

深水埗(西)綜合家庭服務中心
Shamshuiipo (West) Integrated
Family Service Centre

家福 通訊

2022年10至12月 (83期)

2022年9月13日
開始接受報名

詳情請參閱P.6活動報名(特別安排)
(「以家為本」心理健康服務除外)



* 須出示會員證，才能以會員價報名活動。

中心服務簡介	P.3
服務使用者的權利、服務質素齊齊知	P.4
惡劣天氣警告下之中心活動安排、中心開放時間	P.5
今期文章、活動報名(特別安排)	P.6
深水埗區家庭幸福指數調查	P.7
兒童發展系列	P.8-10
家庭成長系列	P.10-12,17
外出通知書	P.13
活動報名表	P.14-15
報名須知	P.16
個人成長系列	P.18-19
臻和營 — 調解教育及服務計劃	P.20
「以家為本」心理健康服務	P.21-22
「家·親子和平時間」活動	P.23-27

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: _____

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。

服務目的

- 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,包括:

- 個人及家庭輔導;
- 講座、工作坊、小組及大型活動等

申請方法

輔導服務

- 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)

小組或活動

- 親臨本中心或郵寄報名
- 會員或非會員均可報名參加
- 一經報名後,如未能出席有關小組或活動,恕不接受由服務使用者自行安排他人代替參加

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。

退款安排

- 1) 已報名和繳費的小組和活動,如被取消、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。
- 2) 如自行退出或因私人理由未能參加已報名和繳費的小組或活動,有關的服務使用者不會獲任何退款安排。

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。

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,有任何感想、讚賞、投訴、建議或意見,你可以致電 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。

服務質素齊齊知

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。

中心開放時間

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



上期文章提及「四道人生」，第一及第二道分別是「道愛」、「道謝」，今期再跟大家分享第三及第四道。

第三道：道歉。疫情下，我們待在家中的時間多了，少不免跟家人發生衝突。若處理得不妥當，會在彼此的心中留下一道無法抹滅的傷痕。我們可以謙卑地向家人說一句「對不起」，請求對方饒恕自己在無意間所犯下的過錯，同時我們也懷著寬容的心原諒對方，放下彼此的恩怨。每人退一步，便能海闊天空，製造多點和平時間。

第四道：道別。在這場疫症中，不少人因染疫被送往隔離、甚至不幸離世，每天都有人站在跟摯愛離別的分叉路口。無論是短暫還是長久的離別，我們總要把握時間向至親真誠地說一聲「再見」，因為我們永遠不知道這會否是我們最後一次說這句話。

透過練習「四道人生」，主動跟家人及身邊的人釋出關愛及善意，便能減少生命中受病離死別所帶來的衝擊，將遺憾化作一道道美麗的彩虹。

本中心將在 2022 年 11-12 月舉辦「四道人生 - 照顧者支援及生命教育小組」，活動對象為長者、長期病患人士或臨終病人的照顧者，社工將帶領參加者以藝術創作及分享等輕鬆的方式實踐「四道人生」，詳情請參閱通訊第 18 頁。

今天，就讓我們坐言起行，活出「四道人生」吧！

註冊社工 鄧穎聰先生

活動報名（特別安排）

感謝您一直對本中心的支持，為保障各服務使用者的健康，避免因人流聚集而增加互相感染新型冠狀病毒的風險，敬請留意以下特別安排：

活動報名程序：

請填妥報名表後，在報名日（9 月 13 日）或之後，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。

中心職員會於活動兩星期前通知參加者繳費，若活動超額報名，會以抽籤形式決定。

活動安排會因應疫情而更改 / 延期 / 取消，中心會以短訊或 WhatsApp 通知參加者，敬請留意。

深水埗區家庭幸福指數調查

本中心在 2022 年 3 月至 5 月期間，以本會首創的香港家庭幸福量度工具、透過網上問卷形式，訪問了區內的居民有關其家庭幸福指數水平，同步亦了解他們作為照顧者的壓力狀況。是次調查共收回 213 份問卷，特此感謝各位街坊的積極回應，讓本中心能了解區內居民的情況，以及制定適切的服務。

從是次收回的問卷，顯示深水埗的居民整體家庭幸福指數水平較全港的水平為低，以 10 分為最高，本會於 2022 年 5 月發佈的全港家庭幸福指數水平為 6.10，深水埗區的居民的水平則為 5.19。從分析中發現，需要照顧有情緒困擾者的家人的幸福指數只有 4.44；需要照顧長期病患兒童的父母的指數為 4.75；需要照顧家中有特殊學習需要孩子的家長為 4.90；照顧三歲以下幼童及三歲以上兒童的家長則分別為 5.10 及 5.17。由此可見，作為家庭中的照顧者除了壓力大，其幸福指數水平亦偏低。

調查亦發現，有參與社區舉辦的家庭活動，如夫婦活動、管教課程、家長支援小組等的人士，其幸福指數亦高於深水埗區的整體水平。受訪者亦表達這些家庭支援小組、照顧技巧教授課程或處理照顧者的身心健康活動能有效幫助他們提昇幸福家庭指數。

