

油塘綜合家庭服務中心

Yau Tong Integrated
Family Service Centre

2026年7至9月(54期)



2026年5月12日

開始報名

Application Date:

From 12 May, 2026

目錄

惡劣天氣下之中心活動安排	P.2	中心會員須知	P.25
油塘綜合家庭服務中心簡介及申請方法	P.3	會員優惠計劃	P.26
快樂「油」家開始	P.4-5	服務使用者的權利及SQS知多少	P.27
社區同樂日活動花絮	P.6-7	講心港情	P.28-30
家庭日	P.8-9	健康身心	P.31
童步家·愛	P.10-11	自在半邊天	P.32
MTR 合作活動	P.12	義工系列	P.33-34
家庭及親子系列	P.13-16	調解服務	P.35
兒童系列	P.17	和平學坊	P.36-38
婦女添姿彩	P.18	家福關懷專線	P.39
男士家友站	P.19	寄養服務	P.40
報名本中心活動注意事項	P.20	中心活動一覽表	P.41-43
活動報名表	P.21-24	中心地圖及開放時間	P.44

惡劣天氣警告下之中心活動安排

	活動前 2 小時懸掛			活動前 2 小時發出		
	T1 1 號戒備信號	↓3 3 號強風信號	▲8 8 號烈風或暴風信號或以上	☁ Amber 黃 黃色暴雨警告	☁ Red 紅 紅色暴雨警告	☁ Black 黑 黑色暴雨警告
中心室內活動	✓	★	✗	✓	★	✗
戶外活動	★	★	✗	★	★	✗

✓：如常舉行 ✗：活動取消/延期 ★：活動照常，但中心會視乎實際情況及安全考慮而作最終決定

備註

- 如天文台懸掛 8 號熱帶氣旋警告信號或黑色暴雨警告，中心在辦公時間內將於有關警告取消後 2 小時開放。
- 如活動進行期間，天文台發出 8 號或以上之熱帶氣旋警告信號或黑色暴雨警告，中心會在安全情況下才讓參加者離開。
- 除上述安排外，家長可按惡劣天氣狀況，自行決定是否讓子女出席有關活動。
- 如中心因惡劣天氣取消活動，參加者可憑收據於活動取消後一個月內到中心退款，逾期恕不受理。
- 如參加者對惡劣天氣警告下之活動安排有任何疑問，請致電中心查詢，電話：2775 2332。
- 如對以上安排有任何爭議，香港家庭福利會將保留最終決定權。

更新日期：8/12/2025

油塘綜合家庭服務中心簡介

油塘綜合家庭服務中心的成立

為回應社會上家庭的需要，香港家庭福利會於 2013 年 1 月 28 日正式成立東九龍分會，油塘綜合家庭服務中心。本著「兒童為重、家庭為本、社區為基礎」的理念，採納綜合服務的形式，為個人及家庭提供家庭服務。

服務目的

- ✧ 鞏固及強化家庭功能；
- ✧ 提高家庭面對逆境的能力；
- ✧ 支援面臨危機的家庭；
- ✧ 協助家庭克服生活上的困難。

服務地區及對象

油塘區及麗港城如：油麗邨、油塘邨、鯉魚門邨、高怡邨、高翔苑、高俊苑、油美苑、油翠苑、油塘中心、區內鄉村及私營屋苑等一帶的個人及家庭。

服務內容

- 本中心的綜合家庭服務採取積極、主動、多元化及外展的手法，從預防到補救治療的工作，為區內居民提供以下服務，包括：
- 家庭支援單位：為培育區內家庭互相扶持的精神而設，例如：短期輔導服務/互助及支援小組/家庭教育服務/精神健康服務/新來港人士服務/單親家庭服務/家務指導服務等。
 - 家庭資源單位：為區內家庭提供多元化的資源、社會資訊和支援服務，例如：親子活動/兒童活動/義工服務/婚姻培育系列等。
 - 家庭輔導單位：為協助受困擾的個人或家庭，處理生活上遇到的困難或家庭危機而設，例如：深入輔導服務/治療小組/社區危機處理小組等。

申請方法

輔導服務

- 親臨或致電本中心；
- 由專業、社區人士或機構轉介。

退出方法

- ✧ 服務目標完成或已作出適當的轉介安排後，服務便會終止。
- ✧ 服務使用者可自行要求終止服務。
- ✧ 根據機構政策及經由社工作出評估，若認為服務不宜再繼續，可要求服務使用者退出安排。

小組及活動

- 親臨本中心報名；
- 會員或非會員均可報名參加；
- 出席者必須為已報名人士；
- 參加者必須於報名時，自行核對清楚有關活動的時間及上課地點，避免相撞。收費一經作實，中心不會因任何私人理由而接受退款、改班或轉名。

退款安排

- ✧ 已報名和繳費的小組和活動，倘被取消、延期或內容變動令有關的服務使用者未能參加，本中心會安排退款。
- ✧ 如自行退出或因私人理由未能參加已報名的小組或活動，有關的服務使用者不會獲任何退款安排，亦不會退還活動涉及的材料、材料費、筆記及其他物資(如有)。
- ✧ 收到本中心職員通知退款當日起的一個月內，請參加者本人帶同該活動之收據到本中心辦理退款手續。逾期恕不獲處理。

從日本小猴子「Panchi」 看孩子的安全感

Panchi 2025 年 7 月出生在市川市動植物園，出生後因媽媽沒力氣照顧就被丟下，園方只好人工餵飼小猴。一般情況下，小猴會於喝奶時緊抓媽媽的毛髮，從中獲得安全感。Panchi 沒有媽媽，就只好一直抱著大紅毛猩猩毛絨娃娃，走到哪抱到哪，害怕時緊抱娃娃尋求安慰，累了則靠著睡。



(圖片取自網絡)

想得到溫暖本是每個人的基本渴望

孩子天生需要一個「安全基地」和「避風港」：

- 安全基地：像家裡的爸爸媽媽，讓孩子敢出去玩、探索。
- 避風港：怕了、傷了就跑回來抱抱，從中得到安慰及力量。

比起吃飽，孩子更需要「被溫暖抱緊」的感覺。Panchi 把玩具娃娃當作「替代媽媽」，這是大腦求生的本能，不是軟弱。

奇怪行為其實很正常

Panchi 後來回到猴群，被其他猴子拉扯、追趕、壓倒，看起來很可憐。網友說「被霸凌」，其實是猴子教規矩的過程。牠從小缺乏媽媽的教導，所以顯得笨笨、怕怕，總抱著玩具。在有限制的環境下，有時我們都必須扭曲自己的身心去委曲求存，這卻顯得與一般人異，但若理解背後的故事，就會明白這本是正常。

這跟有些孩子的表現很相似，如果小時候父母常不在身邊、搬家、環境不穩定，就可能會出現特別黏人、怕黑、不敢自己睡、愛抱娃娃、突然大哭等行為。這些其實不是「壞習慣」，而是孩子在用他們懂得的方式找安全感，都在表達自己的內在需要。有時候小孩子不會表達情緒，會「發脾氣」，其實都是在求救，需要父母或大人幫幫手。

成長永遠有可能！

在 2026 年 3 月的新聞可知，Panchi 已經進步很多！有猴子幫牠梳毛、陪玩，牠也敢自己跟朋友追來追去、爬背，玩得很開心。園方持續穩定照顧，牠就慢慢建立信心。

