



Let  
the Sunshine

享受夏日  
FOREVER 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](mailto:admin@chihong.org.hk)

深水埗服務中心:

深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

電話: 2784 5300 傳真: 2784 0212

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臺303&305室

電話: 2194-8080 傳真: 2194-9191

電郵: [laik@chihong.org.hk](mailto:laik@chihong.org.hk)

 支持環保, 傳閱更開心。

 勞聯智康協會

深水埗福榮街49號地舖

電話: 2670-1010

傳真: 2670-7022

電郵: [recycling@chihong.org.hk](mailto:recycling@chihong.org.hk)



# 2019慶中秋敬老齋宴暨長者繽紛同樂日

活動編號：751A00085

特別鳴謝善心人陳標先生贊助

齋宴日期：2019年9月6日（星期五）

恭候時間：上午11:00

齋宴地點：龍庭華宴（深水埗西九龍中心7樓）

對象：65歲以上智康會員（需出示會員證及長者咭）\*

- \* 1、獨居、兩老合居及基層長者優先；
- 2、每位長者限購一張（夫婦關係之長者會員方可代購一張）；
- 3、餐券不可轉讓，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、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！

費用：65歲或以上智康會員 \$40/位

65歲以下智康會員 \$150/位

售票日期：2019年8月9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（麗閣服務中心）

查詢電話：2194 8080

名額有限 售完即止！

活動內容：即影即有現場攝影，小丑助興，歌曲表演，全場幸運大抽獎，每位參加者可獲贈敬老利是壹封。

※ 活動如有更改，恕不另行通知。



## 夏日滅鼠大行動 - 免費登記索取老鼠膠板

活動編號: 704A00020

老鼠是多種病毒或細菌貯存宿主，會透過多種媒介傳染人類，因此防鼠滅鼠的措施絕不可少。如欲索取老鼠膠板\*，即日起致電2784 5300/ 2194 8080登記。

領取地點:

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

\*每人只限登記1次，每次最多索取2塊老鼠膠板。數量有限，派完即止。



## 「捐血日」

活動編號: 751A00081

您每次所捐贈的一包血可救治3個或以上病人，所以千萬別看輕您的貢獻。

日期：2019年7月26日（星期五）

時間：下午2:00 至 晚上7:00

地點：深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

報名/查詢: 2784 5300



# 證件及學生相拍攝

活動編號：704A00016、  
000A00028

## 深水埗服務中心

日期：2019年7月20日（星期六）

時間：上午10:00至下午1:00

地點：深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

報名/查詢：2784 5300

## 麗閣服務中心

日期：2019年7月23日（星期二）

時間：上午10:00至下午1:00

地點：長沙灣麗閣邨麗薇樓平台305室

報名/查詢：2194 8080

費用：學生相 \$6/18張 特區護照 \$12/6張  
回鄉證 \$18/6張（包中旅社認證）  
家庭照 \$15/4張\*（包2張2R 及2張4R）  
（加CDR 每個影像 \$10）

- 備註：
1. 學生相規格一律白色、藍色或粉紅色（3選1）
  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提出要求



## 生命教育講座- 思前想後、生前死後

活動編號：704C00033

講座內容包括各種殮葬手續、  
葬禮儀式及配套、殯儀服務。

日期：2019年7月20日（星期六）

時間：下午2:00-5:00

地點：深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

報名/查詢：2784 5300



## 粵曲演唱會

活動編號：751A00088、751A00089

| 日期         | 時間      | 地點     | 派票日期              |
|------------|---------|--------|-------------------|
| 8月11日(星期日) | 中午12:15 | 旺角社區會堂 | 7月22日(星期一) 上午9:30 |
| 9月7日(星期六)  | 中午12:15 | 旺角社區會堂 | 8月19日(星期一) 上午9:30 |

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18號中國聯合銀行大廈1樓  
3. 旺角上海街446-448號富達商業大廈1字樓（費用全免，節目如有更改恕不另行通知。）

