

樂知友

Friends of Lok Chi

116期

2019年10-12月

活動通訊



會員吳穎怡作品

本季活動推介：

「吹夢舞台2019」歌舞比賽
聖誕及新年PARTY 2019

專欄推介：

跟住中醫學養生
食得有「營」- 糖衣陷阱
「智」在有您計劃 (第三期)

編者的話

過去這一季，協會舉辦了闊別多年的「全港康樂棋大賽2019」，活動吸引了13間機構及約90名智障朋友及健全人士參賽。由於場地所限，協會善用了社交媒體的現場直播功能令未能置身現場的朋友可以一同欣賞比賽。當天比賽十分緊張刺激，旗鼓相當，令現場歡呼聲此起彼落，有興趣的朋友可到協會Facebook或Youtube欣賞精彩的比賽過程。

本年協會另一焦點活動：「吹夢舞台2019」歌舞比賽亦將於9月28日舉行選拔賽，本會已於較早前進行宣傳及招募參賽者。未能晉身決賽的朋友或是希望蒞臨觀賽的朋友，請記住2020年1月5日這總決賽的大日子，一同見證舞台王者的誕生。

大窩口青年中心經過多年來的裝修申請，終於確定在本年內進行裝修工程，大窩口中心將會提供有限度服務，本會繼續安排好星期六、日的活動給會員，務求於內部裝修期間都能提供服務。



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
活動宣傳.....	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、
 胡家惠女士

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：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、
 何靖雯女士
 行 政 助 理：簡惠芬女士
 活 動 助 理：李婉儀女士
 兼職資訊科技主任：歐慶華先生
 兼 職 程 序 幹 事：陳栩淇女士

我們的服務

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

	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 (註三) 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。

*若因突發事情而影響中心活動，本會將另行通知有關安排。

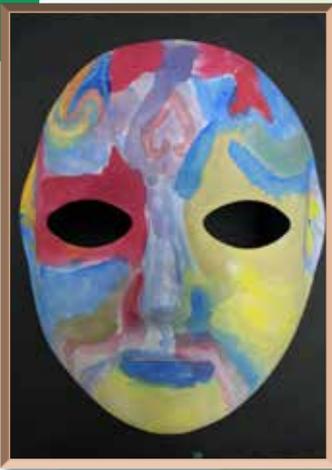
中心動向

樂智大窩口青年中心裝修工程預計於2019年11月開展，並於2020年1月竣工。期間大窩口中心臨時辦事處將設於藍田青年中心。而大窩口中心平日的小組及活動將會取消。中心將會於星期六安排不同的外出活動予會員，而星期日則會如常於大窩口社區中心一樓多用途活動室及借用其他場地進行小組及活動。不便之處，敬請見諒。

會員作品

今期我們一同欣賞會員的繪畫及創意藝術(面譜)作品。

吳銘祺
作品

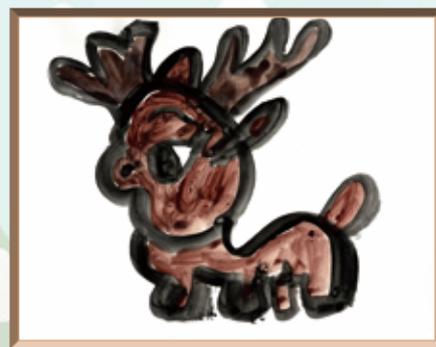


陳澤湧
作品

李燕君
作品



鄭嘯峯
作品



曾嘉晉
作品



李燕君
作品



麥焯熙
作品

三區活動花絮

智FIT價耆

由香港賽馬會慈善信託基金贊助的賽馬會齡活城市計劃：「智FIT價耆(出發篇)啟動禮暨健康講座」已於2019年6月29日舉行。當天共有70位長者、中心會員及家屬出席活動，參加者都十分踴躍參加。啟動禮除了介紹齡活城市概念及元素和招募齡活大使外，更邀請了註冊中醫師及營養師向大家分享健康體魄及健康飲食的資訊。在此感謝循道衛理亞斯理社會服務處借出禮堂作活動之用。



樂在暑期2019

本會舉辦之「樂在暑期2019」活動，除了為家屬及照顧者減輕壓力外，亦為學生提供一個充實的暑期。大窩口服務處今年度收生16人，每日亦提供2個暫託名額；而藍田服務處今年度收生15人，2名暫託學生。託管服務除了每天有多元化活動提供學生參與外，每星期亦有一天外出活動，包括：中環大館、孫中山紀念館、屯門T-Park、醫管局大樓健康資訊天地、曹公潭戶外康樂中心、海事博物館、打保齡球及唱卡拉OK等。各會員能夠從中學學習到新資訊及新知識，擴闊視野，歡渡暑假，增廣見聞！



各區服務處花絮

藍田青年中心

相聚一刻 會員工作了一個星期後，在周末回到中心，參加約15-20分鐘的深度放鬆身體每一個部位，清淨的心就會回復過來。接著會做一些舒展身體的運動，進行輕鬆的集體遊戲，遊戲會由會員自行設計及帶領，會員都全情投入。