這叫「後天掙得的安全依附」——童年缺的愛，後面補回來也有效。

家長為孩子帶來安全感的小秘訣：

1. 每天固定抱抱、回應哭聲，讓孩子知道「我一定會來」。
2. 當好安全基地：讓他去試新東西，但永遠是他的後盾。
3. 看到奇怪行為，先抱抱說「我懂」，再慢慢教新方法。
4. 相信孩子有改變的可能：哪怕是 3 歲、6 歲，或是更大的年紀，只要持續給予溫暖及支持，一樣會長出自信。當然每個小孩步伐也不同，我們不需要比較，就從孩子自身的起點開始，就算只是一點的進步也並非理所當然，不要輕視。

Panchi 從抱玩具，開始有朋友，再變得活潑，都經歷了不少努力和掙扎。我們家孩子也一樣，只要你每天多一點耐心擁抱，都是逐漸在幫他蓋最穩的「內心安全屋」呢！

想收到小組 / 活動資訊，可透過以下 QR code 登記接受本中心電子訊息。



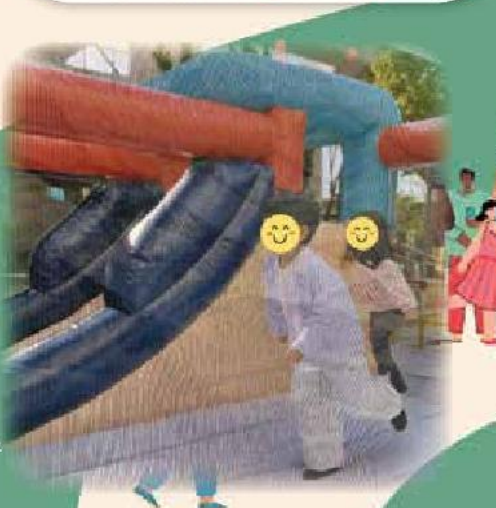
「家・關愛在油塘」 社區同樂日

今年本中心得到油塘邨贊助舉辦大型嘉年華，「家・關愛在油塘」社區同樂日已順利於 2026 年 1 月 17 日舉行。活動當日我們設置了多個攤位遊戲、健康測試站、扭氣球攤位及兒童遊樂區，讓不同年齡層的居民都能參與其中，共度歡樂時光。活動吸引了超過 450 人次的街坊到場，場面非常熱鬧、氣氛融洽。此外，我們特設「社工茶座」，讓居民在品嚐茶點的同時，與中心社工輕鬆交談，藉此讓我們更深入了解及回應居民的服務需要。

攤位遊戲



兒童遊樂區



社工茶座



與玥同行

家庭日

上一期提到，為了提昇智力障礙人士家庭照顧者的支援，承蒙「怡珊亞洲慈善基金」之贊助，家福會展開了為期九個月的「與玥同行」計劃，不但招募了30多位社區義工，並經過訓練及實習，義工於2025年9-10月進行了三次家訪，不但用行動支持照顧者，義工與被訪家庭更建立了珍貴的友誼。

於家訪時，照顧者時有分享難以陪同智力障礙人士外出及活動，既擔心智力障礙人士難以控制，亦擔心社區人士未能接納他們。所以「與玥同行」計劃特意安排「家庭日」為閉幕活動，讓義工陪同智力障礙人士家庭外出用膳，再前往山頂觀光，期望這份相伴可增加照顧者信心，同時讓智力障礙人士有機會接觸社會。

「家庭日」活動於3月7日舉行，共有25個家庭及28位義工出席，接近100人參與活動。當日更十分榮幸邀請到怡珊亞洲基金代表、家福會執行委員成員及服務總監蒞臨出席，與義工及照顧者共晉午餐、溫馨傾談、頒發獎狀及送贈福袋，切實履行「與玥同行」的精神。

午餐後，一眾嘉賓、義工及受惠家庭乘坐旅遊巴前往山頂觀光，不少照顧者表示首次前往山頂，或是多年沒有前往，主要由於擔心難以照顧智力障礙家人。因此，在義工的陪同下，受惠家庭得以放心地在山頂觀光、拍照、鳥瞰香港的美景，享受難得的輕鬆時間。

完成這個閉幕活動後，因著整日的陪伴遊覽，義工深深感受到照顧者的辛勞及壓力；同時更看到辛勞照顧者下無比的耐心與溫柔。大部分義工均表示首次參與持續性義工活動，感受更深刻之餘，同時更看到擔任義工的價值；義工更表示期望可提供更深化的服務，更進一步支援智力障礙家庭。



家福會執行委員致送紀念品予怡珊亞洲慈善基金代表



送上福袋



義工與受惠照顧者分享



頒發義工嘉許狀



山頂大合照

家長們 準備好迎接暑假未？

每逢暑假，學童的時間表由緊湊變得鬆散，很多家長都會擔心孩子作息不規律，因而影響暑假後回校的情況。

其實，暑假最理想的狀態，不是「完全自由」或「跟從規律時間表」，而是「鬆中有序」——既讓孩子享受假期的自由，又保留基本的生活框架。以下有**3個小貼士**，讓家長和孩子好好善用暑假的日子。



「童」步家·愛
計劃網頁QR Code

3大貼士與孩子輕鬆過暑假

1. 訂立「暑假生活約章」

家長可以在暑假開始前，與孩子一起訂立「暑假生活約章」，讓孩子感到自己有參與權。協商時，家長可把一天分成幾個大時段，例如上午進行需要較專注的學習活動，下午可安排運動或藝術創作活動，晚上則是家庭相處，讓孩子明白「先做事，後玩樂」的節奏。

2. 選擇代替命令



家長協助孩子執行基本任務時，建議用選擇代替命令，例如：「你想先做功課再打機，還是先打30分鐘再做？」讓孩子在有邊界的框架內作選擇，可較少出現硬碰硬的反抗。

3. 善用獎勵

家長可以善用獎勵而非只靠責罰。當孩子按時完成任務，可以用簡單的貼紙表作記錄，累積到一定數量時，可以換取一個小願望，如玩桌上遊戲，到特定的新公園遊玩。



暑假不單是玩樂的季節，只要能掌握以上要點，更是讓孩子學習自律與責任的黃金時機！

家福會 X 地鐵義工隊

點亮軌跡 · 實踐共融

每年4月，均為地鐵公司的義工月，本年本中心得到地鐵義工隊的邀請，於2026年4月11日為區內的殘疾人士提供義工服務。

當日約有30位地鐵義工出席，並有17位區內殘疾人士參與活動，當中兼具肢體傷殘或智力障礙人士。地鐵義工先參與「認識殘疾人士」的講座，認識到不同殘疾人士的特性及需要，以作好準備，提供服務；讓參加者感受到義工的關懷及接納。

當日地鐵義工陪同參加者製作壽司及三文治，既同行製作，亦一同分享美食的喜悅。第二個為「畫作成真」活動，義工利用AI科技，將參加者製作的圖畫轉化成動畫。

當日活動氣氛熱烈，參加者及義工的歡笑聲響遍中心；義工均感到服務有意義，並期待再有服務機會，同時，參加者亦利用他們各自的方式表達享受整個服務體驗。



家長系列預告

我們將於2026-2027年度，陪著各位一起**家長共學**，以身作則地陪同孩子一同學習、一同升LV，讓各位裝備足夠的腦力及心力，去應付管教這門藝術。

敬請密切留意！

第三季

9/10 - 30/10/2026 (一)
下午 5:00 - 6:00

「咪咪嚙嚙唔好拖」親子平行小組

- ✓ 孩子做事「咪咪嚙嚙」總是令家長很苦惱。
- ✓ 小組會和小孩探討「做不完」的原因，找出相關應對的方法。
- ✓ 家長於平行小組中探討應對孩子拖延情況的管教心得，嘗試改變生活模式。

