

講錢傷感情，如果…情已逝呢？

兩個人相遇、相識、相戀，情侶活動如逛街、看戲、食飯，是誰「負責」付款？買禮物哄對方，是物輕情義重，還是越捨得花錢代表越重視對方？可能你會想：「**你嘅錢係你嘅，我嘅錢係我嘅，分享係因為喜歡。**」

到同居或結婚，住哪區？近公司還是近父母？租金及生活費如何分擔？傢俬應買全新還是二手？可能你開始想：「**你嘅錢係你嘅，但亦要考慮彼此同將來，分享係因為我們。**」

孩子快出世，私家還是政府醫院生產？請陪月或是家傭，還是自己照顧？需要搬到大一點的單位？準備孩子的教育基金？讀私校還是公立學校？可能你逐漸改變想法：「**大部份嘅錢係我地嘅，分享係因為一家人。**」

兩人不知不覺一起做了很多大大小小的理財決定，過程中必定會發現彼此存在金錢價值觀的分歧。有些地方相似，互相吸引；有些地方不同，互相學習磨合。當大家共用的金錢越多，加上有「我們的」孩子時，爭執慢慢變得越來越激烈。大家的初心都是為家庭好，只是何謂「好」，看法不盡相同。有時互不相讓，沒有商討餘地似的，便無法達成共識。

經營家庭、夫妻關係和親子情就像理財一樣，當「感情」在一次又一次的衝突和失望，慢慢磨滅，如同錢罌裡的錢慢慢花掉。如果未能夠及時和好或再次重回親密關係，即沒有把錢放回錢罌裡儲蓄。最終兩人越走越遠，已經不想在一起了，就像錢罌內所有錢都花光光了，感情耗盡了。

伴侶關係的結束，代表兩人需要重新適應新的界線，大幅減少共用的資源，重建自我。

「你嘅錢係你嘅，我嘅錢係我嘅，分享係因為子女。」

難題隨之而來，分居後的經濟壓力增加，同時實在難以期望對方會體諒。情已逝，兩人之間好像只剩下金錢和責任，內心百感交雜。在商討贍養費的過程中，內心一定會有不少拉扯和糾結。判令後，執行是否順暢亦影響了父母「共享親職」的合作關係。工作上常常看到不少正面對贍養費與探視拉扯的家庭，孩子痛苦地看著父母離婚後仍爭吵不斷，這樣不單止影響孩子的人格和成長，更影響其對金錢的理解及價值觀。家庭財務是父母負責面對和解決的事情，孩子不需亦不應該牽涉其中，相信很多家長也明白箇中道理，只是未找到更好的方法去解決。

有見及此，家福中心與認可理財社會工作員及親職輔導員合作，舉辦「贍養費你點睇？」家長意見聚焦小組 及「贍於理財」兒童為本離異家庭財務管理講座。讓家長們可以一起談談離婚之後的理財之道。(詳情可以參考內頁)



歡迎掃描QR code「香港家庭福利會」各中心的活動報名表



香港家庭福利會
家福中心



賽馬會放晴·再「喜」航
多元家庭支援計劃



親籽營共享親職
支援中心





Scan Me



<<我有2個家>>

www.childfocus.hk



協助兒童

- 學習面對父母衝突和離異
- 了解家庭的改變和學習表達其情緒



協助父母及公眾

- 查詢相關服務與活動
- 了解兒童的成長需要和內心世界



可讀取以下的二維碼登入
以下網址，了解更多資訊。



離異家庭教育及支援服務 (親子篇)



「童話世界」農莊半天遊

日期：15/10/2022 (六)

時間：下午1:00 - 晚上6:00

地點：大埔「童話世界」農莊

集合及解散地點：家福中心

對象：育有18歲以下子女之離異/單親/新來港/低收入家庭

內容：帶大家遊覽位於大埔近郊蝶豆花園中的「童話世界」農莊，可遊歷糖果村、七彩滑梯、大草地等等，欣賞白馬、山羊、小兔等等，既可打卡拍照，又可親親大自然，消閒放鬆渡周末。

費用：每位\$ 40 (大小同價，費用包括來回車費及農莊入場費)

名額：35人

負責職員：謝姑娘、雯姑娘

備註：1. 活動因應疫情狀況或會取消或改期。

2. 所有12歲或以上人士進入該處前必須利用手機掃描「安心出行」二維碼，並須符合「疫苗通行證」的相關要求，豁免人士除外。



區區有得玩 · 聖誕燈飾尖東樂

日期：17/12/2022 (六)

時間：晚上6:00 - 10:00

地點：尖沙咀或尖沙咀東部

集合及解散地點：家福中心

對象：育有18歲以下子女之單親/離異/新移民/低收入家庭

內容：「Ho! Ho! Ho!」聖誕節最適合到熱鬧的尖沙咀或尖沙咀東部看燈飾，感受濃厚的聖誕氣氛，影下相打下「卡」，與家人留下美好溫馨的回憶。

費用：每位\$20 (大小同價，費用包括來回車費)

名額：40人

負責職員：羅姑娘、忠哥哥

備註：活動因應疫情狀況或會取消或改期。



「籽有您」TV

日期：26/10、30/11/2022 (三)

