



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



春日限定

暢遊濕地公園、屯門中山紅樓、 恆香餅廠 一天遊

行程：屯門中山紅樓 > 午膳(粵菜餐) > 濕地公園 (包入場費)
> 恆香老婆餅製造工場

出發日期：5月29日 (星期日)

集合時間：上午9:00正，逾時不候

集合地點：麗閣6/F巴士總站

粵菜餐
雞蓉粟米羹
京都焗豬扒
肉鬆蒸水蛋
魚香炆茄子
白汁石斑塊
北菇紅燒豆腐
蒜蓉炒時蔬
絲苗白飯

備註：

1. 費用已包括交通、膳食及入場費。
2. 費用已包括十萬元旅遊平安保險，適用於1-75歲人士；另五萬元旅遊保險，適用於76-85歲人士。
3. 行程以及膳食以當天安排為準，乘坐旅遊巴請按號入座。
4. 1歲以上即需購票，大小同價。
5. 如因個人原因退出活動將不獲退款。
6. 如遇惡劣天氣、三號或以上風球、紅色或以上暴雨訊號，活動將取消。

會員\$135/位

非會員\$155/位



報名及查詢：2194 8080





羽毛球同樂日

為了讓羽毛球愛好者有一個良好的環境進行練習及交流，於深水埗南昌社區會堂舉行羽毛球運動日，希望大家能踴躍參加。

日期：5月4日(星期三)

時間：11:00 - 19:00

地點：深水埗南昌邨社區會堂

● 費用全免

參加者需遵守以下的參加者使用準則。

· 每個時段限16人參與，每名報名人士只可選擇以下其中一個時段：

A)11:00-13:00 B)13:00-15:00 C)15:00-17:00 D)17:00-19:00

· 參加者使用準則：

1. 場內設有2個羽毛球場，不設包場，名額先到先得。
2. 選擇時段A)及時段D)之人士，需協助本會職員處理場務(例如:開網及收網)
3. 參加者須自備羽毛球拍及羽毛球。
4. 打「21」分直接得分制。
5. 如報名人士因故未能出席，請提前最少48小時通知本會。
6. 如報名人士連續2次無故缺席此類活動，本會有權將在未來一年內不接受其所有報名。
7. 本次羽毛球運動日並不包括保險，參與者需因應個人身體狀況而適量運動。
8. 請小心保管個人財物，如有遺失或損壞，本會不承擔任何責任及賠償。
9. 不得在會堂內進行任何商業推廣之活動，並必須保持地方清潔。

報名截止時間為4月13日中午12:00 (如報名人數不足，本次活動將會取消)

報名及查詢：21948080。名額有限，額滿即止！



勞聯匯青協會

Teenage Density Association of FLU

活動編號：YTHC-15C013

主辦

課程日期：2016年5月20日、21日、27日及28日

課程時間：7:00PM-9:00PM

上課地點：石硤尾公園(第二期)網球場

費用：智康會員：\$300 / 匯青會員：\$250

備註：(1) 勞聯匯青協會將提供球拍及網球供參加者堂上使用
(2) 課程內容只作參考，如有任何修改，恕不另行通知

對象：14-30歲青少年

教授內容：(1) 網球基本動作及不同握拍方式 (西方式、東方式及大陸式)

(2) 正、反手拍擊球講解及練習

(3) 球感練習

(4) 發球、高吊球及旋轉球講解及練習

(5) 截擊及扣殺講解及練習

● 名額有限，額滿即止



報名及查詢：2776 7232

關愛社群 · 社區演唱會

費用全免

粵曲演唱日期：4月9日 下午1:00

粵曲演唱地點：勞聯會所

派票日期：即日起

粵曲演唱日期：4月23日 下午1:00

粵曲演唱地點：南昌社區會堂

派票日期：4月11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

(節目如有更改恕不另行通知)

★ - 勞聯旺角辦事處 地址：旺角上海街446-448號富達大廈1字樓

- 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

4月麗閣義工活動—義工聯歡暨嘉許禮

活動編號：CHA-16A007

誠邀 麗閣義工組義工參與【2015年度義工聯歡暨嘉許禮】，屆時設有團隊訓練遊戲、美食共嚐、幸運大抽獎、拉OK等精彩環節。

日期：2016年4月16日 (星期六)

時間：下午2:30-4:30 費用：\$20/人

地點：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓 (勞聯會所)

備註：1. 歡迎義工自攜美食分享 (如支出須報銷者，必須預先向麗閣中心職員報名，並須憑有效單據實報實銷(每人上限\$100)，名額6人)

2. 參加者必須為智康麗閣已登記之義工

報名及查詢：2194 8080 (2016年4月9日截止報名)

*鳴謝 陳標基金贊助

2014-15年度成人教育資助計劃

勞工及福利局 資助

課程名稱	費用	課程開展日期	上課地點	報名電話
*長者互聯網基本認識、私穩保障及檔案防盜應用 CHA-15C071G	\$20	6/4- 20/4/2016 (逢一、三) 下午14:30-16:30	太子彌敦道771-775號 栢宜中心5字樓	27879967
*長者英文基本識字 CHA-15C071F	\$80	27/4-1/6/2016 (逢三上午) 9:30-12:30		
*長者英文基本識字 CHA-15C071D	\$80	20/4-25/5/2016 (逢三下午) 14:30-16:30	大埔廣福道152-172號 大埔商業中心4樓A&B座	26380896
#成人電腦基本課程 CHA-15C071C	\$20	12/4-6/5/2016 (逢二、五下午) 14:30-16:30		
*長者互聯網基本認識、私穩保障及檔案防盜應用 CHA-15C071E	\$20	24/5-7/6/2016 (逢二、五下午) 14:30-17:30	旺角上海街446-448號 富達商業大廈1字樓	27810983
婦女普通話入門班 CHA-15C071H	\$40	3/5-21/6/2016 (逢二下午) 14:30-16:30		
孩子管教技巧班 EMFS-15A023	\$20	9/5、16/5、18/5、 23/5、25/5及30/5 13:30-15:30 (12小時)	深水埗大埔道18號 中國聯合銀行大廈1/F	27767232