本中心持守「以家為本」的理念，致力發展多元服務，一直關心照顧者的需要，除了定期舉辦親子活動、管教技巧小組、亦有舉辦減壓活動及照顧者支援小組以回應照顧者的需要。

期待你的參與，亦期待大家的回應，讓我們能繼續制定合適的服務，回應社區的需要！

* 如有興趣了解本會的「香港家庭幸福指數」調查，可瀏覽本會的網站 <https://www.hkfw.org.hk/hkfw>。

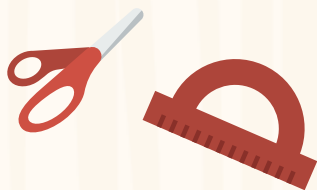
家·親子和平時時間之旅

本中心於 2022/2023 年度推出「家·親子和平時時間之旅」獎勵計劃，鼓勵大家學習管理情緒，平心靜氣面對衝突，與家人有傾有講，希望在參與活動當中，既可增值自己，亦可與家人多些歡樂時間，共聚天倫。

謝謝各位會員踴躍參加本中心活動。凡已獲 8 個印之會員，請於 2022 年 10 月 3 日至 10 月 14 日，將已蓋印之獎勵咭交回中心，本中心職員會稍後通知領取禮物 / 禮券之安排。

3D 筆立體創作小組

日期：2022 年 10 月 7、14 日（星期五）、
10 月 20 及 27 日（星期四），共 4 節
時間：下午 4:00 - 5:15
地點：本中心
費用：會員 \$50 / 人 非會員 \$100 / 人
對象：小四至小六學生
內容：透過 3D 筆創作獨一無二的立體製品，培養兒童的專注力和科學興趣。
名額：8 人
負責社工：陳嘉琪姑娘



社交小達人 A

時間：下午 3:00 - 4:00
名額：8 人

日期：2022 年 10 月 11、18、25 日及 11 月 1 日（逢星期二，共 4 節）
地點：本中心
費用：會員 \$40 / 人 非會員 \$80 / 人
對象：幼稚園學生
內容：疫情下小朋友少了很多與人接觸、學習社交的機會，是次小組希望透過不同的活動及遊戲，讓小朋友學習與人相處的態度及技巧，提升社交能力。
負責社工：鄭美君姑娘 / 李欣姑娘
備註：請穿著輕便衣服
小組 (A) 及 (B) 內容相同，參加者只能二選一。

社交小達人 B

時間：下午 4:30 - 5:30
名額：8 人

腦力加分 (5)

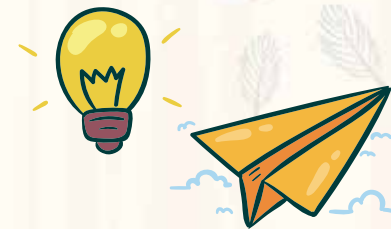
日期：2022 年 10 月 13 日（星期四）
時間：下午 4:00 - 5:15
對象：小一至小三學生
名額：8 人

腦力加分 (6)

日期：2022 年 11 月 4 日（星期五）
時間：下午 4:00 - 5:15
對象：小一至小三學生
名額：8 人

腦力加分 (7)

日期：2022 年 12 月 5 日（星期一）
時間：下午 3:30 - 4:45
對象：幼稚園高班至小二學生
名額：8 人



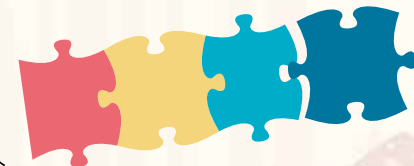
地點：本中心
費用：會員 \$10 / 人 非會員 \$20 / 人
內容：透過一系列的五感遊戲，放大小朋友對五感的感知及靈敏度，刺激他們的五感及腦部發展。
負責社工：謝萱虹姑娘 / 陳嘉琪姑娘 / 洪婷婷姑娘

永遠的爸媽

日期：2022 年 11 月 4、11、18 及 25 日（逢星期五，共 4 節）
時間：下午 5:30 - 6:30
地點：本中心
費用：會員 \$20 / 人 非會員 \$40 / 人
對象：面對父母離婚的小一至小三學生
內容：透過互動活動協助面對父母分居 / 離婚的兒童表達和接納負面情緒，發掘兒童的正面資源，建立安全感及正面態度，以適應父母離異之後的改變。
名額：8 人
負責社工：謝立君姑娘

「童」遊比拼

日期：2022 年 11 月 12 日（星期六）
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：小二至小四學生
內容：學生們會分成不同組別參與各項合作及解難遊戲，從中學習開放自己、建立互信及團體精神，繼而學懂欣賞自己及別人的強項。
名額：8 人
負責社工：謝萱虹姑娘
備註：請穿著輕便舒適服裝出席活動



繪本 X 曲奇聖誕日

日期：2022 年 12 月 17 日 (星期六)
 時間：上午 10:30 - 中午 12:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$20 / 人 非會員 \$40 / 人
 對象：幼稚園學生
 內容：活動將會與參加者同讀繪本，然後一同製作曲奇，歡渡聖誕！
 名額：8 人
 負責社工：李欣姑娘
 備註：請自備圍裙及食物盒。



婚內談情 - 夫婦成長小組

日期：2022 年 10 月 12、19、26 日及 11 月 2 日 (逢星期三，共 4 節)
 時間：晚上 7:30 - 9:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$60 / 人 非會員 \$120 / 人
 對象：已婚人士 (鼓勵夫婦二人一同參加，個人參加亦可)
 內容：婚姻就像障礙賽，需夫婦二人彼此合作及支持，才能行得更遠。此小組會豐富參加者與伴侶的溝通關係，學習包容相互性格及化解衝突，製造談情溫馨時刻，以增潤婚姻關係。
 名額：8 人
 負責社工：黃耀輝先生
 備註：報名人士或夫婦需經負責社工組前電話評估，以了解雙方期望。

