



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. 54
2016年8月

SUMMER



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



迎中秋敬老齋宴2016 暨粵曲欣賞會

齋宴日期：2016年9月9日（星期五）

特別鳴謝善心人陳標先生贊助

齋宴時間：上午10時

齋宴地點：君好酒樓（長沙灣麗閣邨麗薇樓地下及1樓）

對象：65歲以上智康會員（需出示會員證及長者咭）

備註：1. 獨居、兩老合居及基層長者優先

2. 每位長者限購一張（輪椅照顧員或夫婦關係之長者會員可代購一張）

3. 活動當天工作人員將可能要求參加者出示身份證明文件

4. 餐券不可轉讓，敬請留意，如有違反將須補回每票\$125之餐費差額

5. 因人手有限，售票當日不設即時入會手續，不便之處，敬請諒解！

6. 如有任何爭議將以主辦機構最終決定為準

精彩粵曲演唱、幸運大抽獎，以及每位參加者可獲贈福袋

公開售票日期：2016年8月15日（星期一）

上午9:30

售票地點：

1、長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室（麗閣地區服務中心）

2、新界葵芳盛芳街7號葵芳商業中心1601室（葵芳服務中心）

3、旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓（旺角地區辦事處）

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）

敬老優惠價\$30/位 名額有限 售完即止

查詢電話：2194 8080



地區活動

迎中秋「深」 顯真愛

綜合歌舞嘉年華

活動內容：粵曲、時代金曲、舞蹈、魔術雜耍表演

舉辦日期：2016年8月27日(星期六)

舉辦時間：下午1時

舉辦地點：麗閣社區會堂

派票時間：8月17日上午9時30分

派票地點：1. 長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室

2. 深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓

3. 深水埗長沙灣道1-5號長勝大廈5/F D-E座

4. 旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓

費用
全免



查詢/報名：2194 8080

「葵」手睦鄰獻愛「深」2016-2017 提供免費家居清潔、上門探訪 剪髮及測血糖服務

是次計劃同時招募義工進行
清潔、探訪及剪髮等服務，
歡迎加入成為義工！

「葵」手睦鄰獻愛「深」2016-2017計劃於本年9月即將啟動，為期一年的計劃主要為深水埗及葵芳區基層長者或低收入人士提供免費家居清潔、上門探訪、剪髮及測血糖等多元化之睦鄰服務。

各項服務名額有限，先到先得(會員優先)，額滿即止。

如欲了解更多服務詳情及參加資格，歡迎致電或親臨各地區服務中心查詢

麗閣服務中心：21948080

深水埗南昌南區：27767232

葵芳服務中心：28856288

關愛社群 · 社區演唱會

費用全免

粵曲演唱日期	粵曲演唱地點	派票日期
8月20日下午1:00	勞聯會所	8月10日上午9:30
9月17日下午1:00	勞聯會所	9月7日上午9:30
9月24日下午1:00	麗閣社區會堂	9月19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

免費剪髮服務

活動編號：CHA-16A003

智康麗閣地區服務中心

日期/時間：8月27日(星期六) 時間：上午10:00
 日期/時間：9月24日(星期六) 時間：上午10:00

勞聯旺角辦事處

日期/時間：8月10日(星期三) 時間：下午2:30
 日期/時間：9月14日(星期三) 時間：下午2:30

額滿即止



查詢/預約：2194 8080 (麗閣)、2781 0983 (旺角)

- 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

青少年暑期游泳班

深水埗游泳池 (戶外泳池)

上課日期：8月3、6、10、13、17、20、24、27日(逢星期三及六)
 上課時間：17:00-18:00 / 20:00-21:00

荔枝角游泳池 (室內泳池)

上課日期：8月2、4、6、9、11、13、16、18日(逢星期二、四及六)
 上課時間：9:00 / 10:00 / 11:00 / 13:00 / 14:00 / 15:00 / 16:00 / 17:00 / 19:00 / 20:00

對象：6-16歲
 學費正價：\$640 / 8堂
 會員優惠價：\$400 / 8堂



查詢/預約：2194 8080

浮潛體驗班

內容：簡介浮潛的基本要求、使用的工具以及潛水技巧等
 對象：6歲以上能以任何泳式游25米之人士
 日期：8月9日起(逢星期二、四、六及日)
 時間：晚上9:00 - 10:00
 地點：九龍觀塘翠屏道2號(觀塘游泳池)
 導師：Albert Ng
 學費：會員\$380/4堂 非會員 \$420/4堂



