

Friends of Lok Chi

121期

2021年1-3月
活動通訊

樂智知友



本季活動推介：

樂智45吹夢舞台抗疫音樂會
境外遊踪2021 - 網遊天地

專欄推介：

冬季補一補
認識各類維他命
家屬資源閣

林曉嵐作品

編者的話

由於疫情持續，各中心大型活動需要延期或取消，但為了能與會員渡過一個快樂的聖誕節，本會早前已寄發信件給所有會員並邀請大家登記領取「聖誕禮襪」- 聖誕樂遊包，本會於截止登記日期時已收到約400名會員的登記，很高興有許多很久沒有見面的會員在當中。本會十分感謝你們的支持！是次活動將會為會員送上一份聖誕禮物及進行網上直播大抽獎，各位會員請於2020年12月25日下午二時半到訪中心Facebook觀看直播大抽獎，看看自己是否幸運兒！

本會另一項焦點活動 — 「吹夢舞台」今年以「樂智45吹夢舞台」抗疫音樂會舉行，會以先拍後播的方式在網上播放，中心現在正為活動進行攝錄，請各位拭目以待！

我們知道疫情的確令各位照顧者感到很無助、疲勞，如感到不安、擔心、焦慮，歡迎致電中心或與你們相熟的朋友通通電話，談談天，只要保持輕鬆、愉快、開朗的心情，我們相信必能戰勝疫情，明天會更好！



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
跟住中醫學養生	7
食得有「營」	8
遊樂天地①	9
遊樂天地②	10
遊樂天地③	11
會員專訪 - 會員的夢與想	12
家屬俱樂部	13
家屬資源閣	14
活動報名表	15
入會申請表	16-17
活動通訊	18-23
捐款表及意見表	24

樂智協會2021年度管理委員會名單

主 席：梁振萍先生

副 主 席：何淑嫻女士、趙德安先生

義務司庫：陸艷玲女士

義務秘書：張琮芳女士

委 員：趙程德蘭博士、張杏梅女士、梁碧嫻女士、
黃宗顯醫生、胡家惠女士、關翠娟女士

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：李倪好女士

兼職資訊科技主任：歐慶華先生

兼 職 程 序 幹 事：陳栩淇女士、黃偉邦先生、杜麗娟女士

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

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. 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

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 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) ▲8 ▼8 ▼6 ▲8 ⏸9 +10	✗	✗	✗
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

新員工介紹

黃偉邦先生 (兼職程序幹事)

大家好！我係黃Sir，相信藍田的朋友仔都見過我啦。小弟熱愛大自然同戶外活動，有空時候會上山露營影日出，心血來潮時就會去高速郊遊，天時地利人和時就會玩不同類型的越野賽。除了行山露營及跑步，單車、游水和獨木舟我都略懂一二，如果會員們有興趣，可以一齊交流下經驗。在樂智，可以識到不同朋友，亦感受到滿滿的愛，所以大家記得多參與我們舉辦的活動啦！



服務使用者年度問卷調查

本年度的服務使用者年度問卷調查分別有會員版及會員家屬版並已附於今期樂智之友內，請會員及家屬於2021年1月17日(星期日)或之前填妥並交回各區服務處，您們亦可選擇掃描QR code於網上填寫。謝謝你們多年來對協會的支持！



會員版



會員家屬版

農曆年假中心開放安排

本會各中心於農曆年假期間的開放時間安排如下：

日期	樂智大窩口青年中心	樂智藍田青年中心	樂智北區青年中心
11/2/2021年三十 (星期四)上午9時至下午5時	✓	✓	✗
12/2/2021年初一 (星期五)暫停開放	✗	✗	✗
13/2/2021年初二 (星期六)暫停開放	✗	✗	✗
14/2/2021年初三 (星期日)暫停開放	✗	✗	✗
15/2/2021年初四 (星期一)暫停開放 (機構例假)	✗	✗	✗
16/2/2021年初五 (星期二)上午10時至下午7時	✓	✓	✗

* 中心服務將於2021年2月16日(星期二)回復正常。

會員作品

嘩！啲作品好靚呀！



胡穎蒿
作品



陳健瑜
書法作品



朱嘉駿
作品



容遂豪
作品



李欣桐
作品



許永佳
作品



曾嘉晉
皮革作品



李珈翹
作品



袁仲其
水彩作品

樂智230 - (10-11月份)

「樂智230」節目自2月推出後，都能在疫情期間為大家帶來不少歡樂及生活資訊。在10至11月期間，除了大家都十分喜愛的「樂智時光機」- 45周年經典回顧及「樂智美術館」外，本季推出由香港賽馬會慈善信託基金贊助的全新節目「齡活學堂」，在節目中邀請了營養師、物理治療師及中醫師與觀眾分享不同的健康資訊，廣受各位會員、家屬甚至友好團體及社區人士的歡迎，每集平均有約一千人次觀看。如果大家有不同節目題材想收看，歡迎向我們提出！如果還未收看節目，或想再重溫節目內容，請使用右邊的QR code進入協會的Facebook及Youtube收看 →

