

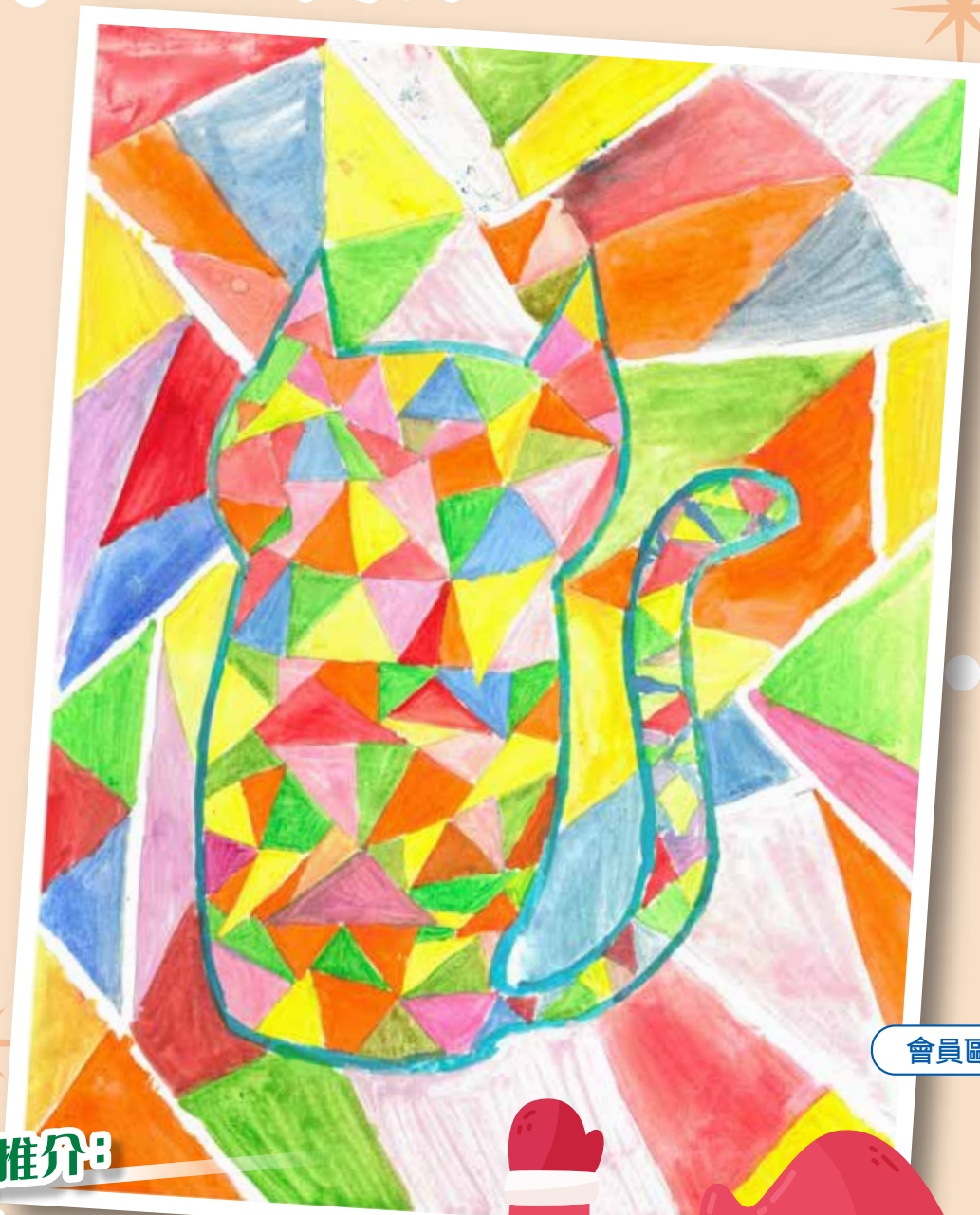
樂知友

Friends of Lok Chi

136期

2024年10-12月

活動通訊



會員歐陽環軒作品

本季活動推介:

夏日樂遊遊

周年大會

聖誕Party 2024

專欄推介:

預防頭痛的方法

衝突有什麼可怕?

社區長者及特殊牙科服務



 **樂智協會**
Lok Chi Association

各位會員及家屬大家好，我們很高興通知大家樂智協會將於2025年4月1日起迎接50周年金禧慶典並舉辦一連串的活動，除了上期樂智之友提及的會員藝術作品展覽外，還會有不同的精彩活動，敬請密切留意。

「齊撐照顧者」是社會福利署去年訂立的3年計劃之一，本會亦配合舉辦不同活動以提升對智障人士家庭的支援，例如家屬互助小姐、樂敘家庭家長會、不同興趣班及身心靈活動等。希望能夠支援照顧者及提供空間給予家屬減壓。早前本會亦曾入校與家屬分享親子衝突的應對，本會發現很多家長面對衝突時不知如何面對，甚或有機會因為一句說話影響了親子的關係，故此中心將會繼續舉辦與親子衝突有關的講座及工作坊以支援智障人士家庭。請大家繼續支持本會友「FUN」家家屬支援服務。

除了恆常的活動支援家屬外，中心已於8月6日新聘了一位輔導員提供輔導服務，如果各位會員及家屬有需要，可致電向中心職員查詢。



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
閒話家常	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2024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：何嬋妃女士
 義務秘書：胡家惠女士
 委 員：趙程德蘭博士、張杏梅女士、黃宗顯醫生、
 吳月娥女士、馮炳全博士、曾蘭斯女士、
 趙德安先生

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 主 任：呂凱兒女士
 社 會 工 作 員：李善樂女士、何結慧女士
 輔 導 員：范志華姑娘
 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、袁心亭姑娘
 行 政 助 理：簡惠芬女士
 資 訊 科 技 主 任：劉健民先生
 活 動 助 理：李倪好女士
 兼職程序幹事：杜麗娟女士

我們的服務

樂知
樂友

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	✓	✓	視乎天氣情況
 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。
- 若有關其他特殊情況，可致電與本會各區服務處的職員查詢。

中心動向

人事變動

大窩口社工黃偉雄先生及兼職程序幹事馬曉恩姑娘分別於9月24日及9月22日離職，祝願他們在不同崗位上繼續發光發亮、生活愉快！

新員工介紹

輔導員范志華姑娘

Halo! 我係樂智的輔導員范姑娘。好高興可以加入樂智大家庭，同認識到大家! 我平時鍾意食嘢同做運動，期待之後可以同大家一齊玩，傾下偈。



大窩口程序幹事袁心亭姑娘

大家好，我係Sandy袁姑娘。好開心加入樂智大家庭，日後主要係大窩口工作，以後會同大家一齊參與各種活動。平時鍾意周圍食野同睇電影，歡迎嚟同我傾下計或者推薦下有咩美食!



實習輔導員陳穎蕎姑娘

Hello 我係Nicola陳穎蕎，係實習輔導員。黎緊2024年9月至2025年4月會係大窩口服務處幫手。好開心可以認識大家，我鍾意睇下Netflix、動漫，去下旅行! 所以無論開唔開心，有冇煩惱，都歡迎大家黎搵我傾下計! 多多指教!



實習社工陳敏儀姑娘

你好，我係實習社工Mandy陳姑娘，我鍾意睇電影同小動物。我嘅實習期會由9月去到明年3月，歡迎大家嚟藍田中心搵我傾計同分享你嘅生活啊!