第四季

16/2/2027 - 9/3/2027 (一)
上午 10:00 - 11:00

「我又要玩」家長小組

- ✓ 家長都要玩遊戲來減壓，與家長進行不同集體遊戲與活動，讓大家有個Me Time空間。

小小消防員，出動了！

54/01N

日期：14/7/2026 (星期二)
時間：下午12:30 - 4:00
集散地點：本中心1樓活動室(一至三)
活動地點：消防及救護教育中心暨博物館
對象：5-12歲兒童及其家長
名額：30位
收費：每位 \$50 (會員) / \$80 (非會員)
內容：與爸爸媽媽一同參觀消防及救護教育中心暨博物館，深入了解消防和救護員的工作，近距離觀賞消防車或救護車的英姿，細味香港百多年的消防救護發展史。
負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線118)
備註：1. 活動正在申請中，如最終未能成功申請將會退款處理。
2. 活動包括來回交通，不包括餐點。
3. 如非活動指定對象，需作後備處理。



玩住學數學

54/04N

日期：20/07, 22/07, 27/07, 29/07/2026 (逢星期一及三)
時間：下午3:00 - 4:00
地點：本中心1樓活動室(一至三)
對象：升讀小二至小三學生
名額：12位
收費：每位 \$30 (會員) / \$45 (非會員)
內容：透過進行遊戲活動，從而提升對數學及邏輯的認識 (包括貨幣及時間概念)，引起他們對學習數學的興趣，提升學習動機。
負責職員：廖姑娘 (註冊社工，內線113)
備註：1. 如非活動指定對象，需要作後備處理。
2. 其中一節會有外出活動，進行實踐課。



「好食、好玩多趣味」親子小組

54/02N

日期：15/7, 22/7, 29/7, 5/8/2026 (逢星期三，共4節)
時間：上午10:00 - 11:30
地點：本中心2樓樂聚坊和綜藝坊
對象：升K.3 - 小學生及其家長 (部份名額預留給單親家庭)
名額：12位
收費：每位 \$50 (會員) / \$80 (非會員)
內容：透過親子一起製作美味的小食(小熊班戟、花生朱古力乳酪燕麥杯)，並齊齊整手工(玻璃畫小夜燈)，並玩耍加強親子溝通的遊戲，增加彼此的合作和了解，建立更和諧的親子關係，也讓家庭間建立凝聚力。
負責職員：劉姑娘 (註冊社工，內線108)
備註：1. 如非活動指定對象，需先作後備處理。
2. 每個家庭最多可攜同兩名子女參與，但收費以每位計算。
3. 圖片只供參考。



「如何培養孩子的手足情」親子平行小組 - 家長組 54/05N

日期：21/7, 23/7, 28/7, 30/7/2026 (星期二及四，共4節)
時間：上午10:30 - 11:30
地點：本中心1樓會議室
對象：育有2名或以上小學生子女之家長
名額：6位
收費：每位 \$30 (會員) / \$45 (非會員)
內容：育有多位孩子的父母都希望孩子之間能夠建立手足之情，但各人有著不同性格、喜好、想法，難免會有爭執。此小組，讓家長認識不同階段孩子的相處特色及行為模式；培養手足情深要訣及相處辦法；處理手足相爭的方法。
負責職員：廖姑娘 (註冊社工，內線113)
備註：1. 子女必須同時參加《「如何培養孩子的手足情」親子平行小組 (兒童組)》。
2. 鼓勵同時參加《「手足情深」家庭樂》。
3. 如非活動指定對象，需作後備處理。



和諧婚姻工作坊

54/03N

日期：11/9/2026 (星期五)
時間：晚上7:00 - 9:00
地點：本中心1樓活動室(一至三)
對象：有意改善伴侶關係的人士
名額：12位
收費：免費
內容：打造和諧婚姻，從理解與連結開始。婚姻是一段共同成長的旅程，充滿挑戰也蘊含無限可能。本工作坊透過專業引導與互動練習，幫助夫妻在安全、溫暖的氛圍中學習如何更好地溝通、打破舊有的衝突模式、理解彼此。
負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線109)



「如何培養孩子的手足情」親子平行小組 - 兒童組 54/06N

日期：21/7, 23/7, 28/7, 30/7/2026 (星期二及四，共4節)
時間：上午10:30 - 11:30
地點：本中心1樓活動室(一至三)
對象：就讀小學之手足 (兄弟姊妹)
名額：6對兄弟姊妹
收費：每對 \$30 (會員) / \$45 (非會員)
內容：透過遊戲及互動活動，培養手足合作、關愛之情，建立有效溝通渠道及手足情誼。
負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線118)
備註：1. 家長必須同時參加《「如何培養孩子的手足情」親子平行小組 (家長組)》。
2. 鼓勵同時參加《「手足情深」家庭樂》。
3. 如非活動指定對象，需作後備處理。



「手足情深」家庭樂

54/07N

日期：1/8/2026 (星期六)
 時間：上午10:00 - 中午12:00
 地點：本中心1樓活動室 (一至三)
 對象：育有2名或以上小學生子女之家庭
 (曾參加「如何培養孩子的手足情」親子平行小組的家庭優先)
 名額：20位
 收費：每位 \$15 (會員) / \$25 (非會員)
 內容：藉著親子趣味競賽，增進家庭成員間互助合作，提升家庭關係。
 負責職員：廖姑娘 (註冊社工，內線113)
 備註：如非活動指定對象，需作後備處理。



親子廚藝工作坊

54/08N

日期：1/8/2026 (星期六)
 時間：下午2:30 - 4:00
 地點：本中心2樓樂聚坊
 對象：小學生及其家長
 名額：8位
 收費：每位 \$15 (會員) / \$25 (非會員)
 內容：透過製作美食 (韓式紫菜三文治)，親子學習彼此欣賞及感謝。
 負責職員：廖姑娘 (註冊社工，內線113)
 備註：自備圍裙及食物盒

「咪哋我」智慧電子產品使用兒童工作坊

54/09N

日期：18/7/2026 (星期六)
 時間：下午2:30 - 3:30
 地點：本中心1樓活動室 (一至三)
 對象：升小二至小四學生
 名額：12位
 收費：每位 \$15 (會員) / \$25 (非會員)
 內容：現今小孩的生活，即使家長如何防備，都離不開會使用電子產品。既然離不開，不如教他們如何使用。是次活動會和小孩探討，如何分辨網絡上的「壞人」，和如何分辨資料的可信性，及電子產品如何令「人」著迷及其相關後果。快於暑假開始前，來預備做個網絡智者。



負責職員：范姑娘 (註冊社工，內線102)
 備註：如非活動指定對象，需作後備處理

趣怪記憶有辦法

54/10N

日期：4/8, 11/8, 18/8, 25/8/2026 (逢星期二，共4節)
 時間：上午10:00 - 11:00
 地點：本中心1樓活動室 (一至三)
 對象：升讀小一至小三的學生
 名額：8位
 收費：每位 \$30 (會員) / \$45 (非會員)
 內容：小組透過歡樂有趣的方法讓小學生跳出沉悶枯燥的背誦，啟動孩子豐富的想像力，學習生動有趣的記憶法，增進孩子對於學習的興趣，增加探索新知識的動機。