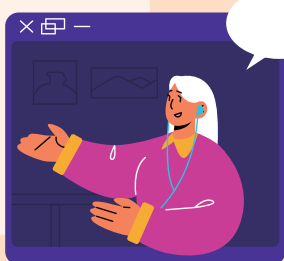
時間：下午12:30 - 1:00

對象：公眾人士

地點：Facebook Live

內容：在平台上一同認識及探討更多親子關係及離異或再婚/重組家庭小知識。

負責職員：盧姑娘、雯姑娘



網上Facebook LIVE · 中心活動推廣大全 (冬季)

日期：16/12/2022 (五)

時間：下午1:30 - 2:00

對象：公眾人士

地點：Facebook Live

內容：透過Facebook Live宣傳2023年1-3月中心活動、小遊戲，屆時更有大抽獎，密切留意！





「小童星」演藝興趣班

日期：25/11/2022（五）

時間：下午4:00 - 5:00

對象：6 - 10歲之離異/單親/新來港/低收入家庭的兒童

內容：子女看電視節目時飾演不同角色說對白？很想子女能與別人合力演出嗎？可透過興趣班提升子女合作和溝通能力，在演戲或舞台上更能增強自信心，發揮他們所長！

名額：8人

負責職員：雯姑娘

聖誕版・和諧粉彩體驗工作坊

日期：2/12、9/12/2022（逢週五，共二節）

時間：下午 4:00 - 5:30

對象：6 - 12歲之離異/單親/新來港/低收入家庭的兒童

內容：讓小朋友用手指直接繪畫，提升小肌肉及手眼協調能力，簡簡單單便能畫出滿意的作品。

費用：\$20

名額：8人

負責職員：雯姑娘（已獲取JPHAA準指導師證明）

備註：完成兩節工作坊，可獲得乾粉彩一盒。



「大手牽小手」同學會

日期：12/11/2022（六）

時間：下午2:00 - 6:00

地點：待定

對象：曾參與歷屆「大手牽小手」大哥哥大姐姐離異家庭兒童伴行計劃的大手及小手

內容：秋高氣爽的天氣，讓大小手攜手探險、到山徑上舒展筋骨，呼吸新鮮空氣。

負責職員：關姑娘、施姑娘

日期：23/12/2022（五）

時間：晚上7:00 - 9:00

地點：賽馬會放晴・再「喜」航 通訊處（九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室）

對象：曾參與歷屆「大手牽小手」大哥哥大姐姐離異家庭兒童伴行計劃的大手及小手

內容：「又到聖誕！又到聖誕！」，讓大小手齊集聖誕派對，一起歡渡聖誕！

「大手牽小手」大哥哥大姐姐離異家庭兒童伴行計劃（第八期）

本計劃是由經歷父母離異的大學生成為大哥哥大姐姐，為離異家庭的小朋友提供支援服務。大學生們經過培訓，將自己堅強面對逆境的經驗，轉化成為陪伴小朋友面對家庭變故的能量。透過小組、每月聚會活動，帶給小朋友正面積極的鼓勵與支持。

對象：已參加第八期「大手牽小手」伴行計劃之6 - 12歲離異家庭小朋友

費用：全免

負責職員：施姑娘、關姑娘、忠哥哥

備註：1. 如有興趣報名第八期「大手牽小手」伴行計劃，歡迎致電本中心向當值社工查詢。

2. 此活動與家福中心合辦



「大手牽小手」（第八期）冬季月聚

日期：29/10、26/11/2022（六）

時間：下午1:00 - 5:00

地點：戶外地方/室內（待定）

內容：讓大手與小手聚會，分享喜與悲，交換彼此的故事，為小手注入面對生活各樣挑戰的力量。

「大手牽小手」（第八期）高呼營

日期：待定

時間：待定

地點：待定

內容：透過宿營，小手不單可練習自理，更可與其他小手和大手義工加深友誼，一起學習信任和互相扶持。聚會中，一同分享喜與悲，交換彼此的故事，為小手注入面對生活各樣挑戰的力量。

「童拾曙光」危機及離異家庭兒童服務 離異家庭兒童導航個案服務

透過個案形式，以多元化手法（如繪本、遊戲、敘事、藝術、桌遊等等），協助兒童建立正面態度面對家庭轉變，減低因父母衝突/離異而產生的負面情緒，重建自信與安全感。如欲申請服務，請致電2465 6868與當值社工聯絡。

	6歲至10歲	10歲至17歲
形式	兒童遊戲服務及離異家庭教育服務 ・ 5節兒童特別遊戲時間／離異家庭教育 ・ 2節家長諮詢	兒童及青少年離異家庭教育服務 ・ 5節兒童離異家庭教育 ・ 2節家長諮詢
費用	全免	

** 如沒有特別註明，活動費用全免。報名及查詢電話：24656868 **



「離婚以後」資訊・網上講座

日期：10/11/2022 (四)

時間：晚上7:00 - 8:30

地點：ZOOM

對象：有興趣之社區人士

內容：面對離婚之路，或會感到徬徨迷茫，藉著講座讓參加者認識離婚的基本手續、離婚後的生活安排、相關的社區資源，以及同路人分享跨過難關的心路歷程，以支援離婚家庭重建新的生活。

名額：12人

負責職員：何姑娘



如何跟孩子說「離婚」網上家長講座



日期：

19/10/2022 (三)

1/12/2022(四)

