

樂知友

Friends of Lok Chi

131期

2023年7-9月

活動通訊



李欣桐 - 馬爾代夫 (塑膠彩作品)

本季活動推介:

夏日樂遊遊

《夏季保健》中醫講座

中秋嘉年華2023

專欄推介:

拆解都市病: 頭痛

無障咖啡體驗



編者的話

政府已於2023年2月28日公布由3月1起撤銷所有強制佩戴口罩的要求，社會亦全面復常。中心亦在3月起漸漸恢復外出活動，會員可自行選擇是否佩戴口罩回中心參與活動。本會亦開始見到一眾兩年來沒有回中心的會員，我們很開心見到大家。本會在疫情期間不斷與合作伙伴討論一些新的合作模式，希望會員在後疫情時代，即使中心未能舉辦多人的大型活動，仍有更多多元化活動可以參與。

本會近來開辦了沖咖啡班、蛋糕製作體驗、水泥盆班，目的都是希望有更多會員可以參與中心不同種類的社交康樂活動，培養興趣，繼而進深探討發展會員事業的可能性。本會深信會員將來的事業不應局限於清潔、後勤的工種，而是可以嘗試不同的工作，開展更多新的道路。

另外，本會十分高興參與了香港遊樂場協會90周年水上活動競技日，是次水上活動競技日是香港遊樂場協會為智障人士舉辦的首個獨木舟繞標賽展能組比賽。希望會員能夠透過不同正規訓練，學習不同技能，與一般的年青人一樣能夠參與及體驗不同適齡的運動。

又到了一年一度的暑期活動了！本會已準備好活動迎接大家，希望會員及會員家屬能夠積極參與，樂在其中！

SUMMER

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
無障咖啡體驗	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
活動報名須知及活動報名表	15-16
入會申請表	17
活動通訊	18-24
捐款表及意見表	25

樂智協會2023年度管理委員會名單

主 席：陸艷玲女士
副 主 席：黎定基先生、陳宏遠先生
義務司庫：何淑嫻女士
義務秘書：胡家惠女士
委 員：趙程德蘭博士、張杏梅女士、梁碧嫻女士、
黃宗顯醫生、吳月娥女士、何嬋妃女士、
馮炳全博士、曾蘭斯女士、趙德安先生、
梁振萍先生

樂智協會職員名單

總 幹 事：關佩英女士
中 心 經 理：陳駿斌先生
項 目 經 理：袁 斌先生
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：何靖雯女士、駱彩茵女士
行 政 助 理：簡惠芬女士
活 動 助 理：李倪好女士
兼職程序幹事：杜麗娟女士、馬曉恩女士、陳凱琳女士
兼職資訊科技主任：劉健民先生

我們的服務

樂智
知
之友

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

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
T1 懸掛一號風球	✓	✓	視乎天氣情況
L3 懸掛三號風球	✓	會員小組 / 活動 (✗)	✗
		家屬小組 / 活動 視乎天氣情況	
 懸掛八號或以上風球	✗	✗	✗
 黃色暴雨警告	✓	✓	✗
 紅色暴雨警告	✓	會員小組 / 活動 (✗)	✗
		家屬小組 / 活動 視乎天氣情況	
 黑色暴雨警告	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

- 當天文台發出黃色暴雨訊號或懸掛一號風球時，中心照常開放，所有室內小組/活動如常，而外出戶外活動則會視乎天氣的情況而作出更改。
- 當天文台發出紅色暴雨警告訊號或懸掛三號風球時，中心仍照常開放，會員小組/活動取消，會員不應前往中心，而家屬小組/活動則視乎天氣情況可如常舉辦。若會員已到達中心，則因應天氣之變化、路面及交通情況，中心會要求家屬在安全環境下接送會員回家。
- 若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小組及戶外活動，會員/家屬應留在中心內，會員必須在安全的情況下或有家屬陪同下才可離開中心。
- 若天文台於中心開放時間兩小時前懸掛八號或以上風球，中心將會暫停開放；若天文台取消八號或以上風球，中心將待天文台宣佈取消八號或以上風球的兩小時內，按本指引安排恢復部份小組/活動，中心亦會適時發佈有關中心的小組/活動安排。會員須視乎當時天氣、路面及交通等情況決定是否出席。
- 若因天氣情況影響的小組/活動，相關活動將會延期、退款或作個別安排。
- 若有關其他特殊情况，可致電與本會各區服務處的職員查詢。

中心動向

人事安排

- 程序幹事陳栩淇姑娘於2023年6月16日離職，祝願陳姑娘在新的工作環境及崗位順利，身心健康，生活愉快！

新員工介紹

· 項目經理袁斌先生

各位，我係新嚟嘅項目經理袁斌，大家可以叫我Simon Sir，主要負責「友FUN家」家屬支援服務。我都好鍾意傾偈，咩話題都啱架，期待與大家見面，交流，快啲熟絡。



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。

藝術創意班作品



孔雪蓮



林美玲



曾思明



黃雪兒



韓毅榮

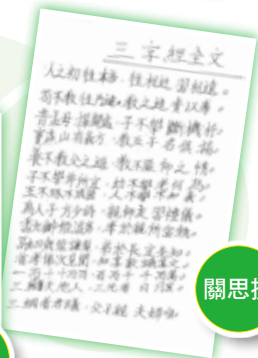
書法作品



曾嘉晉



吳烈鵬



關思捷

和諧粉彩作品



邱志鴻



梁綿怡

繽紛世界作品



張廉靜



石曉芳



林曉嵐



陳瑞振



獨木舟比賽

本會自2018年起帶領會員考取獨木舟星章，多年來致力推動智障人士參與多元活動。適逢香港遊樂場協會(遊協)90周年會慶，他們舉辦了「水上活動競技日」，本會的獨木舟隊亦有幸於4月30日派出了8名會員參加遊協所舉辦的獨木舟繞標賽展能組的比賽。本比賽成功舉辦實有賴中國香港獨木舟總會展能委員會副總監方文輝先生，為智障人士爭取比賽機會。亦要感謝遊協首次為智障人士舉辦獨木舟比賽。比賽當天各參與比賽的會員都盡力爭取獎項，成績非常接近，成績如下：



男子組：

- 冠軍 龐曉宏
- 亞軍 黃世祺
- 季軍 張傲煬

女子組：

- 冠軍 李珈翹
- 亞軍 賴敏儀
- 季軍 左家瑜



最後，本會亦要感謝家屬的到場支持！所有參加者都十分開心！



各區服務處花絮

大窩口青年中心

Happy Together

共20位會員在週末參加「Happy Together」活動，與義工製作手工和食物。會員們更與義工前往樂富廣場參與由VTC舉辦的智能運動體驗，會員們都十分落力做運動，場面十分歡樂熱鬧。



滑板興趣班

疫情過去，中心可以帶領會員到大窩口國瑞路公園滑板場進行滑板興趣班體驗了，會員大部份都表示很喜歡玩，而中心亦希望將不同運動帶給會員。



藍田青年中心

智友暢唱唱

外出唱K活動向來深受會員喜歡，今次更是疫情後復辦的唱K活動，吸引了12位會員報名參與，會員們唱出多首不同年代的金曲，無論唱歌或聽歌的會員亦很享受數小時的暢唱唱時光。



