

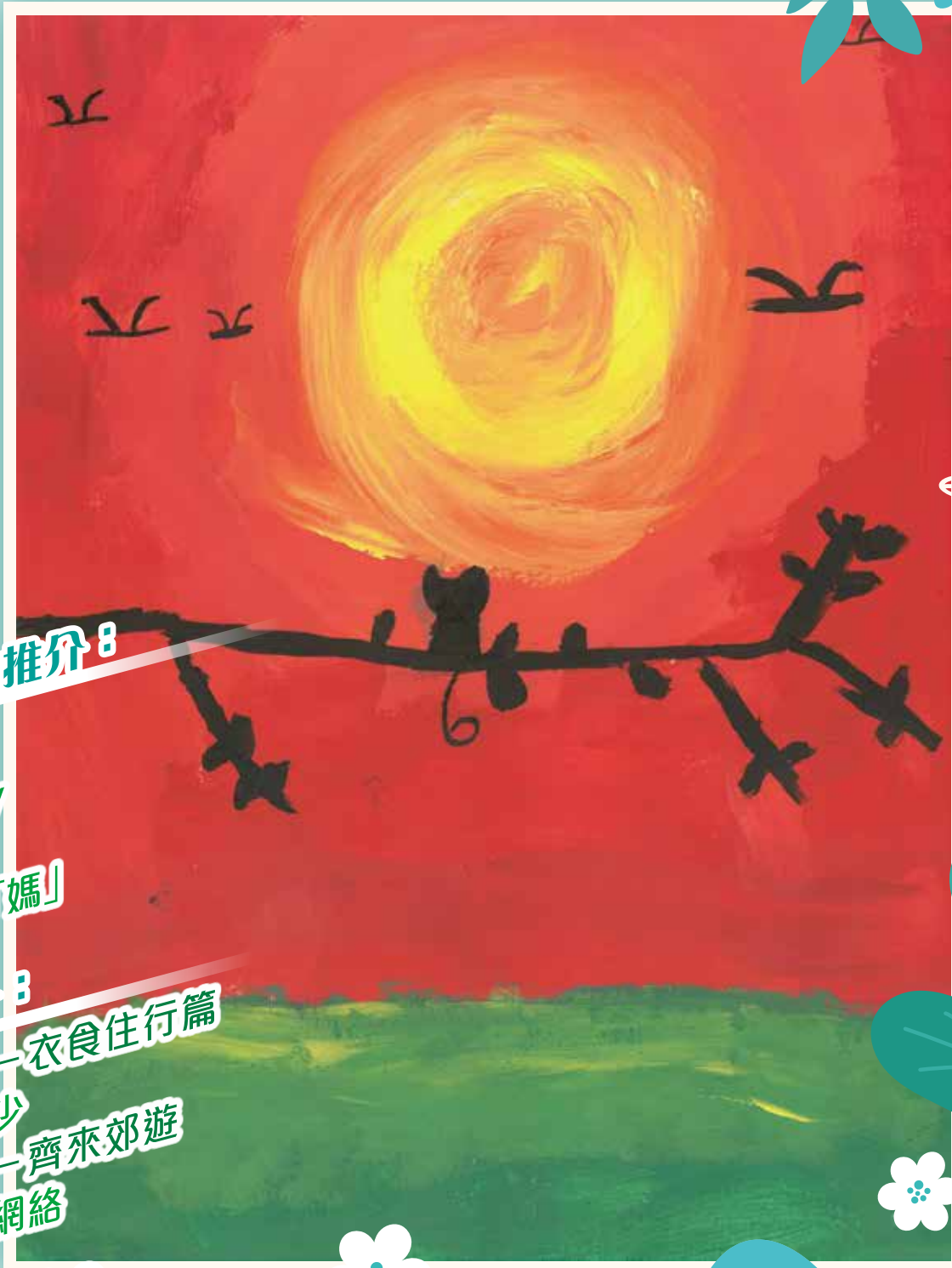
樂知友

Friends of Lok Chi

122期

2021年4-6月

活動通訊



本季活動推介：

會員大會
生日Party
友你同行
親親你好「媽」

專欄推介：

春季養生—衣食住行篇
痛風知多少
遊戲天地—齊來郊遊
康復數碼網絡

李欣桐作品 - 夕陽 2020

編者的話

雖然疫情反覆，相信各位會員及家屬都開始習慣及適應於網上學習，中心的服務亦隨之而轉變，在2020年開始慢慢發展線上線下混合活動模式，盡量令各位會員在疫情下能繼續參與中心活動，一年過去，多謝會員及家屬的包容與協調，令服務能暢順推行。

去年尾，社會福利署已向殘疾人士社交及康樂中心增撥了資源以加強照顧者服務，同時希望為更多會員提供服務，本會將會聘請社工以發展上述服務，相信協會的團隊將會更專業，服務更多樣化。於新一年度會提供更優質的服務給各位會員及家屬。

隨著新冠疫苗的研發，政府亦開始為全港市民接種。不論你會否選擇接種，但疫苗已為戰勝疫情踏出了一步，只要我們齊心抗疫，繼續做足防疫措施，病毒很快會消退，大家又可以聚首一堂，一同分享歡樂！



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	15-16
入會申請表	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

活 動 工 作 員：駱彩茵女士

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**

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) 	✗	✗	✗
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

活動工作員 駱彩茵姑娘

大家好！我是駱姑娘！我的名字有個「彩」字，因為家人希望我生活多姿多彩，所以駱姑娘都有很多興趣的！每當有空閒時間，我就會去露營、游水、煮野食、影相、畫畫……不過我最鍾意就是唱歌！有機會記得要搵我一齊唱下歌！最後好開心可以加入樂智呢個大家庭，期待同大家見面！



