



2025年12月9日
開始接受報名

詳情請參閱P.15活動報名安排
(「以家為本」心理健康服務除外)



中心服務簡介

服務使用者的權利、服務質素標準

惡劣天氣警告下之中心活動安排

會員資訊

家福會全港賣旗日 2026

3. 21 Go!「傳」家福

家務指導服務

「童」步家・愛

Child Protection In Action

會員申請表、會員須知

今期文章

活動報名表、一般報名須知

兒童發展系列

家庭成長系列

個人成長系列

家庭支援大使計劃

家事「晴」— 調解教育及服務計劃

「以家為本」心理健康服務

賽馬會男士家友站

家福關懷熱線

寄養服務介紹

P.3

P.4-5

P.5

P.6

P.7

P.8

P.9-10

P.11-12

P.13

P.14-16

P.17-18

P.18-20

P.21

P.22

P.23

P.24

P.24-25

P.26

P.27

中心簡介

香港家庭福利會於 2004 年 4 月，正式成立深水埗（西）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，採納綜合服務形式，為個人及家庭提供家庭服務。

機構簡介

香港家庭福利會（簡稱「家福會」）於 1949 年 1 月正式成立，為香港其中一間主要的非牟利社會服務機構，本著「以家為本」的服務理念。致力提供高質素的專業服務，為香港的家庭及大眾謀福祉，培養一個互相關顧的社會。

服務地區及對象

主要屋苑包括麗閣邨、元州邨、長沙灣邨、幸福邨、海麗邨、怡閣苑、幸俊苑、麗翠苑、寶熙苑、寶麗苑、凱德苑、碧海藍天、泓景臺、昇悅居、宇晴軒、星匯居等一帶的個人及家庭，詳情請向中心查詢。

服務目標

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

服務內容

本中心採取積極、主動、多元化的手法，從預防到補救治療，為居民提供服務：

家庭資源

資訊天地（圖書閣、玩具閣）、興趣小組、講座、工作坊、流動諮詢站、義工服務、離異法律諮詢服務

家庭支援

家務指導服務、互助及支援小組、短期輔導服務、家事調解服務

家庭輔導

個人及家庭深入輔導、治療小組、危機介入

輔導服務

申請方法

- 親臨或致電本中心
- 由專業人士、社區人士或機構轉介（事主同意相關轉介）

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。
- 根據機構政策及社工作評估，若認為不宜再繼續提供服務，可要求服務使用者退出相關服務。

小組或活動

參加方法

- 親臨本中心、網上或郵寄報名
- 會員或非會員均可報名參加

拒收直接促銷通知書

如欲要求『香港家庭福利會』停止使用閣下個人聯絡資料（如：姓名、電話、WhatsApp、傳真、電郵及郵寄地址等）作為本會與你作直接促銷／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，請填寫以下資料，交回本會（地址：九龍深水埗元州邨元謙樓 2 樓 204 室），費用全免。如有查詢，請致電 2720 5131 與本會聯絡。

□ 本人不同意香港家庭福利會使用本人聯絡資料於上述推廣的用途。

姓名（中文正楷）：_____（英文正楷）_____

聯絡電話：_____ 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,亦會作出跟進。

查詢或表達意見

假如閣下對我們中心的服務政策、程序、環境、設施、職員或各項服務等,有任何感想、讚賞、投訴、建議或意見,歡迎於辦公時間內致電 2720 5131 與職員聯絡;亦可將有關查詢或意見連同閣下聯絡資料以傳真、電郵、郵寄方式傳送(有關資料請參閱封面),或親臨本中心表達,我們會儘快與閣下聯絡。

意見收集

歡迎各位對本中心服務提供意見:

服務意見: _____

如希望我們與您聯絡,跟進有關意見,請填寫下列資料,所有資料絕對保密。

姓名: _____ 聯絡電話: _____ 日期: _____

多謝您寶貴的意見!

服務質素標準

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、運作和提供服務時既定的原則、程序和指引,以確保服務質素和提升透明度。十六項服務質素標準所涉及的範疇如下:

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資料的詳細內容,如有需要閱讀有關資料,可與接待處職員查詢。

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	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

★ : 活動照常,但中心會視乎實際情況及安全考慮而作最終決定

× : 活動取消/延期

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: 2720 5131。
- 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。

更新於 2025 年 11 月

會員申請

- 如有興趣成為本中心會員，可填妥此通訊內頁會員申請表或向中心接待處職員查詢及索取會員申請表
- 填妥後，可於辦公時間內親臨本中心遞交
- 費用全免
- 為響應環保，由 2025 年 4 月起，將不設中心會員實體咭
- 當報名活動時，只需向職員提供身份證首 4 位號碼核實中心會員身份
- 本期會籍統一由 2025 年 4 月 1 日至 2027 年 3 月 31 日，會籍屆滿後，須重新填寫會員申請表