康樂棋遴選賽

一年一度的「全港康樂棋大賽2023」於2023年6月25日舉行，在此比賽前中心亦進行了康樂棋遴選，選出精英中的精英代表中心出賽，雖然只是遴選賽，但會員都十分投入，氣氛激烈，發現會員都有定立目標，希望能在大賽中取得成績！不過，我們相信過程中會員亦領略到友誼及樂趣才是最重要。



復活喜樂嘉年華

復活喜樂嘉年華已於4月7日順利舉行，當日共有11位會員參與。活動當天場面非常熱鬧，會員不但參與有關復活節的攤位遊戲，而且一同製作了復活節小手工，一起歡度復活節假期！

復活喜樂



北區青年中心

北區生日會

生日快樂！5月7日是北區舉行4-6月生日會的日子，會員與家屬一起到K房唱卡拉OK，為4-6月生日的壽星慶祝生日。每人都把握時間大展歌喉，為壽星們送上祝福。



復活團屯聚

節日就是大家相聚的日子！在4月9日上午時間，北區會員跟著職員，一同到屯門飲茶，閒話家常，之後更到了屯門著名景點 - 「幻愛橋」拍照留念，一同愉快地度過了復活節的時光。



認識服務質素標準 (SQS) 簡介

過去一期，我們介紹了服務質素標準原則二：有關機構的服務，此原則總共有6項，上一期已介紹了標準4-6，今期我們將會介紹第二部分：標準7-9，有關機會的財政管理、法律責任及安全的環境。

標準 7：財政管理

服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

準則	
7.1	服務單位備有制訂及確認財政預算的程序。
7.2	服務單位備有管理財政資源及監察財政表現的政策及程序。
7.3	服務單位備有程序以定期研究提高經濟效益或抑制成本的機會。

標準 8：法律責任

服務單位遵守一切有關的法律責任。

準則	
8.1	服務單位知悉所有監察其運作及服務提供的法例(包括衛生、安全方面的法例)。
8.2	服務單位備有監察程序以確保單位遵守有關的法例，及於需要時徵詢法律人士的意見。

標準 9：安全的環境

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

準則	
9.1	提供和有效地保養所有消防設備及其他必需的安全設備
9.2	讓職員和服務使用者認識緊急事故應變程序，並定期進行火警演習，每年至少演習一次。
9.3	服務單位定期查察其現場環境及鄰近環境，以鑑定是否有安全問題，並確保制定和實施處理該等安全問題的適當策略。
9.4	凡發生在服務單位內並涉及職員和/或服務使用者的意外或受傷事故及當時的處理方法，均應記錄在案。
9.5	若服務單位的工作涉及運送服務使用者，必須採取一切道路交通安全措施。
9.6	服務單位確保所有服務器材均得到適當維修，而若情況適合，須在適當督導下使用這些器材。

服務輸出統計數字

2022-23年度第四季(2023年1-3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	184	26	210
2 參與活動的傷殘人士數目(人次)	1177	787	1964
參與活動的健全人士數目(人次)	22	960	982
3 與其他團體合辦的社區參與及共融服務	8		8
4 社區教育服務	4		4
5 傷殘人士家屬/照顧者支援服務	2		2

2022-23年度第四季(2023年1-3月) F65s增撥資源服務輸出統計數字

輸出指標	總數	輸出指標	總數
1 輔導個案	32 宗	4 互助小組	4 個
新開 或 重開個案	1 宗	義工小組	1 個
2 治療性小組	8 節	5 外展探訪 或 家訪	22 次
3 支援、發展、教育活動 或 計劃	45 個	6 新會員 或 續期會員	13 個
社區網絡活動 或 計劃	7 個		

拆解都市病： 頭痛



頭痛由於內外因素影響，例如受到風寒入侵、情緒波動、睡眠不足等等因素，令經絡不暢或失養，臟腑失調，產生頭痛，而不同部位頭痛與不同經絡有關。

不同疼痛位置代表什麼？

1. 頭部兩側：與膽經、三焦經有關

多因情志失調引起，性格容易緊張、焦慮、壓力大的人，是這類型頭痛的常客。

2. 前額/眉心位置：一般與胃經有關

亦反映脾胃或氣血虛弱，例如食無定時、易胃痛、胃酸倒流等腸胃消化不良) 夜睡或睡眠質素欠佳。

3. 後尾枕頭痛/連及頸項：屬膀胱經

主要是遭受風邪入侵，如風寒、風熱或風濕，造成外感頭痛。特別會出現在體質偏寒、肺氣虛人士身上。冬天的早晚溫差大，或有大風寒冷的日子，都容易發生風邪入侵引起的頭痛。

4. 頭頂部疼痛：多與肝經有關

經常夜睡/睡眠不足，血虛人士或長者等。

頭痛患者生活、飲食宜忌？

- 減少食易誘發頭痛的食物，例如酒精、味精
- 避風寒、冷氣吹到頭頸位置
- 盡量11點前睡覺
- 注意室內通風，防止潮濕環境。
- 飲食宜清淡易消化，避免加重脾胃負荷。
- 宜保持心情舒暢，避免情緒波動

以下推介適合食材及湯水：

痰濕型人士：易多食淡滲利濕食品，如薏苡仁、白扁豆、土茯苓、冬瓜等)

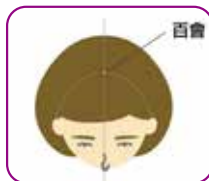
肝腎虛人士：核桃、黑豆、杞子茶、烏雞湯等

氣血虛人士：人參、黨參、白術、當歸

亦可配合穴位按摩：

百會、率谷、合谷、風池

穴位可每日按壓2次，每個穴位按2-3分鐘



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

湯水推介：

① 川芎白芷天麻魚頭湯

材料：大魚魚頭1個、
川芎 10g、白芷 10g、
天麻 10g、薑 3片、
水1200毫升、鹽 適量

製作：1. 清水浸藥材20分鐘。
2. 清洗魚頭（不用開邊）
3. 開小火，用2茶匙油煎香薑及放入魚頭
4. 把川芎、白芷、天麻、薑片和水放在窩內煲。
5. 先用大火滾起，再轉小火煲 1小時。
最後以適量鹽調味即成。趁熱飲用。

功效：祛風、活血、止頭痛



② 黃精烏雞湯

材料：黃精 10克、黨參 10克、
核桃 30克、川芎 10克、
白術 10克、茯苓 10克、
陳皮 3角、杞子 5克、
烏雞 1隻、水 1200毫升

製作：1. 藥材略洗後用清水20分鐘。
2. 清洗烏雞，切開4份。
3. 將所有材料加入水放在窩內煲。
4. 先用大火滾起，再轉小火煲 1.5小時。

功效：補氣活血，養肝腎



無障咖啡體驗

獲「救狗行動國際慈善基金」邀請，本會的會員有機會參與無障咖啡活動體驗沖咖啡的過程。以下為嘉儀及嘉儀媽參與體驗後的感受：

嘉儀雖然甚少飲咖啡，但自從第一次接觸虹吸咖啡後，便對沖咖啡產生濃厚的興趣。從研磨咖啡豆、煮咖啡到過濾咖啡，每一步嘉儀都用手機拍下，再不斷重覆觀看學習。嘉儀亦會把握每次機會，沖咖啡給家人和中心職員品嚐。

接觸虹吸咖啡的一年後，嘉儀終於能大展身手，參與「無障咖啡」並在灣仔泡制咖啡給更多人品嚐。這次機會不但能讓更多人認識智障人士的潛能，對於嘉儀來說，更是夢想成真的一天。