負責職員：陳先生 (註冊社工，內線115)
 備註：如非活動指定對象，需作後備處理

「童」理「衝」 - 兒童小組

54/11N

日期：11/8, 13/8, 18/8, 20/8/2026 (逢星期二及四，共4節)
 時間：下午4:00 - 5:00
 地點：11/8, 18/8, 20/8：本中心1樓活動室 (一至三)
 13/8：本中心1樓會議室
 對象：升讀小二至小六的學生
 名額：10位
 收費：每位 \$30 (會員) / \$45 (非會員)
 內容：透過活動讓孩子了解發生衝突的原因，掌握有效溝通技巧，並能以正向方式解決與家人或同學之間的衝突，同時培養孩子的同理心。



負責職員：譚姑娘 (註冊社工，內線134)
 備註：如非活動指定對象，需作後備處理。

自我療癒：玻璃瓶中的放鬆時光

54/12N

日期：14/9/2026 (星期一)
 時間：上午 9:30 - 11:30
 地點：本中心1樓活動室 (一至二)
 對象：18歲或以上婦女 (部份名額預留給單親家長)
 名額：12位
 收費：每位 \$70 (會員) / \$110 (非會員)



內容：你是否感到生活的壓力沉重？想找一個方法舒緩緊張情緒嗎？
 這個DIY植物微景觀玻璃瓶製作活動，可以讓你在創作中找到放鬆和自己的空間，自我療癒！

負責職員：劉姑娘 (註冊社工，內線108)

備註：圖片只供參考。

神農本草中藥之旅

54/13N

日期：4/7/2026 (星期六)
 時間：上午9:30 - 12:00
 集散地點：本中心1樓活動室 (一至三)
 活動地點：中藥標本館及標本實驗室與神農本草園

對象：18歲或以上男士及其家庭成員

名額：20位

收費：每位 \$30 (會員) / \$45 (非會員)

內容：一家人一同參觀中藥檢測中心轄下，位於將軍澳的「中藥標本館及標本實驗室與神農本草園」。由導賞員介紹重點展品，更了解中醫藥文化。

負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)

備註：費用包括來回旅遊巴

報名本中心活動注意事項

活動報名方法及須知

重要

報名人士請勿報多於一個在同一日期及時間舉行的小組或活動，一經發現，本中心有權要求參加者只可選擇其中一個參與，而其餘一個已交的費用，將不會獲退款安排。

1. 親身報名：填妥報名表後（十八歲以下參加者需要連同健康申報及攝影同意書），可攜同會員證，親身或委託他人（必須連同已簽名的報名表），於辦公時間內到本中心以現金或支票付款。支票抬頭請寫「香港家庭福利會」。
2. 電話報名：可於首天活動報名日後一星期（19/5/2026）開始致電本中心（2775 2332）作電話留位。留位後請於三天工作天內親臨本中心繳費報名，否則有關名額將自動取消，本中心不作另行通知。
3. 郵寄交費：
 - i) 請最遲於活動舉行前七天連同劃線支票及填妥之報名表格寄回本中心。支票抬頭請寫「香港家庭福利會」。
 - ii) 所有於活動報名日前收到之郵寄報名，會以郵戳為準，惟處理次序乃以報名日當天親臨中心報名者優先處理。
 - iii) 若郵戳當日收到超額的報名表，則該批報名者將以抽籤處理（抽籤活動或組前見面活動除外）。

4. 參加者必須於報名時，自行核對清楚有關活動的時間及上課地點，避免相撞。收費一經作實，如自行退出或因任何私人理由未能參加已報名的小組或活動，有關的服務使用者不會獲任何退款、改班或轉名安排，亦不會退還活動涉及的材料、材料費、筆記及其他物資（如有）。
5. 10歲以下參加者必須由家長、監護人或指定成年人接送，年齡以出世紙或身份證於活動當日計算為準。若家長決定讓10歲或以上之未成年子女自行往返中心出席活動，家長須要自行承擔其安全責任。
6. 如有任何本中心有效之活動優惠證明，如本中心有效會員證等，敬請於遞交報名表時一併提交。倘簽發收據後才提交相關優惠證明，本中心恕不接受其優惠權利。
7. 香港家庭福利會及有關贊助團體或會於活動進行期間攝影，亦明白及同意有關的照片有機會刊登於本中心季刊、報章或有關企業的宣傳刊物等等，作為推廣及宣傳用途，如不同意，可在活動時向負責職員提出。

備註

- 所有活動參加者必須持有效之香港身份證明文件；
- 每項活動請用一張獨立支票，背面寫上姓名、年齡、聯絡電話及活動名稱；
- 郵寄活動費用形式：只接受劃線支票。現金或其他形式，本中心恕不接受。敬請切勿郵寄現金；
- 出席者必須為已報名人士。

活動報名日溫馨提示

- 於活動報名首日，每位報名人士每次只可取一個籌號，每個籌號只限一個家庭為其同住家人報最多8個活動（包括列入為後備名單的活動）。如需要報更多活動，或為其他家庭報名，需在完成完成8個活動報名程序後，重新另取籌號報名。
- 為了讓活動報名日程序更有效率，減少閣下的等候時間，有意在活動報名日前

來本中心報名之人士，請盡量先填寫好本季刊中的活動報名表及健康申報表及攝影同意書（見P.21-24）。

- 由於本中心的活動報名日是以派籌形式進行，所以我們在核對和報名交費用時會依據籌號而輪候報名的先後次序，敬請報名人士預留充足時間完成報名手續。（修訂於2019年1月）

參加者向本會所提供之個人/家庭資料，只作為報名參加活動或郵寄本中心服務資料之用途，並受到個人資料（私隱）條例之保障。如欲查閱個人資料紀錄，可以書面向本會個人資料主任申請。如有疑問，可致電本中心 2775 2332 查詢。

請“√”選報名活動，填寫參加活動的家庭成員號碼（1、2、3、4或5）及費用



家福會
HKFWS

香港家庭福利會
活動報名表

油塘綜合家庭服務中心

系列	編號	活動名稱	會員		家庭成員號碼	費用	收據	內部使用	
			會員	非會員					
講情 港情	54/18N	齊齊做潮人（化妝及骨骼分析篇）	120	150				正	後
	54/19N	夏日童樂樂 - 小朋友情緒藝術小組	30	45				正	後
健康 身心	54/20N	健康身心小組 2026 - 整全認知行為情緒管理小組	免費					正	後
	54/21N	彩虹雅聚：藉著美食讚讚您	20	30				正	後
自在半 邊天	54/22N	怎樣跟孩子說「離婚」家長支援工作坊	15	25				正	後
	54/23N	大手牽小手·義行復康	免費					正	後
義工	54/24N	中秋手作 DIY	免費					正	後
	54/25N	2026 年度第二期「義學同行」功課輔導班	80	120				正	後
	54/26N	義訪書院在中秋	免費					正	後

中心會員須知

The Rules & Regulations of Membership
(For English version, please contact our Staff)

會員義務

1. 於會員証有效期屆滿日(即每兩年之3月31日)前更換會員証。
2. 活動報名時,請出示有效之會員証或提供資料核實會員身份,方可享用會員優惠。
3. 參加活動時,請帶同有效之會員証及收據。
4. 會員必須遵守中心規則及愛護公物。
5. 會員証不得轉借他人使用。
6. 若遺失會員証,必須盡快到本中心報失及補領,補領費用十元。

