

Friends of Lok Chi

126期

2022年4-6月  
活動通訊

# 樂知友



梁浩揚作品

本季活動推介

會員大會  
友FUN日  
家屬偷閒加油站

專欄推介：  
蓮花清瘟丸真的有效治療新冠肺炎？

閒話家常 - 正向心理從此起



## 編者的話

各位會員及家屬，對於第五波疫情來勢洶洶，有沒有擔心過自己有機會受到感染，還是怕感染了影響身邊的子女或家人？所以請各位會員及家屬繼續做好個人防護、戴好口罩、勤洗手、盡量避免去人多的地方，減低感染風險。而按政府呼籲，如不能完全留家抗疫，也要做到「三減」：減人數、減次數、減時間，為抗疫出一分力。

疫情的確影響了很多東西，但無阻我們與會員見面的機會，本會於2月4日起逢星期二至五下午2時30分舉辦「230遊樂天地」Zoom活動，希望會員們都可與職員玩玩遊戲、見見面；另外本會於星期六、日亦為家屬舉辦網上活動「家屬偷閒加油站」Zoom活動，讓家屬們了解疫情最新資訊及互相支持。本會早前已向一千名會員以郵寄方式送贈「樂遊包2.0」及「樂智之友「友」FUN遊戲特別號」，希望會員能安在家中也可繼續參與有益身心的活動。

疫境同行，本會決定4-6月份所有活動免費提供，共渡時艱，鼓勵各位留在家中仍然繼續參與社交康樂活動。



## 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     |
| 三區及各區服務處活動花絮 ..... | 4-5   |
| 服務報告 .....         | 6     |
| 跟住中醫學養生 .....      | 7     |
| 正向心理從此起 .....      | 8     |
| 遊樂天地① .....        | 9     |
| 遊樂天地② .....        | 10    |
| 遊樂天地③ .....        | 11    |
| 會員的夢與想 .....       | 12    |
| 家屬俱樂部 .....        | 13    |
| 家屬資源閣 .....        | 14    |
| 活動報名須知及活動報名表 ..... | 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2022年度管理委員會名單

主 席：梁振萍先生  
 副 主 席：陸艷玲女士、趙德安先生  
 義務司庫：何淑嫻女士  
 義務秘書：黎定基先生  
 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、吳月娥女士、  
 何嬋妃女士、馮炳全博士

## 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  
 項 目 經 理：梁曉程女士  
 社 會 工 作 員：黃偉雄先生、李善樂女士、何結慧女士  
 高級程序幹事：廖文暉先生  
 程 序 幹 事：鄭成亨先生、何靖雯女士、陳栩淇女士  
 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：杜麗娟女士、馬曉恩女士  
 兼職資訊科技主任：劉健民先生

# 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           | ✓                  | ✓      | 視乎天氣情況 |
| 懸掛三號風球 (註一)      | ✓                  | ✗      | ✗      |
| 懸掛八號風球或以上風球 (註三) | ✗                  | ✗      | ✗      |
| 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<br>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。

# 中心資訊及會員作品

## 中心動向

### 實習社工楊麗英姑娘

大家好！我是實習社工楊姑娘，大家可以叫我Hazel或阿希姑娘！平日有空閒的時間，我就會煮野食和聽歌。很高興可以認識大家，期待大家和我一齊傾下計！



### 實習社工莊綽人姑娘

大家好！我是實習社工莊姑娘。我喜歡小動物和親親大自然，假日會行山、攝影，希望疫情緩和後有機會與大家一起郊遊，一齊加油！身體健康！



## 2022-23年度會員續會安排

本會為了令會員續會更方便快捷，故特別安排所有2021-22年度樂智協會之會員於2022年4月1日起**自動續會一年**，會籍有效期至**2023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。

### 和諧粉彩作品



梁錦怡



陳瑞振



童恩勇

### 繪畫作品



李英揚



譚健宏

### 禪畫作品



梁浩揚

### 素描作品



歐陽璟軒

### 書法作品



曾嘉晉

### 蝶古巴特作品



曾子倩



## 230遊樂天地

因應疫情反覆，中心特別在星期二至五安排了230遊樂天地 Zoom活動，救狗行動國際慈善基金創辦人亦抽空向會員分享與寵物相處的點滴。即使會員留在家中抗疫，亦可以與職員一同玩遊戲、做運動、聽音樂和體驗靜觀，氣氛十分熱鬧。



# 各區服務處花絮



## 藍田青年中心

### 樂智晨操

我們注重會員的身心健康，適當的運動可以使我們身體健康，但同時亦要注意、心靈健康，所以除了要多參加樂智協會的活動外，我們亦要停一停、深呼吸，學習放鬆心情。



## 大窩口青年中心

### 棋趣天地

十名會員於星期三下午參與「棋」趣天地，一同遊玩桌上遊戲。會員亦透過Zoom進行遊戲對決。即使「棋」趣天地在疫情影響下改為在網上舉行，亦不減會員的熱情。



### Happy Together

儘管在疫情的影響下，會員們十分喜愛的Happy Together活動仍然能維持在周六下午與各位會員在網上相聚，中心特別安排三區的會員共同參與，每次參加活動的人數接近30人，令會員能夠安在家中亦能開心相聚。



## 北區青年中心

### 周日鬆一鬆

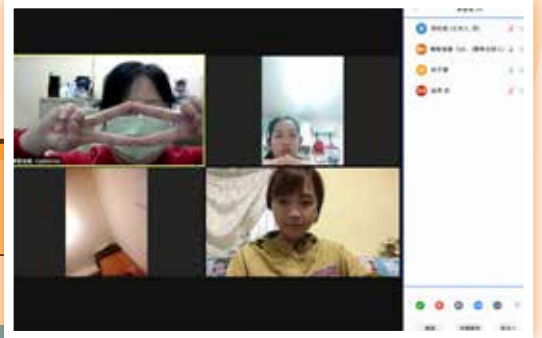
逢星期日的上午十一時至十一時三十分是北區會員參與「周日鬆一鬆」的時間。六至八名會員與職員在這半小時的時間裏進行不同的活動，例如靜觀、運動、看短片等，一同關顧自己的身心靈發展。



## 非活躍會員活動

本會的會員人數不少，每年亦有新會員加入，實在很高興，然而有部份會員因入住院舍、交通不便，又或種種原因已很少參與本會活動。對於這些會員，我們仍然非常記掛，本年度我們特意電話關顧他們，最近更舉辦了網上「周四Zoom上見」活動，活動由2022年1月29日開始，將持續在疫情期間每個星期四下午進行，內容包括表達藝術、創作、互動遊戲、運動等。

我們在這期間已聯繫的非活躍會員不多，故此每次參加人數亦只有數名，但大家都沒有隔膜，很投入參與活動，梁姑娘和何姑娘會繼續邀請更多非活躍會員參與，網上見喇。



## 2021-22年度服務問卷調查

截止2022年1月25日，本會共收回有效的會員問卷70份（大窩口佔29份、藍田佔35份、北區佔6份）；有效的家屬問卷48份（大窩口佔20份、藍田佔24份、北區佔4份）。100%會員表示滿意本會的整體服務，而97.8%家屬表示滿意本會的整體服務。而會員及家屬對殘疾人士社交及康樂中心提供的服務，包括社交/康樂/發展/體育活動的滿意程度均達100%。多謝各位會員發家屬的支持！本會會繼續聆聽大家的意見，發展「您」想的服務。

## 服務輸出統計數字

2021-22年度第三季(2021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                       | 252  | 107 | <b>359</b>  |
| 2 參與活動的傷殘人士數目(人次)<br>參與活動的健全人士數目(人次) | 1934 | 743 | <b>2677</b> |
|                                      | 29   | 626 | <b>655</b>  |
| 3 與其他團體合辦的社區參與及共融服務                  | 1    |     | <b>1</b>    |
| 4 社區教育服務                             | 1    |     | <b>1</b>    |
| 5 傷殘人士家屬/照顧者支援服務                     | 3    |     | <b>3</b>    |





林婉瑀 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 林婉瑀

# 蓮花清瘟丸真的有效 治療新冠肺炎？

繼港人看過某些節目，就覺得安宮牛黃丸能醫百病，直頭認定它是補品和保健品。到最近又有誤解中成藥再次掀起搶購蓮花清瘟丸和金花清感顆粒的熱潮。

以下分析一下兩種中成藥的功效：

## 【蓮花清瘟丸】

成份：連翹、金銀花、炙麻黃、炒苦杏仁、石膏、板藍根、棉馬貫眾、魚腥草等等  
功效：清瘟解毒、宣肺泄熱。  
功能主治：用於治療流行性感屬熱毒襲肺證，見發熱或高熱、惡寒、肌肉酸痛、鼻塞流涕、咳嗽、頭痛、咽乾咽痛等。

