

油塘綜合家庭服務中心

Yau Tong Integrated
Family Service Centre

2024年1至3月(44期)



2023年12月12日

開始報名

Application Date:

From 12 Dec, 2023

目錄

惡劣天氣下之中心活動安排	P. 2	義工系列	P. 20-21
油塘綜合家庭服務中心簡介及申請方法	P. 3	報名本中心活動注意事項	P. 22
童步家·愛	P. 4-6	活動報名表	P. 23-26
家福關懷專線	P. 7	中心會員須知	P. 27
快樂「油」家開始	P. 8-9	會員優惠計劃	P. 28
「家添愛·綠在油麗」活動花絮	P. 10-11	服務使用者的權利及 SQS 知多少	P. 29
油家·拾年填色比賽	P. 12-13	健康身心	P. 30
家庭雷達	P. 14	講心港情	P. 31-32
家庭及親子系列	P. 15-16	賽馬會男士家友站	P. 33-39
兒童系列	P. 17	賽馬會智家樂計劃	P. 40-41
婦女添姿彩	P. 17	調解服務	P. 42
家務指導服務	P. 18	和平學坊	P. 43-44
自在半邊天	P. 19	中心活動一覽表	P. 45-47
		中心地圖及開放時間	P. 48

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	L3 3 號強風信號	8 8 號烈風或暴風信號 或以上	黃色暴雨警告	紅色暴雨警告	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紅色或以上暴雨警告，中心會在安全情況下才讓參加者離開。
- 如天文台於中心辦公時間內取消 8 號熱帶氣旋警告信號或黑色暴雨警告，中心將於有關警告取消後 2 小時重新開放。
- 因天氣情況而導致活動取消，中心將不作另行通知。
- 除上述安排外，家長可按天氣狀況，自行決定是否讓子女出席有關活動。
- 如中心取消活動，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。

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：

1. 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。
2. 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。
3. 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。

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。

申請方法

輔導服務

1. 親臨或致電本中心；
2. 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

1. 親臨本中心報名；
2. 會員或非會員均可報名參加；
3. 出席者必須為已報名人士；
4. 一經報名後，如未能出席有關小組或活動，不可由服務使用者自行安排他人代替參加。

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。
- ✧ 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。

法律知識你要知： 《強制舉報虐待兒童條例草案》

上回提到：政府已在2023年6月2日向立法會提交草案，受保護的對象為18歲以下兒童，並把23類專業人士包括醫護、教育工作者、社工，列為強制舉報者，法例通過後將在刊憲後18個月實施。

有嘅家長會用體罰嘅方法教仔，
咁算唔算傷害/虐待兒童？

體罰可能會對兒童的身心健康發展造成傷害，
有機會構成虐待，所以如果家長在管教上有困難，
應該尋求專業人士協助，
最緊要搵到適合嘅管教方法。

有人可以阻止「強制舉報者」
舉報懷疑虐兒個案嗎？

草案話任何人不得故意阻止/阻礙「強制舉報者」
作出舉報，或為達到同樣目的施加任何指引或規定。
一經定罪可處3個月監禁及第5級罰款。

「傷害/虐待兒童」知多啲



傷害/虐待兒童的定義：對18歲以下人士作出/不作出某些行為
以致兒童身心健康發展受危害或損害。

身體虐待/傷害： 精神虐待/傷害：

使用暴力方式令兒童
造成身體傷害或痛苦，
例如：大力搖晃嬰兒、
用工具，例如衣架、
拖鞋拍打懲罰兒童。

重複做出損害兒童身心健康的
行為。例如：羞辱兒童、
恐嚇兒童、忽視兒童情緒、
認知、社交及身體需要。

性侵犯：

對兒童作出性利用或性侵
犯，例如：以物質誘使
兒童裸露其性器官、
強迫觀看色情影片。

疏忽照顧：

忽視兒童的基本需要。
例如：沒有給予兒童必須
的飲食/衣物、獨留兒童、
兒童受傷/生病時沒有求醫
及不讓兒童接受教育。

家長/照顧者、親友或專業人員，日常可多留意兒童的
身體表徵、行為及情緒反應，辨識可能受虐待的兒童，
及早介入懷疑虐待/疏忽照顧兒童的家庭，
讓兒童得到適切的保護及支援！



為向家長及大眾提供相關保護兒童指引及社區資訊，定期舉行教師培訓工作坊、講座同社區展覽。

社工

「保護兒童有辦法」教師培訓工作坊



香港培道小學幼稚園



聖公會深水埗基愛堂幼稚園



「和諧家庭小天使」幼童小組
@明愛鯉魚門幼兒學校

社區展覽
@愉景新城



有關更多活動花絮及未來計劃的活動資訊，可到計劃網頁查看。

計劃網頁QR Code

www.hkfws.org.hk/child-protection-in-action



家福會
HKFWS

香港家庭福利會

Hong Kong Family Welfare Society

備註：疫情期間有關專線服務之最新消息，可瀏覽本會網頁：www.hkfws.org.hk

家福關懷專線

2342 3110

打電話
訴心聲

服務對象：
任何人士

面對社交
或生活的
壓力

夫妻相處
之道

與家人
溝通的
矛盾

管教子女
感吃力



聆聽心聲



紓解煩憂



資源轉介

專線服務時間

星期一

星期二

星期三

星期四

星期五

上午10:00 - 中午12:30



下午2:30 - 5:00



註：星期六、日及公眾假期休息

如果您或朋友鄰里遇到管教子女、夫妻相處、與家人溝通、社交或生活壓力等問題，歡迎致電2342 3110與本會受專業培訓的義工傾訴。

唔小心 鑽牛角尖

做錯事十常八九，如何幫助自己面對壓力？
以下有**3**個問題可以幫到你！

孩子未戒到片，
我常常忘記放尿片
和乾淨衫褲入書包。
老師一定不喜歡我
這個麻煩家長... 😞

今次慘了，
無啦無啦...

我係失敗
的父母

1. 情況存在多少可能性？

1. 可能.....

無錯誤便是完美的父母？還是勇於面對錯失，
樂於改善才是對孩子的身教？



2. 可能.....

每位孩子發育歷程不一，健康院護士教導過的方法只要持之以恆，孩子就會學到。



3. 可能.....

老師都諒解有時家長會有遺留，根本無人怪責。



2. 後果影響的大小？

最大影響咪.....

會麻煩到老師提點下我；孩子發展要多少少時間，
只要有耐心應該搵到出路。

最小影響其實.....

門口貼MEMO提醒自己；之後記得就可以了！

我估.....

我和老師每次聯絡都好愉快，其他如家課手工都
配合交齊，老師不會不喜歡我。

3. 選擇可行的行動

由自己出發：**我** 可以做什麼？

-  **我** 照顧自己心情後，思路、溝通更清晰
-  **我** 與朋友傾訴
-  **我** 做錯事可以道歉，嘗試努力補救。
-  **我** 可以教孩子一同執書包，以圖片列出項目，執好  一下。

「家添愛・綠在油麗」中秋晚會



「家添愛・綠在油麗」中秋晚會在 2023 年 9 月 23 日已順利舉行，反應非常熱烈，觀眾席坐滿了居民欣賞台上的精彩環節，包括：獅藝表演、魔術、小丑雜耍、舞蹈、花式跳繩等；同時，亦有台上遊戲、猜燈謎及抽獎環節，台上台下打成一片，充滿歡樂氣氛。



此外，晚會亦設有攤位遊戲及爆谷和棉花糖的攤位，各攤位排了長長的人龍輪候，大受歡迎。適逢中秋節臨近，活動當晚亦設有猜燈謎和扭汽球的攤位，派發美麗的傳統紙燈籠和得意造型的汽球作為獎品，居民都開心地滿載而歸。