生日PARTY 會員最期待的生日會是大家能聚在一起玩遊戲，唱生日歌及表演，還有最重要的是生日會員一起合照，留下美好的回憶。



大窩口青年中心

智營廚房II 廣受各位會員及家屬歡迎的智營廚房回來了！各位參加者十分合拍，在專業的導師帶領下，製作了牛油果醬沙律及香草三文魚芝士撻，既健康又好味！



非洲鼓藝班 由非洲籍導師及專業非洲鼓導師帶領會員學習傳統西非鼓樂，配合歌曲、遊戲及舞蹈令課堂輕鬆又好玩，過程笑聲不斷，每次課堂結束會員都捨不得離開呢！



北區青年中心

義工活動 感謝香港青少年服務處的一班義工帶來各種遊戲，亦有精采的花式跳繩表演及大食會，會員都能夠很快融入到活動當中，玩得很盡興，氣氛相當融洽。



花藝班 北區服務處已舉辦了花藝班3年，透過學習花藝的技巧，能有效提升會員的專注力及耐性，達怡情養性之效。



全港康樂棋大賽2019

相隔5年後，「全港康樂棋大賽2019」再次舉辦，過往參加者沒有遺忘，繼續踴躍支持這項有益身心的活動，比賽過程真是十分熱鬧精彩！個人賽冠軍戰更令在場人士拍案叫絕，最後由梁文滔勇奪冠軍！從比賽中再次見証「友誼第一，比賽第二」的精神。每名參賽者都展現出高超的技術，再次多謝各機構的支持及參與。

友誼賽賽果

- 冠** 樂智大窩口青年中心
陳澤湧 陳振揚
- 亞** 救世軍恒安宿舍
韋運勝 石寶
- 季** 樂智藍田青年中心
鄭偉恆 冼家誠
- 殿** 救世軍恒安宿舍
蔡秋霞 呂崇熙



個人賽賽果

- 冠** 樂智藍田青年中心
梁文滔
- 亞** 救世軍恒安宿舍
蔡秋霞
- 季** 循道衛理揚震社會服務處
南山晉逸居
劉焯文
- 殿** 扶康會
順利成人訓練中心
劉燦輝



有關比賽相片及片段可瀏覽協會Facebook。

服務輸出統計數字

2019-20年度第一季(2019年4-6月)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	357	22	379
2 參與活動的傷殘人士數目(人次)	3584	267	3851
參與活動的健全人士數目(人次)	10	669	679
3 與其他團體合辦的社區參與及共融服務		2	2
4 社區教育服務		5	5
5 傷殘人士家屬/照顧者支援服務		2	2

「吹夢舞台2019」歌舞比賽

萬眾期待、協會重頭活動「吹夢舞台2019」歌舞比賽將於2020年1月載譽歸來，比賽會分為獨唱組、合唱組及舞蹈組，讓會員可以發揮所長，實現夢想！

"快D報名啦"

*截止報名日期為2019年9月13日(星期五)下午5時正

選拔賽日期：2019年9月28日

總結賽日期：2020年1月5日

查詢：黃偉雄先生、李善樂姑娘
(24286261) (23411837)



聖誕及新年PARTY 2019

作為樂智協會會員的您，在聖誕節這個普天同慶的日子，當然要與各會員、家屬及義工們聚首一堂，共享豐富的聖誕大餐，一同歡度佳節。誠邀各區服務處的會員及家屬參與本年度的盛事「聖誕及新年PARTY 2019」。預祝大家聖誕及新年快樂，笑口常開！

日期：2019年12月28日(星期六)

時間：上午11時至下午3時

地點：悅來酒店

內容：自助餐、抽獎、遊戲等

負責職員：鄭成亨先生、何靖雯姑娘

AYP參加者招募

樂智協會自2014年成為AYP直屬執行處支部，一直舉辦AYP五個學科的活動，包括：服務科、技能課、野外鍛鍊科、康樂體育科及團體生活科(只限金章級)。目的是鼓勵青年會員提升個人生活技能、培養個人興趣及鼓勵年青人歷險和探索精神。而獎勵計劃共分有三個級別，分別為銅章級、銀章級及金章級。有興趣參與的14-24歲會員可向本會申請，如想了解多些計劃的安排，歡迎向中心社工查詢。



技能科



康樂體育科



野外鍛鍊科



團體生活科

認識

手足口病



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

手足口病是一種常見及輕微的傳染病，可由多種腸病毒引致，例如柯薩奇病毒和EV71型腸病毒；常見於夏天及初秋時分，潛伏期約三至七天。本病主要是透過患者的排泄物及呼吸道的飛沫或玩具等直接接觸傳染，接觸患者穿破了的水疱亦能感染此病。本病主要發生在五歲以下的幼童身上，由於傳染性頗高，所以很容易在幼稚園及幼兒中心造成爆發性傳染。家長、孕婦及長者應加緊預防，以免傳染的發生。

手足口病患者在病發初期像感冒，患者可能會連續發燒幾天，其後手、腳會出現水疱，伴隨著痕癢或有疼痛或無痛的紅疹，口腔內及舌旁會出現潰瘍，因而影響食慾。這些水疱及紅疹通常會在七至十天內消退，部分嚴重的患兒會出現腦部和心臟的發症。一般來說，病情會在一星期左右，隨著水疱、紅疹、潰瘍消失及退熱而自動痊癒。為了防範發症，假若病者情況惡化、活力不佳或發高燒，家長應攜同子女盡速就醫。同時，在接觸患有手足口病的病人後，要清洗雙手。

