \$160	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免

樂智北區青年中心

報名日期：2019年3月24日(星期日)

樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	生日 Party (4-6月)	<input type="checkbox"/> \$60	樂智義工隊	<input type="checkbox"/> 全免
玩物鬥志棋藝坊	<input type="checkbox"/> 全免	Happy Together	<input type="checkbox"/> \$50	Ukulele 彈唱班*	<input type="checkbox"/> \$70
卡啦OK歡唱坊	<input type="checkbox"/> 全免	友你同樂	<input type="checkbox"/> \$60	木箱鼓體驗班	<input type="checkbox"/> \$400
時事多面睇	<input type="checkbox"/> 全免	親親我社區	<input type="checkbox"/> \$20	書法班*	<input type="checkbox"/> \$60
復活節齊歡聚	<input type="checkbox"/> \$40	碟古巴特拼貼班	<input type="checkbox"/> \$60	智趣手語班	<input type="checkbox"/> 全免
甲寅年中學義工活動	<input type="checkbox"/> 全免	樂智手作人 A 組*	<input type="checkbox"/> \$80	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免
佛你唱	<input type="checkbox"/> \$70	樂智手作人 B 組*	<input type="checkbox"/> \$80		

活動報名須知

1. 報名日期：大窩口服務處及藍田服務處於2019年3月23日(星期六)起接受報名，北區服務處於2019年3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. 2019年3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。

三區聯合活動 (2019年4-6月)

活動分類：	情緒	社交	職業	體能	智能	靈性	
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							
任我行 上午 9:00- 下午 5:00 (抽籤活動)	5/4 (星期五)	內容：遊覽南豐紗廠、東薈城及遠觀港珠澳大橋，並到機場富豪酒店享受豐富自助餐。 負責職員：李善樂姑娘				南豐紗廠、東薈城及 機場富豪酒店 藍田 22 人 大窩口 22 人 北區 10 人	會員 190 元 家屬 210 元
藝術呼嘯嘍嘉年華 下午 2:00 - 5:30 (抽籤活動)	13/4 (星期六)	內容：參與由東華三院舉辦的藝術呼嘯嘍嘉年華，去遊玩不同攤位遊戲及體驗活動。 負責職員：廖文暉先生				觀塘發現號 藍田 25 人 大窩口 25 人 北區 10 人	會員 20 元 家屬 30 元
中醫講呢啲 下午 3:30 - 5:00	26/5 (星期日)	內容：由註冊中醫師林婉娟主講養生講座。 負責職員：陳駿斌先生				大窩口服務處 名額不限	全免
活樂遊 上午 10:00 - 下午 1:00 (抽籤活動)	5/6 (星期三)	內容：到大埔鳳園遊覽大自然景觀及享受蝶豆花特飲製作工作坊。 (*活動不包括午餐及旅遊巴接送) 負責職員：黃偉雄先生				大埔鳳園 大窩口 8 人 藍田 8 人 北區 4 人	家屬 150 元

藍田服務處 (2019年4-6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				
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
樂智晨操 上午 9:00 - 9:30 (40+)	逢星期六及日	內容：會員一起做晨操。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額不限	全免
藝術·吧 上午 9:00 - 10:00	逢星期六及日	內容：用最舒服的方式，創作屬於你的藝術。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 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：李善樂姑娘	藍田服務處 名額不限	全免
智營自助生果日 下午 1:00 - 2:00	逢星期六及日	內容：午膳時間認識各樣生果對身體的益處、自助享用生果及培養常吃生果的習慣。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額不限	30 元