*對象：55歲以上人士 #對象：18歲以上人士

\$5快速血糖測試

活動編號：CHA-16A004

檢測日期：4月2日、5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-16A003

智康麗閣地區服務中心

勞聯旺角辦事處

日期/時間：4月30日（星期六）時間：上午10:00 4月13日（星期三）時間：下午14:30

日期/時間：5月28日（星期六）時間：上午10:00 5月11日（星期三）時間：下午14:30



額滿即止

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



查詢/預約：2194 8080（麗閣）、2781 0983（旺角）

興趣班組推介

班別	上課時間	費用	導師
書法A班(4堂)	星期一上午9:45-11:15	會員\$160/非會員\$200	接受報名 鄺美顏
太極拳(8堂)	星期一晚上7:00-9:00	會員\$240/非會員\$300	接受報名 鄧沛源
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	接受報名 程曜芳
英文唱歌C班	星期三上午9:45-11:15	會員\$120/非會員\$150	接受報名 黃淑儀
瑜珈班(4堂)	星期三下午4:30-5:30	會員\$180/非會員\$230	報名須輪後 劉惠蓮
甜蜜蜜唱歌班(粵語金曲)(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
彩色素描畫入門班(8堂)	星期六下午1:30-3:00	會員\$120/非會員\$180	報名須輪後 洗曉昕
彩色素描畫進階班(8堂)	星期六下午3:15-4:45	會員\$160/非會員\$200	接受報名 洗曉昕
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	接受報名 朱志明
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	接受報名 朱志明



麗閣服務中心

查詢/報名：2194 8080

活動回顧

農曆新年茶聚聯歡(2016-2-24)



農曆新年寫揮春(2016-2)

恆常幼兒活動/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
- 週一 晚上18:30-20:00 /
- 週六 上午9:00-10:30

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)

恆常幼童活動/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。
- 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)



GO GREEN·LIVE GREEN·ACT GREEN

勞聯智康協會致力打造一個可持續發展的綠色香港，請各位會員加入環保生活的行列，由今日開始承諾：

節約生活 少浪費 多重用

減少使用破壞生態的化學品 支持乾淨回收

環保活動：

「無法可修飾的一對手……」

母親節將至，腦海不禁湧出Beyond歌曲《真的愛妳》的歌詞：「無法可修飾的一對手，帶出溫暖永遠在背後，縱使囉唆始終關注，不懂珍惜太內疚。」

對於那雙無法修飾的一對手，你有何溫暖的表示呢？母親每天為家務、為工作，忙到腰痠背痛、精神疲乏，她們默默的付出便在皮膚烙下道道裂痕，漸漸形成一雙粗糙的手。何不送上貼身又環保的護膚產品？特此預祝天下母親：母親節快樂！

天然手工皂工作坊 活動編號：RECY-16A013

日期：2016年4月30日(星期六)
時間：下午2:30至4:30
地點：深水埗福華街8號8號居1樓B室
費用：\$80(會員)、\$100(非會員)、
\$120(親子優惠，1名成人及1名5-18歲青少年)
名額：10人(名額有限，額滿即止)
*參加者可帶走一份約80g手工皂。



查詢電話：27767232 朱小姐

● 南昌南興趣班及活動推介

端午節包粽學習坊 活動編號：FLVC-16C002

內容：講解製作三色豆素糰的糰葉、糯米及豆的事前準備功夫；以及教授4角糰的包紮方法。

日期及時間：· A班：2016年5月25日 上午10:30-中午12:30
· B班：2016年5月25日 下午2:30-下午4:30
· C班：2016年5月28日 上午10:30-中午12:30
· D班：2016年5月28日 下午2:30-下午4:30

地點：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓

費用：會員\$70/非會員\$100

備註：(1) 每位參加者可取回4隻未經煮熟的糰子
(2) 每位參加者須自備圍裙

絲襪花B班(第1期) 活動編號：CHA-16A009

內容：教授以絲襪製作海棠、梅花、紫羅蘭、玫瑰及龍吐珠

日期：2016年4月9、16、23、30日及
5月7、21日(逢星期六，共6堂)

時間：下午3:45-5:15

地點：深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

費用：會員\$185/非會員\$195(費用包括導師費、絲襪、鐵線等材料，如要購買套通等工具須另加\$20)

備註：參加者須自備剪刀及尖嘴鉗。



查詢/報名電話：27767232 朱小姐

尊
嚴
勞
動

4 - 24

勞工大遊行

THE LABOUR DAY PROTEST OF HKFLU

日期：2016年4月24日(星期日)

時間：上午10時30分

集合地點：深水埗楓樹街球場

遊行路線：楓樹街球場→長沙灣道→彌敦道→碧街→政府總部



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

地址：九龍長沙灣道1-5號長勝大廈5字樓D座

Address: Flt. D, 5/F., Cheung Shing Bldg., 1-5 Cheung Sha Wan Road, Kowloon, Hong Kong



☎ : 2776 7232

✉ : 2788 0600

🌐 : www.hkflu.org.hk

✉ : info@hkflu.org.hk

📘 : www.facebook.com/HKFLU