在嘉儀媽口中，嘉儀是一個活潑熱情但卻時常粗心大意的女孩。嘉儀熱情的性格，亦令嘉儀媽不放心嘉儀獨自走在街上，生怕嘉儀會被陌生人帶走。但這次嘉儀參與「無障咖啡」活動卻令嘉儀媽刮目相看。嘉儀不但能專注泡制咖啡，沒有因身邊事物分心，更能清楚記得每一個沖泡咖啡的步驟。令原本擔心嘉儀不能勝任工作的嘉儀媽亦放下心頭大石。



齊來考眼力

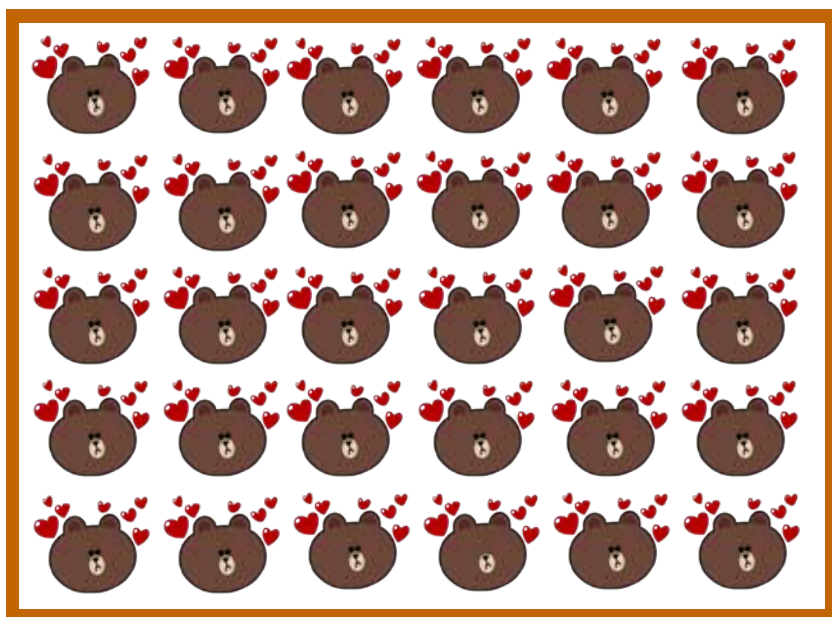
(第一關) 你們可以幫陳姑娘在眾多的鬆弛熊找出一頭不同的鬆弛熊嗎？

註：把它圈起來



(第二關) 你們可以幫忙陳姑娘在眾多的熊大中找出一頭不同的熊大嗎？

註：把它圈起來

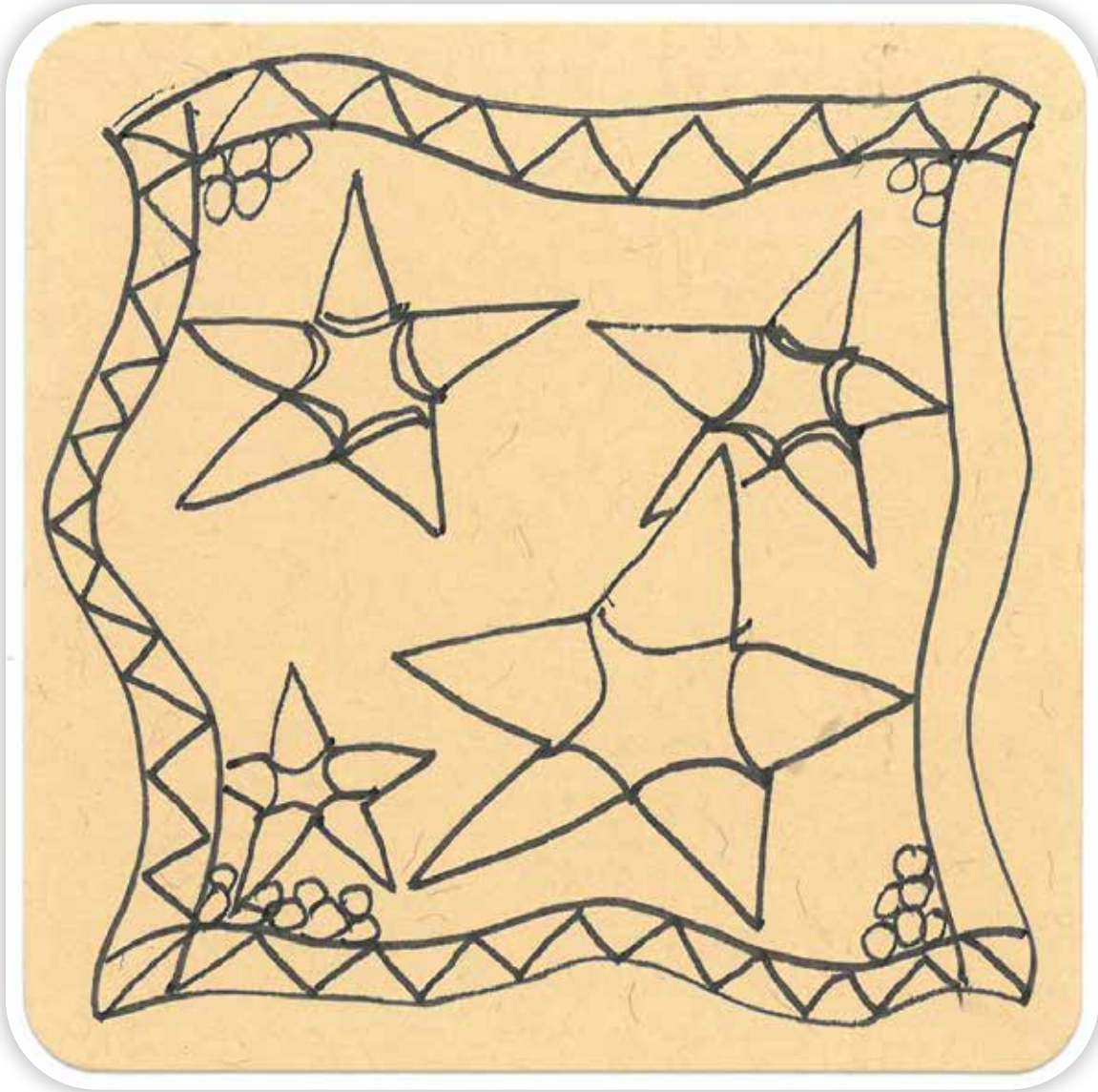


會員姓名： _____

***完成 3 個遊樂天地項目可獲禮物一份。

禪繞畫

各位會員及家屬，以下是未完成的禪意畫，請利用自己的想像及創意，放鬆自如地完成以下作品好嗎？並將完成的作品交回各服務處。感謝您們！



參考作品



會員姓名：_____

***完成 3 個遊樂天地項目可獲禮物一份。

製作屬於自己的雪糕

夏日炎炎，緊係嘆一杯冰凍嘅雪糕啦！
現邀請大家填填色製作出屬於自己喜歡嘅雪糕啦。



資料來源：<https://www.supercoloring.com/zh-hant/node/2544353?tag=57179>

會員姓名：_____

***完成 3 個遊樂天地項目可獲禮物一份。

會員的 **夢** 與 **想**

撰文：馬曉恩姑娘
受訪會員：胡穎蕎



穎蕎的藝術視覺

大家好，我是樂智大窩口青年中心的會員胡穎蕎。我有許多興趣，但我最喜歡畫畫，我希望未來可以成為繪畫師。每個星期日我都會到樂智協會參加繪畫及藝術創作班。在畫畫的過程裏面，我找到創作的樂趣。我最喜歡創作水彩畫，顏料和水的融合讓我覺得十分神奇。