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
特別/義工活動				
義力量 上午 10:00 – 11:00 (AYP 服務科)	6/4, 4/5, 1/6 (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 12 人	全免
「智」FIT 小天使 上午 9:00 – 下午 2:00	20/4, 27/4 (星期六)	內容：有機農耕體驗、在遊戲中學習健康飲食的知識及方法。 備註：此活動與科技大學義工合辦，活動已包括旅遊巴士及輕量午餐 負責職員：李善樂姑娘	20/4 香港科技大學 27/4: 香港青年協會 有機農莊 名額 15 人	40 元
咀巴聲帶動起來 上午 9:30 - 下午 2:00	1/5 (星期二)	內容：會員一同外出唱 K，歡渡勞動節。 負責職員：李善樂姑娘	觀塘 APM Neway 名額 20 人	90 元
佛你玩 下午 2:00 – 4:30	12/5 (星期日)	內容：與會員一同玩遊戲及開派對。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 25 人	30 元
雙手包隻粽 上午 11:00 – 下午 1:00	7/6 (星期五)	內容：與會員享受包粽的樂趣及享受製成品。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額 15 人	40 元
開心社區賣旗 上午 9:30-10:30	15/6 (星期六)	內容：為開心社區賣旗籌款。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額:8 人	全免
週六活動				
康樂棋決戰班 (1) 上午 9:30 – 10:30 (AYP 康樂體育科) (40+)	6/4, 13/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 1/6, 8/6 (共 9 節)	內容：康樂棋進階訓練及友誼比賽。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 10 人	20 元
創意藝術班 上午 11:00 – 12:00 (AYP 技能科)	6/4, 13/4, 27/4, 4/5, 25/5, 1/6, 8/6 (共 7 節)	內容：學習用不同的材料創作，發揮會員創意及訓練專注力。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額 10 人	50 元
游泳班 上午 11:00 – 下午 2:00 (AYP 康樂體育科)	4/5, 11/5, 18/5, 1/6, 8/6, 15/6 (共 6 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：李善樂姑娘 導師：吳偉民教練	觀塘游泳池 (室內或戶外泳池) 名額 12 人	360 元
相聚一刻 下午 2:00 – 3:00 (40+)	6/4, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 1/6, 8/6, 15/6, 22/6, 29/6 (星期六, 共 13 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
乒乓球訓練班 下午 3:00 – 4:00 (AYP 康樂體育科)	6/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 1/6, 8/6, 15/6 (共 10 節)	內容：學習及練習打乒乓球，強健身體。 (*須由導師及職員挑選) 負責職員：李善樂姑娘 導師：關梓程先生	藍田邨或 藍田服務處 名額 7 人	100 元
跑步訓練班 下午 4:00 – 5:45 (AYP 康樂體育科)	6/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 1/6, 8/6, 15/6 (共 10 節)	內容：練習緩步跑和做舒展身體運動，強健身體。 (*視乎天氣決定活動地點) 負責職員：李善樂姑娘 導師：關梓程先生	晒草灣遊樂場 或藍田服務處 名額 16 人	100 元
週日活動				
原子筆中文書法班 (孫子篇) 上午 9:30 – 10:30	7/4, 14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6 (共 11 節)	內容：學習原子筆中文書法技巧、練習孫子兵法文稿，提升其對中文書法藝術的欣賞能力等。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 10 人	20 元