## 【金花清感顆粒】

成份：金銀花、石膏、蜜麻黃、苦杏仁、黃芩、連翹、浙貝母、知母、牛蒡子、青蒿、薄荷、甘草  
功效：清熱解毒，疏風宣肺  
功能主治：用於發熱、惡寒，喉嚨痛、咳嗽、痰黃、鼻塞流涕。

中醫角度，以上兩種中成藥成份較為寒涼，主治熱毒襲肺之證型，而且不適合作保健用途。若患者胃部容易不適，下焦寒濕重，心氣不足者誤服此藥品，有機會令病情加重。每個人的體質各有不同，一種藥物亦無法兼顧所有人的，建議大家有相關健康問題，請找專業醫師診治為妥。

## 正所謂：「正氣存內，邪不可干！」

增強抵抗力才是王道，奉勸各位還是還原基本步，注意衛生，勤洗手，戴口罩，減少去人多密集的地方，多曬曬太陽增強陽氣，做適量運動，正常作息。

## 食療建議：

### 淮山南瓜粥

材料：乾淮山 15克、炒扁豆 15克、生熟薏米 各15克、白米 1/2杯、南瓜 100克、生薑 2片、水 2升  
做法：1. 將乾淮山、炒扁豆、生熟薏米略洗後瀝乾備用。南瓜洗淨切塊。  
2. 藥材放入煲中，加入清水，煲約45分鐘，隔渣後備用。  
3. 白米、生薑及南瓜加入剛才的淮山水煮成粥。  
功效：健脾益氣，養胃祛濕

### 桑葉茶飲

材料：桑葉 5克、菊花 3克、淡竹葉 5克、薄荷 1克、水 500毫升  
做法：將沸水加入杯中，將所有材料加入杯中，倒入沸水，焗15分鐘即成  
功效：疏風清熱，清肝火，止咳

### 無花果五指毛桃湯

材料：五指毛桃 50克、白朮 6克、茯苓 12克、陳皮 5克、淮山 15克、玉竹 12克、無花果 6粒、瘦肉 500克、水 1.5升  
做法：1. 先將材料洗淨，瘦肉汆水備用  
2. 放入所有材料，水滾後中火煲約1-1.5小時  
功效：潤肺補氣，理氣健脾  
\*素食人士可將瘦肉轉為核桃/腰果

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。

# 正向心理從此起



撰文：雷慧玲女士  
註冊社工  
資深輔導員  
認知治療臨床督導  
大學榮譽講師

正向心理學源自美國心理學家Martin Seligman博士。他指出當大家把生活的焦點放在「問題」上時，便容易忽略了生命中美好的東西 - 例如快樂和有意義等。他提出每人都能培育及運用其性格的強項，從而活出更有意義及豐盛的生命。

他要我們重視及發揮性格上的強項，這包括：

- 1) 正向情緒 (Positive Emotions)
- 2) 全情投入 (Positive Engagement)
- 3) 正向人際關係 (Positive Relationships)
- 4) 正向意義 (Positive Meaning)
- 5) 滿足感 (Positive Accomplishment)

人生不如意事常八九，培養積極、樂觀和正面的情緒，探討和運用個人的性格強項，漸漸累積正面的經驗。日後即使遭遇逆境，我們仍能持守積極的信念和盼望面對生活。

為人父母，我們就從自己開始，在日常生活中提醒自己，抱著感恩的眼界去看待事物。生活在城市中，我們習慣打開水龍頭便有清潔食水，請珍惜和感謝，因為這不是理所當然的，這是很多人努力的成果。

遇到別人的冒犯，我們故然不快。當情緒平緩後，不防抽抽身，客觀地看冒犯者一會，增加彈性和多方面思維。見到超市沒有貨品時，大家會怎樣理解？

- 那些人自私搶購食物？
- 那些人可能一家老少，擔心親人沒有食物？
- 那些人內心很不安定，希望及早準備？

「搶購食物」的事件仍存在，但我們可選擇看正反兩個角度，情緒也會正向起來。習慣和孩子正面看待不如意事，生命也會多點意義。

物質的享受是短暫的，持久的快樂是源於自我的滿意，學習接納自己的長與短，不用浪費精力，去計算和抱怨都是沒有好處的。要看到、發掘和珍惜已有的，把強項發展出來便好了。深信自己和孩子都是獨特的，既然是獨一無二，便不用和別人比較，人際關係也就正向起來。