退出程序

凡會籍屆滿時不重新登記,即作自動退出會籍論。

備註: 本中心保留修改以上條款的最終決定權。

油塘綜合家庭服務中心遵行「個人資料(私隱)條例,以確保提供專業服務,保護服務使用者的個人資料。申請人所填報資料只作本中心統計及活動推介之用。詳情請參閱本會之「個人資料保護政策及實務常規」。(修訂於2015年6月)



申請資格

1. 申請人須年滿18歲及為香港居民。申請人只須填妥其他同住家庭成員的資料,家庭成員亦可成為中心會員。
2. 願意履行會員義務。

申請手續

1. 申請表可向接待處職員索取,填妥後交回接待處,並出示身份證予職員核對。
2. 成功申請後,申請表上每位家庭成員會獲發一張會員證。

會員權利

1. 可享有會員優惠參加本中心所舉辦之小組及各項活動。
2. 可借閱本中心之書籍。
 - 1) 每本書籍可借閱兩星期(由借出日起計)。如歸還日期為公眾假期,將順延至下一個工作天。
 - 2) 續借:會員需攜帶相關書籍親臨本中心,辦理續借手續。每本書只可續借一次。
 - 3) 逾期歸還的書籍須繳付每天港幣1元罰款(只計算工作天,不包括公眾假期)。
 - 4) 如遺失書籍或書籍損毀,需要照價賠償。
 - 5) 如未繳清罰款,不能繼續使用外借圖書服務。
3. 可定期以郵寄方式收到本中心之活動通訊。

系列	編號	✓	活動名稱	會員		家庭成員號碼	費用	收據	內部使用	
				會員	非會員				正	後
調解	54/27N		家事法律諮詢講座	免費					正	後
	54/28N		免費離異法律諮詢服務	免費					正	後
	54/29N		「和平學坊」互助聚會	免費					正	後
和平學坊	54/30N		「和平學坊」親子齊齊試新野 - 匹克球你玩過未?	免費					正	後
	54/31N		「和平學坊」兒童課程	免費					正	後
	備用								正	後

參加者必須細心閱讀以下內容並簽名確認。

1. 本人已清楚明白及同意中心列明的活動報名須知。
2. 本人明白在活動期間因個人之健康狀況而引起的傷害,本人願意自行承擔責任,與香港家庭福利會無關。
3. 香港家庭福利會及有關贊助團體或會於活動進行期間攝影,亦明白及同意有關的照片有機會刊登於本中心季刊、報章或有關企業的宣傳刊物等等,作為推廣及宣傳用途。如不同意,可在活動時向負責職員提出。
4. 參加者向本會所提供的個人/家庭資料,只作為報名參加活動或郵寄本中心服務資料之用途,並受到個人資料(私隱)條例所保障。如欲查閱個人資料紀錄,可以以書面形式向本會的個人資料主任申請。如有疑問,可致電本中心2775 2332查詢。

活動申請人/家長簽署: _____

日期: _____



服務使用者的權利



尊重私隱及保密

本中心職員及社工會根據《個人資料(私隱)條例》，在不危害服務使用者本身或他人的利益之下，確保服務使用者的個人私隱得到保密。

聆聽服務使用者及區內人士意見

本機構一向十分重視服務使用者及區內人士的意見，以便改善服務質素。我們會採取不同途徑收集意見及作出跟進。

拒收直接促銷通知

如要停止使用閣下的個人聯絡資料作直接促銷或推廣之用途，請填寫「拒收直接促銷通知書」（表格於 www.hkfw.org.hk 下載）並郵寄回本會（地址：九龍油塘油麗邨信麗樓1樓），費用全免。如有查詢或日後查閱/更新個人資料，請致電 2775 2332 與本中心聯絡。

查詢或表達意見

假如你對我們中心的服務政策、程序、環境、設施、職員或各項服務等有任何意見，你可以致電 2775 2332 與職員聯絡；亦可將有關查詢或意見連同閣下之聯絡資料以郵寄方式傳送（有關資料請參閱封面），本中心會盡快與閣下聯絡。多謝！

注意

會籍到期續証通知

各位會員請注意：

各舊會員之會籍於 2025 年 3 月 31 日已到期，如欲繼續免費收取中心通訊「家福油遞」，借閱圖書，以及享用會員價報名活動，請盡快親臨本中心更新會籍，並填寫「會員資料更新表格」，辦理續證手續。多謝合作！



會員優惠計劃



好消息！現時成為香港家庭福利會油塘綜合家庭服務中心的會員，除了可以享用活動報名會員價，借用圖書服務外（每人只可以借出 1 本圖書），還可享用商戶折扣優惠。

以下是商戶優惠的詳情

商舖名稱	位址 / 電話	優惠折扣
1+1 文具	九龍油塘鯉魚門廣場 208 號 A 鋪 電話：2349 7168	購物滿 \$100，可享 95 折 (特價品除外)
鄭偉雄眼科 視光師	觀塘麗港城一期商場地下 37-37A 號鋪 電話：2772 1223	配架連鏡片 \$1000 或以上， 額外 \$200 折扣優惠
天然護髮 用品中心	九龍油塘鯉魚門廣場 2 樓 204 號鋪	購買產品或染髮，可享 9 折 (療程及特價品除外)
綠色生活	九龍油塘鯉魚門廣場 2 樓 211 號鋪	購物滿 \$1000，可享 95 折
壹家海味	九龍油塘油麗商場 3 樓 Icook 購物廊 (Zone J)	購物滿 \$1000，可享 95 折
年香園餅家	九龍油塘鯉魚門海傍道中 43D	購物滿 \$100，可享 95 折

◇ 優惠至 2027 年 3 月 31 日；就此推廣活動如有任何爭議，商戶保留最終決定權。
◇ 使用有關優惠時請出示本會的會員證。

我們還會繼續與更多的商戶商討合作，如有最新的消息，我們會在新一期的季刊刊登。

SQS 知多少

- | | |
|------------------|-------------------|
| SQS 1 服務資料 | SQS 9 安全環境 |
| SQS 2 檢討及修訂政策及程序 | SQS 10 申請及退出服務 |
| SQS 3 運作及活動紀錄 | SQS 11 評估服務使用者的需要 |
| SQS 4 職務及責任 | SQS 12 知情的選擇 |
| SQS 5 人力資源 | SQS 13 私人財產 |
| SQS 6 計劃、評估及收集意見 | SQS 14 私隱和保密 |
| SQS 7 財政管理 | SQS 15 申訴 |
| SQS 8 法律責任 | SQS 16 免受侵犯 |

每間接受政府資助的福利機構都設有一套十六項的服務質素標準 (SQS)，訂明了機構在管理、運作和提供服務既定的原則、程序和指引，以確保服務質素和提升透明度。因此，本機構亦設有十六項服務質素標準，所涉及的範圍如下：

* 本中心備有服務質素標準的詳細內容，如有需要閱覽有關資料，可向接待處查詢。

中國變臉小體驗

54/14N

日期：11/7/2026 (星期六)
時間：下午1:45 - 5:15
集合地點：本中心1樓活動室 (一至三)
活動地點：北京老家一灣仔
解散地點：油塘地鐵站B1出口



對象：6-12歲兒童(部份名額會預留給新來港兒童)
名額：10位

收費：每位 \$30 (會員) / \$45 (非會員)

內容：中國歷史淵遠流長，透過工作坊認識神秘的「變臉」，讓兒童有機會跟專業變臉師傅學習變臉，了解及欣賞變臉藝術。此外，義工會協助兒童親手製作茶果懷舊小食，讓兒童更深認識香港非物質文化遺產。

