



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)



鳴謝：善心人陳標先生贊助

活動編號：CHA-18A032

## 2018慶中秋敬老齋宴暨長者繽紛同樂日

齋宴日期：2018年9月17日（星期一）  
恭候時間：上午11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）  
敬老優惠價\$30/位

活動內容：  
精彩歌曲助興，小丑表演，公民意識有獎問答遊戲，全場幸運大抽獎。

售票日期：2018年8月31日（星期五）上午9:30  
售票地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室  
查詢電話：2194 8080

\*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方可代購一張）；  
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；  
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、活動如有更改，恕不另行通知。



活動編號：SSP-18A001

## 家居風水技巧講座

內 容：減退衰運提升個人運程；講解流年財位處理方法和怎樣避開漏財位置；認識流年健康位置教你怎樣化解衰氣。

日 期：2018年7月28日(星期六)  
時 間：下午2:30至4:30  
地 點：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓  
費 用：免費  
講 者：資深玄學顧問黃暉昇師傅  
備 註：風水命理並非精密科學，嘉賓的內容及意見只供參考  
報名/查詢：2784 5300 劉小姐



## 2018 全城過電

鳴謝：CLP 中電

中電為合資格的申請者提供一次性\$300的電費津貼

首輪截止日期：2018年8月1日(星期三)

受惠人士類別

類 別1: 獨居或雙老長者 (正領取綜援/普通或高額長者生活津貼)  
類 別2: 居住惡劣環境 (正領取在職家庭津貼/綜援/全額書簿津貼)  
類 別3: 中度至嚴重殘疾人士 (正領取綜援/普通或高額傷殘津貼)  
類 別4: 有需要留宿的特殊學校學生 (只限特殊學校申請此類)  
名額有限 先到先得

\*申請需帶備有關文件，詳情歡迎致電2784 5300查詢。

辦理申請：1. 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1樓  
2. 長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室



# 粵曲演唱會



粵曲演唱日期	粵曲演唱地點	派票日期
8月11日下午1:00	深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓	7月14日上午9:30

(費用全免，節目如有更改恕不另行通知。)

- 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. 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1樓
  4. 旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓

## 免費剪髮服務

(敬請預約登記，額滿即止)

- 備註：
1. 剪髮服務由智康資深義工主理
  2. 剪髮服務對象為基層長者及有需要人士
  3. 剪髮服務只作簡單修剪，不作髮型設計

查詢/報名：2194 8080 (麗閣) 2784 5300 (深水埗) 2781 0983 (旺角)

### 智康麗閣地區服務中心

- 7月28日 (星期六) 上午10:00  
8月25日 (星期六) 上午10:00  
9月29日 (星期六) 上午10:00

### 智康深水埗地區服務中心

- 7月14日 (星期六) 上午11:00  
8月11日 (星期六) 上午11:00  
9月08日 (星期六) 上午11:00

### 勞聯旺角辦事處

- 8月08日 (星期三) 下午2:30  
9月12日 (星期三) 下午2:30

## 彩色學生相

活動編號：FLU-18A006



學生相	\$6/18張
特區護照	\$12/6張
回鄉證	\$18/6張
家庭相	\$15/2張2R及2張4R (加CDR每個影像\$10)

### 拍攝時間及地點

智康麗閣辦事處  
(長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室)

2018年8月24日 (星期五)

下午4:30-晚上7:30

### 攝影須知：

- 1) 學生相規格一律白色，藍色或粉紅色相底(三選一)
  - 2) 證件相尺寸為1.5吋X2吋
  - 3) 攝影者請勿穿著白色，太淺色或太深色的衣服
  - 4) 如需沖曬兩打或以上需於繳費時一併提出要求
- 報名/查詢：2194 8080

