



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. 42
2014年7月

綠色生活，由智康發起!



會址：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓

網頁：<http://www.chihong.org.hk> 電郵：admin@chihong.org.hk

麗閣服務中心：

長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303及305室

電話：21948080 傳真：21949191

電郵：laik@chihong.org.hk

葵芳服務中心：

新界葵芳盛芳街7號葵芳商業中心1601室

電話：28856288 傳真：28855353

電郵：kwaif@chihong.org.hk



支持環保，傳閱更開心。

 勞聯智康協會



環保回收中心：

九龍深水埗福榮街49號地舖

電話：26701010 傳真：26707022

電郵：recycling@chihong.org.hk



《2014年慈善步行籌款》已圓滿結束

本會於2014年5月18日假座馬鞍山海濱長廊舉行的《2014年慈善步行籌款》活動，在天公造美的炎陽天下經已圓滿結束。是次活動共籌得港幣\$212,430.50(截止2014年6月3日止，並未計算相關的行政支出)，在此感謝各位善長人翁慷慨解囊，踴躍捐輸。更難得的是，有的會員甚至出錢出力，無懼高溫跟我們並肩行畢3.2公里路程，縱使走得大汗淋漓亦未有放棄。我們冀盼在智康日後的發展道路上，都能夠有你們沿途支持！

多謝各位支持！



活動所籌得的善款將用作加強本會的僱員再培訓服務、弱勢社群服務及義工培訓工作

迎中秋敬老齋宴

【特別鳴謝善心人陳標先生贊助】

對象：65歲以上智康會員（須出示會員證）

齋宴日期：2014年9月1日（星期一）

齋宴時間：上午11:30-下午2:00（入席時間為中午12:30）

齋宴地點：龍庭酒家（深水埗欽州街37K西九龍中心7樓）

設歌舞表演及幸運抽獎，每位參加者可獲禮品一份

備註：

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

除外（購票時必須出示對方之會員證或身份證明文件）。

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. 餐券不得轉讓，敬請留意。

4. 公開售票日期：2014年8月1日（星期五）上午9：30派籌，10時售票

5. 售票地點：

◆長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室（麗閣服務中心）

◆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

◆深水埗長沙灣道1-5號長勝大廈5樓（李詠民區議員辦事處）

● \$30/位

數量有限
售完即止

中秋

躍動耆情家添愛



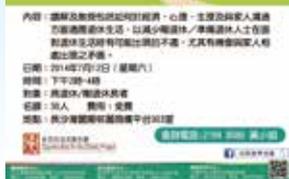
新身心退休生活好享受工作坊 (活動編號: 14A014B)

內容: 教授如何於經濟、心理、生理及與家人溝通方面適應退休生活。

日期: 7月12日(星期六)下午14:00-17:00

對象: 將退休/剛退休人士

地點: 長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室



全「深」躍動創「耆」情興趣班-扭氣球及魔術

第一部份: 扭氣球工作坊

(活動編號: 14A014C)

上課日期: 7月5、19、26日及8月2、9、16日

上課時間: 上午10:30-12:00

第二部份: 魔術工作坊

上課日期: 8月15、25日

上課時間: 下午14:00-15:30

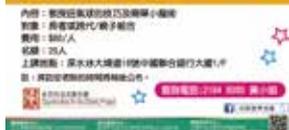
第三部份: 探訪區內安老院

8月下旬前往深水埗區內三間安老院舍為院友表演魔術及扭氣球手藝

對象: 長者或跨代/親子組合 (名額: 20人)

費用: \$80/人

上課地點: 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F



「耆」情躍動顯愛「深」中秋節關懷行動

第一部份: 健康月餅工作坊

(活動編號: 14A014D)

日期: 8月23日(星期六)

時間: 【A班】上午9:30-13:00

【B班】下午14:00-5:30

對象: 長者或跨代/親子組合 費用: \$20/人 名額: 每班20人

地點: 九龍土瓜灣天光道17號(英才職業培訓中心)

備註: 工作坊結束後每人可獲自製迷你月餅2個(參加者請自備器皿帶走)。

第二部份: 探訪區內安老院

8月下旬將前往深水埗區內三間安老院舍, 並將自製的月餅送給院友(日期待定)