賽馬會齡活城市計劃



智fit價善 (營養篇)

facebook

YouTube



樂智協會
Facebook

樂智協會
Youtube



無盡音樂館 - 木箱鼓班

由《殘疾人士藝術發展基金》資助的「無盡音樂館」，在專業導師帶領會員開展奇妙的木箱鼓旅程。會員學習拍打木箱鼓的各種節奏，再為流行歌曲配上強勁節拍，聲音既激昂又振奮人心，讓課堂氣氛變得熱鬧起來。



藝無盡 - 攝影班

由《殘疾人士藝術發展基金》資助的「藝無盡」，在專業導師輝Sir的引導下，會員首次認識到很多新奇的攝影技巧，使會員的學習動機大增，積極投入參與！



各區服務處花絮



藍田青年中心

友情相聚

早前疫情放寬後，友情相聚才能回復實體活動，雖然戴著口罩玩遊戲、做運動等感到有點不便，但是會員也樂在其中。希望疫情盡早結束，讓更多會員回到樂智這個大家庭一起相聚玩樂。



大窩口青年中心

Happy Together

大窩口中心最近添置了一台全新的互動投影機，在Happy Together活動上會員都十分投入地使用投影機進行集體遊戲，令活動種類及質素大大提升。



北區青年中心

靜靜觀

疫情反覆無常，我們的心情亦會受影響而變得緊張焦慮，而本會十分關注會員的身心靈健康，因此，北區服務處舉辦了「靜靜觀」活動，讓參加者體驗各類靜觀活動，包括伸展、呼吸及靜坐等，讓會員透過練習平靜心神並提升對自我的覺察力，以保持良好的精神健康。



45周年Sticker填色及創作比賽

好開心今次活動得到各界踴躍支持及參與，是次比賽本會共收到來自40多個機構/單位/學校及個別參加者合共491份參賽作品，每份作品都用心繪製，而且許多作品都是水準之作。大會評審團在幾經辛苦、精挑細選之下，終於在各組別中選出了三甲名單。以下是各組別獲獎名單，恭喜各位得獎者。

填色組 - 圖畫一



填色組 - 圖畫二



個人創作組



親子創作組



至於「Like爆樂智45」得獎者作品可瀏覽中心FACEBOOK，再次多謝各位參與！

服務輸出統計數字

2020-21年度第二季(2020年7-9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	68	77	145
2 參與活動的傷殘人士數目(人次)	258	44	302
參與活動的健全人士數目(人次)	0	15806	15806
3 與其他團體合辦的社區參與及共融服務	0		0
4 社區教育服務	0		0
5 傷殘人士家屬/照顧者支援服務	1		1

冬季補一補



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

冬季補腎養臟的三個階段

初冬：立冬到大雪初冬要吃芡實、山藥、栗子健脾固腎，讓脾胃強大起來自愈諸虛百損。開始吃羊肉補腎陽，給身體加把火提前暖和起來。

仲冬：大雪到小寒仲冬要吃核桃仁、枸杞子、黑芝麻、葡萄乾，這些種子專補命門、腎精。

深冬：小寒到立春深冬要吃糯米、紅豆、牛骨髓、豬腰固腎氣，壯腰膝，並適宜飲酒防止寒濕滯留體內。

「補」重要「通」亦重要。中醫所謂的「通」是指氣血、經絡的暢通，氣滯血淤，經絡鬱阻，會導致疾病發生，所以如果體內有堵塞，光補不通就不行了。冬季最簡單的「通」法是多吃蘿蔔。俗話說「冬吃蘿蔔夏吃薑，不要醫生開藥方」。白蘿蔔消積滯食、化痰清熱、解毒，吃油膩食物後，吃點生蘿蔔可解膩、消食順氣；要注意的是白蘿蔔破氣，服人參等補藥後不要食用，否則會影響藥效。

培植生命力之當歸生薑羊肉湯

天寒陰鬱，這段時間，宜養正氣，煮羊肉湯。喝羊肉湯，有小太陽的作用，為一年的陰陽交接助力。

當歸生薑羊肉湯：

材 料：當歸20克、生薑30克、羊肉500克、黃酒、蒜苗、調料適量。

- 做 法：**
1. 將羊肉洗淨，切為塊件。生薑洗淨，不去皮，對切開，用刀背拍鬆。
 2. 然後燒開水氽燙一下，撈出。
 3. 將羊肉、當歸、生薑、黃酒，加入適量水燉煮1~2小時，最後加鹽調味。
 4. 蒜苗切碎，盛出來後撒到碗中，食肉喝湯。

