

主辦機構



家福會
HKFWS



賽馬會男士家友站
Jockey Club One Stop
Service for Men

男之寄語

第四期

2024年4至6月



hkfws.org.hk

捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金

Energy Bar@Homeland

25-26 May 2024
12:00-6:00pm
上環PMQ元創坊



今年「賽馬會男士家友站」在5月25-26日期間於上環PMQ的「Homeland」設置攤位「Energy Bar」，提供以下攤位遊戲及工作坊，誠邀男士帶同家人齊來玩樂。

工作坊	25.5.2024	26.5.2024
製作玻璃森林	1:00-2:00 pm	1:00-2:00 pm
STEM四驅車製作	2:00-3:00 pm	2:00-3:00 pm
	4:00-5:00 pm	4:00-5:00 pm
扭扭氣球	3:00-4:00 pm	3:00-4:00 pm
	5:00-6:00 pm	5:00-6:00 pm

工作坊報名
QR Code



工作坊

製作獨特盤景玻璃森林、風馳電掣四驅車，扭造各種造型嘅氣球，同家人一齊發揮創意！（每節名額為10人，請利用本頁QR Code預先報名）

大力士機

自問手瓜起腱，力大無窮，嚟參加大力士比賽，創造世界紀錄！比賽分設冠、亞、季軍，獲獎男士將有專人通知領獎詳情。

Chill Area

提供飛鏢、迷你工作坊、Ukulele夏威夷小結他等遊戲和體驗，一齊Chill下啦！

* 如活動開始5分鐘後仍未出席，將會視作棄權論。

Homeland

本會於每年5月「家福月」舉辦「Homeland」家庭市集，匯聚購物攤檔、有趣工作坊、創意攤位遊戲、精彩舞台表演，讓公眾享受家庭時光，藉此向大眾推廣香港家庭幸福。



爸爸的陪伴

所謂「男主外、女主內」，在華人社會中，父親主力承擔家庭經濟，母親則在家照顧孩子，打點家務。無可厚非，大部份女性都情感敏銳，擅於溝通，照顧兒女的責任，非母親莫屬。慢慢，不擅表達的父親看似愈來愈沉默寡言，其嚴厲認真的形象更加牢固；如果孩子有心事，恐怕爸爸也不會是分享的對象。

要與孩子建立親厚的關係，陪伴，是親職的重要法門。在成長的過程中，孩子不僅需要母親的陪伴，也需要父親的陪伴。

現今的爸爸都樂意親職，社會也強調父職角色的重要性，只是，有父親覺得，陪伴孩子看電視、看影片或玩電動遊戲，同處一個空間，做相同的事，就是陪伴。然而過程中雙方缺乏互動，忽略了陪伴的「品質」。

有質素的陪伴，會令孩子變得更有創意、更快樂。

陪伴有以下幾點需要注意：

1. 陪伴是重質不重量的；
2. 陪伴需要從小時開始，慢慢形成生活習慣的一部份；
3. 陪伴需要持久性，避免忽冷忽熱；
4. 陪伴需要專注，集中精神在雙方的對話和溝通上；
5. 陪伴不是獎勵或懲罰，而是表達愛護和關懷的一種行為。

陪伴何其重要！故此，「賽馬會男士家友站」為爸爸提供有趣而特別的親子小組及家庭活動，鼓勵爸爸和子女踴躍參加，讓各位男士成為既體貼又有活力的父親。

撰文社工：吳霑森先生





「賽馬會男士家友站」各中心聯絡方法



葵涌(南)綜合家庭服務中心



新界葵涌葵翠邨碧翠樓平台1層102室



2426 9621



深水埗(西)綜合家庭服務中心



九龍深水埗元州邨元謙樓2樓204室



2720 5131



油塘綜合家庭服務中心



九龍油塘油麗邨信麗樓1樓



2775 2332



北角綜合家庭服務中心



北角渣華道123號北角福利服務設施大樓4樓



2832 9700



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



2177 4321

惡劣天氣警告下之中心活動安排

中心活動	活動前兩小時懸掛			活動前兩小時懸掛		
	 1號戒備信號	 3號強風信號	 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

1) 如活動進行期間，天文台發出8號或以上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。

2) 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。

3) 因天氣情況而導致活動取消，中心將不作另行通知。

4) 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。

5) 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。

6) 如參加者對惡劣天氣警告下之活動安排有任何疑問，請致電有關中心查詢。

7) 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。

本會為註冊之有限公司

2024年3月出版

印刷數量1,200