活動報名安排

為了讓活動報名更有效率，減少報名者的等候時間，本中心報名安排如下：

請填妥報名表後，在報名日 (12 月 9 日 - 12 月 15 日)，於辦公時間內親臨本中心遞交 / WhatsApp 5648 4307 / 傳真 2725 6621 / 郵寄至本中心 / 掃描右方 QR Code 作網上報名。

中心職員會以 WhatsApp / 短訊通知入圍參加者於指定日期內繳費作實，逾期作自動棄權論。如活動超額報名，會以抽籤形式決定。

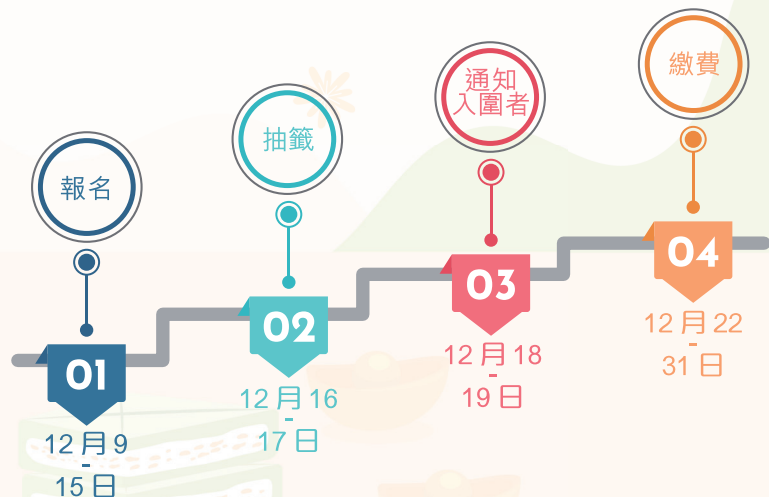
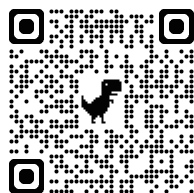
如沒有收到 WhatsApp / 短訊通知，則自動列入「後補名單」，後補人士暫不需交費，待日後確定有名額時，方聯絡繳費作實。

若活動仍有名額，請親臨或郵寄報名表至本中心報名及繳費作實。

如活動內容更改 / 延期 / 取消，中心會以 WhatsApp / 短訊通知參加者，敬請留意。



QR Code 有效期為
12 月 9 日 - 12 月 15 日



請支持

查詢電話：2527 3171 查詢電郵：flagday@hkfws.org.hk

家務指導服務

本中心設有家務指導服務，旨在為服務使用者提供一套有系統的訓練課程，使有需要人士學習處理家務、照顧個人、兒童或家庭的技巧，以達致自我照顧或獨立處理家事的能力。

服務對象

凡正在接受家庭輔導服務的個人或家庭，有下列情況者，均可申請家務指導服務：

- 未能應付家務或照顧幼兒的工作
- 因身體或精神健康問題，未能適當地照顧自己、料理家務或照顧幼兒
- 因家庭出現變故，如家長離異、住院或遺棄子女等，其他成員須接替料理家務或照顧幼兒的職責
- 除以上類別，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：
包括個人在飲食、衛生、煮飯、衣著、洗濯、清潔、適應社區等方面的技巧
- 家庭照顧：
包括安排家務及處理整個家庭在煮食、洗濯、清潔及適應社區等方面的持家技巧
- 幼兒照顧：
包括三歲以下幼兒的各項生活照顧及三歲以上兒童的家居活動安排及一般照顧等

費用

全免

申請方法

由所屬個案社工轉介

退出服務

- 服務目標完成，服務便會終止
- 服務使用者可自行要求終止服務
- 根據機構政策及社工作出評估，若認為服務不宜再繼續提供，可要求服務使用者退出相關服務



條例將於
2026年1月20日
生效

《強制舉報虐兒條例》 您我都要知！

《強制舉報虐兒條例》條例知多少？！

《強制舉報虐兒條例》是指明特定界別的專業人士，在工作過程中一旦有合理理由懷疑兒童（18歲以下）遭受或面臨遭受「嚴重傷害」的實際風險時，必須盡快舉報，否則可能面臨法律責任。該條例旨在及早識別和介入嚴重的虐兒個案，保護兒童免受身心損害，並爭取及早介入和支援，以保障兒童的身心健康發展。