當孩子遇到挫折時，我們仍可欣賞他們的嘗試，以他們的勇氣而驕傲嗎？試試吧，把「正向心理」展現在日常生活中。



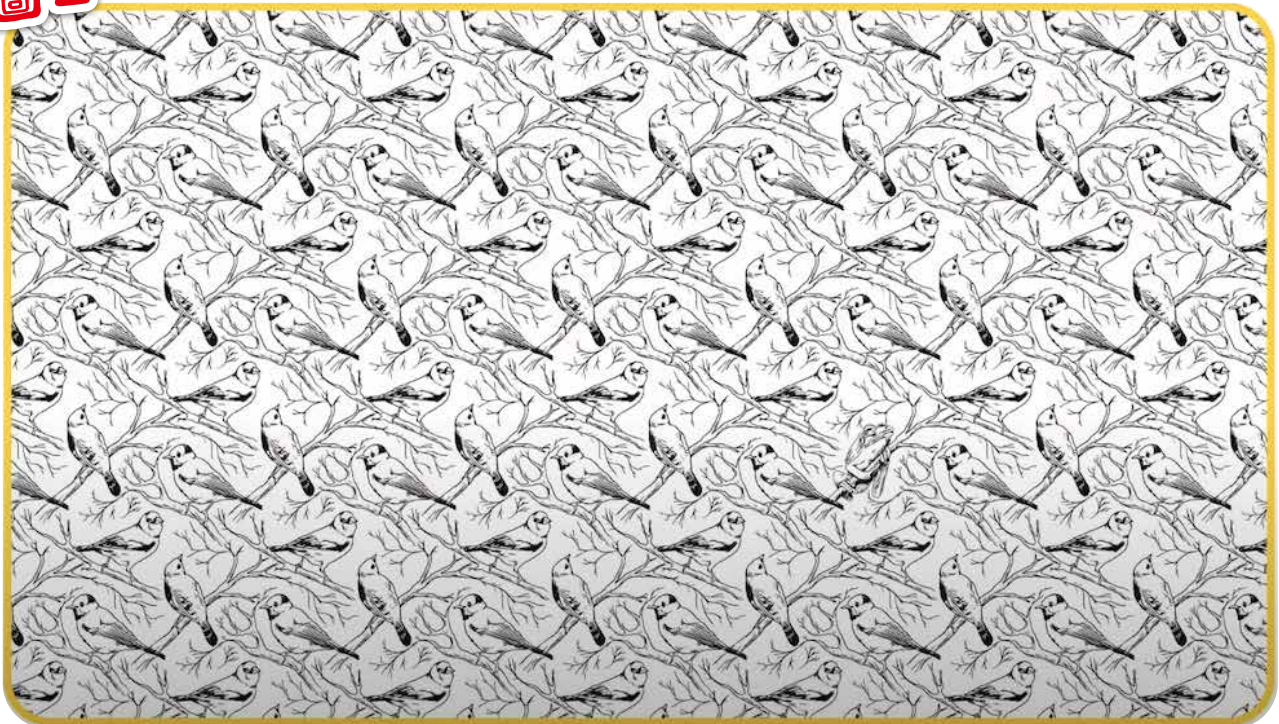
# 齊來找不同

請在每幅圖中找出一個不同類的東西，並用鉛筆圈起。

圖一



圖二



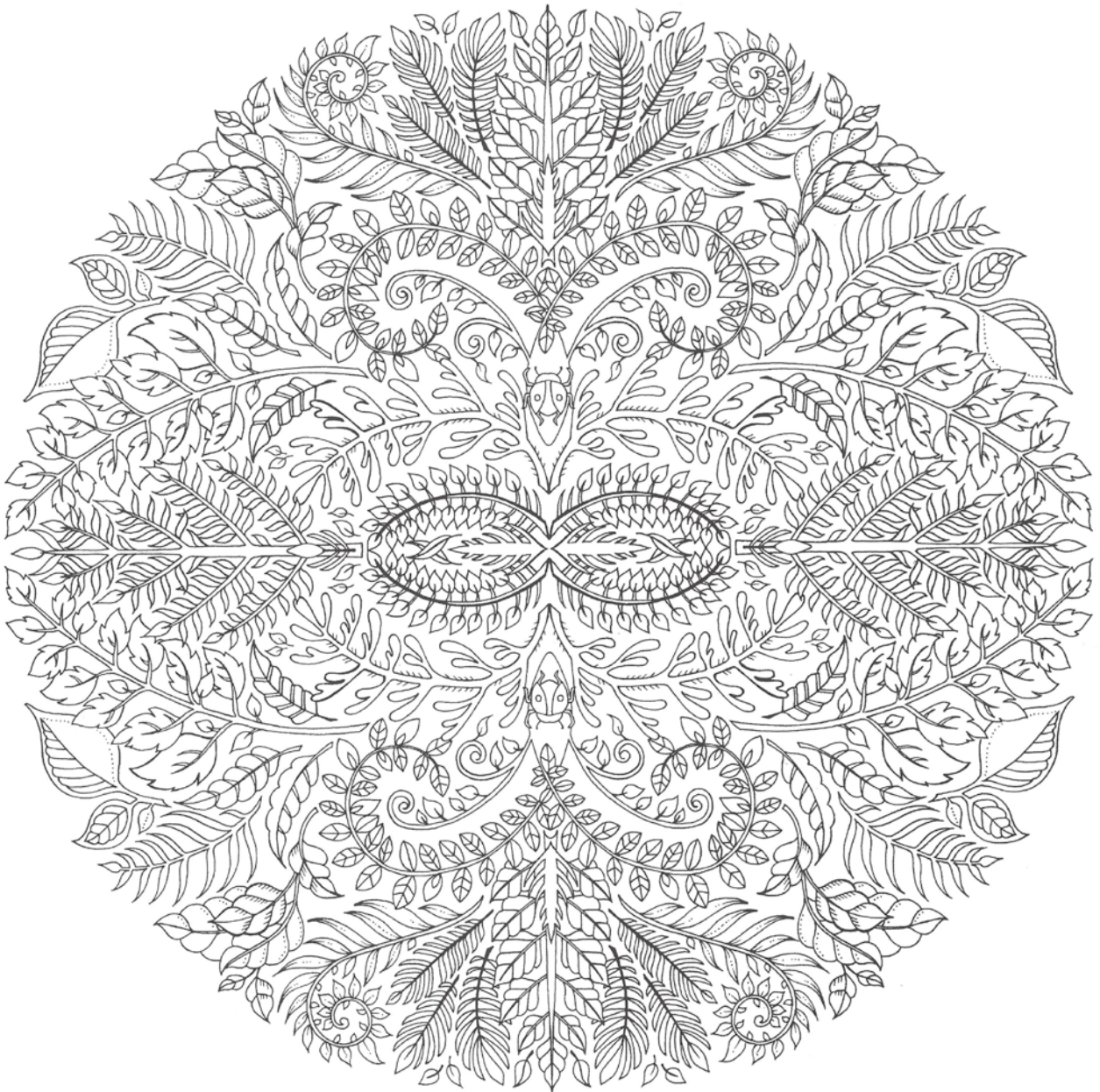
會員姓名： \_\_\_\_\_

\*\*\*完成3個遊樂天地項目可獲得小禮物一份。



# 我的最愛花園

各位會員，你們心目中的最愛花園是怎樣的呢？請你在這幅圖填上喜愛的顏色，優異作品將有機會作日後展覽之用，大家要積極參與呀！



會員姓名：\_\_\_\_\_



# 爆笑IQ題

最近大家都多了時間在家中，是時候要動動腦筋，挑戰一些搞笑IQ題，以下的問題你又能不能夠答對呢？請在正確位置填上適當的答案，馬上挑戰一下吧！

1. 多啦a夢的角色中，邊一位長大 ( )  
後能夠成為醫生？

2.  $1 + 1$ 幾時會 = 3？ ( )

3. 邊種植物識溜冰？ ( )

4. 鯊魚食咗紅豆會變咩？ ( )

5. 星期日邊度最多菲律賓人？ ( )

6. 身分證掉了怎麼辦？ ( )

A：花      B：白菜仔      C：靜香      D：小夫      E：計錯果陣

F：皇后像廣場      G：綠豆餅      H：菲律賓      I：紅豆鯊

J：計岩果陣      K：執番佢

會員姓名： \_\_\_\_\_

\*\*\*完成3個遊樂天地項目可獲得小禮物一份。



# 會員的 **夢** 與 **想**

撰文：何靖雯  
受訪會員：曾子倩

## 做到老 · 學到老

疫情持續升溫，亦無阻我燃燒工作那團火，我現時於一間種植公司工作，工作包括：照顧植物、使用電腦輸入訂單資料等等，我非常滿意現時工作環境，希望一直任職至65歲退休。

我很喜歡學習不同事物，例如：手工藝、畫法、繪畫、唱歌等等，於學習過程中令我增添快樂。除此之外，我亦有信心擔任主持一職，無論主持網上活動或大型活動，希望日後有機會嘗試不同主持崗位。



# 家屬俱樂部

## 瑜珈班

自大窩口的家屬瑜珈班開課以來，一直深受家屬喜愛。透過專業導師的帶領，家屬學習到不同瑜珈的動作，針對身體特定部位加以練習，增強身體的力量和彈性，並配合呼吸放鬆身心，盡情地排解累積已久的身心壓力，一同享受瑜珈當中的舒緩放鬆。



## 家屬偷閒加油站

疫情嚴峻，按社會福利署的指引，本會於一月尾起暫停實體活動及偶到服務，我們便為家屬舉辦網上活動「家屬偷閒加油站」，活動已於2月13日開始，星期六或日上午以主題形式進行，例如強制檢測資訊分享、減壓活動、網上旅行等。每星期在網上與十多位家屬見面，親切感仍然無減，大家有時說笑玩樂，有時分享抗疫資訊或辛酸狀況，是很難得的互動時光呢！



**樂智協會**  
Luk Chi Association

家屬網上活動  
**家屬偷閒加油站**

3月份逢星期日，共四節  
3月6日、3月13日  
3月20日、3月27日  
時間：上午10:30至中午12:00  
活動內容：主題分享、舒緩活動、網上旅行等

歡迎各家屬參與三月份的「家屬偷閒加油站」網上活動，讓我們在忙裡偷閒，好好放鬆，互相打氣。

ZOOM連結



ZOOM會議ID: 227 011 7087



今次同大家介紹一個有嘢睇有嘢學的好去處，就係……

## 水知園 (水資源教育中心)

「水知園」是一所位於天水圍的公眾教育中心，旨在加強大眾對水資源及節約用水的認識。「水知園」內有多個展區，例如：水+來源、水+影院、水+回收、水+品質，歡迎個人或團體預約參觀。

網 址：[www.h2opecentre.gov.hk](http://www.h2opecentre.gov.hk)

地 址：新界天水圍天柏路20號水務署天水圍大樓

開放時間：星期一、二、四至日  
上午10時至下午6時（最後入場時間：下午5時30分）  
星期三、農曆年初一及二 休館





# 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

|   |
|---|
| <b>截止提交報名申請日期：</b><br>2022年3月26日 (星期六) 晚上6時 |
| <b>活動抽籤日期：</b><br>2022年3月29日 (星期二)          |
| <b>通知報名日期：</b><br>2022年3月30日 (星期三)          |
| <b>付款日期：</b><br>2022年4月1日 (星期五)起            |

有興趣報名的會員及家屬請於2022年3月26日(星期六)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. 中心恆常舉辦的小組，如因天雨情況或中心的特別安排而未能如常舉行，均不會退款。
2. 如報名人數不足、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，退款會於活動舉辦日期一個月內發還。
3. 由導師教授的小組，或受外間資助的小組/活動(勞工及福利局成人教育課程、殘疾人士藝術發展基金等)，如活動當天導師缺席，中心將會安排補堂，補堂盡量於該季度內完成，為配合年度結算，補堂不會延至下個會計年度進行，中心將安排退款，退款會於活動舉辦日期一個月內發還。
4. 導師缺席而臨時取消的恆常小組/活動，若改由職員或義工等人士帶領下活動如常進行，該節活動不予退款。
5. 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. 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. 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2022年4-6月 活動報名表