「婆媳緣・祖孫情」-「兩代同行育兒孫」- 靜心篇

日期：2022 年 10 月 14、21、28 日及 11 月 4 日 (逢星期五，共 4 節)
 時間：上午 10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$40 / 人 非會員 \$80 / 人
 對象：父母或準父母
 內容：婆媳之間各自成長背景不同，對小朋友的期望也不同，在管教上也容易出現衝突。在衝突中我們的身心也容易疲倦。透過傾聽、呼吸及茶畫等等活動，我們從關心自己的身體和情緒出發，照顧好自己，促進有效溝通，建立正面的婆媳關係。
 名額：10 人
 負責社工：蕭煒倫先生
 備註：此小組與香港家庭福利會婦女及家庭成長中心合辦



齊來修身舒壓

日期：2022 年 10 月 17、24、31 日及 11 月 7 日 (逢星期一，共 4 節)
 時間：上午 10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$60 / 人 非會員 \$120 / 人
 對象：家長
 內容：疫情讓大家更關注健康，家長每天兼顧家庭的大小事務，身心疲累；小組由專業瑜伽、器械及健康舞導師帶領，教導參加者伸展及瑜伽動作以鍛鍊肌肉，放鬆減壓之餘又達致修身效果。
 名額：10 人
 負責社工：凌美欣姑娘
 備註：請穿著輕便運動服飾，自備毛巾及食水



秋日生態一日遊

日期：2022 年 10 月 29 日 (星期六)
 時間：上午 9:30 - 下午 4:30
 集合 / 解散地點：本中心
 地點：濕地公園
 費用：會員 \$30 / 成人 \$20 / 兒童 (17 歲以下)
 非會員 \$60 / 成人 \$40 / 兒童 (17 歲以下) (包旅遊巴來回及入場門票)
 對象：家庭
 內容：趁秋高氣爽的日子，一家人一起到濕地公園探索濕地生態，認識生物的多樣性、人類文化和環境保育。
 名額：28 人
 負責社工：梁翠迎姑娘
 備註：請自備輕便午餐或於園內自費午膳



捐助機構



逆風「同」行 - 親子藝術 x 遊戲小組

日期：2022 年 11 月 2、9、16、23 日 (逢星期三)
 時間：下午 4:30 - 6:00
 地點：本中心

費用：會員 \$50 / 每個家庭 非會員 \$100 / 每個家庭 (參加者出席全數 4 節小組活動以及日營活動後，將獲贈一張 \$50 禮券) (費用已包括日營的旅遊巴接送)
 對象：小四至小六學生及其家長
 內容：透過親子藝術創作及互動遊戲形式，學習從多角度互相了解及欣賞家人，提升家庭面對逆境及挑戰的能力及信心。
 名額：10 個家庭
 負責社工：葉韻詩姑娘
 備註：此活動跟香港家庭福利會「賽馬會抗逆有「家」」計劃合作，由香港賽馬會慈善信託基金贊助。

親子藝術日營

日期：2022 年 11 月 26 日 (星期六)
 時間：上午 9:00 - 下午 5:00
 集合及解散地點：本中心
 地點：待定

故事爸媽技巧特訓班

日期：2022 年 11 月 9、16、23、30 日 (逢星期三，共 4 節)
 時間：上午 9:30 - 11:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$80 / 人 非會員 \$160 / 人
 對象：育有 2 - 12 歲兒童之家長
 內容：你是一個稱職的故事爸媽嗎？上年參加過故事爸媽的家長，有沒有學以致用，感受到繪本故事對兒童成長和親子關係的威力了嗎？一齊分享吓講故事的心得，是次邀請到故事導師分享說故事技巧，社工亦會介紹不同繪本故事書的選擇。沒有參加步過上年的故事班的家長，更加要來體驗一下在家說故事如何製造更多親子時間，提昇親子關係。

名額：10 人
 負責社工：梁梓軒先生
 備註：凡出席全部 4 節活動的參加者可獲得面值 \$50 書券一張。



「婆媳緣・祖孫情」-「三代遊戲所」

日期：2022 年 11 月 19 日 (星期六)
 時間：上午 10:00 - 正午 12:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$10 / 人 非會員 \$20 / 人
 對象：三代同堂家庭
 內容：運用嶄新的方法重溫懷舊小玩意，讓一家三代 (老、中、青 / 少) 一起享受遊戲時的歡樂之餘，又能認識不同年代的小玩意，增加三代人彼此的了解；並藉此加強「互相欣賞、尊重、關愛」的家庭核心價值。

名額：8 個家庭 (每家庭至少 3 人)
 負責社工：蕭煒倫先生
 備註：此活動與香港家庭福利會 婦女及家庭成長中心合辦



家・親子和平時間 - 孩子是父母的影子？！

日期：2022 年 11 月 24 日、12 月 1、8 及 15 日 (逢星期四，共 4 節)
 時間：上午 10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$40 / 人 非會員 \$80 / 人
 對象：有意學習與子女溝通，並育有未成年子女的家長
 內容：透過講解和體驗薩維亞模式 (Satir Model)，幫助參加者認識原生家庭如何影響自己與子女的相處，瞭解衝突來源和練習溝通化解的技巧，從而達到個人成長和改善親子關係。

名額：8 人
 負責社工：謝立君姑娘

出外活動或入營通知家長書 家長回條

逕啟者：本人 * 同意 / 不同意 敝子女 _____
 參加香港家庭福利會深水埗 (西) 綜合家庭服務中心之 _____
 _____ 活動。本人清楚有關活動之行程及內容，
 亦同意敝子女有能力完成此項活動，並囑敝子女遵從工作人員一切指導。

☐ 本人子女有以下健康問題，請留意

- 呼吸道 : (請註明: _____)
- 心臟 : (請註明: _____)
- 血液 : (請註明: _____)
- 其他疾病: (請註明: _____)