《強制舉報虐兒條例》條例重點



保護對象

18歲以下人士



強制舉報者

條例指明25類跨越三個界別的專業人士（包括社會福利界、教育界及醫療衛生界），他們在工作過程中一旦發現情況，便負有法定舉報責任。



舉報觸發條件

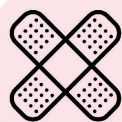
專業人員須在有「合理理由」懷疑兒童「正遭受嚴重傷害」或「正面臨遭受嚴重傷害的實際風險」時必須舉報。



法定責任
與後果

強制舉報者必須履行法定責任盡快舉報，違反規定可能面臨最高監禁三個月及罰款五萬元的處罰。

《強制舉報虐兒條例》條例重點



「嚴重傷害」
涵蓋範圍



條例涵蓋了身體虐待、心理虐待、性侵犯及疏忽照顧等四個方面的傷害。



「童」步家·愛
計劃網頁QR Code
<https://child-protection-in-action.hkfws.org.hk/>

身體虐待

對兒童使用暴力或以其他方式令兒童身體受傷或痛苦。例如拳打腳踢、以物件擊打、灼傷或搖晃嬰兒。

精神虐待

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

強逼或誘使兒童參與性活動；強姦、促使兒童為他人手淫/展示其性器官/觀看其他人的性活動、製作色情物品。

疏忽照顧

嚴重或重複地忽視兒童的基本需要，以致危害或損害兒童的健康或發展。例如：沒有給予兒童必需的飲食/衣服/住所。



舉報途徑

在緊急情況下應撥打警方緊急熱線999，非緊急情況則可透過電話聯絡、或親身前往警署、或社會福利署保護家庭及兒童服務課、或使用指定舉報平台作出舉報。

深水埗(西)綜合家庭服務中心 會員申請表

申請人姓名：_____ (中文) _____ (英文)

身份證號碼 (首4位號碼，例：A123)：_____ 年齡：_____ 性別：_____

聯絡電話：_____ (住宅) _____ (手提)

通訊地址：_____

如同住直屬家庭成員 (如父母、配偶及子女) 亦想成為會員，請填妥以下資料：

姓名 (中文)	身份證號碼 (首4位號碼，例：A123)	與申請人之關係	性別	年齡

『使用個人資料作直接促銷用途』

「香港家庭福利會」擬使用你的個人聯絡資料 (如：姓名、電話、傳真、電郵及郵寄地址等) 作為本會日後與你作直接促銷 / 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，但我們在未得到你的同意之前不能如此使用你的個人資料。向本會提供資料作直接促銷 / 推廣純屬自願。你亦可隨時要求本會停止使用你的個人資料作上述有關推廣之用途，費用全免。如查詢或日後查閱 / 更新個人資料，請致電 (分會電話：2720 5131) 與本會聯絡。

☐ 本人同意香港家庭福利會使用本人聯絡資料作直接促銷 / 推廣接觸之用。
請 ☐ 代表同意

申請人簽名：_____ 日期：_____

會員須知

1. 申請資格：

- 1.1 申請人須年滿十八歲之香港居民。申請人只須填妥同住直屬家庭成員（即配偶及子女）資料，家庭成員便可成為中心會員。
- 1.2 願意履行會員義務。

2. 申請手續：

- 2.1 可填妥此通訊內頁會員申請表或於中心接待處索取，填妥後交回接待處並出示身份證予職員核對。

3. 會員福利：

- 3.1 會籍有效期為兩年（以財政年度計算）。
- 3.2 可定期收到本中心之活動通訊。
- 3.3 以會員價參加本中心活動（當活動報名時，只需向職員提供身份證首 4 位號碼核實中心會員身份）

4. 會員義務：

- 4.1 於會籍有效期屆滿後，須重新填寫會員申請表及簽名，方可繼續行使會員福利。
- 4.2 會員必須遵守中心規則及愛護公物，否則本中心有權取消其會籍。
- 4.3 會籍不得轉借他人使用。

