



# 慈善敬老



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：

長沙灣麗閣邨薔薇樓平台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)



於2015年9月21日舉行的【敬老齋宴暨粵曲欣賞會】已圓滿結束。

當天本會於君好海鮮酒家延開70席，招待超過800名65歲以上長者欣賞精彩的粵曲表演之餘，更品嚐了多道美味齋菜。

是次活動之所以能成功舉辦，我們必須要

**感謝**贊助人陳標先生的公益熱忱

**感謝**一眾義工的傾力支持

**感謝**各位長者的積極參與

於未來，希望智康能夠在各位的支持下，  
繼續舉辦更多活動及服務去回饋社會！

勞聯智康





【蛇燕菜譜】

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

## 會員蛇宴聚餐

舉行日期及時間：2015年11月23日(星期一)晚上7時30分開席

舉行地點：大埔道6-8號福耀大廈2字樓 (勞聯會所)

售票日期及時間：10月12日上午10時正開始發售

每位會員限購4張，售完即止

會員  
\$210位

## 週年會慶暨蛇宴聯歡

舉行日期及時間：2015年12月28日(星期一)晚上8時正開席

舉行地點：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23日上午10時正開始發售

每位會員限購4張，售完即止

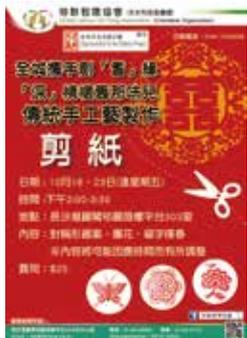
會員  
\$230位

設人人有份  
《會慶大抽獎》



查詢：2194 8080

售票地點：麗閣邨地區服務中心



### 傳統手工藝製作--剪紙工作坊

活動編號：CHA-15A065E

上課日期：10月16日及23日(逢星期五)  
 上課時間：下午2:00-3:30  
 上課地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室  
 內容：對稱形圖案、團花、福字揮春  
 費用：\$20/人(費用已包括於堂上所使用之剪刀及紙張等用品)  
 ※教學內容將可能因應時間而有所調整



### 百家「耆」緣—徵集相片行動

活動編號：CHA-15A065A

徵集舊家庭照片及模仿舊家庭照片重新拍攝的相片各一張，並製作成一本今昔對比的家庭照片相冊，以傳揚敬老愛老及和諧家庭訊息。

新/舊照片尺寸：3R或以上  
 收集日期：即日起至10月  
 收集地點：1. 長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室(麗閣地區服務中心)  
 2. 長沙灣道1-5號長勝大廈5/F D座  
 3. 深水埗大埔道6-8號福耀大廈2樓

※備註：每位提交照片的街坊可獲精美禮品乙份

參加者將受活動條款約束，並受香港版權條例和相關的本地法律保障。詳情可向本會職員查詢。



## 關愛社群·社區演唱會



粵曲演唱日期：10月24日下午1:00

粵曲演唱地點：長沙灣社區會堂

派票日期：10月13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  
 -勞聯會所

★ - 勞聯旺角辦事處 地址：旺角上海街446-448號富達大廈1字樓 (節目如有更改恕不另行通知)  
 - 勞聯會所/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

### 義工工作坊

鳴謝陳標基金贊助

### 10月份—織織樂暖心

活動編號：CHA-15A093

內容：教授針織披肩的方法，除了交流針織心得，亦會將織好的披肩送贈給區內的弱勢社群。  
 日期：10月12及19日(星期一) 下午2-4時  
 地點：麗閣地區服務中心  
 對象：有興趣成為義工、以及對編織有基本認識人士  
 名額：10人  
 費用：\$100(每人需完成2條披肩，即可退回50%費用)  
 備註：參加者自備5mm蛇針一對

誠邀您加入智康義工隊伍  
 一同以愛為本·用心行事·服務社群!

### 義工招募 善用空餘時間·為社區服務·活出精彩人生!

本會能夠推出多元化的地區服務予社會上有需要人士，全賴各位義工的大力支持，我們對培訓義工不遺餘力，每月皆會舉辦不同類型的培訓工作坊讓義工自我增值，並配套不同的服務讓他們學以致用。現誠邀各有志者加入智康義工的大家庭，讓我們一起以生命光亮生命！有意加入智康義工隊的朋友，可致電2194 8080向黎姑娘查詢



### 每月睇真D工作坊

活動編號：CHA-15A092

#### 11月—活力長者健康操

鍛鍊長者身體各部份機能，包括：鍛鍊平衡力、柔韌度、訓練肌力及身體各部位協調能力

日期：11月27日 時間：上午10:00-11:00

費用：全免

地點：於深水埗區內舉辦(詳細地點待定)

導師：衛生署深水埗區長者健康外展隊伍導師



### \$5快速血糖測試

活動編號：CHA-15A004

檢測日期：10月3日、11月7日 (逢星期六)

檢測時間：早上10:00-11:00

-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  
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-15A005

#### 智康麗閣地區服務中心

日期：10月31日 (星期六) 時間：上午10:00

日期：11月28日 (星期六) 時間：上午10:00

- 備註：(1) 剪髮服務由智康資深剪髮義工主理  
 (2) 剪髮服務對象為基層長者及有需要人士  
 (3) 剪髮服務只包括基本修剪，不設指定髮型設計

#### 勞聯旺角辦事處

日期：10月14日 (星期三) 時間：下午14:30

日期：11月11日 (星期三) 時間：下午14:30



額滿即止



查詢/預約：2194 8080 (麗閣)、2781 0983 (旺角)