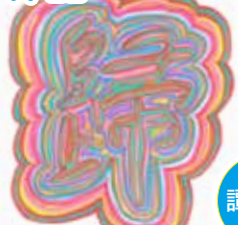
會員作品

今期我們一同欣賞會員參與不同活動的藝術作品。

繽紛世界作品



楊震海



譚麗虹



林曉嵐

黏土作品



吳銘祺



李英傑



張廉靜

書法作品



會員曾子倩作品



環保小手工作品



邱智鴻



梁錦怡



黃嘉瑩



曾思明



韓毅榮

音樂治療體驗

本會獲伊利沙伯女皇弱智人士基金贊助舉辦為期18個月的「音樂自療」計劃，我們很高興邀請到註冊音樂治療師為我們主持各項音樂治療活動。今季率先分別於不同中心舉辦了音樂治療體驗工作坊，每次約有17位會員參加，他們對樂器感興趣，又積極地點唱喜歡的歌曲，氣氛十分歡樂。



樂在暑期2024暑期託管及活動

本會舉辦之「樂在暑期2024」活動，除了為家屬及照顧者減輕壓力外，亦為學生提供一個充實的暑期。大窩口服務處今年度全期託管收生11人，暫託收生6人，平均每日安排3個暫託名額；而藍田服務處今年度全期託管收生9人，暫託收生11人，平均每日安排4個暫託名額。本年度得到社會福利署殘疾人士及其家人社區支援計劃資助暑期託管戶外活動，包括：冒險樂園及南豐紗廠、保齡球及濕地公園、海洋公園、屯門T-Park、西貢戶外康樂中心、曹公潭戶外康樂中心、海事博物館、零碳天地及唱卡拉OK等。各會員能夠從中擴闊視野，歡渡暑假，增廣見聞！



協會慶祝香港回歸祖國27年活動

為慶祝香港特區成立二十七周年，樂智協會舉辦各式各樣的精彩活動，與會員同樂、共慶回歸。其中，18位大窩口乒乓球班的會員便於6月30日進行了乒乓球比賽，乒乓球班會員都很踴躍參與，與教練切磋球技。另外，6位大窩口繽紛世界組員亦於同日及7月7日以回歸27周年為題創作了藝術作品，一同感受歡樂氣氛。另外，本會亦舉辦了『中國國情知多少』有獎問答比賽、慶回歸電影欣賞 - 『醒獅少年』等活動，會員都十分踴躍參加各項慶回歸活動，其中『中國國情知多少』有獎問答比賽，有3名參加者能答對全部27題，其餘大部份都能答對8成或以上，成績令人滿意。



大窩口青年中心

樂說·陶話·戶外學習

16名參加了戶外藝術學習的會員到油街參觀，下午再到JCCAC進行藝術創作。透過參觀藝術展覽及藝術創作，會員享受了參與藝術活動的樂趣，亦提升了會員觀賞藝術的興趣和能力。



藍田青年中心

創·藝·樂 - 創意繪畫班

本會獲社會福利署殘疾人士藝術發展基金資助，舉行為期18個月的『創·藝·樂 - 創意繪畫班』，今季共有10位會員參與，由專業導師教授以不同種類的顏料繪畫技巧，讓參加者發揮藝術才能及增強自信心，同時亦希望他們的作品也成為與外界聯系和溝通的有效橋樑。



創·藝·樂 - 水泥盆畫藝班

由殘疾人士藝術發展基金資助的『創·藝·樂 - 水泥盆畫藝班』，逢星期四下午4:00-晚上7:00舉行，共有10名會員參加，由專業導師教授，讓會員嘗試把畫紙上的平面作品，於水泥盆上繪畫，可提升會員在不同物料上繪畫的能力及成功感，從而增強創作的信心及發展個人藝術才能。



北區青年中心

親親我社區

親親我社區除了與會員一同吃早餐和做運動外，亦會一同發掘及分享地區的特色，這次大家一起去了寶石湖邨一個隱秘的位置拍攝了美景，大家快點加入我們一同尋找北區的美食美景吧！



運動好習慣

每次運動好習慣都會邀請一位會員成為拉筋小老師，帶領大家拉筋動作，然後一同跟隨網上短片做運動，有時會是體操，有時會是帶氧運動，有時會是舞蹈，會員即使疲累，為了個人健康，都很堅持繼續運動。你今天又做了運動沒有？



認識服務質素標準 (SQS) 簡介

服務質素標準(SQS)是機構為服務使用者提供服務的程序守則，我們自樂智之友第127期開始就SQS1至16作簡單介紹，今期再重溫一下SQS1至16的內容。如有興趣參與的會員及社區人士，可向各服務處職員索取。

服務質素標準	標準內容
1	服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。
2	服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。
3	服務單位存備其服務運作和活動的最新準備紀錄。
4	所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。
5	服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。
6	服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制、讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

服務質素標準	標準內容
7	服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。
8	服務單位遵守一切有關法律責任。
9	服務單位採取一切合理步驟，以確保職員及服務使用者處身於安全的環境。
10	服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。
11	服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)
12	服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。
13	服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。
14	服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。
15	每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而無須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。
16	服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

服務輸出統計數字

2024-25年度第一季(2024年4-6月) 社會福利署津助及服務協議輸出統計數字

輸出指標		小組	活動	總數
1	社交、康樂及體育活動數目	233	15	248
2	參與活動的傷殘人士數目(人次)	1695	159	1854
	參與活動的健全人士數目(人次)	21	4766	4787
3	與其他團體合辦的社區參與及共融服務		5	5
4	社區教育服務		3	3
5	傷殘人士家屬/照顧者支援服務		22	22

2024-25年度第一季(2024年4-6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	34 宗	4	互助小組	4 個
	新開 或 重開個案	0 宗		義工小組	1 個
2	治療性小組	6 節	5	外展探訪 或 家訪	18 次
3	支援、發展、教育活動 或 計劃	39 個	6	新會員 或 續期會員	22 個
	社區網絡活動 或 計劃	1 個			



