



勞聯智康協會 以愛為本·用心行事·服務社群  
United Labour Chi Hong Association

通訊

Vol. 44  
2014年11月

Merry Christmas  
& Happy New Year



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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:recycling@chihong.org.hk)



# 勞聯智康協會週年誌慶

## 暨 蛇宴聯歡

活動編號：CHA-14A033

日期：2014年12月17日 (星期三)  
 時間：晚上7時45分開席  
 地點：大埔道6-8號福耀大廈2字樓 (勞聯會所)  
 售票日期及時間：11月10日上午9時30分開始發售  
 售票地點：麗閣邨地區服務中心



設人人有份幸運大抽獎

**會員 \$195/位** 每位會員限購4張

查詢：2194 8080

名額有限，售完即止

- 包酒水 (只限堂上任飲)
- 臘味糯米飯
- 蛇汁浸時蔬
- 枝竹羊腩煲
- 淮杞烏雞響螺炖三蛇湯
- 鮮竹五蛇卷
- 陳皮豉汁蒸大鱈
- 紅棗香栗扣全鴨
- 椒鹽焗中蝦
- 太史五蛇羹 三窩

蛇  
 饗  
 菜  
 譜



活動編號：CHA-14A034

## 2015甜心計劃

## 施比受更有福

查詢：2194 8080

為更好地發揚友愛共融的服務精神，2015年度甜心探訪將於春節前進行，藉此讓區內的有需要人士能於春節前，亦能感受到社區人士對他們的關愛及祝福。

小小心意，點點關懷，與他們一同分享節日帶來的喜悅

服務詳情如下：

活動時間：11月至2015年1月

- 參與方法如下：
1. 捐贈餅乾及麵食 (只接受未開封或已開封但有獨立包裝，且可食用有效日期不能少於6個月)  
 收集地點：長沙灣麗邨麗薇樓平台305室 (港鐵長沙灣站A1出口)
  2. 捐款 (\*捐款\$100以下可投入捐款箱；凡捐款\$100以上將獲發可豁免稅務收據)。
  3. 義工參與上門探訪工作 (獨老/兩老) 探訪時間定於12月及2015年1月

是次活動將計入【迪士尼賞義工計劃】或【義工“智”多FUN獎賞計劃】其中一個獎賞計劃。

### 智康《「飾」遊深水埗》展覽

內容：展示於較早前開辦的低溫泥及速寫水速珠片拼畫工作坊的成品，屆時參觀者亦可試戴指定飾物。在此歡迎各界人士前來參觀。

展覽日期：2014年11月4日至11月16日(逢星期一休息)

展覽時間：13:00 - 19:00

展覽地點：賽馬會創意藝術中心(九龍石硤尾白田街30號) L2-16室



查詢：2194 8080



### 深水埗街市販商及食物安全工作小組 合辦 深水埗區議會 贊助

#### 齊「深」關注排檔防火安全與環境衛生 — 「排檔安全與衛生綜合嘉年華」

日期：2014年11月14日(星期五)

時間：下午2時30分

地點：南昌街休憩公園(5號)

內容：設有攤位遊戲、有獎問答遊戲

免費參與!



查詢：2776 7232

### 深水埗區議會環境保護工作小組 合辦 深水埗區議會 贊助

## 減少廚餘多面「體」

#### 《減少廚餘你「惜」我都「惜」》宣傳街站

日期及地點：12月15日(西九龍中心與長沙灣政府合署之間的通道)、12月16日(保安道街市地下大堂)及12月17日(元州邨羅馬廣場)

時間：下午1:00-下午5:00 內容：惜食資訊展覽及環保有獎問答遊戲。



查詢：2194 8080 / 2670 1010

#### 《用得唔好嘅·廢膠價值HIGH》廢膠回收街站：

日期：11月3、10、17、24日及12月1、8日、15日、22、29日(逢星期一)

時間：上午10:00-中午12:30 地點：保安道街市側空地 內容：提交指定數量已清理的廢膠即可獲禮品一份

社區  
Community  
Recycling



社區減廢行動 — 不浪費、多再用、精明回收

### 開心家庭迎聖誕

### 暨 勞聯三十週年嘉年華

2014年12月20日(星期六)

下午2:30至5:30

深水埗楓樹街足球場

Merry Christmas &  
Happy New Year

攤位遊戲、歌舞表演、話劇、造型氣球

晚上7:00後更設免費電影播放

遊戲券及免費電影門票將於

12月上旬公開派發。

查詢：2776 7232

約定你!

