



勞聯智康協會

以愛為本 · 用心行事 · 服務社群

UNITED LABOUR CHI HONG ASSOCIATION LIMITED

通訊

Vol. 39
2013年12月



*Merry Christmas
& Happy New Year*



支持環保，傳閱更開心。 此刊物為非賣品



Find us on Facebook 勞聯智康協會



會址：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓 地區服務中心：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303及305室

電話：2194 8080 傳真：2194 9191 電郵：admin@chihong.org.hk 網頁：http://www.chihong.org.hk

甜心計劃2014



甜心計劃鼓勵大眾將積存到的賀年餅乾或麵食禮盒，轉贈給獨居長者或弱勢社群，煥發愛心。小小的心意，加多點點關懷，與他們一同分享溫馨甜蜜的節日。同時，我們亦歡迎您作出現金捐獻，讓我們將善款購買合適長者享用的食品。

施比受更有福

參與方法如下：

1. 食物轉贈（只接受未開封或已開封但有獨立包裝的餅乾及麵食）
收集地點：長沙灣麗邨麗薇樓平臺305室（港鐵長沙灣站A1出口）
2. 捐款（金額不限，凡捐款\$100以上可獲正式收據作豁免稅務之用）。
3. 義工參與探訪工作（區內安老院、獨老/兩老）探訪時間定於3月（詳情可向職員查詢）

備註：2013年12月至2014年1月於麗閣地區服務中心設甜心籌款箱，多多益善，福有攸歸。

*是次活動義工所參與之探訪時間將列入【義工“智”多FUN獎賞計劃】

活動日期：12月至3月

每月睇真D

開心耆英迎聖誕茶聚



活動地點：麗閣地區服務中心303室
 對象：65歲以上的長者（只限會員）
 名額：30位
 費用：每位\$10

（12月6日公開售票，名額有限，售完即止）

屆時將備有餅食，並設現場獻唱懷舊金曲、粵劇小曲等，仲有遊戲和抽獎活動。每位參加者更可獲禮品一份！仲唔快D來報名！與你們歡聚一個充滿冬日溫情暖笠笠的週末！

活動日期：12月23日

活動時間：下午2至4時

義工招募

聖誕溫情探訪日

為居於「富昌長者屋」的長者預祝聖誕，分享佳節的喜悅，本會定於2013年12月20日（星期五）前往「富昌長者屋」進行探訪活動。屆時將會為長者進行歌舞表演和遊戲同樂，充滿愛心的義工們不要猶豫了，立即加入我們，展現你們的才藝與愛心，與長者們共渡一個充滿溫情的聖誕同樂日吧！
 報名熱線：2194 8080（麗閣地區服務中心）