時間：

晚上7:00 - 8:30

上午 9:30 - 11:00

地點：

ZOOM

對象：

正考慮/正辦理離婚的家長

內容：

協助家長明白離婚為子女帶來的感受，為孩子作出適當的身心靈預備與支援：

- 1) 如何告知子女離婚
- 2) 離婚對子女的影響
- 3) 發現並正面回應子女需要

名額：

12人

負責職員：

謝姑娘

關姑娘

「贍於理財」兒童為本離異家庭財務管理網上講座

日期：9/12、16/12/2022 (逢週五，共兩節)

時間：晚上7:00 - 8:30

地點：ZOOM / 賽馬會放晴·再「喜」航計劃通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室) (同時進行)

對象：正考慮分居/離異/已離婚，並現時育有0-21歲兒童/在學青少年之家長

內容：離異家庭需要面對家庭財政的轉變，重新分配財產。贍養費及子女生活費帶來的壓力，成為家長必須面對的挑戰，有時更影響孩子的金錢故事(Money Story)及金錢價值觀。如何以「兒童為本」角度做好家庭理財教育？讓我們一起學習檢視自己的財務狀況及習慣，好好理財。

名額：20人

負責職員：陳姑娘

備註：1. 民政及青年事務局資助
2. 本活動僅代表本機構的立場



「贍養費你點睇？」家長意見聚焦小組

日期：19/10(三) 或 4/11/2022 (五)

時間：上午9:30 - 11:00

地點：ZOOM / 家福中心(同時進行)

對象：正考慮分居/離異/已離婚，並現時育有0-21歲兒童/在學青少年之家長

內容：俗語說：「講錢傷感情」，父母雙方必須面對贍養費及子女生活費帶來的意見分歧和爭執。大家在當中曾發生甚麼事？心情如何？有甚麼想法及矛盾曾經出現？

名額：8人

負責職員：陳姑娘

備註：1. 參加者可任意選擇課堂節數
2. 民政及青年事務局資助
3. 本活動僅代表本機構的立場



十字路口的抉擇 (媽媽組)

日期：22/11、29/11、6/12及13/12/2022 (逢週二，共四節)

時間：晚上7:00 - 9:00

地點：賽馬會放晴·再「喜」航計劃通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)

對象：經歷離異或正考慮分居或離婚的媽媽

內容：離婚帶來的轉變，讓人好像走進一個十字路口，容易令人回首過去，躊躇不知要走向新的路途，還是修繕原本的路，本小組相信答案就在自己心裡，小組將帮助大家權衡內心矛盾猶豫的聲音，疏理婚姻中積累的傷痛。

名額：8 - 10人

負責職員：關姑娘、謝姑娘



非凡爸爸 — 離異父親敘事小組

日期：14/12、21/12、28/12/2022、4/1、11/1及18/1/2023 (逢週三，共六節)

時間：晚上7:00 - 9:00

地點：賽馬會放晴·再「喜」航 通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)

對象：經歷離異的爸爸

內容：婚姻關係的改變對爸爸帶來不少的挑戰和壓力，當中的傷痛不易為外人道。敘事小組讓同路人述說生命故事，一起面對困擾，透過重寫生命經歷，建構一個新的身份。

名額：8人

負責職員：李姑娘、陳姑娘



爸爸會月聚

日期：20/10 (四)、30/12/2022 (五)

時間：晚上7:00 - 9:30

地點：賽馬會放晴·再「喜」航計劃通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)

對象：曾參與離異父親支援小組的爸爸

內容：離異爸爸在教養、親職合作及各樣挑戰也會有壓力，透過每月一聚，共同分享心路歷程及應對智慧，建立互助情誼，彼此陪伴與見證。

負責職員：李姑娘、何姑娘



爸爸會行山

日期：26/11/2022 (六)

時間：上午9:00 - 中午12:00

地點：待定

對象：曾參與離異父親支援小組的爸爸

內容：透過行山活動，感受自然的療愈力量，重新得力。

負責職員：李姑娘、何姑娘



「靜音時間」靜觀家長體驗工作坊

日期：18/10、22/11、20/12/2022 (二)
時間：下午3:00 - 4:00
地點：可親臨家福中心 或 ZOOM (同時進行)
對象：育有0 - 17歲兒童/青少年之家長 (曾經歷離異/單親家長優先報名)
內容：陪伴孩子成長的過程，家長亦需要休息的空間。教養孩子的壓力，您會如何抒解？學習靜觀，可以培養耐性、專注、平靜和喜悅。
費用：全免
名額：8人
負責職員：陳姑娘
備註：參加者可任意選擇課堂節數。上課時請穿鬆身舒服的衣褲，並準備坐墊及保暖用的大毛巾。



「樂暉社」單親互助小組

樂暉社由1993年成立，本著「單親關懷單親」的互助精神，彼此關懷及支援社區內的單親家庭。

樂暉社輕鬆小聚・和諧粉彩聖誕咭

日期：16/12/2022(五)
時間：晚上7:00 - 8:00
對象：樂暉社社員
內容：互相關懷各自近況，讓社員彼此關心，一同製作和諧粉彩聖誕咭，共渡溫馨聖誕。
負責職員：忠哥哥、雯姑娘(已獲取JPHAA準指導師證明)

離異及單親家庭社區教室

日期：24/10、21/11、19/12/2022 (一)
時間：下午3:00 - 5:00
地點：全港
對象：公眾人士
內容：在社區內進行離異及單親資訊展覽、服務諮詢站及製作小手工等。
備註：因應疫情狀況或會取消或改期。