### 送贈2015年福字掛曆

活動編號：CHA-14A035

每位會員只須完成

【年度會員資料核對程序】

即可獲贈精美福字掛曆一本

派發日期：11月17日

派發時間：上午10時起

派發地點：麗閣地區服務中心

特別鳴謝：港九勞工社團聯會贊助

數量有限 送完即止



內容：網絡的基本概念、Internet Explorer 的操作方法、搜尋器的操作、電子郵件之應用、使用網上服務、認識電腦病毒、網上交友平台應用 / 網上資訊互享之平台應用。

日期：2014年11月17日至 12月10日(逢星期一、三)

時間：下午2:30-4:30

費用：\$20(共8堂) 對象：55歲或以上長者

地點：九龍彌敦道771-775號柏宜中心5字樓



活動編號：CHA-14C071E

報名及查詢：2787 9967



## 2014全城清潔深水埗三無大廈公眾樓梯計劃

(鳴謝深水埗區議會贊助)

齊「深」關注排檔防火安全與環境衛生 — 「清潔大使招募」 活動編號：CHA-14A038

服務內容：清潔深水埗區內三無大廈的公眾樓梯，以改善舊樓環境衛生

服務日期：2014年12月-2015年1月

參加資格：婦女

※每名「清潔大使」均須參加2小時的專業培訓工作坊

培訓日期及地點：待定

是次活動有服務津貼



報名及查詢：2776 7232 (劉小姐/李先生)

## 義工工作坊

義工

Android智能手機應用程式工作坊 活動編號：CHA-14A036

內容：介紹及教授使用智能手機、手機傳訊程式，維繫家人與朋友。

日期/時間：11月25日(星期二) 早上10:30 - 中午12:30

地點：麗閣地區服務中心

對象/費用：截止2014年11月義工FUN已達5分之義工 / 費用全免  
名額：10人 (先到先得，額滿即止)

適用手機型號：以Android 系統運作 (如三星、HTC、LG、小米)

備註：參加者須自備可供上網之Android 系統智能手機



查詢/報名：2194 8080

紅葉觀賞悠遊樂 活動編號：CHA-14A037

「紫陌紅塵拂面來，無人不道看花回」。不知從何時開始觀賞紅葉成了不少香港人的秋日節目，甫踏入十二月，網上論壇、面書、無不討論紅葉近況，形成一種空氣、一種壓力、一種誘惑。你又怎能錯過呢？

行程：青衣鐵路站A1出口集合--乘坐巴士到長宏邨(自費)--

步行青衣自然教育徑 (步程大約1小時) --午餐 (自費) --原地解散

日期/時間：12月9日 (星期二) 早上9:30 - 下午2:00

對象：本會義工或有興趣成為義工之人士

名額：10人 (先到先得，額滿即止)

\*本次活動屬自費項目，且並不包括保險，請因應個人身體狀況而量力參與\*



## \$5快速血糖測試

活動編號：CHA-14A006

檢測日期：12月6日(逢星期六)

檢測時間：上午9:45-10:45

-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，請按需要向專業醫生查詢

只限會員  
敬請預約登記

(包括免費量血壓及磅重服務)

## 免費剪髮服務

活動編號：CHA-14A008

### 智康麗閣地區服務中心

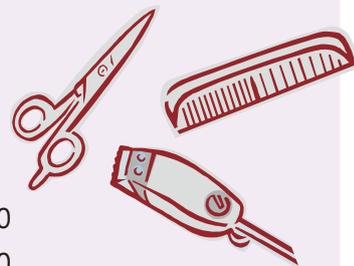
日期：11月29日(星期六) 時間：上午10:00

日期：12月27日(星期六) 時間：上午10:00

### 勞聯旺角辦事處

日期：11月12日(星期三) 時間：下午14:30

日期：12月10日(星期三) 時間：下午14:30



## 每月睇真D工作坊



查詢/預約：2194 8080 (麗閣)、2781 0983 (旺角)

