

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

家福 通訊

2022年7至9月 (82期)



2022年6月14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
兒童發展系列	P.7-9
家庭成長系列	P.10-13
活動報名表	P.14-15
報名須知	P.16
個人成長系列	P.17-18
臻和營 — 調解教育及服務計劃	P.19
「以家為本」心理健康服務	P.20-21
「家·親子和平時閒」活動	P.22-26
寄養服務介紹	P.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。

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。

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	Yellow 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



「驟雨後的「四道」彩虹(一)」

2022年初,第五波新冠疫情席捲香港,許多人突然因染疫而面臨隔離、住院,有些人更不幸與家人天人永隔。受到防疫措施的限制,有些人甚至難以見到家人最後一面,無法陪伴家人走完最後一程。這次的疫情,正好提醒我們,要珍惜眼前人,以及在日常生活上實踐「四道人生」。

「四道人生」包括道愛、道謝、道歉及道別,而「道」則表示要說出口。當我們將想念、謝意、愧疚及思念說出口時,要做到及時、沒有保留。「四道人生」最初用於臨終關懷,但隨著疫情帶來的瞬息萬變,它也成為了我們每個人需要學習的人生課題。本期文章會與大家初探第一道及第二道。

第一道:道愛。瘟疫使我們飽受病患的折磨,甚至受到恐懼的吞噬;社交距離亦使我們與家人之間築起一道隔閡。愛仿似一帖靈丹妙藥,使我們更快痊癒。一句簡單的「我愛你」,可以重新將我們跟家人的距離拉近,凝聚更強大的力量對抗逆境。除了窩心的問候,愛也可以透過不同方式傳遞,例如:是一個深情的擁抱、一份為對方度身訂造的禮物。

第二道:道謝。疫情以來,我們得到過家人、朋友以及鄰里們的幫助及鼓勵。患病時,家人無微不至地照料我們,為我們準備藥物及打掃家居,保持環境衛生。隔離時,住在遠方的親人或鄰里為我們送遞食材、補給物資。我們可以懷著感恩的心,向在疫情中曾出現在我們生命中的人說一聲「多謝」,感謝他們為我們所做的一切。道謝的說話永遠不嫌多,也不嫌晚。

這兩道看似很簡單,但平日我們習以為常,以為對方應該會明白,因而吝嗇一句道愛或道謝的說話和行動。靜下來,讓我們感受彼此的愛,一起珍惜與家人、朋友和平共處的時間。下期文章再與大家分享第三道及第四道。

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(6月14日)或之後,於辦公時間內親臨本中心遞交 /WhatsApp5648 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。

夏日甜在心之迷你鮮果撻

日期:2022年7月11日(星期一)
時間:下午3:00-4:30
地點:本中心
費用:會員\$40/人 非會員\$80/人(已包材料費)
對象:小一至小三學生
內容:炎炎夏日,一齊動動手,製作鮮果撻!既可消暑,又可以鍛鍊小朋友們的自理能力。
名額:8人
負責社工:陳嘉琪姑娘



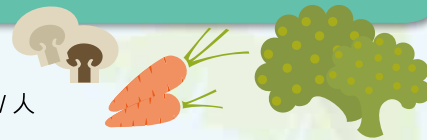
Cooking kid「煮」家孩子(1)

日期:2022年7月19、26日、8月2及9日(逢星期二,共4節)
名額:8人

Cooking kid「煮」家孩子(2)

日期:2022年7月22、29日、8月5及12日(逢星期五,共4節)
名額:8人

時間:下午4:00-5:30
地點:本中心
費用:會員\$40/人 非會員\$80/人
對象:小四至小六學生
內容:讓參加者嘗試親手製作家常小菜,從而透過煮食的過程找到滿足感。
負責社工:李欣姑娘/鄭美君姑娘
備註:請自備圍裙及食物盒。
小組(1)及(2)內容相同,參加者只能二選一。
視乎疫情發展,如本中心未能舉行實體活動,會改為網上視訊程式(zoom)進行,製作的食物亦會更改。



夏日繪我心之禪繞木杯墊

日期:2022年7月25日(星期一)
時間:下午3:00-4:30
地點:本中心
費用:會員\$20/人 非會員\$40/人(已包材料費)
對象:小四至小五學生
內容:禪繞畫是一種零技巧的心靈畫作,讓人達致緩解壓力的效用。今次活動會帶領參加者以禪繞畫方式製作獨一無二的木杯墊,讓參加者自由地表達自己,舒緩身心壓力。
名額:8人
負責社工:陳嘉琪姑娘

童樂高

日期：2022年8月2、9、16及23日（逢星期二，共4節）
 時間：下午3:00 - 4:30
 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：透過玩 LEGO 促進增強小朋友的表達能力及團體合作精神。
 名額：8人
 負責社工：洪婷婷姑娘

桌遊天地

日期：2022年8月19及26日（逢星期五，共2節）
 時間：下午2:45 - 4:15
 地點：本中心
 費用：會員\$20 / 人 非會員\$40 / 人（已包材料費）
 對象：小四至小六學生
 內容：一同製作桌上遊戲，學習英語！既可以玩樂，又可以鍛鍊小朋友的協作和溝通能力！
 名額：10人
 負責社工：蕭煒倫先生