<離途・同行> 離異諮詢及導航服務

服務簡介

面對離異，前路茫茫，往往令人感到心力交瘁。家福中心盼望與經歷低谷的你同行，共同面對離婚帶來的衝擊與改變，思考和計劃未來的人生路及探討父母的角色，勇敢面對人生新階段。

服務內容

- 離合抉擇
- 了解共享親職概念
- 重整人生規劃

服務對象

準備或正面對離婚的家長

服務形式

由專業社工提供4節個人面談諮詢及導航服務

服務費用

全免

服務查詢

詳情可於辦公時間內致電離異家庭支援熱線2465 6868查詢及預約

「彩虹先鋒」離婚及單親婦女朋輩支援計劃

正在辦理離婚的人士，往往需要面對各種繁瑣的法律程序及生活適應。有見及此，本中心特意推行此計劃。藉著一群離異婦女所經歷的寶貴經驗，協助正面對相同處境的離異婦女克服在辦理離婚事宜的過程中所遇到的困難，減低不安的情緒。

本計劃接受各機構同工的轉介或服務使用者之直接申請，歡迎離異婦女參與義工訓練成為彩虹先鋒，實踐朋輩輔導及支援。如有查詢，請致電24656868與本計劃之負責社工羅姑娘聯絡。

彩虹先鋒分享會

日期：10/10/2022 (一)
時間：上午10:00 - 中午12:00
對象：現任彩虹先鋒之成員
內容：服務策劃，經驗分享
費用：全免
負責職員：羅姑娘

彩虹先鋒之「伴我同行」聚會

日期：14/11/2022 (一)
時間：上午10:00 - 中午12:00
對象：離異家長
內容：由已受訓練的「彩虹先鋒」義工協助籌備聚會，為離異的父母及家長提供互助支援及經驗交流的平台，陪伴離異家庭重整家庭生活。
負責職員：羅姑娘

彩虹先鋒義工訓練

日期：待定
時間：待定
對象：曾經離婚的婦女
內容：訓練將會包括
1) 離婚家庭的基本需要 2) 離婚申請程序
3) 相關社區資源
4) 朋輩輔導及支援技巧 5) 外展及陪伴技巧
負責職員：羅姑娘
(如有興趣參加活動，歡迎聯絡)



如有興趣參與成為彩虹先鋒義工，歡迎與本中心聯絡負責職員。

** 如沒有特別註明，活動費用全免。報名及查詢電話：24656868 **

賽馬會放晴·再「喜」航多元家庭支援計劃

如沒有特別註明，活動均在賽馬會放晴·再「喜」航 通訊處
(地址：九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)舉行。



幸福同航船員專屬活動

船員集合！黑暗中的對話

日期：6/11/2022 (日)

時間：上午9:30 - 中午12:00

地點：「黑暗中的對話」體驗館

集合及解散地點：賽馬會放晴·再「喜」航 通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)

對象：育有6歲或以上子女的離異或再婚家庭

內容：身為爸爸媽媽的您們，平日都會牽着小孩的手及教導他們，但有試想過角色調換，會發生什麼事情？
在全黑之中，讓小孩牽著您走，透過溝通，探索及合作，讓黑暗喚醒您和孩子的新視角。

費用：5 - 17歲之兒童：\$80；成人：\$130

名額：9對親子

負責職員：關姑娘、盧姑娘

備註：1. 活動因應疫情狀況或會取消或改期。

2. 由於安全考慮，恕不招待以下人士參加活動：有身孕人士、患有心臟病相關病症、患有幽閉恐懼症、精神病/智力障礙/自閉症達嚴重程度、身體感不適者，曾服用藥物或含酒精飲品

3. 進入場館之參加者必須遵守「疫苗通行證」之規定



賽馬會放晴·再「喜」航多元家庭支援計劃 專用網站

www.letgo-letsgo.org.hk

賽馬會放晴·再「喜」航多元家庭支援計劃為離異、再婚或重組家庭而設的專用網站<<放晴·再「喜」航多元家庭支援網站 暨 互動學習平台>>。

網站協助有需要家庭掌握更多情緒處理、多元關係調適、促進家庭關係、共享親職和親子相處等相關資訊；也讓父母和公眾更能了解多元家庭兒童的成長需要和內心世界。

同時，為有需要家庭及專業人士提供不同的學習課程與專業培訓，提升社會對多元家庭需要的了解和關注。公眾可參與網上自學課程，亦可因應不同階段的需要參加線上或實體的工作坊和治療小組。

網站會定期更新相關課程及培訓。

更多資訊及課程：www.letgo-letsgo.org.hk



網頁QR code



祖父母支援系列

「我的子女離婚了」— 祖父母支援網上講座

日期：3/10/2022 (一)
時間：上午10:00 - 11:30
地點：ZOOM
對象：離異家庭祖父母/外祖父母
內容：講座將會探討面對子女離異對自己及家庭帶來的影響、了解如何正面回應子女及孫兒的需要，促進與祖孫及子女的關係。
名額：12人
負責職員：程姑娘、羅姑娘



「我的子女離婚了」 共享親職小組 (祖父母篇)

日期：17/10、24/10、31/10、7/11/2022
(逢週一，共四節)
時間：上午10:00 - 11:30
地點：ZOOM
對象：離異家庭祖父母/外祖父母
內容：協助祖父母學習和平理性的溝通方法，與子女、前女婿或前媳婦協調共同教養孫兒，讓孩子在兩個快樂的家中健康成長。
名額：6-8人
負責職員：程姑娘、羅姑娘