### 11月 — 光影流情分享會

活動編號：CHA-14A032

內容：參加者一同觀看懷舊照片，分享往日生活點滴，喚起種種集體回憶。

日期：11月22日(星期六)

時間：14:00 / 名額：20名 / 對象：任何人士

### 12月 — 開心聖誕派對

活動編號：CHA-14A040

內容：聖誕佳節臨近，本中心將組織義工於派對中唱歌助興外，更與一眾老友記大玩遊戲。

日期：12月15日(星期一) / 時間：下午2時 / 名額：20名 / 費用：每位10元

對象：65歲以上長者(獨居及二老戶長者優先)



## 粵曲演唱會

### 粵曲演唱日期

11月8日正午12:00

12月14日下午13:00

### 粵曲演唱地點

油麻地梁顯利社區會堂

長沙灣社區會堂

### 派票日期

10月29日上午9:30

12月3日上午9:30

### ★派票地點

- 智康麗閣地區服務中心
- 勞聯旺角辦事處
- 機電聯服務中心

(節目如有更改恕不另行通知)

## 興趣班組推介

### 班別

書法B班(4堂)

太極拳(8堂)

悠揚樂韻顯歌聲(8堂)(新)

夏威夷小吉他班(8堂)

甜蜜蜜唱歌A班(8堂)

書畫班(8堂)

中醫保健養生班(8堂)

速寫水彩畫班(4堂)

夏威夷小吉他班(8堂)

### 上課時間

星期一上午11:30-1:00

星期一晚上7:00-9:00

星期二上午10:00-11:00

星期二上午11:30-1:00

星期五上午10:00-11:30

星期五下午2:00-3:30

星期五下午3:45-5:15

星期六上午10:00-11:30

星期六上午11:30-1:00

### 費用

會員\$160/非會員\$200

會員\$240/非會員\$300

會員\$160/非會員\$200

會員\$280/非會員\$350

會員\$160/非會員\$200

會員\$180/非會員\$230

會員\$160/非會員\$200

會員\$100/非會員\$120

會員\$140/非會員\$180

### 導師

鄺美顏

鄧沛源

程耀芳

謝偉鴻

李玉卿

陳健民

陳健民

謝偉鴻

謝偉鴻

★ - 勞聯旺角辦事處 地址：旺角上海街446-448號富達大廈1字樓

- 智康會址/勞聯深水埗辦事處 地址：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓

- 機電聯服務中心 地址：太子白楊街11號榮發大廈2樓A室



麗閣服務中心

查詢/報名：2194 8080



### 幼兒活動/班組/興趣班

日期：逢週六 對象：K1至K3學童

活動/班組/興趣班	時間	費用
K1-K3英文班	上午9:30-10:30	會員\$130 非會員\$160 (4堂)
K1-K3手工班	上午10:30-11:30	會員\$130 非會員\$160(4堂)
K1-K3齊來畫畫圖	上午11:30-12:30	會員\$120 非會員\$150(4堂)
K1-K3故事唱遊	下午14:30-15:30	會員\$120 非會員\$150(4堂)
K1-K3齊來畫畫圖	下午14:30-15:30	會員\$120 非會員\$150(4堂)
K1-K3英文班	下午15:30-16:30	會員\$130 非會員\$160 (4堂)

### 幼童活動/班組/興趣班

日期：逢週六 對象：小一至小三學童

活動/班組/興趣班	時間	費用
初小畫圖班	上午9:30-10:30	會員\$140 非會員\$170 (4堂)
初小手工班	上午10:30-11:30	會員\$130 非會員\$160(4堂)
初小英文班	上午11:30-12:30	會員\$130 非會員\$160(4堂)