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
樂智合唱團 上午 9:30 - 10:30 (AYP 技能科)	14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6 (共 10 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：李善樂姑娘 導師：林奕軒先生	藍田服務處 名額 7 人	100 元
唱歌訓練班 (初階) 上午 10:30 - 11:30 (AYP 技能科)	14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6 (共 10 節)	內容：由專業導師教授基本唱歌技巧。 負責職員：李善樂姑娘 導師：林奕軒先生	藍田服務處 名額 12 人	100 元
跆拳道班 上午 11:30 - 下午 1:00 (AYP 康樂體育科)	14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6 (共 10 節)	內容：學習跆拳道的基本拳法，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；新生請先留名。) 負責職員：李善樂姑娘 導師：陳裕深教練	藍田服務處 名額 10 人	150 元
茶是故鄉濃 下午 2:00 - 2:30	逢星期日	內容：品味茶香、閒談、笑談時事等等。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額不限	全免
中國保齡球決戰 下午 2:30 - 5:30	逢星期日	內容：進行 XBOX 保齡球遊戲比賽。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額不限	全免
單反相機攝影班 (1) 下午 3:00 - 4:00 (AYP 技能科)	28/4, 19/5, 26/5, 9/6, 23/6 (共 5 節)	內容：透過學習單反數碼攝影，學習專注力、觀察力及培養對攝影的興趣等。 備註：相機由中心提供。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 8 人	20 元
小食製作班 下午 4:15 - 5:30	14/4, 21/4, 28/4, 5/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6, 30/6 (共 10 節)	內容：製作簡單的小食，分享快樂。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額 8 人	50 元
健樂會活動				
草藥緣遊 下午 2:00 - 下午 5:00	30/6 (星期日)	內容：參觀中草藥農場、認識香港常見中草藥、享用特色茶點、花茶等。 備註：已包旅遊車接送、請自備水及穿著長袖運動服裝。 負責職員：廖文暉先生	錦田四排石 名額 20 人	60 元
智營簡素 上午 11:00 - 下午 1:00	28/4, 26/5, 23/6 (星期日，共 3 節)	內容：會員自行計劃及製作簡單及健康茶餐、過程中享受慢生活。 備註：參加之會員當日包午膳及茶。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 8 人	60 元
生日 Party 下午 2:30 - 4:00	16/6 (星期日)	內容：慶祝自己及其他會員生日。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 35 人	30 元
友情相聚 下午 3:00 - 4:00 (40+)	6/4, 13/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 1/6, 8/6, 15/6, 22/6, 29/6 (星期六，共 13 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。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 35 人	60 元
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭 下午 4:30 - 5:30	8/6(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	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5, 6/6, 13/6 (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，改善腰背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	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5, 6/6, 13/6 (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，改善腰背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

大窩口服務處 (2019年4-6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	內容：會員一起做晨操。 負責職員：鄭成亨先生	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	大窩口服務處 名額不限	全免
康樂鬥一番 中午 12:00 – 下午 1:00 (40+)	逢星期六及日	內容：會員一同進行康樂棋競技。 負責職員：翁嘉兒姑娘	大窩口服務處 名額不限	全免
開心「果」日 下午 1:30 – 2:00 (40+)	逢星期六 (共 12 節, 20/4 除外)	內容：於午膳時間學習進食水果的好處，享用各類美味水果，培養吃水果的良好習慣。 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額不限	20 元
跆拳道班 (初階) 下午 4:45 – 5:30 (AYP 康樂體育科)	逢星期三 (共 11 節, 1/5 及 26/6 除外)	內容：透過學習跆拳道訓練會員的品德及服從性。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 導師：張滿榮先生 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 10 人	110 元
跆拳道班 (進階) 下午 5:30 – 6:15 (AYP 康樂體育科)	逢星期三 (共 11 節, 1/5 及 26/6 除外)	內容：透過學習跆拳道訓練會員的品德及服從性，參與考試提升學員跆拳道級數。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 導師：張滿榮先生 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 10 人	110 元
黃昏約會 下午 5:00 – 晚上 7:00	逢星期四 (共 12 節, 11/4 除外)	內容：小組遊戲、集體遊戲、歷奇遊戲、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：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 8 人	20 元
特別/義工活動				
復活唱 K 樂 中午 12:00 – 下午 4:00	19/4 (星期五)	內容：會員一同外出唱 K，輕鬆作樂。 負責職員：梁曉程姑娘	大鴻輝 Newway 名額 20 人	90 元
賣旗義工活動 上午 9:30 – 11:30	20/4 (星期六)	內容：為循道衛理亞斯理社會服務處賣旗。 負責職員：黃偉雄先生	大窩口 名額 8 人	全免
亞斯理義工活動 下午 2:00 – 4:00	27/4 (星期六)	內容：由循道衛理亞斯理社會服務處義工陪同會員玩集體遊戲、做手工等活動。 負責職員：黃偉雄先生	大窩口服務處 名額 20 人	全免
動手動腳齊比拼 下午 3:00 – 5:00	1/5 (星期三)	內容：大玩集體競技遊戲。 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 15 人	全免
佛你睇 下午 4:00 – 5:30	12/5 (星期日)	內容：與會員一同欣賞電影。 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 25 人	全免
小手包大粽 上午 11:00 – 下午 1:00	7/6 (星期五)	內容：與會員享受包粽的樂趣及享受製成品。 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 15 人	40 元
週六活動				
體適能健美組 上午 10:30 – 11:30 (AYP 康樂體育科) (40+)	6/4, 27/4, 4/5, 11/5, 18/5, 1/6, 8/6, 15/6 (共 8 節)	內容：透過團體運動訓練會員的體能及養成良好的運動習慣。 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 10 人	20 元