預防頭痛的方法

穴位按摩及湯水推介

頭痛可分為外感頭痛及內傷頭痛，外感頭痛分外感風寒、風熱、風濕三種情況所引起的頭痛。內傷頭痛：分為肝陽上亢、痰濁上擾、瘀阻腦絡、氣血虧虛、肝腎陰虛五類頭痛。



羅芷珺醫師

- 香港註冊中醫師，畢業於廣州暨南大學中醫學系
- 香港大學針灸學碩士（在讀）

頭痛穴位按摩

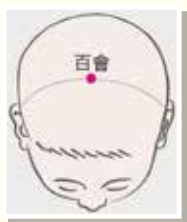
中醫可通過艾灸、按摩某些特定穴位來治療頭痛，包含百會、風池、太陽、太沖穴

百會穴

（點按或打圈揉按）

位於頭部，前髮際正中直上5寸。

按法：用拇指指端按壓百會穴



風池穴

位於頸後區，枕骨之下，胸鎖乳突肌上端與斜方肌上端之間的凹陷中。

按法：用拇指指端或羅紋面按壓風池穴



太陽穴

位於頭部，眉梢與目外眥之間，向後約一橫指的凹陷中。

按揉法：用中指指腹按揉1-3分鐘，以出現酸、麻、脹感為宜

點按法：用中指指腹進行點按，力度由輕到重，再由重到輕，時間1-2分鐘即可



太衝穴

位足背第一、二趾縫上2寸凹陷中。

指擦法：坐姿，用右手拇指在右腳太衝穴上、下3厘米左右，從腳前部向腳根部，呼氣並慢慢擦揉。

按摩量：指按法一次，指擦法一次，即一回。左右腳穴位各做3-6回。按摩百會穴時可以使用撥筋棒。



頭痛湯水推介

桂圓紅棗山藥湯

材料：新鮮山藥150克、桂圓肉10克、紅棗（去核）6克

做法：1. 將山藥削皮洗淨，切小塊，紅棗去核洗淨。
2. 鍋中加1000毫升水煮開，加入山藥塊煮沸，下紅棗。
3. 根據個人口味加適量冰糖即可食用。

功效：對頭痛而引起的眩暈、心神不寧能起到緩解作用

天麻川芎白芷湯

材料：天麻 半兩、川芎4錢、白芷4錢、黨參3錢、當歸3錢、南棗半兩、魚頭一個、姜2片、瘦肉適量

做法：1. 魚頭洗淨對半切開，加薑片煎香，瘦肉切件飛水，將所有材料準備好連
2. 2.5L清水煲滾轉中小火煲1.5小時，加入適量鹽調味即可飲用。

整體來說：

- 頭痛患者宜注意休息，保持環境安靜，光線不宜過強。
- 尚可選擇合適的頭部按摩，以疏通經絡氣血，防止頭痛。勞逸結合，適度運動，增強體質。
- 頭痛劇烈，或頭痛反覆發作，持續不愈，應盡早求醫診治

預防頭痛方法

1. 慎起居、適寒溫、避免著涼或感冒
 - 風寒頭痛者，應避風寒，注意頭部保暖，尤其外出時，可戴帽保暖。感受風寒後，可飲用生姜紅糖湯祛寒。
 - 風熱頭痛者，應避免炎熱天氣時外出，或烈日下暴晒，可用雨傘擋太陽，或於陰涼處休息，應多飲清水，或薄荷、菊花等飲品清利頭目。
 - 風濕頭痛者，避免涉水，或久坐濕地，洗頭後應用風筒吹幹頭髮。
 - 可用荷葉、赤小豆、扁豆等煎茶飲用。
2. 痰濁頭痛者，節飲食，忌過食肥甘厚味、辛辣搏炙生冷之品。勿憂思傷脾，
3. 肝陽頭痛者，重調情志，保持心情舒暢，避免過度情緒刺激，尤忌惱肝。
4. 腎虛/血虛頭痛者，平時宜補虛固本，注意飢飽勞倦，避免房勞過度；產後，病後，大出血後，要注重調養氣血。可適量食用脊髓、牛乳等血肉有情之品，或龍眼肉、大棗、黑豆（素食者）等補虛固本。
5. 瘀血頭痛者，避免跌撲外傷頭部，傷後應及早治理。

撰文者：何結慧姑娘（註冊社工）



衝突 有什麼可怕？

在親子關係中，衝突是少不免，並且是經常發生的，不知道爸媽們會否感到煩擾，希望天天都可以風平浪靜呢？

當衝突出現時，我們不要逃避，逃避解決不了問題，問題沒有得到解決，它只會在未來的日子裡找機會再次出現，並且沒完沒了的發生，像滾雪球一樣，將原本的小事滾成大雪球，有一天可能一發不可收拾，所以親子間的不同觀點是需要找個共識，找個雙方都認為可以接受的解決方案。

衝突要被化解前，有一件事是很重要的，就是親子雙方都要平心靜氣地討論。大家都想像得到，當憤怒、不滿、失望、無奈等等情緒排山倒海地湧現時，通常我們都難以客觀地分析事物，更遑論有智慧地想出一個又一個有效的解決方案；甚至當情緒湧現時，我們容易衝動地說出不合適的說話，事後令人後悔不已；如果情緒激動時，可能更會動手打人，擲東西，相信後果真的不堪設想。所以有一句說話很值得我們留意：「先處理心情，後處理事情」。

「先處理心情，後處理事情」，很明顯提醒我們好好管理情緒的重要性。當衝突發生，引發我們出現憤怒、不滿、失望、無奈等等情緒時，最好當它們未到達高強度水平之前，我們首先盡量冷靜下來，可以暫時離開現場，到家中的一處讓自己靜一靜，飲杯涼水，做個簡單而緩慢的深呼吸，好讓激動的情緒緩和下來，然後才慢慢解決問題。當然爸媽們單方面變得冷靜，而孩子仍吵吵鬧鬧，這時仍不是討論問題的好時機，爸媽們可以給予孩子冷靜的空間，請孩子先去飲杯水或聽首歌來平靜，當雙方都處理好心情後再處理事情的話，相信衝突得以解決的成效會更理想。