油家拾年

親子填色比賽2023 結果公佈

幼稚園親子組

冠軍



江佩玲及翟允研

亞軍



蔡怡菁及范爾軒

季軍



李曉丹及梁穎聰

初小親子組

冠軍



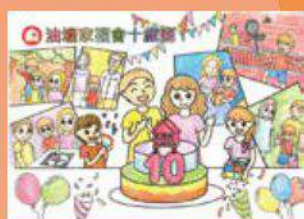
黎翠玲及黃曉琳

亞軍



林雲宜及柳宛廷

季軍



鄭卓炯及鄭鈞元

高小親子組

冠軍



曾敏音及文信一

亞軍



陳慧敏及林俊軒

季軍



陳麗萍及郭睿衡

最積極參與學校獎

幼稚園組 佛教金麗幼稚園

初小組 香港道教聯合會圓玄學院陳呂重德紀念學校

高小組 香港道教聯合會圓玄學院陳呂重德紀念學校

優異獎

幼稚園親子組

- 李慧玉及李焯棋
- 范佩珊及馬婧榕
- 卓置罡及卓珏兒
- 藍彩鳳及姜梓靖
- 林詩瑩及林芊羽

初小親子組

- 歐陽月貞及劉若牽
- 李家欣及關梓妍
- 陳嘉燕及何懿臻
- 區東明及區凱童
- 施惠梅及黃梓麟

高小親子組

- 鄭鵬鈞及鄭伊嵐
- 李麗卿及吳韶茵
- 吳慧芳及林灝喬
- 鍾敏儀及鄭心柔
- 梁穗裝及林貝嘉

想收到我們最新網上 zoom 活動 / 小組資訊，
可從右邊 QR code 登記接受本中心電子訊息。



(電子訊息有限額，費用全免，先到先得)

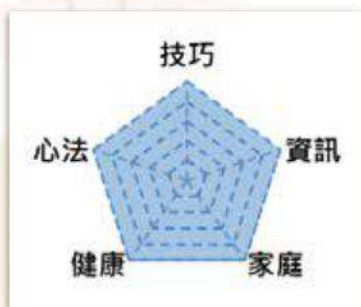
家庭雷達



大家於本季刊的部份家長或兒童小組 / 活動，見到附上「雷達圖」介紹個別小組 / 活動的特性，希望有助大家能快捷地知道小組 / 活動涉及的範疇。

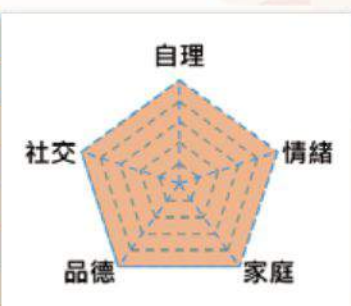
當中的分類，都是從前線社工經驗和居民的意見中，精心挑選及整合的，已大致牽涉到家長及兒童在各自的崗位上，影響力較深的項目。

過去一年已介紹過他們，現在請大家繼續支持我們的雷達活動。



家長雷達	
項目 (簡稱)	註解
管教技巧 (技巧)	管教技巧教授
親職資訊 (資訊)	家長需知道，較知識性的
睿智心法 (心法)	管教心態上的調適
家庭關係 (家庭)	家人的關係處理
全人健康 (健康)	情緒處理、身體管理

兒童雷達	
項目 (簡稱)	註解
成長需要 / 自理能力 (自理)	自我照顧能力、成長階段需要
情緒管理 (情緒)	情緒處理
人際社交 (社交)	和朋友或陌生人的關係 / 應對
家庭關係 (家庭)	家人的關係處理
品德建立 (品德)	和品行有關的發展



家庭雷達

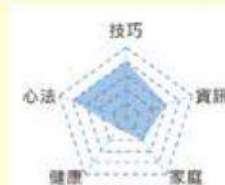
「讓繪本教孩子品德」家長小組

44/01N

日期：9/1, 16/1, 23/1, 30/1/2024 (逢星期二，共4節)
時間：上午9:30 - 11:00 (30/1/2024為下午5:00 - 6:00)
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：幼稚園至初小學生家長
(30/1可帶同幼稚園至初小的子女出席)
名額：10人
收費：每位\$40 (會員) / \$60 (非會員)
內容：和家長探討如何透過繪本，為小孩灌輸和德育相關的概念，也教家長因著不同因素，如何講故事和選書。最後一節可選擇帶同子女出席，實踐如何向小孩「說教」。

負責職員：范姑娘 (註冊社工，內線102)

備註：1.如非活動指定對象，需作後備處理。



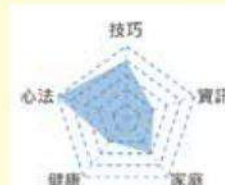
親子遊戲·情心「密語」小組

44/02N

日期：22/2, 29/2, 7/3, 14/3/2024 (逢星期四，共4節)
時間：上午9:30 - 11:30
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：幼稚園至初小學生家長
名額：12人
收費：免費
內容：透過小組分享、遊戲及短講等，讓家長學習「兒童為本親子遊戲治療法」之基本理論和技巧，學習了解孩子的情緒及想法，並作出適當的回應，以加強親子溝通及關係，並讓家長了解「強制舉報懷疑虐待兒童個案」機制及有關資訊。

負責職員：陳先生 (註冊社工，內線115)

備註：1.如非活動指定對象，需作後備處理。



「家」多一位小廚神 (親子小組)

44/03N

日期：20/1, 27/1, 3/2, 24/2, 2/3/2024 (逢星期六，共5節)
時間：下午2:30 - 4:00
地點：本中心二樓綜藝坊及樂聚坊
對象：5至11歲子女及其家長 (必須一名家長配一名兒童)
名額：6對親子
收費：每對親子\$80 (會員) / \$120 (非會員)
內容：透過共同製作雪花餅、薄皮pizza、美式軟曲奇等美食……大玩親子遊戲，促進親子互相欣賞，增強雙向溝通效果，一起共度愉快親子時光！

負責職員：莊先生 (實習社工)

備註：1.費用已包括製作材料費
2.圖片僅供參考
3.請自備食物盒盛載完成的食物



「同玩・童創造」親子工作坊

44/04N

日期：17/2/2024 (星期六)
時間：上午11:00 - 下午12:30
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：6 - 12歲學生及其家長
名額：20人
收費：免費
內容：大人細路攜手挑戰各項門智鬥力的遊戲，以隊制形式進行比賽，讓家長學習與孩子玩遊戲，了解回應孩子需要的基本技巧，鼓勵家長讓孩子在遊戲中主導，發揮創造力，促進親子溝通，並讓家長了解「強制舉報懷疑虐待兒童個案」機制及有關資訊。

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。



快樂廚房 - 家長小組

44/05N

日期：21/2, 28/2, 6/3, 13/3/2024 (逢星期三，共4節)
時間：上午10:30 - 12:00
地點：本中心二樓樂聚坊
對象：有18歲以下子女的家長
名額：10人
收費：每位\$80 (會員) / \$120 (非會員)
內容：在輕鬆的環境下，每節製作不同美食 (包括傳統鹹仔糕、快餐店菜絲沙律、花樣餃子及月亮脆餅)，與家人分享。

負責職員：譚姑娘 (註冊社工，內線134)
備註：1. 如非活動指定對象，需作後備處理。
 2. 參加者每節需自備食物盒。
 3. 圖片只作參考。



親子尋龍記

44/06N

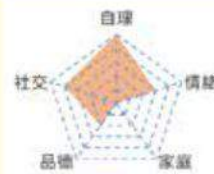
日期：16/3/2024 (星期六)
時間：上午9:30 - 下午1:00
地點：沙田新城市廣場一期
集合/解散地點：油麗邨信麗樓中心一樓活動室 (一至三)
對象：3 - 17歲兒童及其家長
名額：40人
收費：每位\$20 (會員) / \$30 (非會員)
內容：你會唔會係恐龍迷？一家人齊到沙田新建成的Dino Park恐龍公園，讓小朋友放放電，享受優質親子時間。
負責職員：陳先生 (註冊社工，內線115)
備註：1.如非活動指定對象，需作後備處理。
 2.活動包括來回交通，不包括餐點。



能力 Level Up — 兒童小組

44/07N

日期：1/3, 8/3, 15/3, 22/3/2024 (逢星期五，共4節)
時間：下午5:00 - 6:00
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：K.1 - K.2 幼稚園學生
名額：10人
收費：每位\$30 (會員) / \$50 (非會員)
內容：透過不同遊戲及運用小道具，訓練小朋友大小肌肉、專注力、自理及社交能力，提升整體發展。
負責職員：譚姑娘 (註冊社工，內線134)
備註：1. 如非活動指定對象，需作後備處理。



繪本小世界兒童小組

44/08N

日期：12/1, 19/1, 26/1, 2/2/2024 (逢星期五，共4節)
時間：下午5:15 - 6:15
地點：本中心一樓活動室 (一至二)
對象：K2 - K3 幼童 (部份名額會留給正面對父母分居或離異的兒童優先)
名額：10人
收費：每位\$30 (會員) / \$50 (非會員)
內容：故事和繪本是兒童學習的好渠道，讓他們以想像力及創意去認識品德和社交相處。此小組以繪本為主題，加以遊戲配合故事主題來讓兒童明白當中的道理。
負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線130)