為了與會員及家屬們同心抗疫，本會決定 4-6 月份所有活動免費提供（外間或基金資助活動除外），而本季的收費活動將會在上第一堂課堂時收取（大多於 4 月尾舉辦）。因應疫情嚴峻，如有興趣報名的會員或家屬不用回中心報名，可以於 2022 年 3 月 26 日或之前以電話報名或透過 WhatsApp 提交本報名表。

## 三區聯合活動

截止提交報名表日期：2022 年 3 月 26 日 (星期六)

|                             |                              |                             |               |    |                             |    |                             |
|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------|---------------|----|-----------------------------|----|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 藍田 | <input type="checkbox"/> 大窩口 | <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 |
| <input type="checkbox"/> 藍田 | <input type="checkbox"/> 大窩口 | <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"/> 藍田 | <input type="checkbox"/> 大窩口 | <input type="checkbox"/> 北區 | 友 FUN 日       | 會員 | <input type="checkbox"/> 全免 | 家屬 | <input type="checkbox"/> 全免 |
| <input type="checkbox"/> 藍田 | <input type="checkbox"/> 大窩口 | <input type="checkbox"/> 北區 | 家屬偷閒加油站       |    |                             | 家屬 | <input type="checkbox"/> 全免 |

## 樂智藍田青年中心

截止提交報名表日期：2022 年 3 月 26 日 (星期六)

|                         |                               |              |                             |                |                                |
|-------------------------|-------------------------------|--------------|-----------------------------|----------------|--------------------------------|
| 書法班 *                   | <input type="checkbox"/> \$10 | 歡樂時光         | <input type="checkbox"/> 全免 | 流行曲小教室 (A 班) * | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 攝影及沖晒班 *                | <input type="checkbox"/> \$10 | 清明一聚         | <input type="checkbox"/> 全免 | 流行曲小教室 (B 班) * | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 繪畫班 *                   | <input type="checkbox"/> \$10 | 智友復活小派對 2022 | <input type="checkbox"/> 全免 | 樂智點唱站          | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 手工藝班 *                  | <input type="checkbox"/> \$10 | 端午快樂時光       | <input type="checkbox"/> 全免 | 縫補布 *          | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 生日 Party (2022 年 4-6 月) | <input type="checkbox"/> 全免   | 週六樂智晨操       | <input type="checkbox"/> 全免 | 康體普拉提班 (A 班) * | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 友情相聚                    | <input type="checkbox"/> 全免   | 義力量          | <input type="checkbox"/> 全免 | 康體普拉提班 (B 班) * | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 成人教育課程 - *              | <input type="checkbox"/> \$20 | 創意藝術班 *      | <input type="checkbox"/> 全免 | 香薰體驗 *         | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 獨立生活技能                  | <input type="checkbox"/> 全免   | 相聚一刻         | <input type="checkbox"/> 全免 | 樂敘家庭           | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 樂智 FUN 享站               | <input type="checkbox"/> 全免   | 週日樂智晨操       | <input type="checkbox"/> 全免 |                |                                |

## 樂智大窩口青年中心

截止提交報名表日期：2022 年 3 月 26 日 (星期六)

|                  |                                |               |                             |            |                                |
|------------------|--------------------------------|---------------|-----------------------------|------------|--------------------------------|
| 非洲鼓班 *           | <input type="checkbox"/> \$270 | 寵愛再行動         | <input type="checkbox"/> 全免 | 日本文化小教室    | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 木箱鼓班 *           | <input type="checkbox"/> \$200 | 小丑表演劇團 *      | <input type="checkbox"/> 全免 | 繪畫及藝術創作班 * | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 夏威夷小結他班 *        | <input type="checkbox"/> \$200 | 跆拳道班 A *      | <input type="checkbox"/> 全免 | 舞蹈新天地 *    | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 合唱團班 *           | <input type="checkbox"/> \$100 | 跆拳道班 B *      | <input type="checkbox"/> 全免 | 樂智醒獅隊 *    | <input type="checkbox"/> 全免    |
| Happy Together   | <input type="checkbox"/> 全免    | 「棋」趣天地        | <input type="checkbox"/> 全免 | 睇新聞 學英文    | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 樂智義工隊            | <input type="checkbox"/> 全免    | 黃昏約會          | <input type="checkbox"/> 全免 | 靜靜地 *      | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 生日 Party (4-6 月) | <input type="checkbox"/> 全免    | 樂智晨操          | <input type="checkbox"/> 全免 | 鬆弛瑜伽班 *    | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 成人教育課程 - *       | <input type="checkbox"/> \$20  | 美食工房 A 班      | <input type="checkbox"/> 全免 | 酒精墨水藝術同樂日  | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 獨立生活技能           | <input type="checkbox"/> 全免    | 美食工房 B 班      | <input type="checkbox"/> 全免 | 慢活廚房       | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 清明小聚             | <input type="checkbox"/> 全免    | 線上唱遊班         | <input type="checkbox"/> 全免 | 甜品製作時光     | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 復活慶典             | <input type="checkbox"/> 全免    | 童軍 *          | <input type="checkbox"/> 全免 | 樂敘家庭       | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 勞動動起來            | <input type="checkbox"/> 全免    | 乒乓球訓練班 *      | <input type="checkbox"/> 全免 | 家屬天地       | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 佛誕齊齊 FUN         | <input type="checkbox"/> 全免    | 乒乓球訓練班 (進階) * | <input type="checkbox"/> 全免 | 義工本色       | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 端午小手工            | <input type="checkbox"/> 全免    | 樂說故事          | <input type="checkbox"/> 全免 |            | 會員 <input type="checkbox"/> 全免 |

## 樂智北區青年中心

截止提交報名表日期：2022 年 3 月 26 日 (星期六)

|                |                               |           |                             |           |                                |
|----------------|-------------------------------|-----------|-----------------------------|-----------|--------------------------------|
| Happy Together | <input type="checkbox"/> 全免   | 卡拉 OK 歡唱坊 | <input type="checkbox"/> 全免 | 木箱鼓 B 班 * | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 成人教育課程 - *     | <input type="checkbox"/> \$20 | 玩物鬥志棋藝坊   | <input type="checkbox"/> 全免 | 手作人 A 組 * | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 獨立生活技能         | <input type="checkbox"/> 全免   | 周日鬆一鬆     | <input type="checkbox"/> 全免 | 手作人 B 組 * | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 清明睇睇戲          | <input type="checkbox"/> 全免   | 藝術創意班 *   | <input type="checkbox"/> 全免 | 魔力橋師      | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 復活小聚           | <input type="checkbox"/> 全免   | 和諧粉彩體驗班 * | <input type="checkbox"/> 全免 | 語學堂       | <input type="checkbox"/> 全免    |
| 開心過佛誕          | <input type="checkbox"/> 全免   | 樂智義工隊     | <input type="checkbox"/> 全免 | 樂敘家庭      | 家屬 <input type="checkbox"/> 全免 |
| 北區生日會 (4-6 月)  | <input type="checkbox"/> 全免   | 木箱鼓 A 班 * | <input type="checkbox"/> 全免 |           |                                |
| 親親我社區          | <input type="checkbox"/> 全免   |           |                             |           |                                |

## 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

1. 截止提交報名日期：2022年3月26日(星期六)或之前以電話報名或透過WhatsApp提交。
2. 本會活動恕不接受電話留位。
3. 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. 2022年4月1日(星期五)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 (2022年4-6月)

| 活動分類：                           | 情緒                       | 社交  | 職業 | 體能 | 智能            | 靈性          |
|---------------------------------|--------------------------|---|----|----|---------------|-------------|
| <b>活動名稱/時間</b>                  | <b>日期</b>                | <b>活動內容</b>                                   |    |    | <b>地點/名額</b>  | <b>費用</b>   |
| 會員大會(藍田)<br>上午11:00 - 下午12:00   | 9/4<br>(星期六)             | 內容：向會員及家屬介紹中心最新動向及收集意見。<br>負責職員：李善樂姑娘         |    |    | Zoom<br>名額不限  | 會員或家屬<br>全免 |
| 會員大會(大窩口及北區)<br>上午10:00 - 11:00 | 9/4<br>(星期六)             | 內容：向會員及家屬介紹中心最新動向及收集意見。<br>負責職員：黃偉雄先生         |    |    | Zoom<br>名額不限  | 會員或家屬<br>全免 |
| 友FUN日<br>上午11:00 - 下午12:30      | 16/4<br>(星期六)            | 內容：進行Zoom網上親子競賽遊戲，贏取禮物，歡渡節日。<br>負責職員：梁曉程姑娘    |    |    | Zoom<br>名額15對 | 親子<br>全免    |
| 家屬偷閒加油站<br>上午10:30 - 中午12:00    | 15/5, 12/6<br>(星期日, 共2節) | 內容：透過不同主題活動，建立家屬間互相分享、交流和支持的平台。<br>負責職員：梁曉程姑娘 |    |    | Zoom<br>名額不限  | 家屬<br>全免    |