查詢/預約：2194 8080

\$5快速血糖測試

活動編號：CHA-16A040

檢測日期：9月3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

參加者需當天到麗閣中心輪候登記，名額45位，先到先得，額滿即止，會員優先。如超過免費籌號之參加者需收取\$5/次之費用，不便之處，敬請諒解！
鳴謝 瑞華行贊助

8月義工工作坊 - 日語體驗入門班

活動編號：CHA-16A048

• 教授基本日語，包括：日常用語、數字、旅行用語、生日歌、自我介紹等。

導師：譚小姐

日期時間：8月12及19日（逢星期五）下午2-4時

對象：本會已登記或有興趣加入之義工

人數：20人 費用：\$20/人（提供堂上講義）

上課地點：麗閣地區服務中心303室

● 鳴謝 陳標基金贊助

8-9月會員活動 - 8月退化性膝關節炎:日常生活篇

活動編號：CHA-16A047

8月退化性膝關節炎：日常生活篇

- 膝部退化性關節炎的成因及處理方法
- 關節保護守則
- 解決因關節而引起的日常生活困難方法

日期時間：8月12日（星期五）早上10:00-11:00

9月骨質疏鬆症

- 骨質疏鬆症的成因、徵狀及減慢骨質疏鬆的方法
- 高鈣質食物例子
- 負重運動

日期時間：9月23日（星期五）早上10:00-11:00

演講者：衛生署深水埗區長者健康外展隊伍導師

對象：任何有興趣的人士

活動地點：麗閣地區服務中心303室

費用全免·名額有限·額滿即止！

興趣班組推介

班別	上課時間	費用	導師
體美瑜伽班 (4堂)	星期一下午2:00-3:00	會員\$180/非會員\$230	趙珮瓊
太極拳 (8堂)	星期一晚上7:00-9:00	會員\$240/非會員\$300	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	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	黃淑儀
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	李玉卿
日文入門班 (4堂)	星期五下午2:00-3:00	會員\$60非會員\$80	譚淑賢
日文進階班 (4堂)	星期五下午3:00-4:00	會員\$60非會員\$80	譚淑賢
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	鍾偉良
彩色素描畫進階班 (8堂)	星期六下午1:30-3:00	會員\$160/非會員\$200	鍾偉良
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	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	朱志明



麗閣服務中心

查詢/報名：2194 8080

恆常幼兒活動/班組/興趣班

活動/班組/興趣班	對象	時間	費用
K1-K3兒童跆拳道	3-6歲幼兒 / 6-9歲幼童	週六上午9:00-11:00 / 週六晚上6:00-8:00	會員\$200 非會員\$220(4堂)
K1-K3齊來畫畫圖		逢週六上午9:30-10:30	會員\$140 非會員\$170(4堂)
K1-K3故事唱遊		逢週六上午10:45-11:45	會員\$140 非會員\$170(4堂)
K1-K3手工藝班		逢週六上午10:45-11:45	會員\$140 非會員\$170(4堂)
K1-K3輕鬆英文		逢週六上午12:00-13:00	會員\$140 非會員\$170(4堂)
初小趣味英文班		逢週六上午12:00-13:00	會員\$140 非會員\$170(4堂)
幼兒探索班		逢週六下午2:15-3:15	會員\$160 非會員\$190(4堂)
初小塑膠彩油畫班		逢週六下午2:15-3:15	會員\$160 非會員\$190(4堂)
幼兒手工藝班		逢週六下午3:30-4:30	會員\$160 非會員\$190(4堂)
初小廣告彩/水彩畫班		逢週六下午3:30-4:30	會員\$160 非會員\$190(4堂)

義工培訓

義工招募

葵芳中心現正招募熱心義工，探訪區內獨居長及二老家庭。

參加者於服務中學習探訪技巧，以同理心表達對長者的關懷，讓他們的生活更富足。

理髮初階班

學習基礎的剪髮技巧，參加者均需要參與最少一次長者剪髮服務。

日期：19/9 · 21/9 · 23/9
時間：上午10時至12時
費用：全免

老友記活動

長者太極班

日期：逢星期五（一期七堂）

時間：晚上7:30-8:30

內容：學習顧家太極，由淺入深，旨在輕鬆地掌握太極拳的技巧。

費用：\$100

免費量血壓服務

日期：逢週四

時間：上午9:00-11:00

對象：葵青區街坊

地點：葵芳邨葵正樓互助委員會

費用：全免

智能手機支援計劃

日期：逢週一至週五

時間：上午10:00-12:00

下午3:00-5:00

對象：會員

費用：全免（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)



年青小花毅然放棄OL工作加入「肉類切割員」大軍成為近期的城中熱話，其實香港有很多年青人都並非如輿論所言般面精學懶或好高騖遠，例如這次向大家介紹的這位陽光暖男—智康回收中心主任李鎮威就是一位腳踏實地的好青年。

阿威於2013年懷著對環保工作的一股熱誠，未有嫌棄回收行業較不利的工作環境，加入了智康回收中心擔任助理門市主任一職。他無論是協助計劃主任處理中心行政事務、制訂計劃宣傳策略、操作壓膠機、街站收膠、甚至是搬運已經壓好，重達20公斤的廢膠磚等工作都樂意親力親為，工作表現令人滿意。今年三月，阿威更被擢升為計劃主任，當年僅26歲的他被問到對中心未來工作及香港環保業發展的期望，阿威語重深長的說：「我們一眾員工那麼用心地工作，當然希望可以繼續獲得署保及自然保育基金的撥款一直營運下去，但我同時希望中心所收到的廢膠、廢電器的數目將愈來愈少，這樣才反映到我們業界同工的努力成果，不過其實兩者間並沒有矛盾的。我寄望如果中心回收廢膠量大幅減少的時候，我們就可進一步走入社區中更專注地做好環保教育的工作。」