小貼士：蒜苗一定要有，它能讓羊湯的滋味升級。

- 功 效：**
- 有溫中補血、祛寒強身的作用，讓人陰鬱的身體溫暖起來，給人陽光及生命力。
 - 特別適用於神疲乏力、面色蒼白、畏寒肢冷、舌色淡白等血虛及陽虛的人群。
 - 舌質偏紅、甚至特別紅的人，可能體內有熱，或陰虛火旺，不適合喝。以及正患感冒，發熱、咽喉疼痛者，也不宜吃羊肉。



如有任何與健康有關的問題，可向你們相熟的中醫師或醫生查詢。

認識各類維他命



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

上期註冊營養師崔惠淇已為大家介紹糖尿病，
今期就教大家認識各類維他命的功效及食物來源。

維他命A

(β胡蘿蔔素-植物性維他命A)

功效：增強口、鼻、氣管、眼睛、泌尿道、陰道黏膜與皮膚抵抗力。提升人體抵抗力，保護皮膚彈性，防治眼乾，促進生長發育，保護骨骼、牙齒、生殖系統，預防老年痴呆症，抗氧化、抗癌、預防心血管疾病。

食物來源：胡蘿蔔、木瓜、蕃薯、茼蒿、蕃薯葉、蛋黃、肝臟。

維他命B群

(B1、B2、B6、B12、菸鹼素、泛酸、葉酸)

功效：發動體力的關鍵，抒緩緊張、壓力、焦慮、憂鬱，幫助肝臟代謝解毒，減少心血管疾病，維護大腦、神經的健康，強化皮膚、毛髮、指甲健康，促進消化，幫助成長發育，預防老年癡呆，造血、預防貧血，增加抵抗力，預防癌症。

食物來源：酵母、全穀類食品、豆類、瘦肉、肝臟，蛋類，綠色蔬菜

維他命C

功效：預防感冒並加速復原，加速傷口癒合、降低感染，強化免疫機能，舒緩氣喘，美白、抗衰老、防皺、皮膚健康，抒緩壓力、緊張、憂鬱、喝酒、抽菸，抗癌、抗氧化，預防老年癡呆症，增進鈣、鐵、葉酸吸收利用，預防心血管疾病，延緩白內障發生。

食物來源：針葉櫻桃、草莓、奇異果、葡萄柚（西柚）、檸檬、橙、番石榴、綠色蔬菜。

維他命E

功效：防癌、抗癌、抗衰老，預防心血管疾病，增加抵抗力，預防老年癡呆，減輕更年期不適，有助治療不孕，預防流產，皮膚健康、減少掉髮、粉刺，抒解憂鬱、減緩緊張與焦慮，血球健康。