負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線112)

備註：1.特別鳴謝「中國港灣工程有限責任公司」贊助，參加者會有此公司的義工陪同一起參與整個活動。
2.如非指定對象，需作後備處理。

親子皮革散子包手作坊

54/15N

日期：25/7/2026 (星期六)
時間：上午10:00 - 中午12:00
地點：本中心1樓活動室 (一至三)
對象：5歲或以上小朋友及家長 (部份名額會預留給新來港人士)
名額：10位

收費：每位 \$20 (會員) / \$30 (非會員)

內容：透過簡單易學的皮革工藝，家長與孩子將一起製作實用又美觀的皮革散子包。活動包括皮革裁剪、打孔、縫合及裝飾，讓孩子體驗手作的樂趣，並在過程中培養耐性與手眼協調能力。

負責職員：曾姑娘 (註冊社工，內線126)

暑假齊打VX球

54/16N

日期：21/8, 24/8, 28/8, 31/8/2026 (星期一-五，共4節)
時間：下午3:15 - 4:45
地點：鯉魚門體育館
對象：6 - 12歲兒童 (部份名額會預留給新來港人士)



名額：8位

收費：每位 \$40 (會員) / \$60 (非會員)

內容：暑假期間一同學習一款新興運動「VX球」。透過VX球的分組合作及小比賽，培養兒童互相支持的態度同時提升專注力。

負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)

備註：1.活動日期及場地有機會因應場地供應狀況而有所更改。
2.如新來港人士數目不足，此小組會取消舉行。

去科大製作軌跡車

54/17N

日期：26/8/2026 (星期三)
時間：下午1:30 - 5:30
集散地點：本中心1樓活動室 (一至三)
活動地點：香港科技大學
對象：6 - 10歲兒童 (部份名額會預留給新來港家庭)



名額：15位

收費：每位 \$50 (會員) / \$80 (非會員)

內容：本活動安排兒童走進大學校園，參與「軌跡車」的製作、組裝到試行，讓孩子感受科學與創意的樂趣。活動亦包括參觀科技大學的設施及名勝。

負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)

備註：費用包括來回旅遊巴士及工作坊內容

齊齊做潮人 (化妝及骨骼分析篇)

54/18N

日期：11/9, 18/9, 25/9, 2/10/2026 (逢星期五，共4節)

時間：上午10:00 - 中午12:00

地點：11/9：本中心1樓會議室

18/9, 25/9, 2/10：本中心1樓活動室(一至三)

對象：18歲或以上婦女(部份名額會預留給新來港婦女)

名額：10位

收費：每位 \$100 (會員) / \$150 (非會員)

內容：每個人的樣子、身材、肌肉、脂肪分佈都不同，還有身體曲線都不太一樣。此小組讓組員找到自己合適的妝容，以及認識自己的體型及骨架，找出合適自己的衣著，讓每個婦女能找到適合造型，穿出自信，增強個人魅力。

負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線122)

備註：1. 如非指定對象，需作後備處理。

2. 如新來港人士數目不足，此小組會取消舉行。



夏日童藝樂 - 小朋友情緒藝術小組

54/19N

日期：17/7, 24/7, 31/7, 7/8/2026 (逢星期五，共4節)

時間：下午3:30 - 4:30

地點：本中心1樓活動室 (一至三)

對象：4 - 10歲兒童

名額：10位

收費：每位 \$30 (會員) / \$45 (非會員)

內容：夏日炎炎小朋友也會易怒易扭計嗎？小組中，孩童會創作情緒面譜自畫像、情緒溫度計及舒緩小扇、輕黏土降溫雪糕等活動，讓小朋友在創作過程中提升自我認識、認識情緒及表達感受，同時學習情緒管理小技巧。

負責職員：呂姑娘 (註冊社工，內線128)



健康身心小組2026 - 整全認知行為情緒管理小組

54/20N

日期：28/8, 4/9, 11/9, 18/9, 25/9, 2/10, 9/10, 16/10/2026 (逢星期五，共8節)

時間：晚上7:00 - 9:30

地點：本中心2樓綜藝坊

對象：18歲或以上，在日常生活中遇到緊張、抑鬱、焦慮或有情緒困擾的人士

名額：12位

收費：免費

內容：

- 以最新的認知行為情緒輔導理論設計(Unified Protocol)為期八節，每節兩小時的小組形式進行，活動內容包括短講、體驗活動、分享、技巧練習等。
- 透過了解、檢視和改變情緒的三大元素，包括思想、身體感覺和行為，循序漸進地讓參加者認識情緒的本質、改善「鑽牛角尖」的情況、練習靜觀、加強抗壓力、和改變不良應對情緒的習慣。
- 認識情緒、情緒與身體感覺、思想及行為的互動；面對困難等。

負責職員：玲姑娘 (註冊社工，內線114)、呂姑娘 (註冊社工，內線128)

備註：參加者必須出席個別面談，以作甄選。

彩虹雅聚：藉著美食讚讚您

54/21N

日期：23/7/2026 (星期四)
 時間：下午2:30 - 4:00
 地點：本中心2樓樂聚坊和綜藝坊
 對象：升K.3 - 小學生及其家長
 名額：12位
 收費：每位 \$20 (會員) / \$30 (非會員)



內容：透過每季不同專題和活動的小聚，讓單親家長和家庭可以活得更健康，過得更精彩，並能夠加強彼此間的聯繫，互相支持。本次聚會活動透過親子一起製作彩色朱古力棒棒餅，並齊齊學習讚賞的話語，在愉快的氣氛中加強彼此的溝通和互動，建立更愉快的親子關係。

負責職員：劉姑娘 (註冊社工，內線108)

備註：1. 如非活動指定對象，需先作後備處理。
 2. 每個家庭最多可攜同兩名子女參與，但收費以每位計算。
 3. 圖片只供參考。

怎樣跟孩子說「離婚」家長支援工作坊

54/22N

日期：14/8/2026 (星期五)
 時間：上午10:00 - 11:30
 地點：本中心1樓活動室 (一至二)
 對象：育有5 - 10歲兒童，正面對分居或離婚之同住家長
 名額：10位
 收費：每位 \$15 (會員) / \$25 (非會員)

內容：家長處理離婚已經歷著情緒的起伏，或許也擔心不知如何跟孩子說出離婚的家庭變化。工作坊讓家長學習如何告訴子女離婚的事宜、認識離異對孩子的影響及正面回應的方法，讓家長陪伴孩子經歷家庭的改變。

負責職員：劉姑娘 (註冊社工，內線108)

義工招募

大手牽小手・義行復康

54/23N

日期：7/7, 11/7/2026 (星期二及六)
 時間：7/7: 下午5:00 - 6:00
 11/7: 上午9:30 - 中午12:00

活動地點：油塘區內康復服務單位

對象：親子義工

名額：10對親子

收費：免費

內容：透過一節訓練課堂及探訪服務，讓親子義工前往油塘區內的康復服務單位為殘疾人士提供探訪服務，讓義工們切身處地認識康復服務，並接觸服務對象，以提昇互助共融精神。

負責職員：邵姑娘 (註冊社工，內線127) 及 張姑娘 (註冊社工，內線109)

備註：1. 義工必須同時出席訓練班及義工服務

2. 子女年齡需8歲或以上

3. 是次活動可計算義工服務時數

中秋手作DIY

54/24N

日期：27/8, 3/9, 10/9, 17/9/2026 (逢星期四，共4節)

