

行動牌

NO
001

肩膀按摩

替一位家人按摩肩膀，
並了解他們哪個身體位置最疲累



對象

一位家人

次數

20次



 行動牌

NO
002

抱抱家人

給每位家人一個擁抱，
看看有甚麼效果



對象

所有家人

時間

各10秒

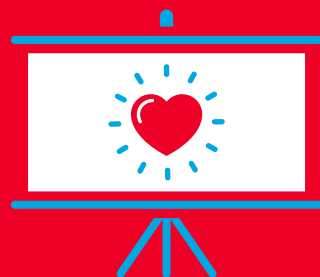


行動牌

NO
003

心事發表會

向家人分享一件心事，
讓家人更了解你



對象

所有家人

心事

1件



 行動牌

NO
004

我唱我家

為家庭高歌一曲，
唱一首每位家人都耳熟能詳的歌曲



對象

所有家人

歌曲

1首



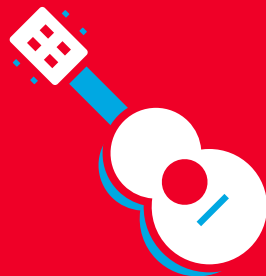


行動牌

NO
005

誰是家中之最

說出每位家人最擅長的事或優點



對象

所有家人

優點

任何數量



行動牌

NO
006

背部按摩

替一位家人按摩背部，
並了解他們喜歡哪種按摩手法



對象

一位家人

次數

20次



行動牌

NO
007

關心家人

根據每位家人的需要，
向每人說一些關心的話



對象

所有家人

關心

任何數量



行動牌

NO
008

對不起，原諒你

你有經常得罪的家人嗎？向他們說對不起
有家人經常得罪你的嗎？向他們說原諒你



對象

任何家人

說話

任何數量



 行動牌

NO
009

舞動全家

為家庭跳一支舞，
亦可邀請家庭成員與你一起共舞



對象

所有家人

舞蹈

1支



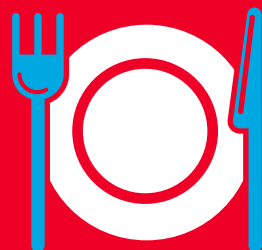
家福會
HKFWS

 行動牌

NO
010

最愛吃甚麼

說出每位家人喜歡吃的食物
(可包括正餐, 甜品等)



對象

所有家人

食物

各1種





行動牌

NO
011

對象

次數

次





行動牌

NO
012

對象

次數

次





行動牌

NO
013

對象

次數

次





行動牌

NO
014

對象

次數

次





行動牌

NO
015

對象

次數

次