食物來源：植物油，全穀物，豆類，堅果，綠色蔬菜。

礦物質「鉻」

功效：加強胰島素的作用，促進蛋白質代謝和生長發育。

食物來源：貝類，魚類，全穀類

礦物質「鈣」、「鎂」

「鈣」功效：幫助骨骼發育、預防骨質疏鬆、調節肌肉運作、調節心跳、穩定血壓，減少心血管疾病、抒緩神經緊張、緩和失眠、舒解生理痛。

「鎂」功效：強化免疫系統、輔助酵素、荷爾蒙、神經傳導與能量代謝、幫助成長發育、改變糖尿病。

食物來源：豆制品、魚干、蝦干，海帶、芝麻及綠色蔬菜

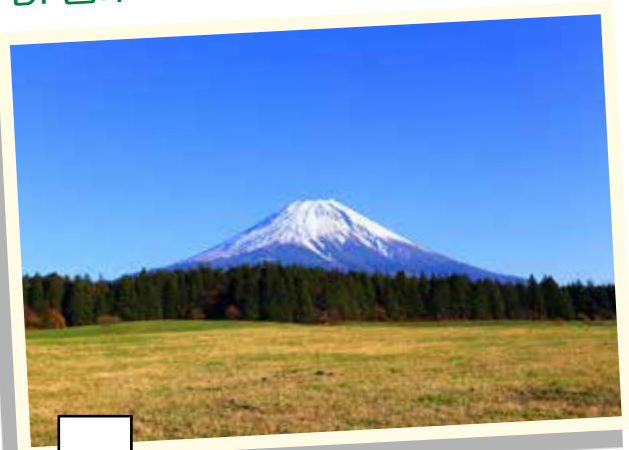


眼睛「相」旅行

疫情期間不能去旅行，就讓我們先用眼睛去個短程旅行吧！

知道下列圖片是哪些地方嗎？請嘗試為圖片配對正確的英文字母！並請在下方填上你的姓名，將表格交回中心，便可以獲得小禮物一份。

- A. 泰國 B. 高雄 C. 越南 D. 日本



會員姓名： _____

齊來找找聖誕卡

在紙袋中，藏了一張聖誕卡，你找到嗎？

找到聖誕卡後請用筆圈起來，在下方此頁填上你的姓名，將表格交回中心，可獲小禮物一份。

提示：這張卡是紅色的，更有聖誕樹圖案。



會員姓名：_____

成語填字遊戲

大家可從下表找出並填寫在正確成語中：

手	感	漏	逢	不	載	丁
牽	水	亡	補	心	手	萬

請在空格內填寫正確答案，成功答對所有成語的會員則可獲得精美禮物一份。

會員姓名：_____

會員的 夢想



我是伍嘉文



各位樂智協會的朋友大家好，我是伍嘉文，很多朋友都知道我很喜歡追星及使用手機、相機等電子產品，但其實很少人知道我其實是想成為一位出色的助理文員。對我來說要成為一位稱職的助理文員並不簡單，需要學習很多新的技能，例如有效率的打字技巧、收發電郵、文書處理、傳單製作及派發等。所以在有空時我都會練習一下速成及倉頡輸入法，裝備一下自己。

除了以上的實務技能外，我會努力學習控制自己的情緒，希望改掉亂發脾氣的習慣。最後如果我真的能夠成為一名助理文員，我希望我可以學懂如何理財，把工資好好地運用，買自己喜歡的東西。



不知道各位家屬有沒有留意我們中心的  和  呢？因為我們最近推出了很多和健康相關的短片，大家不妨到訪網站觀賞一下，當然也可以按下讚好或訂閱，以便大家可以第一時間觀賞到我們的短片！



Youtube可以根據以下步驟去欣賞健康短片：

← 樂智協會



樂智協會 Lok Chi Association

訂閱

先用搜尋輸入**樂智協會**。



在播放清單找到「賽馬會齡活城市計劃—智FIT價耆（賞樂篇）—齡活學堂」並按進去就能看到。



Facebook也是差不多的步驟：

全部 帖子 用戶 群組 相片 影片



樂智協會 Lok Chi Association

專頁 · 香港新界葵涌大窩...

先用搜尋輸入**樂智協會**。

然後在影片中找到「賽馬會齡活城市計劃—智FIT價耆（賞樂篇）—齡活學堂」的片單，並按進去就能看到。



——如果大家觀看後有任何意見或建議，歡迎向我們提出。——





賽馬會
逆境同行
食物援助計劃
Jockey Club
Food Assistance Programme

項目介紹

受新型冠狀病毒疫情影響，香港社會面對前所未見的挑戰，本港失業率及就業不足率持續攀升，而食物更成為因疫情而受影響人士最迫切的需要之一。為此，香港賽馬會慈善信託基金撥款二億四千萬，聯同六間非牟利機構及一間企業夥伴推行的「賽馬會逆境同行食物援助計劃」，透過多樣化及創新的食物援助方式，為超過七萬個合資格人士提供適時的過渡性食物援助，以紓緩因疫情衝擊而導致的經濟壓力。

計劃涵蓋以下四個範疇，令服務範圍更廣，以及配合受助人的不同需要：

「自在食」
速凍餐自助提
取機服務



「自在食」速凍餐自助提取機座落各區，以創新及更具彈性的取餐方式，尤其為不同作息時間的人士，提供為期最長一年的食物援助服務。

「煮飯食」
食物包服務



為合資格人士和家庭提供八星期的食物包援助服務。食物包包括基本糧食如米、麵條、罐頭以及超市現金券，更可因應受助者的需要，例如長者、嬰兒/幼兒、少數族裔人士而提供合適的食物。

「趁熱食」熱食
飯盒服務



由社區廚房每天製作熱食飯盒，為居住環境欠佳人士和家庭提供為期最長一年的免費熱食飯盒支援服務。

「馬上食」
網上點餐服務
(將於10月推出)



會優先為行動不便或沒有煮食空間人士提供食物支援。

計劃查詢熱線 賽馬會逆境同行食物援助計劃

聯絡電郵：enquiry@jcfoodprog.hk
聯絡電話：2596 2789

資料來源：<https://jcfoodprog.hk/zh>



本會早前向香港公益金申請「Circle K窩心食物券」並成功申請2,000張「窩心食物券 - 20元现金券」及500張「窩心換領券 - 飯飯店飯盒一盒券」，有關申請詳情將會於稍後公布，敬請密切留意中心Facebook及WhatsApp的最新消息。

工程及醫療義務工作協會 輔助就業服務

工程及醫療義務工作協會（下稱本會）致力改善殘疾人士的生活質素，並增強殘疾人士的獨立生活能力。輔助就業服務是本會其中一項服務，主要為就業有困難的精神病康復者、肢體傷殘人士及智障人士安排公開就業機會及提供在職跟進和支援，讓他們可以獲得僱主聘用，重投就業市場，融入社會，自力更生。今次就讓我們再與大家分享一個成功案例。