## 藍田服務處 (2022年4-6月) (\*因應疫情狀況，中心會按需要把活動轉為網上教學，不作退款。)

| 活動名稱/時間                             | 日期  | 活動內容   |  | 地點/名額          | 費用        |
|-------------------------------------|---|--|--|----------------|-----------|
| <b>藝無盡活動(由社會福利署殘疾人士藝術發展基金資助)</b>    |   |  |  |                |           |
| 書法班<br>上午10:00 - 下午1:00<br>(AYP技能科) | 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5,<br>4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(逢星期六, 共10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。<br>(*報名者須經職員遴選, 舊生優先。)<br>(*參與的會員須持續參加活動18個月)<br>負責職員：廖文暉先生                            |  | 藍田服務處<br>會員10人 | 會員<br>10元 |
| 攝影及沖晒班<br>下午2:00 - 5:00<br>(AYP技能科) | 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5,<br>4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(逢星期六, 共10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。<br>(*報名者須經職員遴選, 舊生優先。)<br>(*參與的會員須持續參加活動18個月)<br>負責職員：廖文暉先生 |  | 藍田服務處<br>會員10人 | 會員<br>10元 |
| 繪畫班<br>上午10:00 - 下午1:00<br>(AYP技能科) | 24/4, 1/5, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5,<br>5/6, 12/6, 19/6, 26/6<br>(逢星期日, 共10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。<br>(*報名者須經職員遴選, 舊生優先。)<br>(*參與的會員須持續參加活動18個月)<br>負責職員：廖文暉先生                 |  | 藍田服務處<br>會員10人 | 會員<br>10元 |
| 手工藝班<br>下午2:00 - 5:00<br>(AYP技能科)   | 24/4, 1/5, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5,<br>5/6, 12/6, 19/6, 26/6<br>(逢星期日, 共10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。<br>(*報名者須經職員遴選, 舊生優先。)<br>(*參與的會員須持續參加活動18個月)<br>負責職員：廖文暉先生                       |  | 藍田服務處<br>會員10人 | 會員<br>10元 |

| 活動名稱 / 時間                              | 日期   | 活動內容   | 地點 / 名額                  | 費用        |
|--|--|--|--------------------------|-----------|
| <b>健樂會 (殘疾人士及其家人社區支援計劃)</b>            |  |  |                          |           |
| 生日Party (2022年4-6月)<br>下午2:30 - 下午4:00 | 19/6<br>(星期日)  | 內容：與會員慶祝生日。<br>負責職員：廖文暉先生  | 藍田服務處<br>名額15人           | 會員<br>全免  |
| 友情相聚<br>下午3:00 - 4:00<br>(40+)         | 2/4, 9/4, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5, 4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(逢星期六, 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。<br>負責職員：何靖雯姑娘             | 藍田服務處<br>名額10人           | 會員<br>全免  |
| <b>成人教育課程 (由勞工及福利局資助)</b>              |  |  |                          |           |
| 成人教育課程 -<br>獨立生活技能<br>下午4:00 - 6:00    | 1/5, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 19/6, 26/6, 3/7<br>(逢星期日, 共10節)                   | 內容：由專業導師透過遊戲及活動，加強會員獨立生活技巧，提升適應現實社區及融入社會的能力。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：黃偉雄先生 導師：待定 | 大窩口服務處<br>名額12人          | 會員<br>20元 |
| <b>服務處活動</b>                           |  |  |                          |           |
| 樂智FUN享站<br>下午5:00 - 6:30               | 逢星期二<br>(5/4除外)  | 內容：透過玩遊戲、分享生活點滴、做手工等，讓會員歡度閒暇。<br>負責職員：何靖雯姑娘                                      | 藍田服務處 /<br>ZOOM<br>名額10人 | 會員<br>全免  |
| 歡樂時光<br>下午5:00 - 晚上7:00<br>(40+)       | 逢星期三   | 內容：集體遊戲、美食製作等。<br>負責職員：廖文暉先生   | 藍田服務處<br>名額10人           | 會員<br>全免  |
| <b>特別活動</b>                            |  |  |                          |           |
| 清明一聚<br>下午10:30 - 12:00                | 5/4<br>(星期二)   | 內容：透過玩遊戲，讓會員享受假期。<br>負責職員：廖文暉先生  | ZOOM<br>名額15人            | 會員<br>全免  |
| 智友復活小派對2022<br>上午10:30 - 12:00         | 15/4<br>(星期五)  | 內容：透過慶祝復活節，玩遊戲，讓會員享受節日歡樂。<br>負責職員：何靖雯姑娘  | ZOOM<br>名額15人            | 會員<br>全免  |
| 端午快樂時光<br>上午10:30 - 12:00              | 3/6<br>(星期五)   | 內容：與會員一同玩遊戲，歡度端午假期。<br>負責職員：廖文暉先生  | 藍田服務處<br>名額10人           | 會員<br>全免  |
| <b>週六恆常小組</b>                          |  |  |                          |           |
| 週六樂智晨操<br>上午9:15 - 10:00<br>(40+)      | 逢星期六   | 內容：會員一起做晨操。<br>負責職員：廖文暉先生  | 藍田服務處<br>名額不限            | 會員<br>全免  |
| 義力量<br>上午9:30 - 10:30                  | 30/4, 28/5, 25/6<br>(星期六)  | 內容：讓會員在網上與殘疾人士院舍的舍友玩遊戲，服務社會。<br>負責職員：李善樂姑娘                                       | 藍田服務處<br>名額12人           | 會員<br>全免  |
| 創意藝術班<br>上午10:00 - 11:00<br>(AYP技能科)   | 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5, 4/6, 11/6, 18/6<br>(逢星期六, 共10節)                 | 內容：教授創意藝術，發揮會員潛能及訓練專注力。<br>(活動將以ZOOM形式上課)<br>負責職員：何靖雯姑娘 導師：王美琪女士                 | ZOOM<br>名額10人            | 會員<br>全免  |
| 相聚一刻<br>下午2:00 - 3:00<br>(40+)         | 2/4, 9/4, 16/4, 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5, 4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(逢星期六, 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。<br>負責職員：廖文暉先生                           | 藍田服務處 /<br>ZOOM<br>名額10人 | 會員<br>全免  |
| <b>週日恆常小組</b>                          |  |  |                          |           |
| 週日樂智晨操<br>上午9:15 - 10:00<br>(40+)      | 逢星期日   | 內容：會員一起做晨操。<br>負責職員：廖文暉先生  | 藍田服務處<br>名額不限            | 會員<br>全免  |
| 流行曲教室A班<br>上午9:30 - 10:30<br>(AYP技能科)  | 3/4, 10/4, 24/4, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6<br>(共8節)                                    | 內容：由音樂導師深入教授唱歌及用聲技巧。<br>(*須由導師及職員挑選)<br>(活動將以ZOOM或實體形式上課)<br>負責職員：何靖雯姑娘 導師：李蓉芳女士 | ZOOM或<br>藍田服務處<br>名額7人   | 會員<br>全免  |