## 免費剪髮服務

（敬請預約登記・額滿即止）

### 深水埗地區服務中心

日期：7月13日（星期六）上午10:30

8月10日（星期六）上午10:30

9月7日（星期六）上午10:30

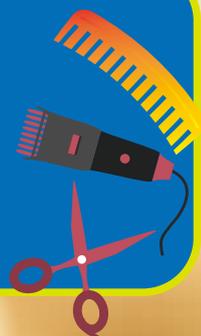
### 勞聯旺角聯絡處

日期：8月14日（星期三）下午2:30-4:00

9月11日（星期三）下午2:30-4:00

- 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。

報名及查詢：2784 5300（深水埗）  
2781 0983（旺角）



# 健康快訊

## 免費乳健講座-認識乳癌:及早發現、治療關鍵

內容: 1) 乳癌成因、徵狀、分期及治療、  
2) 自我檢查的方法、  
3) 免費乳健檢查計劃的資料

活動編號: 751C00084

香港乳癌基金會合辦

日期: 2019年8月24日(星期六)

時間: 下午3:00-4:00

地點: 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

講者: 專業醫護人員

費用: 全免

報名/查詢: 2784 5300

## 大腸癌篩查計劃

活動編號: 704A00018

內容: 講解大腸癌知識及衛生署大腸癌篩查計劃

日期: 2019年8月10日(星期六)

時間: 下午2:30-5:00

地點: 九龍深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

對象: 年滿56-75歲人士 (1943-1963年出生)

費用: 全免

報名/查詢: 2784 5300

## 認識音叉治療

課程編號: 704C00037

內容: 1) 音叉治療介紹、2) 按摩手法介紹、3) 實操示範

日期: 2019年8月28日(星期三)

時間: 下午2:30-4:30

地點: 九龍深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F

講者: 專業保健按摩師

費用: 全免

報名/查詢: 2784 5300



## 《健康專題講座》

8月

課程編號: 751C00069

認識帕金森病

• 帕金森病的成因、徵狀、治療及處理方法

日期及時間: 8月30日(星期五) 上午10:00-11:00

9月

改善記憶 — 日常生活應用篇

• 遺忘的原因及列出改善記憶的一些方法

• 一些增強記憶的技巧、活動及輔助用具

日期及時間: 9月27日(星期五) 上午10:00-11:00

費用全免, 名額有限, 額滿即止!

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



# 興趣班組

| 班別                     | 上課時間            | 費用               |
|------------------------|-----------------|------------------|
| 體美瑜珈班 (4堂)             | 星期一 下午2:00-3:00 | 會員\$180/非會員\$230 |
| 健康拉筋班 (4堂)             | 星期一 下午3:15-4:15 | 會員\$180/非會員\$230 |
| 太極拳班 (8堂)              | 星期一 晚上7:00-9:00 | 會員\$320/非會員\$400 |
| 合氣道班 (8堂)              | 星期二 晚上7:00-9:00 | 會員\$560/非會員\$700 |
| 日文班 (4堂)               | 星期五 下午2:00-3:00 | 會員\$70/非會員\$90   |
| 甜蜜蜜唱歌B班<br>(懷舊金曲) (8堂) | 星期五 下午3:15-4:15 | 會員\$160/非會員\$200 |
| 幼兒跆拳道班 (8堂)            | 星期六 下午5:30-7:00 | 會員\$380/非會員\$480 |

上課地點: 長沙灣麗閣邨麗薇樓平台303室 報名/查詢: 2194 8080

## 暑期兒童興趣班

**兒童輕黏土班** 活動編號: 751C00079  
 對象: 6-12歲  
 日期: 7月20、27、8月3、10、17、24日  
 (逢星期六, 共6堂)  
 時間: 下午2:00-3:30  
 費用: \$300 (會員)、\$350 (非會員)

**兒童畫班** 活動編號: 751C00081  
 對象: 6-12歲  
 日期: 7月20、27、8月3、10、17、24日  
 (逢星期六, 共6堂)  
 時間: 下午3:45-4:45  
 費用: \$300 (會員)、\$350 (非會員)

**創意手工班** 活動編號: 751C00080  
 對象: 5-10歲  
 日期: 7月18、25、8月1、8、15、22日  
 (逢星期四, 共6堂)  
 時間: 上午10:00-11:00  
 費用: \$300 (會員)、\$350 (非會員)