阿儀（化名）是一位有限度智力人士，自中三畢業後，曾從事過短時間的清潔工作，由於欠缺工作技能及工作經驗，公開就業對個案而言比較困難，亦欠缺方向，致一直未能找到工作。經社工的轉介下，阿儀成功進入本服務，由於阿儀已有一段長時間沒有工作，工作人員先安排一些與就業有關的工作訓練予她，如辦公室清潔訓練及派傳單訓練等，以提昇其工作技能及鍛鍊體力等，為日後公開就業做好準備。

完成一系列的工作訓練後，工作人員曾先後成功為阿儀轉介多份兼職工作，雖然最後幾份工作都只能維持一段短時間，但工作人員於阿儀每次離職後，都與她一起進行檢討並提供適當輔導，讓阿儀能多了解自己在工作上的問題，期望可汲取經驗，在下一份工作有更好的表現。

後來，阿儀再次透過工作人員的轉介，成功找到一份快餐店大堂的兼職清潔工作，阿儀感到興奮及開心，在工作期間，明白到原來維繫一份工作是一件不簡單的事，不只是努力工作便足夠，還要學習克服工作

上的種種問題，例如如何與同事相處及磨合，讓工作更順利。阿儀經常主動與工作人員分享工作上的喜與悲，從中工作人員得悉如何協助她處理工作上的問題，並與僱主聯繫及提供適切的協助予她，其後，阿儀工作漸漸穩定下來，除了能持續地工作，更得到上司的稱讚。

阿儀憑著努力不懈的工作態度，克服了工作上的困難，除了擁有一份滿意及穩定的工作，找到工作的意義外，亦學懂好好珍惜工作！

本會現時尚有服務名額，如你好像阿儀般找到一份理想的工作，歡迎透過以下方法聯絡我們：

- 1) 致電與協會之輔助就業主任
蔣奇澤先生（電話：3157-1793）或
馮慧怡小姐（電話：2788-4248）聯絡；
- 2) 電郵至 ses@emv.org.hk 查詢；
- 3) 瀏覽網址：ses.emv.org.hk；或
- 4) 掃描二維碼：



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

**請留意重要日期及本季特別報名程序

截止提交報名申請日期：

2020年12月29日 (星期二) 晚上6時

抽籤報名時段日期：

2020年12月30日 (星期三)

通知報名時段日期：

2020年12月31日 (星期四)

有興趣報名的會員及家屬請於2020年12月29日(星期二)前透過以下方法提交報名表給中心：發送已填妥的報名表到中心Whatsapp* / 致電中心告知職員有興趣的活動，並由職員協助填寫報名表 / 親臨各區服務處提交。

提交後待職員通知成功報名，按時出席活動並取回收據。

* 自動登記為願意以Whatsapp接收資訊。

***樂智北區青年中心會先發出臨時收據，於報名日後緊隨的星期日才發出正式收據。**

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。

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. 活動或會因應社會狀況或疫情而有變動，機構保留活動安排的最終決定權。

注意事項

1. 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。
2. 活動集合地點及乘車接送安排會視乎各區參加人數而定。
3. 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。
4. 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：_____)

1. 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。
2. 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2021年1-3月 活動報名表

三區聯合活動 大窩口、藍田及北區截止提交報名申請日期：2020年12月29日(星期二)

<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 北區	香港賽馬會特殊馬拉松 2021	會員 <input type="checkbox"/> 30元	家屬 <input type="checkbox"/> 30元
<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 北區	境外遊踪 2021 - 網遊天地	會員 <input type="checkbox"/> 全免	家屬 <input type="checkbox"/> 全免

樂智藍田青年中心 截止提交報名申請日期：2020年12月29日(星期二)

歡樂時光	<input type="checkbox"/> 全免	攝影及沖晒班 *	<input type="checkbox"/> 8元	成人教育課程 – 數學班 *	<input type="checkbox"/> 全免
樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	繪畫班 *	<input type="checkbox"/> 8元	樂智點唱站	<input type="checkbox"/> 全免
智友慶元旦 2021	<input type="checkbox"/> 全免	書法班 *	<input type="checkbox"/> 9元	跆拳道班 *	<input type="checkbox"/> 全免
牛牛賀新歲	<input type="checkbox"/> 全免	創意藝術班 *	<input type="checkbox"/> 全免	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免
義力量	<input type="checkbox"/> 全免	相聚一刻	<input type="checkbox"/> 全免		
手工藝班 *	<input type="checkbox"/> 8元	友情相聚	<input type="checkbox"/> 全免		

樂智大窩口青年中心 截止提交報名申請日期：2020年12月29日(星期二)