| 活動名稱/時間                                  | 日期   | 活動內容   | 地點/名額                   | 費用       |
|--|--|--|-------------------------|----------|
| 流行曲教室B班<br>上午 10:30 - 11:30<br>(AYP 技能科) | 3/4, 10/4, 24/4, 15/5, 22/5, 29/5,<br>5/6, 12/6<br>(共8節)             | 內容：由音樂導師教授基本唱歌技巧。<br>(活動將以ZOOM或實體形式上課)<br>負責職員：何靖雯姑娘 導師：李碧芬女士  | ZOOM或<br>藍田服務處<br>名額12人 | 會員<br>全免 |
| 跆拳道班<br>下午4:15 - 下午5:45<br>(AYP康樂體育科)    | 10/4, 17/4, 24/4, 1/5, 8/5, 15/5,<br>22/5, 29/5, 5/6, 12/6<br>(共10節) | 內容：學習跆拳道之套拳，並訓練學員之品德、服從性等精神。<br>(*道袍可於導師批准後導師購買；新生請先留名。)<br>(活動將以ZOOM或實體形式上課)<br>負責職員：李善樂姑娘 導師：陳裕深教練 | 藍田服務處/<br>ZOOM<br>名額10人 | 會員<br>全免 |
| 樂智點唱站<br>下午2:00 - 3:00                   | 逢星期日<br>(22/5, 19/6除外)   | 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。<br>(活動將以ZOOM形式上課)<br>負責職員：何靖雯姑娘                                    | ZOOM<br>名額10人           | 會員<br>全免 |
| <b>支援性活動 (只供家屬參與)</b>                    |  |  |                         |          |
| 縫補布<br>上午10:30 - 11:30                   | 26/4, 3/5, 10/5, 17/5, 24/5, 31/5,<br>7/6, 14/6, 21/6<br>(星期二, 共9節)  | 內容：創作獨一無二的布藝品<br>負責職員：李善樂姑娘 導師：杜麗娟女士   | 藍田服務處<br>名額6人           | 家屬<br>全免 |
| <b>家屬/義工小組 (只供家屬參與)</b>                  |  |  |                         |          |
| 康體普拉提班(A班)<br>上午10:30 - 11:30            | 5/5, 12/5, 19/5, 26/5,<br>2/6, 9/6, 16/6, 23/6, 30/6<br>(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，改善腰背痛和不良姿勢以及身體線條。<br>負責職員：李善樂姑娘 導師：陳婉詩女士                                   | 藍田服務處<br>名額8人           | 家屬<br>全免 |
| 康體普拉提班(B班)<br>上午11:30 - 12:30            | 5/5, 12/5, 19/5, 26/5,<br>2/6, 9/6, 16/6, 23/6, 30/6<br>(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，改善腰背痛和不良姿勢以及身體線條。<br>負責職員：李善樂姑娘 導師：陳婉詩女士                                   | 藍田服務處<br>名額8人           | 家屬<br>全免 |
| 香薰體驗<br>上午11:00 - 12:30                  | 14/5, 21/5, 28/5,<br>4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(星期六, 共7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<br>(例如：止痛油、抒緩情緒油、香水。)<br>負責職員：李善樂姑娘 導師：陳慧晶女士                             | 待定<br>名額8人              | 家屬<br>全免 |
| 樂敘家庭<br>下午4:30 - 下午5:30                  | 25/6<br>(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。<br>負責職員：李善樂姑娘  | 藍田服務處<br>名額不限           | 家屬<br>全免 |

## 大窩口服務處 (2022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         |
|------------------------------------|--|--|-----------------|------------|
| <b>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)</b> |  |  |                 |            |
| 非洲鼓班<br>下午 5:00 - 6:00             | 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5,<br>27/5, 10/6, 17/6, 24/6<br>(星期五, 共9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。<br>(*只供1-3月已參與的會員報名)<br>負責職員：陳翎淇姑娘 導師：袁欄媛女士  | 大窩口服務處<br>名額10人 | 會員<br>270元 |
| 木箱鼓班<br>上午 10:30 - 11:30           | 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5,<br>28/5, 4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(星期六, 共10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。<br>(*只供1-3月已參與的會員報名)<br>負責職員：陳翎淇姑娘 導師：Hugo Lee | 大窩口服務處<br>名額10人 | 會員<br>200元 |
| 夏威夷小結他班<br>上午 11:45 - 下午12:45      | 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5,<br>28/5, 4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(星期六, 共10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<br>(*只供1-3月已參與的會員報名)<br>負責職員：陳翎淇姑娘 導師：伍岳桓先生         | 大窩口服務處<br>名額8人  | 會員<br>200元 |
| 合唱團班<br>下午 1:30 - 2:30             | 23/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5,<br>28/5, 4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(星期六, 共10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。<br>(*只供1-3月已參與的會員報名)<br>負責職員：陳翎淇姑娘 導師：羅展欣女士             | 大窩口服務處<br>名額10人 | 會員<br>100元 |

| 活動名稱/時間  | 日期  | 活動內容  | 地點/名額           | 費用        |
|--|---|---|-----------------|-----------|
| <b>健樂會 (殘疾人士及其家人社區支援計劃)</b>  |   |   |                 |           |
| Happy Together<br>下午2:00 - 4:00<br>(*如有外出活動, 時間則改為<br>下午1:00 - 5:30) | 2/4, 9/4, 16/4, 23/4,<br>30/4, 7/5, 21/5, 28/5,<br>4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(星期六, 共12節) | 內容: 與義工一同參與與多元化的活動, 包括遊戲、美食製作、手工藝製作、外日下午茶或外出參觀等。<br>(*活動只包括部份交通費用)<br>負責職員: 鄭成亨先生     | 大窩口服務處<br>名額15人 | 會員<br>全免  |
| 樂智義工隊<br>中午12:00 - 下午1:00<br>(AYP服務科)                                | 9/4, 30/4, 21/5, 11/6<br>(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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員: 黃偉雄先生                   | 大窩口服務處<br>名額8人  | 會員<br>全免  |
| 生日party (4-6月)<br>中午12:00 - 下午2:00                                   | 18/6<br>(星期六)   | 內容: 會員齊為每季生日的朋友慶祝, 送上祝福。<br>負責職員: 陳栩淇姑娘   | 大窩口服務處<br>名額12人 | 會員<br>全免  |
| <b>成人教育課程 (由勞工及福利局資助)</b>  |   |   |                 |           |
| 成人教育課程 -<br>獨立生活技能<br>下午4:00 - 6:00                                  | 7/5, 14/5, 21/5, 28/5,<br>4/6, 11/6, 18/6, 25/6, 2/7, 9/7<br>(星期六, 共10節)                | 內容: 由專業導師透過遊戲及活動, 加強會員獨立生活技巧, 提升適應現實社區及融入社會的能力。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員: 黃偉雄先生 導師: 待定 | 大窩口服務處<br>名額12人 | 會員<br>20元 |
| <b>服務處活動</b>   |   |   |                 |           |
| 清明小聚<br>上午10:30 - 中午12:00  | 5/4<br>(星期二)  | 內容: 與會員在網上遊玩不同遊戲。<br>負責職員: 馬曉恩姑娘  | Zoom<br>名額不限    | 會員<br>全免  |
| 復活慶典<br>上午10:30 - 中午12:00  | 15/4<br>(星期五)   | 內容: 與會員一同安坐家中玩遊戲, 做手工, 歡度復活假期。<br>負責職員: 馬曉恩姑娘   | Zoom<br>名額不限    | 會員<br>全免  |
| 勞動起來<br>下午4:00 - 5:00  | 1/5<br>(星期日)  | 內容: 與會員遊玩不同集體遊戲及運動, 歡度勞動節假期。<br>負責職員: 鄭成亨先生   | 大窩口服務處<br>名額10人 | 會員<br>全免  |
| 佛誕齊齊FUN<br>下午2:00 - 4:00   | 8/5<br>(星期日)  | 內容: 與會員遊玩不同集體遊戲, 歡度佛誕假期。<br>負責職員: 馬曉恩姑娘   | 大窩口服務處<br>名額10人 | 會員<br>全免  |
| 端午小手工<br>上午10:30 - 中午12:00   | 3/6<br>(星期五)  | 內容: 與會員一同玩遊戲, 做手工, 歡度端午假期。<br>負責職員: 馬曉恩姑娘   | 大窩口服務處<br>名額10人 | 會員<br>全免  |
| <b>特別活動</b>  |   |   |                 |           |
| 寵愛再行動<br>下午3:00 - 4:00   | 14/5<br>(星期六)   | 內容: 邀請動物醫生前來機構探訪, 與會員一同玩樂。<br>負責職員: 陳栩淇姑娘   | 大窩口服務處<br>名額12人 | 會員<br>全免  |
| <b>恆常小組</b>  |   |   |                 |           |
| 小丑表演劇團<br>下午5:00 - 晚上6:00<br>(AYP技能科)                                | 12/4, 26/4, 10/5, 17/5, 7/6, 21/6<br>(星期二, 共6節)   | 內容: 由專業導師教導會員扮演小丑於舞台表演。<br>負責職員: 黃偉雄先生 導師: 梁立珠女士                                      | 大窩口服務處<br>名額8人  | 會員<br>全免  |
| 跆拳道班A<br>下午4:30 - 5:15<br>(AYP康樂體育科)                                 | 逢星期三<br>(共13節)  | 內容: 透過學習跆拳道訓練會員的品德及服從性。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員: 鄭成亨先生 導師: 張滿榮先生                      | 大窩口服務處<br>名額10人 | 會員<br>全免  |
| 跆拳道班B<br>下午5:15 - 晚上6:00<br>(AYP康樂體育科)                               | 逢星期三<br>(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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員: 鄭成亨先生 導師: 張滿榮先生    | 大窩口服務處<br>名額10人 | 會員<br>全免  |
| 「棋」趣天地<br>下午5:15 - 晚上6:30  | 逢星期三<br>(20/4除外, 共12節)  | 內容: 與會員一同遊玩各類桌上遊戲和SWITCH遊戲。<br>負責職員: 駱彩茵姑娘  | 大窩口服務處<br>名額8人  | 會員<br>全免  |