**英語會話班** 活動編號: 751C00082  
 對象: 6-12歲  
 日期: 7月18、25、8月1、8、15、22日  
 (逢星期四, 共6堂)  
 時間: 下午11:15-12:15  
 費用: \$300 (會員)、\$350 (非會員)



上課地點: 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F 報名/查詢: 2784 5300

**招募「課餘託管計劃」功課輔導義工** 活動編號: 751A00091  
 目的: 支援區內未能在課餘照顧孩子的家庭 如: 雙職父母、單親家庭  
 內容: 為小一至小六學童提供功課輔導  
 時間: 逢星期一至五, 下午 4:30-6:30  
 地點: 深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F  
 有興趣者請致電2784 5300 登記。



# 義工工作坊

## 夏日繽紛扭扭樂

活動編號：751A00086

學習扭氣球飾品「分享愛」，在活動中裝飾場地或與人分享。

日期：2019年7月25日（星期四）

時間：下午2:00-4:00

對象：本會登記義工及興趣之人士

費用：本會義工：\$50/位 非義工/智康會員：\$100/位

#備註：以上費用已包堂上材料



## 3D立體紙藝相架

活動編號：751A00087

使用不同的紙品素材加以組合、重疊、拼貼、擦上顏色，製作鮮艷和獨特的相架。

日期：2019年8月15日（星期四）

時間：下午2:00-4:00

費用：本會義工：\$50/位 非義工/智康會員：\$100/位

對象：本會登記義工及有興趣之人士

#備註：以上費用已包堂上材料



## 迷你月餅製作

活動編號：751A00090

鳴謝：陳標基金贊助

由導師教授製作傳統蓮蓉月餅之技巧。

日期：2019年9月3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：本會登記義工及有興趣之人士

費用：本會義工：\$50/位 非義工/智康會員：\$100/位

#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3日及4日下午「愛心月餅製作坊」，協助大量製作。

工作坊地點：麗閣服務中心（地址：長沙灣麗閣邨麗薇樓平臺303&305室）

報名/查詢：2194 8080

# 環保社區回收中心

## 膠樽換好禮

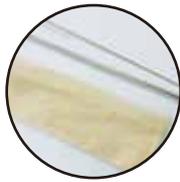
活動編號：751A00092、751A00093

想回收膠樽為環保出一分力？但係冇人支持你去做？我地支持你！  
智康會員每攜帶5個膠樽\*到指定中心進行回收，便可獲得一個蓋印，  
集齊指定數量的蓋印便可換領以下禮品。



5個蓋印

餐具套裝（筷子及匙）



8個蓋印

飲管套裝（連清潔刷）



12個蓋印

摺疊餐盒（500ML）



15個蓋印

竹纖維毛巾（35X75CM）



膠樽要求：

1) 只接收樽底標示 、 及 。

2) 膠樽必須清潔乾淨，才能用作換領禮物之用。

活動細則：

- 1) 禮物數量有限，換完即止，恕不另行通知。
- 2) 職員有權拒絕計算或接收沒有清潔乾淨的膠樽。
- 3) 會員換領禮物後，恕不退换。
- 4) 回收時如不足5個膠樽，不可作一個蓋印計算、累積統計或用在下次統計之用。
- 5) 如有任何爭議，勞聯智康協會擁有最終決定權。