☐ 本人子女沒有任何健康問題

此致

香港家庭福利會 深水埗 (西) 綜合家庭服務中心

家長簽署: _____ 家長姓名: _____

電話: _____ 日期: _____

* 刪除不適用者



家福會
HKFWS

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

出示會員証，
才能以會員價報名
歡迎即時報名入會

活動報名表

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

會員編號：SSPWIFSC _____ / ☐ 非會員，請填寫身份證號碼（頭 4 個字）：_____

通訊地址：_____（非會員適用）

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
姓名：_____ 性別：_____ 年級：_____ 與申請人關係：_____	姓名：_____ 性別：_____ 年級：_____ 與申請人關係：_____	姓名：_____ 性別：_____ 年級：_____ 與申請人關係：_____	姓名：_____ 性別：_____ 年級：_____ 與申請人關係：_____	姓名：_____ 性別：_____ 年級：_____ 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.8		3D 筆立體創作小組	\$50/ 人	\$100/ 人	小四至小六學生		\$
	P.8		社交小達人 A	\$40/ 人	\$80/ 人	幼稚園學生		\$
	P.8		社交小達人 B	\$40/ 人	\$80/ 人	幼稚園學生		\$
	P.9		腦力加分 (5)	\$10/ 人	\$20/ 人	小一至小三學生		\$
	P.9		腦力加分 (6)	\$10/ 人	\$20/ 人	小一至小三學生		\$
	P.9		永遠的爸媽	\$20/ 人	\$40/ 人	小一至小三學生		\$
	P.9		「童」遊比拼	\$20/ 人	\$40/ 人	小二至小四學生		\$
	P.9		腦力加分 (7)	\$10/ 人	\$20/ 人	幼稚園高班至小二學生		\$
	P.10		繪本 X 曲奇聖誕日	\$20/ 人	\$40/ 人	幼稚園學生		\$
	P.10		婚內談情 - 夫婦成長小組	60/ 人	\$120/ 人	已婚人士		\$
家庭成長	P.10		「婆媳緣 • 祖孫情」 - 「兩代同行育兒孫」 - 靜心篇	\$40/ 人	\$80/ 人	父母或準父母		\$
	P.11		齊來修身舒壓	\$60/ 人	\$120/ 人	家長		\$
	P.11		秋日生態一日遊	\$30/ 成人 \$20/ 兒童	\$60/ 成人 \$40/ 兒童	家庭		\$
	P.11		逆風「同」行 - 親子藝術 x 遊戲小組	免費	免費	小四至小六學生及其家長		免費
	P.11		親子藝術日營	\$50/ 家庭	\$100/ 家庭	小四至小六學生及其家長		\$
	P.12		故事爸媽技巧特訓班	\$80/ 人	\$160/ 人	育有 2-12 歲兒童之家長		\$
	P.12		「婆媳緣 • 祖孫情」 - 「三代遊戲所」	\$10/ 人	\$20/ 人	三代同堂家庭		\$
	P.12		家・親子和平時時間——孩子是父母的影子？！	\$40/ 人	\$80/ 人	育有未成年子女的家長		\$
	P.17		家・親子和平時時間 - 親子遊戲教育課程	\$120/ 人	\$240/ 人	育有 3-12 歲兒童的家長		\$
	P.17		睇戲學管教	\$5/ 人	\$10/ 人	育有未成年子女的家長		\$
個人成長	P.17		聖誕微盆景工作坊	\$30/ 人	\$60/ 人	育有小學生之家長		\$
	P.18		東澳古道沿海之旅	\$10/ 人	\$20/ 人	婦女		\$
	P.18		四道人生 - 照顧者支援及生命教育小組	\$40/ 人	\$80/ 人	長者、長期病患人士或臨終病人的照顧者		\$
	P.19		「肩周炎和膝關節痛症防治」中醫講座	\$10/ 人	\$20/ 人	受痛症影響人士或有興趣認識痛症的人		\$
	P.19		夜探嘉頓山	\$30/ 人	\$60/ 人	18 歲或以上人士		\$
	P.19		創意粉彩製作	\$20/ 人	\$40/ 人	18 歲或以上女士		\$
總額：\$								

• 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

報名須知

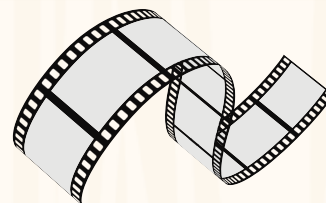
- * 報名方式：1. 於辦公時間內親臨本中心報名。
2. 郵寄，若為收費活動，請以劃線支票連同報名表寄回本中心，支票抬頭為「香港家庭福利會」。現金或其他形式，本中心恕不接受。敬請切勿郵寄現金。
- * 參加收費活動，將以繳款作實。
- * 參加者於報名時，請自行核對有關活動的日期、時間及上課地點。收費一經作實，中心不接受因個人原因而要求退款、轉名或改參加其他小組或活動，相關活動的材料費亦不會退還（如有）。
- * 如無特別注明，所有活動名額先到先得，額滿即止，不設電話報名及留位。如該活動有「後備名單」，後備人士暫不需交費，待日後確定有名額時，方聯絡後備人士交費作實。
- * 親子或家庭活動以直屬家庭成員優先，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「出外活動或入營通知家長書」。
- * 如有興趣成為本中心會員，請向接待處職員查詢及索取會員報名表。
- * 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到本中心取回相關款項。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，恕不退回，亦不接受由服務使用者自行安排他人代替參加。