此病屬於中醫「溫病」範疇，濕熱疫毒經口鼻而入，發於手足，上熏口咽，外透肌膚，發為疱疹，並見發熱、倦怠、噁心、便秘等症狀；或邪毒內陷，出現高熱、抖動、肢體痿軟，甚則發生喘、脫，危及生命。嬰幼兒是稚陰稚陽之體，感受疫毒後，病情變化迅速，宜早發現，早治療，防變證。初期以發熱惡風、咽紅咽痛、鼻塞流涕、煩躁不安、噁心嘔吐、大便不調(或乾或稀)、舌紅、苔白微膩、脈浮數而滑為主證。治宜疏風清熱、利濕解毒。邪盛極期以發熱一至二天後手足口發疹，內含混濁液體，伴有疼痛拒食、流涎，煩躁不安，小便黃，舌質紅，苔黃膩為主證。治宜清熱解毒、燥濕涼營透疹。邪減正復期以熱退、口腔潰瘍漸癒合、手足疱疹逐漸乾縮為主證。治宜清解餘邪。

預防手足口病

由於手足口病是一種傳染病，如能做到以下幾點預防措施，便能減少本病的發生及傳播：

1. 保持空氣流通。
2. 飯前、如廁後及處理完嬰孩的尿片或其它穢物後應徹底洗手。
3. 咳嗽或打噴嚏時應掩蓋鼻口。
4. 小朋友的玩具或用具應清洗乾淨。
5. 由於手足口病的傳染性頗高，病童應留在家中，直至退熱，口、手腳的潰瘍及水疱結痂後才回校上課。
6. 減少到人多擠迫的地方。

以下介紹預防本病之湯水

三豆化濕湯

適逢天氣潮濕悶熱之時，家長可煲三豆化濕湯作預防。

材 料：白扁豆1兩、赤小豆1兩、綠豆1兩、薏苡仁2兩、甘草2錢、陳皮半個

煎服法：6碗水煎成2碗水，代茶飲用，每周2至3次。

本病到後期常見余邪未清，津液虛損。可用北沙參、白扁豆、玉竹、杭菊花、麥冬各3-4錢，陳皮1小角，生薏仁半兩加適量瘦肉煲湯。



糖衣陷阱

糖（包括精制碳水化合物，以為健康的果汁，以為健康的乳酪，低脂肪及零脂肪的陷阱「害死人」）它們是導致肥胖的其中一個大成因，引發糖尿病的其中一個主要兇手，糖引起身體很多的炎症，干擾新陳代謝，精神疲累，情緒憂鬱，皮膚發炎敏感，過度活躍症，癌症等等...，對健康構成很大的威脅。



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

吃糖會令人容易上癮

當我們進食甜食的時候，大腦會分泌多巴胺，令我們產生非常愉悅的感受，那種體驗就像吸毒一樣，非常爽。大腦喜歡糖，當大量的糖分攝入，它又會分泌很多令人興奮的化學物質，可是這種愉悅的感覺持續時間很短，我們的情緒很快又會很低落，再次產生吃甜食的衝動，如此循環，越吃越上癮。坊間有很多所謂的健康食品，其實都是美麗的糖衣陷阱，這些陷阱留待下期再詳細解釋，下回再見。

會員的夢與想

我的歌 陳嘉賢

中心有很多活動，但我最喜歡的就是唱歌訓練班，因為我很喜歡聽容祖兒的歌，很想在唱歌訓練班中學唱容祖兒的歌。

在參加了中心的唱歌訓練班後，我學會很多唱歌的技巧。例如：唱歌前要以不同聲調開聲、學拍子及呼吸。我上堂的時候會很專心看著林SIR教歌譜的內容，我亦會在歌譜記著林SIR教我們唱歌時要留意的技巧。

其實，我最想做一位唱歌老師，可以在樂智教不懂唱歌的會員唱歌，讓中心人人都可以參加唱歌班。另外，我亦希望可以在「吹夢舞台」活動中唱容祖兒的歌。希望可以物識多一至兩個會員和我一起參加，因為舞台很大，如果只有一個人在唱真的很悶，希望有多些人和我一起踏上舞台。



齊來畫鬼腳



大家試試畫畫鬼腳看看中心職員喜愛吃甚麼水果？



何姑娘



米SIR



廖生



李姑娘



梁姑娘



完成後可獲得小禮物一份

活樂遊

於2019年6月5日，本會舉辦了「活樂遊」活動，與家屬一同到大埔鳳園的蝶豆花園遊覽大自然景觀及製作蝶豆花特飲。在導師的教導下，各位家屬都能夠順利製作出十分迷幻的紫色飲料及紫色的砵仔糕。難得來到景色這麼優美的地方，當然也少不免到處打卡，一起來看看優美的景色。





「智」在有您計劃 (第二期)



本會於去年推出「智」在有您活動資助計劃，目標是希望提升有經濟困難的會員及其家屬的康盛人生，及關注他們在休閒活動方面的需要，增加會員及其家屬參與中心各類活動的機會，成效有目共睹。本年本會再次獲「覺光法師慈善基金」資助推行「智」在有您計劃（第二期），繼續津貼本會有經濟需要的家庭參與本中心的社交康樂活動，資助上限為2,000元。另外，亦會安排一系列價錢相宜的三區活動予各會員及家屬，請各位繼續支持本會活動。