# 免費快速血糖測試（包括量血壓及磅重服務）

檢測日期：8月4日、9月1日（星期六）

檢測時間：上午10:00-11:00

備註：1. 血糖測試過程由專業護士或護理人員操作  
2. 測試前2小時儘量不要進食  
3. 快速測試數值只供參考，如有需要請向專業醫生查詢

查詢/報名：2194 8080

參加者必須當日到麗閣中心領取籌號，名額45位，先到先得，額滿即止，會員優先。  
如未能領取籌號之人士，可付費用\$5/次參與血糖測試。不便之處，敬請諒解！



## 每月健康專題

活動編號：CHA-18A009

### 7月：頸、腰背護理

- 脊柱的構造與及頸、腰毛病的關係
- 正確脊柱的姿勢
- 日常活動時的姿勢需注意的事項
- 護理運動

日期時間：7月20日（星期五） 上午10:00-11:00

### 8月：認識柏金遜病

- 柏金遜症的成因、徵狀、治療及處理方法

日期時間：8月17日（星期五）上午10:00-11:00

### 9月：認識認知障礙症

- 認知障礙症的成因、徵狀、治療及處理方法

日期時間：9月21日（星期五） 上午10:00-11:00

**費用全免**  
**名額有限，額滿即止**

對象：任何有興趣的人士

地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室

演講者：衛生署深水埗區長者健康外展隊伍導師

查詢/報名：2194 8080



# 興 趣 班



班別	上課時間	費用
體美瑜珈班(4堂)	星期一 14:00-15:00	會員\$180/非會員\$230
太極拳 (8堂)	星期一 19:00-21:00	會員\$240/非會員\$300
風水命理班 (3堂)	星期二 11:30-13:00	會員\$150/非會員\$200
婦女心靈瑜珈班(4堂)	星期四 16:30-17:30	會員\$250/非會員\$290
日文班 (4堂)	星期五 14:00-15:00	會員\$70非會員\$90
甜蜜蜜唱歌B班 (懷舊金曲) (8堂)	星期五 15:15-16:45	會員\$160/非會員\$230
幼兒跆拳道A班 (8堂)	星期六 17:30-19:00	會員\$380/非會員\$480
青少年跆拳道B班 (8堂)	星期六 19:00-20:30	會員\$380/非會員\$480



報名電話：2194 8080 上課地點：麗閣地區服務中心 (長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室)

## 「葵」手睦鄰獻愛「深」2017-18計劃



1、探訪長者技巧工作坊 活動編號：CHA-18A033  
 內 容：由註冊社工講解上門探訪長者注意事項及基本溝通技巧。  
 日 期：2018年8月6日 (星期一)  
 時 間：上午10:00-12:00  
 地 點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室  
 對 象：有意成為本會義工之人士  
 報名/查詢：21948080  
 費用全免

2、環保家居清潔有妙招 活動編號：CHA-18A034  
 內 容：環保導師教授利用天然材料製作環保清潔劑、殺蟲水及肥皂的方法。  
 日 期：2018年8月20日 (星期一)  
 時 間：上午10:00-12:00  
 地 點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室  
 對 象：有意成為本會義工之人士  
 報名/查詢：21948080  
 費用全免



## 7月義工工作坊 生活彩繪DIY進階課程



日期：2018年7月14、21、28日及8月4日（逢星期六）

活動編號：CHA-18A026

時間：下午2:30-4:30

地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室

對象：需有素描繪畫基礎

名額：10名（小班教學，額滿即止）

費用：本會義工：\$130/位 非義工/會員：\$200/位  
（費用已包括白色T-shirt乙件及堂上材料工具借用）

內容：教授利用塑膠彩顏料繪畫技巧，心得分享，讓義工們發揮創意之餘，繪製出獨一無二的精美T-shirt。

後續服務：工作坊完結後，歡迎義工把完成之作品捐予本會作慈善義賣，籌得之款項將用作本會地區服務用途。



## 8月義工工作坊「施生」上海烹飪教室

活動編號：CHA-18A031



內容：學習烹飪上海風味菜，一魚三吃，如：家庭湯水，菊花魚球以及紅燒甩水，完成後一起分享美食，交流烹飪心得。

日期：2018年8月24日（星期五）

時間：上午10:00-下午1:00

地點：深水埗大埔道6-8號福耀大廈2字樓

對象：對烹飪有興趣之人士

費用：本會義工：\$30/位  
非義工/會員：\$50/位（只提供堂上試食）

## 9月義工工作坊 迷你月餅製作

活動編號：CHA-18A030



內容：由導師教授製作新式奶黃月餅之技巧。

日期：2018年9月11日(星期二)