新員工介紹

實習社工 陳瑩影姑娘

大家好，我是實習社工陳瑩影，大家可以叫我瑩影姑娘！我很喜歡小動物，我家裏有兩隻可愛的小貓，希望之後的日子有機會介紹牠們給你們認識！



實習社工 陳巧儀姑娘

我是實習社工陳巧儀，大家可以叫我巧儀姑娘！我好鍾意同人傾偈，我閒時會畫下畫，有空也會搭車四處逛！希望好快有機會和大家見面。



會員會籍更新

本會為了令會員續會更方便快捷，故特別安排所有2020-21年度樂智協會之會員於2021年4月1日起自動續會一年，會籍有效期至2022年3月31日止，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。



會員作品

今期我們一同欣賞會員參與不同活動的藝術作品。



王曉嵐
-夕陽



朱嘉駿
-錯覺圖



吳銘祺
-花



李珈翹
-錯覺圖



周靜雯
皮革系列



曾嘉晉
攝影作品
-雙面人



胡穎蕎
-花園



梁文滔
書法作品

樂智45吹夢舞台抗疫音樂會

獲香港公益金及香港青馬獅子會贊助的「樂智45吹夢舞台抗疫音樂會」順利完成拍攝及剪輯，並如期於12月31日在網上播出。各參加者及義工均希望透過此音樂會，在疫情中為各界人士打打氣！還有充滿正能量的大會主題曲「願你心中相信愛」，與大家分享有機會教大家一齊唱！歌詞請瀏覽：<https://www.youtube.com/watch?v=Ze6hq81UpEg>。如果希望重溫音樂會內容，歡迎到協會Facebook、youtube或網頁按入音樂會的連結。

YouTube



聖誕禮襪

因受疫情影響，2020年的「聖誕Party」也因此未能實體舉行，為了讓會員仍能感受聖誕節的歡樂氣氛，樂智協會特為會員送上一份聖誕禮「襪」，並於12月26日於本會Facebook進行直播大抽獎，場面非常熱鬧！是次活動有多達400名會員參與，亦吸引了不少舊有會員參與，期望好快再次見到大家一齊玩一齊笑。



牛年笑哈哈

「牛年笑哈哈」提供了一系列網上賀年活動、在6/2邀請了會員參與直播開幕禮、派發福袋及新春大抽獎，令大家渡過一個愉快的新年。活動反應熱烈，總共吸引393名會員及家屬報名參與，大部分會員表示最深刻是Facebook進行新春大抽獎直播，當中加插現場致電給中獎會員，對於這個環節感到十分興奮及刺激，期望來年舉辦新春活動時可以現場與大家會面！



各區服務處花絮



大窩口青年中心

大窩口友里之好好Zoom

由社會福利署小區合作平台Link Up 荃葵青·大窩口「友」里資助的「大窩口友里之好好Zoom」已分別於2月3日及2月6日順利舉行，特別鳴謝新生精神康復會及救世軍大窩口青年中心義工用心準備的福袋，透過ZOOM向本中心區住於大窩口的會員及家屬送上一份新年祝福及心意，持續關懷會員家庭的需要。



藍田青年中心

成人教育課程 - 數學班

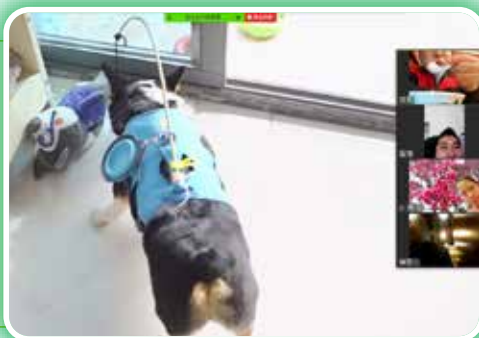
由勞工及福利局贊助的成人教育課程 - 數學班在疫情影響下繼續開課。中心按社會福利署的指引，在有充足的社交距離及防疫措施下，讓有需要的會員回中心上課，發展線上線下混合上課模式。會員都十分專注參加，學習加減乘除、容量、貨幣找續、度量衡等概念。



北區青年中心

悠閒閣

因疫情關係，北區服務處未能開放，中心改為於網上與北區會員一同分享影片及聽音樂。會員可自由地點歌及分享不同的影片，氣氛愉快。



協會社交媒體的發展



回顧2020-21年度，雖然大部份時間與會員都在ZOOM見面，但無阻會員繼續於網上支持本會。機構每天下午2時30分舉辦「樂智230」、舉辦「45周年Sticker填色及創作比賽」網上投票、「聖誕禮襪」及「牛年笑哈哈」網上活動都得到大家的熱烈支持和參與。

截至2021年2月28日，協會Facebook的讚好人數達1,319人，追蹤人數為1,475人。相比兩年前，讚好人數由816人大幅增加了503人，升幅達61.6%。截至2021年2月28日，協會Youtube頻道累積影片共147段及127人訂閱，影片數量2年提升16倍；訂閱人數亦提升11倍。而協會Instagram則有61名追蹤者，追蹤者數目比2019年亦提升了2.7倍。我們會繼續提升社交媒體的水準，希望會員及家屬們邀請更多朋友追蹤及支持我們的平台，多些交流，多多支持！

加強照顧者服務

社會福利署增撥新資源給殘疾人士社交及康樂中心，加強智障人士家屬及照顧者服務，以減輕家屬在照顧上的壓力及加強家屬的連繫。服務包括以個案或小組形式為家屬提供相關服務。現正籌備相關服務及聘請中心社工，敬請留意本會的最新消息及服務宣傳。



2020-21年度問卷調查結果

截至2021年1月17日，本會共收到153份問卷，當中85份為會員問卷及68份為會員家屬問卷。會員及家屬分別對於本會服務的整體滿意程度為94.1%及95.4%。有85.1%及82.7%家屬表示希望舉辦多些三區活動及家屬活動；另外，會員及家屬最希望中心舉辦的活動種類為：與健康相關、社交康樂及智力才藝活動，本會將會按各位的意見在來年安排不同類型的活動給你們，希望會員及家屬們繼續支持本會活動。