計劃推行時期：

**2019年10月1日至
2020年9月30日**

即日起開始接受報名：
(額滿即止)

想了解更多計劃詳情，
請密切留意本會的宣傳。

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9月21日(星期六)上午9時15分

樂智藍田青年中心 2019年9月21日(星期六)上午9時15分

樂智北區青年中心 2019年9月22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口才發出正式收據。

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9月25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9月23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10-12月 活動報名表

三區聯合活動

大窩口及藍田：2019年9月21日(星期六)、北區：2019年9月22日(星期日)

<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	觸感·色彩共融慈善音樂會	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	真·無肉食			家屬	<input type="checkbox"/> \$90
<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	周年大會	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	聖誕及新年 Party 2019	會員	<input type="checkbox"/> \$120	家屬	<input type="checkbox"/> \$140
<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	「吹夢舞台 2019」歌舞比賽總決賽	會員	<input type="checkbox"/> 全免	家屬	<input type="checkbox"/> 全免

樂智藍田青年中心

報名日期：2019年9月21日(星期六)

歡樂時光	<input type="checkbox"/> 全免	新娘潭攝影遊	<input type="checkbox"/> \$50	唱歌訓練班(初階)*	<input type="checkbox"/> \$160
樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	智友賀聖誕	<input type="checkbox"/> \$30	跆拳道班*	<input type="checkbox"/> \$180
康樂棋門一番	<input type="checkbox"/> 全免	拆拆拆禮物派對	<input type="checkbox"/> \$50	茶是故鄉濃	<input type="checkbox"/> 全免
電腦新天地	<input type="checkbox"/> 全免	迎接2020·大食會	<input type="checkbox"/> \$50	中國保齡球決戰	<input type="checkbox"/> 全免
智營自助生果日	<input type="checkbox"/> \$30	康樂棋決戰班(3)	<input type="checkbox"/> \$20	攝影進階班	<input type="checkbox"/> \$20
義力量	<input type="checkbox"/> 全免	創意藝術班*	<input type="checkbox"/> \$180	味夠班	<input type="checkbox"/> \$150
唱遊十一	<input type="checkbox"/> \$80	游泳班*	<input type="checkbox"/> \$480	生日 Party	<input type="checkbox"/> \$30
智營簡素	<input type="checkbox"/> \$60	相聚一刻	<input type="checkbox"/> 全免	友情相聚	<input type="checkbox"/> \$60
哈囉喂舞會	<input type="checkbox"/> \$30	乒乓球訓練班*	<input type="checkbox"/> \$90	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免
自助餐·文化遊	會員 <input type="checkbox"/> \$180 家屬 <input type="checkbox"/> \$200	跑步訓練班*	<input type="checkbox"/> \$90	康體普拉提班(A班)*	<input type="checkbox"/> \$180
香港賽馬會特殊馬拉松 2020長跑訓練	<input type="checkbox"/> 全免	原子筆中文書法班(弟子規篇)	<input type="checkbox"/> \$20	康體普拉提班(B班)*	<input type="checkbox"/> \$180
		樂智合唱團*	<input type="checkbox"/> \$160		

樂智大窩口青年中心

報名日期：2019年9月21日(星期六)

跆拳道班(初階)*	<input type="checkbox"/> \$50	偷得浮生半日營	<input type="checkbox"/> \$30	乒乓球訓練班(初階)*	<input type="checkbox"/> \$40
跆拳道班(進階)*	<input type="checkbox"/> \$120	K-pop 舞蹈初體驗	<input type="checkbox"/> 全免	乒乓球訓練班(進階)*	<input type="checkbox"/> \$40
非洲鼓藝班*	<input type="checkbox"/> \$90	燒嘢嘢	<input type="checkbox"/> \$130	反斗英語教室	<input type="checkbox"/> \$20
樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	飛鏢同樂日	<input type="checkbox"/> 全免	籃球興趣班	<input type="checkbox"/> \$20
電腦新天地	<input type="checkbox"/> 全免	冬日太平郊遊	<input type="checkbox"/> \$80	跑步訓練班	<input type="checkbox"/> \$20
康樂門一番	<input type="checkbox"/> 全免	齡活義工工作坊	<input type="checkbox"/> 全免	舞蹈新天地*	<input type="checkbox"/> \$80
開心「果」日	<input type="checkbox"/> 全免	智營廚房 II	會員 <input type="checkbox"/> \$40 家屬 <input type="checkbox"/> \$60	Happy Together	<input type="checkbox"/> \$40
國慶齊齊唱	<input type="checkbox"/> \$90	下午麼麼茶	<input type="checkbox"/> \$20	生日 Party (10-12月)	<input type="checkbox"/> \$100
重陽上映	<input type="checkbox"/> 全免	齡活健體班*	<input type="checkbox"/> 全免	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免
西貢至有營	<input type="checkbox"/> \$30				

樂智北區青年中心

報名日期：2019年9月22日(星期日)

樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	WE 計劃 - 快閃街頭表演	<input type="checkbox"/> 全免	樂智手作人 A 組*	<input type="checkbox"/> \$90
玩物鬥志棋藝坊	<input type="checkbox"/> 全免	Happy Together	<input type="checkbox"/> \$40	樂智手作人 B 組*	<input type="checkbox"/> \$90
卡啦OK歡唱坊	<input type="checkbox"/> 全免	生日 Party (10-12月)	<input type="checkbox"/> \$60	WE 計劃 Ukulele 彈唱	<input type="checkbox"/> \$60
時事多面睇	<input type="checkbox"/> 全免	友你同樂	<input type="checkbox"/> \$60	WE 計劃木箱鼓班	<input type="checkbox"/> \$180
唱爆周末	會員 <input type="checkbox"/> \$70 家屬 <input type="checkbox"/> \$90	親親我社區	<input type="checkbox"/> 全免	E 計劃智趣手語班	<input type="checkbox"/> \$20
青少年服務處義工活動	<input type="checkbox"/> 全免	碟古巴特拼貼班	<input type="checkbox"/> \$100	書法班*	<input type="checkbox"/> \$60
		樂智義工隊	<input type="checkbox"/> 全免	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免

活動報名須知

- 報名日期：大窩口服務處及藍田服務處於2019年9月21日(星期六)起接受報名，北區服務處於2019年9月22日(星期日)起接受報名。
- 本會的三區聯合活動，有興趣報名的會員及會員家屬可填寫報名表格，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。
- 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。
- 活動集合地點及乘車接送安排非會視乎各區參加人數而定，不便之處，敬請原諒。
- 2019年9月23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」。
- 40+：適合40歲或以上的會員報名。**

三區聯合活動 (2019年10-12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		
觸感·色彩 共融慈善音樂會 晚上 8:00 - 10:00	26/11 (星期二)	內容：一同欣賞由傷健及健全音樂藝術家組成的管弦樂團表演。 負責職員：黃偉雄先生	香港會議展覽中心 大窩口 8 人 藍田 8 人	全免		
真·無肉食 上午 9:30 - 下午 2:30 (抽籤活動)	27/11 (星期三)	內容：到慈山寺參觀，再到無肉食餐廳享用自助午餐。 (*活動需要自行到大埔墟站集合。) (*必須穿著莊重的服裝，例如有袖上衣、長褲、七分裙或七分褲。) 負責職員：李善樂姑娘	慈山寺、旺角無肉食餐廳 大窩口 14 人 藍田 14 人 北區 6 人	家屬 90 元		
周年大會 下午 2:00 - 3:30	14/12 (星期六)	內容：補過 2018-19 年度機構會務及財政報告。 (*大窩口及北區會員視乎參加人數而定安排旅遊巴接送。) 負責職員：陳駿斌先生	藍田(西)社區中心禮堂 大窩口 16 人 藍田 28 人 北區 8 人	全免		
聖誕及新年 Party 2019 上午 11:00 - 下午 3:00 (抽籤活動)	28/12 (星期六)	內容：與會員一同慶祝聖誕，享用聖誕新年大餐、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。) (*1 名會員最多由 2 名家屬陪同參加。) 負責職員：鄭成亨先生 / 何靖雯姑娘	悅來酒店 大窩口 65 人 藍田 65 人 北區 30 人	會員 120 元 家屬 140 元		
「吹夢舞台 2019」 歌舞比賽總決賽 下午 2:00 - 5:30	5/1/2020 (星期日)	內容：「吹夢舞台 2019」歌舞比賽獨唱組、合唱組及舞蹈組的總決賽。 (*活動由勞工及福利局資助) 負責職員：黃偉雄先生 / 李善樂姑娘	基督教家庭服務中心 大窩口 16 人 藍田 24 人 北區 8 人	全免		

藍田服務處 (2019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				
歡樂時光 下午 5:00 - 晚上 7:00 (40+)	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
康樂棋門一番 上午 9:00 - 9:30 (40+)	逢星期六及日	內容：康樂棋練習，為比賽作好準備。 負責職員：何靖雯姑娘	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：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額不限	全免
智營自助生果日 下午 1:00 - 2:00 (40+)	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