跆拳道班(初階) *	<input type="checkbox"/> 全免	一人有一個願	<input type="checkbox"/> 全免	頭條新聞	<input type="checkbox"/> 全免
跆拳道班(進階) *	<input type="checkbox"/> 全免	新春掛飾迎牛年	<input type="checkbox"/> 全免	成人教育課程 – 數學班 *	<input type="checkbox"/> 20元
黃昏約會	<input type="checkbox"/> 全免	非洲鼓班 *	<input type="checkbox"/> 30元	反斗英語教室	<input type="checkbox"/> 全免
樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	木箱鼓班 *	<input type="checkbox"/> 140元	繪畫及藝術創作班 *	<input type="checkbox"/> 全免
K歌點唱日	<input type="checkbox"/> 全免	合唱團班 *	<input type="checkbox"/> 70元	Happy Together	<input type="checkbox"/> 全免
遊戲挑戰賽	<input type="checkbox"/> 全免	夏威夷小結他班 *	<input type="checkbox"/> 140元	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免

樂智北區青年中心 截止提交報名申請日期：2020年12月29日(星期二)

時事多面睇	<input type="checkbox"/> 全免	智趣手語班	<input type="checkbox"/> 全免	北區 ETV	<input type="checkbox"/> 全免
悠閒閣	<input type="checkbox"/> 全免	Ukulele 彈唱班 *	<input type="checkbox"/> 全免	速成輸入法教學	<input type="checkbox"/> 全免
Happy Together	<input type="checkbox"/> 全免	齊齊愛護地球	<input type="checkbox"/> 全免	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免
靜靜觀	<input type="checkbox"/> 全免	網絡私隱設定教學	<input type="checkbox"/> 全免		
藝術創意班 *	<input type="checkbox"/> 全免	木箱鼓班 *	<input type="checkbox"/> 全免		

* 由專業導師教授

總收費： _____ 負責職員： _____ 日期： _____

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

- 截止交表日期：三區服務處於2020年12月29日（星期二）前接受交表報名。
- 參加者可於活動當天/首天到中心以現金或支票形式繳付活動費用。
- 40+：適合40歲或以上的會員報名。

三區聯合活動（2021年1-3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				
香港賽馬會 特殊馬拉松 2021 上午 8:00 - 下午 1:30	14/3 (星期日)	內容：參與「3公里共融健步行」活動。 (* 只限已報名參加「香港賽馬會特殊馬拉松 2021」的會員及伴跑員家屬，需自付交通費。) 備註：於 14/3 活動當天付報名費 30 元 負責職員：何靖雯姑娘 主辦：東華三院	中西區 海濱長廊 (中環段) 及 龍和道 名額 25 人	30 元
境外遊踪 2021 - 網遊天地 下午 2:00 - 3:00	28/3 (星期日)	內容：透過 ZOOM 視像分享過往境外遊踪的活動相片，介紹及分享其他國家的旅遊景點等。 負責職員：廖文暉先生	名額不限	全免

藍田服務處（2021年1-3月）（*因應疫情狀況，中心會按需要將活動轉為網上教學。）

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 9:30 - 10:00 (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 6 人	全免
特別/義工活動				
智友慶元旦 2021 下午 3:00 - 4:30	1/1 (星期五)	內容：透過回顧過去一年所發生的事情、玩集體遊戲等，迎接 2021 年。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額 10 人	全免

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
牛牛賀新歲 上午 9:30 - 10:30	7/2 (星期日)	內容：透過玩遊戲等、認識應節食品及傳統習俗，迎接 2021 年。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額 10 人	全免
義力量 上午 10:00 - 11:00 (AYP 服務科)	16/1, 20/2, 13/3 (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 12 人	全免
藝無盡活動 (由殘疾人士藝術發展基金資助)				
手工藝班 上午 10:00 - 下午 1:00	23/1, 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 27/3 (逢星期六，共 22 節)	內容：教授參加者利用布料、黏土、環保物料、皮革等創作獨一無二的手工藝品。 (* 報名者須經職員遴選) (* 參與的會員須持續參加活動 18 個月) 備註：參加者可於 23/1 當天繳付活動費 8 元 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 10 人	8 元
攝影及沖晒班 下午 2:00 - 5:00	23/1, 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 27/3 (逢星期六，共 22 節)	內容：聘請專業導師教授參加者認識相機結構、不同拍攝技巧、熟習運用各類攝影器材，運用自己的角度拍攝各種香港的風土人情。 (* 報名者須經職員遴選) (* 參與的會員須持續參加活動 18 個月) 備註：參加者可於 23/1 當天繳付活動費 8 元 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 10 人	8 元
繪畫班 上午 10:00 - 下午 1:00	31/1, 7/2, 21/2, 28/2, 7/3, 14/3, 21/3, 28/3 (逢星期日，共 23 節)	內容：教授參加者利用不同顏料，包括：水彩畫、素描、油粉彩、禪畫等去自由創作不同畫作。 (* 報名者須經職員遴選) (* 參與的會員須持續參加活動 18 個月) 備註：參加者可於 31/1 當天繳付活動費 8 元 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 10 人	8 元
書法班 下午 2:00 - 5:00	24/1, 31/1, 7/2, 21/2, 28/2, 7/3, 14/3, 21/3, 28/3 (逢星期日，共 23 節)	內容：專業導師教授參加者運用原子筆、鋼筆及毛筆等學習中文書法。 (* 報名者須經職員遴選) (* 參與的會員須持續參加活動 18 個月) 備註：參加者可於 24/1 當天繳付活動費 9 元 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額 10 人	9 元