如有興趣詳細了解本年度的問卷調查結果，歡迎到中心壁報版上閱覽。



服務輸出統計數字

2020-21年度第三季(2020年10-12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	189	113	302
2 參與活動的傷殘人士數目(人次)	1136	796	1932
參與活動的健全人士數目(人次)	0	26842	26482
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		1	1
5 傷殘人士家屬/照顧者支援服務		4	4



春季養生

衣 食 住 行 篇

春季來臨，陽氣升發，人的機體皮膚腠理逐漸舒展，臟腑、氣血功能增強，自然界各種生物也萌生發育，棄故從新。春季的養生首先要掌握春令之氣升發舒暢的特點，節制和宣達春陽之氣，並從衣、食、住、行等方面加以調攝，以保障人體正常的新陳代謝和健康。



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 | Q

衣

衣著要寬鬆舒展，柔軟保暖。春季天氣冷熱多變，常有寒潮來襲。高年之人，多有宿疾，如肝陽偏亢者，因陰分不足，受不住風陽刺激，而出現肝經症，血壓容易升高，睡眠不好；內熱體質者則易患目赤腫痛；急性支氣管炎、肺炎、哮喘、冠心病、流感及腮腺炎、猩紅熱等疾病也時有發生或復發。故當此之時，應做到「虛邪賊風，避之有時」。要時備夾衣，遇暖易之，棉衣不可頓去，以防風寒侵襲，這正是「春捂秋凍」之理。

食

春季是陽氣升發、萬物推陳出新的季節，此時人體之陽氣也順應自然，向上向外將聚積一冬的內熱散髮出來。飲食宜清淡溫平，應多食時鮮蔬菜，如春筍、菠菜、芹菜等，這對於因冬天偏食滋補食品所致偏熱體質者，可起到清熱解毒、涼血明目、消腫利尿的作用。

春季不宜過食油膩烹煎動火之物，以免積熱在里。同時要少吃辛辣等刺激性的食品，不飲烈性酒。

住

陽春三月，是在住宅周圍栽花、植樹的大好時光。保持室內外的清潔，保證夜間睡眠充足，有利於促進身心健康，符合「春天應陽」、「春夏養陽」的養生原則。

行

春光明媚，空氣清新，萬物勃發，這種環境最有利於人體吐故納新。此時最適宜的，是踏青，人在田野中可以接收大地初出的「清」氣，抒出胸中惡氣，把郁結的肝氣、煩悶疏散抖落。

實踐證明，春季進行鍛鍊，能提高機體對氣候變化的適應能力，使人體各種組織器官適應春天的升發之氣，減少「春困」等不適。

春季應根據自己的身體狀況選擇戶外鍛鍊項目，一般以簡單易行又有趣的活動為好，如太極拳、易筋經、八段錦、慢跑，放風箏、盪鞦韆等。以陶冶性情，使身體在春光中最大限度地吸取大自然的活力。

如有任何與健康有關問題，可向你們相熟的中醫師或醫生查詢。

今期註冊營養師崔惠淇
將會為大家簡介痛風及
如何吃得有營養。

痛風知多少



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

痛風是一種關節炎，因為患者對食物中（特別是蛋白質）的嘌呤未能完全代謝及排出，積聚在血液中的尿酸（尿酸是人體中的嘌呤代謝後的廢物）會停留在大腳趾的關節形成針狀結晶，有時也會在身體的其他關節形成，結果關節會發炎、紅腫發熱、非常疼痛。肥胖，血脂高，經常大量喝酒，飲水量不足，都比較容易使尿酸積聚在身體，引發痛風。

注意事項：

注意控制體重。避免進食高蛋白質食物，如肉類、海鮮、豆製品、肉湯、海鮮湯、高油份高脂肪食物。避免飲酒及酒精飲品。

飲食原則：

主食以適量全穀類為主，多吃纖維豐富的食物，例如：蔬菜、瓜類、蕃薯、水果等，飲食宜清淡及多喝水（最少每天2公升）幫助排走尿酸。

營養補充品：

維他命B、C、硒質、卵磷脂、Omega3、礦物質鈣及鎂。

食物來源：

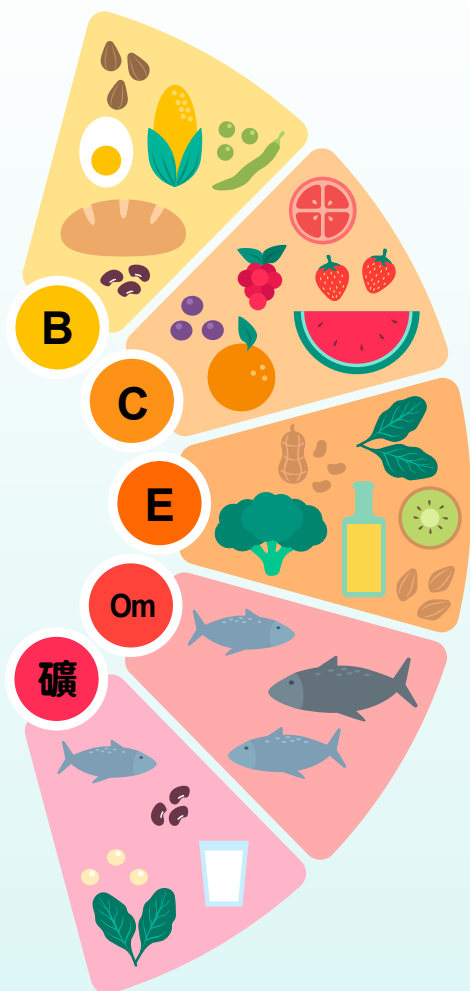
維他命B **B** 全穀類食品、豆類、瘦肉、蛋類，綠色蔬菜

維他命C **C** 針葉櫻桃、草莓、奇異果、西柚、檸檬、橙、番石榴、綠色蔬菜。

維他命E **E** 植物油（橄欖油、茶籽油），全穀物，豆類，堅果，綠色蔬菜。

Omega3 **Om** 深海魚

礦物質鈣及鎂 **礦** 豆製品、魚乾，蝦乾，海帶、芝麻及綠色蔬菜





齊來郊遊

春天到了，最適合和家人到郊外呼吸新鮮空氣。在享受大自然美景的同時，我們也要懂得保護環境呀！

以下哪些行為是錯誤的？請在圖片旁格仔內打「X」，並請在下方寫上你的姓名，完成後把表格交回中心，答對便可以獲得小禮物一份。



會員姓名：_____

向大窩口進發!