回收地點：

1. 深水埗服務中心（深水埗大埔道18號中國聯合銀行大廈1/F）
2. 麗閣服務中心（長沙灣麗閣邨麗薇樓平臺305室）

查詢：2784 5300/2194 8080

## DIY天然艾草防蚊膏班

活動編號：753C00014

環境及自然保育基金贊助

日期：2019年7月15日（A班）/ 2019年8月17日（B班）

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

收費：免費

人數：20人

備註：1) 活動設有回收環節，請參加者請帶備膠樽回收  
2) 首次報名是次班組將獲優先處理。



## DIY天然紫草膏班

活動編號：753C00004

環境及自然保育基金贊助

日期：2019年7月22日（A班）/ 2019年8月31日（B班）

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

收費：免費

人數：20人

備註：1) 活動設有回收環節，請參加者請帶備膠樽回收  
2) 首次報名是次班組將獲優先處理。





## 就業掛鈎課程

| 課程名稱      | 上課日數        | 開課日期  |
|-----------|-------------|-------|
| 甜品製作員基礎證書 | 12天全日及7天半日  | 7月16日 |
| 包餅製作員基礎證書 | 22天全日及14天半日 | 9月10日 |
| 點心製作員基礎證書 | 20天全日及14天半日 | 9月23日 |
| 陪月員基礎證書   | 14天全日及10天半日 | 8月19日 |
| 保健按摩基礎證書  | 21天全日及14天半日 | 9月30日 |



## 「新技能提升計劃」課程

| 課程名稱                  | 上課時數  | 開課日期  |
|-----------------------|-------|-------|
| 麵包製作(健康包類)基礎證書        | 共30小時 | 8月27日 |
| 麵包製作(咸包及酥包類)基礎證書      | 共30小時 | 7月15日 |
| 西餅製作(雜餅類)基礎證書(兼讀制)    | 共30小時 | 8月21日 |
| 花藝設計及應用I基礎證書(兼讀制)     | 共25小時 | 7月22日 |
| 婚禮花飾與宴會佈置I基礎證書(兼讀制)   | 共26小時 | 8月05日 |
| 婚禮花飾與宴會佈置II基礎證書(兼讀制)  | 共24小時 | 7月15日 |
| 婚禮花飾與宴會佈置III基礎證書(兼讀制) | 共24小時 | 8月12日 |
| 燒味認識與製作證書(兼讀制)        | 共21小時 | 8月20日 |
| 素菜的認識與製作基礎證書(兼讀制)     | 共21小時 | 8月21日 |

## 各區僱員進修中心

| 中心     | 聯絡資料   |
|--------|--|
| 太子 PE  | 電話: 2787 9967<br>地址: 九龍太子彌敦道771-775號<br>栢宜中心5字樓        |
| 觀塘 HM  | 電話: 2793 9887<br>地址: 九龍觀塘巧明街111-113號<br>富利廣場706室       |
| 土瓜灣 YC | 電話: 2714 3123<br>地址: 九龍土瓜灣英才徑4號                        |
| 大埔 KF  | 電話: 2638 0896<br>地址: 大埔廣福道 152-172號<br>大埔商業中心4/F, A-B座 |
| 屯門 TM  | 電話: 2441 1110<br>地址: 屯門屯喜路2號<br>栢麗廣場18/F, 1806室        |
| 葵芳 SF  | 電話: 2610 2633<br>地址: 葵芳盛芳街7號<br>葵芳商業中心1601室            |
| 旺角 CC  | 電話: 2781 0983<br>地址: 九龍旺角上海街446-448號<br>富達商業大廈1字樓      |

## 業餘進修課程

| 課程       | 堂數  | 時間          | 日期          | 學費                     |
|----------|-----|-------------|-------------|------------------------|
| 家居水電維修保養 | 共3堂 | 下午2:30-5:45 | 8月17日(逢星期六) | \$600(會員) / \$700(非會員) |
| 惹味醬汁製作課程 | 共4堂 | 晚上7:00-9:30 | 7月11日(逢星期四) | \$630(會員) / \$730(非會員) |

## 精選推介

### 茶藝茗班

開課日期: 2019年9月23、25及27日  
時間: 上午09:30-12:30  
堂數: 共3堂  
學費: \$350(會員) / \$450(非會員)

### 趣味扭氣球

開課日期: 2019年7月25日(逢星期四)  
時間: 上午09:30-11:30  
堂數: 共2堂  
學費: \$150(會員) / \$230(非會員)

### 正宗港式奶茶及鴛鴦沖製

開課日期: 2019年8月9日(逢星期五)  
時間: 下午2:30-5:00  
學費: \$180(會員) / \$250(非會員)

### 綜合瑜伽

開課日期: 2019年7月11日(逢星期四)  
時間: 下午3:00-4:30  
堂數: 共8堂  
學費: \$640(會員) / \$740(非會員)



## 英才賽馬會教育中心

電話: 2714 3123  
傳真: 2714 9099

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