



福  
一  
切  
好  
事  
來  
臨

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)



## 勞聯智康協會有限公司

### 第八屆(2017-2018)執行委員會委員、名譽會長及名譽顧問名單

勞聯智康協會第八屆(2017-2018)執行委員會已於2017年1月4日就職，新一屆執委會將秉承智康「以愛為本·用心行事·服務社群」的信念去建設和諧共融的社區，期望各位會員繼續支持智康的工作。

核數師：  
黃愛詩

儲漢松

吳慧儀

劉國聲

郭厚德

執行委員：  
蔡光家

宣傳主任：  
周欣玲

康樂主任：  
譚炳煒

教育主任：  
陳群英

財務秘書：  
黃幼卿

常務秘書：  
鄭佩珊

副主席：  
李詠民

主席：  
高衛江

張永森

名譽顧問：  
林家輝

黃鑑權

周永新

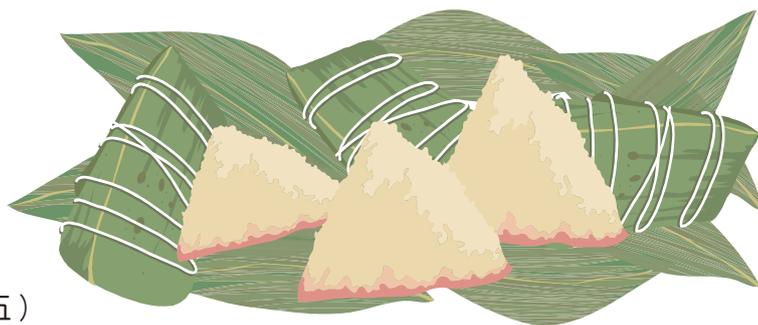
李啟明

名譽會長：  
李鳳英

## ● 活動推介



勞聯智康協會主辦  
中華煤氣公司及港九勞工社團聯會 贊助



派票日期：2017年5月12日（星期五）  
派票時間：上午9:30分開始（數量有限·派完即止）  
派票地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室

換粽日期：2017年5月19日（星期五）  
換粽時間：下午2-6時  
換粽地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室

對象：有需要人士、弱勢社群

溫馨提示：  
• 憑票換領健康粽壹份（健康粽成份為豆及糯米），  
• 遺失票將不獲補領。  
• 請於指定時間內換領，逾時未取，本中心有權送予有需要人士。

憑票換健康粽！  
12/5取票·19/5換粽



查詢/報名：2194 8080

# 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
4月22日下午1:00	勞聯會所	4月11日上午9:30
5月28日下午1:00	勞聯會所	5月9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

# 免費剪髮服務

活動編號：CHA-17A004

### · 南昌南服務處

日期/時間：4月10日(星期一) 時間：下午2:30  
5月10日(星期三) 時間：下午2:30

### · 智康麗閣地區服務中心

日期/時間：4月29日(星期六) 時間：上午10:00  
5月27日(星期六) 時間：上午10:00

### · 勞聯旺角辦事處

日期/時間：4月12日(星期三) 時間：下午2:30  
5月10日(星期三) 時間：下午2:30

65歲或以上獨居、  
二老戶基層長者優先  
(敬請預約登記·額滿即止)



查詢/預約：2776 7232(南昌南) / 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

## 「與鄰共舞」外展舞蹈示範同樂活動

康樂及文化事務署 主辦

舞蹈種類：團體舞

工作坊內容：跳舞示範及同樂活動

招募對象：18歲以上對舞蹈有興趣之人士

費用：全免

工作坊地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室(麗閣地區服務中心)

名額有限 報名從速 額滿即止!

### 1、外展舞蹈工作坊

日期：2017年5月8日(一)

時間：10:00-13:00

### 2、外展舞蹈延展課程

日期：2017年6月12日(一)

時間：10:00-12:00



查詢/報名：2194 8080

活動編號：CHA-17A022

## 衛生署大腸癌篩查 先導計劃社區講座

內容：講解大腸癌知識及衛生署大腸癌篩查先導計劃內容

日期：2017年5月4日(星期四)

時間：早上10時正至中午12時正

地點：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2樓

費用：全免

名額：60位(名額有限·額滿即止)

報名及聯絡方法：2776 7232 江先生 / 胡先生

## 4月義工工作坊 — 母親節花茶製作

工作坊內容：  
學習運用手工製作，把一顆開花茶製作成一朵別緻的花束。

日期：2017年4月29日（六）  
時間：下午2-4時  
對象：本會已登記或有興趣加入義工行列之人士  
費用：\$20/位（完成後可得到自製花茶一枝）  
工作坊地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓303室