時間：上午10:00—下午1:00

地點：旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓

對象：本會登記義工

費用：\$50/位 名額：15名（額滿即止）

備註：請自備圍裙，工作坊完畢後可獲製成品兩個。

後續服務：工作坊學有所成之義工可報名參與9月14日「愛心月餅製作坊」，協助大量製作。

## 我要做農夫—有機耕種合作計劃

本會與老友記慈善農莊合作，希望透過有機耕種計劃，令更多人能夠親近大自然，愛護環境。同時，本會將收集到的有機蔬菜派發予有需要的長者，藉此宣揚關愛長者的訊息。

我們希望更多義工加入耕種團隊。

報名/查詢: 2194 8080黎姑娘



### 有機耕種小知識

有機耕作原則:

1. 不使用任何化學肥料、化學農藥及基因改造物料
2. 與大自然和諧並存，保存生物多樣性
3. 與環境生態互相配合，以自然保育、可持續發展的理念進行作物生產
4. 使用一些有機操作方式去控制病蟲草害及建立健康肥沃的土壤

\*資料來源: 漁農自然護理署



## DIY天然艾草防蚊膏

鳴謝：環境及自然保育基金資助

活動編號：RECY-18A023



夏天容易滋生蚊蟲，防蚊措施不能少，利用艾草的天然氣味來驅蚊，既環保又健康。

日期：2018年7月28日（星期六）

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/F

費用：全免（包所有材料），請參加者攜帶膠樽作回收，支持環保行動

名額：15人

報名/查詢:2784 5300

## DIY天然紫草膏

活動編號：RECY-18A024



紫草膏可作多個用途，包括蚊叮蟲咬、皮膚擦傷、暗瘡消炎等。

日期：2018年8月18日（星期六）

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/F

費用：全免（包所有材料），請參加者攜帶膠樽作回收，支持環保行動

名額：15人

報名/查詢:2784 5300

**erb 就業掛鈎課程**  
僱員再培訓局

課程名稱	開課日期	訓練日數
茶餐廳廚吧助理基礎證書	FL054DS 2018/07/25	17天全日+11天半日
包餅製作員基礎證書	FL049DR 2018/08/15	22天全日+14天半日
花店實務及花藝設計助理基礎證書	FL041DR 2018/08/06	15天全日+10天半日
甜品製作員基礎證書	FL066DS 2018/08/01	12天全日+7天半日



**「新技能提升計劃」課程**

課程名稱	堂數	開課日期
婚禮花飾與宴會佈置 I 證書 (兼讀制)	FL048HS 6節	2018/07/16
花藝設計及應用II 基礎證書 (兼讀制)	FL045HS 6節	2018/07/23
節日及禮儀花藝設計基礎證書 (兼讀制)	FL051HS 6節	2018/07/26
婚禮花飾與宴會佈置II 證書 (兼讀制)	FL046HS 6節	2018/07/19
西餅製作 (蛋糕類) 基礎證書 (兼讀制)	FL123HS 8節	2018/08/14
面部、肩頸按摩技巧基礎證書 (兼讀制)	FL116HS 8節	2018/08/16

**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-18C21010	共3堂	下午2:15-5:35	2018/07/14-2018/07/28
惹味醬汁製作課程	EPE-18C43121	共4堂	晚上19:00-中午21:30	2018/08/09-2018/08/30

學費：\$600 (會員) / \$650 (非會員)  
學費：\$600 (會員) / \$680 (非會員)

**精選推介**

**家常廚藝研修課程**

開課日期：2018-08-21  
時間：晚上7:00-9:30  
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)

**兒童及青少年暑期功夫興趣班**

開課日期：2018年7月21日(逢星期六)  
時間：兒童班(8-12歲)  
上午：10:00-11:30  
少年班(12歲以上)  
下午：2:00-3:30  
學費：\$400 (會員)  
\$480 (非會員)(共8堂)

**車仔麵食創業計劃**

開課日期：2018-07-19  
時間：晚上7:00-9:30  
堂數：共4堂  
內容：(部份) 製作鮮蝦雲吞、水餃、  
咖哩胆、咖哩魚蛋、沙爹牛肉、  
柱侯醬、滷水雞翼等食品之技巧  
學費：\$600 (會員)  
\$680 (非會員)



**英才賽馬會教育中心**

電話：27143123 電郵：info@ycjc.hk  
傳真：27149099 地址：九龍土瓜灣天光道17號 (鄧鏡波學校對面)