### 興趣班組推介

班別	逢星期	上課時間	費用
書法B班 (4堂) NEW	星期一	上午11:30-1:00	會員\$160/非會員\$200
太極拳 (8堂)	星期一	晚上7:00-9:00	會員\$240/非會員\$300
悠揚樂韻顯歌聲 (8堂)	星期二	上午10:00-11:00	會員\$160/非會員\$200
健康舞班 (8堂) NEW	星期五	上午10:00-11:30	會員\$120/非會員\$160
甜蜜蜜唱歌班 (8堂)	星期五	上午11:45-1:15	會員\$160/非會員\$200
青少年跆拳道初階班 (8堂)	星期六	下午5:30-7:00	會員\$320/非會員\$400
青少年跆拳道進階班 (8堂)	星期六	下午7:00-8:30	會員\$320/非會員\$400



麗閣服務中心

查詢/報名：2194 8080

活動回顧

幼兒、兒童興趣班組



長者量血糖及血壓服務(2015-8-6)



流動小畫室「我的社區夢」  
(2015-8-19)

活動推介

活動/班組/興趣班

幼兒學前適應班

對象：基層家庭學前(2-3歲)幼兒

日期/時間

逢週二、四 上午10:00-11:30

費用

會員\$280 / 非會員\$310(4堂)

幼兒活動/班組/興趣班

活動/班組/興趣班

K1-K3輕鬆學英文(A班)

K1-K3手工畫班(A班)

K1-K3故事唱遊(A班)

K1-K3手工畫班(B班)

K1-K3輕鬆學英文(B班)

K1-K3故事唱遊(B班)

K1-K3兒童跆拳道

對象：基層家庭K1至K3幼兒

時間

週六 上午9:30-10:30

週六 上午10:30-11:30

週六 上午10:30-11:30

週六 上午11:30-12:30

週六 上午14:15-15:15

週六 上午15:15-16:15

週四 晚上18:15-19:45

費用

會員\$140 / 非會員\$170(4堂)

會員\$140 / 非會員\$170(4堂)

會員\$130 / 非會員\$160(4堂)

會員\$140 / 非會員\$170(4堂)

會員\$140 / 非會員\$170(4堂)

會員\$130 / 非會員\$160(4堂)

會員\$200 / 非會員\$220(4堂)

幼童活動/班組/興趣班

活動/班組/興趣班

初小小提琴

初小趣味英文班

初小水墨畫

對象：基層家庭小一至小三幼童

時間

週六 上午10:30-11:30

週六 上午14:30-15:30

週六 上午14:30-16:00

費用

會員\$250 / 非會員\$280(4堂)

會員\$140 / 非會員\$170(4堂)

會員\$320 / 非會員\$350(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

長者太極班

日期：逢週三、五

時間：下午3:30-5:30

內容：學習顧家太極，由淺入深，旨在令長者輕鬆地掌握到太極拳的技巧，以達到強身健體的目的。

對象：葵青區內長者會員

費用：歡迎致電查詢

免費量血壓服務

日期：逢週四

時間：上午9:00-10:30

內容：量血壓服務

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

智能手機教室

日期：逢週三

時間：上午11:00 - 12:00

內容：針對長者使用智能手機時遇到的問題

對象：葵青區街坊 (葵芳邨優先)

費用：會員免費 / 非會員\$50 次  
(敬請致電預約)



葵芳服務中心

查詢/報名：2885 6288

★ 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)



## 中秋過後

根據環保團體的數據顯示，去年全港家庭共丟棄約一百八十五萬個月餅，數字十分驚人！各位家中又有沒有剩餘月餅、月餅盒、燈籠？你會如何處理它們呢？其實除了「買少D」、「食少D」，避免做成浪費外，各位還可以做多一點，以免在中秋過後變成大o徙鬼！

### 月餅

- 轉贈：盡快檢查剩餘月餅的食用日期，盡早將月餅轉贈有需要人士或團體，減少浪費。

### 月餅盒

- 重用：用來保存或收藏物件。
- 回收：將未能重用的月餅盒進行回收，而盒中的包裝膠托亦可分類為塑膠類別作回收。

### 燈籠

- 重用：將燈籠保存至明年再用
- 轉贈：完好的燈籠可轉贈給有需要的家庭
- 回收：破損的燈籠可分類為塑膠或紙張類別回收，若含有電子零件或金屬，請在回收前移除。

### 螢光棒

因螢光棒內含的化學物質難以分解，因此不能重用及回收，市民應避免購買。

## 勿貪一時之樂而破壞環境



## ● 環保活動

### 天然手工洗面皂

活動編號：RECY-15A011

日期：11月14日(星期六)

時間：1:30-3:00

地點：深水埗石硤尾街地下2號J

收費：會員\$120 / 非會員\$140

\*參加者請自備：100-150ml容量紙盒、食物盒(盛載紙盒)、毛巾或保溫袋

### 天然潤唇膏

活動編號：RECY-15A010

日期：10月31日(星期六)

時間：3:00-4:30

地點：深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1字樓

收費：會員\$20 / 非會員\$40



查詢/報名電話：27767232 朱小姐

合辦機構：



港九勞工社團聯會  
The Federation of Hong Kong & Kowloon Labour Unions



職業安全健康局  
OCCUPATIONAL SAFETY & HEALTH COUNCIL

# 工作有壓力 舒緩有辦法

職安嘉年華2015

日期：2015年12月13日(日)

時間：上午10時至下午4時

地點：楓樹街足球場

活動內容：

攤位遊戲 表演 禮品 競技活動

詳情請參閱勞聯網<http://www.hkflu.org.hk>

查詢地址：九龍深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈12樓

查詢電話：2779 3766 黃生

 : [www.facebook.com/HKFLU](http://www.facebook.com/HKFLU)

