主辦單位：香港弱智人士家長聯會 The Hong Kong Joint Council of Parents of the Mentally Handicapped

捐助機構：香港賽馬會慈善信託基金 The Hong Kong Jockey Club Charities Trust 同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

賽馬會「智・獨立」訓練計劃

Jockey Club Community Living Project for Persons with Intellectual Disabilities

2017 暑期訓練班及夏令營

增強智障人士日常生活技能和適應社會能力，有助推動他們獨立生活、融入社區、提升自信和生活質素，同時舒緩照顧者的壓力。本訓練計劃涵蓋「衣」、「食」、「住」、「行」、「錢」五大範疇，透過社區實踐來加強智障人士的獨立生活技能和信心。

課程： 衣、食、住、行、錢（共 5 個）
節數： 每課程 6 節
人數： 每課程 10 人，夏令營 30 人
對象： 中四至中六的輕至輕中程度智障人士
地點： 本會中心（香港九龍石硤尾南山邨南安樓 21-24 號地下）
費用： 每課程 $20　夏令營 $60（費用全包，午膳費用除外）
特色： 個別化調適、互動教學、社區實踐
報名： 填妥報名表格後，會有專人通知面談詳情及進行篩選。獲選者將會個別以電話通知。（遞交方法詳見報名表格）

課程	日期	時間	內容
衣	19/7 至 23/8（逢星期三）	11：00 至 13：00	個人外表儀容整潔、辨識各類衣物、挑選合適衣著、選配衣服及飾物
食	19/7 至 23/8（逢星期三）	14：00 至 16：30	辨識及選購食材、準備及烹調食物、認識煮食及食物安全知識、餐桌禮儀、均衡飲食
住	20/7 至 24/8（逢星期四）	11：00 至 13：00	家居整理、美化及保養家居、家居安全、危機處理
行	20/7 至 24/8（逢星期四）	14：00 至 16：30	認識社區資源及設施、計劃行程、挑選合適的交通工具
錢	21/7 至 18/8（逢星期五）及 22/8（星期二）	11：00 至 13：00	認識購物程序、記帳方法及執行、儲蓄及理財概念
夏令營	25/8（星期五）至 26/8（星期六）	25/8（13：00）至 26/8（13：00）	提高獨立完成任務的技巧、實踐課堂所學 ＃於賽馬會摩星嶺青年旅舍舉行 ＃照顧者須於 26/8（10:30-13:00）出席活動

備註：
*參加者可優先報名 2018 年暑期訓練班，導師會按學員個別需要建議修讀課程
*夏令營的參加者必須參與暑期訓練班
*每位參加者需最少參加 2 個課程
*鼓勵照顧者陪同參加者出席 1 至 2 節
*欲知計劃詳情，請致電本聯會熱線 2778 8131

暑期訓練班及夏令營 活動日程表

七月 2017

日	一	二	三	四	五	六
		1	2	3	4	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19 11:00 夜 14:00 食	20 11:00 住 14:00 行	21 11:00 錢	22
23	24	25	26 11:00 夜 14:00 食	27 11:00 住 14:00 行	28 11:00 錢	29
30	31					

八月 2017

日	一	二	三	四	五	六
		1	2 11:00 夜 14:00 食	3 11:00 住 14:00 行	4 11:00 錢	5
6	7	8	9 11:00 夜 14:00 食	10 11:00 住 14:00 行	11 11:00 錢	12
13	14	15	16 11:00 夜 14:00 食	17 11:00 住 14:00 行	18 11:00 錢	19
20	21	22 11:00 錢	23 11:00 夜 14:00 食	24 11:00 住 14:00 行	25 13:00 夏令營	26 夏令營
27	28	29	30	31		

賽馬會「智·獨立」訓練計劃

報名表格

姓名：_____ (男/女) 電話：_____

地址：_____

學校：_____ 就讀級別：_____

請於線上依興趣分別填寫 1，2，3，4，5 (1 代表最有興趣，5 代表最不感興趣)

衣 ___ 食 ___ 住 ___ 行 ___ 錢 ___

本人□參加/ □不參加 25/8 至 26/8 夏令營（獲選者將個別以電話通知）。

聲明：本人明白香港弱智人士家長聯會將於活動當中進行拍攝活動，並□同意/ □不同意授權主辦單位使用本人之肖像作宣傳用途（包括動態影片及照片）。

緊急聯絡人姓名：_____ 與參加者關係：_____

緊急聯絡人電話：_____

家長/ 監護人簽署：_____

（未滿 18 歲申請者須由家長簽署方可參加）

日 期：_____

請將填妥之報名表，於 2017 年 6 月 5 日(星期一)或之前 1)電郵 2)傳真 3)郵寄 或 4)親身交回本會

電話：2778 8131 電郵：sw3@hkjcpmh.org.hk

傳真：2778 8939 地址：香港九龍石硤尾南山邨南安樓 21-24 號地下

「管好衣食住行錢 自信生活邁向前」