5. 退出程序：

- 5.1 凡會籍屆滿時不作重新登記，即作自動退出會籍論。

本中心保留修改以上條款的最終決定權

香港家庭福利會 - 深水埗（西）綜合家庭服務中心

地址：九龍深水埗元州邨元謙樓 2 樓 204 室 電話：2720 5131

「賽馬會智家樂計劃」X 家福會「童」步家・愛計劃 STAND BY YOU 童「FUN」雪糕車

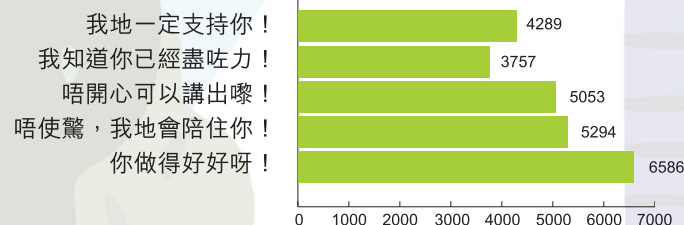
由「賽馬會智家樂計劃」聯乘家福會「『童』步家・愛」計劃舉辦的「STAND BY YOU 童『FUN』雪糕車」，由九月一日至二十日已走訪多個區域，包括深水埗、觀塘、葵涌、北角及將軍澳等，於新學年藉著免費派發雪糕為家長及學生帶來支持，傳遞正向管教及和諧家庭的訊息。雪糕車服務超過 12,000 名市民，現場氣氛熱烈，學生在互動遊戲中感受溫暖，家長則從中獲得育兒啟發。雪糕不僅帶來甜蜜滋味，更承載著支持和鼓勵。

在活動中，我們運用資訊科技平台，與參加者進行一個「愛的話語」調查。調查一共收集 8,191 份問卷，並詢問兩條問題，分別是：

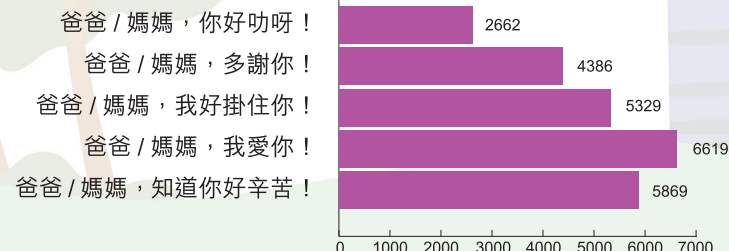
- (1) 選出 3 句子女最想父母對他說的鼓勵說話
- (2) 選出 3 句父母最想子女對他說的鼓勵說話

結果如下：

請選出 3 句子女最想父母對他說的鼓勵說話。



請選出 3 句父母最想子女對他說的鼓勵說話。



傳達愛意，除了透過實際的行動，用「愛的話語」也能有效建立和鞏固雙方的關係，大家都不妨每天向家人傳遞你的肯定及支持！



家福會
HKFWS

深水埗（西）綜合家庭服務中心
SHAMSHUIPO (WEST) INTEGRATED FAMILY SERVICE CENTRE



活動報名表

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

☐ 會員 / ☐ 非會員 身份證號碼（首 4 位號碼，例：A123）：_____

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
活動申請人	姓名：_____ 男 / 女 年級：_____ 年齡：_____ 與申請人關係：_____	姓名：_____ 男 / 女 年級：_____ 年齡：_____ 與申請人關係：_____	姓名：_____ 男 / 女 年級：_____ 年齡：_____ 與申請人關係：_____	姓名：_____ 男 / 女 年級：_____ 年齡：_____ 與申請人關係：_____

請”✓”選報名活動，並填寫參加者號碼及金額：

	頁數 ✓	活動名稱	會員收費	非會員收費	對象	家庭成員號碼	金額
兒童發展	P.17	我是小「專」員	\$20/ 人	\$40/ 人	小一至小三學生		\$
	P.17	樂玩桌遊	\$20/ 人	\$40/ 人	小三至小六學生		\$
	P.17	我要做司儀（一）	\$20/ 人	\$40/ 人	小二至小四學生		\$
	P.17	我要做司儀（二）	免費	免費			免費
	P.18	交際小達人 — 社交訓練小組	免費	免費	小四至小六學生		免費
家庭成長	P.18	「植」心療愈 — 家長自愛互助小組	\$80/ 人	\$160/ 人	育有未成年子女的媽媽		\$
	P.19	家影回憶 — 用照片解讀心靈密碼	\$20/ 人	\$40/ 人	家長		\$
	P.19	「培養高自尊感孩子」親子遊戲組	\$20/ 一對親子	\$40/ 一對親子	3 - 5 歲幼兒及其家長		\$
	P.19	「燈·籠」— 利是封掛飾工作坊	\$20/ 人	\$40/ 人	家長		\$
	P.20	煎堆碌碌迎馬年	\$30/ 人	\$60/ 人	家長		\$
	P.20	親子沙畫香薰蠟燭工作坊	\$20/ 一對親子	\$40/ 一對親子	6 歲或以上兒童及其家長		\$
	P.21	AI 生活創意坊 — 自我成長小組	\$20/ 人	\$40/ 人	18 歲或以上女士		\$
個人成長	P.21	愛同行夫婦晚會 (2026)	\$80/ 夫婦或情侶	\$160/ 夫婦或情侶	夫婦 / 情侶		\$
	P.21	放鬆「伸」心工作坊	\$40/ 人	\$80/ 人	18 歲以上人士		\$
	P.22	新年親子義工探訪	免費	免費	幼稚園中班或以上子女及其家長		免費
義工服務	P.23	免費約見律師服務 (2 月) (此活動由 4/1 開始接受報名)	免費	免費	公眾人士		免費
	P.23	聽義費調解試行計劃 聽義費法律講座：「爭議變商議」	免費	免費	正在分居或離婚人士		免費