婦女添姿彩

天空光彩和諧粉彩小組

44/09N

日期：21/2, 28/2, 6/3, 13/3/2024 (逢星期三，共4節)
時間：上午10:00 - 下午12:00
地點：本中心一樓會議室
對象：區內18歲或以上女士 (部份名額留給單親家長優先)
名額：10人
收費：每位\$40 (會員) / \$60 (非會員)
內容：是次小組以和諧粉彩以天空景色為主題，讓參加者放鬆心情繪畫。繪畫和諧粉彩不需要對藝術有經驗，即使是新手也能輕易。
負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線130)
備註：1.已包材料借用。2.圖片只供參考。



乾花蠟燭製作

44/10N

日期：21/3/2024 (星期四)
時間：上午10:00 - 下午12:00
地點：本中心一樓活動室 (一至二)
對象：區內有興趣之18歲或以上女士
名額：10人
收費：每位\$50 (會員) / \$80 (非會員)
內容：精緻的生活擺設可為生活添上色彩！是次工作坊會製作乾花蠟燭，讓家居多點品味。由愛錫自己開始！
負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線130)
備註：1.圖片僅供參考。2.已包括材料。



遇到家務、煮食或幼兒照顧的困難？

分享生活小智慧，提升生活技能

服務介紹：透過針對個別社區人士需要而設計的訓練，培育他們自理自立的能力。

服務對象：- 不熟習料理家務或照顧幼兒的家長

- 因身體或精神健康問題而未能應付家務或照顧幼兒的家長
- 家庭出現變故，家庭成員須接替料理家務或照顧幼兒
- 其他社會工作員認為有此項服務需要的個案

訓練內容：自我照顧、家庭照顧、幼兒照顧

家務通：茶粿不求人

44/11N

日期：10/1/2024 (星期三)
時間：上午10:00 - 中午12:00

(圖片只供參考)



地點：本中心二樓樂聚坊
對象：家有18歲以下子女的家長

名額：6人

收費：每位\$20

內容：示範製作茶粿，一起嘗試製作分享選購食材心得、食物配搭與營養

負責職員：范姑娘 (註冊社工，內線102)、關姑娘 (家務指導員，內線132)

備註：1.如非活動指定對象，需作後備處理

家務通：蘿蔔糕自己蒸

44/12N

日期：1/2/2024 (星期四)
時間：上午10:00 - 中午12:00

(圖片只供參考)



地點：本中心二樓樂聚坊
對象：家有18歲以下子女的家長

名額：6人

收費：每位\$20

內容：示範製作蘿蔔糕，一起嘗試製作分享選購食材心得、食物配搭與營養

負責職員：范姑娘 (註冊社工，內線102)、關姑娘 (家務指導員，內線132)

備註：1.如非活動指定對象，需作後備處理

家務通：薑汁奶自己撞

44/13N

日期：14/3/2024 (星期四)
時間：上午10:00 - 中午12:00

(圖片只供參考)



地點：本中心二樓樂聚坊
對象：家有18歲以下子女的家長

名額：6人

收費：每位\$20

內容：示範製作薑汁奶，一起嘗試製作分享選購食材心得、食物配搭與營養

負責職員：范姑娘 (註冊社工，內線102)、關姑娘 (家務指導員，內線132)

備註：1.如非活動指定對象，需作後備處理

三選一。其他可作後備報名

彩虹雅聚 - 親子齊來DIY賀新年

44/14N

日期：20/1/2024 (星期六)
時間：上午 10:00 - 12:00
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：單親家長及其就讀幼稚園K.2至小六子女
名額：12人
收費：每位 \$15 (會員) / \$20 (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。農曆新年臨近，本次聚會活動透過親子一起製作福字掛飾和得意有趣的舞龍燈，並一起玩小遊戲，既可以為家中增添新年氣氛，又能夠加強親子間彼此的溝通和合作，建立更和諧的親子關係。



負責職員：劉姑娘 (註冊社工，內線108)

備註：1.每個家庭最多可攜同兩名子女參與，但收費以每位計算。
2.費用已包括材料費。
3.圖片只供參考，款式可能會因應訂貨情況而有所不同。

「我有兩個家」離異家庭兒童小組

44/15N

日期：21/2, 28/2, 6/3, 13/3/2024 (逢星期三，共4節)
時間：下午5:30 - 6:30
地點：本中心一樓活動室 (一至二)
對象：5 - 10歲之正面對父母分居或離異的兒童
名額：8人
收費：每位\$30 (會員) / \$50 (非會員)
內容：當兒童適應家庭離異的變化，和同住及非同住家長的相處也會有不同，會經驗不同的情緒。透過繪本和藝術活動，讓兒童知道與同住及非同住家長相處的應對，並提升內在的力量來面對家庭的變化。

負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線 130)

備註：1.家長須參與小組前後面談，以了解兒童的需要。

「我家孩子有個秘密」家長支援工作坊

44/16N

日期：27/2/2024 (星期二)
時間：上午 10:00 - 11:30
地點：本中心一樓會議室
對象：育有5 - 10歲兒童，正面對分居或離婚之同住家長
名額：8人
收費：每位 \$15 (會員) / \$20 (非會員)
內容：孩子面對父母離異，心中懷著很多秘密，如不知父母發生甚麼事，是不是自己做錯了，父母會不會復合等疑惑，不敢表達，有時更不說真話，讓同住家長感到不知所措。家長可以如何回應，才能回應孩子的心聲？是次工作坊討論孩子的情緒需要及應對方法，支援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)

備註：1.參加者之兒童曾出席「我的心中有個秘密」離異家庭兒童小組為優先。

義工招募

關懷送暖迎「龍」年

44/17N

- 日期：3/2/2024 (星期六)
 時間：上午9:30 - 12:30
 地點：本中心二樓綜藝室
 對象：本中心登記義工
 名額：30人
 收費：免費
 內容：農曆新年將至，義工探訪油塘區內的獨居或雙老長者及派發紀念品，讓區內長者一同分享節日歡樂氣氛。
 負責職員：邵姑娘 (註冊社工，內線127)
 備註：1. 未成年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。

送兔迎龍賀新春飾物班

44/18N

- 日期：11/1, 18/1, 25/1, 1/2/2024 (逢星期四，共4節)
 時間：上午10:00 - 11:30
 地點：本中心一樓活動室 (一至三)
 對象：有興趣參與新春吊飾製作的義工
 名額：15人
 收費：免費
 內容：學習製作新春吊飾，並於新春探訪期間贈予區內長者。
 負責職員：謝先生 (註冊社工，內線111)
 備註：1. 活動的製作時間可計算義工時數。
 2. 圖片只供參考



新春義工「幸福」手作班

44/19N

- 日期：15/1/2024 (星期一)
 時間：上午10:00 - 11:30
 地點：本中心一樓活動室 (一至三)
 對象：有意成為義工的人士
 名額：15人
 收費：免費
 內容：義工一同製作「幸福」紙雕送贈區內長者，以表關懷。
 負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線109)
 備註：1. 是次活動可計算義工服務時數



親子環保小先鋒：魔鬼山淨山之旅

44/20N

- 日期：2/3/2024 (星期六)
 時間：上午10:00 - 下午1:00
 集合地點：油塘地鐵站A出口
 活動地點：衛奕信徑第三段 (高超道至澳景路)
 對象：有興趣參與環保義工活動及有初級行山經驗的親子義工
 注意：同行之小朋友需最少年滿5歲
 名額：12人
 收費：免費
 內容：結合郊遊及認識保護環境為本的活動，促進家庭了解郊野垃圾的問題，並建立保護環境的意識。活動中將會一邊行山欣賞美景，一邊沿路拾取郊野垃圾，齊齊保護郊野。
 負責職員：謝先生 (註冊社工，內線111)
 備註：1. 活動時間可計算義工時數。2. 請盡量穿著以防曬、舒適和方便為主的服裝，例如運動服裝；另敬請穿著合適的球鞋或行山鞋。3. 請自備足夠飲用水 (至少1公升)、個人藥物以及輕便食物。4. 請自備個人防雨、防蚊和防曬用品。



端午"糉"是情

44/21N

- 日期：7/3/2024 (星期四)
 時間：上午10:00 - 12:00
 地點：本中心二樓綜藝坊
 對象：有意成為義工的人士
 名額：15人
 收費：免費
 內容：端午節是中國傳統大日，義工們一同製作粽子掛飾，稍後於佳節贈於區內長者送上關懷。
 負責職員：葉姑娘 (註冊社工，內線117)
 備註：1. 未成年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。