活動編號：CHA-17A020

鳴謝 陳標基金贊助



查詢/報名：2194 8080

後續服務：義工於學成之後，於5月8至10日聚集大量製作，為社區的母親送上一份溫馨的問候！  
義工製作花束將記錄義工服務時數。

## 小城多趣

### 端午包粽工作坊 活動編號：CHA-17A002

內容：教授健康三色粽(包括眉豆、紅豆、綠豆)基本調味及包製技巧  
日期：2017年5月5日(星期五) 時間：A班：10:00AM-12:00PM B班：2:30-4:30PM  
2017年5月6日(星期六) 時間：C班：10:00AM-12:00PM D班：2:30-4:30PM  
地點：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2樓  
費用：會員/義工\$50/位、非會員/非義工\$80/位  
名額：每班25位(名額有限，額滿即止)  
備註：每位參加者可取回4隻未經烹煮之建康粽



### 娣姐教室之壽司初階班 活動編號：CHA-17A010

內容：學習製作加州飯卷  
日期：2017年6月9日  
時間：下午2:30 - 4:30  
地點：九龍深水埗大埔道6-8號福耀大廈2樓  
費用：\$80(會員)、\$100(非會員)

### 親子棒棒蛋糕×花盆甜品 活動編號：YC21-17A002



內容：教授棒棒蛋糕及花盆甜品  
日期：2017年4月8日  
時間：上午10:00 - 12:30  
地點：旺角上海街446-448號富達商業大廈17樓  
費用：\$170/組(會員)、\$190/組  
備註：\*每組2人，包括家長及兒童各1人  
\*歡迎家長與3-8歲兒童參與  
\*請自備食物盒帶走成品(每組將製作6支棒棒蛋糕及2杯花盆甜品)



查詢/報名：2776 7232

## 免費快速血糖測試 (包括量血壓及磅重服務)

活動編號：CHA-17A003

檢測日期：4月1日、5月6日 (星期六)

檢測時間：上午10-11時

檢測地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室

鳴謝 瑞華行 贊助

-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，請按個人需要向專業醫生查詢

參加者需當天輪候登記，每場名額分別有45位，先到先得，會員優先，額滿即止。

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！

## 4月 睡眠健康講座

活動編號：CHA-17A002

· 長期失眠的成因、影響及一些不適當的處理方法

· 如何建立健康的睡眠習慣

日期/時間：4月7日 (星期五) 早上10:00-11:00

費用全免，名額有限，額滿即止！

## 5月 預防家居意外

· 家中一般意外，如割傷、扭傷、灼傷、氣體中毒的原因、預防及處理方法

日期/時間：5月5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

## 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 (國語金曲)(8堂)	星期二上午10:00-11:00	會員\$160/非會員\$200	程耀芳
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
婦女心靈瑜伽班 (4堂)	星期三下午4:30-5:30	會員\$180/非會員\$230	劉惠蓮
英文唱歌A班	星期四上午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
日文班 (4堂)	星期五下午2:00-3:00	會員\$60/非會員\$80	譚淑賢
青少年跆拳道A班 (8堂)	星期六下午5:30-7:00	會員\$320/非會員\$400	李漢勇
青少年跆拳道B班 (8堂)	星期六下午7:00-8:30	會員\$320/非會員\$400	李漢勇



麗閣服務中心

查詢/報名：2194 8080

地點：麗閣地區服務中心303室

活動回顧



圖畫班小朋友!你能夠找到那一幅是你的作品嗎?



新春即席寫揮春(2017-01)



血糠檢查(2017-03-14)



新春茶聚(2017-02-13)

恆常幼兒活動/班組/興趣班

對象：3-6歲幼兒 / 6-9歲幼童

活動/班組/興趣班

K1-K3輕鬆學英文(A班)

K1-K3輕鬆學英文(B班)

K1-K3畫班(A班)

K1-K3畫班(B班)

K1-K3兒童跆拳道

K1-K3周一三趣味英文

小一二趣味英文班

小一二趣味畫班

上課時間

週六 上午11:00-12:00

週六 上午12:00-01:00

週六 上午9:30-10:30

週六 下午2:15-3:15

週六 上午9:00-11:00 /  
週六 晚上18:00-20:00

周一、三

週六 下午3:45-4:45

週六 下午4:45-5:45

對象

就讀3-6歲幼兒

就讀3-6歲幼兒

就讀3-6歲幼兒

就讀3-6歲幼兒

就讀3-6歲幼兒

就讀3-6歲幼兒

就讀6-9歲幼童

就讀6-9歲幼童

費用

會員\$140 非會員\$170(4堂)

會員\$140 非會員\$170(4堂)