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
美食工房 上午 10:00 – 11:30	13/4, 27/4, 11/5 (共 3 節)	內容：教授製作甜品、曲奇、蛋糕、各式糕點、小食等。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 12 人	30 元
樂智義工隊 上午 10:00 – 11:00 (AYP 服務科)	27/4, 18/5, 1/6 (共 3 節)	內容：會員學習義工的角色和活動帶領技巧，主動關懷及幫助有需要的人士。 (* 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
智掂檔 上午 11:00 – 下午 1:00	6/4, 4/5, 1/6, 8/6 (共 4 節)	內容：會員將自行設計午餐餐單及製作午餐，培養健康飲食生活。 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 8 人	40 元
成人教育課程 - 職業安全健康課程 上午 11:00 – 下午 1:00	8/6, 29/6, 13/7, 20/7, 27/7, 10/8 (共 6 節)	內容：由導師以趣味互動方式教導不同行業及工種的職業安全，提升安全意識及減少工作意外的發生。 (* 此課程由勞工及福利局資助) (* 不能使用優惠券報名) (* 須由導師及職員挑選) 負責職員：黃偉雄先生 導師：梁潔瑩女士	大窩口服務處 名額 12 人	20 元
小丑劇團 上午 11:30 – 下午 1:00 (AYP 技能科)	4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 15/6, 22/6 (共 6 節)	內容：由專業導師教導會員扮演小丑於舞台表演。 (* 須由導師及職員挑選) 負責職員：黃偉雄先生 導師：梁立珠女士	大窩口服務處 名額 8 人	60 元
Ukulele 彈唱班 A 組 下午 4:00 – 5:00 (AYP 技能科)	6/4, 11/5, 18/5, 29/6 (共 4 節)	內容：會員將學習拍子、和弦及閱讀等演奏夏威夷小結他的基本技巧，並學習彈奏流行金曲。 (* 須由導師及職員挑選) (* 與花藝班時間相撞) 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 8 人	40 元
Ukulele 彈唱班 B 組 下午 4:00 – 5:00 (AYP 技能科)	27/4, 25/5, 1/6, 22/6 (共 4 節)	內容：會員將學習拍子、和弦及閱讀等演奏夏威夷小結他的基本技巧，並學習彈奏流行金曲。 (* 須由導師及職員挑選) (* 與童軍時間相撞) 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 8 人	40 元
周六跆拳道班 下午 4:00 – 5:00	20/4, 4/5, 8/6, 15/6 (共 4 節)	內容：透過學習跆拳道訓練會員的品德及服從性。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 負責職員：鄭成亨先生 導師：張滿榮先生	大窩口服務處 名額 10 人	40 元
童軍 下午 4:00 – 5:30 (AYP 技能科)	13/4, 27/4, 25/5, 1/6, 22/6 (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。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 負責職員：鄭成亨先生 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	6/4, 11/5, 18/5, 29/6 (共 4 節)	內容：由專業導師教授花藝的技巧，培養會員的耐性及專注力。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 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	160 元
週日活動				