請將以下篆書文字與新細明體互相配對：

佳	愉	節	的	歡
快	願	聖	滿	荷
誕	會	亮	與	位
聖	節	誕	氣	協
樂	司	笑	休	祝

樂	智	協	會	祝	各	位
樂						
聖	誕	佳	節	愉	快	,
願	你	的	聖	誕	節	
充	滿	愛	與	歡	笑	。

會員姓名： _____

***完成 3 個遊樂天地項目可獲禮物一份。

連連看

以下有不同種類的動物正面和背面，請會員將同款動物的身體連起來。

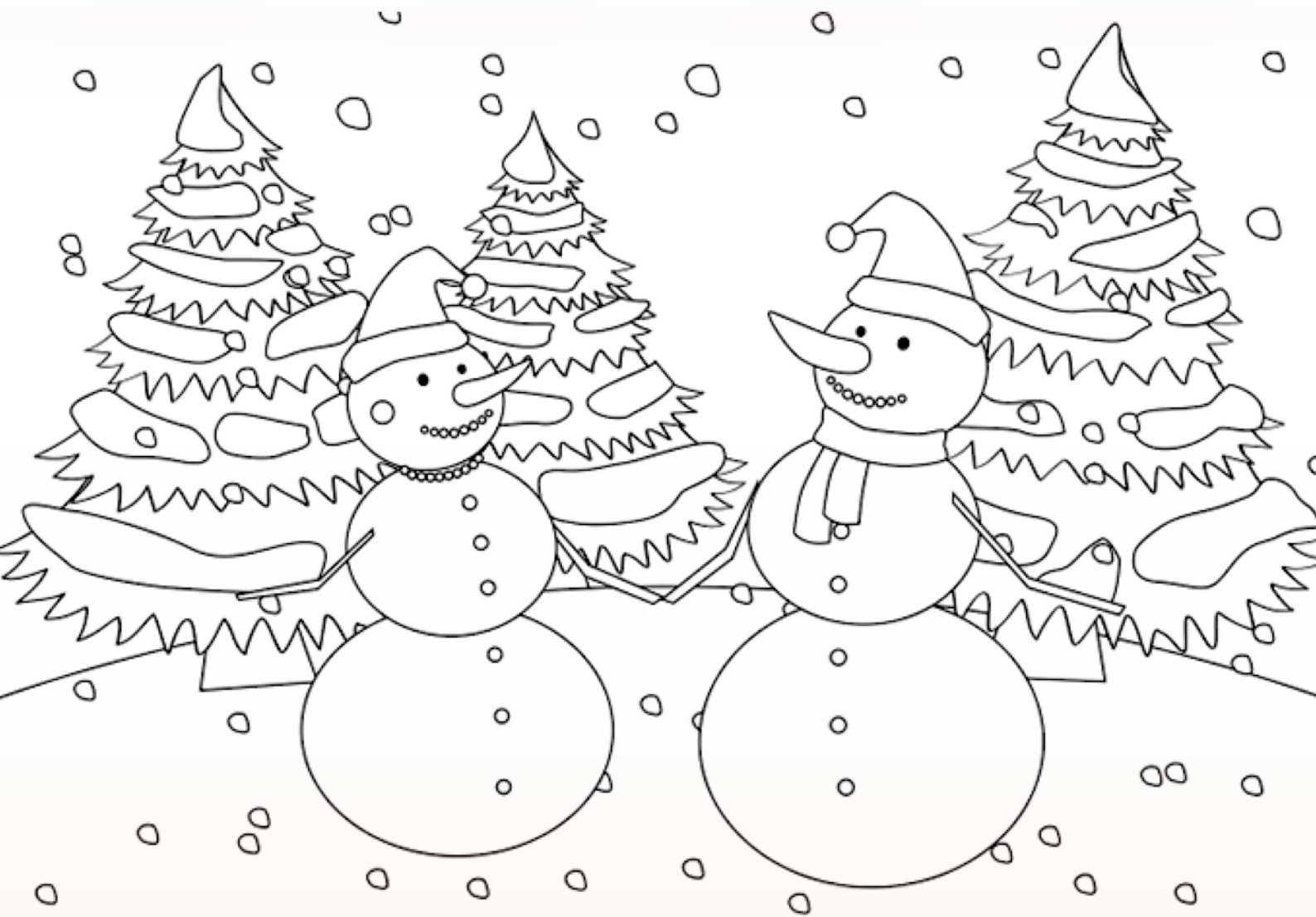


資料來源：https://zh.pngtree.com/freepng/discover-the-front-and-back-with-this-educational-matching-game-for-kids-vector_10295909.html

會員姓名：_____

為雪人增添色彩

大家講起「聖誕節」除了諗起聖誕老人外，仲有聖誕樹和雪人。
各位會員，不妨填填色為雪人增添色彩。



資料來源：<https://www.supercoloring.com/zh-hant/tu-se-ye/sheng-dan-xue-ren-3>

會員姓名：_____

***完成 3 個遊樂天地項目可獲禮物一份。

撰文：駱彩茵姑娘
受訪會員：何旻峰



大家好，我是樂智協會大窩口服務處的會員何旻峰。在平日我喜歡到中心與職員和會員合照，以及和他們分享生活。除此之外，我亦很喜歡港鐵，因為乘坐港鐵能帶我到香港不同的地方探索。所以每逢週末，我都會乘坐港鐵，到不同的港鐵站「打卡」。

將來我想成為港鐵站務主任，這樣我便能獲得港鐵最新的資訊，亦能幫助其他人到達他們想去的地方。為了這個夢想，我會繼續努力上學，學習更多工作技能和與人相處的技巧。希望畢業後我能入讀港鐵學院，實現我的夢想！



和諧粉彩家屬班

參加者喜歡和諧粉彩畫，喜歡它的色彩柔和，並且簡單易做，對於沒有繪畫經驗的家屬來說，他們也能畫出一幅又一幅的美麗圖畫，很有滿足感。家屬在繪畫過程中互相分享心得，十分投入。



家屬生日Party

今季家屬生日Party與10位家屬到酒樓享用點心放題，並為7至9月的家屬慶祝生日，活動有助增進家長之間的連結，建立社交網絡，慶生的儀式感為忙碌生活增添了幾分樂趣。



親子甜品班

由專業導師教導參加者一同完成甜品製作。過程中可以看到親子之間的默契與互助，很多時候子女都還未發聲，家屬已經很快接過一些較為需要協助的工序，然後又能夠在適當時候交回子女繼續製作，相信是在美好的配合下才能夠製作出這麼美味的蛋撻。





社區長者及特殊牙科服務

Community Elderly and Special Care Dental



社區長者及特殊牙科服務有限公司為《稅務條例》第 88 條獲豁免繳稅的慈善機構（編號：91/19210），旨在推廣口腔健康及幫助有需要人士，並為長者及公眾人士提供外展牙科護理服務。

社區長者及特殊牙科服務有限公司是由一班熱心於社會公益的牙科醫生團隊創立，自2023年起開始營運，致力於推廣口腔健康，並專門為弱勢社群、老年人和有特殊需求的人提供牙科服務，以提高大眾對口腔健康的認識和重視。

服務範圍：

- 為智障人士及自閉症譜系障礙的照顧者推廣及指導日常口腔健康教育。
- 採用「行為管理」、「有意識鎮靜」、「監察麻醉」或「全身麻醉」方式，為智障人士及自閉症譜系障礙人士提供牙科治療和牙科復康服務。
- 為智障人士及自閉症譜系障礙患者提供年度牙科檢查和預防性治療。

服務年期：

2024年7月16日至2027年3月31日

合資格人士：

申請護齒同行服務的智障人士及／或自閉症譜系障礙患者（下稱「申請人」）必須符合下列條件：

- 18歲或以上；以及
- 持有有效證明文件，顯示殘疾類別為「智障」、「弱智」或「成年自閉症譜系障礙」

陪診及交通資助：

- 受助人在本計劃中可申請政府所提供的陪診資助和交通資助津貼。

指定服務機構：

- 嚴重殘疾人士護理院；
- 嚴重智障人士宿舍；
- 中度智障人士宿舍；
- 資助宿舍；
- 嚴重肢體傷殘及精神障礙者宿舍；
- 綜合職業訓練中心一住宿服務；
- 日間活動中心（主要為智障人士或自閉症人士的服務中心）；
- 庇護工場；
- 綜合職業康復服務中心；
- 綜合職業訓練中心一日間服務；
- 殘疾人士地區支援中心 及
- 嚴重殘疾人士日間照顧服務

預約及查詢：

- 電話：+852 2321 8299
- WhatsApp：+852 6616 3554
- 服務時間：星期一至六上午10:00至晚上7:30

觀塘診所

地址：觀塘開源道72-80號溢財中心B01地下

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： 2024年9月22日(星期日)晚上6時
活動抽籤日期： 2024年9月25日(星期三)
通知報名日期： 2024年9月26日(星期四)
付款日期： 2024年9月26日(星期四)起

有興趣報名的會員及家屬請於2024年9月22日(星期日)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. 由中心職員負責的小組，如因天氣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、天氣情況或中心的特別安排而導致三區聯合活動或一次性活動取消，中心將安於活動舉辦日期一個月內安排退款。
3. 由導師教授的小組，或外間資助的小組/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），如活動當天因導師缺席或天氣情況未能如常舉行，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，中心將安於活動舉辦日期一個月內安排退款。
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如常進行，該節活動不予退款。
5. 退款按收費除以活動節數，以元為單位，四捨五入計算。
6. 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. 所有活動如超出報名名額，將以抽籤形式決定。
2. 成功報名的會員及家屬，請於**10月13日(星期日)下午6時或之前(以活動開始日期為準)**到本會各區服務處繳交活動報名費，以便確認相關活動名額，逾期未付款者作棄權處理，其名額會由後補名單補上。
3. 活動集合地點及乘車接送安排會視乎各區參加人數而定。
4. 各參加者應留意個別活動的參加者注意事項，在參與活動時必須跟隨中心所發出的活動指引。
5. 活動資料以中心最後公佈為準，請各會員留意。

參加者聲明

(會員姓名：_____)

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2024年10-12月 活動報名表

三區聯合活動

截止提交報名表日期：2024年9月22日(星期日)

<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"/> \$250	家屬 <input type="checkbox"/> \$250
<input type="checkbox"/> 藍田	<input type="checkbox"/> 大窩口	<input type="checkbox"/> 北區	周年大會	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	聖誕Party 2024	會員 <input type="checkbox"/> \$250	家屬 <input type="checkbox"/> \$250

樂智藍田青年中心

截止提交報名表日期：2024年9月22日(星期日)