查詢請電: 2194 8080 黃小姐



資助計劃

2014-15年度十八區公民教育活動資助計劃

心「深」相印·和諧一家

(鳴謝公民教育委員會贊助)

親子一線通—網上交友程式工作坊

內容: 教授利用電腦使用FACEBOOK及微博等網上交友平台跟家人溝通

日期: 2014年7月30日(上午10:00-13:00)

地點: 九龍彌敦道771-775號柏宜中心5字樓(太子地鐵站D出口旁)

收費: \$10(名額20人)



親子一線通—智能手機社交通訊程式工作坊 (只限Android 系統手機)

內容: 教授利用智能手機使用WHAT'S APP及WE CHAT等手機程式跟家人溝通

日期: 2014年8月13日(上午10:00-13:00)

地點: 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1字樓

收費: \$10(名額25人)

備註: 參加者須自備可供上網之Android 系統智能手機

名額有限·報名從速·查詢電話: 2776 7232 劉小姐



● 深水埗區議會贊助

「石硤尾創意藝術中心」社區實踐計劃載譽歸來，今年勞聯智康以「飾遊深水埗」為主題，開辦兩項特色手工藝課程，藉以讓大眾感受藝術的魅力及深水埗的可愛之處。

速寫水彩珠片拼畫

上課日期：

第一期：7月12及19日 (上課時間：11:00-13:00)

7月26及8月2日 (上課時間：14:00-16:00)

第二期：8月9、16及23日 (上課時間：11:00-13:00)

8月30日 (上課時間：14:00-16:00)

上課地點：麗閣地區服務中心303室

費用：每期\$100元 (出席率達100%及完成全部作品者將獲全數退還)

對象：深水埗區街坊



甜點低溫泥首飾體驗班

上課日期：8月9、16、23及9月6日 (逢星期六)

上課時間：14:30-16:30

上課地點：麗閣地區服務中心305室

費用：\$100元 (出席率達100%及完成全部作品者將獲全數退還)

對象：深水埗區街坊

名額有限·報名從速·活動由深水埗區議會贊助

● 社區服務

彩色數碼

證件相服務

● 學生相\$9/18張

● 特區護照證件相\$13/6張

● 回鄉證相\$35/6張 (已包中旅社認證)

● 家庭照\$11 (包2張4R、2張2R)



拍攝日期：【葵芳】7月19日下午15:00-18:00

【麗閣】7月28日下午15:00-18:00及晚上19:00-21:00

拍攝地點：麗閣地區服務中心或葵芳服務中心 (拍攝及取相地方須一致)

攝影須知：

- ◆ 相片背景可選白色、藍色或粉紅色 (特區護照及回鄉證相片底色規定為白色)
- ◆ 學生相及特區護照相之尺寸為1.5吋X 2吋；回鄉證相尺寸為1吋X 1.5吋
- ◆ 拍攝證件相人士請勿佩戴眼鏡、穿著過於淺色或深色的衣服 (家庭照除外)
- ◆ 如須沖曬兩打或以上相片，必須於繳費時一併提出要求，逾時無效
- ◆ 拍照後約13個工作天後可取相 (實際取相日期將由中心安排)

預約電話：2194 8080 (麗閣) / 2885 6288 (葵芳)

活動由港九勞工社團聯會贊助

• 義工工作坊

簡易健身操

簡介：由專業健身教練教授伸展拉筋技巧，之後再由參加者教授予區內的街坊或長者，讓更多社區人士可以學習舒展拉筋，培養健康生活。

上課日期：7月12及19日(逢星期六)

上課時間：下午15:30 - 16:30

上課地點：麗閣地區服務中心

對象：本會已登記義工或有興趣成為義工者(本會已登記義工優先)

費用：\$20(義工智多FUN滿5分者可減\$10)

輕黏土花藝製作體驗課程

簡介：教授如何運用輕黏土製作花卉，使之變成一盆賞心悅目的盆栽。日後共同製作作品為慈善義賣活動籌集善款，為我們的社區出一份力量。

上課日期：8月11、18及25日(逢星期一)

上課時間：下午14:00 - 16:00

上課地點：麗閣地區服務中心

對象：本會已登記義工或有興趣成為義工者(本會已登記義工優先)

費用：\$100(義工智多FUN滿10分者可減\$20)