2014年新春假期通告

興趣班組休假期日期：1月27日至2月8日（2月10日照常上課）

各地區服務中心休假期日期：1月30日下午1時30分至2月3日（除夕下午開始至正月初四）

各地區服務中心辦公時間：2月4日至8日為上午9時30分至下午4時30分，2月10日起照常辦公時間

※於2014年1月1日起，智康轄下各地區服務中心均於公眾假期休息※



新春活動

新春敬老年糕

● 12月18日上午9:30公開售券

換糕日期：2014年1月15日（只限當天換領，逾時作廢）

換糕時間：上午9:30至下午5:00

售券/換糕地點：麗閣地區服務中心

購買資格：只限65歲以上會員

優惠價：~~\$16~~ \$10（約一磅）

*鳴謝港九勞工社團聯會贊助

先購券
後取糕

（數量有限，售完即止）

新年揮春

不少家庭均會於農曆新年期間擺設喜慶裝飾；而寓意吉祥的新年揮春更是不可或缺。除了於以下日子派發揮春外，本會更安排義工即席揮毫，為街坊們寫下充滿祝福的揮春。

派發 / 寫揮春日期

1. 派發揮春日期：2014年1月14日

派發揮春時間：上午9:30

派發地點：麗閣地區服務中心

2. 寫揮春日期：2014年1月20日

寫揮春時間：下午2:00-5:00

寫揮春地點：麗安邨噴水池側（有蓋地方）

註：每位會員只限領取揮春一份（由中心職員安排派發）

*鳴謝港九勞工社團聯會贊助

身體健康

龍馬精神

新春敬老齋宴

時間：上午11:30至下午2:00（入席時間為中午12:30）

地點：龍庭酒家（深水埗欽州街37K西九龍中心7樓）

對象：65歲以上長者（需出示身份證明）

費用：每位\$30

備註：1. 每位長者限購一張，其配偶（需同為65歲以上）及坐輪椅或行動不便長者之照顧者（只限一位）除外。

2. 活動當天工作人員將可能要求參加者出示身份證明文件

3. 餐券不可轉讓，敬請留意。

● 日期：2014年2月21日

數量有限
售完即止

公開售票日期：2014年1月22日（星期三）上午9:30起

售票地點：1. 麗閣地區服務中心

2. 旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓

3. 太子白楊街11號榮發大廈2樓A室

4. 深水埗長沙灣道1-5號長勝大廈5樓（李詠民議員辦事處）

5. 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1樓

*特別鳴謝善心人陳標先生贊助

設歌舞表演及幸運抽獎

每位參加者可獲禮品一份

活動預告

馬年新春行大運一天遊

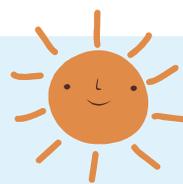
暫定行程：沙田車公廟（轉風車行大運）→用餐→

元朗大樹下天后古廟或大埔林村許願樹→

屯門妙法寺或錦田鄉村俱樂部→回程

（確實行程及收費以下期通訊為準，敬請留意）

● 出發日期：3月下旬（待定）



● 清潔服務

2013-14敬老護老顯愛心基本家居清潔服務計劃

內容：為基層長者提供免費基本家居清潔服務

服務對象：獨居、兩老共住或傷殘的長者

申請資格：1. 已申領綜援或長者生活津貼

2. 非綜合家居照顧服務的使用者優先

活動日期：2013年10月-2014年9月 (每人最多可享3次清潔服務)

報名辦法：請親臨麗閣地區服務中心登記或致電中心查詢

查詢電話：2194 8080

● 活動日期：2013年10月-2014年9月

費用全免

鳴謝 瑞華行公司贊助

● 社區活動

社會福利署 老有所為活動計劃贊助 **家HK**

OUR HOME

2013-2014年度「老有所為活動計劃」 傳承耆跡心連深

傳承參與工作坊－書法文化

日期：12月10日及12月17日(逢星期二)

時間：上午10:30 - 12:00 費用：\$10

地點：深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

內容：教授基礎毛筆書寫技巧(如點、撇、捺等)、揮春喜慶詞句(包括「福」、「出入平安」或「身體健康」等字句)

備註：參加者須自備毛筆及墨碟，本會提供墨及紙

傳承耆跡心連深巡迴展覽

展出過往工作坊參加者的部份作品，如剪紙、書法等。

同時亦會將之前「屬於我的耆跡」及「深水埗耆跡再現」所收集的今昔相片和故事展現出來，讓更多市民能知道長者多年來對社區發展的貢獻。

· 1月15日 (旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓)

· 1月16日 (深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F)

· 1月17、18日 (深水埗麗閣邨麗薇樓平臺305室)

展覽時間：上午10:00 - 下午5:00

● 由1月15日起本會於區內派發傳承耆跡心連深圖冊，派完即止。

※上述活動內容如有變更，恕不另行通知。報名及查詢電話：2776 7232 (劉小姐)

社區創意藝術廊大型聯合展覽

《「我們的石硤尾創意藝術中心」社區實踐計劃2012年10月至2014年3月》由深水埗區議會贊助及深水埗區議會關注貧窮問題及少數族裔工作小組合辦。

由2014年2月16日至26日期間，智康將於賽馬會創意藝術中心L1藝廊展出過往參展的作品，歡迎各界人士前來參觀及了解社區的藝術發展。同時，亦希望得到您們寶貴的意見！

地址：石硤尾白田街30號 (港鐵石硤尾站C出口，步行約5至8分鐘)



● 資助計劃

2013-14年度成人教育資助計劃 由勞工及福利局資助

長者基礎英語課程

日期：2月17日至3月24日 逢星期一

時間：上午9:30-12:30

費用：\$10(共6堂) 對象：55歲以上人士

地點：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2/F

成人普通話入門班

日期：2月18日至3月25日 逢星期二

時間：上午14:00-17:00

費用：\$80(共6堂) 對象：任何有興趣人士

地點：深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

成人基礎英語課程

日期：12月16、19、23、30日及2014年1月6、9日 逢星期一、四

時間：上午9:30-12:30 對象：任何有興趣人士

費用：\$80(共12堂) 地點：土瓜灣天光道17號(英才職業技能培訓中心)

※以上課程報名及查詢電話：2776 7232 (劉小姐) 名額有限，報名從速

「愛心大使」義工培訓計劃

由深水埗區議會贊助的「愛心大使」義工培訓計劃共分為三部份：培訓工作坊、訓練日營及探訪。合共有60位人士參與活動，她們學以致用，到多間安老院舍進行探訪，與150多位長者分享歡樂時光。