友情相聚	<input type="checkbox"/> \$50	陪你倒數2024	<input type="checkbox"/> 全免	唱歌訓練班 *	<input type="checkbox"/> \$140
生日Party (10-12月)	<input type="checkbox"/> \$100	週六樂智晨操	<input type="checkbox"/> 全免	樂智合唱團 *	<input type="checkbox"/> \$140
水泥盆畫藝班 *	<input type="checkbox"/> \$100	義力量	<input type="checkbox"/> 全免	乒乓球練習班A	<input type="checkbox"/> 全免
創意繪畫班 *	<input type="checkbox"/> \$100	相聚一刻	<input type="checkbox"/> 全免	乒乓球練習班B	<input type="checkbox"/> 全免
嘻哈舞蹈班 *	<input type="checkbox"/> 全免	趣智大冒險	<input type="checkbox"/> 全免	康體普拉提班 (A 班) *	家屬 <input type="checkbox"/> \$250
歡樂時光	<input type="checkbox"/> 全免	伸展運動班 *	<input type="checkbox"/> \$150	康體普拉提班 (B 班) *	家屬 <input type="checkbox"/> \$250
十一暢唱唱	<input type="checkbox"/> \$100	SWITCH鬥一番	<input type="checkbox"/> 全免	香薰減壓班 *	家屬 <input type="checkbox"/> \$180
國慶日	<input type="checkbox"/> \$20	康樂棋訓練班	<input type="checkbox"/> \$20	樂敘家庭	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
登高遠望	<input type="checkbox"/> \$20	書法班	<input type="checkbox"/> 全免	情緒扭計式	家屬 <input type="checkbox"/> \$40
聖誕Boxing Day	<input type="checkbox"/> \$20	桌上遊戲站	<input type="checkbox"/> 全免	隨心畫 *	家屬 <input type="checkbox"/> 全免

樂智大窩口青年中心

截止提交報名表日期：2024年9月22日(星期日)

Happy Together	<input type="checkbox"/> \$50	非洲鼓班 *	<input type="checkbox"/> \$320	痛症舒緩瑜伽班 *	家屬 <input type="checkbox"/> \$455
畫出笑融 *	<input type="checkbox"/> \$80	勿失良肌	<input type="checkbox"/> 全免	周二友 Café	家屬 <input type="checkbox"/> \$15
生日 party (10-12月)	<input type="checkbox"/> \$100	美食工房A班	<input type="checkbox"/> \$30	Art Jam 體驗 - 隨心畫	家屬 <input type="checkbox"/> \$20
陶藝手工藝課程 A *	<input type="checkbox"/> \$240	美食工房B班	<input type="checkbox"/> \$30	行山小隊	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
陶藝手工藝課程 B *	<input type="checkbox"/> \$200	叻叻高	<input type="checkbox"/> \$20	大窩口家屬生日 Party	家屬 <input type="checkbox"/> \$130
國家級任務 A	<input type="checkbox"/> \$20	魔術學堂 *	<input type="checkbox"/> \$120	樂敘家庭	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
國家級任務 B	<input type="checkbox"/> \$20	童軍 *	<input type="checkbox"/> \$120	義工本色	親子 <input type="checkbox"/> 全免
重陽變陰 A	<input type="checkbox"/> \$20	乒乓球訓練班 *	<input type="checkbox"/> \$260	烘培製作小組	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
重陽變陰 B	<input type="checkbox"/> \$20	乒乓球訓練班 (進階) *	<input type="checkbox"/> \$260	家屬天地	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
誕下誕下A	<input type="checkbox"/> \$20	繽紛世界	<input type="checkbox"/> \$20	繩結編織班 *	家屬 <input type="checkbox"/> \$40
誕下誕下B	<input type="checkbox"/> \$20	繪畫及藝術創作班 *	<input type="checkbox"/> \$200	斷捨離工作坊	家屬 <input type="checkbox"/> \$20
義工大學開學禮	<input type="checkbox"/> 全免	舞蹈新天地 *	<input type="checkbox"/> \$60		
跆拳道班 A*	<input type="checkbox"/> \$110	樂智醒獅隊 *	<input type="checkbox"/> \$120		
跆拳道班 B*	<input type="checkbox"/> \$110	伸展瑜伽班 *	家屬 <input type="checkbox"/> \$455		

樂智北區青年中心

截止提交報名表日期：2024年9月22日(星期日)

聖誕玩玩	<input type="checkbox"/> \$50	親親我社區	<input type="checkbox"/> 全免	靜靜觀	<input type="checkbox"/> 全免
團團圓圓在北區	<input type="checkbox"/> \$20	聽歌鬆鬆樂	<input type="checkbox"/> 全免	創藝小手工 *	<input type="checkbox"/> \$60
與你倒數 2024	<input type="checkbox"/> 全免	玩物鬥智棋藝坊	<input type="checkbox"/> 全免	遊戲時光	<input type="checkbox"/> 全免
語學堂 I	<input type="checkbox"/> 全免	藝術創意班 *	<input type="checkbox"/> \$180	運動好習慣	<input type="checkbox"/> 全免
北區生日會 (10-12月) 會員	<input type="checkbox"/> \$110	和諧粉彩班 *	<input type="checkbox"/> \$100	樂敘家庭	家屬 <input type="checkbox"/> 全免
家屬	<input type="checkbox"/> \$110	音樂天地 *	<input type="checkbox"/> \$210		

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) _____ 近照
 年齡： _____ 性別： *男 / 女 婚姻狀況： *未婚 / 已婚 / 離婚
 身份證號碼： _____ () 出生日期： _____ 年 _____ 月 _____ 日
 殘疾人士登記證編號： _____ (有效日期： _____)
 手提電話： _____ 住宅電話： _____

住址： _____
 緊急聯絡人(1)： _____ 關係： _____
 手提電話： _____ 住宅電話： _____
 緊急聯絡人(2)： _____ 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 痛癱 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 癱瘓 失語 過度活躍症
 特殊學習需要 其他(請列明) _____

*刪去不適用者 剔選合適的方格

乙部：申請人資料使用授權書 (剔選合適的方格)

- 本人 同意 貴會將所拍攝的活動相片或短片刊登或上載在中心宣傳刊物 (包括：樂智之友、機構年報、機構單張等)、中心網頁及社交網站 (包括：facebook、Youtube、Instagram 等)作為推廣及公眾教育之用。
- 本人 同意 貴會使用 WhatsApp 發放有關 貴會的服務及活動資訊予本人。
 (本會的 WhatsApp 只供資訊發佈之用，不設對話、報名及回應。發佈的服務及活動資訊包括：活動宣傳、活動通告、活動提醒及注意事項、中心開放安排等，本會季刊仍會以郵寄方式寄給會員。)
- 本人 同意 貴會可按需要為本人提供輔導及其他支援服務。

丙部：個人資料使用守則

樂智協會盡力遵守及執行於 2013 年 4 月 1 日生效的《2012 年個人資料 (私隱) (修訂) 條例》(修訂) 條例) 中所列載的規定，確保儲存的個人資料私隱及個人資料處理得到充分保護，準確無誤，及有妥善的儲存方法。為確保你能充分了解向本會提供個人資料的準則，請細閱本守則。

收集資料目的及使用準則

1. 樂智協會將依照在收集資料時所說明之目的使用有關資料。
2. 向本會提供個人資料純屬自願，未經同意，本會不會將有關資料轉交他人或作其他用途。
3. 本會可能使用你的個人資料 (包括你的姓名、電話、傳真、電郵、郵寄地址、所屬機構/公司/學校、會籍紀錄、捐款紀錄等)，以便本會與你通訊、處理報名、予以鳴謝、研究/分析/統計、收集意見、作活動/訓練課程邀請/推廣用途、招募義工及發放宣傳品等與本會相關之項目事宜。