如此有抱負，阿威，你睇得嘅！

● 環保工作坊

環保膠籃編織班

活動編號：CHA-16A039

日期：2016年8月12日及8月19日(星期五)

時間：下午2:30分至4:00

地點：大埔道18號 中國聯合銀行大廈1樓

費用：\$15(會員)；\$25(非會員)

** 參加者必須自備8至10個衣夾



DIY環保紙燈籠

活動編號：CHA-16A038

內容：製作環保燈仔

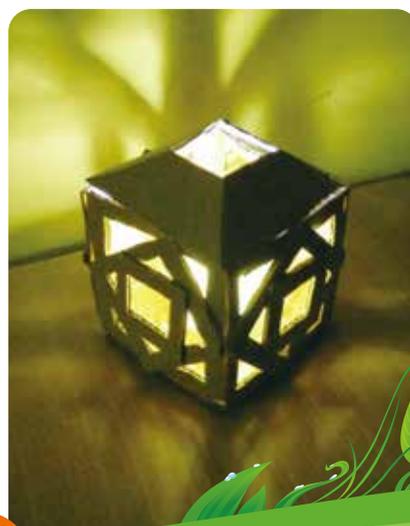
日期：2016年9月10日(星期六)

時間：下午2:30分至5:00

地點：中國聯合銀行大廈1樓

費用：\$15(會員)；\$25(非會員)

** 參加者必須自備原子筆



愛心橙皮清潔劑

活動編號：CHA-16A037

日期：2016年8月27日(星期六)

時間：下午2:30至4:00

地點：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2樓

費用：\$10(會員)；\$20(非會員)

** 參加者必須自備約1粒橙的橙皮
及1樽750毫塑膠容器



查詢電話：27767232 江先生 / 胡先生/徐先生



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	2016/08/10	17天全日+11天半日
護理員基礎證書	FL051DS	2016/08/17	14天全日+10天半日
陪月員基礎證書	FL021DR	2016/08/23	14天全日+10天半日
點心製作員基礎證書	FL052DS	2016/09/12	20天全日+14天半日
包餅製作員基礎證書	FL049DR	2016/09/13	22天全日+14天半日



「新技能提升計劃」課程

課程名稱	編號	堂數	開課日期
花藝設計及應用 I 基礎證書(兼讀制)	FL047HS	6節	2016/08/15
節日及禮儀花藝設計基礎證書(兼讀制)	FL051HS	6節	2016/08/18
婚禮花飾與宴會佈置 III 證書(兼讀制)	FL050HS	6節	2016/08/22
婚禮花飾與宴會佈置 I 基礎證書(兼讀制)	FL048HS	6節	2016/08/25
婚禮花飾與宴會佈置 II 證書(兼讀制)	FL046HS	6節	2016/09/07

業餘進修課程

課程	編號	堂數	時間	日期
面相十二宮相法	EPE-16C73093	共8堂	晚上7:30-9:00	2016/08/18-2016/10/06
收銀員課程	EPE-16C15030	共5堂	下午2:30-5:30	2016/08/27-2016/09/24
吳家(鄭式)太極	EPE-16C71220	共8堂	下午12:00-13:30	2016/09/03-2016/10/29
綜合瑜珈	EPE-16C71010	共8堂	晚上8:00-9:30	2016/09/05-2016/10/31

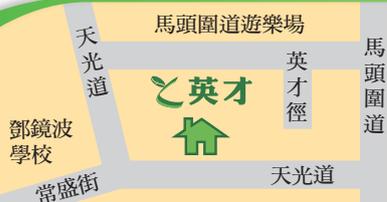
精選推介

車仔麵食創業計劃

開課日期：2016-09-03
 時間：下午2:15-4:45
 堂數：共4堂
 內容：(部份) 製作鮮蝦雲吞、水餃、咖哩胆、
 咖哩魚蛋、沙嗲牛肉、柱侯醬、滷水雞翼等
 學費：\$600(會員) / \$680(非會員)

春夏養生食療製作

開課日期：2016-09-07
 時間：晚上7:15-9:45
 堂數：共4堂
 內容：(部份) 製作山楂紫菀炆生根、木須肉、
 伏苓天麻滑雞粥、野菌五色燴糙米飯等
 學費：\$690(會員) / \$730(非會員)



英才賽馬會教育中心

電話：27143123
 傳真：27149099

電郵：info@ycjc.hk

地址：九龍土瓜灣天光道17號(鄧鏡波學校對面)