開心聖誕聚一「舊」

日期：19/12/2022 (一)
時間：上午10:00 - 中午12:00
地點：親籽薈 (九龍荔枝角道838號勵豐中心3樓302室)
對象：離異家庭祖父母/外祖父母
內容：透過定期聚會，共同分享當中的心路歷程，豐富生活智慧。
名額：12人
負責職員：程姑娘、羅姑娘



家長心靈療癒系列

再「喜」航 滋養關係營 (按摩)



日期：27/11/2022 (日)
時間：上午9:00 - 下午5:00
地點：香港家庭福利會 崇德家福軒家庭退修中心
集合及解散地點：親籽薈 (九龍荔枝角道838號勵豐中心3樓302室)
對象：離異家長及新伴侶
內容：透過活動聆聽對方的渴望和心聲，凝視彼此的需要，為兩人的親密關係注入關愛和包容。
費用：每位\$ 30 (大小同價，費用已包車費、膳食)
名額：18人
負責職員：陳姑娘、程姑娘、盧姑娘
備註：1. 可提供托兒服務 (4-18歲兒童)，詳情請向職員查詢。
2. 活動因應疫情狀況或會取消或改期。

心靈療癒之旅

(一) - 道別家庭的傷
(二) - 撫平關係的痛
(三) - 遇見未來的自己
日期：14/11、21/11、5/12及12/12/2022 (逢週一，共四節)
時間：上午10:00 - 11:30
地點：賽馬會放晴·再「喜」航通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)
對象：離異或再婚人士
內容：透過陪伴和撫平過往因家庭和關係帶來的傷，與自己和解，從而重新活出自己喜歡的生命。
名額：6-8人
地點：賽馬會放晴·再「喜」航 通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)
負責職員：陳姑娘、李姑娘



家長靜觀體驗工作坊

日期：21/11/2022 (一)
時間：上午10:00 - 中午12:00
地點：賽馬會放晴·再「喜」航通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)
對象：育有4-16歲孩子之離異或再婚家長
內容：透過學習靜觀的態度和技巧，讓家長嘗試關顧自己，感受平靜。同時，亦會讓家長了解如何將靜觀運用於教養孩子上，促進親子關係。
名額：8人
負責職員：程姑娘、羅姑娘

兒童心靈療癒系列

幸福繪本館 — 親子共讀時光

日期：5/10、12/10、2/11、9/11、7/12及14/12/2022 (逢週三) *只需報名一次
時間：下午3:00 - 4:00
地點：ZOOM
對象：所有期待聽故事的大人和小朋友
內容：面對父母或自己分居/再婚，都會有很多疑問和感受。一起領悟繪本內的智慧，尋找屬於自己的答案。
名額：不限
負責職員：施姑娘、羅姑娘
備註：1. 此活動與大埔浸信會社會服務處合辦
2. 活動連結在本計劃Facebook專頁公布。



「尋寶之旅」兒童輔導及治療小組

日期：13/12、16/12、20/12、23/12/2022 (逢週二、五，共四節)
時間：下午3:00 - 4:30
地點：家福中心
對象：9-12歲之離異家庭兒童
內容：小組透過多元化互動活動，教導兒童在面對衝突時，如何表達負面的情緒，了解自己的角色，並學習訂立安全界線，從而學習避免夾在父母的衝突中。
費用：全免
名額：8人
負責職員：何姑娘

離異或重組家庭 親子共聚系列

「大美督家樂徑」樂悠遊

日期：26/11/2022 (六)
時間：下午1:00 - 晚上6:00
地點：大美督家樂徑
集合及解散地點：放晴·再「喜」航計劃通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)
對象：育有3-18歲子女之離異/單親或再婚家庭
內容：大美督家樂徑是全長1公里的環迴山徑，沿途設有數個觀景台，更可一起放風箏、踩單車，樂也融融，是非常適合一家大小的輕鬆郊遊行山路線，增潤親子關係。
費用：每位 \$20 (大小同價，費用包括來回車費)
名額：25人
負責職員：謝姑娘、雯姑娘
備註：1. 參加者需有行山的體力、自備足夠食物、水及所需用品。
2. 活動因應疫情狀況或會取消或改期。

親子拍拍樂 — 家庭專屬年曆冊

日期：10/12/2022 (六)
時間：下午2:30 - 5:30
地點：賽馬會放晴·再「喜」航計劃通訊處 (九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)
對象：育有3-18歲子女之再婚家庭
內容：來到年尾，是時候計劃新一年的目標！邀請家長和子女一同來玩遊戲、回顧今年重要片段，於冬日中享受親子相聚的溫暖幸福。活動過程將會為家庭拍攝照片，以製作年曆冊之用。
名額：6對親子
負責職員：施姑娘、雯姑娘
備註：1. 每個家庭可獲得一本專屬的年曆冊。
2. 活動因應疫情狀況或會取消或改為Zoom。



兒童支援系列 活動／小組

「我的喜怒哀樂」繪本之旅

日期：6/10、13/10、20/10及27/10/2022

(逢週四，共四節)

時間：下午3:30 - 4:30

對象：6 - 9歲面對父母離異之兒童

地點：賽馬會放晴·再「喜」航計劃通訊處
(九龍荔枝角道838號勵豐中心19樓1901室)