| 活動名稱/時間                                       | 日期   | 活動內容  | 地點/名額                   | 費用       |
|---|--|---|-------------------------|----------|
| 黃昏約會<br>晚上5:15 - 6:45                         | 逢星期四<br>(共13節)   | 內容：小組遊戲、手工藝及唱卡拉OK。<br>負責職員：陳栩淇姑娘  | 大窩口服務處<br>名額8人          | 會員<br>全免 |
| 樂智晨操<br>上午9:15 - 10:00                        | 逢星期六及日<br>(共26節)   | 內容：會員一起做晨操。<br>負責職員：馬曉恩姑娘   | Zoom<br>名額不限            | 會員<br>全免 |
| 美食工房A班<br>上午10:30 - 中午12:00                   | 4/6, 18/6<br>(星期六, 共2節)  | 內容：製作簡單小食及甜品等，分享快樂。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：陳栩淇姑娘                       | 大窩口服務處<br>名額6人          | 會員<br>全免 |
| 美食工房B班<br>上午10:30 - 中午12:00                   | 11/6, 25/6<br>(星期六, 共2節)   | 內容：製作簡單小食及甜品等，分享快樂。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：陳栩淇姑娘                       | 大窩口服務處<br>名額6人          | 會員<br>全免 |
| 線上升遊班<br>下午4:00 - 5:00                        | 逢星期六<br>(2/4及7/5除外, 共11節)  | 內容：透過歌唱訓練學習音準和節奏等音樂知識。<br>負責職員：駱彩茵姑娘                                    | Zoom<br>名額10人           | 會員<br>全免 |
| 童軍<br>下午4:00 - 5:30<br>(AYP技能科)               | 7/5, 14/5, 28/5, 4/6, 25/6<br>(星期六, 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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：鄭成亨先生 導師：管俊康先生     | 大窩口服務處<br>名額10人         | 會員<br>全免 |
| 乒乓球訓練班<br>上午10:00 - 11:00<br>(AYP康樂體育科)       | 1/5, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5,<br>5/6, 12/6, 19/6, 26/6<br>(星期日, 共9節)         | 內容：由專業教練教導會員打乒乓球技巧。<br>負責職員：馬曉恩姑娘 導師：歐陽子榮先生/ 鄭慧詩女士                      | 大窩口服務處<br>名額12人         | 會員<br>全免 |
| 乒乓球訓練班(進階)<br>上午11:00 - 中午12:00<br>(AYP康樂體育科) | 1/5, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5,<br>5/6, 12/6, 19/6, 26/6<br>(星期日, 共9節)         | 內容：由專業教練教導會員打乒乓球的對賽技巧。<br>(*初次參加者須由職員遴選)<br>負責職員：馬曉恩姑娘 導師：歐陽子榮先生/ 鄭慧詩女士 | 大窩口服務處<br>名額10人         | 會員<br>全免 |
| 樂說故事<br>上午11:00 - 上午 11:45                    | 逢星期日<br>(3/4及8/5除外, 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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：駱彩茵姑娘                | 大窩口服務處<br>名額8人          | 會員<br>全免 |
| 日本文化小教室<br>中午12:00 - 下午1:00                   | 逢星期日<br>(3/4及8/5除外, 共11節)  | 內容：分享日本文化和簡易日文，按季節製作不同手工藝及食物。<br>負責職員：駱彩茵姑娘                             | 大窩口服務處<br>名額8人          | 會員<br>全免 |
| 繪畫及藝術創作班<br>下午2:00-4:00<br>(AYP 技能科)          | 10/4, 17/4, 24/4, 1/5, 15/5, 22/5,<br>29/5, 5/6, 12/6, 26/6<br>(星期日, 共10節) | 內容：由專業導師教授繪畫技巧及不同藝術創作。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：鄭成亨先生 導師：陳珈好姑娘           | 大窩口服務處<br>名額10人         | 會員<br>全免 |
| 舞蹈新天地<br>下午4:00 - 5:30                        | 15/5, 29/5, 12/6, 19/6, 26/6<br>(星期日, 共5節)                                 | 內容：訓練會員的音樂節奏感與身體協調，一同舞動身體。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：鄭成亨先生 導師：區明潔女士       | 大窩口服務處<br>名額15人         | 會員<br>全免 |
| 樂智醒獅隊<br>下午4:15 - 5:45<br>(AYP康樂體育科)          | 8/5, 22/5, 5/6<br>(星期日, 共3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。<br>(*初次參加者須由職員遴選)<br>負責職員：馬曉恩姑娘 導師：蘇定謙教練   | 大窩口服務處<br>名額10人         | 會員<br>全免 |
| 睇新聞 學英文<br>下午4:30 - 5:00                      | 3/4, 10/4, 17/4, 24/4, 15/5, 29/5<br>(星期日, 共6節)                            | 內容：輕鬆教授常用英語，增加生活技能，活學活用。<br>負責職員：鄭成亨先生                                  | 大窩口服務處<br>名額10人         | 會員<br>全免 |
| <b>治療性小組</b>                                  |  |   |                         |          |
| 靜靜地<br>上午9:30 - 10:30                         | 3/4, 10/4, 17/4, 24/4<br>(星期日, 共4節)  | 內容：學習靜觀練習，調適壓力及情緒，培養自我關懷的能力，建立滋養身心的習慣。<br>負責職員：梁曉程姑娘                    | Zoom<br>名額不限            | 家屬<br>全免 |
| <b>支援性活動 (只供家屬或親子參與)</b>                      |  |   |                         |          |
| 鬆弛瑜伽班<br>上午11:30 - 下午12:30                    | 逢星期二<br>(5/4除外, 共13節)  | 內容：由專業導師教導瑜伽基本動作，學習正確的伸展並配合呼吸，令身心得以舒展。<br>負責職員：梁曉程姑娘 導師：Mayan Chan      | Zoom及<br>大窩口服務處<br>名額8人 | 家屬<br>全免 |



| 活動名稱/時間   | 日期   | 活動內容   | 地點/名額          | 費用       |
|---|--|--|----------------|----------|
| 酒精墨水藝術同樂日<br>上午10:30 - 中午12:00                      | 5/5<br>(星期四)                                     | 內容：酒精墨水藝術是流行於歐美的新興藝術,不需繪畫經驗,也可享受酒精和墨水暈染流動的抽象畫創作。<br>負責職員：何結慧姑娘                       | 大窩口服務處<br>名額6人 | 家屬<br>全免 |
| 慢活廚房<br>下午4:30 - 晚上6:30                             | 24/5, 31/5, 7/6<br>(星期二, 共3節)                    | 內容：靜心製作純素小食, 學習慢慢做慢食調整急速的生活節奏, 培養內在平靜。<br>負責職員：梁曉程姑娘                                 | 大窩口服務處<br>名額8人 | 家屬<br>全免 |
| 甜品製作時光<br>上午10:30 - 下午12:30                         | 9/6, 16/6, 23/6, 30/6<br>(星期四, 共4節)              | 內容：家屬製作紅棗椰汁糕、芒果糯米糍、芝麻卷、椰汁斑蘭糕, 享受做甜品的時光。<br>負責職員：何結慧姑娘 導師：徐佩文女士                       | 大窩口服務處<br>名額5人 | 家屬<br>全免 |
| 樂敘家庭<br>上午10:30 - 中午12:00                           | 18/6<br>(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。<br>負責職員：黃偉雄先生                            | 大窩口服務處<br>名額不限 | 家屬<br>全免 |
| <b>家屬/義工小組</b>                                      |  |  |                |          |
| 家屬天地<br>上午11:00 - 中午12:00                           | 3/4, 10/4, 17/4, 24/4<br>(星期日, 共4節)              | 內容：家屬透過靜觀、和諧粉彩、紙藝及分享, 舒展身心, 彼此支持。<br>負責職員：何結慧姑娘                                      | 大窩口服務處<br>名額6人 | 家屬<br>全免 |
| 義工本色<br>訓練：上午10:30 - 中午12:00<br>服務：上午9:15 - 下午12:30 | 訓練：13/5, 17/6<br>(星期五)<br>服務：22/5, 26/6<br>(星期日) | 內容：與Carson and Friends家友站義工團合作, 親子家訪沙田區長者, 活動前提供義工訓練, 活動後分享經驗, 盡享助人之樂。<br>負責職員：何結慧姑娘 | 大窩口服務處<br>名額4對 | 親子<br>全免 |