「送你一枝花」義工鉤織手作班

44/22N

- 日期：8/3/2024 (星期五)
 時間：上午10:00 - 12:00
 地點：本中心一樓活動室 (一至三)
 對象：懂編織技巧人士
 名額：15人
 收費：免費
 內容：義工一同製作鉤織作品送贈區內街坊，以表關懷。
 負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線109)
 備註：1. 是次活動可計算義工服務時數



調解知多D

44/23N

- 日期：14/3/2024 (星期四)
 時間：上午10:00 - 中午12:00
 地點：本中心二樓綜藝坊
 對象：本中心登記義工
 名額：12人
 收費：免費
 內容：促進義工對調解概念和調解基本技巧的認識，並能學以致用，將調解概念運用至處理人際間的衝突。(講者：認可家事調解監督 李蘇慧雲女士)
 負責職員：廖姑娘 (註冊社工，內線113)
 備註：1. 參加者需年滿18歲或以上。2. 如非活動指定對象，需作後備處理。





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

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

系列	編號	✓	活動名稱	會員	非會員	家庭成員號碼	費用	收據	內部使用
義工	44/17N		關懷送暖迎「龍」年	免費					正
	44/18N		送兔迎龍賀新春飾物班	免費					正
	44/19N		新春義工「幸福」手作班	免費					正
	44/20N		親子環保小先鋒：魔鬼山淨山之旅	免費					正
	44/21N		端午“撈”是情	免費					正
健康身心	44/22N		「送你一枝花」義工鉤織手作班	免費					正
	44/23N		調解知多D	免費					正
	44/24N		健康身心工作坊	免費					正
	44/25N		心靈手作系列 - 靜觀書法賀年揮春手作小組	45	70				正
	44/26N		身心鬆一zone, Let's chill out	40	60				正
講心港情	44/27N		身心健康輕鬆遊 西貢赤徑	15	20				正
	44/28N		婦女 yoga "club" 自己充電	40					正
	44/29N		婦女 Tea "club" 自己充電	40					正
	44/30N		親子玩轉烘焙教室	50					正
	44/31N		森林漫步	60	90				正
	44/32N		一期一會 - 親子和諧粉彩展新春	15					正

報名本中心活動注意事項

活動報名方法及須知

- 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」。
- 電話報名：因疫情有所改善，電話報名將恢復以往的安排：可於首天活動報名日後一星期(19/12/2023)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。
- 郵寄交費：
 - 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」。
 - 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。
 - 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)。
- 除活動內容更改、延期或取消，一經報名，所繳付之費用將不獲退還，亦不可擅自更改參加者。

- 如有任何本中心有效之活動優惠證明，如本中心有效會員証等，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。
- 經濟有困難人士，可與本中心職員聯絡，商討活動減費，本中心保留最後決定權。
- 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p23-26)。

- 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。

因受疫情影響，本中心的報名日期及安排或會受政府的最新防疫政策和措施影響導致有所變更，如未經及作事先通知，敬請原諒。



活動申請人 / 家長姓名 : _____ 性別 : 男 / 女 年齡 : _____ 聯絡電話 : _____

會員編號 : YTIFSC / 0 / _____ / _____ / _____ 香港身份證號碼 : (非會員適用)

通訊地址 : (非會員適用) _____

電郵 : _____

緊急聯絡人 : _____ 關係 : _____ 電話 : _____

活動對象所屬類別 (可「✓」多項) :

☐ 來港不足七年人士 / 家庭 (來港年份 : _____) ☐ 單親家庭

☐ 綜援人士 / 家庭 ☐ 不適用

☐ 低收入家庭 (現正領取 書簿津貼 / 車船津貼的家庭 / 幼稚園及幼兒中心學費減免計劃之資助之家庭)

活動申請人		報名家庭成員 (*如有, 必須填寫每一位中文全名)					
姓名 :	姓名 : _____ 性別 : _____	姓名 : _____ 性別 : _____	姓名 : _____ 性別 : _____	姓名 : _____ 性別 : _____	姓名 : _____ 性別 : _____	姓名 : _____ 性別 : _____	
	年級 : _____ 年齡 : _____	年級 : _____ 年齡 : _____	年級 : _____ 年齡 : _____	年級 : _____ 年齡 : _____	年級 : _____ 年齡 : _____	年級 : _____ 年齡 : _____	
	與申請人關係 : _____	與申請人關係 : _____	與申請人關係 : _____	與申請人關係 : _____	與申請人關係 : _____	與申請人關係 : _____	
健康申報 (如家庭成員未滿18歲, 則需要填寫此部分)	☐ 未患上任何特別的疾病	☐ 未患上任何特別的疾病	☐ 未患上任何特別的疾病	☐ 未患上任何特別的疾病	☐ 未患上任何特別的疾病	☐ 未患上任何特別的疾病	
	☐ 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	☐ 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	☐ 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	☐ 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	☐ 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	☐ 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	
家庭成員號碼 : 1	家庭成員號碼 : 2		家庭成員號碼 : 3		家庭成員號碼 : 4		
家庭成員號碼 : 5							

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

系列	編號	✓	活動名稱	會員	非會員	家庭成員號碼	費用	收據	內部使用
家庭及親子	44/01N		「讓繪本教孩子品德」家長小組	40	60				正 後
	44/02N		親子遊戲 • 情心「密語」小組	免費					正 後
	44/03N		「家」多一位小廚神 (親子小組)	80(每對)	120(每對)				正 後
	44/04N		「同玩 • 童創造」親子工作坊	免費					正 後
	44/05N		快樂廚房 - 家長小組	80	120				正 後
	44/06N		親子尋龍記	20	30				正 後
兒童系列	44/07N		能力 Level Up — 兒童小組	30	50				正 後
	44/08N		繪本小世界 兒童小組	30	50				正 後
婦女	44/09N		天空光彩 和諧粉彩小組	40	60				正 後
	44/10N		乾花蠟燭製作	50	80				正 後
家務指導	44/11N		家務通：茶粿不求人	20					正 後
	44/12N		家務通：蘿蔔糕自己蒸	20					正 後
	44/13N		家務通：薑汁奶自己撞	20					正 後
自在半邊天	44/14N		彩虹雅聚 - 親子齊來 DIY 賀新年	15	20				正 後
	44/15N		「我有兩個家」離異家庭兒童小組	30	50				正 後
	44/16N		「我家孩子有個秘密」家長支援工作坊	15	20				正 後

中心會員須知

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

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。

會員義務

1. 於會員証有效期屆滿日（即每兩年之 3 月 31 日）或以前一星期，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。

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）



系列	編號	✓	活動名稱	會員	非會員	家庭成員號碼	費用	收據	內部使用	
									正	後
智家樂計劃	44/48N		感覺統合是什麼？	免費					正	後
	44/49N		牙牙學語幾時講？	免費					正	後
	44/50N		給自己一杯茶（第三期）	免費					正	後
	44/51N		好自癮親子揮春（4 歲 - 8 歲親子時間）	免費					正	後
調解	44/52N		好自癮親子揮春（9 歲 - 16 歲親子時間）	免費					正	後
	44/53N		免費約見律師服務	免費					正	後
	44/54N		家事法律諮詢講座	免費					正	後
	44/55N		「和平學坊」互助聚會	免費					正	後
和平學坊	44/56N		「和平學坊」兒童課程	免費					正	後
									正	後
備用									正	後
									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，詳情請見季刊第 22 頁。
2. 本人明白在活動期間因個人之健康狀況而引致的傷害，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資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：

更新會員會籍通知

各位會員請注意：

凡於 2022 年 11 月或之前登記為本中心的新、舊會員，其會籍已在 2023 年 3 月 31 日到期，如欲繼續享用免費收取中心通訊「家福油遞」、借閱圖書和玩具，以及享用會員優惠價報名活動，請盡快親臨本中心更新會籍，並填寫「會員資料更新資格」，辦理續會手續。

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和外借圖書服務外，還可享用商戶折扣優惠。

註：如外借圖書，每人只可以借出 1 本圖書。

以下是商戶優惠的詳情

商鋪名稱	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

◇ 優惠至 2024 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。

注意！停收千元紙幣

鑒於警方持續接報有仿真度極高的千元偽鈔出現，因此本會暫停收千元鈔票，不便之處，敬請原諒。

服務使用者的權利

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。

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！

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。

SQS 知多口

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：

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

* 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。

健康身心工作坊

44/24N

日期：3/1/2024 (星期三)
 時間：晚上7:00 - 8:00
 地點：本中心一樓會議室
 對象：過往完成健康身心小組的組員
 名額：12人
 收費：免費
 內容：在完成健康身心小組後，各組員在應用認知行為治療法下，會更明白思想、情緒、行為及身體反應的互動關係中產生的思想陷阱，並學習正面思考方式，提升人際關係之中的雙向溝通的質素。而這工作坊就是協助各畢業組員溫故知新及交流各種不同情景之處理方式。
 負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)