備註：1. 費用已包括堂上材料費 2. 工作坊結束後，可獲製成品壹份



• 夏日特色活動

(1) 消暑小食製作坊

課程內容：教授製作(1) 辣椒拌雲耳、(2) 韭菜餃、(3) 藥材雞腳

上課日期：2014年7月28日(星期一)

上課時間：(A班) 上午10:00-12:30

(B班) 下午 2:30-5:00

上課地點：九龍深水埗大埔道6-8號福耀大廈二字樓

費用：會員\$50

非會員\$70

名額：每班15人(額滿即止)



(2) PARTY輕食烹飪坊

課程內容：教授製作(1) 蜜糖桂花蒟蒻凍、(2) 夏威夷PIZZA

上課日期：2014年8月15日(星期五)

時間：下午2:00 - 5:00

費用：會員\$135

非會員\$155

名額：8人(額滿即止)

上課地點：九龍旺角上海街446-448 號富達商業大廈1字樓

備註：(1) 學員可試吃完成之菜式。

(2) 課程內容以導師堂上教授為準！



報名或查詢：2776 7232 劉小姐

只限智康會員報名！

不可與同學會活動重覆報名！

● 演唱會預告

演唱日期	演唱地點	派票日期
7月12日下午13:15 (綜合金曲)	旺角社區會堂	7月2日上午9:30
7月19日下午13:00 (粵曲)	深水埗大埔道6-8號福耀大廈2樓	7月2日上午9:30
7月27日下午13:00 (粵曲) 8月10日下午13:00 (粵曲)	麗閣社區會堂	7月9日(上午9:30) 7月30日(上午9:30)
8月23日 下午13:00 (粵曲)	深水埗大埔道6-8號福耀大廈2樓	8月13日(上午9:30)

派票地點： - 麗閣邨麗薇樓平台305室 - 太子白楊街11號榮發大廈2樓A室
 - 旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓 - 深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓
 (節目如有更改恕不另行通知)

\$5快速血糖測試

(包括免費量血壓及磅重服務)
(敬請預約登記)

● 檢測時間：日期：7月5日、8月2日 時間：上午9:45-10:45

- 測試血糖者注意：測試前2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
 備註：快速測試數值只供參考，請視乎體質需要向專業醫生查詢。

只限會員
查詢報名：
2194 8080

免費剪髮服務

(敬請預約登記)

項目	服務日期/時間	服務地點
剪髮	7月9日 下午14:30 (額滿即止)	- 旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓
	8月13日 下午14:30 (額滿即止)	
服務	7月26日上午10:00 (額滿即止)	- 麗閣邨麗薇樓平台305室
	8月30日上午10:00 (額滿即止)	

● 每月睇真D

● 日期：7月19日(星期六)

7月—飲食與健康

內容：講解健康飲食的秘訣及教授營養烹調知識。
 時間：下午14:00

費用：全免
 名額：各20名(名額有限·報名從速)
 地點：麗閣地區服務中心

● 日期：8月9日(星期六)

8月—預防中暑你要知

內容：講解中暑症狀、預防及急救方法。
 時間：下午14:00

以上活動將列入積賞咭計劃

積賞咭

● 民生服務

好消息!! 長者醫療券金額及累積上限已增加

醫療券金額

\$1,000 → \$2,000

醫療券累積上限

\$3,000 → \$4,000

有關醫療券使用詳情可致電2194 8080 / 2885 6288 向職員查詢

葵芳服務中心

活動回顧：

葵芳服務中心開幕禮 (2014-5-3)

2014年5月3日葵芳服務中心正式開幕，當日得到各方好友及街坊的專程到賀及支持。我們在此感謝街坊一直支持，讓我們漸漸成長茁壯！葵芳服務中心服務範圍覆蓋整個葵青區，聚焦葵芳區地區權益，共同關注區內各項社會事務。

葵芳情、敬雙親歡樂茶聚 (2014-5-21)