時間：上午10:00 - 中午12:00

地點：本中心1樓活動室 (一至三)

對象：有意成為義工的人士

名額：12位

收費：免費

內容：義工攜手製作中秋應節飾物，並將作品送贈區內長者，為他們送上節日祝福與關懷。

負責職員：葉姑娘 (註冊社工，內線117)

備註：1. 子女必須由家長陪同出席。

2. 是次活動可計算義工服務時數。

2026年度第二期「義學同行」功課輔導班 54/25N

為使資源更有效運用，由新學年開始，本中心功課輔導班將會改為只有星期五班，一連16堂，家長可按學童需要為學童報名。

- 日期：**4/9, 11/9, 18/9, 25/9/2026 (逢星期五，共4節)
時間：下午4:00-5:30
地點：本中心2樓綜藝坊
對象：低收入家庭的小一至中二學童
名額：12位
收費：每位 \$80 (會員) / \$120 (非會員)
內容：由義工導師透過一對二小組形式，為學生提供功課輔導，解答日常功課，預備測驗及考試，以減輕家長教導子女功課的壓力。
負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線109)
備註：1.若義工導師不足，此班組亦會延期或取消，敬請留意。
 2.低收入家庭指於2025/26學年領取綜援或學校書簿津貼(全額或半額)。
 3.所有參與學童的家長將獲配對一位社工，以提供3節輔導服務，跟進學童的需要。

義訪耆院在中秋

54/26N

- 日期：**19/9/2026 (星期六)
時間：早上9:30 - 中午12:00
地點：油塘區內護老院
對象：中心義工
名額：30
收費：免費
內容：義工前往區內護老院探訪長者，透過園藝活動、關懷面談及送上賀飾，與院內長者一同歡慶中秋，同享佳節喜樂。
負責職員：邵姑娘 (註冊社工，內線127)
備註：1.是次活動可計算義工服務時數
 2.未成年子女須由家長陪同參與

家事晴

調解教育及服務計劃

家事法律諮詢講座

54/27N

- 內容：**1. 調解服務—助你減輕家庭離異引致的時間、金錢、心理上的壓力
 2. 幫助自己及子女適應離異後的生活。
 3. 法律知識 — (1) 辦理離婚手續 (2) 管養權 (3) 贍養費 (4) 財產分配
日期：3/7/2026 (星期五)
時間：晚上7:00 - 8:45
地點：本中心1樓活動室 (一至三)
對象：18歲或以上的公眾人士
名額：15位
收費：免費
負責職員：譚姑娘 (註冊社工，內線134)
備註：有關安排會在活動7日前 (26/6/2026) 通知確定

免費離異法律諮詢服務

54/28N

- 內容：**(1) 由律師提供諮詢服務
 (2) 助你解決與離異有關的法律疑難，如贍養費、子女照顧、家庭財產等
 (3) 面談約為20分鐘，須報名預約
日期：14/8/2026 (星期五)
時間：晚上6:30 - 8:10
地點：本中心1樓會議室
對象：18歲或以上的公眾人士
名額：5人
收費：免費
負責職員：譚姑娘 (註冊社工，內線134)
備註：1.需預約 (請填寫〈免費約見律師服務〉表格)。
 2.活動舉辦前一個月方接受報名；名額有限，額滿即止。
 3.有關安排會在活動7日前 (7-8-2026) 通知確定。



本計劃由香港公益金資助

This project is supported by The Community Chest

在與伴侶 / 戀人的相處中，是否經常有衝突，又或甚至有打罵的情況出現？你會感到不滿、忿怒、孤單及無助？

不要猶豫，本學坊針對以上的問題讓你學習非暴力的溝通技巧。

和平學坊課程地點、日期及時間表

課程編號	地點	課程日期	課程時間	接受申請日期
164 女士班	順利綜合家庭服務中心 九龍順利邨順緻街2號 順利社區中心4樓	10/7, 17/7, 24/7, 31/7/2026 (逢星期五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	12/6 - 9/7/2026
164 男士班		8/7(三), 15/7(三), 22/7(三), 29/7/2026(三)		3/6 - 7/7/2026
165 女士班	將軍澳(南)綜合 家庭服務中心 新界將軍澳健明邨 彩明商場1號平台2號	7/8(五), 14/8(五), 21/8(五), 28/8/2026(五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	10/7 - 6/8/2026
165 男士班		5/8(三), 12/8(三), 19/8(三), 26/8/2026(三)		8/7 - 4/8/2026
166 女士班	順利綜合家庭服務中心 九龍順利邨順緻街2號 順利社區中心4樓	4/9(五), 11/9(五), 18/9(五), 25/9/2026(五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	7/8 - 3/9/2026
166 男士班		2/9(三), 9/9(三), 16/9(三), 23/9/2026(三)		5/8 - 1/9/2026

- 目的：**建立與伴侶或戀人非暴力的溝通及改善與伴侶戀人關係。
- 對象：**18歲或以上的人士 / 與伴侶 / 戀人經常發生衝突(如口角、推撞或擲物)，甚或曾發生暴力。
- 收費：**免費
- 內容：**學習控制情緒，了解衝突(包括暴力)對家庭的影響，以和平方法去解決與伴侶 / 戀人間的矛盾。
- 形式：**短講、分享、討論。
- 負責職員：**李先生(註冊社工，內線116)
- 備註：**報名後經評估甄選後方可入組。

平和關係支援計劃

「和平學坊」互助聚會

54/29N

日期：8/7/2026(星期三)
時間：晚上7:30 - 9:00
地點：本中心2樓綜藝坊
對象：曾參與「男士和平小組」及「和平學坊」畢業學員
名額：15位
收費：免費
內容：你根本唔明白我！我哋一齊就係錯！—「兩性親密關係」的認識
負責職員：李先生(註冊社工，內線116)

「和平學坊」親子齊齊試新野 - 匹克球你玩過未？ 54/30N

日期：18/7/2026(星期六)
時間：下午1:30至5:30
集合及解散地點：本中心1樓活動室(一至三)
活動地點：九龍灣德福德藝會
對象：經常發生家庭衝突的父母及其6歲至12歲的子女
名額：20位
收費：免費
內容：走進孩子的世界，與子女一同試玩新興運動—匹克球。透過活動讓親子創造正面相處經驗，學習互相欣賞，促進家庭關係及凝聚力，提升面對家庭衝突所引致之壓力的能力。匹克球(Pickleball)是一項結合羽毛球、乒乓球和網球特點的新興運動，近年來在全球迅速流行。比賽可在與羽毛球場大小相似的場地進行，使用特製的球拍和帶有小孔的塑膠球，規則簡單易學，適合不同年齡層參與。匹克球既有趣又富挑戰性，講求技巧與反應速度，是一項既能鍛煉身體又能增添樂趣的運動。



負責職員：張姑娘(註冊社工，內線118)
備註：1.如非活動指定對象，需作後備處理。
 2.活動已包括來回交通費用，不包括膳食。

「和平學坊」兒童課程

54/31N

日期：23/7, 30/7, 6/8, 13/8/2026 (逢星期四，共4節)
 時間：下午4:00 - 5:00
 地點：本中心1樓活動室 (一)
 對象：5-8歲曾目睹或經歷家庭衝突，甚或家庭暴力的兒童
 名額：8位
 收費：免費
 內容：1. 學習處理家庭衝突衍生的負面情緒。2. 學習自我保護及解決問題的方法。
 負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線118)
 備註：如非活動指定對象，需作後備處理。



和諧婚姻工作坊

54/03N

日期：11/9/2026 (星期五)
 時間：晚上7:00 - 9:00
 地點：本中心1樓活動室 (一至三)
 對象：有意改善伴侶關係的人士
 名額：12位
 收費：免費
 內容：打造和諧婚姻，從理解與連結開始。婚姻是一段共同成長的旅程，充滿挑戰也蘊含無限可能。本工作坊透過專業引導與互動練習，幫助夫妻在安全、溫暖的氛圍中學習如何更好地溝通、打破舊有的衝突模式、理解彼此，並建立深厚的情感連結。
 負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線109)

家福關懷專線 2342 3110



專線服務時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午10:00 - 中午12:30	♥	♥	♥	♥	休息	♥
下午2:30 - 5:00	♥	♥	♥	♥	♥	休息

註：星期日及公眾假期休息

您家大門會 為我打開嗎?