心靈手作系列 - 靜觀書法賀年揮春手作小組 44/25N

日期：8/1, 15/1, 22/1, 29/1/2024 (逢星期一，共4節)
 時間：上午10:15 - 11:45
 地點：本中心二樓綜藝坊
 對象：18歲以上人士
 名額：10人
 收費：每位\$45 (會員) / \$70 (非會員)
 內容：靜觀書法能讓參加者感受一筆一畫的寫，在紙筆磨擦的瞬間，專注在筆劃的流動，以致舒緩壓力和緊張。在小組中，工作員會教授隸書，參加者可挑選喜歡的賀年句語，寫出自己喜愛的字體，製作賀年揮春手作，並為他人及自己送上祝福。
 負責職員：呂姑娘 (註冊社工，內線131)
 備註：1.頭三節會教授基本書法及靜觀技巧。2.最後一節會正式製作賀年揮春手作，請盡量出席。



身心鬆一zone, Let's chill out 44/26N

日期：18/1, 25/1, 1/2, 8/2, 22/2/2024 (逢星期四，共5節)
 時間：上午9:30 - 11:00 (18/1, 25/1, 1/2, 22/2), 上午9:30 - 11:30 (8/2)
 地點：本中心一樓會議室，鯉魚門三家村 (8/2)
 對象：18歲或以上婦女
 名額：10人
 收費：每位\$40 (會員) / \$60 (非會員)
 內容：透過製作梳乎厘，品嚐花茶，繪畫和諧粉彩，呼吸練習，學習拍攝技巧，鯉魚門燈塔輕鬆遊，……一起學會放鬆自己身心，達到療癒的效果。同時互相分享愛錫自己的方法，學懂如何更愛自己。
 負責職員：周姑娘 (實習社工)
 備註：1.費用已包括製作的材料費。2.圖片只供參考。3.外出日(8/2/2024)請自備水及防曬用品。



身心健康輕鬆遊 西貢赤徑 44/27N

日期：25/1/2024 (星期四)
 時間：上午9:00 - 下午1:00
 地點：油塘港鐵站集合
 對象：18歲以上有興趣人士
 名額：12人
 收費：每位\$15 (會員) / \$20 (非會員)
 內容：赤徑位於西貢東的行山路線之一，是多條行山路線的必經之地，赤徑行山路線因為景色優美加上簡單輕鬆，成為不少人的郊遊好去處。是次活動讓我們輕輕鬆鬆郊遊，遠離繁囂城市，欣賞美景，身體力行，珍惜及愛護大自然。
 行程：北潭凹 > 赤徑渡頭 > 赤徑泥灘 > 赤徑營地 > 北潭凹
 負責職員：玲姑娘 (註冊社工，內線114)
 備註：1.參加者請穿著運動服裝、運動鞋或行山鞋。2.請自備食水、毛巾、蚊怕水等個人用品。3.請自備車費。

婦女yoga "club" 自己充電 44/28N

日期：3/1, 10/1, 17/1, 24/1/2024 (逢星期三，共4節)
 時間：上午9:30 - 10:30
 地點：本中心二樓綜藝坊
 對象：18歲或以上有興趣的婦女 (新來港人士)
 名額：10人
 收費：每位\$40
 內容：給自己休憩身心並鍛鍊身心的時間及習慣，一齊在導師指導下做瑜珈，覺察身心壓力，放鬆筋骨，齊齊充電。
 負責職員：如姑娘 (註冊社工，內線119)
 備註：1.鳴謝：觀塘民政事務處
 2.如非活動指定對象，需作後備處理

婦女 Tea "club" 自己充電 44/29N

日期：4/1, 11/1, 18/1, 25/1/2024 (逢星期四，共4節)
 時間：上午9:30 - 10:30
 地點：本中心二樓綜藝坊
 對象：18歲或以上有興趣的婦女 (新來港人士)
 名額：10人
 收費：每位\$40
 內容：給自己覺察心情及休憩的時間，一齊認識花茶，品味茶香，DIY花茶茶包，紓解壓力，齊齊充電。
 負責職員：如姑娘 (註冊社工，內線119)
 備註：1.鳴謝：觀塘民政事務處
 2.如非活動指定對象，需作後備處理

親子玩轉烘焙教室 44/30N

日期：13/1/2024 (星期六)
 時間：下午2:30 - 5:30
 地點：觀塘區烘焙教室
 對象：新來港家庭家長及其子女
 名額：10人
 收費：每位\$50
 內容：邀請親子一起參與好玩又有興趣的糕餅烘焙教室，在專業導師指導下，家人與小朋友一起控制杯子蛋糕享受輕輕鬆鬆親子時間，促進親子關係。
 負責職員：曾姑娘 (註冊社工，內線126)
 備註：1.活動由觀塘民政事務處資助

森林漫步

44/31N

日期：18/1/2024 (星期四)
時間：上午8:30 - 下午3:00

集合及解散地點：油塘地鐵站B2出口對出空地
活動地點：嘉道理農場

對象：18歲或以上新來港人士優先

名額：12人

收費：每位\$60 (會員) / \$90 (非會員)

內容：森林漫步又稱「森林療癒」或「森林浴」，是一個以漫步森林為軸線的半日旅程，增強人與大自然的連繫。在這趟旅程中，你將會慢步靜行，透過一系列的邀請，漸漸打開心扉，讓自己的不同感官都沉浸在充滿生命力的森林裡。

負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線112)

備註：1.此活動由觀塘民政事務處贊助，費用已包含來回車費、園區入場費及當天嚮導費用。

2.園區內設有素食餐廳，可自行付費享用或自備便餐，如：飯團 / 三文治。

3.如非指定對象，需作後備處理。

4.由於此活動有贊助，若當天臨時缺席者，需要收回活動全費\$300。



一期一會 - 親子和諧粉彩展新春

44/32N

日期：27/1/2024 (星期六)
時間：下午3:00 - 4:00

地點：本中心一樓活動室 (一至三)

對象：家長及其3 - 15歲子女

名額：12人

收費：每位\$15

內容：一年之計在於春。新的一年，家長和子女一邊享用茶點，一方在導師教學下繪畫出心中的節日氣氛、祝福和展望，一齊樂也融融，除舊歲，朝氣踏入新一年。

負責職員：如姑娘 (註冊社工，內線119)

備註：1.鳴謝：觀塘民政事務處

2.如非活動指定對象，需作後備處理

主辦機構



賈馬會男士家友站

捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金

油塘綜合家庭服務中心

共享親子時間

多元共融科大機械人之旅

13/1/2024 (六)

上午 10:00 - 下午 5:30

親子桌遊有技巧

13/1, 20/1, 27/1, 3/2/2024 (六)

下午 2:00 - 3:30

親子酒精墨水畫揮春製作

3/2/2024 (六)

下午 4:30 - 6:00

親子閱讀館遊歷日

9/3/2024 (六)

上午 10:00 - 下午 12:30

管教有妙法

感覺統合訓練小組 - 爸爸網上學習篇

12/1, 19/1, 26/1, 2/2/2024 (五)

晚上 7:00 - 8:00

感覺統合訓練小組 - 親子實體學習篇 (A 組)

13/1, 20/1, 27/1, 3/2/2024 (六)

上午 10:00 - 11:00

感覺統合訓練小組 - 親子實體學習篇 (B 組)

13/1, 20/1, 27/1, 3/2/2024 (六)

上午 11:15 - 12:15

扭氣球義工隊

男士齊齊扭公仔訓練班 (基礎篇)

12/1, 19/1, 26/1, 2/2/2024 (五)

晚上 7:00 - 8:30

男士齊齊扭公仔訓練班 (進階篇)

16/2, 23/2, 1/3, 8/3/2024 (五)

晚上 7:00 - 8:30

身心健康 + 男人「心」交

好言好語正向溝通男士小組

10/1, 17/1, 24/1, 31/1,

7/2, 14/2, 21/2, 28/2/2024 (三)

晚上 7:00 - 8:00

男人心，好好傾 - 養生好湯愛自己

13/1/2024 (六)

下午 4:00 - 5:00

男人心，好好傾

17/1, 21/2, 20/3/2024 (六)