特別/義工活動

義力量 上午 10:00 – 11:00 (AYP 服務科)	5/10, 9/11, 7/12 (星期六)	內容：讓會員學習活動帶領技巧，服務中心。 備註：9/11 為香港青年獎勵計劃賣旗日。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額 12 人	全免
唱遊十一 上午 10:00 – 下午 2:00	1/10 (星期二)	內容：外出唱卡拉 OK，慶祝國慶。 負責職員：何靖雯姑娘	九龍灣 Megabox Neway 名額 22 人	80 元
智營簡餐 上午 11:00 – 下午 1:00	27/10, 24/11, 22/12 (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
哈囉眼舞會 下午 3:00 – 4:30	27/10 (星期日)	內容：透過化妝舞會，體驗不一樣的萬聖節。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額不限	30 元
自助餐。文化遊 上午 9:30 – 下午 4:30	10/11 (星期日)	內容：享用九龍城富豪東方酒店豐富自助午餐、自由遊覽香港文化博物館及遊覽西九戲曲中心等。 備註：已包旅遊車接送及自助餐費用。1 名會員可由最多 3 名家屬陪同報名。 負責職員：何靖雯姑娘	沙田及尖沙咀 名額 55 名	會員 180 元 家屬 200 元
香港賽馬會特殊馬拉松 2020 長跑訓練 晚上 7:00 – 9:00	5/12 (星期四)	內容：熱身動作、正確步姿及伴跑員配對。 備註：只限已報名參加「香港賽馬會特殊馬拉松 2020」，需自付交通費。 負責職員：何靖雯姑娘	斧山道運動場 名額 25 人	全免
新娘潭攝影遊 上午 9:00 – 下午 2:00	15/12 (星期日)	內容：新娘潭風光攝影、野餐等。 (備註：已包旅遊車接送及野餐、請自備水及穿著長袖運動服裝。) 負責職員：廖文暉先生	新娘潭 名額 20 人	50 元
智友賀聖誕 下午 2:00 – 4:30	25/12 (星期日)	內容：透過玩遊戲、小食會及抽獎，歡渡聖誕。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額 30 人	30 元
拆拆禮物派對 下午 2:00 – 4:30	26/12 (星期六)	內容：玩小遊戲，拆聖誕小禮物及美食小食分享。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額 20 人	50 元
迎接 2020。大食會 下午 2:00 – 4:30	29/12 (星期日)	內容：玩小遊戲及美食小食分享。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額 20 人	50 元
週六活動				
康樂棋決戰班 (3) 上午 9:30 – 10:30 (AYP 康樂體育科)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12 (共 10 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)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12 (共 9 節)	內容：教授創意藝術，發揮會員潛能及訓練專注力。 負責職員：何靖雯姑娘 導師：王美琪小姐	藍田服務處 名額 10 人	180 元
游泳班 上午 11:00 – 下午 2:00 (AYP 康樂體育科)	2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 14/12, 21/12 (共 8 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	藍田游泳池 (室內泳池) 名額 12 人	480 元
相聚一刻 下午 2:00 – 3:00 (40+)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 21/12 (星期六，共 11 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)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11 (共 9 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：何靖雯姑娘 導師：李韋奇先生	藍田邨或 藍田服務處 名額 7 人	90 元
跑步訓練班 下午 4:00 – 5:45 (AYP 康樂體育科)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11 (共 9 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：何靖雯姑娘 導師：李韋奇先生	晒草灣遊樂場 或藍田服務處 名額 16 人	90 元

週日活動

原子筆中文書法班 (弟子規篇) 上午 9:30 – 10:30	6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12, 22/12, 29/12 (共 11 節)	內容：學習原子筆中文書法技巧、練寫養生文稿，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
樂智合唱團 上午 9:30 – 10:30 (AYP 技能科)	6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 17/11, 24/11, 1/12 (共 8 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：何靖雯姑娘 導師：林奕軒先生	藍田服務處 名額 7 人	160 元
唱歌訓練班 (初階) 上午 10:30 – 11:30 (AYP 技能科)	6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 17/11, 24/11, 1/12 (共 8 節)	內容：由專業導師教授基本唱歌技巧。 負責職員：何靖雯姑娘 導師：林奕軒先生	藍田服務處 名額 12 人	160 元
跆拳道班 上午 11:30 – 下午 1:00 (AYP 康樂體育科)	13/10, 27/10, 3/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12, 15/12, 22/12 (共 9 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。 (*這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	180 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 (40+)	逢星期日	內容：進行 XBOX 保齡球遊戲比賽。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額不限	全免
攝影進階班 下午 3:00 – 4:00 (AYP 技能科)	13/10, 27/10, 24/11, 8/12 (共 4 節)	內容：透過學習攝影技巧，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
味夠班 下午 4:00 – 5:30	13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12, 15/12, 22/12 (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	150 元

健樂會活動

生日 Party 下午 2:30 – 下午 4:00	17/11 (星期日)	內容：與會員慶祝生日。 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+)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 21/12 (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。 負責職員：何靖雯姑娘	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 – 下午 5:30	7/12 (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	3/10, 17/10, 24/10, 31/10, 14/11, 21/11, 28/11, 12/12, 19/12 (逢星期四，共 9 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	180 元
康體普拉提班 (B 班) 下午 2:40 – 3:40	3/10, 17/10, 24/10, 31/10, 14/11, 21/11, 28/11, 12/12, 19/12 (逢星期四，共 9 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	180 元

大窩口服務處 (2019年10-12月)