• 本人已清楚明白及同意中心列明的「報名須知」，詳情請見後頁。

活動申請人 / 家長簽署：_____ 報名日期：_____

職員專用	職員：_____ 已收活動費 \$ _____ ☐ 報名者已取收據	Check by : _____ Input by : _____
------	--	--------------------------------------

一般報名須知

- * 報名方式：1. 於辦公時間內親臨本中心報名。
2. 郵寄，若為收費活動，請以劃線支票連同報名表寄回本中心，支票抬頭為「香港家庭福利會」。現金或其他形式，本中心恕不接受。敬請切勿郵寄現金。
- * 參加收費活動，將以繳款作實。
- * 參加者於報名時，請自行核對有關活動的日期、時間及上課地點。收費一經作實，中心不接受因個人原因而要求退款、轉名、補堂或改參加其他小組或活動，相關活動的材料、材料費、筆記、其他物資亦不會退還（如有）。
- * 親子或家庭活動以直屬家庭成員優先，如有任何特殊情況，可與職員查詢。
- * 參加者或其監護人有責任主動申報健康狀況，若參加者身體出現不適狀況，請勿出席相關活動；若有不適仍參加活動須自行承擔責任。
- * 如 18 歲以下子女自行參加外出活動，家長或監護人需填寫「外出活動或入營家長同意書」。
- * 本人及參加者家人明白及同意香港家庭福利會或有關贊助團體於活動內所攝錄之照片或影片，以刊登機構或有關企業的刊物，作為服務推廣及宣傳之用。如不同意，可於活動時向負責職員提出。
- * 以上資料只供是次活動安排上使用，並受到個人資料（私隱）條例保障。
- * 如遇天氣問題，請參閱「惡劣天氣警告下之中心活動安排」。
- * 如有任何爭議，本中心將保留最後決定權。
- * 退款安排：1. 如活動被取消、延期或內容變動令報名者未能參加，本中心會安排退款手續，請於發出通知後一個月內並帶同該活動收據正本到本中心退回相關款項。逾期將不獲處理。
2. 如自行退出或因私人理由未能參加，所繳費用，恕不能退回，亦不接受由服務使用者自行安排他人代替參加。

我是小「專」員

日期：2026 年 1 月 12、19、26 日及 2 月 2 日（逢星期一，共 4 節）
 時間：下午 4:45 - 5:45
 地點：本中心
 費用：會員 \$20/ 人 非會員 \$40/ 人
 對象：小一至小三學生
 內容：升上小學後，規矩變多，上課時間也長，是不是覺得小朋友很難專注？這次小組透過互動遊戲、玩積木、模擬情境等方式，訓練參加者聽從指令的能力，從而提升專注力。
 名額：8 人
 負責社工：冼凱盈姑娘
 備註：出席 3 節或以上的參加者，可於小組完結後獲贈精美文具套裝一份

樂玩桌遊

日期：2026 年 1 月 14、21、28 日及 2 月 4 日（逢星期三，共 4 節）
 時間：下午 4:00 - 5:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$20/ 人 非會員 \$40/ 人
 對象：小三至小六學生
 內容：透過互動的桌上遊戲，讓小朋友放下電子產品，投入與人的現實交往，訓練小朋友的社交能力。
 名額：8 人
 負責社工：謝虹萱姑娘

我要做司儀（一、二）

日期：2026 年 1 月 21、23、28、30 日、2 月 4、6、11 及 13 日（逢星期三、五，共 8 節）
 時間：下午 4:30 - 5:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$20/ 人 非會員 \$40/ 人
 對象：小一至小四學生
 內容：以角色扮演、主題演講和辯論等不同方式練習公開演說，提升兒童的說話技巧和自信，並加插遊戲和故事增添趣味，激發組織能力和創造力。
 名額：10 人
 負責社工：陳可凝姑娘