家·親子和平時間 - 親子遊戲教育課程

- 日期：2022 年 12 月 6、13、20 日、1 月 3、10 及 17 日
(逢星期二，共 6 節)(12 月 27 日暫停)
- 時間：上午 10:00 - 正午 12:00
- 地點：本中心
- 費用：會員 \$120 / 人 非會員 \$240 / 人
- 對象：育有 3 - 12 歲兒童的家長
- 內容：透過學習「兒童為本」遊戲治療的理念及進行親子遊戲時間的技巧，讓家長更能掌握如何幫助孩子的發展需要，建立良好的親子關係，從而更能掌握有效的管教技巧。
- 名額：8 人
- 負責社工：李欣姑娘 (已完成美國遊戲治療協會認可的初級及專業遊戲治療課程)
- 備註：1. 參加者必需出席組前個別面談，以作入組甄選，成功入組後交費。
2. 參加者需要自行準備相關玩具，在家中練習親子遊戲時間，並且需要錄影，用於課堂上一同討論。

睇戲學管教

- 日期：2022 年 12 月 7 日 (星期三)
- 時間：上午 9:30 - 正午 12:00
- 地點：本中心
- 費用：會員 \$5 / 人 非會員 \$10 / 人
- 對象：育有未成年子女的家長
- 內容：子女無心機讀書？懶惰？專注力弱？坐不定？成績差？將來點算？作為家長，你已盡力安排補習、鼓勵和勸導子女，甚至為讀書問題與子女爭吵。漸漸地子女感受不到你的關心和肯定，放棄努力，你也感到無力無助…。邀請家長來中心觀賞一部勵志電影。相信你們能夠在影片故事中找到支持子女的力量。
- 名額：12 人
- 負責社工：謝立君姑娘
- 備註：1. 疫情關係，參加者不可以在活動中進食。
2. 影片為正版，播放用於教育目的，非牟利，收費用於購買活動材料。



聖誕微盆景工作坊

- 日期：2022 年 12 月 15 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：育有小學生之家長
- 內容：栽種綠色盆景可以抒發身心壓力。透過微盆景創作，讓家長舒緩管教壓力，體驗正向管教。
- 名額：8 人
- 負責社工：陳嘉琪姑娘



東澳古道沿海之旅

日期：2022 年 10 月 28 日 (星期五)

時間：上午 9:30 - 下午 3:00

地點：東涌至大澳

集合地點：東涌港鐵站 A 出口

解散地點：大澳

費用：會員 \$10 / 人 非會員 \$20 / 人

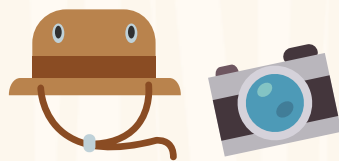
對象：婦女

內容：秋高氣爽，最適宜去行山。東澳古道是以前居民來往東涌和大澳的通道，更是一沿海路線。沿途除了有海景相伴，更可以到訪礮石灣村及深屈村等舊村落，感受自然風光的美好。

名額：12 人

負責社工：朱雪盈姑娘

備註：1. 行程長度為 14 公里，難度為 3 星 (5 星為最難)，全程需時約 4 小時。
2. 東澳古道為長線路線，需自行作行山準備，本中心會提供簡單小食。
3. 需自備車費。



四道人生 - 照顧者支援及生命教育小組

日期：2022 年 11 月 25 日、12 月 2、9 及 16 日 (逢星期五，共 4 節)

時間：上午 10:30 - 正午 12:00

地點：本中心

費用：會員 \$40 / 人 非會員 \$80 / 人

對象：長者、長期病患人士或臨終病人的照顧者

內容：生離死別是人生必經的階段，然而我們在生活中避而不談此課題，往往使我們錯失與家人相處的寶貴時光。此小組以「四道人生」為主題，以藝術創作及分享等輕鬆的方式跟家人道謝、道歉、道別及道愛，從而使參加者減少生命中的遺憾以及更珍惜與家人相處的時光。

名額：12 人

負責社工：鄧穎聰先生

備註：此小組與香港家庭福利會預設照顧計劃合辦

「肩周炎和膝關節痛症防治」中醫講座

日期：2022 年 11 月 28 日 (星期一)

時間：上午 10:00 - 11:30

地點：本中心

費用：會員 \$10 / 人 非會員 \$20 / 人

對象：受痛症影響人士或有興趣認識痛症的人

內容：肩周炎和膝關節痛是中老年人常見痛症，對日常生活和心情都造成很大困擾。本次講座透過中醫角度認識肩周炎和膝關節痛，瞭解中醫治療的方法如：穴位按摩、食療及復健運動。

名額：20 人

負責社工：謝立君姑娘

導師：余達光醫師

夜探嘉頓山

日期：2022 年 11 月 30 日 (星期三)

時間：晚上 7:00 - 10:00

集合地點：本中心

活動地點：嘉頓山

解散地點：石硤尾邨美荷樓

費用：會員 \$30 / 人 非會員 \$60 / 人

對象：18 歲或以上人士

內容：於本中心集合後，步行至石硤尾邨旁的嘉頓山，於山頂上俯瞰深水埗和石硤尾的迷人夜景，放鬆生活壓力及洗滌心靈。

名額：12 人

負責社工：黃耀輝先生

備註：1. 由於要步行及上山，參加者需自備電筒、晚餐及足夠的食水。
2. 宜穿著輕便及適合行山的衣服及運動鞋。



創意粉彩製作

日期：2022 年 12 月 1 日 (星期四)

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：透過和諧粉彩製作過程，讓參加者達至放鬆，紓緩壓力及發揮創意。