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
週六活動				
創意藝術班 上午 10:00 - 11:00 (AYP 服務科)	9/1, 16/1, 16/1, 23/1, 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 27/3 (共 11 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：王美琪女士	藍田服務處 名額 10 人	全免
相聚一刻 下午 2:00 - 3:00 (40+)	2/1, 9/1, 16/1, 23/1, 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 20/3, 27/3 (星期六，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 10 人	全免
友情相聚 下午 3:00 - 4:00 (40+)	2/1, 9/1, 16/1, 16/1, 23/1, 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 20/3, 27/3 (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：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額 10 人	全免
週日活動				
成人教育課程 - 數學班 上午 10:30 - 下午 12:30	17/1, 24/1, 31/1, 7/2, 21/2, 28/2, 7/3, 14/3, 21/3, 28/3 (共 10 節)	內容：由專業導師教導會員簡單數學知識。 (*報名者須經職員遴選程序) (*活動由勞工及福利局資助) 負責職員：李善樂姑娘 導師：歐陽子榮先生	藍田服務處 名額 12 人	20 元
樂智點唱站 上午 10:00 - 11:00	逢星期日	內容：透過與會員一起唱歌及點唱，將快樂傳遞給身邊親朋好友。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 會員 10 人	全免
跆拳道班 上午 11:30 - 下午 1:00 (AYP 康樂體育科)	10/1, 17/1, 24/1, 31/1, 7/2, 21/2, 28/2, 7/3, 14/3, 21/3 (共 10 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；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	全免
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭 下午 4:30 - 下午 5:30	30/1 (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

大窩口服務處 (2021年1-3月) (*因應疫情狀況,中心會按需要將活動轉為網上教學。)

活動名稱/時間	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)	逢星期三 (共 13 節)	內容: 透過學習跆拳道訓練會員的品德及服從性。 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	全免
跆拳道班 (進階) 下午 5:30 – 6:15 (AYP 康樂體育科)	逢星期三 (共 13 節)	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。 (* 初次參加者須由職員遴選) 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	全免
黃昏約會	逢星期四 (11/2 除外, 共 11 節)	內容: 小組遊戲、手工藝及唱卡拉 OK。 負責職員: 梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 8 人	全免
樂智晨操	逢星期六 (13/2 及 20/3 除外, 共 11 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 10 人	全免
K 歌點唱日	逢星期日 (14/2 除外, 共 12 節)	內容: 讓會員點唱歌曲並一起欣賞。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額 8 人	全免
遊戲挑戰賽	逢星期日 (14/2 除外, 共 12 節)	內容: 會員參與不同的挑戰比賽, 例如問答大賽、接龍比賽等等。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額 8 人	全免
特別/義工活動				
一人有一個願望 下午 4:00 – 5:00	3/1 (星期日)	內容: 一同製作願望盒並為未來一年許下願望、制訂目標。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額 10 人	全免
新春掛飾迎牛年 下午 4:00 – 5:00	7/2 (星期日)	內容: 一起製作新年掛飾。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額 10 人	全免
無盡音樂館活動 (*由殘疾人士藝術發展基金資助)				
非洲鼓班 下午 4:45 – 5:45	19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3 (星期五, 共 6 節)	內容: 由專業導師教授會員傳統西非鼓樂, 導師將配合歌曲及遊戲, 培養會員對音樂的興趣。 (* 參加者須由職員遴選) (* 不能使用優惠券報名) (* 參與的會員須持續參加活動) 負責職員: 梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 10 人	120 元