在創作的過程裏，我喜歡使用不同的顏色，把不同的顏色混合在一起讓我有種成就感。揮動筆尖的時候也讓我感覺滿足，雖然在起稿的時候我經常對自己的作品不滿意，不知道擦了多少次橡皮擦，但我認為這是我對自己以及對夢想的自我要求。希望經過不斷的練習可以提升我的畫技和靈感，離夢想越來越近！



大窩口家屬生日 Party(4-6月)

參加今次生日Party的家屬們異口同聲表示喜歡素食自助餐，大家吃得及談得意猶未盡。壽星女們收到梁姑娘自製的生日禮物都讚好。歡迎家屬參加生日Party，無論是自己生日或為他人慶生都可以㗎！



除了家屬活動外，本季中心獲不同合作伙伴邀請參加不同性質的活動，有賴家屬們的支持，會員能嘗試培養不同興趣，以下三個活動希望能開闢會員及家屬的全新視野。

蛋糕製作班

是次蛋糕製作班共有5位會員參與，今次有幸到Andy's Cakes餅房學習製作輕芝士蛋糕，導師逐個步驟指導會員製作，過程不繁複使會員容易掌握，會員見證烘焙的成品極具滿足感。



咖啡證書班

今季共有9位會員參加咖啡證書班，導師教授會員認識咖啡豆產地及如何沖調虹吸咖啡等，會員在沖調過程中亦感受品嘗咖啡的樂趣，同時希望有機會沖調虹吸咖啡給家人品嚐。



水泥盆繪畫班

由資深藝術導師Clara Pang教授的水泥盆繪畫班共有4名會員參加，第一及第二課以繪畫花為主題，會員以塑膠彩在水泥盆繪畫花的圖案，第三課為隨心隨意自由畫，主要用保鮮紙塗上塑膠彩，然後印在水泥盆上，效果十分特別，色彩亦很鮮明。



悅安心 - 嚴重殘疾人士家居照顧

關於我們

服務目的：

1. 以到戶服務支援服務使用者於社區中生活
2. 提昇服務使用者的生活質素
3. 為家屬/照顧者提供訓練及支援，以提昇他們的照顧能力
4. 減輕家屬/照顧者之照顧壓力

服務對象：

1. 嚴重智障/肢體傷殘人士，現居於觀塘區及黃大仙區，並正輪候以下資助院舍：
 - 嚴重智障人士宿舍；
 - 嚴重肢體傷殘人士宿舍；或
 - 嚴重殘疾人士護理院
2. 於服務區域內嚴重智障/肢體殘疾人士，及
3. 現正就讀特殊學校的學生，及
4. 以上服務使用者之照顧者。

服務內容：

提供到戶式的支援配套服務，內容包括：

1. 個人照顧服務
2. 接送服務
3. 職業治療/物理治療/護理服務*
4. 康復訓練服務
5. 家居支援服務**

* 經專業同工評估後，將會根據服務使用者之實際需要制定具體服務方案。

** 經個案經理及服務經理評估，按需要而個別提供服務。

服務收納：

申請手續

1. 申請者可經社工轉介；或
2. 自行前往單位申請及完成服務需要評估。

終止服務

- 服務使用者已經入住資助住宿服務
- 服務使用者提出退出服務；或
- 服務使用身故；或
- 服務使用者能力得到提升，不再需要服務；或
- 服務過程或環境對中心職員的身心造成傷害，經調解後未能達成識；或
- 停止服務超過三個月，而沒有合理原因。

開放時間：

星期一至六

- 早上8時至下午6時
(逢星期日及公眾假期休息)
- 如於非開放時間需要服務，可與中心社工商討適當之安排

服務收費：

全套項目收費 每月\$1,002

個別項目收費

- 個人照顧及接送服務 每小時\$33
- 職業治療 / 物理治療到訪服務 每節 \$52*
- 護理服務到訪服務* 每節 \$43*
- 保健員到訪服務 每節 \$33*

* 到訪服務每節為45分鐘

如服務使用者有經濟需要，可向社工查詢收費減免事宜。

資料來源：

<https://www.cfsc.org.hk/rehab/rhc/zh/index.php>



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： 2023年6月23日 (星期五) 晚上6時
活動抽籤日期： 2023年6月27日 (星期二)
通知報名日期： 2023年6月28日 (星期三)
付款日期： 2023年6月28日 (星期三) 起

有興趣報名的會員及家屬請於2023年6月23日(星期五)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2023年7-9月 活動報名表

三區聯合活動

截止提交報名表日期：2023年6月23日(星期五)

<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 北區	夏日樂遊遊	會員	<input type="checkbox"/> \$240	家屬	<input type="checkbox"/> \$240
<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 北區	飯「戲」攻心	會員	<input type="checkbox"/> \$200	家屬	<input type="checkbox"/> \$200
<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 北區	《夏季保健》中醫講座	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	中秋嘉年華2023	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	熱辣辣夏日營	會員	<input type="checkbox"/> \$70	家屬	<input type="checkbox"/> \$70

樂智藍田青年中心

截止提交報名表日期：2023年6月23日(星期五)

義力量	<input type="checkbox"/> 全免	伸展運動班 *	<input type="checkbox"/> \$180	創意手工藝班	<input type="checkbox"/> \$40
友情相聚	<input type="checkbox"/> \$50	相聚一刻	<input type="checkbox"/> 全免	照顧者茶座	會員 <input type="checkbox"/> 全免
生日 Party	<input type="checkbox"/> \$40	乒乓球練習班	<input type="checkbox"/> 全免		家屬 <input type="checkbox"/> 全免
樂智 Fun 享站	<input type="checkbox"/> 全免	樂智星光匯	<input type="checkbox"/> 全免	照顧者午聚	家屬 <input type="checkbox"/> \$150
歡樂時光	<input type="checkbox"/> 全免	週日樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	藍田家屬生日 Party	家屬 <input type="checkbox"/> \$130
七一暢唱唱	<input type="checkbox"/> \$100	跆拳道班 *	<input type="checkbox"/> \$160	康體普拉提班 (A 班) *	家屬 <input type="checkbox"/> \$175
燈燈燈籠	<input type="checkbox"/> \$20	書法班	<input type="checkbox"/> 全免	康體普拉提班 (B 班) *	家屬 <input type="checkbox"/> \$175
週六樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	樂智點唱站	<input type="checkbox"/> 全免	香薰減壓班 *	家屬 <input type="checkbox"/> \$210
創意藝術班 *	<input type="checkbox"/> \$180	唱歌訓練班 A 班 *	<input type="checkbox"/> \$175	樂敘家庭	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
籃球訓練班	<input type="checkbox"/> \$20	唱歌訓練班 B 班 *	<input type="checkbox"/> \$175		
桌上遊戲站	<input type="checkbox"/> 全免	趣智大冒險	<input type="checkbox"/> 全免		

樂智大窩口青年中心

截止提交報名表日期：2023年6月23日(星期五)