晚上 6:00 - 7:00

花點心思愛家人

27/1/2024 (六)

下午 4:00 - 5:30

吃喝玩樂 - 過新年

31/1/2024 (三)

晚上 8:00 - 9:00

Book 個場，新年打場羽毛球

17/2/2024 (六)

晚上 7:00 - 9:00

查詢電話：2775 2332 (何先生 / 曾先生)

中心地址：九龍油麗邨信麗樓 1 樓

報名方法：請使用以上二維碼或

網址 <https://forms.office.com/r/gLHe8ZWYq9>



接收賽馬會男士家友站服務宣傳及推廣同意書

□ 本人同意香港家庭福利會使用本人聯絡資料於直接促銷/推廣接觸之用，包括通訊、社會服務及活動推廣/典禮邀請或籌款等用途，中心將定期傳送中心男士活動推廣及教育性資訊，請簽署後頁以同意接收中心資訊，查詢請致電2775 2332。

賽馬會男士家友站 — 油塘綜合家庭服務中心活動回顧 (2023 年 7 月至 9 月)

家居健體運動體驗工作坊

- # 個個都做 gym，唔通個個都想大隻
- # 自己 body 自己操，你今日操咗未呀
- # 齊齊來，齊齊操，齊齊 fit 番晒，油塘家福會等緊你



男人心，好好傾

- # 有才不要藏 (二胡高手)
- # 歡迎邊傾，邊做才藝分享
- # 想吹水既你，拿拿淋黎油塘家福會啦
- # 一月一聚



氣球扭扭樂

- # 男人的浪漫，做義工，扭氣球
- # 扭氣球既野識既就明，唔識既就只能羨慕兼崇拜
- # 大人小朋友拎住氣球公仔都即刻醒神又開心
- # 對想學既朋友，「扭氣球義工薈萃」季季都有歡迎名男士黎學扭氣球公仔
- # 一技旁身，老婆仔女好易氹



氣球扭扭樂 — 親子篇

- # 千呼萬喚始出來，終於開班啦
- # 爸爸同仔女都扭到停唔到手
- # 氣球易唔易扭？扭過你就知
- # 最緊要膽大，敢扭，唔怕爆波
- # 想學就黎油塘家福會留定名登記定先

共享親子時間

多元共融科大機械人之旅

44/33N

- 日期：13/1/2024 (星期六)
時間：上午10:00 - 下午5:30
集散地點：本中心一樓活動室 (一至三)
活動地點：香港科技大學
對象：育有小學生的爸爸及其家庭成員
名額：12位爸爸及其家庭成員
收費：每個家庭\$100
內容：活動會由有特殊教育需要(SEN)的大學生帶領一家大細於香港科技大學度過豐富的一天！一群SEN學生領袖會帶領參加者進行家庭活動，並會分享他們入大學的心路歷程。午膳後，更會帶參加者到科技大學不同景點參觀及參與科大工程學院機械人活動，學習科學理論及與機械人互動。
負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)
備註：1. 育有SEN小朋友的家庭優先，爸爸必須出席活動。
2. 活動包括來回旅遊巴士及於科技大學午膳。
3. 活動完結後，會派發價值\$100的超市現金券。

親子桌遊有技巧

44/34N

- 日期：13/1, 20/1, 27/1, 3/2/2024 (逢星期六，共4節)
時間：下午2:00 - 3:30
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：育有小學生的父親 (第一、二節) / 小學生及其父親 (第三、四節)
名額：12人 (第一、二節) / 12對親子 (第三、四節)
收費：\$50 (每對親子)
內容：原來爸爸在家與子女玩桌遊(Boardgame)都可以有技巧地培養小朋友不同方面的發展。本小組會分為兩部分，第一、二節會由專業的桌遊導師教授爸爸實用的親子桌遊技巧。第三、四節會邀請爸爸帶同子女到中心一同實踐技巧，與其他家庭鬥智鬥力。
負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133) 及何先生 (註冊社工，內線135)
備註：1. 參與最少3節小組後會獲得全新精美桌遊一副。

親子酒精墨水畫揮春製作

44/35N

- 日期：3/2/2024 (星期六)
時間：下午4:30 - 下午6:00
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：育有小學生的爸爸及其家庭成員
名額：12對親子
收費：\$40 (每對親子)
內容：在專業酒精墨水畫導師的帶領下，歡迎爸爸帶同子女一同來製作獨特的酒精墨水畫揮春。新一年讓家中增添色彩。參加者不需要藝術背景，享受過程即可！
負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)
備註：1. 活動費用已包括專業導師費、所有物資及兩幅作品



接收賽馬會男士家友站服務宣傳及推廣同意書

姓名：_____ 年齡：_____ 電話：_____

簽名：_____ 日期：_____

共享親子時間

親子閱讀館遊歷日

44/36N

日期：9/3/2024 (星期六)
時間：上午10:00 - 下午12:30
集合及解散地點：本中心二樓綜藝坊
活動地點：黃大仙
地點：九龍油塘油麗邨信麗樓一樓 (油塘綜合家庭服務中心)
對象：幼稚園或小學及其父親
名額：15個家庭
收費：每個家庭\$30
內容：參觀兒童圖書館，了解有關兒童讀物之資訊，再由該館導師帶領進行親子閱讀，培養小朋友閱讀習慣及能力，提升他們語言能力及自學能力。
負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)
備註：凡父親帶同子女出席者，母親也能一同出席。

扭氣球義工隊

男士齊齊扭公仔訓練班 (基礎篇)

44/37N

日期：12/1, 19/1, 26/1, 2/2/2024 (逢星期五，共4節)
時間：晚上7:00 - 8:30
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：18歲或以上男士
名額：15人
收費：每位\$50
內容：本小組會由有經驗的扭氣球導師教授扭氣球的基本技巧及一同挑戰扭不同難度的氣球公仔。歡迎有興趣加入扭氣球義工隊的男士們，為日後的扭氣球義工服務做好準備！
負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)
備註：1.所有物資會由本中心借用。



男士齊齊扭公仔訓練班 (進階篇)

44/38N

日期：16/2, 23/2, 1/3, 8/3/2024 (逢星期五，共4節)
時間：晚上7:00 - 8:30
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：18歲或以上男士
名額：15人
收費：每位\$50
內容：本小組會由有經驗的扭氣球導師教授扭氣球的進階技巧及教授如果扭中-高難度的氣球公仔。歡迎有興趣加入扭氣球義工隊的男士們，學一門手藝及為日後的扭氣球義工服務做好準備！
負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)
備註：1.所有物資會由本中心借用。
2.參加者有基本扭氣球知識的話會有更佳的學習效果。

身心健康+男人「心」交

好言好語正向溝通男士小組

44/39N

日期：10/1, 17/1, 24/1, 31/1, 7/2, 14/2, 21/2, 28/2/2024 (逢星期三，共8節)
時間：晚上7:00 - 8:00
地點：本中心一樓會議室
對象：成年男士
名額：12人
收費：免費
內容：運用認知行為治療法，去協助男士探索及了解自己在不同情境下的思想、情緒、行為及身體反應的互動關係中產生的思想陷阱，從中學習正面思考方式，促進正向溝通和提升人際關係的質素。
負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)
備註：1.參加者需通過組前篩選評估。

男人心，好好傾 — 養生好湯愛自己

44/40N

日期：13/1/2024 (星期六)
時間：下午4:00 - 5:00
地點：本中心一樓活動室 (一至三)
對象：成年男士
名額：20人
收費：免費
內容：一齊來學習煲湯小知識，並享用健脾補腎及益氣養血的合桃腰果栗子雞湯。
負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)
備註：1.湯料包括合桃、腰果、栗子、蜜棗、生薑及雞肉。
2.參加者需自行評估是否適合飲用此款湯水及有沒有食物敏感的問題。

男人心，好好傾

44/41N

日期：17/1, 21/2, 20/3/2024 (逢每月第三個星期三，共3節)
時間：晚上6:00 - 7:00
地點：本中心一樓會議室
對象：成年男士
名額：15人
收費：免費
內容：各方男士聚首一堂，又可以玩遊戲又可以飲飲食食，齊齊吹吹水，既輕鬆又自在。
負責職員：何先生 / 曾先生 (註冊社工，內線135 / 133)
備註：1.本季主題分享男士生活壓力。