查閱及更新個人資料及申請停止使用個人資料作推廣之用途

除了《個人資料 (私隱) 條例》規定的豁免範圍外，你有權就樂智協會備存有關於你的個人資料作查閱、更改及要求停止使用你的個人資料作推廣用途，但已達成使用目的後才刪除的個人資料除外。

備註：

1. 如會員參與本會與外間機構協辦的活動而需向該機構提供活動相片，協會將會另行通知。
2. 如欲修改會員申請表的內容或授權書意向，請向本會提出辦理。

申請人簽署： _____
 申請人姓名： _____
 日期： _____

(*18 歲或以下的申請人必須由家屬/監護人/轉介者簽署)

申請人家屬/監護人/轉介者簽署： _____
 申請人家屬/監護人/轉介者姓名： _____
 日期： _____
 負責職員簽署： _____
 負責職員姓名： _____
 日期： _____

活動報名須知

1. 截止提交報名表日期：2024年9月22日（星期日）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. 2024年9月26日（星期四）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（2024年10-12月）

活動分類：	情緒	社交	職業	體能	智能	靈性		
大型活動 / 三區聯合活動								
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9:30 - 下午5:00	11/10 (星期五)	內容：遊覽馬灣公園、浩海立方·探游館及到絲麗酒店享用自助餐。 (*每位會員最多由2位家屬陪同報名) 負責職員：駱彩茵姑娘					大窩口20人 藍田20人 北區10人	會員或家屬 250元
周年大會 下午2:00 - 4:00	14/12 (星期六)	內容：通過2023-24年度會務及財務報告，義工嘉許禮。 負責職員：陳駿斌先生					大窩口服務處/ ZOOM 名額不限	會員或家屬 全免
聖誕Party 2024 上午11:00 - 下午3:30	25/12 (星期三)	內容：於酒店享用自助午餐、參與抽獎，讓會員及家屬一同歡度聖誕。 (*每位會員最多由2位家屬陪同報名) 負責職員：廖文暉先生 / 袁心亭姑娘					待定 大窩口40人 藍田40人 北區20人	會員或家屬 250元

藍田服務處（2024年10-12月）

活動名稱 / 時間	日期	活動內容		地點 / 名額	費用
健樂會（由殘疾人士藝術發展基金資助）					
友誼相聚 下午3:00 - 4:00 (40+)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 21/12, 28/12 (逢星期六，共12節)	內容：透過與義工接觸及相處，學習與人溝通的技巧，融入社群。活動多元化，包括魔力橋遊戲、手工藝製作等。 負責職員：廖文暉先生		藍田服務處 名額20人	會員 50元
生日party (10-12月) 中午12:00 - 下午2:00	1/12 (星期日)	內容：會員及義工齊為每季生日的朋友慶祝，送上祝福。 負責職員：廖文暉先生		待定 名額20人	會員 100元
創·藝·樂（由殘疾人士藝術發展基金資助）					
水泥盆畫藝班 下午4:00 - 晚上7:00	10/10, 17/10, 24/10, 31/10, 7/11, 14/11, 21/11, 28/11, 5/12, 12/12 (星期四，共10節)	內容：教授水泥盆繪畫技巧及不同藝術創作，讓參加者創作獨一無二的立體作品。 (*參加者須由職員遴選) (*參與的會員須持續參加共18個月) 負責職員：廖文暉先生 導師：彭清女士		藍田服務處 名額8人	會員 100元

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
創意繪畫班 上午10:00 - 下午1:00	5/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 30/11, 7/12, 21/12, 28/12 (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。 (*只限上一季已報名的會員) (*參與的會員須持續參加共18個月) 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 100元
服務處活動				
嘻哈舞蹈班 下午4:00 - 晚上6:00	15/10, 22/10, 29/10, 5/11, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12 (星期二, 共8節)	內容：由專業導師教授會員跳嘻哈舞。 負責職員：何靖雯姑娘 導師：待定	藍田服務處 名額8人	會員 全免
歡樂時光 下午5:15 - 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	會員 全免
特別活動				
十一暢唱唱 上午11:00 - 下午3:00	11/10 (星期二)	內容：外出唱卡拉OK及享用午餐，歡度國慶日。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額12人	會員 100元
國慶日 下午3:30 - 4:30	11/10 (星期日)	內容：問答比賽及會員才藝表演。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額10人	會員 20元
登高遠望 上午10:30 - 中午12:00	11/10 (星期五)	內容：認識重陽節的起源 負責職員：杜麗娟姑娘	藍田服務處 名額12人	會員 20元
聖誕Boxing Day 上午10:30 - 中午12:00	26/12 (星期五)	內容：慶祝聖誕節boxing day 負責職員：杜麗娟姑娘	藍田服務處 名額12人	會員 20元
陪你倒數2024 下午4:00 - 5:00	31/12 (星期日)	內容：與會員一起回顧2024大事。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額12人	會員 全免
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10人	會員 全免
義力量 上午9:30 - 10:30	12/10, 16/11, 7/12 (星期六)	內容：讓會員服務中心。 負責職員：李善樂姑娘	藍田服務處 名額12人	會員 全免
相聚一刻 下午2:00 - 3:00 (40+)	12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 21/12 (星期六, 共10節)	內容：透過靜觀練習、集體遊戲等，學習與人溝通的技巧及培養專注力。 負責職員：何靖雯姑娘	藍田服務處 名額20人	會員 全免
趣智大冒險 下午4:00 - 5:00	5/10, 12/10, 19/10, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 21/12 (星期六, 共9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：杜麗娟姑娘	藍田服務處 名額12人	會員 全免
伸展運動班 下午5:00 - 6:00	12/10, 26/10, 9/11, 23/11, 7/12, 21/12 (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：由伸心舒展有限公司提供	藍田服務處 名額8人	會員 150元
SWITCH鬥一番 下午5:00 - 6:00	2/11, 16/11, 28/12 (星期六, 共3節)	內容：透過玩SWITCH遊戲等，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	會員 全免