名額：10 人

負責社工：李慧敏姑娘



捐助機構



中國銀行(香港)
BANK OF CHINA (HONG KONG)

臻和薈 — 調解教育及服務計劃

免費約見律師服務

日期：2022年10月19日(星期三) / 2022年12月14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，助你解決與法律有關的疑難，如爭產、離婚、賠償等。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：活動舉辦前一個月方接受報名；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。
聯絡及查詢：黃小姐 (內線 13)

家事法律諮詢講座

日期：2022年11月23日(星期三)
時間：晚上7:00 - 8:30
地點：本中心
費用：免費
對象：公眾人士
內容：(一) 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
(二) 幫助自己及子女適應離異後的生活
(三) 法律知識
(1) 辦理離婚手續 (2) 管養權 (3) 贍養費 (4) 財務分配
名額：20人
負責社工：凌美欣姑娘
備註：邀請資深律師主講
請將法律諮詢講座登記表格親身 / 郵寄 / 傳真交回本中心；恕不接受電話報名。
聯絡及查詢：黃小姐 (內線 13)

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

靜觀·音樂心靈導航工作坊

日期：2022年11月18日(星期五)或2022年11月26日(星期六)
(兩節活動內容相同，參加者只能二選一)
時間：上午10:00 - 11:30
地點：本中心
費用：免費
對象：希望利用音樂減壓的人士
內容：音樂對於情緒有莫大的影響力，有研究指出，音樂可以讓人們產生多種情緒，不同的節奏、旋律都會牽動我們的情緒起伏。此活動由音樂治療師以音樂心靈導航法 (Guided Imagery Music Therapy — GIM)，透過聆聽音樂、放鬆指引、畫圖和輔導，讓參加者透過感受身體及內在的感覺，調節情緒帶來的身體影響，如肌肉繃緊，呼吸急速等，以舒緩情緒及達至減壓的效果。
名額：每節30人
負責社工：邱美怡姑娘

「港版嵐山」之旅：河背水塘遊

日期：2022年11月24日(星期四)
時間：上午9:15 - 下午3:00
集合地點：本中心
解散地點：元朗
地點：河背水塘
費用：會員 \$30 / 人 非會員 \$60 / 人
對象：18歲或以上人士
內容：河背水塘擁有一片竹林，與日本京都嵐山竹林神似，因而被喻為「港版嵐山」。暫時仲未能飛去日本親目嵐山風采，跟我們先到河背這個「小嵐山」，望梅止渴一下。轉眼又一年，是時候於秋季讓山林洗滌一下我們勞累的心靈。
名額：12人
負責社工：梁梓軒先生
備註：1. 參加者須自備車費、午餐及足夠食水。
2. 須穿運動服裝及運動鞋



錦田半日遊・漫步壁畫村與紅磚屋

日期：2022年12月10日(星期六)

時間：上午10:00 - 下午4:00

集合地點：本中心

解散地點：錦上路港鐵站

地點：錦田壁畫村

費用：會員\$20/人 非會員\$40/人

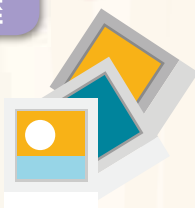
對象：18歲以上的公眾人士

內容：香港疫情反覆，在防疫措施下，大家都盡量留在家中抗疫。長時間留在家中，難免會出現抗疫疲勞，放假時都想出外走走，呼吸新鮮空氣。今次和大家到錦田，看看近年打卡熱點 - 錦田壁畫村。壁畫村現時有近40幅義工繪畫壁畫，讓大家盡情發掘。除此之外，又可以到紅磚屋休閒市集，還有小鎮盈匯坊，漫步細看歐陸風情，度過一個悠閒午後。

名額：12人

負責社工：邱美怡姑娘

備註：1. 參加者須自備車費及自備午餐 / 自費午膳
2. 請穿著容易伸展、舒適的衣著



健康身心小組(父母組)

日期：2022年12月5日至2023年3月13日(逢星期一，共12節)
(2022年12月26日、2023年1月2日及1月23日暫停)

時間：上午9:30 - 正午12:00

地點：本中心

費用：免費

對象：18至65歲之家長

內容：1) 認識壓力來源及學習處理的方法
2) 分辨正面與負面想法
3) 學習積極的思考方法去處理困擾的情緒
4) 加強解決問題的能力

名額：12人

負責社工：梁翠迎姑娘、黃耀輝先生

備註：參加者必須出席組前個別面談，以作入組甄選。



家福會
HKFWS



「家・親子和平時間」活動

香港家庭福利會(家福會)基於「以家為本」的信念，一直關注家庭的福祉，年前推出全港首個「香港家庭幸福指數」。研究報告中指出六個組成家庭幸福的重要範疇：



留一點時間給家人

以下活動將於5/9/2022開始報名：

家。親子和平時間—「野孩子野爸媽」農村生活體驗

日期: 12/11/2022(星期六)
時間: 上午9:00-下午4:00
地點: 上水自然脈絡教育農場
集合地點: 順利社區中心地下
對象: 領取綜援、書津及在職家庭津貼的4-12歲兒童及其家長(以直系家屬為家庭單位)
名額: 40人
費用: 【會員價】\$50(大小同價, 包午餐及旅遊巴)
 【非會員價】\$100(大小同價, 包午餐及旅遊巴)
負責職員: 何姑娘(註冊社工, 內線112)
內容: 透過農耕體驗、野外劈竹及生火煮食, 讓親子離開都市的便利, 回歸簡樸生活, 共同合作, 體驗互相幫忙的重要, 並學會感恩目前擁有的一切, 為家庭提供優質親子時光。
備註: 1. 服務如非指定對象, 需先作後備處理。
 2. 由於參加人數眾多, 此活動須先進行抽籤程序, 中籤者將獲通知付款確認參與。
鳴謝: 中國港灣建設有限公司