因應大窩口青年中心裝修工程，部份小組活動將暫停或更改時間，敬請見諒。

家屬俱樂部活動	日期	活動內容	地點/名額	費用
恆常康樂活動				
跆拳道班 (初階) 下午 4:45 - 5:30 (AYP 康樂體育科)	2/10, 9/10, 16/10, 23/10, 30/10 (星期三, 共 5 節)	內容: 透過學習跆拳道訓練會員的品德及服從性。 (* 報名者須經導師遴選程序) 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	50 元
跆拳道班 (進階) 10 月: 下午 5:30 - 6:15 11-12 月: 下午 5:00 - 6:00 (AYP 康樂體育科)	逢星期三 (共 12 節, 25/12 除外)	內容: 透過學習跆拳道訓練會員的品德及服從性, 參與表演及考試提升學員跆拳道級數。 (* 初次報名者須經導師遴選程序) 負責職員: 鄭成亨先生 導師: 張滿榮先生	10 月: 大窩口服務處 11-12 月: 青衣西南體育館 名額 10 人	120 元
非洲鼓藝班 下午 4:45 - 5:45 (星期五) 上午 11:30 - 下午 12:30 (星期日)	4/10, 11/10, 18/10, 25/10 (星期五) 17/11, 24/11, 8/12, 15/12, 29/12 (星期日) (共 9 節)	內容: 會員將學習傳統西非鼓樂, 配合歌曲及遊戲, 培養音樂的興趣。 負責職員: 梁曉程姑娘 導師: 袁嫻媛女士	大窩口服務處 名額 12 人	90 元
樂智晨操 上午 9:30 - 10:00	5/10, 12/10, 19/10, 26/10 (星期六, 共 4 節)	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	5/10, 6/10, 12/10, 13/10, 19/10, 20/10, 26/10, 27/10 (星期六及日, 共 8 節)	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+)	5/10, 6/10, 12/10, 13/10, 19/10, 20/10, 26/10, 27/10 (星期六及日, 共 8 節)	內容: 會員一同進行康樂棋競技。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額不限	全免
開心「果」日 下午 1:30 - 2:00 (40+)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10 (星期六, 共 4 節)	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	全免
特別/義工活動				
國慶齊齊唱 上午 11:00 - 下午 3:00	1/10 (星期二)	內容: 與義工及會員一同外出唱卡拉 OK 作樂, 歡度國慶。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額 20 人	90 元
重陽上映 下午 2:00 - 4:00	6/10 (星期日)	內容: 藉重陽節與會員們一同欣賞電影。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額 20 人	全免

西貢至有營 上午 10:00 – 下午 4:00	2/11 (星期六)	內容：與會員一同享用營地設施。 負責職員：陳翎淇姑娘	西貢戶外康樂中心 名額 20 人	30 元
偷得浮生半日營 上午 10:30 – 下午 3:30	16/11 (星期六)	內容：與會員一同享用營地設施。 負責職員：梁曉程姑娘	曹公潭戶外康樂中心 名額 20 人	30 元
K-pop 舞蹈初體驗 下午 4:00 – 6:00	23/11 (星期六)	內容：由青年義工教授韓風 (K-pop) 舞蹈技巧。 (* 分為 4:00-5:00 時段及 5:00-6:00 時段) 負責職員：黃偉雄先生	救世軍大窩口 青少年中心 名額 30 人	全免
燒嘢嘢 上午 10:30 – 下午 4:00	30/11 (星期六)	內容：和會員一同燒烤，玩玩小遊戲。 負責職員：黃偉雄先生	大尾篤麥師傅 名額 20 人	130 元
飛鏢同樂日 下午 2:00 – 4:00	7/12 (星期六)	內容：由青年義工教授飛鏢玩法、姿勢和技巧。 (* 分為 2:00-3:00 時段及 3:00-4:00 時段) 負責職員：黃偉雄先生	救世軍大窩口 青少年中心 名額 30 人	全免
冬日太平郊遊 上午 10:30 – 下午 4:00	21/12 (星期六)	內容：會員們一同於太平山盧吉道郊遊徑觀光及野餐，享受周六時光。 負責職員：鄭成亨先生	太平山 名額 20 人	80 元
週六活動				
齡活義工工作坊 上午 9:30 – 11:30 外出服務：上午 10:00 – 中午 12:00 (AYP 服務科) (* 此活動由香港賽馬會慈善信託 基金捐助)	5/10, 19/10, 26/10 外出服務：23/11, 7/12 (共 5 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。 (* 報名者須經職員遴選程序) 負責職員：黃偉雄先生	大窩口服務處 名額 8 人	全免
智營廚房 II 上午 11:00 – 下午 1:00	5/10, 12/10, 19/10, 26/10 (共 4 節)	內容：由導師教授會員及其家屬學習健康食譜烹飪，深化對健康飲食的認識。 (* 必須有 1 位家屬共同報名參加) 負責職員：梁曉程姑娘 導師：李瑞謙女士	葵興星星堂 會員 10 人 家屬 10 人	會員 40 元 家屬 60 元
下午茶 下午 4:00 – 5:00	5/10, 12/10, 19/10 (共 3 節)	內容：學習製作簡單小食，一同品嚐下午茶。 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 10 人	20 元
週日活動				
齡活健體班 上午 9:30 – 11:30 (* 此活動由香港賽馬會慈善信託 基金捐助)	6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12 (共 10 節)	內容：由專業體適能導師教導健體知識及學習各種健體動作。 負責職員：黃偉雄先生	大窩口服務處 名額 15 人	全免
乒乓球訓練班 (初階) 上午 10:00 – 11:00 (AYP 康樂體育科)	6/10, 13/10, 20/10, 27/10 (共 4 節)	內容：由專業教練指導會員打乒乓球的基本技巧。 (* 與健體班時間重疊) 負責職員：陳翎淇姑娘 導師：歐陽子榮教練 / 鄭慧詩助教	大窩口服務處 名額 15 人	40 元