Happy Together	<input type="checkbox"/> \$50	黃昏約會	<input type="checkbox"/> \$20	伸展瑜伽班 *	家屬 <input type="checkbox"/> \$385
畫出笑融	<input type="checkbox"/> \$270	與舍友相聚	<input type="checkbox"/> \$90	痛症舒緩瑜伽班 *	家屬 <input type="checkbox"/> \$385
樂智義工隊	<input type="checkbox"/> 全免	非洲鼓班 *	<input type="checkbox"/> \$300	周二友 Café	家屬 <input type="checkbox"/> \$30
生日 Party (7-9 月)	<input type="checkbox"/> \$80	樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	親子甜品班	會員 <input type="checkbox"/> \$60
七一一七A組	<input type="checkbox"/> 全免	美食工房 A 班	<input type="checkbox"/> \$30		家屬 <input type="checkbox"/> \$60
七一一七B組	<input type="checkbox"/> 全免	美食工房 B 班	<input type="checkbox"/> \$30	周三友 K 唱	家屬 <input type="checkbox"/> \$20
中秋湯圓團圓 A 組	<input type="checkbox"/> \$20	滑板興趣班 *	<input type="checkbox"/> \$180	大窩口家屬生日 Party	家屬 <input type="checkbox"/> \$130
中秋湯圓團圓 B 組	<input type="checkbox"/> \$20	童軍 *	<input type="checkbox"/> \$50	靜觀 Fun 心	家屬 <input type="checkbox"/> \$80
樂智 Party Game	<input type="checkbox"/> \$10	乒乓球訓練班 *	<input type="checkbox"/> \$110	家屬音樂治療小組	家屬 <input type="checkbox"/> \$240
青協義工團	<input type="checkbox"/> 全免	乒乓球訓練班 (進階) *	<input type="checkbox"/> \$110	動手做皮革	家屬 <input type="checkbox"/> \$120
動物醫生與您	<input type="checkbox"/> 全免	「棋」趣天地	<input type="checkbox"/> \$30	樂敘家庭	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
小主持訓練班	<input type="checkbox"/> 全免	繽紛世界	<input type="checkbox"/> 全免	義工本色	會員 <input type="checkbox"/> 全免
跆拳道班 A *	<input type="checkbox"/> \$110	繪畫及藝術創作班 *	<input type="checkbox"/> \$220		家屬 <input type="checkbox"/> 全免
跆拳道班 B *	<input type="checkbox"/> \$110	舞蹈新天地 *	<input type="checkbox"/> \$60		
日本文化小教室	<input type="checkbox"/> \$20	樂智醒獅隊 *	<input type="checkbox"/> \$120		

樂智北區青年中心

截止提交報名表日期：2023年6月23日(星期五)

Happy Together	<input type="checkbox"/> \$50	藝術創意班 (A) *	<input type="checkbox"/> \$100	周日鬆一鬆	<input type="checkbox"/> 全免
走過海洋公園	<input type="checkbox"/> 全免	藝術創意班 (B) *	<input type="checkbox"/> \$100	逃出框框	<input type="checkbox"/> \$20
中秋玩一玩	<input type="checkbox"/> \$20	玩遊戲至夠 FUN	<input type="checkbox"/> 全免	語學堂	<input type="checkbox"/> 全免
至啱您口「味」	會員 <input type="checkbox"/> \$60	聽歌鬆鬆樂	<input type="checkbox"/> 全免	桌遊大比併	<input type="checkbox"/> 全免
	家屬 <input type="checkbox"/> \$60	玩物鬥智棋藝坊	<input type="checkbox"/> 全免	運動好習慣	<input type="checkbox"/> 全免
北區生日會 (7-9 月)	<input type="checkbox"/> \$100	和諧粉彩體驗班 *	<input type="checkbox"/> \$80	樂敘家庭	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
防騙小錦囊	<input type="checkbox"/> 全免	木箱鼓班 *	<input type="checkbox"/> \$400		

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 _____



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：2023年6月23日（星期五）或之前提交。
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. 2023年6月28日（星期三）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（2023年7-9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
夏日樂遊遊 上午9:15 – 下午4:30	16/7 (星期日)	內容：遊覽前皇家遊艇會會所、和黃公園、天際100觀景台及到「無肉食」享用素食自助餐。 (*1名會員最多由2名家屬陪同報名) 負責職員：駱彩茵姑娘	天際100 大窩口22人 藍田22人 北區10人	會員或家屬 240元
飯「戲」攻心 上午11:00 – 下午4:00	29/7 (星期六)	內容：會員們一同到戲院觀賞電影「元素大都會」，然後享用點心放題。 (*1名會員最多由2名家屬陪同報名) 負責職員：陳栩淇姑娘	戲院 大窩口30人 藍田30人 北區15人	會員或家屬 200元
《夏季保健》中醫講座 上午11:00 – 中午12:00	17/9 (星期日)	內容：預防流感、確診後調理同夏天消暑湯水。 負責職員：何結慧姑娘 講者：註冊中醫師林婉瑋	大窩口服務處及ZOOM 名額不限	會員或家屬 全免
中秋嘉年華2023 下午2:00 – 4:00	24/9 (星期日)	內容：猜燈謎、攤位遊戲及手工藝等。 負責職員：廖文輝先生	藍田(西)社區中心禮堂 名額30人	會員或家屬 全免
熱辣辣夏日營 上午9:30 – 下午3:00	30/9 (星期六)	內容：與會員一同享用營地設施，一起度過中秋節假期。 (*1名會員最多由2名家屬陪同報名) 負責職員：黃偉雄先生	曹公潭戶外康樂中心(暫定) 大窩口24人 藍田24人 北區7人	會員或家屬 70元

藍田服務處（2023年7-9月）

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
健樂會(殘疾人士及其家人社區支援計劃)				
義力量 上午9:30 – 11:30	8/7, 12/8, 9/9 (星期六)	內容：讓會員探訪殘疾人士院舍的舍友，玩遊戲，服務社會。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處/ 殘疾人士院舍 名額12人	會員 全免
友情相聚 下午3:00 – 4:00 (40+)	8/7, 15/7, 22/7, 5/8, 12/8, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9, 16/9, 23/9 (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。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額20人	會員 50元