活動名稱／時間	日期	活動內容	地點／名額	費用
週日恆常小組				
康樂棋訓練班 上午9:00 - 10:00	6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12, 15/12, 22/12, 29/12 (星期日, 共13節)	內容：康樂棋訓練及比賽等。 負責職員：廖文暉先生	藍田服務處 名額10人	會員 20元
書法班 上午10:00 - 11:00	6/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12, 15/12, 22/12, 29/12 (星期日, 共13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
桌上遊戲站 上午11:00 - 12:00	13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12 (星期日, 共8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10人	會員 全免
唱歌訓練班 下午2:00 - 3:00 (AYP 技能科)	20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 8/12, 15/12 (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 140元
樂智合唱團 下午3:00 - 4:00 (AYP 技能科)	20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 8/12, 15/12 (星期日, 共7節)	內容：由音樂導師教授深入及唱歌、表演注意之用聲及技巧。 (*參加者須由職員遴選) 負責職員：何靖雯姑娘 導師：許貴英女士	藍田服務處 名額8人	會員 140元
乒乓球練習班A 下午4:00 - 5:00	6/10, 13/10, 20/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 8/12, 15/12, 22/12 (星期日, 共10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8人	會員 全免
乒乓球練習班B 下午5:00 - 6:00	6/10, 13/10, 20/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 8/12, 15/12, 22/12 (星期日, 共10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8人	會員 全免
家屬/義工小組 (只供家屬參與)				
康體普拉提班(A班) 上午10:30 - 11:30	10/10, 17/10, 24/10, 31/10, 7/11, 14/11, 21/11, 28/11, 5/12, 12/12 (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，改善腰痛和不良姿勢以及身體線條。 負責職員：廖文暉先生 導師：陳婉詩女士	藍田服務處 名額8人	家屬 250元
康體普拉提班(B班) 上午11:30 - 12:30	10/10, 17/10, 24/10, 31/10, 7/11, 14/11, 21/11, 28/11, 5/12, 12/12 (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，改善腰痛和不良姿勢以及身體線條。 負責職員：廖文暉先生 導師：陳婉詩女士	藍田服務處 名額8人	家屬 250元
香薰減壓班 上午9:45 - 10:45	19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11 (星期六, 共6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：陳慧品女士	藍田服務處 名額8人	家屬 180元
樂敘家庭 下午4:00 - 5:00	2/12 (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
情緒扭計式 下午2:30 - 3:30	19/10, 2/11, 16/11, 30/11, 7/12, 21/12 星期六	內容：管教子女時常會遇到不少困難，引致我們出現各種情緒，讓我們透過分享及活動，探討管理這些情緒的妙計。 (*參加者須由職員遴選) 負責職員：何結慧姑娘	藍田服務處 名額6人	家屬 40元
隨心畫 上午11:00 - 中午12:30	11/12 星期三	內容：進行Art Jamming，隨心地自由畫畫，享受無拘束的個人時間，舒展身心。 負責職員：何結慧姑娘 導師：Kenneth Wong	藍田服務處 名額8人	家屬 全免

大窩口服務處 (2024年10-12月)

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
健樂會 (由殘疾人士藝術發展基金資助)				
Happy Together 下午2:00 - 4:00 (*如有外出活動, 時間則改為下午1:00 - 5:30)	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 2/11, 9/11, 16/11, 23/11, 7/12, 21/12, 28/12 (星期六, 共11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18人	會員 50元
畫出笑融 下午4:00 - 5:30	2/11, 23/11, 30/11, 7/12 (星期六, 共4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 導師: 待定	大窩口服務處 名額6人	會員 80元
生日party (10-12月) 中午12:00 - 下午3:00	30/11 (星期六)	內容: 會員及義工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22人	會員 100元
樂說·陶話 (由殘疾人士藝術發展基金資助)				
陶藝手工藝課程A 下午4:30 - 6:30	3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 31/10, 7/11, 14/11, 28/11, 5/12, 12/12, 19/12, 26/12 (星期四, 共12節)	內容: 專業導師帶領會員創作陶藝作品。 (*只限上一季已報名的會員) 負責職員: 駱彩茵姑娘 導師: 丘藝藍女士	大窩口服務處 名額8人	會員 240元
陶藝手工藝課程B 上午9:45 - 11:45	5/10, 19/10, 26/10, 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 21/12, 28/12 (星期六, 共10節)	內容: 專業導師帶領會員創作陶藝作品。 (*只限上一季已報名的會員) 負責職員: 駱彩茵姑娘 導師: 丘藝藍女士	大窩口服務處 名額8人	會員 200元
服務處活動				
國家級任務A 上午10:30 - 中午12:00	1/10 (星期二)	內容: 與會員遊玩集體遊戲, 歡度國慶節假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 20元
國家級任務B 下午2:30 - 4:00	1/10 (星期二)	內容: 與會員遊玩集體遊戲, 歡度國慶節假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 20元
重陽變陰A 上午10:30 - 中午12:00	11/10 (星期五)	內容: 與會員遊玩集體遊戲, 體驗登高拜山, 歡度重陽假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 20元
重陽變陰B 下午2:30 - 4:00	11/10 (星期五)	內容: 與會員遊玩集體遊戲, 體驗登高拜山, 歡度重陽假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 20元
誕下誕下A 上午10:30 - 中午12:00	26/12 (星期四)	內容: 與會員一同製作聖誕甜品, 歡度聖誕假期。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 20元
誕下誕下B 下午2:30 - 4:00	26/12 (星期四)	內容: 與會員一同製作聖誕甜品, 歡度聖誕假期。 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				
義工大學開學禮 下午1:00 - 5:30	19/10 (星期六)	內容: 參加義工大學開學禮, 開展來年度義工活動。 (*參加者須由職員遴選) 負責職員: 待定	大窩口服務處 名額8人	會員 全免
恆常小組				
跆拳道班A 下午4:30 - 5:15 (AYP康樂體育科)	逢星期三 (30/10及25/12除外, 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

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
跆拳道班B 跆拳道班 下午5:15 - 晚上6:00 (AYP康樂體育科)	逢星期三 (30/10及25/12除外, 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
非洲鼓班 下午5:00 - 晚上6:00 (AYP 技能科)	4/10, 18/10, 8/11, 15/11, 22/11, 29/11, 6/12, 20/12 (星期五, 共8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: 袁心亭姑娘 導師: 袁嫻媛女士	大窩口服務處 名額10人	會員 320元
勿失良肌 上午9:15 - 9:45	逢星期六 (2/11及14/12除外, 共11節)	內容: 會員一起透過簡單有趣的遊戲, 訓練身體協調能力。 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額10人	會員 全免
美食工房A班 上午10:00 - 11:30	23/11, 30/11, 7/12 (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: 袁心亭姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 30元
叻叻高 中午12:00 - 下午12:45	5/10, 12/10, 19/10, 26/10, 9/11, 23/11, 7/12, 21/12, 28/12 (星期六, 共9節)	內容: 會員透過玩Lego積木活動, 提升社交能力和表達能力。 (*初次參加者須由職員遴選) 負責職員: 馬曉恩姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 20元
魔術學堂 中午12:00 - 下午1:00	12/10, 26/10, 9/11, 23/11, 7/12, 28/12 (星期六, 共6節)	內容: 由魔術導師教授會員簡單的魔術技巧及道具使用。 負責職員: 袁心亭姑娘 導師: 鄭奕泉先生	大窩口服務處 名額8人	會員 120元
美食工房B班 下午4:00 - 5:30	23/11, 30/11, 7/12 (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: 袁心亭姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 30元
童軍 下午4:00 - 5:30 (AYP技能科) (*21/12活動時間改為 下午2:00 - 5:00)	12/10, 26/10, 16/11, 21/12, 28/12 (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。 (*參加者須由職員遴選)	大窩口服務處 名額12人	會員 120元
乒乓球訓練班 上午10:00 - 11:00 (AYP 康樂體育科)	逢星期日 (6/10除外, 共12節)	負責職員: 駱彩茵姑娘 導師: 管俊康先生 內容: 由專業教練教導會員打乒乓球的技巧。	大窩口服務處 名額12人	會員 260元
乒乓球訓練班(進階) 上午11:00 - 中午12:00 (AYP 康樂體育科)	逢星期日 (6/10除外, 共12節)	負責職員: 馬曉恩姑娘 導師: 朱德初教練及助教 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)	大窩口服務處 名額10人	會員 260元
繽紛世界 中午12:00 - 下午1:00	逢星期日 (6/10除外, 共12節)	負責職員: 馬曉恩姑娘 導師: 朱德初教練及助教 內容: 創作簡單有趣並獨特的畫作或勞作。	大窩口服務處 名額8人	會員 20元
繪畫及藝術創作班 下午2:00 - 4:00 (AYP 技能科)	13/10, 27/10, 10/11, 17/11, 24/11, 8/12, 15/12, 22/12 (星期日, 共8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: 張藝靜姑娘	大窩口服務處 名額8人	會員 200元
舞蹈新天地 下午4:00 - 5:30 (AYP康樂體育科)	20/10, 3/11, 17/11, 1/12, 15/12, 29/12 (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20人	會員 60元
樂智醒獅隊 下午4:15 - 5:45 (AYP康樂體育科)	13/10, 27/10, 10/11, 24/11, 8/12, 22/12 (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