交際小達人 — 社交訓練小組

日期：2026 年 1 月 27、29 日、2 月 3、5、10 及 12 日（逢星期二、四，共 6 節）
 時間：下午 4:15 - 5:15
 地點：本中心
 費用：免費
 對象：小四至小六學生
 內容：人際關係是小朋友成長重要的一環。活動以不同社交情境作為訓練框架，培養參加者的社交能力和社交思維。由角色扮演、短片和小遊戲學習社交行為，增強小朋友辨認情緒、表達自己和與人溝通的能力。

名額：8 人
 負責社工：陳可凝姑娘、洪婷婷姑娘、蔡兆欣姑娘
 備註：參加者和家長必須出席小組前個別面談，以作入組甄選。報名後社工會再致電商討面談

「植」心療癒 — 家長自愛互助小組

日期：2026 年 1 月 9、16、23、30 日、2 月 6 及 13 日（逢星期五，共 6 節）
 時間：上午 10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$80/ 人 非會員 \$160/ 人
 對象：育有未成年子女的媽媽
 內容：新一年由照顧自己開始，透過組員的互動及一起製作空氣草、多肉植物盆栽、生態瓶等活動來自我覺察，學會自我關愛，並為自己在家中增添一個療癒小空間。

名額：10 人
 負責社工：鮑心怡姑娘（實習社工）

家影回憶 — 用照片解讀心靈密碼

日期：2026 年 1 月 13、20、27 日及 2 月 3 日（逢星期二，共 4 節）
 時間：上午 10:00 - 11:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$20/ 人 非會員 \$40/ 人
 對象：家長
 內容：「攝影的重點，在於看不見的部分」，小組以攝影治療作介入，透過圖片卡、立體相片製作和拍攝相片等活動，讓參加者暫時放下「家長」的身份，以相片（包括了個人快照、家庭相集、自拍照、肖像相和任何個人提供的相片）喚起回憶，探討潛意識以增強自我認識和覺察。

名額：8 人
 負責社工：袁皓丰先生
 備註：1. 小組並非教導專業攝影技巧
 2. 部分活動需要參加者需要自備和展示個人相片

「培養高自尊感孩子」親子遊戲組

日期：2026 年 1 月 27、30 日、2 月 3 及 6 日（逢星期二、五，共 4 節）
 時間：下午 4:15 - 5:15
 地點：本中心
 費用：會員 \$20 / 一對親子 非會員 \$40 / 一對親子
 對象：3 - 5 歲幼兒及其家長
 內容：透過啟發性的活動，讓家長認識增強孩子自尊感的方法、培養孩子積極面對問題的能力、強化親子間的情感交流。

名額：6 對親子
 負責社工：凌美欣姑娘
 備註：請穿著輕便服裝

「燈·籠」— 利是封掛飾工作坊

日期：2026 年 2 月 10 日（星期二）
 時間：上午 10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$20/ 人 非會員 \$40/ 人
 對象：家長
 內容：農曆新年將至，製作利是封燈籠能為家中增添喜慶，寓意在新的一年里「燈」火通明，「籠」馬精神，從而放鬆心情、享受手作樂趣。

名額：12 人
 負責社工：鮑心怡姑娘（實習社工）

煎堆碌碌迎馬年

日期：2026年2月12日（星期四）
 時間：上午10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$30/人 非會員 \$60/人
 對象：家長
 內容：農曆新年快到了，又是時候親手製作賀年煎堆，向家人表達愛意和祝福，一起歡度新年。
 名額：10人
 負責社工：凌美欣姑娘
 備註：請自備食物盒

親子沙畫香薰蠟燭工作坊

日期：2026年3月7日（星期六）
 時間：上午10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$20/一對親子 非會員 \$40/一對親子
 對象：6歲或以上兒童及其家長
 內容：透過色彩與香氣的創作，帶領家長與孩子共同製作「沙畫香薰蠟燭」。親子可練習以正向方式表達與傾聽，並在簡單、安全且具療愈感的製作過程中，加深情感連結。
 名額：6對親子
 負責社工：杜安賢姑娘（實習社工）

AI生活創意坊 — 自我成長小組

日期：2025年1月21、28日、2月4、11、25日及3月4日
 （逢星期三，共6節）（2月18日暫停一節）
 時間：上午10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$20/人 非會員 \$40/人
 對象：18歲或以上女士
 內容：想要AI幫你做事？小組會一步步帶你學懂AI基礎應用技巧，例如使用提示詞（Prompt）與AI對話、圖像編輯及影片製作。從食譜建議、虛擬穿搭到旅遊計劃，讓你的生活更方便、更有樂趣！
 備註：1. 請自備附上網功能的智能手機
 2. 出席4節或以上，可於最後一節領取自己創作的AI明信片和家庭照片連鏡子相框
 名額：10人
 負責社工：杜安賢姑娘（實習社工）