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
生日Party 中午12:00 – 下午3:00	3/9 (星期日)	內容：一同外出用膳，為每季生日會員慶祝生日。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額20人	會員 40元
服務處活動				
樂智Fun享站 下午5:00 – 晚上6:30	逢星期二 (共13節)	內容：透過玩遊戲、分享生活點滴等，讓會員歡度閒暇。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 / ZOOM 名額10人	會員 全免
歡樂時光 下午5:00 – 晚上7:00 (40+)	逢星期三 (共13節)	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	會員 全免
特別活動				
七一暢唱唱 上午9:30 – 下午2:00	1/7 (星期六)	內容：外出唱卡拉OK及享用午膳，慶祝香港特別行政區成立紀念日。 負責職員：何靖雯姑娘	觀塘OPC Neway 名額12人	會員 100元
燈燈燈籠 下午3:15 – 4:45	30/9 (星期日)	內容：製作燈籠，慶祝中秋佳節。 負責職員：杜麗娟姑娘	藍田服務處 名額15人	會員 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 (共14節)	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	會員 全免
創意藝術班 上午10:00 – 11:00 (AYP技能科)	8/7, 15/7, 22/7, 5/8, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9, 16/9 (星期六, 共9節)	內容：教授創意藝術，發揮會員潛能及訓練專注力。 負責職員：何靖雯姑娘 導師：王美琪女士	藍田服務處 名額10人	會員 180元
籃球訓練班 上午11:00 – 中午12:00	1/7, 8/7, 15/7, 22/7, 5/8, 12/8, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9, 16/9, 23/9 (星期六, 共12節)	內容：籃球訓練及比賽等。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處/ 啟田邨藍球場 名額10人	會員 20元
桌上遊戲站 上午11:00 – 中午12:00	8/7, 15/7, 22/7, 29/7, 5/8, 12/8, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9, 16/9, 23/9 (星期六, 共12節)	內容：透過玩不同的桌上遊戲，讓會員歡度閒暇。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額12人	會員 全免
伸展運動班 中午12:00 – 下午1:00	5/8, 12/8, 19/8, 2/9, 9/9, 16/9 (星期六, 共6節)	內容：透過做伸展運動，學習鬆弛肌肉的方法，讓會員強健體魄。 負責職員：何靖雯姑娘 導師：待定	藍田服務處 名額8人	會員 180元
相聚一刻 下午2:00 – 3:00 (40+)	8/7, 15/7, 22/7, 5/8, 12/8, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9, 16/9, 23/9 (星期六, 共11節)	內容：靜觀練習、學習與人溝通的技巧及集體遊戲等。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額20人	會員 全免
乒乓球練習班 下午4:00 – 5:00	15/7, 22/7, 29/7, 12/8, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9 (星期六, 共8節)	內容：與會員一同練習打乒乓球，強身健體。 負責職員：杜麗娟姑娘	藍田服務處 名額10人	會員 全免
樂智星光匯 下午5:00 – 晚上6:00	1/7, 8/7, 15/7, 22/7, 29/7, 5/8, 12/8, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9, 23/9 (星期六, 共12節)	內容：透過唱K、看電影，讓會員放下生活壓力，輕鬆度過週六。 負責職員：陳凱琳姑娘	藍田服務處 名額10人	會員 全免
週日恆常小組				
週日樂智晨操 上午9:00 – 9:30 (40+)	逢星期日 (共13節)	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	會員 全免

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
跆拳道班 上午11:30 – 下午1:00 (AYP康樂體育科)	9/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 10/9 (星期日, 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。 (*這袍可於導師批准後導師購買; 新生請先留名。) 負責職員: 陳凱琳姑娘 導師: 陳裕深教練	藍田服務處 名額10人	會員 160元
書法班 中午12:00 – 下午1:00	2/7, 9/7, 16/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 10/9, 17/9 (星期日, 共11節)	內容: 運用原子筆、鋼筆及毛筆等學習中文書法。 負責職員: 廖文暉先生	藍田服務處 名額10人	會員 全免
樂智點唱站 下午2:00 – 3:00	2/7, 9/7, 16/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 10/9, 17/9 (星期日, 共11節)	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	會員 全免
唱歌訓練班A班 下午2:00 – 3:00 (AYP 技能科)	9/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 10/9 (星期日, 共7節)	內容: 由音樂導師教授基本唱歌技巧。 負責職員: 何靖雯姑娘 導師: 許貴英女士	藍田服務處 名額8人	會員 175元
唱歌訓練班B班 下午3:00 – 4:00 (AYP 技能科)	9/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 10/9 (星期日, 共7節)	內容: 由音樂導師教授基本唱歌技巧。 負責職員: 何靖雯姑娘 導師: 許貴英女士	藍田服務處 名額8人	會員 175元
趣智大冒險 下午4:00 – 5:00	2/7, 9/7, 16/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 3/9, 10/9, 17/9 (星期日, 共12節)	內容: 通過集體遊戲, 促進會員之間的社交能力和表達自己的機會。 負責職員: 陳凱琳姑娘	藍田服務處 名額14人	會員 全免
創意手工藝班 下午5:00 – 6:00	16/7, 23/7, 6/8, 13/8, 20/8, 3/9, 10/9, 17/9 (星期日, 共8節)	內容: 馬賽克及輕黏土手工藝製作。 負責職員: 杜麗娟姑娘	藍田服務處 名額8人	會員 40元
家屬/義工小組 (只供家屬參與)				
照顧者茶座 上午 10:30 – 下午12:30	4/7, 29/8, 19/9 (星期二, 共3節)	內容: 由傷健協會舉行各類家屬減壓活動, 如製作手工藝、小食、茶聚等, 並同時提供會員暫托服務, 為照顧者提供休息空間。 (*須同時報名「照顧者午聚」) 負責職員: 何結慧姑娘 / 李善樂姑娘	藍田服務處 名額8對	親子 全免
照顧者午聚 下午 12:30 – 2:00	4/7, 29/8, 19/9 (星期二, 共3節)	內容: 與家屬一同外出午餐, 享受悠閒午後時光。 (*須同時報名「照顧者茶座」) 負責職員: 李善樂姑娘 / 何結慧姑娘	藍田餐廳 名額8人	家屬 150元
藍田家屬生日Party 上午11:30 – 下午1:00	16/8 (星期三)	內容: 外出聚餐, 為7至9月生日的家屬慶祝生日, 互相交流。 負責職員: 何結慧姑娘	藍田餐廳 名額10人	家屬 130元
康體普拉提班(A班) 上午10:30 – 11:30	6/7, 13/7, 31/8, 7/9, 14/9, 21/9, 28/9 (星期四, 共7節)	內容: 由專業導師教授普拉提。透過深層伸展肌肉的動作, 改善腰痛和不良姿勢以及身體線條。 負責職員: 李善樂姑娘 導師: 陳婉詩女士	藍田服務處 名額8人	家屬 175元
康體普拉提班(B班) 上午11:30 – 下午12:30	6/7, 13/7, 31/8, 7/9, 14/9, 21/9, 28/9 (星期四, 共7節)	內容: 由專業導師教授普拉提。透過深層伸展肌肉的動作, 改善腰痛和不良姿勢以及身體線條。 負責職員: 李善樂姑娘 導師: 陳婉詩女士	藍田服務處 名額8人	家屬 175元
香薰減壓班 上午9:45 – 10:45	8/7, 15/7, 22/7, 5/8, 12/8, 9/9, 16/9 (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 (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	家屬 210元
樂敘家庭 下午4:30 – 5:30	16/9 (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: 李善樂姑娘	藍田服務處 名額不限	家屬 全免

大窩口服務處 (2023年7-9月)