內容：面對父母分開，子女難免有不少擔心、焦慮、憤怒等情緒。透過共讀繪本，從故事中汲取養分，學習與情緒相處，照顧及明白自己的小心靈。

名額：8人

負責職員：黃姑娘



「童心天地」兒童成長小組

日期：11/11、18/11、25/11及2/12/2022 (逢週五，共四節)

時間：下午4:00 - 5:30

對象：5 - 12歲面對父母離異之兒童

內容：兒童因父母關係的轉變，心裏可能滿是疑問。面對搬家、轉校、親子聯繫安排等適應困難，兒童未必易於啟齒。小小的心靈，盛載著不同的煩惱。透過小組，我們與兒童探索自我價值，學習認識及表達自己的需要和感受，在正向的價值觀下成長。

名額：6 - 8人

負責職員：左姑娘



心靈公仔故事小組

日期：3/12、10/12、17/12及24/12/2022

(逢週六，共四節)

時間：晚上6:00 - 7:30

對象：6 - 12歲面對父母離異之兒童

內容：與孩子使用簡單的材料，一同創作屬於自己獨特的「心靈公仔」，以表達內心感受、發展自我形象，達到心靈自癒的效果，是一趟好玩且有效的表達藝術旅程。

名額：6 - 8人

負責職員：郭姑娘

家長活動／小組

電影講故(親密關係篇)

日期：20/10、27/10、3/11及10/11/2022 (逢週四，共四節)

時間：晚上7:00 - 9:00

對象：離異父母或再婚人士

內容：[如果]向來都是人生的命題，電影彷彿將我們每人心目中的[如果]實在地呈現在眼前。一連四節的小組中，我們透過電影探索在親密關係。在小組分享中，得到反思、勉勵和溫暖。

名額：6 - 8人

負責職員：梁先生

「離開紅地毯的那一天」小組

日期：5/10、12/10、19/10及26/10/2022 (逢週三，共四節)

時間：晚上7:00 - 9:00

對象：離異父母

內容：讓一群同路人學習面對離婚後的種種挑戰，過渡震盪期、走出陰霾。在小組中，更會一同探討離婚所經歷的五個階段，以及修復傷痛、平伏情緒的方法。

名額：6 - 8人

負責職員：郭姑娘

「媽媽的非凡故事」小組

日期：2/11、9/11、16/11及23/11/2022 (逢週三，共四節)

時間：晚上7:00 - 9:00

對象：非同住媽媽

內容：非同住家長的生活必定充滿挑戰、更會有難過、寂寞的時候……這個小組希望能集結一班非同住媽媽，透過真實的繪本故事，一同分享對孩子的想念、見面時的點滴、面對挑戰時的智慧等。

名額：6 - 8人

負責職員：郭姑娘



「為何我的孩子不想見我」家長小組

日期：7/11、14/11、21/11及28/11/2022 (逢週一，共四節)

時間：晚上7:00 - 9:00

對象：離異父母(非同住家長)

內容：孩子在親子聯繫上表現抗拒，非同住家長必然充滿困惑、焦急、難受……有時進退兩難，甚至令情況陷於困局，小組會和大家了解：

1. 深入理解孩子出現抗拒行為和情緒的原因
2. 以個案討論及角色扮演等形式，體驗自己的回應對孩子的影響
3. 認識應對孩子抗拒行為的技巧及方法

名額：6 - 8人

負責職員：何姑娘

備註：家長出席達100%，可獲取出席證明。

十月份

7/10/2022 (五)

時間：晚上7:00 - 9:00

主題：細說離婚父母守則

22/10/2022 (六)

時間：上午10:00 - 中午12:00

主題：如何抓住孩子的心？

十一月份

12/11/2022 (六)

時間：晚上7:00 - 9:00

主題：孩子的忠誠矛盾

18/11/2022 (五)

時間：晚上7:00 - 9:00

主題：衝突管理技巧

十二月份

2/12/2022 (五)

時間：晚上7:00 - 9:00

主題：「兩個家」的溝通法則

10/12/2022 (六)

時間：上午10:00 - 中午12:00

主題：如何跟他/她劃清界線？

對象：離異父母

名額：每節6 - 8人

費用：全免

內容：離異父母因著孩子的緣故，離異父母作為親職伙伴，仍需要共同參與孩子的成長及照顧，談何容易？活動圍繞不同「兒童為本」共享親職主題，讓我們親愛的孩子在兩個家快樂地生活。

課程參考書：《兒童為本——離異父母共享親職手冊》香港家庭福利會出版

負責職員：左姑娘

備註：1. 參加者可任意選擇1節或多節的課堂。

2. 參加者必須完成相關活動練習、討論及測驗合格，可獲頒發出席證書。



夾縫中的曙光 — 「兒童為本」共享親職服務

課程引入美國Cooperative Parenting Institute (CPI) 「兒童為本」親職協調模式

「兒童為本」共享親職證書課程

經歷離異的你，走過風暴，也許已疲憊不堪。雙方身份改變，但仍然投入子女的大小事宜，難免將婚姻中未完結的衝突延續。這些衝突，不僅令子女無所適從，影響他們的成長，也讓父母們更心力交瘁。課程引入美國Cooperative Parenting Institute (CPI)「兒童為本」模式的共享親職，嘗試為愛孩子的父母們尋找更加實際可行的共同教養模式，給子女健康成長空間，擁有兩個快樂的家；也讓自己擁有更廣闊舒心的新里程。