我們會員當中有不少是巴士迷，相信大家都十分熟悉有哪條巴士線會途經大窩口站，讓我們一起向大窩口進發！



A. 42C

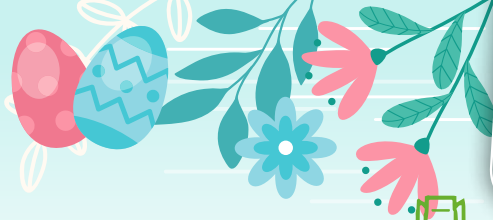
B. 49X

C. 58M

D. 73X

會員請圈出上述所有途經**大窩口站**的巴士線，答對题目的會員將獲精美禮品一份。

會員姓名：_____



齊來猜地方



作為一名出色的樂智之友，會員們一定去過香港不少有特色的地方。聰明的您又知道以下六棟摩天大廈的名字嗎？



可供選擇的答案：

- A. 中銀大廈
- B. 怡和大廈
- C. 力保中心
- D. 合和中心
- E. 匯豐銀行
- F. 環球貿易廣場

會員請在空格內寫上正確答案(英文字母)，答對题目的會員將獲精美禮品一份。

會員姓名： _____

撰文：陳栩淇姑娘
受訪會員：李向龍及媽媽

我的音樂夢

大家好！我是李向龍。不知道有沒有朋友和我一樣都很喜歡音樂呢？音樂可說是我日常生活的不可或缺的一部分。在假日，我會參加不同有關音樂的興趣班，例如：木箱鼓班，夏威夷小結他班和合唱團班。在家有空時，我會練習彈琴。每當我能用音符彈奏出我喜歡的歌曲，我便覺得很有成功感。在眾多樂器當中，我最愛的是木箱鼓。我覺得它的聲音最能吸引我，別看它只是一個箱子，聲音卻有很多變化。

除了音樂，烹飪是我另一興趣。平時我最愛的就是烹飪西餐，煎三文魚扒更是我最近的得意作品！

在香港，其中一個我最愛的地方就是港島。因此，我希望能有機會到港島的不同地方作街頭演出，把音樂帶給不同的人，令其他人更認識音樂。希望其他朋友也為自己的夢想加油！



🎵 三文魚扒技能解鎖！



🎵 中餐西餐我都識煮！



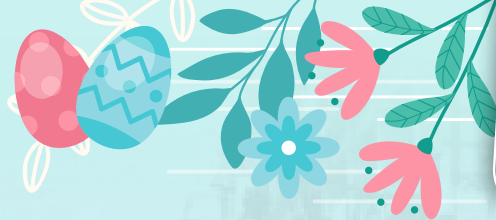
🎵 閒時我都會行山！



🎵 木箱鼓是我喜愛的音樂之一



🎵 其中一個拿手菜式



假日好去處

旺角618上海街

「618上海街」位於朗豪坊斜對面，由14幢百年唐樓重建而成，四年的活化工程過後，於2020年1月開幕。商場的門口彷彿如時空隧道，帶領客人回到六七十年代的老香港。商場內處處都是老香港風情的壁畫和展品，昔日的上海街處處鋼筋銹蝕，如今蛻變成亮麗的外型。「618上海街」除了適合拍照打卡外，內裡還有不少懷舊小店、餐廳等你探索發掘。

地址：香港九龍旺角上海街618號



康復數碼網絡

康復數碼網絡是一個顧及不同殘疾人士需要而設的無障礙網站。無論在內容、畫面、結構及網上瀏覽功能等各方面，康復數碼網絡均符合一系列國際及香港政府訂下的標準，務求讓各類殘疾人士能輕鬆的瀏覽康復數碼網絡內的資訊及互相交流，為殘疾人士及他們的照顧者提供一站式資訊。

網址：<https://cyberable.swd.gov.hk/tc/news.html>



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。本會社會會面見申請人，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： 2021年3月23日 (星期二) 晚上6時
活動抽籤日期： 2021年3月24日 (星期三)
通知報名日期： 2021年3月25日 (星期四)
付款日期： 2021年3月27日 (星期六)

有興趣報名的會員及家屬請於2021年3月23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。

* 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4-6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：2021年3月23日(星期二)

<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 北區	會員大會 (大窩口及北區)	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	會員大會 (藍田)	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：2021年3月23日(星期二)