家。親子和平時間—秋日親子上東洋

日期: 10/12/2022(星期六)
時間: 上午9:00-下午1:00
地點: 東洋山
集合地點: 順利社區中心地下
對象: 5歲或以上兒童及其家長(以直系家屬為家庭單位, 單親家庭優先)
名額: 24人
費用: 全免
負責職員: 王先生(註冊社工, 內線108)
內容: 若你希望和孩子一起挑戰天梯上東洋山賞芒草, 既考驗自己的體能, 也學習在面對困難時, 如何和家人互相鼓勵, 歡迎你和孩子參加這個活動!
備註: 服務如非指定對象, 需先作後備處理。

將軍澳(南)綜合家庭服務中心

以下活動將於15/9/2022開始報名：

家。親子和平時間—幸福婚姻之路:合拍與共融 伴侶小組

日期: 4/11、11/11、18/11及25/11/2022(逢星期五, 共4節)
時間: 晚上7:30-9:30
地點: 將軍澳(南)綜合家庭服務中心
對象: 希望改善關係的伴侶(同居、已婚或準備結婚均可)
名額: 12人(6對伴侶)
費用: 【會員價】每位\$50 【非會員價】每位\$100
負責職員: 陳姑娘(註冊社工及認可家事調解員, 內線29)
內容: 以情緒取向夫婦治療(Emotionally Focused Couple Therapy)理論及依附概念為基礎, 並參考北美婚姻培育課程(holdmetightonline.com)而規劃的體驗小組, 目的是幫助伴侶了解負向的互動循環, 明白彼此內在的情緒和需要, 打破彼此的隔膜。
活動形式: 講座、練習、分享、活動體驗、現場演練
備註: 1. 導師將於小組舉行前一至兩星期, 個別約見夫婦面談, 作初步認識評估及診斷狀況, 介紹小組詳情及填寫組前問卷, 日期另訂。
 2. 出席率達100%的夫婦可獲書籍——「「抱緊我」扭轉夫妻關係的七種對話」一本(價值\$107)。

日期: 17/12/2022(星期六)
時間: 上午9:00-下午1:00
地點: 大美督家樂徑(於本中心集合及解散)
對象: 8歲或以上孩童及其家長
名額: 36人(18對親子)
費用: 【會員價】每位\$20(大小同價) 【非會員價】每位\$40(大小同價)
負責職員: 譚先生(內線21)、馮姑娘(內線39)
內容: 透過親子郊遊活動, 家長與小朋友一起探索大自然。過程中更藉著親子活動, 讓他們合作完成挑戰及克服困難, 從中培養親子關係及促進溝通。
備註: 1. 此乃親子活動, 家長與子女須一同出席。
 2. 一名孩子需由最少一名家長陪同出席。
 3. 活動費用已包括來回旅遊巴費用。
 4. 如參加者非直系親屬, 請先致電與負責社工商議。
 5. 活動不設午餐, 參加者需自備飲用水、防風雨及防曬用品, 建議穿運動鞋及輕便衣服。
 6. 活動前兩小時如懸掛一號戒備訊號以上, 黃色或以上暴雨警告, 活動將順延或取消。
 7. 如有任何爭議, 本中心將保留最終決定權。
 8. 敬請準時出席, 逾時不候。

油塘綜合家庭服務中心

以下活動將於13/9/2022開始報名：

家。親子和平時間—智能親子“扭計式”

日期: 4/11、11/11、18/11及25/11/2022(逢星期五, 共4節)
時間: 下午5:30-6:30
地點: 油塘綜合家庭服務中心
對象: 家長及其一名小一至小三子女(部分名額預留給單親家庭)
名額: 10人
費用: 【會員價】每位\$40 【非會員價】每位\$60
負責職員: 如姑娘(註冊社工, 內線119)
內容: 透過學習扭計式, 激活腦部潛能, 發展多面視野眼協調, 啟發親子扭計方程式, 提升正向親子認知及情緒管理; 同時亦藉著親子一同參與, 享受親子共聚時間。
備註: 如非活動指定對象, 需作後備處理。

家。親子和平時間—夢幻聖誕飄雪水晶球親子工作坊

日期: 24/12/2022(星期六)
時間: 上午10:00-11:30
地點: 油塘綜合家庭服務中心
對象: 3-12歲兒童及其家長
名額: 10對親子
費用: 【會員價】每對親子\$60 【非會員價】每對親子\$70
負責職員: 鄧姑娘(註冊社工, 內線128)
內容: 讓親子透過一起製作夢幻飄雪水晶球, 既可平靜心靈, 同時亦可促進親子間的互動, 讓他們一同感受聖誕的歡樂氣氛, 共聚歡樂時光。
備註: 1. 如非活動指定對象, 需作後備處理。
 2. 如受疫情影響, 活動有機會改為以Zoom線上進行。如有更改, 職員將會另行通知。



深水埗(西)綜合家庭服務中心

以下活動將於13/9/2022開始報名：

家親子和平時間—孩子是父母的影子?!