功夫班 上午 9:30 – 10:30 (AYP 康樂體育科)(40+)	7/4, 14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6, 30/6 (共 12 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：鄭成亨先生 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)	7/4, 14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6, 30/6 (共 12 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：鄭成亨先生 導師：歐陽子榮教練 / 鄭慧詩助教	大窩口服務處 名額 15 人	120 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(進階) 上午 11:00 – 中午 12:00 (AYP 康樂體育科)	7/4, 14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6, 30/6 (共 12 節)	內容：由專業教練教導會員打乒乓球的對賽技巧。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 負責職員：鄭成亨先生 導師：歐陽子榮教練 / 鄭慧詩助教	大窩口服務處 名額 10 人	120 元
反斗英語教室 中午 12:00 – 下午 12:30	7/4, 14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6, 30/6 (共 10 節)	內容：輕鬆教授常用英語，增加生活技能，活學活用。 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 16 人	20 元
成人教育課程 - 智能手機應用課程 下午 2:00 – 3:30	12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 23/6, 30/6, 14/7, 21/7 (共 10 節)	內容：由導師透過互動小組形式教授智能電話應用，學習善用不同的網上資源、保護個人私隱設定，強化他們的獨立生活能力。 (* 此課程由勞工及福利局資助) (* 不能使用優惠券報名) (* 須由職員挑選) 負責職員：黃偉雄先生	大窩口服務處 名額 12 人	20 元
籃球興趣班 下午 2:30 – 3:30 (AYP 康樂體育科)(40+)	14/4, 28/4, 12/5, 26/5, 9/6, 23/6, 30/6 (共 7 節)	內容：練習投球及比賽技巧，訓練會員的體能及合作精神。 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 16 人	20 元
繪畫及藝術創作班 下午 2:30 – 4:00 (AYP 技能科)	7/4, 21/4, 5/5, 19/5, 2/6, 16/6 (共 6 節)	內容：由專業導師教授繪畫技巧及不同藝術創作。 負責職員：鄭成亨先生 導師：戴欣穎女士	大窩口服務處 名額 10 人	60 元
舞蹈新天地 下午 4:00 – 5:30 (AYP 康樂體育科)	7/4, 28/4, 19/5, 9/6, 16/6, 30/6 (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：鄭成亨先生 導師：區明潔女士	大窩口服務處 名額 20 人	60 元
樂智醒獅隊 下午 4:15 – 5:45 (AYP 康樂體育科)	14/4, 21/4, 5/5, 26/5, 2/6, 23/6 (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。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 負責職員：鄭成亨先生 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)	6/4, 20/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 1/6, 8/6, 22/6 (共 9 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。 (* 活動只包括部份交通費用) 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 25 人	50 元
生日 Party (4-6 月) 中午 12:00 – 下午 4:00	15/6 (星期六)	內容：會員齊為每季生日的朋友慶祝，送上祝福。 負責職員：梁曉程姑娘	麥當勞 名額 20 人	80 元
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭 上午 10:30 – 中午 12:00	15/6 (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 (2019年4-6月)