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
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)	8/7, 15/7, 22/7, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9, 23/9 (星期六, 共8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。 (*活動只包括部份交通費用) 負責職員: 駱彩茵姑娘	大窩口服務處 名額20人	會員 50元
畫出笑融 下午4:00 – 5:30	8/7, 22/7, 19/8, 26/8, 9/9, 16/9 (星期六, 共6節)	內容: 在專業導師教授下, 與義工一同參與即興藝術創作。 (*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6人	會員 270元
樂智義工隊 上午10:00 – 11:00 (AYP服務科)	訓練: 12/8, 19/8, 26/8 服務: 2/9 (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	會員 全免
生日party (7-9月) 中午12:00 – 下午3:30	12/8 (星期六)	內容: 會員一同外出用膳, 齊為每季生日的朋友慶祝, 送上祝福。 負責職員: 駱彩茵姑娘	待定 名額20人	會員 80元
服務處活動				
七一一七A組 上午10:00 – 11:15	1/7 (星期六)	內容: 與會員一同玩遊戲, 做手工, 歡度七一假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 全免
七一一七B組 上午11:30 – 下午12:45	1/7 (星期六)	內容: 與會員一同玩遊戲, 做手工, 歡度七一假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 全免
中秋湯圓團圓A組 上午11:30 – 下午1:00	23/9 (星期六)	內容: 與會員一同製作湯圓, 歡度中秋節假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 20元
中秋湯圓團圓B組 下午2:30 – 4:00	23/9 (星期六)	內容: 與會員一同製作湯圓, 歡度中秋節假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 20元
特別活動				
樂智Party Game 下午2:00 – 4:00	1/7 (星期六)	內容: 與社區人士一起玩遊戲, 促進彼此之間的交流。 負責職員: 余倩瑩姑娘(實習社工)	大窩口服務處 名額8人	會員 10元
青協義工團 下午2:00 – 4:00	5/8 (星期六)	內容: 香港青年協會義工與會員一同玩遊戲。 負責職員: 黃偉雄先生	大窩口服務處 名額15人	會員 全免
動物醫生與您 下午3:30 – 4:30	30/9 (星期六)	內容: 與動物醫生交流及互動, 共度美好時光。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額20人	會員 全免
恆常小組				
小主持訓練班 晚上6:00 – 7:00	11/7, 25/7, 8/8, 22/8, 5/9, 12/9 (星期二, 共6節)	內容: 透過訓練說話技巧、聲音控制技巧及禮儀, 培養會員成為網上節目的主持人。 (*參加者須由職員遴選) 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 全免
跆拳道班A 下午4:30 – 5:15 (AYP康樂體育科)	12/7, 19/7, 26/7, 2/8, 16/8, 23/8, 30/8, 6/9, 13/9, 20/9, 27/9 (星期三, 共11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: 駱彩茵姑娘 導師: 張滿榮先生	大窩口服務處 名額10人	會員 110元
跆拳道班B 下午5:15 – 晚上6:00 (AYP康樂體育科)	12/7, 19/7, 26/7, 2/8, 16/8, 23/8, 30/8, 6/9, 13/9, 20/9, 27/9 (星期三, 共11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: 駱彩茵姑娘 導師: 張滿榮先生	大窩口服務處 名額10人	會員 110元
日本文化小教室 下午5:00 – 晚上6:00	13/7, 27/7, 17/8, 31/8, 14/9, 28/9 (星期四, 共6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8人	會員 20元

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
黃昏約會 晚上6:00 – 7:00	6/7, 13/7, 3/8, 10/8, 7/9, 21/9, 28/9 (星期四, 共7節)	內容: 小組遊戲、手工藝及唱卡拉OK。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 20元
與舍友聚聚 晚上6:30 – 8:00	20/7, 27/7, 17/8, 24/8, 31/8, 14/9 (星期四, 共6節)	內容: 會員與葵盛宿舍舍友一同活動, 互相交流。 負責職員: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 90元
非洲鼓班 下午5:00 – 晚上6:00	7/7, 14/7, 21/7, 4/8, 11/8, 18/8, 1/9, 8/9, 15/9, 22/9 (星期五, 共10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。 (*初次參加者須由職員遴選) 負責職員: 陳栩淇姑娘 導師: 袁嫻媛女士	大窩口服務處 名額10人	會員 300元
樂智晨操 上午9:00 – 9:30	逢星期六及日 (共27節)	內容: 會員一起做晨操。 負責職員: 馬曉恩姑娘	Zoom 名額不限	會員 全免
美食工房A班 上午 10:00 – 11:30	22/7, 19/8, 16/9 (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: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 30元
美食工房B班 上午 10:00 – 11:30	29/7, 26/8, 23/9 (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: 陳栩淇姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 30元
滑板興趣班 上午11:30 – 下午12:30	8/7, 22/7, 5/8, 19/8, 2/9, 9/9 (星期六, 共6節)	內容: 體驗踩滑板的樂趣, 訓練會員的身體協調能力。 (*初次參加者須由職員遴選) 負責職員: 馬曉恩姑娘 導師: Leo Sir	大窩口服務處 名額8人	會員 180元
童軍 下午4:00–5:30 (AYP技能科)	15/7, 29/7, 12/8, 2/9, 23/9 (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。 (*初次參加者須由職員遴選) 負責職員: 駱彩茵姑娘 導師: 管俊康先生	大窩口服務處 名額10人	會員 50元
乒乓球訓練班 上午10:00 – 11:00 (AYP康樂體育科)	2/7, 9/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 3/9, 10/9, 24/9 (星期日, 共11節)	內容: 由專業教練教導會員打乒乓球技巧。 負責職員: 馬曉恩姑娘 導師: 朱德初教練及助教	大窩口服務處 名額12人	會員 110元
乒乓球訓練班(進階) 上午11:00 – 中午12:00 (AYP康樂體育科)	2/7, 9/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 3/9, 10/9, 24/9 (星期日, 共11節)	內容: 由專業教練教導會員打乒乓球的對賽技巧。 (*初次參加者須由職員遴選) 負責職員: 馬曉恩姑娘 導師: 朱德初教練及助教	大窩口服務處 名額10人	會員 110元
「棋」趣天地 上午11:00–中午12:00	9/7, 23/7, 6/8, 20/8, 3/9 (星期日, 共5節)	內容: 與會員一同遊玩各類桌上遊戲和SWITCH遊戲。 負責職員: 駱彩茵姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 30元
繽紛世界 中午12:00 – 下午1:00	逢星期日 (共13節)	內容: 創作簡單有趣並獨特的畫作或勞作。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 全免
繪畫及藝術創作班 下午2:00–4:00 (AYP 技能科)	2/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 3/9, 10/9, 17/9, 24/9 (星期日, 共11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: 駱彩茵姑娘 導師: 張藝滢姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 220元
舞蹈新天地 下午4:00–5:30	9/7, 30/7, 6/8, 27/8, 10/9, 24/9 (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。 (*參加者須由職員遴選) 負責職員: 駱彩茵姑娘 導師: 區明潔女士	大窩口服務處 名額15人	會員 60元
樂智醒獅隊 下午4:15 – 5:45 (AYP康樂體育科)	2/7, 23/7, 13/8, 20/8, 3/9, 17/9 (星期日, 共6節)	內容: 由專業導師教授舞獅技巧, 訓練會員成為中心的醒獅隊。 (*初次參加者須由職員遴選) 負責職員: 馬曉恩姑娘 導師: 蘇定謙教練	大窩口服務處 名額10人	會員 120元
支援性活動 (只供家屬或親子參與)				
伸展瑜伽班 上午11:30 – 下午12:30	逢星期二 (18/7及22/8除外) (共11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。 負責職員: 何結慧姑娘 導師: Mayan Chan	大窩口服務處 名額10人	家屬 385元