2014年5月21日葵芳服務中心聯同葵芳邨互委會聯會主辦「葵芳情、敬雙親歡樂茶聚」活動。期望藉此發揚我國傳統美德，並向社區宣揚孝順父母的信息。

重點推介活動

香港人文生態文化探究一天遊 (2014-7-6)：

行程：蓬瀛仙館、塱原濕地、居石侯公祠、宮崎駿手稿展。

勞聯智康劇團：劇團集合區內各社區人士，策劃觸動心靈的生活情景故事劇場，演繹出社區人士共同投入社區，開拓新生活的生命力。

各類興趣班：葵芳服務中心為本區學童提供功課輔導服務，並推出英文拼音班、手工班、繪畫班、游泳班等興趣課程等。

上述活動歡迎有興趣人士查詢及參與！



民生服務

膠樽回收你識唔識？

炎炎夏日，市民出外時也會購買樽裝飲料，為響應環保，部份人更會將飲完的膠樽放入街邊的塑膠回收桶，但其實膠樽回收前應該先作簡單處理，你又是否知道？或有沒有跟著做？很多人只會將整個膠樽丟進回收桶，但其實膠樽、樽蓋以至樽身的招紙都屬於不同類別的塑膠，一同回收會增加後期處理的難度。因此，回收膠樽應依循以下四步曲：

1) 移除塑膠樽的樽蓋 → 2) 倒清樽內液體，再作簡單清洗 → 3) 移除塑膠樽的招紙 → 4) 把塑膠樽、樽蓋及招紙一併放入塑膠回收桶內。



市民的環保意識逐漸提高，並將已清潔及移除樽蓋的膠樽到中心進行回收。

廢塑膠是本港三大垃圾之一，膠樽是其中一個主要廢料，只要回收時處理得宜，便能大大減輕回收業前線員工的壓力，亦有助促進環保。當然，這裡不是鼓勵市民使用一次性膠樽，面對堆填區即將爆滿，從源頭減廢更為重要。所以，出外還是自備環保水樽，一同為環保出一分力。





「人才發展計劃」就業掛鈎課程

課程名稱	開課日期	訓練時數
家務助理基礎證書	FL005DR 2014/07/17	12全日+8天半日
專業摩登大妗員基礎證書	FL048DS 2014/07/28	13全日+8天半日
點心製作員基礎證書	FL052DS 2014/07/31	20全日+14天半日
茶餐廳廚吧助理基礎證書	FL054DS 2014/08/15	17全日+11天半日
葡萄酒推廣員基礎證書	FL055DS 2014/08/19	16全日+12天半日
保健員證書	FL040DS 2014/08/21	29全日+20天半日
包餅製作員基礎證書	FL049DR 2014/08/27	22全日+14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 基礎證書(兼讀制) (FL035HS/FL023ES)	4節/6節	2014/08/25
節日及禮儀花藝設計 基礎證書(兼讀制) (FL051HS/ FL070ES)	6節/8節	2014/08/11
花藝設計及應用 II 基礎證書(兼讀制) (FL045HS/ FL039ES)	6節/8節	2014/07/22
花藝設計及應用 III 證書(兼讀制) (FL049HS/ FL061ES)	9節/12節	2014/08/01
婚禮花飾與宴會佈置 II 證書(兼讀制) (FL046HS/ FL040ES)	6節/8節	2014/07/21

英才 職業技能培訓中心 業餘進修課程

街頭小食創業計劃 (EPE-14C45061)	共5堂	24/07/2014-21/08/2014
家居水電保養 (EPE-14C21011)	共5堂	28/07/2014-25/08/2014
車仔麵食創業計劃 (EPE-14C45011)	共4堂	06/08/2014-27/08/2014
葡萄酒品鑒入門 (EPE-14C49030)	共2堂	19/08/2014-26/08/2014

特色點心 1

開課日期：12/08/2014
時間：晚上7:15-9:45
堂數：共四堂 (逢星期二)
內容：1 鮮百合素粉菓
2 五香咸水角
3 紅油抄手
4 蜂巢芋角
5 潮州粉菓
6 砵仔糕
7 蘿蔔糕
8 水煎飽

學費：會員 \$600
非會員 \$700

坐月食療製作證書課程(初階)

開課日期：11/08/2014
時間：晚上7:30-10:00
堂數：共四堂 (逢星期一)
內容：1 宋嫂魚羹
2 通乳蹄筋湯
3 補血大肝湯
4 寧神安睡茶
5 首烏黃芪煲塘魚
6 國藥天麻鯪魚湯
7 補氣補血玄米茶

學費：會員 \$560
非會員 \$660

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