舉辦日期：	10/10、17/10、24/10及31/10/2022 (逢週一，共四節)	21/11、28/11、5/12及12/12/2022 (逢週一，共四節)
舉辦時間：	晚上7:00 - 9:00	晚上7:00 - 9:00
舉辦地點：	Zoom 	親籽薈共享親職支援中心 (地址：荔枝角道838號勵豐中心3樓302室)
名額：	8 - 10人	
內容：	本課程以講座及互動討論形式，協助離異父母學習「共享親職」的價值與概念，並帶動父母建立和平理性的「合作伙伴」關係，協調共同教養子女的計劃，給子女在享有父母愛的環境之中健康成長。	
對象：	離異父母	
備註：	欲領取證書需留意： 1. 參加者必須達100%出席率。 2. 如參加者遲到或早退超過15分鐘，該節將不作出席論，亦不另設補堂。 3. 不論實體或網上進行，參加者必須完成所有課堂安排的相關練習、討論及考試合格，方獲頒發證書以茲證明。 4. ZOOM期間需要開啟視訊及加入音訊並解除靜音，以參與課堂互動。 5. 此活動與本會家福中心合辦。	

臻和薈 — 調解教育及服務計劃

免費約見律師及家事法律諮詢講座



*有興趣人士請聯繫活動所屬之舉辦中心查詢及報名

舉辦中心	舉辦地點	免費約見律師		家事法律諮詢講座	
		日期	時間	日期	時間
臻和薈	香港西營盤第一街 80 號 A 西園 ☎ 電話：2561 9229 傳真：2811 0806	20/10/2022(四)、21/11/2022(一)、 15/12/2022(四)	晚上 6:30-8:10	/	/
北角 綜合家庭服務中心	香港北角英皇道668號健康村第二期地下高層 ☎ 電話：2832 9700 傳真：2893 4133	24/10/2022(一)、28/11/2022(一)、 19/12/2022(一)	晚上 6:30-8:10	14/12/2022 (三)	晚上 7:00-8:30
婦女及家庭成長中心	香港筲箕灣耀東邨耀貴樓C翼地下 ☎ 電話：2811 5244 傳真：2960 0125	4/11/2022(五)	晚上 7:00-8:40	/	/
深水埗(西) 綜合家庭服務中心	九龍深水埗元州邨元謙樓二樓204室 ☎ 電話：2720 5131 傳真：2725 6621	19/10/2022(三)、 14/12/2022(三)	晚上 6:30-8:10	23/11/2022 (三)	晚上 7:00-8:30
親籽薈 共享親職支援中心	九龍荔枝角道九龍荔枝角道838號 勵豐中心3樓 302室 ☎ 電話：8100 8883 傳真：2743 5833	26/10/2022(三)	晚上 7:00-8:40	14/12/2022(三)	晚上 7:00-8:30
順利 綜合家庭服務中心	九龍順利邨順利社區中心4樓 ☎ 電話：2342 2291 傳真：2357 4639	21/11/2022(一)	晚上 6:30-8:10	7/10/2022 (五)	晚上 7:00-8:30
油塘 綜合家庭服務中心	九龍油塘麗邨信樓一樓 ☎ 電話：2775 2332 傳真：2775 2221	9/12/2022(五)	晚上 6:30-8:10	14/10/2022 (五)	晚上 7:00-8:30
葵涌(南) 綜合家庭服務中心	新界葵涌葵翠邨碧樓平台一層 102室 ☎ 電話：2426 9621 傳真：2422 1875	21/10/2022(五)、14/11/2022(一)、 14/12/2022(三)	晚上 6:30-8:10	23/11/2022 (三)	晚上 7:00-8:30
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 ☎ 電話：2177 4321 傳真：2177 1616	26/10/2022(三)、23/11/2022(三)、 21/12/2022(三)	晚上 6:30-8:10	21/10/2022 (五)	晚上 7:00-8:30
家福中心	新界屯門蝴蝶邨蝶意樓地下104至106號 ☎ 電話：2465 6868 傳真：2466 3672	25/11/2022(五)	晚上 7:15-8:55	/	/

捐助機構



中國銀行(香港)
BANK OF CHINA (HONG KONG)

「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、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，包括寄發通訊、社會服務及活動推廣／典禮邀請或籌款等用途，請於下列空格加上「✓」，寫上你的姓名及簽署，郵寄／傳真回本中心（地址：新界屯門蝴蝶邨蝶意樓地下104-106號）香港家庭福利會家福中心，傳真號碼：2466 3672）。要求拒收直接促銷費用全免。如有查詢，請致電2465 6868與本會聯絡。

本人（姓名如下）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：_____（只作為本會有必要時就閣下拒收直接促銷要求作澄清及跟進之用）

簽署：_____ 日期：_____

備註：如閣下提供的資料不完整，本會可能無法跟進閣下有關於拒收直接促銷要求。

內部使用

接收日期：

負責職員：

歡迎網上報名

活動名稱：_____ 舉辦日期：_____ 地點：_____

參加者資料	姓名	性別	年齡	香港身份證號碼 (參加營舍活動 參加者需填寫此欄)	與參加者本人之關係*
1.					參加者本人
2.					*
3.					*
4.					*
5.					*