愛同行夫婦晚會 (2026)

日期：2026年2月13日（星期五）
 時間：晚上7:30 - 9:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$80/夫婦或情侶 非會員 \$160/夫婦或情侶
 對象：夫婦/情侶（須共同出席）
 內容：老夫老妻也要浪漫！情人節前夕，邀請你和伴侶當晚放下工作和家務，好好陪伴彼此。中心為大家預備豐富晚餐，並透過愛情“增鮮”環節（例如點歌、分享……），為愛加油！
 名額：6對夫婦/情侶
 負責社工：黃耀輝先生、謝立君姑娘
 備註：因人手問題，託兒名額有限，請儘量自行安排親友照顧子女。如必須託兒服務，請先與負責社工聯絡

放鬆「伸」心工作坊

日期：2026年3月4日（星期三）
 時間：上午10:00 - 11:15
 地點：本中心
 費用：會員 \$40/人 非會員 \$80/人
 對象：18歲以上人士
 內容：身和心是互為影響的，透過放鬆身體可讓我們有更多的空間去沉澱、重整和創造。本工作坊透過伸展運動配合呼吸，幫助大家調整身體機能，促進血液循環，緩解壓力和焦慮。
 名額：10人
 負責社工：朱雪盈姑娘
 導師：Emma老師（RYT 500 小時美國瑜伽聯盟註冊瑜伽導師）
 備註：1. 請穿輕鬆運動服及長褲出席活動
 2. 建議自備大毛巾

家庭支援大使計劃

中心全年會招募和訓練義工（家庭支援大使），以關心區內的弱勢社群，並接觸不懂得如何求助的人士，藉此幫助他們建立支援網絡，從而發揮互助互愛的精神。活動包括：鄰舍或院舍探訪、互助小組、手作贈送、社區街展等。

如果你曾是中心的服務使用者，對於本中心的介入及支援有正面經驗，又或者你願意主動接觸有需要人士，歡迎你成為我們的義工（家庭支援大使）！

如有興趣成為義工（家庭支援大使），請於辦公時間內，致電負責職員冼凱盈姑娘。

備註：申請成為義工（家庭支援大使）須為 18 歲或以上人士。

新年親子義工探訪

	日期	時間	內容
1.	2026 年 1 月 16 日（星期五）	下午 4:30-5:30	變老體驗
2.	2026 年 1 月 23 日（星期五）	下午 4:30-5:45	義工訓練及預備
3.	2026 年 1 月 31 日（星期六）（暫定）	下午	探訪區內老人院舍
4.	2026 年 2 月 7 日（星期六）（暫定）	下午 12:45-3:15	探訪區內老人院舍

集合 / 解散地點：本中心

費用：免費

對象：幼稚園中班或以上子女及其家長

內容：參加者先參與「變老體驗」，親身理解長者的需要及學習溝通技巧，再進一步參與籌劃及探訪區內老人院舍，從而學會尊重家中的長輩與社區裡的長者。

名額：8 個家庭

負責社工：冼凱盈姑娘

備註：出席者若出席率達 75%，會獲發義工嘉許狀



免費約見律師服務（2 月）

日期：2026 年 2 月 4 日（星期三）

時間：晚上 6:30 - 8:10

地點：本中心

費用：免費

對象：公眾人士

內容：由律師提供諮詢服務

助你解決與離異有關的法律疑難，如贍養費、子女照顧、家庭財產等面談約為 20 分鐘，須報名預約

名額：5 人

負責社工：凌美欣姑娘

備註：活動舉辦前一個月開始接受報名；名額有限，額滿即止
請將免費約見律師服務登記表格親身 / 郵寄 / 傳真交回本中心；恕不接受電話報名
為使更多人士享用本服務，一年內曾於本會使用此服務者只作候補登記



本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest

贍養費調解試行計劃

贍養費法律講座：「爭議變商議」

日期：2026 年 2 月 25 日（星期三）

時間：晚上 7:00 - 8:30

地點：本中心

費用：免費

對象：正在分居或離婚人士

內容：處理贍養費不一定要對簿公堂。此講座由律師及家事調解員共同主講，分別從法律框架及和平協商的角度，深入探討贍養費的考慮因素、處理方案及溝通技巧，助你「爭議」變為「商議」。

名額：20 人

講者：鄧妙鳳律師及家福會認可家事調解員

負責社工：凌美欣姑娘



中華人民共和國香港特別行政區政府
民政及青年事務處
Home and Youth Affairs Bureau
The Government of the Hong Kong Special Administrative Region
of the People's Republic of China