花點心思愛家人

44/42N

日期：27/1/2024 (星期六)
 時間：下午4:00 - 5:30
 地點：本中心一樓活動室 (一至三)
 對象：成年男士
 名額：15人
 收費：免費
 內容：今年農曆新年及西方情人節匯聚一齊，相信會令不少男士煩惱加倍，不如一齊來學習動手製作手工花，送給家人以表心意，一來獨一無異，二來又心意滿溢，三來又價廉物美。
 負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)
 備註：1.所有製成品都可以自行帶走。

吃喝玩樂・過新年

44/43N

日期：31/1/2024 (星期三)
 時間：晚上8:00 - 9:00
 地點：本中心一樓會議室
 對象：成年男士
 名額：20人
 收費：每位\$50
 內容：送舊迎新，齊慶龍年。期待各位男士出席新年盛宴，一齊來吃乳豬、盆菜、撈起等賀年食物，一邊吃喝玩樂，一邊開心過新年。
 負責職員：曾參與本中心男士義工服務者優先。
 備註：何先生 (註冊社工，內線135)

Book個場，新年打場羽毛球

44/44N

日期：17/2/2024 (星期六)
 時間：晚上7:00 - 9:00
 地點：鯉魚門體育館(主場) (油塘鯉魚門市政大廈4樓)
 對象：18歲或以上男士
 名額：7人
 收費：免費
 內容：召喚有興趣打羽毛球的男士來一較高下(初級)，新的一年認識新的波友。
 負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)
 備註：1.活動詳情有機會因應場地供應而有所更改。
 2.本中心會提供羽毛球，男士請自備球拍。



管教有妙法

感覺統合訓練小組 — 爸爸網上學習篇

44/45N

日期：12/1, 19/1, 26/1, 2/2/2024 (逢星期五，共4節)
 時間：晚上7:00 - 8:00
 地點：Zoom線上進行
 對象：育有幼稚園或小學生之父親
 名額：30人
 收費：每位\$50
 內容：感覺統合的發展對小朋友在自我照顧、個人情緒、學習及社交等各方面能力的高低上扮演一個很重要的角色。
 因此小組會由註冊職業治療師帶領及各位父親分享有關小朋友不同階段之發展需要，及教授家居感覺統合訓練的方法，從而提升小朋友專注力、執行力、大小肌和感統的發展，使小朋友在各方面的能力都有良好的發展。
 負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)
 備註：1.小朋友確診有SEN者或懷疑小朋友有SEN者優先。(感覺統合訓練小組 — 親子實體學習篇 (A組) 或 (B組) 參加者優先參加感覺統合訓練小組 — 爸爸網上學習篇。) 2.小組由註冊職業治療師帶領。3.此小組是網上Zoom小組。

感覺統合訓練小組 — 親子實體學習篇 (A組)

44/46N

日期：13/1, 20/1, 27/1, 3/2/2024 (逢星期六，共4節)
 時間：上午10:00 - 11:00
 地點：本中心二樓綜藝坊
 對象：幼稚園或小學生及其父親
 名額：15對親子
 收費：每對親子\$50
 內容：感覺統合的發展對小朋友在自我照顧、個人情緒、學習及社交等各方面能力的高低上扮演一個很重要的角色。
 因此小組會由註冊職業治療師帶領及指導各父子實踐家居感覺統合訓練的方法及技巧，一來提升小朋友感統發展，二來提升父親與子女的關係。
 負責職員：何先生 / 曾先生 (註冊社工，內線135 / 133)
 備註：1.小朋友確診有SEN者或懷疑小朋友有SEN者優先。(此小組參加者能優先參加感覺統合訓練小組 — 爸爸網上學習篇。) 2.小組由註冊職業治療師帶領。3.此小組是實體小組。

感覺統合訓練小組 — 親子實體學習篇 (B組)

44/47N

日期：13/1, 20/1, 27/1, 3/2/2024 (逢星期六，共4節)
 時間：上午11:15 - 12:15
 地點：本中心二樓綜藝坊
 對象：幼稚園或小學生及其父親
 名額：15對親子
 收費：每對親子\$50
 內容：感覺統合的發展對小朋友在自我照顧、個人情緒、學習及社交等各方面能力的高低上扮演一個很重要的角色。
 因此小組會由註冊職業治療師帶領及指導各父子實踐家居感覺統合訓練的方法及技巧，一來提升小朋友感統發展，二來提升父親與子女的關係。
 負責職員：何先生 / 曾先生 (註冊社工，內線135 / 133)
 備註：1.小朋友確診有SEN者或懷疑小朋友有SEN者優先。(此小組參加者能優先參加感覺統合訓練小組 — 爸爸網上學習篇。) 2.小組由註冊職業治療師帶領。3.此小組是實體小組。

不同專業與你一起談 管教not alone



Parenting Tips @Home

屋企有支援@ (第二期)

13/1

星期六 上午
10:00 - 11:00

費用全免 (10/01截止)

歡迎育有幼稚園至小學
學童的家長/公眾參加



感覺統合是什麼?

孩子特別愛撞來撞去，是否感覺統合失調?
孩子不愛玩水，是否感覺統合失調?
一同來了解不同感覺統合特質孩子的教養。

- ◆ 感覺統合知多點
- ◆ 不同感覺處理類型孩子的特質和教養
- ◆ 家長角色可以做什麼?

費用: 全免
講者嘉賓: 嚴潔瑩姑娘
(資深職業治療師@樂善堂)

想知道更多孩子
在家學習方法
歡迎收看
講座一同了解!

44/48N

ZOOM
網上講座

覺得人地好吵
過敏 易焦慮



44/49N

ZOOM
網上講座

牙牙學語幾時講?

好擔心孩子學得比人遲，但在家可以點樣教?
孩子2歲末識講野可以點? 咬字唔正多咬牙膠有效?
想知道更多孩子在家學習方法，歡迎收看講座一同了解!

- ◆ 兒童言語發展階梯
- ◆ 家長角色可以做什麼?
- ◆ 言語障礙知多些
- ◆ 社區資源

費用: 全免
講者嘉賓: 朱嘉麗女士
(臨床心理學家及顧問言語治療師)

一起了解多點
減輕擔心!

其他講座:
請留意
Facebook
作線上報名

職業治療師 書寫有方法-學字方法與手肌 我愛寫字
有關書寫規則 家長策略-混淆字音字形 家長策略-在家做家課小貼士

職業治療師 書寫有方法-視覺感知/眼球控制/光敏感篇)
視覺感知與書寫 眼球控制與書寫 光敏感與書寫

心理學家 處理固執行為情緒有法寶
固執行為的原因 孩子哭鬧、發脾氣的管教

ZOOM
網上講座

密切留意
Facebook公佈

兒家宜家學
家庭支援系列

呼吸HOME間@

希望把“家”的空間延伸到單位以外，
以在社區享用更多生活空間，連繫社區。



小郵箱

44/50N

給自己一杯茶

(第三期)

目的: 鼓勵建立自我關懷的片刻

- * 心靈雞湯Whatsapp
- * 郵寄 3次 茶靜心實踐(茶包)

期間: 2月至4月

對象: 育有0-18歲懷疑/確診特殊教育
需要(SEN)孩子的家長

費用: 全免 名額: 20名



藝術閣

酒精墨水

好自癒 X 揮春
親子時間

4歲- 8歲親子時間:

3/2 (六) 上午10:00 - 11:00

9歲- 16歲親子時間:

3/2 (六) 上午11:30 - 12:30

費用: 全免 名額每節:10位

44/51N

44/52N

放空閣

年尾放放空

@SEN家庭綠色古典電車派對

27/1 (六) 下午

密切留意 Facebook公佈



更多活動:

下廚閣

玩具閣



兒家宜家學
家庭支援系列

策劃及捐助:



香港賽馬會慈善信託基金

合作院校:



THE UNIVERSITY OF HONG KONG
DEPARTMENT OF
COMPUTER SCIENCE



HKU Med
The University of Hong Kong
香港大學護理學院

合作夥伴:



香港浸會大學
HONG KONG BAPTIST UNIVERSITY



Department of Social Work and Social Administration
The University of Hong Kong
香港大學社會工作社會行政學系

力行「膽」任，樂享親恩

膽養費權與責教育計劃

免費約見律師服務

44/53N

內 容：1.由律師提供諮詢服務
2.助你解決與法律有關的疑難，如膽養費、子女照顧、家庭財產等。
3.面談約為20分鐘，須報名預約

日 期：15/3/2024 (星期五)
時 間：晚上6:30 - 8:10
地 點：本中心一樓活動室(一)
對 象：18歲或以上的公眾人士
名 額：5人
收 費：免費

負責職員：李先生(註冊社工，認可調解員，內線116)