日期: 24/11、1/12、8/12及15/12/2022(逢星期四, 共4節)
時間: 上午10:00—11:30
地點: 深水埗(西)綜合家庭服務中心
對象: 有意學習與子女溝通, 並育有未成年子女的家長
名額: 8人
費用: 【會員價】每位\$40 【非會員價】每位\$80
負責職員: 謝姑娘(註冊社工, 內線34)
內容: 透過講解和體驗薩維亞模式(Satir Model), 幫助參加者認識原生家庭如何影響自己與子女的相處, 瞭解衝突來源和練習溝通化解技巧, 從而達到個人成長和改善親子關係。

家親子和平時間—親子遊戲教育課程

日期: 6/12、13/12、20/12/2022、3/1、10/1及17/1/2023(逢星期二, 共6節)
時間: 上午10:00—中午12:00
地點: 深水埗(西)綜合家庭服務中心
對象: 育有3-12歲兒童之家長
名額: 8人
費用: 【會員價】每位\$120 【非會員價】每位\$240
負責職員: 李姑娘(註冊社工, 內線22)
內容: 透過學習「兒童為本」遊戲治療的理念及進行親子遊戲時間的技巧, 讓家長更能掌握如何幫助孩子的發展需要, 建立良好的親子關係, 從而更能掌握有效的管教技巧。
備註: 1. 參加者必需出席組前個別面談, 以作入組甄選, 成功入組後交費。
2. 參加者需自行準備相關玩具, 在家中練習親子遊戲時間, 並且需要錄影, 用於課堂上一同討論。

北角綜合家庭服務中心

以下活動將於15/9/2022開始報名：

家親子和平時間—親子花語小組

日期: 8/10、15/10、22/10及29/10/2022(逢星期六, 共四節)
時間: 第一節-下午2:30-5:00(外出)
第二、第三節-下午2:30-4:00(中心活動)
第四節-下午1:30-5:00(外出連午餐)
地點: 北角綜合家庭服務中心/外出活動
對象: 5-12歲兒童及其家長
名額: 6對親子
費用: 【會員價】每對親子\$240(含乾花擺設、導師、材料費及外遊車費)
【非會員價】每對親子\$480(含乾花擺設、導師、材料費及外遊車費)
*低收入家庭費用可減半, 報名時需出示經濟證明文件
負責職員: 單姑娘(註冊社工)
內容: 從不同角度經驗植物, 包括以小玩意製作盆景、由專業導師指導製作乾花擺設、遊覽旺角花墟鮮花批發市場以及外出學習以構圖、逆光及近攝拍出花卉的美。
備註: 1. 乾花擺設由專業導師指導。
2. 兒童必須與家長一起參加。

家親子和平時間—聖誕親子樂滿FUN



日期: 19/12/2022(星期一)
時間: 晚上7:30-9:00
地點: 北角綜合家庭服務中心
對象: 一位小學生及一位家長
名額: 10對親子
費用: 【會員價】每對親子\$40 【非會員價】每對親子\$80
負責職員: 朱姑娘(註冊社工)
內容: 在聖誕鈴聲臨近時, 親子透過互動遊戲及溝通, 讓他們共渡一個愉快的時刻。
鳴謝: 此活動由4M贊助

葵涌(南)綜合家庭服務中心

以下活動將於8/9/2022開始報名：

家親子和平時間—JC project—合拍家庭@故事館小組

日期	時間	主題
14/11/2022(星期一)	晚上6:30-8:00	「積木」體驗-我的「家庭」
20/11/2022(星期日)	下午12:00-5:30 (於中心集合及解散)	戶外拍攝活動-「家庭快樂回憶」 山頂遊蹤及毛公仔DIY工作坊
27/11/2022(星期日)	下午12:00-6:00 (於中心集合及解散)	戶外拍攝活動-「家庭快樂回憶」 暫定: 大澳遊蹤及曬咸蛋製作
11/12/2022(星期日)	下午2:30-4:00	相簿分享及共同設計

地點: 葵涌(南)綜合家庭服務中心/外出活動
對象: 小四至中三青少年及其家長
名額: 8個家庭
費用: 全免
負責職員: 孔姑娘(註冊社工, 內線304)
內容: 透過家庭拍照及相關活動, 增加家庭成員彼此溝通及認識的機會, 並一起回憶家庭經歷及成長珍貴時光, 發掘家庭正能量, 齊心面對逆境。活動也包括戶外家庭照拍攝活動, 與家庭成員進行家庭遊樂活動, 從中增進感情, 建立難忘的家庭回憶。
備註: 1. 所有12歲或以上人士進入場地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。
2. 參加家庭需協助完成計劃前測及後測問卷, 以作計劃活動成效分析之用。
3. 一名家長最多可與兩名子女共同參與。
鳴謝: 香港賽馬會慈善信託基金/香港理工大學醫療及社會科學院

家親子和平時間—和諧粉彩抹走煩憂小組

日期: 2/12、9/12、16/12及23/12/2022(逢星期五, 共4節)
時間: 上午10:00-11:30
地點: 葵涌(南)綜合家庭服務中心
對象: 區內家長
名額: 8人
費用: 【會員價】每位\$30 【非會員價】每位\$60
負責職員: 吳姑娘(註冊社工, 內線315)
內容: 透過運用手指頭塗抹抹的方式, 學習用顏色及畫畫的方法放鬆自己。完成後可將作品帶回家, 學習欣賞自己的作品。
備註: 1. 無需懂得任何畫畫技巧。
2. 請自備濕毛巾, 以抹走手指頭上的乾粉彩。
3. 參加者請自備食水及防蚊用品。
4. 活動由4M贊助。

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：

拒收直接促銷通知書

如欲要求本會停止使用閣下個人聯絡資料作直接促銷/推廣之用途，請填寫「拒收直接促銷通知書」（表格可於www.hkfws.org.hk下載）並郵寄/傳真回本會（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。



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

2022年8月出版

印刷數量3500