### 老友記活動

#### 長者電影欣賞會

日期：逢週一 時間：上午10:00  
 內容：電影節目表請向中心職員查詢  
 對象：葵青區內長者會員  
 費用：會員免費 / 非會員\$50 次

#### 智能手機工作坊

日期：逢週三 時間：上午11:00 - 12:00  
 內容：認識智能手機、手機攝影、常用應用程式  
 對象：葵青區街坊 (葵芳邨優先)  
 費用：會員免費 / 非會員\$50 次

#### 免費量血壓服務

日期：逢週四 時間：上午9:00-10:00 地點：葵芳邨葵正樓互助委員會  
 對象：葵青區街坊(葵芳邨優先) 費用：免費

### 藝術工作坊

#### 劇團工作坊

日期：逢週四 時間：上午11:00 - 12:30  
 內容：將每星期接受戲劇、舞蹈及聲樂訓練，  
 並參與戲劇欣賞活動以及社區巡迴演出。  
 對象：葵青區成人 (葵芳邨優先)  
 費用：會員免費 (須接受面試遴選)



歡迎各位會員或有志參與話劇的朋友報名參與。

### 合家歡活動

#### 秋冬進補蛇羹 (鳴謝葵芳邨善心人贊助)

日期：2014年12月9日 (二)  
 時間：晚上6:30  
 內容：葵芳邨集合>勞聯會所蛇羹>葵芳邨解散  
 對象：只限居住於葵芳邨內會員  
 費用：葵芳邨會員\$150 (大小同價) 每人限買1票

名額有限，額滿即止。

★ 註：所有活動內容按服務處內張貼之修訂資料為準，活動內容如有更改，恕不另行通知。  
 (如有家庭經濟困難可向社工申請評估減費)



葵芳服務中心

查詢/報名：2885 6288



## 綠色大使培訓- 遊走深水埗區環保資源

本會得到區議會贊助推行一個名為減少廚餘多面「體」的活動，並招募得25位綠色大使肩負重任，將有關的環保訊息推廣至深水埗區每一角落。本會日前便與一眾大使參觀區內各種環保資源，希望加深大使對環保的認識。

### 第一站：麗安邨 - 環保設備

邨內設有較為完備的環保配套，除一般的三色回收桶外，還設有玻璃樽、光管、舊衣、慳電膽及充電池的回收箱。在節能方面，邨內安裝了太陽能燈，每天能供電約2小時。

### 第二站：長沙灣批發市場 - 廚餘回收

大使到長沙灣批發市場收集剩菜，運回邨內進行篩選及包裝，然後再分發給已登記的長者。



### 第三站：環保餐廳 - 低碳飲食(圖三)

餐廳的天花和牆身採用以木屑、竹屑等原料製成的環保木，防潮之餘亦可循環使用。廚房更全用電爐，比明火煮食節能，又可減少油煙及溫度。另外，食材主要來自本地農場，減少運輸產生的碳排放。



### 第四站：二手回收店 - 分享 · 再用

店內售賣的物品包羅萬有，如衣服、鞋、袋、家庭電器、文具、及書籍等，全部平價出售，二手店能減輕低收入家庭的負擔，亦鼓勵市民惜物分享，促進資源再用。

### 第五站：補傘老店-減廢·盡用

店舖創於1842年，提供維修雨傘服務，此舉除了節儉，亦能延長雨傘的壽命，減少資源浪費。而已是第五代傳人的店主亦是環保手作王，店前放滿了多件作品，如圖中就是他自稱「直立式風車」。

### 第六站：智康深水埗廢膠回收中心-回收·再造

中心每天到街站及大廈回收廢膠，同時中心的環保大使會教育市民塑膠分類及回收的正確方法，以增回收成效。而廢膠經打扎後會由認可的回收商收集，然後循環再造成有用的物品。



## 南昌南服務中心

### 聖誕薑餅·親子製作班 活動編號：CHA-14A034

日期：2014年12月13日(星期六)

時間：下午2:30-5:00

地點：旺角上海街446-448 號富達商業大廈1 字樓

費用：會員\$35 家屬\$45 (12歲以下家屬：\$25)