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
週日活動				
乒乓球訓練班 (進階) 上午 11:00 – 中午 12:00 (AYP 康樂體育科)	6/10, 13/10, 20/10, 27/10 (共 4 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：陳羽淇姑娘 導師：歐陽子榮教練 / 鄭慧詩助教	大窩口服務處 名額 10 人	40 元
反斗英語教室 下午 12:30 – 1:00	6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 24/11, 8/12, 15/12, 29/12 (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 20 人	20 元
籃球興趣班 下午 2:00 – 3:00 (AYP 康樂體育科) (40+)	13/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12, 15/12, 22/12, 29/12 (共 11 節)	內容：透過團體跑步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 16 人	20 元
跑步訓練班 下午 3:00 – 4:00 (AYP 康樂體育科)	3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12, 15/12, 22/12, 29/12 (共 9 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 10 人	20 元
舞蹈新天地 下午 4:00 – 5:30 (AYP 康樂體育科)	13/10, 27/10, 3/11, 17/11, 1/12, 8/12, 22/12, 29/12 (共 8 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	80 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)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10 (共 4 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	40 元
生日 Party (10-12 月) 上午 10:30 – 下午 4:30	9/11 (星期六)	內容：會員齊到 Party Room 玩電子遊戲機、唱 K、桌上遊戲等，並為每季生 日的朋友慶祝，送上祝福。 負責職員：梁曉程姑娘	荃灣荃運工業中心 名額 20 人	100 元
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭 上午 10:00 – 11:30	15/12 (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	大窩口服務處 名額不限	全免

北區服務處 (2019年10-12月)

2019年10月6日、11月3日及12月1日因活動關係，北區青年中心於下午1時為會員提供服務。

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	13/10, 20/10, 27/10, 10/11, 17/10, 24/11, 8/12, 15/12, 22/12, 29/12 (共10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	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：李婉儀姑娘	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	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：與會員一起讀報，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				
唱爆周末 上午10:30 – 下午2:00	17/11 (星期日)	內容：會員一同外出唱卡拉OK，歡度周末。 負責職員：梁曉程姑娘	粉嶺中心Neway 會員15人 家屬5人	會員70元 家屬90元
青少年服務處義工活動 下午2:00 – 4:00	8/12 (星期日)	內容：由香港青少年服務處賽馬會天平綜合青少年服務中心義工帶領遊戲及活動，與會員一同玩樂。 負責職員：黃偉雄先生	青少年服務處 名額15人	全免
WE計劃-快閃街頭表演 下午2:30 – 5:30	15/12 (星期日)	內容：會員一同與義工們外出體驗街頭表演。 (*必須參與其中一班才可報名：Ukulele彈唱班、木箱鼓班或智趣手語班。) 負責職員：梁曉程姑娘	尖沙咀 名額15人	全免
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)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10 (共4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	40元
生日Party (10-12月) 下午1:00 – 2:30	3/11 (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
週日活動				
友你同樂 上午9:15 – 下午1:00	6/10, 3/11, 1/12 (共3節)	內容：讓會員及義工一同到處吃喝玩樂。 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	13/10, 20/10, 27/10, 10/11, 17/11, 24/11, 8/12, 15/12, 22/12, 29/12 (共10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	全免

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
週日活動				
碟古巴特拼貼班 上午11:30 – 下午1:00	13/10, 20/10, 24/11, 1/12, 8/12 (共5節)	內容：由導師教授會員碟古巴特的技巧。 負責職員：李婉儀姑娘 導師：廖昭貽女士	北區服務處 名額6人	100元
樂智義工隊 上午11:30 – 下午12:30 (AYP服務科)	27/10, 10/11, 29/12 (共3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。 (*報名者須經職員遴選程序) 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額8人	全免
樂智手作人A組 下午2:30 – 4:00	6/10, 17/11, 1/12 (共3節)	內容：會員學習製作皮草物等，於小組裡累積皮革製作經驗和學習改良具有個人特色的手作產品。 (*初次報名者須經導師遴選程序) 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	90元
樂智手作人B組 下午4:00 – 5:30	6/10, 17/11, 1/12 (共3節)	內容：會員學習製作皮草物等，於小組裡累積皮革製作經驗和學習改良具有個人特色的手作產品。 (*初次報名者須經導師遴選程序) 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	90元
WE計劃 Ukulele彈唱班 下午2:00 – 2:45	13/10, 20/10, 27/10, 10/11, 24/11, 22/12 (共6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，並學習彈奏歌曲Stand by me。 (*報名者須經職員遴選程序) (*由社會福利署大埔及北區康復協調委員會資助) 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額8人	60元
WE計劃 木箱鼓班 下午2:45 – 3:30	13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 22/12 (共6節)	內容：會員將配合歌曲加以練習，學習基本拍子，體驗拍打歌曲Stand by me。 (*報名者須經職員遴選程序) (*凡成功報名者須於每節活動結束後將木箱鼓帶走) (*由社會福利署大埔及北區康復協調委員會資助) 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額5人	180元
WE計劃 智趣手語班 下午3:30 – 4:00	20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 24/11, 1/12 (共6節)	內容：輕鬆地學習香港基本手語，學習手語歌Stand by me。 (*由社會福利署大埔及北區康復協調委員會資助) 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額8人	20元
書法班 下午4:00 – 5:00 (AYP技能科) (40+)	13/10, 27/10, 10/11, 24/11, 8/12, 29/12 (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6人	60元
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭 下午3:30 – 5:00	15/12 (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