手工藝班 *	<input type="checkbox"/> 11元	復活。世界和平祝願大會	<input type="checkbox"/> 全免	週日樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免
攝影及沖晒班 *	<input type="checkbox"/> 11元	香港·雲	<input type="checkbox"/> 全免	樂智合唱團 *	<input type="checkbox"/> 160元
繪畫班 *	<input type="checkbox"/> 12元	智友登高看世界	<input type="checkbox"/> 20元	唱歌訓練班 (初階) *	<input type="checkbox"/> 160元
書法班 *	<input type="checkbox"/> 12元	智友復活小派對	<input type="checkbox"/> 20元	樂智點唱站	<input type="checkbox"/> 全免
義力量	<input type="checkbox"/> 全免	佛你睇	<input type="checkbox"/> 20元	跆拳道班 *	<input type="checkbox"/> 160元
生日 Party	<input type="checkbox"/> 20元	週六樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	香薰體驗 *	<input type="checkbox"/> 150元
友情相聚	<input type="checkbox"/> 50元	創意藝術班 *	<input type="checkbox"/> 180元	行山小隊	<input type="checkbox"/> 全免
成人教育課程 – 德育課程 *	<input type="checkbox"/> 20元	拉筋吧! 筋肉人	<input type="checkbox"/> 全免	康體普拉提班 (A班) *	<input type="checkbox"/> 200元
智友鬆一鬆	<input type="checkbox"/> 全免	相聚一刻	<input type="checkbox"/> 全免	康體普拉提班 (B班) *	<input type="checkbox"/> 200元
歡樂時光	<input type="checkbox"/> 全免	乒乓球班 *	<input type="checkbox"/> 30元	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免

樂智大窩口青年中心 截止提交報名申請日期：2021年3月23日(星期二)

非洲鼓班 *	<input type="checkbox"/> 360元	友你同行 (家屬活動)	<input type="checkbox"/> 全免	樂說故事	<input type="checkbox"/> 20元
木箱鼓班 *	<input type="checkbox"/> 220元	親親我好「媽」	<input type="checkbox"/> 全免	K 歌點唱日	<input type="checkbox"/> 全免
合唱團班 *	<input type="checkbox"/> 110元	端午影院	<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"/> 220元	跆拳道班 (初階) *	<input type="checkbox"/> 120元	「棋」趣天地	<input type="checkbox"/> 全免
Happy Together	<input type="checkbox"/> 50元	跆拳道班 (進階) *	<input type="checkbox"/> 120元	繪畫及藝術創作班 *	<input type="checkbox"/> 140元
樂智義工隊	<input type="checkbox"/> 全免	日本文化小教室	<input type="checkbox"/> 20元	舞蹈新天地 *	<input type="checkbox"/> 60元
生日 Party	<input type="checkbox"/> 60元	黃昏約會	<input type="checkbox"/> 20元	花藝班 *	<input type="checkbox"/> 200元
成人教育課程 – 德育課程 *	<input type="checkbox"/> 20元	健體班 *	<input type="checkbox"/> 40元	香薰體驗 *	<input type="checkbox"/> 150元
小甜品大製作	<input type="checkbox"/> 全免	美食工房 A 班	<input type="checkbox"/> 30元	親子甜品班 *	<input type="checkbox"/> 60元
復活蛋樂園	<input type="checkbox"/> 20元	美食工房 B 班	<input type="checkbox"/> 30元	行山小隊	<input type="checkbox"/> 全免
SWITCH 大賽 (一)	<input type="checkbox"/> 全免	童軍 *	<input type="checkbox"/> 60元	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免
SWITCH 大賽 (二)	<input type="checkbox"/> 全免	唱遊班	<input type="checkbox"/> 20元		

樂智北區青年中心 截止提交報名申請日期：2021年3月23日(星期二)

成人教育課程 – 德育課程 *	<input type="checkbox"/> 20元	北區山系遊	<input type="checkbox"/> 30元	木箱鼓班 *	<input type="checkbox"/> 240元
Happy Together	<input type="checkbox"/> 50元	北區小聚 (一)	<input type="checkbox"/> 30元	靜靜觀	<input type="checkbox"/> 全免
清明小聚	<input type="checkbox"/> 全免	北區小聚 (二)	<input type="checkbox"/> 30元	智趣手語班	<input type="checkbox"/> 全免
復活玩一玩	<input type="checkbox"/> 全免	藝術創意班 *	<input type="checkbox"/> 60元	樂敘家庭	<input type="checkbox"/> 全免
北區生日會 (4-6月)	<input type="checkbox"/> 60元	樂智義工隊	<input type="checkbox"/> 全免		

* 由專業導師教授

活動報名須知

1. 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。
2. 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。
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，不便之處，敬請原諒。
4. 2021年3月27日(星期六)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」。
5. 40+：適合40歲或以上的會員報名。

鳴謝

樂智協會獲二零二零至二一年度戴麟趾爵士康樂基金(主要基金)撥款資助非建設工程計劃下購置的體育用品。

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

三區聯合活動 (2021年4-6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				
會員大會(大窩口及北區) 下午 2:00 – 3:00	2/4 (星期五)	內容：向會員及家屬介紹中心最新動向及收集意見。 負責職員：黃偉雄先生	大窩口服務處 名額不限	全免
會員大會(藍田) 上午 10:30 – 11:30	2/4 (星期五)	內容：向會員及家屬介紹中心最新動向及收集意見。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額不限	全免

藍田服務處 (2021年4-6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
藝無盡活動(由社會福利署殘疾人士藝術發展基金資助)				
手工藝班 上午 10:00 – 下午 1:00	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (逢星期六, 共 11 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) 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 會員 10 人	11 元
攝影及沖晒班 下午 2:00 – 5:00	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (逢星期六, 共 11 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) 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 會員 10 人	11 元
繪畫班 上午 10:00 – 下午 1:00	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5, 6/6, 13/6, 20/6, 27/6 (逢星期日, 共 12 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) 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 會員 10 人	12 元
書法班 下午 2:00 – 5:00	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5, 6/6, 13/6, 20/6, 27/6 (逢星期日, 共 12 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) 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 會員 10 人	12 元
健樂會(殘疾人士及其家人社區支援計劃)				
義力量 上午 11:00-12:00 (AYP 服務科)	10/4, 8/5, 12/6 (星期六)	內容：讓會員學習活動帶領技巧，服務中心及社會上有需要人士。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額 12 人	全免