• 於日營時進行金鼓齊鳴的分組比賽



• 笑逐顏開的探訪活動

2012年10月至2014年3月「我們的石硤尾創意藝術中心」社區實踐計劃

計劃由「深水埗區議會」贊助，本中心於2013年11月5日至16日期間，在賽馬會創意藝術中心L2-16室作展覽。而於11月10日在石硤尾23座足球場舉行了第二次外展藝術攤位，教授製作輕黏土手機防塵塞，並深受街坊的支持。



• L2-16室的一角



• 深受歡迎的輕黏土製作攤位

每月睇真D、10月份—正確姿勢你要知、11月份—預防腎病知多D

於10月及11月分別以座談會向街坊介紹《正確姿勢你要知》及《預防腎病知多D》，藉此提供有關健康的資訊予各街坊。



• 大家清楚正確姿勢的重要性未呀？



• 感謝周少玲姑娘詳細介紹有關腎病的資訊

老有所為—拍攝耆蹤工作坊

攝影，是一門直覺的藝術，而且不設年齡界限。而老友記們亦可通過此工作坊，認識到基本的攝影技巧，如曝光三角及三分法則等等，藉此拍出「屬於我的深水埗耆蹤」，從而見證深水埗的日異月殊。

(此活動由社會福利署「老有所為計劃」贊助)



• 認真選取拍攝角度的學員們



• 復古風格的學員大合照

粵曲演唱會預告

演唱日期	演唱地點	派票日期
12月15日下午1時	長沙灣社區中心 (粵曲演唱會)	12月4日上午9:45
1月16日下午2時	南昌社區會堂 (耆英樂聚迎馬年綜合活動)	1月6日上午9:45

派票地點：
- 麗閣邨麗薇樓平台305室
- 旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓
- 太子白楊街11號榮發大廈2樓A室

地區服務

\$5快速血糖測試

(包括免費量血壓及磅重服務)

● 檢測日期及時間：12月7日、1月4日上午9:45-10:45

查詢報名：
2190 8080

- 測試血糖者注意：測試前3小時儘量不要進食
- 血糖測試過程由專業護士或護理人員操作

免費剪髮服務

項目	服務日期/時間	服務地點
剪髮 服務	12月18日 下午2:30 (額滿即止) 1月8日 下午2:30 (額滿即止)	- 旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓
	12月28日上午10:00 (額滿即止) 1月25日上午10:00 (額滿即止)	- 麗閣邨麗薇樓平台305室

興趣班推介

	上課時間	費用	班組現況	導師
書法班 (4堂)	星期一 上午10:00-11:30	會員\$160 / 非會員\$200	接受報名	鄺美顏
易筋經健身班 (8堂) 新	星期一、三 上午9:00-10:00	會員\$200 / 非會員\$250	接受報名	黎日聲
太極拳 (8堂)	星期一 晚上7:00-8:30	會員\$160 / 非會員\$200	接受報名	鄧沛源
柔揚樂韻顯歌聲 (8堂)	星期二 上午10:00-11:00	會員\$160 / 非會員\$200	接受報名	程曜芳
夏威夷小吉他班 (12堂) 新	星期二 上午11:30-1:00	會員\$460 / 非會員\$570	接受報名	陳德璋
初級日文班 (8堂) 新	星期二 下午4:00-5:30	會員\$160 / 非會員\$200	接受報名	楊潔
初級二胡班 (4堂) 新	星期二 晚上7:30-9:30	會員\$480 / 非會員\$600	接受報名	蔡永康
甜蜜蜜唱歌A班 (8堂)	星期五 上午10:00-11:30	會員\$160 / 非會員\$200	接受報名	李玉卿
甜蜜蜜唱歌B班 (8堂)	星期五 上午11:45-1:15	會員\$160 / 非會員\$200	接受報名	李玉卿
書畫班 (8堂)	星期五 下午2:00-3:30	會員\$180 / 非會員\$230	接受報名	陳健民
中醫保健養生班 (8堂)	星期五 下午3:45-5:15	會員\$160 / 非會員\$200	接受報名	陳健民

上課地點：麗閣地區服務中心

地址：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303及305室

鬆一鬆·按摩工作坊 (青年)

日期：2014年1月11日
時間：上午11時至12時
對象：12歲至17歲青少年
費用：\$5/人
內容：學習按摩技巧

鬆一鬆·按摩工作坊 (成人)