小組／活動報名方法及須知：

1. 親臨報名：

- 填妥已簽名活動報名表格後，可於辦公時間內親臨本中心報名，如有需要，以現金或支票付款；
- 如未能親臨報名，可授權他人代報，而受託人需備有代報活動授權書，當中須包括以下資料：
 - ☆ 參加者之姓名、身份證號碼、報名之活動資料及正式簽署
 - ☆ 受託人之姓名及身份證號碼
 (如授權書內資料不齊備，以致未能完成報名手續，中心概不負責。而每位受託人每次可為一位參加者以授權書代報活動。)

2. 郵寄報名：

- 請最遲於活動舉行前十個工作天連同劃線支票及簽妥之報名表寄回本中心。抬頭請寫「香港家庭福利會」；請勿使用期票或郵寄現金；
- 每張報名表格只處理一項活動，而每項活動請用獨立支票繳費。劃線支票背後請寫上參加者之姓名、聯絡電話及活動名稱；

3. 網上報名：

- 填妥網上報名表格 <https://forms.office.com/r/5A4F979X7r> 或掃描QR code報名參加活動。
- 未滿18歲者之參加者，必須由家長或監護人簽妥活動報名表格，否則不接納其報名；
- 個別活動有特定參加對象，請確保符合資格才報名；
- 如無特別注明，所有活動先到先得，額滿即止；不設電話報名及留位；
- 如活動屬於抽籤形式，參加者可於抽籤日或之前遞交表活動報名表格。中籤者會於抽籤日後五個工作天內收到本中心的電話通知，中籤者請於五個工作天內親臨本中心繳付費用。如五個工作天內本中心仍未能成功聯絡參加者，則視作自動棄權；
- 鑒於每項活動在物資預備、人手安排、場地運用及資助團體要求上均有不同，能否於活動舉行當日即場報名，未能一概而論。
活動一律會因應即場情況，由負責職員作最後決定；
- 除因活動取消、延期或內容變動令報名者未能參加，本中心會安排退款；如因病/因事而自行退出或缺席者，所繳費用，恕不退回，後備名額由本中心安排補上；
- 一經報名後，如參加者未能出席有關小組及活動，不可自行安排他人代替參加；
- 本中心或贊助團體會於活動期間攝影，以刊登於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；
- 本中心有權更改活動的資料，並以本中心最後公佈為準，同時保留最終決定權。
- 一切有關報名的安排，本中心保留最終決定權。

請於以下方格加上「✓」表示。

- ☐ 本人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。
- ☐ 本人明白及接納上述「小組/活動報名方法及須知」。
- ☐ 本人希望訂閱〈親〉季刊。

網上登記訂閱〈親〉季刊



聯絡電話：_____ 通訊地址：_____

交表人簽署：_____ 日期：_____

*參加者向本會所提供以上之個人／家庭資料，只作為報名參加此活動之用途，並受到《個人資料（私隱）條例》之保障。

*在活動期間所拍攝之任何照片，均有機會被用作宣傳或推廣之用途。



離異家庭支援熱線：2465 6868

本會自1988年8月開始設立了離異及單親家庭服務熱線，目的為有需要家庭提供離婚程序諮詢，離異後的生活適應及情緒支援等服務，以協助離異家庭過渡和適應家庭轉變。

暴雨／颱風之活動安排

	活動前 2 小時發出			活動前 2 小時懸掛		
	黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨	一號風球	三號風球	八號風球
中心開放	✓	✓	✗ (於訊後除下 2 小時照常開放)	✓	✓	✗ (於訊後除下 2 小時照常開放)
中心室內活動	✓	★	✗ (取消／延期)	✓	★	✗ (取消／延期)
戶外活動	★	✗ (取消／延期)	✗ (取消／延期)	★	✗ (取消／延期)	✗ (取消／延期)

✓：如常舉行

✗：活動取消/延期

★：活動照常，負責職員會視乎實際的天氣情況，基於安全考慮而作最終決定及個別通知

- 1) 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/紅色或以上暴雨警告，中心會在安全情況下可讓參加者離開。
- 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) 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。
- 4) 如對惡劣天氣警告下之活動安排有任何疑問，歡迎致電2465 6868向本中心職員查詢。
- 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本中心退款，逾期恕不受理。(退款詳情可參考P.11活動報名須知)
- 6) 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。

中心開放時間(星期日及公眾假期休息)：

	一	二	三	四	五	六
上午9:00至下午1:00	✓	✓	✓	✓		✓
下午2:00至5:30 (星期五開放至下午6:00)	✓	✓	✓	✓	✓	
下午6:30至9:00					✓	

編輯小組：

何美紅姑娘 關婉彤姑娘 李慧敏姑娘 陳珏儀姑娘 羅明珠姑娘 施婷婷姑娘
陳淑程姑娘 謝婷姑娘

地址：新界屯門蝴蝶邨蝶意樓地下104-106號

電話：2465 6868

傳真：2466 3672

電郵：frc@hkfws.org.hk

家福中心網址：

進入本會網頁www.hkfws.org.hk後，
選擇本會服務，再選擇家福中心。



「香港家庭福利會
家福中心」
facebook，
即可了解活動
及資訊。



家福中心公共交通工具指引：



輕鐵美樂站：615P, 610, 615
輕鐵兆禧站：507, 614, 614P



城巴：962, 962X
九巴：59M, 259D, 59X
輕鐵接駁巴士：506, K52



小巴：44

*以上交通路線只供參考，一切以有關巴士及小巴公司之最後公佈為準。



家福會
HKFWS

香港家庭福利會 家福中心
屯門蝴蝶邨蝶意樓地下104-106號