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
木箱鼓班 上午 11:45 – 下午 12:45	16/1, 23/1, 30/1, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 20/3, 27/3 (星期六, 共 9 節)	內容：由專業導師教授會員學習基本節奏，導師將配合歌曲教導會員拍打木箱鼓等技巧。 (* 參加者須由職員遴選) (* 不能使用優惠券報名) (* 參與的會員須持續參加活動) 負責職員：梁曉程姑娘	太子 香港夏威夷 小結他聯會 名額 10 人	140 元
合唱團班 下午 1:30 – 2:30	16/1, 23/1, 30/1, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 20/3, 27/3 (星期六, 共 9 節)	內容：由專業導師教授會員合唱團的唱歌、表演注意之用聲及技巧。 (* 參加者須由職員遴選) (* 不能使用優惠券報名) (* 參與的會員須持續參加活動) 負責職員：梁曉程姑娘	太子 香港夏威夷 小結他聯會 名額 10 人	70 元
夏威夷小結他班 下午 2:45 – 3:45	16/1, 23/1, 30/1, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 20/3, 27/3 (星期六, 共 9 節)	內容：由專業導師教授會員學習拍子、和弦及閱譜等演奏夏威夷小結他的技巧。 (* 參加者須由職員遴選) (* 不能使用優惠券報名) (* 參與的會員須持續參加活動) 負責職員：梁曉程姑娘	太子 香港夏威夷 小結他聯會 名額 8 人	140 元
週六活動				
頭條新聞 上午 10:00 – 10:30	9/1, 16/1, 20/2, 27/2, 13/3 (共 5 節)	內容：分享一週新聞，討論熱門時事 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 10 人	全免
成人教育課程 – 數學班 上午 11:00 – 下午 1:00	16/1, 23/1, 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 27/3, 3/4 (共 10 節)	內容：由專業導師教導會員簡單數學知識。 (* 報名者須經職員遴選程序) (* 活動由勞工及福利局資助) 負責職員：黃偉雄先生 導師：歐陽子榮先生	大窩口服務處 名額 12 人	20 元
週日活動				
反斗英語教室 中午 12:00 – 下午 12:30 (AYP 技能科)	10/1, 17/1, 31/1, 21/2, 28/2, 14/3, 21/3, 28/3 (共 8 節)	內容：輕鬆教授常用英語，增加生活技能，活學活用。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員：鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 12 人	全免
繪畫及藝術創作班 下午 2:00 – 4:00 (AYP 技能科)	逢星期日 (除 14/2 外)	內容：由專業導師教授繪畫技巧及不同藝術創作。 (* 初次參加者須由職員遴選) 負責職員：鄭成亨先生 導師：葉芊彤女士	大窩口服務處 名額 10 人	全免

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
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)	2/1, 9/1, 16/1, 23/1, 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 20/3, 27/3 (共 12 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 10 人	全免
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭 上午 11:30 – 下午 1:00	27/3 (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 (2021年1-3月) (*因應疫情狀況，中心會按需要將活動轉為網上教學。)

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
恆常康樂活動				
時事多面睇 下午 1:30 – 2:00	逢星期日 (14/2 除外，共 12 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 8 人	全免
悠閒閣 下午 4:00 – 5:30	逢星期日 (14/2 除外，共 12 節)	內容：觀賞短片及欣賞音樂。 負責職員：李倪好姑娘	大窩口服務處 名額不限	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)	2/1, 9/1, 16/1, 23/1, 30/1, 6/2, 20/2, 27/2, 6/3, 13/3, 20/3, 27/3 (共 12 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 4 人	全免
週日活動				
靜靜觀 上午 11:30 – 中午 12:00	3/1, 17/1, 7/2, 21/2, 7/3, 28/3 (共 6 節)	內容：透過靜觀練習，平靜心神，提升專注力及穩定情緒。 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額 8 人	全免
藝術創意班 上午 11:30 – 下午 1:00	10/1, 24/1, 31/1, 28/2, 14/3 (共 5 節)	內容：由導師教授會員學習手工創作及繪畫藝術。 負責職員：李倪好姑娘 導師：廖昭貽女士	北區服務處 名額 6 人	全免

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
智趣手語班 中午 12:00 – 下午 12:30	3/1, 17/1, 7/2, 21/2, 7/3, 28/3 (共 6 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
Ukulele 彈唱班 下午 2:00 – 2:45	3/1, 10/1, 17/1, 7/2, 21/2, 7/3, 14/3, 21/3 (共 8 節)	內容：會員將學習拍子、和弦及閱譜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) 負責職員：梁曉程姑娘 導師：朱還惜先生	北區服務處 名額 8 人	全免
齊齊愛護地球 下午 2:30 – 3:00	28/2, 28/3 (共 2 節)	內容：學習保育知識，愛護大家身處的地球。 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額 8 人	全免
網絡私隱設定教學 下午 2:30 – 3:30	24/1, 31/1 (共 2 節)	內容：教導不同社交平台、手機或電腦當中的私隱設定，提升網絡安全。 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額 8 人	全免
木箱鼓班 下午 2:45 – 3:30	3/1, 10/1, 17/1, 7/2, 21/2, 7/3, 14/3, 21/3 (共 8 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) (*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 導師：朱還惜先生	北區服務處 名額 5 人	全免
北區 ETV 下午 2:00 – 2:30	3/1, 7/2, 7/3 (共 3 節)	內容：每次與會員分享不同主題，包括世界新知和各類冷知識。 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額 6 人	全免
速成輸入法教學 下午 3:30 – 4:00	17/1, 24/1, 31/1, 28/2, 14/3, 28/3 (共 6 節)	內容：教導會員速成輸入法的規則與技巧。 (*參加者必須備有可使用速成輸入法的手機或電腦) 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額 6 人	全免
家屬俱樂部活動				
樂敘家庭 下午 3:30 – 5:00	21/3 (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。 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：2020年12月 印刷份數：2500份



香港公益金
THE COMMUNITY CHEST
會員機構 MEMBER AGENCY