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
生日 Party (2021年4-6月) 下午 2:30 – 下午 4:00	1/5 (星期六)	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 15 人	20 元
友情相聚 下午 3:00 – 4:00 (40+)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (逢星期六, 共 11 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。 (22/5, 29/5, 5/6 活動將以 ZOOM 形式進行) 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額 10 人	50 元
成人教育課程 (由勞工及福利局資助)				
成人教育課程 – 德育課程 下午 2:00 – 4:00	18/4, 25/4, 9/5, 16/5, 13/6, 20/6, 27/6, 4/7, 11/7, 18/7 (共 10 節)	內容：學習品德的概念、重要性以及如何日常生活中實踐。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員：李善樂姑娘 導師：薛錦屏女士	藍田服務處 名額 12 人	20 元
服務處活動				
智友鬆一鬆 下午 5:00 – 晚上 6:00	逢星期二	內容：透過玩集體遊戲、手工藝製作等，讓會員歡度閒暇。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額 10 人	全免
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
特別活動				
復活。世界和平祝願大會 下午 2:00 – 4:00	2/4 (星期五)	內容：透過創作復活蛋及復活兔，並加以講解節日故事，讓參加者享受復活節之節慶活動。 負責職員：黃偉邦先生	藍田服務處 名額 8 人	20 元
香港·雲 下午 2:00 – 3:30	3/4 (星期六)	內容：透過 Zoom 視像軟件一同唱遊香港名勝景點，舒展身心及放鬆心情。 (活動將以 ZOOM 形式進行) 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 及 ZOOM 名額各 8 人	全免
智友登高看世界 下午 3:00 – 4:30	4/4 (星期日)	內容：透過講解清明節的由來等，讓會員認識更多節日歷史。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額 8 人	20 元
智友復活小派對 下午 2:00 – 3:30	6/4 (星期二)	內容：透過講解復活節的由來、玩集體遊戲等，歡聚復活假期。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額 8 人	20 元
佛你睇 下午 2:00 – 4:00	19/5 (星期三)	內容：透過講解節日故事、節慶活動及佛門聖地，並感受佛誕大典 - 浴佛之氣氛 負責職員：黃偉邦先生	藍田服務處 名額 8 人	20 元
週六恆常小組				
週六樂智晨操 上午 9:00 – 9:30 (40+)	逢星期六	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
創意藝術班 上午 10:00 – 11:00 (AYP 技能科)	17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (共 10 節)	內容：教授創意藝術，發揮會員潛能及訓練專注力。 (活動將以 ZOOM 形式上課) 負責職員：何靖雯姑娘 導師：王美琪女士	ZOOM 名額 10 人	200 元
拉筋吧！筋肉人 上午 11:30 – 12:15 (40+)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (逢星期六, 共 11 節)	內容：會員一起做拉筋運動。 (活動將以 ZOOM 形式上課) 負責職員：黃偉邦先生	ZOOM 名額不限	全免
相聚一刻 下午 2:00 – 3:00 (40+)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (逢星期六, 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 10 人	全免
乒乓球班 下午 5:00 – 5:45 (40+) (AYP 康樂體育科)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (逢星期六, 共 11 節)	內容：學習及練習打乒乓球，強身健體。 (* 須由職員挑選) 負責職員：黃偉邦先生	藍田服務處 名額 7 人	30 元

週日恆常小組

週日樂智晨操 上午 9:00 – 9:30 (40+)	逢星期日	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
樂智合唱團 上午 9:30 – 10:30 (AYP 技能科)	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5 (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)(活動將以 ZOOM 形式上課) 負責職員：何靖雯姑娘 導師：林奕軒先生	ZOOM 名額 7 人	160 元
唱歌訓練班 (初階) 上午 10:30 – 11:30 (AYP 技能科)	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5 (共 8 節)	內容：由專業導師教授基本唱歌技巧。 (活動將以 ZOOM 形式上課) 負責職員：何靖雯姑娘 導師：林奕軒先生	ZOOM 名額 12 人	160 元
樂智點唱站 下午 2:00 – 3:00	逢星期日	內容：與會員一起唱歌，點唱給身邊親友，將快樂傳遞，從而得到滿足感。 (活動將以 ZOOM 形式上課) 負責職員：何靖雯姑娘	ZOOM 名額 10 人	全免
跆拳道班 下午 4:15 – 5:45 (AYP 康樂體育科)	11/4, 18/4, 25/4, 9/5, 16/5, 13/6, 20/6, 27/6 (共 8 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：黃偉邦先生 導師：陳裕深教練	藍田服務處 名額 10 人	160 元

治療性小組

香薰體驗 下午 2:30 – 4:00	(星期二，共 5 節)	內容：認識香薰功效、學習基礎精油按摩、製作不同精油產品 (例如：止痛油、抒緩情緒油、香水。) 負責職員：李善樂姑娘 導師：陳慧晶女士	藍田服務處 名額 8 人	150 元
------------------------	-------------	--	-----------------	-------

支援性活動

行山小隊 上午 9:30 – 下午 1:00 (*按活動地點有機會作出調整)	14/4, 12/5, 9/6 (星期三，共 3 節)	內容：家屬們一同輕鬆行山，互相分享樂事。 負責職員：李善樂姑娘	郊區 名額 8 人	全免
康體普拉提班 (A 班) 下午 1:40 – 2:40	8/4, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5, 3/6, 10/6 (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	8/4, 15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 27/5, 3/6, 10/6 (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