備 註：1.需預約(請填寫〈免費約見律師服務〉表格)。
2.受疫情影響，活動或會改為電話進行，有關安排會在活動7日前(8/3/2023)通知確定。



家事法律諮詢講座

44/54N

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)膽養費 (4)財產分配

日 期：22/3/2024 (星期五)
時 間：晚上7:00 - 晚上8:30
地 點：本中心一樓活動室(一至三)
對 象：18歲或以上的公眾人士
名 額：15人
收 費：免費

負責職員：李先生(註冊社工，認可調解員，內線116)

備 註：1.受疫情影響，活動或會改為Zoom網上進行，有關安排會在活動7日前(15-3-2024)通知確定。

本宣傳品僅代表本機構的立場

鳴謝：民政及青年事務局資助

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
132 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	12/1, 19/1, 26/1, 2/2/2024 (逢星期五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	15/12/2023 - 11/1/2024
132 男士班		3/1, 10/1, 17/1, 24/1/2024 (逢星期三)		6/12 - 2/1/2024
133 女士班	油塘綜合家庭服務中心 九龍油塘油麗邨 信麗樓一樓	9/2, 16/2, 23/2, 30/2/2024 (逢星期五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	12/1/2024 - 8/2/2024
133 男士班		31/1, 7/2, 14/2, 21/2/2024 (逢星期三)		3/1/2024 - 1/2/2024
134 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	1/3, 8/3, 15/3, 22/3/2024 (逢星期五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	9/2 - 28/2/2024
134 男士班		28/2, 6/3, 13/3, 20/3/2024 (逢星期三)		2/2 - 27/2/2024

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

44/55N

日期：10/1/2024 (星期三)
 時間：晚上7:30 - 晚上9:00
 地點：本中心二樓綜藝坊
 對象：曾參與「男士和平小組」及「和平學坊」畢業學員
 名額：10人
 收費：免費
 內容：如何面對人生的創傷？ - 何為創傷後的壓力症狀？
 負責職員：李先生 (註冊社工，內線116)

「和平學坊」兒童課程

44/56N

日期：11/1, 18/1, 25/1, 1/2/2024 (逢星期四，共4節)
 時間：下午4:30 - 5:30
 地點：本中心一樓活動室 (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人
 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)



2024年1月/JANUARY

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1 元旦	2	3 健康身心工作坊 婦女 yoga "club" 自己充電	4 婦女 Tea "club" 自己充電	5	6
7	8 心靈手作系列 - 靜觀書法 靜觀書法賀年揮春手作小組	9 「讓繪本教孩子品德」家長小組	10 婦女 yoga "club" 自己充電 好言好語正向溝通男士小組 「和平學坊」互助聚會 家務通：茶樓不求人	11 送免迎龍賀新春飾物班 婦女 Tea "club" 自己充電 「和平學坊」兒童課程	12 繪本小世界兒童小組 心靈手作系列 - 靜觀書法 賀年揮春手作小組 男士青春出公計劃訓練班 (基礎篇) 感覺統合訓練小組 - 爸爸 網上學習篇	13 多元共融科大機械人之旅 親子桌遊有技巧 男人心，好好傾 - 書生好過發自己 感覺統合訓練小組 - 男士青健學習篇 (A組) 感覺統合訓練小組 - 男士青健學習篇 (B組) 感覺統合是什麼？ 親子玩轉烘焙教室
14	15 新春義工「幸福」手作班 心靈手作系列 - 靜觀書法賀年揮春手作小組	16 「讓繪本教孩子品德」家長小組	17 婦女 yoga "club" 自己充電 好言好語正向溝通男士小組 男人心，好好傾	18 送免迎龍賀新春飾物班 身心鬆 - zone, Let's chill out 婦女 Tea "club" 自己充電 「和平學坊」兒童課程 森林漫步	19 繪本小世界兒童小組 心靈手作系列 - 靜觀書法 賀年揮春手作小組 男士青春出公計劃訓練班 (基礎篇) 感覺統合訓練小組 - 爸爸 網上學習篇	20 「家」多一位小廚神 (親子小組) 親子桌遊有技巧 男人心，好好傾 - 書生好過發自己 感覺統合訓練小組 - 男士青健學習篇 (A組) 感覺統合訓練小組 - 男士青健學習篇 (B組) 彩虹舞聚 - 親子齊來 DIY 賀新年
21	22 心靈手作系列 - 靜觀書法賀年揮春手作小組	23 「讓繪本教孩子品德」家長小組	24 婦女 yoga "club" 自己充電 好言好語正向溝通男士小組	25 送免迎龍賀新春飾物班 身心鬆 - zone, Let's chill out 身心健康輕鬆遊西貢赤徑 婦女 Tea "club" 自己充電 「和平學坊」兒童課程	26 繪本小世界兒童小組 男士青春出公計劃訓練班 (基礎篇) 感覺統合訓練小組 - 爸爸 網上學習篇	27 「家」多一位小廚神 (親子小組) 一廚一會 - 親子和諧粉彩屋新春 親子桌遊有技巧 花點心思愛家人 感覺統合訓練小組 - 男士青健學習篇 (A組) 感覺統合訓練小組 - 男士青健學習篇 (B組) 牙牙學語幾時講？
28	29 心靈手作系列 - 靜觀書法賀年揮春手作小組	30 「讓繪本教孩子品德」家長小組	31 好言好語正向溝通男士小組 吃喝玩樂 • 過新年			

2024年2月 / FEBRUARY

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				1 家務通：蘿蔔糕自己蒸 送兔迎龍賀新春飾物班 身心鬆一zone, Let's chill out 「和平學坊」兒童課程	2 繪本小世界兒童小組 男士齊齊扭公仔訓練班 (基礎篇) 感覺統合訓練小組 一爸爸 網上學習篇	3 「家」多一位小鬼神 (親子小組) 親子酒精墨水畫揮春製作 關懷送暖迎「龍」年 親子桌遊有技巧 感覺統合訓練小組 一親子閱讀學習篇 (A組) 感覺統合訓練小組 一親子閱讀學習篇 (B組) 好自處親子揮春 (4歲-8歲親子時間) 好自處親子揮春 (9歲-16歲親子時間)
4	5	6	7 好言好語正向溝通男士小組	8 身心鬆一zone, Let's chill out	9	10 農曆年初一
11 農曆年初二	12 農曆年初三	13 農曆年初四	14 好言好語正向溝通男士小組	15	16 男士齊齊扭公仔訓練班 (進階篇)	17 Book 個場・新年打場羽毛球 「同玩・童創造」親子工作坊
18	19	20	21 快樂廚房 - 家長小組 「我有兩個家」離異家庭兒童小組 好言好語正向溝通男士小組 男人心，好好傾 天空光彩和諧粉彩小組	22 親子遊戲・情心「密語」小組 身心鬆一zone, Let's chill out	23 男士齊齊扭公仔訓練班 (進階篇)	24 「家」多一位小鬼神 (親子小組)
25	26	27 「我家孩子有個秘密」家長支援工作坊	28 快樂廚房 - 家長小組 「我有兩個家」離異家庭兒童小組 好言好語正向溝通男士小組 天空光彩和諧粉彩小組	29 親子遊戲・情心「密語」小組		

2024年3月 / MARCH

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
					1 能力 Level Up 一兒童小組 男士齊齊扭公仔訓練班 (進階篇)	2 「家」多一位小鬼神 (親子小組) 親子環保小先鋒：麗鬼山淨山之旅
3	4	5	6 快樂廚房 - 家長小組 「我有兩個家」離異家庭兒童小組 天空光彩和諧粉彩小組	7 親子遊戲・情心「密語」小組 端午「櫻」是情	8 能力 Level Up 一兒童小組 「送你一枝花」義工 鉤織手作班 男士齊齊扭公仔訓練班 (進階篇)	9 親子閱讀館遊歷日
10	11	12	13 快樂廚房 - 家長小組 「我有兩個家」離異家庭兒童小組 天空光彩和諧粉彩小組	14 親子遊戲・情心「密語」小組 調解知多D 家務通：薑汁奶自己撞	15 能力 Level Up 一兒童小組 免費約見律師服務	16 親子尋龍記
17	18	19	20 男人心，好好傾	21 乾花蠟燭製作	22 能力 Level Up 一兒童小組 家事法律諮詢講座	23
24	25	26	27	28	29 耶穌受難節	30 耶穌受難節翌日
31						

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	午膳時間 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. Antonious 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. Antonious 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

本會為註冊之有限公司

2023年11月出版

印刷數量4,000