日期：2014年1月11日
時間：下午2時30分至4時30分
對象：18歲以上人士
費用：\$5/人
內容：學習按摩技巧

小寶貝大當家·親子快樂廚房

日期：2014年2月21日至
3月20日期間
對象：家庭 (親子組合)
費用：\$10/人(包食材)
內容：學習製作美食及
與家人正向溝通技巧

愛家行動·夫婦甜蜜蜜工作坊

日期：2014年3月23日
時間：下午2:00-4:30
對象：夫婦
費用：\$10/人
內容：教授製作婚姻紀念冊
及促進夫婦溝通

關愛大使化妝訓練班

日期：2014年3月6、13、20日
時間：上午11時至12時 (共3節，每節1小時)
對象：18歲以上人士
費用：免費
內容：學習簡單化妝技巧，完成課程之後需參與
長者探訪，並且為有需要長者化妝

查詢及報名熱線：2194 8080
名額有限·報名從速

● 民生資訊



申請長者咭

凡年滿65歲或以上的香港居民，均可申請。



證件相一張 → 身份證影印本 → 中心同事為你填表 → 中心協助郵寄 → 完成

長者生活津貼

● 溫馨服務：本中心將有專人解答你的問題及協助填表

申請資格：

年滿65歲以上；現時無領取「高齡津貼」或「普通傷殘津貼」；符合「長者生活津貼」的申請資格，包括居港規定及入息及資產規定的長者 (中心職員將作詳細解釋)

「長者生活津貼」入息及資產限額

	單身人士	夫婦
每月總入息	\$6,880	\$10,940
資產限額	\$193,000	\$292,000

環保資訊

政府就都市固體廢物徵收費用進行諮詢，本會一直以來都關注環保事務，並將於月內進行《都市固體廢物收費》問卷調查，屆時歡迎公眾提出意見。

勞聯知康環保回收中心
環保資訊熱線：2670 1010
地址：香港九龍深水埗福榮街49號地舖



20th Anniversary 「人才發展計劃」 就業掛鈎課程

課程名稱		開課日期	訓練時數
保健員文憑課程	FL040DS	2013/12/12	29天全日+20天半日
包餅製作員證書課程	FL049DR	2013/12/19	22天全日+14天半日
初級美容師證書課程	FL039DS	2014/01/06	17天全日+11天半日
酒店房務員證書課程	FL025DR	2014/01/15	12天全日+07天半日
陪月員證書課程	FL021DR	2014/01/21	14天全日+10天半日
專業摩登大姪員證書課程	FL048DS	2014/02/11	13天全日+08天半日
茶餐廳廚吧助理證書課程	FL054DS	2014/02/24	17天全日+11天半日



新技能提升課程

課程名稱	堂數	日期
保安培訓課程認可計劃 - QAS (FL035HS/FL023ES)	4節/6節	2013/12/16
初級花藝設計及應用 (FL047HS/ FL049ES)	6節/9節	2013/12/28
高級花藝設計及應用 (FL049HS/ FL061ES)	9節/12節	2014/01/02
初級婚禮花飾與宴會佈置 (FL048HS/ FL050ES)	6節/8節	2014/01/20
中級婚禮花飾與宴會佈置 (FL046HS/ FL040ES)	6節/8節	2014/02/17

英才 職業技能培訓中心 勞聯智康協會附屬中心(非牟利機構) 業餘進修課程

楊式簡化太極拳 (YC71041)	共8堂	歡迎隨時加入
冬季滋補食療(2) (YC46032)	共4堂	30/12/2013-20/01/2014
美點盛薈(1) (YC43161)	共4堂	12/12/2013-09/01/2014
坐月食療製作 證書課程(初階) (YC46101)	共4堂	03/01/2014-24/01/2014

茶餐廳創業計劃 1

開課日期：08/01/2014
時間：晚上7:30-9:30
堂數：共4堂 (逢星期三)
內容：1 檀島咖啡
2 白汁芝士魚柳包
3 香酥炸豬扒
4 蜜汁煎焗雞中翼
5 蒜蓉焗法包
6 薑蔥豬潤上海麵
7 日式焗豚肉
8 沙爹雞柳炒公仔麵
9 港式絲襪奶茶
10 鮮茄肉粒湯燴螺絲粉

學費：會員 \$560
非會員 \$660

精選賀年食品 1

開課日期：03/01/2014
時間：晚上7:15-9:45
堂數：共2堂 (逢星期五)
內容：1 金腿瑤柱蘿蔔糕
2 椰汁鯉魚年糕
3 賀年角仔
4 煎堆碌碌，金銀滿屋

學費：會員 \$330
非會員 \$380

英才職業技能培訓中心

地址：九龍土瓜灣天光道17號
電話：2714 3123
傳真：2714 9099
電郵：info@yctc.org.hk