家屬/義工小組

樂敘家庭 下午 4:30 – 下午 5:30	15/5 (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4-6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
無盡音樂館活動(由社會福利署殘疾人士藝術發展基金資助)				
非洲鼓班 下午 4:45 – 5:45 (AYP 康樂體育科)	9/4, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5, 4/6, 11/6, 18/6, 25/6 (星期五，共 12 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) 負責職員：梁曉程姑娘/陳翎淇姑娘 導師：袁嫻媛女士	大窩口服務處 名額 10 人	360 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 (AYP 康樂體育科)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (星期六, 共 11 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) 負責職員: 梁曉程姑娘 / 陳栩淇姑娘 導師: Hugo Lee	太子 香港夏威夷 小結他聯會 名額 10 人	220 元
合唱團班 下午 1:30 – 2:30 (AYP 康樂體育科)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (星期六, 共 11 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) 負責職員: 梁曉程姑娘 / 陳栩淇姑娘 導師: 羅展欣女士	太子 香港夏威夷 小結他聯會 名額 10 人	110 元
夏威夷小結他班 下午 2:45 – 3:45 (AYP 康樂體育科)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (星期六, 共 11 節)	內容: 由專業導師教授會員學習拍子、和弦及閱讀等演奏夏威夷小結他的技巧 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員: 梁曉程姑娘 / 陳栩淇姑娘 導師: 伍岳桓先生	太子 香港夏威夷 小結他聯會 名額 10 人	220 元
健樂會 (殘疾人士及其家人社區支援計劃)				
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)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 19/6, 26/6 (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。 (* 活動只包括部份交通費用) 負責職員: 鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 10 人	50 元
樂智義工隊 上午 11:00 – 中午 12:00 服務: 上午 10:00 – 中午 12:00 (AYP 服務科)	24/4, 22/5, 29/5 服務: 26/6 (星期六, 共 4 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。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員: 黃偉雄先生	大窩口服務處 名額 8 人	全免
生日 Party (4-6 月) 中午 12:00 – 下午 2:00	1/5 (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	大窩口服務處 名額 15 人	60 元
成人教育課程 (由勞工及福利局資助)				
成人教育課程 – 德育課程 上午 11:00 – 下午 1:00	8/5, 15/5, 5/6, 12/6, 3/7, 10/7, 17/7, 24/7, 31/7, 7/8 (星期六, 共 10 節)	內容: 學習品德的概念、重要性以及如何如何在日常生活中實踐。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員: 黃偉雄先生 導師: 待定	大窩口服務處 名額 12 人	20 元
服務處活動				
小甜品大製作 上午 10:00 – 下午 12:30	2/4 (星期五)	內容: 與會員一同製作甜品。 負責職員: 梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 8 人	全免
復活蛋樂園 下午 2:00 – 4:00	3/4 (星期六)	內容: 在復活節期間與會員們一起設計復活蛋。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額 10 人	20 元
SWITCH 大賽 (一): 上午 10:00 – 12:00 (二): 下午 2:00 – 4:00	6/4 (星期二)	內容: 與會員一同玩 SWITCH 遊戲, 歡度假期。 負責職員: 駱彩茵姑娘	大窩口服務處 (一) 名額 12 人 (二) 名額 12 人	全免
友你同行 (家屬活動) 中午 12:00 – 下午 1:00	11/4, 18/4, 25/4, 9/5, 16/5, 23/5 (星期日, 共 6 節)	內容: 透過 6 次不同輕鬆活動, 例如和諧粉彩小創作及肌肉放鬆練習等等, 讓家屬可以放 輕鬆, 享受活在當下, 並透過分享, 彼此支持。 (* 建議家屬參加的同時, 其會員參加「親親我好「媽」」小組活動。) 負責職員: 陳巧儀姑娘 (實習社工)	大窩口服務處 名額 8 人	全免
親親我好「媽」 中午 12:00 – 下午 1:00	11/4, 18/4, 25/4, 9/5, 16/5, 23/5 (星期日, 共 6 節)	內容: 適逢母親節, 與組員一同分享家庭生活, 更可以學習小手作及其他方法向父母表達 愛意。 (* 建議會員參加的同時, 其家屬參加「友你同行」小組活動。) 負責職員: 陳瑩影姑娘 (實習社工)	大窩口服務處 名額 8 人	全免