*2019年4月7日、5月5日及6月2日因活動關係，北區服務處暫停開放至下午1時繼續為會員提供服務。

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 11:00 – 11:30 (40+)	逢星期日 (共 13 節)	內容：會員一起做晨操。 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額不限	全免
玩物鬥志棋藝坊 上午 11:00 – 下午 5:45 (40+)	逢星期日 (共 13 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：梁曉程姑娘	北區服務處 名額不限	全免
卡拉 OK 歡唱坊 上午 11:00 – 下午 5:45 (40+)	逢星期日 (共 13 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	北區服務處 名額不限	全免
時事多面睇 下午 1:30 – 2:00	逢星期日 (共 13 節)	內容：學習多角度了解新聞及留意社會大小事。 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額不限	全免
特別/義工活動				
復活節齊歡聚 下午 1:00 – 2:00	21/4 (星期日)	內容：和會員一同聚餐，歡度復活節。 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額 15 人	40 元
甲寅年中學義工活動 下午 2:00 – 3:00	21/4, 28/4, 5/5, 19/5 (共 4 節)	內容：由義工帶領會員玩遊戲、做手工、製作甜品等活動。 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額 15 人	全免
佛你唱 上午 11:00 – 下午 3:00	12/5 (星期日)	內容：會員一同外出唱卡拉 OK，歡度節日。 負責職員：梁曉程姑娘	粉嶺中心 Neway 名額 15 人	70 元
生日 Party (4-6 月) 下午 12:30 – 下午 2:00	23/6 (星期日)	內容：會員齊為每季生日的朋友慶祝，送上祝福。 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額 15 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)	6/4, 20/4, 4/5, 11/5, 18/5, 25/5, 1/6, 8/6, 22/6 (共 9 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。 (* 活動只包括部份交通費用) 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 8 人	50 元
週日活動				
友你同樂 上午 9:15 – 下午 1:00	7/4, 5/5, 2/6 (共 3 節)	內容：讓會員及義工共同玩樂，例如觀賞電影、製作甜品、踏單車等。 負責職員：黃偉雄先生	港九新界 名額 8 人	60 元
親親我社區 上午 9:15 – 11:00	14/4, 21/4, 28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 9/6, 16/6, 30/6 (共 9 節)	內容：與會員一起於不同地區探索，進行各種活動，吃早餐、做運動、逛街、學習分享等等。 (* 早餐費用需自費) 負責職員：黃偉雄先生	北區及大埔區 名額 8 人	20 元
碟古巴特拼貼班 上午 11:30 – 下午 1:00	14/4, 21/4, 28/4, 19/5, 26/5, 9/6 (共 6 節)	內容：教授會員利用碟古巴特的技術製作不同的物品。 負責職員：李婉儀姑娘	北區服務處 名額 4 人	60 元

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
樂智手作人 A 組 下午 2:00 – 3:30	28/4, 5/5, 19/5, 23/6 (共 4 節)	內容：會員學習製作皮革及乾花飾物等，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。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 負責職員：梁曉程姑娘 導師：潘嘉恩女士	北區服務處 名額 4 人	80 元
樂智手作人 B 組 下午 3:30 – 5:00	28/4, 5/5, 19/5, 23/6 (共 4 節)	內容：會員學習製作皮革及乾花飾物等，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。 (* 初次報名者須由導師及職員挑選) 負責職員：梁曉程姑娘 導師：潘嘉恩女士	北區服務處 名額 4 人	80 元
樂智義工隊 下午 2:00 – 3:00 外出服務時間： 上午 11:00 – 下午 1:00 (AYP 服務科)	28/4, 5/5, 19/5 外出服務日期：16/6 (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
Ukulele 彈唱班 下午 2:00 – 3:00 (AYP 技能科)	7/4, 14/4, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 30/6 (共 7 節)	內容：會員將學習拍子、和弦及閱讀等演奏夏威夷小結他的基本技巧，並學習彈奏流行金曲。 (* 報名者須經職員遴選程序) (* 夏威夷小結他須另外以 \$40 訂購) 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額 8 人	70 元
木箱鼓體驗班 下午 3:00 – 3:30	26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 30/6 (共 5 節)	內容：會員將配合歌曲加以練習，學習基本拍子，體驗拍打木箱鼓。 (* 報名者須經職員遴選程序) (* 報名費用已包括購買木箱鼓費用) (* 凡成功報名者須於每節活動結束後將木箱鼓帶走) 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額 5 人	400 元
書法班 下午 4:00 – 5:00 (AYP 技能科) (40+)	12/5, 26/5, 2/6, 9/6, 16/6, 30/6 (共 6 節)	內容：由導師教授會員認識不同書體的特色，享受書法樂趣。 負責職員：黃偉雄先生 導師：黃凱利女士	北區服務處 名額 8 人	60 元
智趣手語班 下午 5:00 – 5:30	28/4, 5/5, 19/5, 23/6 (共 4 節)	內容：輕鬆地學習香港基本手語，提升溝通技能。 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額 8 人	全免
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭 下午 3:30 – 5:00	30/6 (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。 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，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

網址：www.lokchi.org.hk

Go



樂智協會 Lok Chi Association

樂智大窩口青年中心(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：hq@lokchi.org.hk

樂智藍田青年中心

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

樂智北區青年中心

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：2019年3月

印刷份數：2500份

優惠券
換領



本計劃由香港公益金資助

This project is supported by The Community Chest