如欲參加此系列之活動，請填寫
「以家為本」心理健康服務之活動報名表

迎春花藝工作坊

日期：2026 年 2 月 11 日 (星期三)
時間：上午 10:00 - 中午 12:30
地點：本中心
費用：會員 \$50/ 人 非會員 \$100/ 人
對象：18 歲或以上之公眾人士
內容：新年將至，本工作坊以新年喜慶為靈感，結合象徵好運、與幸福的花卉 (如蕙蘭、富貴子、牡丹菊、跳舞蘭等)，讓參與者製作獨一無二的花藝作品，向身邊的人表達祝福與希望，增添節日氣氛。

名額：25 人
負責社工：朱雪盈姑娘
導師：Kenie Yeung (認證花藝師)



賽馬會男士家友站

本中心此季度「賽馬會男士家友站」活動於 2025 年 12 月 9 日早上 9 時開始接受親臨中心報名或掃描右方 QR Code 作網上報名。

名額先到先得，額滿即止。

如以網上報名此系列之活動，稍後中心職員會聯絡跟進報名事宜。

網上活動報名表



英雄營 — 爸打天地 III (Men's Corner III)

日期：2025 年 7 月 - 2026 年 6 月 (此乃定期聚會，已於 7/2025 開始，全年共舉行 15 次，通常於每月最後一個星期一 / 三 / 五舉行)
時間：晚上 7:30 - 9:00
地點：本中心
費用：免費
對象：18 歲或以上男士
內容：匯聚各方男士爸打，齊來 coffee break、玩 video game 及討論男士關注議題，也會舉辦外出活動，期望為男士打氣，建立健康互助群體。

名額：不設上限，歡迎加入
負責社工：黃耀輝先生 / 袁皓丰先生 / 鄧穎聰先生
備註：1. 負責社工將個別聯絡報名者介紹活動細節及作入組邀請
2. 外出活動的日期、時間、地點待定

創意賀年手作 x 耆樂無窮安老院舍探訪家庭活動

創意賀年手作活動

安老院舍探訪活動

日期：2026 年 2 月 14 日 (星期六) | 2026 年 3 月 1 日 (星期日)
時間：上午 10:00 - 下午 1:00 | 下午 1:30 - 4:00
地點：賀年手作活動會在本中心進行；而安老院舍探訪活動則會先在本中心集合，再步行至福安老人院 (地址：深水埗醫局街 235-249 號寶樂大廈地下 3 號舖)
費用：免費
對象：一名 18 歲或以上的男士及最多 4 位 3 歲或以上的家庭成員
內容：與家人來中心製作賀年福字掛飾及預備福袋，並於農曆新年間齊往位於深水埗區內的福安老人院探訪長者，與他們玩遊戲、唱歌及贈送禮物，以送上關愛。

名額：30 人
負責社工：黃耀輝先生
備註：每位參加者會免費獲贈賀年福字掛飾乙份及義工證書，以表揚關愛精神

家福飛鏢比賽 (2026 年 3 月)

日期：2026 年 3 月 13 日 (星期五)
時間：晚上 7:30 - 10:00
地點：本中心
費用：免費
對象：對飛鏢競技有興趣的 18 歲或以上男士
內容：藉著飛鏢比賽，切磋擲飛鏢技術及促進不同服務單位的交流。

名額：15 人
負責社工：黃耀輝先生
備註：由 JDarts Asia Limited 的資深人員擔任比賽裁判，參加者將競逐冠、亞、季軍獎項

捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金

家福關懷專線 2342 3110

夫妻相處之道

管教子女壓力 資源轉介

聆聽心聲

面對生活壓力

紓解煩憂

聆聽您的心聲
守護您的心事

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

寄養服務旨在安排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



如希望了解更多有關成為寄養家庭的資訊，請登入以下網頁瀏覽。
<https://www.fostercarehk.org/>



香港家庭福利會 深水埗(西)綜合家庭服務中心

Hong Kong Family Welfare Society

Shamshuipo (West) Integrated Family Service Centre

地址：

時間 \ 星期	一	二	三	四	五	六
上午 9:00 - 下午 1:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午 1:00 - 下午 2:00	午膳時間					
下午 2:00 - 下午 5:30	✓	✓	✓	✓	✓	✗
下午 5:30 - 晚上 8:00	✓	✗	✓	✗	✓	✗
星期日及公眾假期休息						



香港家庭福利會 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 電話：2720 5131 傳真：2725 6621

本會為註冊之有限公司

2025年11月出版

印刷數量4,000