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
端午影院 下午 4:00 – 5:00	13/6 (星期日)	內容：藉端午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 12 人	全免
恆常小組				
跆拳道班 (初階) 下午 4:30 – 5:15 (AYP 康樂體育科)	逢星期三 (19/5 除外, 共 12 節)	內容：透過學習跆拳道訓練會員的品德及服從性。 (* 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	120 元
跆拳道班 (進階) 下午 5:15 – 6:00 (AYP 康樂體育科)	逢星期三 (19/5 除外, 共 12 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。 (* 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	120 元
日本文化小教室 下午 5:00 – 晚上 6:00	逢星期四 (1/4 除外, 共 12 節)	內容：分享日本文化和簡易日文，按季節製作不同手工藝。 負責職員：駱彩茵姑娘	大窩口服務處 名額 12 人	20 元
黃昏約會 晚上 6:00 – 7:00	逢星期四 (1/4 除外, 共 12 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	20 元
健體班 上午 9:30 – 10:30 (AYP 康樂體育科)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 5/6, 12/6 (星期六, 共 8 節)	內容：透過不同遊戲及活動，讓會員鍛練肌肉、平衡力、協調及敏捷度。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員：梁曉程姑娘 導師：黃梓穎先生	大窩口服務處 名額 10 人	40 元
美食工房 A 班 上午 10:30 – 中午 12:00 (40+)	10/4, 8/5, 5/6 (星期六, 共 3 節)	內容：製作簡單小食及甜品等，分享快樂。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 5 人	30 元
美食工房 B 班 上午 10:30 – 中午 12:00 (40+)	17/4, 15/5, 12/6 (星期六, 共 3 節)	內容：製作簡單小食及甜品等，分享快樂。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員：梁曉程姑娘	大窩口服務處 名額 5 人	30 元
童軍 下午 4:00 – 5:30 (AYP 技能科)	10/4, 24/4, 8/5, 22/5, 12/6, 26/6 (星期六, 共 6 節)	內容：教授童軍基本知識，讓成員學習團隊精神，紀律訓練。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員：鄭成亨先生 導師：管俊康先生	大窩口服務處 名額 8 人	60 元
唱遊班 下午 4:00 – 5:00	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (星期六, 共 11 節)	內容：透過歌唱訓練學習音準和節奏等音樂知識。 負責職員：駱彩茵姑娘	大窩口服務處 名額 12 人	20 元
樂說故事 下午 5:00 – 5:45	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6 (星期六, 共 11 節)	內容：創作有趣故事，製作故事道具並帶領會員一同演繹。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員：駱彩茵姑娘	大窩口服務處 名額 10 人	20 元
K 歌點唱日 上午 9:30 – 10:00 (40+)	逢星期日 (共 13 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 上午 10:00 – 11:00	逢星期日 (共 13 節)	內容：讓會員參與不同的遊戲挑戰，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
「棋」趣天地 上午 11:00 – 中午 12:00	逢星期日 (共 13 節)	內容：與會員一同遊玩各類桌上遊戲 負責職員：駱彩茵姑娘	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
繪畫及藝術創作班 下午 2:00 – 4:00 (AYP 技能科)	4/4, 11/4, 23/5, 30/5, 6/6, 13/6, 27/6 (星期日, 共 7 節)	內容: 由專業導師教授繪畫技巧及不同藝術創作。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員: 鄭成亨先生 導師: 葉芊彤姑娘	大窩口服務處 名額 10 人	140 元
舞蹈新天地 下午 4:00 – 5:30 (AYP 康樂體育科)	11/4, 16/5, 23/5, 6/6, 20/6, 27/6 (星期日, 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 10 人	60 元
花藝班 下午 4:00 – 5:30	18/4, 25/4, 2/5, 9/5, 30/5 (星期日, 共 5 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。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員: 鄭成亨先生 導師: 周家林先生	大窩口服務處 名額 8 人	200 元
治療性小組				
香薰體驗 下午 2:30 – 4:00	待定 (星期四, 共 5 節)	內容: 認識香薰功效、學習基礎精油按摩、製作不同精油產品, 例如止痛油、抒緩情緒油及香水等等。 負責職員: 黃偉雄先生 導師: 陳慧晶女士	大窩口服務處 名額 8 人	150 元
支援性活動				
親子甜品班 下午 5:00 – 晚上 6:30	4/5, 18/5, 1/6 (星期二, 共 3 節)	內容: 學習簡單甜品製作。 (* 必須親子一同報名參加) 負責職員: 黃偉雄先生 導師: CK Chan	大窩口服務處 名額 8 人	60 元
行山小隊 上午 9:30 – 下午 1:00 (* 按活動地點有機會作出調整)	14/4, 12/5, 9/6 (星期三, 共 3 節)	內容: 家屬們一同輕鬆行山, 互相分享樂事。 負責職員: 黃偉雄先生	郊區 名額 8 人	全免
家屬/義工小組				
樂敘家庭 上午 10:30 – 中午 12:00	19/6 (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 (2021年4-6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
成人教育課程 (由勞工及福利局資助)				
成人教育課程 – 德育課程 下午 3:30 – 5:30	6/6, 13/6, 20/6, 27/6, 4/7, 11/7, 18/7, 25/7, 1/8, 8/8 (星期日, 共 10 節)	內容: 學習品德的概念、重要性以及如何日常生活中實踐。 (* 參加者須由職員遴選) 負責職員: 黃偉雄先生 導師: 待定	Zoom/ 北區服務處 名額 12 人	20 元
健樂會 (殘疾人士及其家人社區支援計劃)				
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)	10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 19/6, 26/6 (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。 (* 活動只包括部份交通費用) 負責職員: 鄭成亨先生	大窩口服務處 名額 2 人	50 元

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
服務處活動				
清明小聚 上午 11:30 – 12:30	4/4 (星期日)	內容：與會員一同相聚，一起談談心。 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額 8 人	全免
復活玩一玩 下午 4:00 – 5:00	4/4 (星期日)	內容：與會員一同相聚，玩集體遊戲，享受假期時光。 負責職員：梁曉程姑娘	北區服務處 名額 8 人	全免
北區生日會 (4-6 月) 上午 12:00 – 14:00	27/6 (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 12 人	60 元
特別活動				
北區山系遊 上午 9:00 – 下午 2:00	18/4 (星期日)	內容：與會員一同郊遊，享受大自然。 (備註：此活動需要充足體力作戶外遠足活動，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。) 負責職員：梁曉程姑娘	粉嶺鹿頸 名額 9 人	30 元
北區小聚 (一) 上午 9:00 – 下午 2:00	30/5 (星期日)	內容：與會員外出玩樂，於咖啡廳進行桌上遊戲。 (* 活動內容及地點或會按疫情狀況而作出更改) 負責職員：黃偉雄先生	屯門區 名額 9 人	30 元
北區小聚 (二) 上午 9:00 – 下午 2:00	13/6 (星期日)	內容：與會員外出玩樂，享受假日。 (* 活動內容及地點或會按疫情狀況而作出更改) 負責職員：梁曉程姑娘	北區 名額 9 人	30 元
周日恆常小組				
藝術創意班 上午 11:30 – 下午 1:00	25/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 6/6 (共 6 節)	內容：由導師教授會員繪畫或手工創作。 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	60 元
樂智義工隊 下午 2:00 – 3:00	4/4, 9/5, 23/5 (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。 (* 參加者須由職員遴選) 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 2:30 – 3:30	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 16/5, 30/5, 6/6, 13/6 (共 8 節)	內容：會員將配歌曲加以練習，學習基本拍子，體驗拍打木箱鼓。 (* 參加者須由職員遴選) (* 費用不包括木箱鼓價錢) (* 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	240 元
靜靜觀 下午 3:30 – 4:00	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 16/5, 23/5 (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
智趣手語班 下午 4:00 – 4:30	11/4, 18/4, 25/4, 2/5, 16/5, 23/5 (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
支援性活動				
樂敘家庭 下午 4:00 – 5:30	30/5 (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 send 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：2021年3月

印刷份數：2500份



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