寄養服務介紹

寄養服務旨在安插因家庭問題而缺乏父母或家人照顧的兒童，暫時入住寄養家庭，使他們得享家庭生活及適當照顧，待其家庭情況改善後，返家團聚，或直至有其他較長期的照顧安排。

讓兒童及其家庭得以支援，以家庭影響家庭，延續愛的連繫。

理想寄養家長的條件

- 喜愛兒童，有照顧兒童的經驗及能力
- 能為兒童安排妥善的照顧計劃
- 有管教及培育兒童的合適態度和技巧
- 具小學或以上教育程度
- 身體健康及情緒穩定
- 家庭生活愉快安定
- 經濟情況穩定，例如有足夠收入、儲蓄或可動用資產
- 家居環境安全整潔，包括窗戶設有窗花或安裝穩固的窗戶限距裝置，廚房符合安全要求、露台(如有)設置安全裝置等
- 有足夠居住空間，包括可為寄養兒童提供獨立睡床及活動空間
- 寄養家長及家庭成員同意參與寄養服務
- 願意接受社工的調查及督導

香港家庭福利會 - 良景服務中心
新界屯門良景邨良智樓地下23-25號
電話：2497 9079



2026年7月 / JULY

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

神農本草中藥之旅

大手牽小手·義行復康
中國變臉小體驗

「咪呢我」智慧電子
產品使用兒童工作坊
「和平學坊」親子齊齊試
新野·匹克球你玩過未?

親子皮革骰子包手作坊

家事法律諮詢講座

夏日童樂 - 小朋友
情緒藝術小組

夏日童樂 - 小朋友
友情緒藝術小組

夏日童樂 - 小朋友
友情緒藝術小組

男士桌遊月暨
「和平學坊」互助聚會

「如何培養孩子的手足情」
親子平行小組 - 家長組
「如何培養孩子的手足情」
親子平行小組 - 兒童組
彩虹雅聚·藉著美食讚頌您
「和平學坊」兒童課程

「如何培養孩子的手足情」
親子平行小組 - 家長組
「如何培養孩子的手足情」
親子平行小組 - 兒童組
「和平學坊」兒童課程

「好食、好玩多趣」
親子小組

「好食、好玩多趣」
親子小組
玩住學數學

「好食、好玩多趣」
親子小組
玩住學數學

「親子遊戲治療」
家長研習室 - 階段二
大手牽小手·義行復康

小小消防員，出動了！

「如何培養孩子的手足情」
親子平行小組 - 家長組
「如何培養孩子的手足情」
親子平行小組 - 兒童組

玩住學數學

玩住學數學

玩住學數學

玩住學數學

玩住學數學

玩住學數學



2026年8月/AUGUST

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1 「手足情深」家庭樂 親子廚藝工作坊 男士桌遊月月聚
2	3	4 趣怪記憶有辦法	5 「好食、好玩多趣 味」親子小組	6 「和平學坊」兒童課程	7 夏日童藝樂 - 小朋友 友情緒藝術小組	8
9	10	11 趣怪記憶有辦法 「董」理「衝」- 兒童小組	12	13 「和平學坊」兒童課程 「董」理「衝」- 兒童小組	14 怎樣跟孩子說「離婚」 家長支援工作坊 免費離異法律諮詢服務	15
16	17	18 趣怪記憶有辦法 「董」理「衝」- 兒童小組	19	20 「董」理「衝」- 兒童小組	21 暑假齊打 VX 球	22
23	24 暑假齊打 VX 球	25 趣怪記憶有辦法	26 去科大製作軌跡車	27 中秋手作 DIY	28 健康身心小組 2026 - 整 全認知行為情緒管理小組 暑假齊打 VX 球	29
30	31 暑假齊打 VX 球					

2026年9月/SEPTEMBER

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1	2	3 中秋手作 DIY	4 2026 年度第二期「義學同行」功 課輔導班 健康身心小組 2026 - 整全認知 行為情緒管理小組	5	
6	7	8	9	10 中秋手作 DIY	11 齊齊做潮人(化妝及骨骼分析篇) 2026 年度第二期「義學同行」功 課輔導班 和諧婚姻工作坊 健康身心小組 2026 - 整全認知 行為情緒管理小組	12
13	14	15	16	17 中秋手作 DIY	18 齊齊做潮人(化妝及骨骼分析篇) 2026 年度第二期「義學同行」功 課輔導班 健康身心小組 2026 - 整全認知 行為情緒管理小組	19 義訪書院在中秋
20	21	22	23	24	25 齊齊做潮人(化妝及骨骼分析篇) 2026 年度第二期「義學同行」功 課輔導班 健康身心小組 2026 - 整全認知 行為情緒管理小組	26
27	28	29	30			

香港家庭福利會 油塘綜合家庭服務中心
Hong Kong Family Welfare Society
Yau Tong Integrated Family Service Centre

地址：

中心開放時間 OPENING HOURS

	星期一 MON	星期二 TUE	星期三 WED	星期四 THU	星期五 FRI	星期六 SAT
上午9:00 至 下午1:00 9:00 AM - 1:00 PM	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午1:00 至 下午2:00 1:00 PM - 2:00 PM	午餐時間 Lunch Break					
下午2:00 至 下午5:30 2:00 PM - 5:30 PM	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午5:30 至 下午8:00 5:30 PM - 8:00 PM	✗	✗	✓	✗	✓	✗

備註：

- ✓ 中心開放 Opening ✗ 中心休息 Closing
- 星期日及公眾假期休息 (Closed on Sundays and Public Holidays)
- 借還圖書時間與中心開放時間相同
(The time for borrowing / returning books is the same as the Centre Opening Hours)

前往中心的交通

Transportation to Yau Tong IFSC



港鐵油塘站B1出口 Exit B1, Yau Tong Station



巴士 Bus

14, 14B, 14X, 33, 62X, 259D, 603, 613

於「油麗邨」或「聖安當女書院」下車

Take off at Yau Lai Estate or St. Antonius Girls College



專線小巴 Green Minibus

23C: 麗港城 - 茶果嶺 - 油塘 - 油麗邨

於油麗邨聖安當小學下車

Laguna City - Cha Kwo Ling - Yau Tong Centre - Yau Lai Estate

Take off at St. Antonius Primary School



公共小巴 Red Minibus

觀塘 - 油麗邨 / 鯉魚門 - 油塘

Kwun Tong - Yau Lai Estate / Lei Yue Mun - Yau Tong



地址 九龍油塘油麗邨信麗樓1樓

Floor 1, Shun Lai House, Yau Lai Estate, Yau Tong, Kowloon

電話 2775 2332