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
支援性活動 (只供家屬或親子參與)				
伸展瑜珈班 上午11:30 - 下午12:30	逢星期二 (1/10除外, 共13節)	內容: 由專業導師教導瑜珈基本動作, 學習正確的伸展並配合呼吸, 令身心得以舒展。 負責職員: 范志華姑娘 導師: Mayan Chan	大窩口服務處 名額8人	家屬 455元
痛症舒緩瑜珈班 下午12:30 - 1:30	逢星期二 (1/10除外, 共13節)	內容: 由專業導師教導瑜珈基本動作, 透過肌肉伸展和強化, 舒緩常見痛症, 增強體能。 負責職員: 范志華姑娘 導師: Mayan Chan	大窩口服務處 名額8人	家屬 455元
周二友Café 下午12:30 - 3:30	星期二 (每月2至4次)	內容: 「周二友Café」是專屬家屬們的休閒空間, 在Cafe開放時, 您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、郊遊等。 負責職員: 范志華姑娘	大窩口服務處 名額8人	家屬 15元
Art Jam體驗 - 隨心畫 上午11:00 - 下午12:30	2/11 (星期四)	內容: 與家屬一同體驗Art Jam活動。 負責職員: 范志華姑娘	大窩口服務處 名額8人	家屬 20元
行山小隊 上午9:00 - 下午2:00 (*視乎地點會調整活動時間)	28/11, 19/12 (星期四, 共2節)	內容: 與家屬一同郊遊香港不同山徑。 負責職員: 待定	待定 名額8人	家屬 全免
大窩口家屬生日Party 上午11:45 - 下午1:15	4/12 (星期三)	內容: 外出聚餐, 為10至12生日的家屬慶祝日, 互相交流。 負責職員: 范志華姑娘	荃灣餐廳 名額10人	家屬 130元
照顧者講座 - 「更年期及骨質疏鬆症」 下午2:00 - 3:30	6/12 (星期五)	內容: 由專業講師講解更年期的生理和心理變化、骨質疏鬆症及健體十式拳示範等 負責職員: 范志華姑娘 講者: 待定	大窩口服務處 名額不限	家屬 全免
樂敘家庭 中午12:00 - 下午1:00	21/12 (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: 待定	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	13/10, 10/11 (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
烘焙製作小組 下午2:00 - 3:30	15/10, 22/10, 29/10, 5/11, 12/11, 19/11 (星期二, 共6節)	內容: 與家屬一同製作甜品或小食, 促進自我關懷, 提升正向情緒。 負責職員: 范志華姑娘	大窩口服務處 名額8人	家屬 全免
家屬天地 上午10:30 - 中午12:00	18/10, 25/10, 1/11, 8/11 (星期五, 共4節)	內容: 進行靜觀練習、手工藝, 療癒身心, 彼此支持。 負責職員: 何結慧姑娘	大窩口服務處 名額8人	家屬 全免
繩結編織班 上午10:30 - 中午12:00	6/11, 13/11, 20/11, 27/11 (星期三, 共4節)	內容: 教授繩結編法, 親子製作屬於你的繩結編織飾品。 負責職員: 何結慧姑娘 導師: 杜麗娟女士	大窩口服務處 名額6人	家屬 40元
斷捨離工作坊 下午2:00 - 3:30	3/12 (星期二)	內容: 整理家居物品, 減少雜物, 增加家居空間感。 負責職員: 何結慧姑娘	大窩口服務處 名額10人	家屬 20元

北區服務處 (2024年10-12月)

活動名稱/時間	日期	活動內容	地點/名額	費用
聖誕玩玩 下午3:00 - 4:00	15/12 (星期日)	內容: 購買小食及聖誕禮物, 然後一起分享, 歡度聖誕節。 負責職員: 袁心亭姑娘	北區服務處 名額12人	會員 50元

活動名稱/時間		日期	活動內容		地點/名額	費用
團圓圍在北區 下午3:00 - 4:30	22/12 (星期日)	內容：製作小食，歡度冬至。 負責職員：袁心亭姑娘	北區服務處 名額8人	會員 20元		
與你倒數2024 下午3:00 - 4:00	29/12 (星期日)	內容：遊玩集體遊戲，感受倒數氣氛。 負責職員：袁心亭姑娘	北區服務處 名額12人	會員 全免		
特別活動						
語學堂 下午3:00 - 4:00	24/11 (星期日)	內容：學習日常生活會用到的簡單普通話。 負責職員：袁心亭姑娘	北區服務處 名額12人	會員 全免		
北區生日會 (10-12月) 中午12:00 - 下午2:30	22/12 (星期日)	內容：會員及義工齊為每季生日的朋友慶祝，送上祝福。 負責職員：袁心亭姑娘	待定 名額15人	會員或家屬 110元		
周日恆常小組						
親親我社區 上午9:15 - 11:00	逢星期日 (6/10除外，共12節)	內容：與會員一起於不同地區探索，進行各種活動，食早餐、做運動、逛街、使用社區設施、學習分享等等。 (*請自備\$50食早餐) 負責職員：待定	北區 名額6人	會員 全免		
聽歌鬆樂 上午11:00 - 下午5:30	逢星期日 (共13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	北區服務處 名額8人	會員 全免		
玩物門智棋藝坊 上午11:00 - 下午5:30	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：李倪好姑娘	北區服務處 名額8人	會員 全免		
藝術創意班 上午11:15 - 下午12:45	27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 1/12, 15/12 (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	會員 180元		
和諧粉彩班 上午11:30 - 下午1:00	13/10, 20/10, 24/11, 8/12, 29/12 (共5節)	內容：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：袁心亭姑娘 導師：陳智穎女士	北區服務處 名額6人	會員 100元		
音樂天地 下午1:45 - 2:45	27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 1/12, 15/12 (共6節)	內容：由導師教授會員學習樂器「空靈鼓」。 (*首堂需自費購買樂器，費用約200元，並需於課堂結束後把樂器帶回家) 負責職員：袁心亭姑娘 導師：廖昭貽女士	北區服務處 名額8人	會員 210元		
靜靜觀 下午2:15 - 2:45	13/10, 20/10, 24/11, 8/12, 29/12 (共6節)	內容：練習靜觀，保持覺察力。 負責職員：袁心亭姑娘	北區服務處 名額10人	會員 全免		
創藝小手工 下午3:00 - 4:30	13/10, 10/11, 8/12 (共3節)	內容：由導師教導大家利用不同物料去製作有用小物品。 負責職員：待定 導師：陳秀英女士	北區服務處 名額6人	會員 60元		
遊戲時光 下午3:00 - 3:45	20/10, 27/10, 3/11, 17/11, 1/12 (共5節)	內容：一同遊玩集體遊戲。 負責職員：袁心亭姑娘	北區服務處 名額10人	會員 全免		
運動好習慣 下午4:30 - 5:30	逢星期日 (6/10及22/12除外，共11節)	內容：跟隨網上短片進行拉筋運動。 負責職員：待定	北區服務處 名額10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4:30 - 5:30	22/12 (星期日)	內容：透過每季的小組茶聚，讓家屬間互相交流，建立互助網絡，對社區資源有更深認識。 負責職員：待定	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
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：2024年9月

印刷份數：2500份

社會福利署資助服務
Subsidised service by
the Social Welfare Department



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