## 北區服務處 (2022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        |
|--|---|--|----------------|-----------|
| <b>健樂會(殘疾人士及其家人社區支援計劃)</b>   |   |  |                |           |
| Happy Together<br>下午2:00 - 4:00<br>(*如有外出活動, 時間則改為<br>下午1:00 - 5:30) | 2/4, 9/4, 16/4, 23/4, 30/4,<br>7/5, 21/5, 28/5,<br>4/6, 11/6, 18/6, 25/6<br>(星期六, 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、外日下午茶或外出參觀等。<br>(*活動只包括部份交通費用)<br>負責職員：鄭成亨先生     | 大窩口服務處<br>名額3人 | 會員<br>全免  |
| <b>成人教育課程 (由勞工及福利局資助)</b>  |   |  |                |           |
| 成人教育課程 -<br>獨立生活技能<br>下午3:30 - 5:30                                  | 1/5, 15/5, 22/5, 29/5,<br>5/6, 19/6, 3/7, 10/7, 17/7, 24/7<br>(星期六, 共10節)               | 內容：由專業導師透過遊戲及活動, 加強會員獨立生活技巧, 提升適應現實社區及融入社會的能力。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：黃偉雄先生 導師：待定 | 北口服務處<br>名額12人 | 會員<br>20元 |
| <b>服務處活動</b>   |   |  |                |           |
| 清明睇晚戲<br>上午11:30 - 下午1:00  | 10/4<br>(星期日)   | 內容：於網上一同欣賞電影。<br>負責職員：陳栩淇姑娘  | Zoom<br>名額不限   | 會員<br>全免  |
| 復活小聚<br>下午3:30 - 5:00  | 17/4<br>(星期日)   | 內容：於網上參與不同遊戲, 歡度復活假期。<br>負責職員：陳栩淇姑娘  | Zoom<br>名額不限   | 會員<br>全免  |
| 開心過佛誕<br>上午11:30 - 下午1:00  | 8/5<br>(星期日)  | 內容：遊玩集體遊戲, 歡度佛誕假期。<br>負責職員：陳栩淇姑娘   | 北區服務處<br>名額10人 | 會員<br>全免  |
| <b>特別活動</b>  |   |  |                |           |
| 北區生日會 (4-6月)<br>中午12:00 - 下午2:00                                     | 29/5<br>(星期日)   | 內容：會員齊為每季生日的朋友慶祝, 送上祝福。<br>負責職員：陳栩淇姑娘  | 北區服務處<br>名額12人 | 會員<br>全免  |

| 活動名稱/時間                     | 日期  | 活動內容   | 地點/名額         | 費用       |
|-----------------------------|---|--|---------------|----------|
| <b>周日恆常小組</b>               |   |  |               |          |
| 親親我社區<br>上午9:15 - 11:00     | 逢星期日<br>(共13節)                            | 內容：與會員一起於不同地區探索，進行各種活動，做運動、逛街、使用社區設施、學習分享等等。<br>負責職員：黃偉雄先生   | 北區<br>名額6人    | 會員<br>全免 |
| 卡拉OK歡唱坊<br>上午11:00 - 下午5:30 | 逢星期日<br>(共13節)                            | 內容：與會員一同歡唱經典及流行金曲。<br>負責職員：李倪好姑娘   | 北區服務處<br>名額8人 | 會員<br>全免 |
| 玩物鬥智棋藝坊<br>上午11:00 - 下午5:30 | 逢星期日<br>(共13節)                            | 內容：與會員一同遊玩各類桌上遊戲<br>負責職員：李倪好姑娘   | 北區服務處<br>名額8人 | 會員<br>全免 |
| 周日鬆一鬆<br>上午11:00 - 11:30    | 逢星期日<br>(共13節)                            | 內容：透過不同輕鬆的活動放鬆身心靈。<br>負責職員：陳栩淇姑娘   | 北區服務處<br>名額8人 | 會員<br>全免 |
| 藝術創意班<br>上午11:30 - 下午1:00   | 3/4, 17/4, 24/4, 1/5, 22/5, 19/6<br>(共6節) | 內容：由導師教授會員繪畫或手工創作。<br>負責職員：李倪好姑娘 導師：廖昭怡女士  | 北區服務處<br>名額6人 | 會員<br>全免 |
| 和諧粉彩體驗班<br>上午11:30 - 下午1:00 | 5/6, 12/6, 26/6<br>(共3節)                  | 內容：體驗及學習簡單而獨特的手指繪畫技巧，製作「和諧粉彩」的畫作。<br>負責職員：陳栩淇姑娘 導師：陳智穎女士   | 北區服務處<br>名額6人 | 會員<br>全免 |
| 樂智義工隊<br>下午2:00 - 3:00      | 10/4, 17/4, 1/5, 8/5<br>(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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：黃偉雄先生   | 北區服務處<br>名額8人 | 會員<br>全免 |
| 木箱鼓A班<br>下午2:00 - 2:45      | 逢星期日<br>(3/4, 10/4及17/4除外，共10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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>(*費用不包括木箱鼓價錢)<br>(*凡成功報名者須於每節活動結束後將木箱鼓帶走)<br>負責職員：陳栩淇姑娘 導師：朱濠惜先生 | 北區服務處<br>名額4人 | 會員<br>全免 |
| 木箱鼓B班<br>下午2:45 - 3:30      | 逢星期日<br>(3/4, 10/4及17/4除外，共10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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>(*費用不包括木箱鼓價錢)<br>(*凡成功報名者須於每節活動結束後將木箱鼓帶走)<br>負責職員：陳栩淇姑娘 導師：朱濠惜先生 | 北區服務處<br>名額4人 | 會員<br>全免 |
| 手作人A組<br>下午2:30 - 4:00      | 12/6, 19/6, 26/6<br>(共3節)                 | 內容：會員學習製作皮革等用品，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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：陳栩淇姑娘 導師：潘嘉恩女士                                | 北區服務處<br>名額4人 | 會員<br>全免 |
| 手作人B組<br>下午4:00 - 5:30      | 12/6, 19/6, 26/6<br>(共3節)                 | 內容：會員學習製作皮革等用品，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。<br>(*參加者須由職員遴選)<br>負責職員：陳栩淇姑娘 導師：潘嘉恩女士                                | 北區服務處<br>名額4人 | 會員<br>全免 |
| 魔力橋師<br>下午3:30 - 5:30       | 15/5, 29/5, 12/6, 26/6<br>(共4節)           | 內容：培養會員玩Rummikub的興趣。<br>負責職員：陳栩淇姑娘   | 北區服務處<br>名額8人 | 會員<br>全免 |
| 語學堂<br>下午4:00 - 5:00        | 3/4, 10/4, 24/4, 8/5<br>(共4節)             | 內容：學習及體驗不同地方的語言，促進人與人之間的溝通。<br>負責職員：陳栩淇姑娘  | 北區服務處<br>名額8人 | 會員<br>全免 |
| <b>支援性活動 (只供家屬或親子參與)</b>    |   |  |               |          |
| 樂敘家庭<br>下午3:30 - 5:00       | 12/6<br>(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。<br>負責職員：黃偉雄先生   | 北區服務處<br>名額不限 | 家屬<br>全免 |

## 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<br>Name      | 先生 Mr / 太太 Mrs / 女士 Ms / 小姐 Miss |  |
| 電郵<br>Email     | 聯絡電話<br>Phone No.                |  |
| 通訊地址<br>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

### 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

出版

督印人

編輯小組

地址

樂智協會有限公司

關佩英女士

籌款及傳訊委員會

葵涌大窩口道15號大窩口社區中心地下

出版月份：2022年3月

印刷份數：2500份

### 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



香港公益金  
THE COMMUNITY CHEST

會員機構 MEMBER AGENCY

網址：[www.lokchi.org.hk](http://www.lokchi.org.hk)

Go



樂智協會 Lok Chi Association