會員\$140 非會員\$170(4堂)

會員\$140 非會員\$170(4堂)

會員\$250 非會員\$270(4堂)

會員\$140 非會員\$170(4堂)

會員\$180 非會員\$200(4堂)

會員\$180 非會員\$200(4堂)

老友記活動

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：全免

智能手機支援計劃

日期：逢週一至週五

時間：敬請致電預約

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(敬請致電預約)

有更多不同班組或活動未能盡錄，歡迎致電查詢或參閱服務處內張貼之海報。

★ 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



回收中心營運至今已接近4年，經過持續在社區進行環保教育的工作，不少大廈、商戶及學校陸續參與廢物源頭分類計劃，由本中心協助申請三色桶及提供回收服務，現時中心回收量平均已達7噸。但面對堆填區陸續爆滿，相信我們更要加緊步伐，由自己做起，再推動家人、朋友，一起實踐從源頭減廢的綠色生活!

## 回收中心獎勵計劃:

### 回收類別

類別	回收內容	蓋印數量
A	沒有蓋，完全透明膠樽 (如礦泉水樽)	每1公斤 = 1個蓋印
B	透光塑膠樽及其他膠樽類 (如沐浴露瓶)	每2公斤 = 1個蓋印
C	不透光塑膠、卡板、黑卡板及雜膠類 (如膠袋、膠盒、光碟)	每4公斤 = 1個蓋印

### 回收類別

泰國香米 (8公斤)	120個蓋印
粟米油 (900毫升)	50個蓋印
即食麵 (1包)	8個蓋印
衛生紙 (1卷)	6個蓋印



報名: 2670 1010

## 環保最新資訊

政府公布固體廢物徵費詳情，住戶要用政府指定的9款不同容量的垃圾袋，每一個都有防偽標籤。每公升垃圾收0.11元，假設一個3人家庭每日用一個15公升垃圾袋，每月要付51元。至於不能入袋的大型垃圾，要買廢物標籤，劃一每件收11元。上述的指定垃圾袋和標籤將來可以在逾4000個零售點，包括超級市場、便利店購買。有關條例草案今年上半年會提交立法會，明年開始審議，預計最快2019年下半年實施。

垃圾袋容量	每個收費	每月開支(以每日1個計)
5公升	0.6元	18元
10公升	1.1元	33元
15公升	1.7元	51元
20公升	2.2元	66元



## 環保活動

### 塑膠花擺設工作坊 活動編號: RECY-17A019

日期: 2017年4月29日(六)

時間: 上午10:00-12:00

地點: 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1樓

收費: \$50 (會員)、\$70 (非會員)

睇唔睇得出成朵蓮埋花瓣都係用膠樽做架呢?



查詢/報名: 27767232 江先生 / 胡先生



**就業掛鈎課程**

課程名稱	編號	開課日期	訓練日數
包餅製作員基礎證書	FL049DR	2017/04/21	22天全日+14天半日
茶餐廳廚吧助理基礎證書	FL054DS	2017/04/07	17天全日+11天半日
花店實務及花藝設計助理基礎證書	FL041DR	2017/04/14	15天全日+10天半日
點心製作員基礎證書	FL052DS	2017/04/20	20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	2017/04/06
婚禮花飾與宴會佈置 I 基礎證書(兼讀制)	FL048HS	6節	2017/04/11
麵包的認識與製作(咸包及酥包類)基礎證書(兼讀制)	FL137HS	8節	2017/04/18
花藝設計及應用II 基礎證書(兼讀制)	FL045HS	6節	2017/04/19
婚禮花飾與宴會佈置 II 證書(兼讀制)	FL046HS	6節	2017/04/25
婚禮花飾與宴會佈置 III 證書(兼讀制)	FL050HS	6節	2017/05/15

**業餘進修課程**

課程	編號	堂數	時間	日期
家居水電維修保養	EPE-17C21010	共3堂	下午2:15-5:35	2017/04/22-2017/05/06
吳家(鄭式)太極	EPE-17C71220	共8堂	下午10:30-12:00	2017/04/22-2017/06/10

**精選推介**

**車仔麵食創業計劃**

開課日期：2017-05-04  
時間：晚上7:15-9:45  
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、滷水雞翼等食品之技巧  
學費：\$600(會員) / \$680(非會員)

**家常廚藝研修課程**

開課日期：2017-05-06  
時間：下午2:15-4:45  
堂數：共4堂  
內容：(部份) 製作香蒜蒸石斑腩、咖哩牛坑腩、泰式燒烏魚等菜式之技巧  
(本班為進階課程，學員需具備基礎烹調技巧)  
學費：\$600(會員) / \$640(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)

**ycjc**