備註：(1) 每名會員可最多攜同2位家屬參與。

(2) 每位參加者可獲得薑餅曲奇6塊 (12歲以下參加者4塊)。

(3) 必須自備圍裙及食物盒。



查詢/報名：2776 7232

### 聖誕環保裝飾工作坊 活動編號：RECY-14A002

內容：將廢膠樽、包裝袋及廢紙等物料製作成一件件環保、美觀、獨具創意的聖誕裝飾物！

日期：12月13日(星期六)

時間：下午2:30-4:30

地點：深水埗福華街8號8號居1樓B室

對象：5歲或以上人士 (5-12歲人士須由一位監護人陪同)

費用：\$10/位，大小同價

備註：費用包括所有材料



查詢/報名：2670 1010



## 「人才發展計劃」就業掛鈎課程

課程名稱	編號	開課日期	訓練日數
茶餐廳廚吧助理基礎證書	FL054DS	2014/11/17	17全日+11天半日
陪月員基礎證書	FL021DR	2014/11/20	14全日+10天半日
保健員證書	FL040DS	2014/11/24	29全日+20天半日
包餅製作員基礎證書	FL049DR	2014/11/24	22全日+14天半日
護理員基礎證書	FL051DS	2014/11/27	14全日+10天半日
美甲師證基礎證書	FL045DS	2014/12/10	11全日+8天半日
初級美容師基礎證書	FL039DS	2014/12/15	17全日+11天半日



## 新技能提升課程

課程名稱	編號	堂數	開課日期
保安培訓課程認可計劃 - QAS 基礎證書(兼讀制)	(FL035HS/FL023ES)	4節/6節	2014/11/24
花藝設計及應用I 基礎證書(兼讀制)	(FL047HS/ FL049ES)	6節/9節	2014/11/17
花藝設計及應用II 基礎證書(兼讀制)	(FL045HS/ FL039ES)	6節/8節	2014/12/09
婚禮花飾與宴會佈置I 基礎證書(兼讀制)	(FL048HS/ FL050ES)	6節/8節	2014/12/01
婚禮花飾與宴會佈置II 證書(兼讀制)	(FL046HS/ FL040ES)	6節/8節	2014/12/16

## 業餘進修課程

課程	編號	堂數	時間	日期
家居水電保養	(EPE-14C21011)	共5堂	2:30PM-4:30PM	08/12/2014-12/01/2015
美點盛薈1	(EPE-14C43161)	共4堂	7:15PM-9:45PM	25/11/2014-16/12/2014
街頭小食創業計劃	(EPE-14C45061)	共5堂	7:15PM-9:45PM	01/12/2014-05/01/2015
葡萄酒品鑒入門	(EPE-14C49030)	共2堂	7:00PM-9:00PM	16/12/2014-23/12/2014

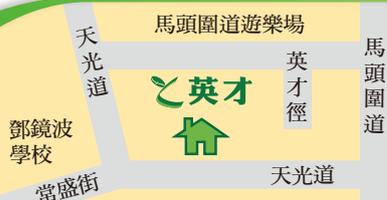
## 精選推介

### 特色點心 I

開課日期：18/11/2014  
 時間：晚上7:15-9:45  
 堂數：共四堂(逢星期二)  
 學費：會員\$600 / 非會員\$700  
 內容：紅油抄手 / 水煎飽 / 鮮百合素粉菓  
 潮州粉菓 / 蘿蔔糕 / 砵仔糕  
 五香咸水角 / 蜂巢芋角

### 坐月食療製作證書課程(初階)

開課日期：20/11/2014  
 時間：晚上7:30-9:30  
 堂數：共四堂(逢星期四)  
 學費：會員\$560 / 非會員\$660  
 內容：瑤柱XO醬製作 / 豉油皇製作 / XO醬炒腸粉  
 四川椒麻醬製作 / 四川紅油口水雞  
 蒜蓉豆豉醬製作 / 豉汁排骨蒸飯  
 娥姐素粉果 / 蒜香金勾辣椒油製作(潮州)



# 英才職業技能培訓中心

電話：27143123  
 傳真：27149099

電郵：info@yctc.org.hk

地址：九龍土瓜灣天光道17號(鄧鏡波學校對面)

**yctc**