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
痛症舒緩瑜伽班 下午12:30 – 1:30	逢星期二 (18/7及22/8除外) (共11節)	內容：由專業導師指導瑜珈基本動作，透過肌肉伸展和強化，舒緩常見痛症，增強體能。 負責職員：何結慧姑娘 導師：Mayan Chan	大窩口服務處 名額10人	家屬 385元
周二友Café 下午12:30 – 3:30	逢星期二 (18/7及22/8除外) (共11節)	內容：「周二友Café」是專屬家屬們的休閒空間，在Cafe開放時，您們可自行組織進行各類活動，例如製作小食、閱讀、書法、藝術、運動、品茶等。 負責職員：袁斌先生	大窩口服務處 名額8人	家屬 30元
親子甜品班 下午4:45 – 晚上6:45	19/9, 26/9 (星期二, 共2節)	內容：由導師教導製作小甜品的技巧，親子一同完成製作。 負責職員：黃偉雄先生 導師：CK Chan	大窩口服務處 名額4對	親子 60元
周三友K唱 上午11:00 – 下午1:00	5/7, 12/7, 30/8, 6/9, 20/9 (星期三, 共5節)	內容：家屬們可使用中心唱K設備高歌一曲，與同路人一同享受歡樂時光。 負責職員：袁斌先生	大窩口服務處 名額8人	家屬 20元
大窩口家屬生日Party 上午11:30 – 下午1:00	2/8 (星期三)	內容：外出聚餐，為7至9生日的家屬慶祝生日，互相交流。 負責職員：袁斌先生	荃灣餐廳 名額10人	家屬 130元
靜觀Fun心 下午2:30 – 3:30	6/9, 13/9, 20/9, 27/9 (星期三, 共4節)	內容：利用有趣的小玩意進行專注當下的靜觀練習。 負責職員：何結慧姑娘	大窩口服務處 名額6人	家屬 80元
家屬音樂治療小組 上午10:30 – 中午12:00	31/8, 7/9, 14/9, 21/9, 28/9, 5/10 (星期四, 共6節)	內容：透過唱歌，玩樂器等音樂活動，促進參加者成為快樂的父母。 負責職員：何結慧姑娘 導師：何詠恩女士(澳洲註冊音樂治療師)	大窩口服務處 名額6人	家屬 240元
動手做皮革 上午10:30 – 下午12:30	1/9, 8/9, 15/9, 22/9 (星期五, 共4節)	內容：親手製作獨一無二的皮革小物。 負責職員：何結慧姑娘 導師：杜麗娟女士	大窩口服務處 名額4人	家屬 120元
樂敘家庭 上午10:00 – 11:00	16/9 (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	家屬 全免
家屬/義工小組				
義工本色 上午9:00 – 下午12:30	9/7, 13/8 (星期日, 共2節)	內容：與Carson & friends 家友站義工團合作，親子家訪沙田區長者，盡享助人之樂。 (*參加者須由職員遴選) 負責職員：何結慧姑娘	沙田區 名額6對	親子 全免

北區服務處 (2023年7-9月)

(* 上水社區中心4樓活動室的開放時間會改為下午2時至5時45分，上午10時至下午1時會改用粉嶺青年領袖訓練學院的活動室，請北區會員留意7-9月的活動安排。)

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
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)	8/7, 15/7, 22/7, 19/8, 26/8, 2/9, 9/9, 23/9 (星期六, 共8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：駱彩茵姑娘	大窩口服務處 名額2人	會員 50元
服務處活動				
走過海洋公園 上午10:00 – 下午5:00	2/7 (星期日)	內容：義工和會員一同到海洋公園遊玩，認識不同海洋生物，歡度七一假期。 (*活動沒有安排旅遊巴士，亦需自備午餐費) 負責職員：黃偉雄先生	海洋公園 名額12人	會員 全免
中秋玩一玩 下午3:00 – 4:30	24/9 (星期日)	內容：會員們一同參與集體遊戲，歡度中秋。 負責職員：陳栩淇姑娘	北區服務處 名額15人	會員 20元

活動名稱/時間		日期	活動內容	地點/名額	費用
特別活動					
至啱您口「味」 上午10:00 – 下午1:00	9/7 (星期日)	內容：一同參觀尖沙咀合味道紀念館並參與工作坊。 負責職員：陳栩淇姑娘	北區服務處 會員12人 家屬3人	會員或家屬 60元	
北區生日會 (7-9月) 上午10:00 – 下午2:00	20/8 (星期日)	內容：會員齊為每季生日的朋友慶祝，送上祝福。 (*活動已包旅遊巴) 負責職員：陳栩淇姑娘	待定 名額15人	會員 100元	
防騙小錦囊 上午10:00 – 11:00	10/9 (星期日)	內容：講解最近較常見的騙案類型，避免跌入詐騙陷阱。 負責職員：黃偉雄先生	粉嶺青年協會領袖學院 名額10人	會員 全免	
周日恆常小組					
藝術創意班(A) 上午10:00 – 11:30	6/8, 27/8, 3/9, 17/9, 24/9 (共5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	粉嶺青年協會領袖學院 名額6人	會員 100元	
藝術創意班(B) 上午11:30 – 下午1:00	6/8, 27/8, 3/9, 17/9, 24/9 (共5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	粉嶺青年協會領袖學院 名額6人	會員 100元	
玩遊戲至夠FUN 上午10:15 – 11:00	23/7, 30/7, 13/8 (共3節)	內容：由職員協助會員帶領集體遊戲，一起玩個痛快。 負責職員：黃偉雄先生	粉嶺青年協會領袖學院 名額10人	會員 全免	
聽歌鬆鬆樂 上午11:00 – 下午5:30	逢星期日 (2/7除外，共24節)	內容：與會員一同欣賞經典及流行金曲。 負責職員：李倪好姑娘	粉嶺青年協會領袖學院/ 北區服務處 名額8人	會員 全免	
玩物鬥智棋藝坊 上午11:00 – 下午5:30	逢星期日 (2/7除外，共24節)	內容：與會員一同遊玩各類桌上遊戲。 負責職員：李倪好姑娘	粉嶺青年協會領袖學院/ 北區服務處 名額8人	會員 全免	
和諧彩繪體驗班 上午11:30 – 下午1:00	23/7, 30/7, 13/8, 10/9 (共4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。 負責職員：陳栩淇姑娘 導師：陳智穎女士	粉嶺青年協會領袖學院 名額8人	會員 80元	
木箱鼓班 下午2:00 – 3:30	9/7, 23/7, 30/7 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 3/9, 10/9, 17/9 (共10節)	內容：會員將配合歌曲加以練習，學習拍子，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：陳栩淇姑娘 導師：朱還惜先生	北區服務處 名額8人	會員 400元	
周日鬆一鬆 下午3:30 – 4:00	9/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8, 3/9, 10/9, 17/9 (共10節)	內容：透過不同輕鬆的活動，放鬆身心靈。 負責職員：陳栩淇姑娘	北區服務處 名額12人	會員 全免	
逃出框框 下午4:00 – 5:00	30/7, 20/8, 10/9, 17/9 (共4節)	內容：與會員一同進行遊戲，提升會員的解難能力。 負責職員：陳栩淇姑娘	北區服務處 名額10人	會員 20元	
語學堂 下午4:00 – 5:00	9/7, 23/7, 13/8, 27/8 (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。 負責職員：陳栩淇姑娘	北區服務處 名額8人	會員 全免	
桌遊大比併 下午4:00 – 5:00	16/7, 6/8 (共2節)	內容：學習玩新興桌上遊戲。 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額8人	會員 全免	
運動好習慣 下午5:00 – 5:30	9/7, 16/7, 23/7, 6/8, 13/8, 27/8, 3/9, 24/9 (共8節)	內容：一同動手動腳，培養運動習慣。 負責職員：黃偉雄先生	北區服務處 名額8人	會員 全免	
支援性活動 (只供家屬或親子參與)					
樂敘家庭 下午4:00 – 5:00	3/9 (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	家屬 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

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：2023年6月

印刷份數：2500份



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

網址：www.lokchi.org.hk

Go



樂智協會 Lok Chi Association