歷奇體驗日

日期：2022年8月19日（星期五）
 時間：下午4:30 - 6:00
 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：透過歷奇活動，增強參加者的解決問題及與人合作的能力。
 名額：8人
 負責社工：李慧敏姑娘

專注粉彩創作

日期：2022年8月26日（星期五）
 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：小二至小四學生
 內容：透過和諧粉彩製作，增強參加者的專注力及創作力。
 名額：8人
 負責社工：李慧敏姑娘

精神爽利義剪日（免費剪髮）

日期：2022年8月27日（星期六）
 時間：上午9:30 - 中午12:30
 地點：本中心
 費用：免費
 對象：6 - 12歲兒童
 內容：9月又要開學了。是時候剪個靚髮迎接新一學年！疫情下，想出去剪個髮都不容易，希望新一年不再需要停課，不用擔心無得剪頭髮，更希望不再有疫情。來讓剪髮義工姨姨剪個開學醒目髮型，來年定必學業進步。
 名額：20人
 負責社工：梁梓軒先生

兄弟姐妹 Happy Hour

日期：2022年8月29日（星期一）
 時間：上午9:30 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員\$75 / 家庭 非會員\$150 / 家庭
 對象：兄弟姐妹（幼稚園高班至小六）
 內容：由專業導師教授 Decoupage 蝶古巴特拼貼原理及方法（Decoupage 於法文為「剪裁」的意思），既能將平凡物料例如膠盒大變身，成為美觀實用的濕紙巾盒 / 口罩盒，又可以讓兄弟姐妹透過合作，增進感情。
 名額：6個家庭
 負責社工：謝立君姑娘

腦力加分 (4)

日期：2022年9月16日（星期五）
 時間：下午4:00 - 5:15
 地點：本中心
 費用：會員\$10 / 人 非會員\$20 / 人
 對象：小一至小三學生
 內容：小朋友平日面對不少功課考試壓力，活動引導小朋友運用不同的材料，發揮創意，從玩樂中釋放壓力，並提昇小朋友的身心靈健康。
 名額：8人
 負責社工：李欣姑娘

親子 LEGO

日期：2022 年 7 月 28 日、8 月 4、11 及 18 日 (逢星期四，共 4 節)
 時間：下午 3:00 - 4:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$40 / 一對親子 非會員 \$80 / 一對親子
 對象：6 - 8 歲兒童及其家長
 內容：鼓勵家長及小朋友透過玩 LEGO 促進溝通及增強小朋友的表達能力。
 名額：5 對親子
 負責社工：洪婷婷姑娘

親子油畫小組



日期：2022 年 8 月 1、8、15 及 22 日 (逢星期一，共 4 節)
 時間：下午 3:30 - 5:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$80 / 一對親子 非會員 \$160 / 一對親子 (已包材料費)
 對象：小一至小三學生及其家長
 內容：透過油畫藝術體驗，加強親子互動及溝通技巧，提升親子關係。
 名額：5 對親子
 負責社工：陳嘉琪姑娘

繽紛暑假 - 親子和諧粉彩小組



日期：2022 年 8 月 3、10、17 及 24 日 (逢星期三，共 4 節)
 時間：下午 3:00 - 4:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$20 / 人 非會員 \$40 / 人
 對象：5 - 12 歲兒童及其家長
 內容：和諧粉彩是一種源自日本的獨特繪畫方式，透過使用粉末及指頭在畫紙上描繪，配合溫和的色調，創作出使人感到輕鬆的畫作。此活動會教授參加者和諧粉彩的基本技巧，以及創作不同主題的和諧粉彩作品，除了有助訓練兒童的小肌肉，亦能促進親子合作。
 名額：8 個家庭
 負責社工：鄧穎聰先生
 備註：1. 參加者無須有任何藝術基礎
 2. 每位參加者請自備一條毛巾作清潔雙手之用
 3. 活動會提供所需工具，但不可取走

親子競技賽

日期：2022 年 8 月 6 日 (星期六)
 時間：上午 10:30 - 正午 12:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$10 / 人 非會員 \$20 / 人
 對象：小學生及其家長
 內容：親子在遊戲中需要同心協力，接受不同任務及挑戰，在享受遊戲之餘，亦可增加親子溝通及合作。
 名額：5 個家庭
 負責社工：洪婷婷姑娘

齊齊動手做立體故事書

日期：2022 年 8 月 13 日 (星期六)
 時間：早上 10:30 - 正午 12:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$20 / 一對親子 非會員 \$40 / 一對親子
 對象：4 - 8 歲兒童及其家長
 內容：親子共讀除了能促進兒童的語言、社交、情緒發展，亦能促進親子關係。此活動教授參加者製作立體書，為家長及兒童帶來一個非一般的親子閱讀體驗，一起來走進奇幻的童話世界吧！
 名額：15 對親子
 負責社工：鄧穎聰先生
 導師：「安徒生會 童話夢工場」導師

親子障礙賽

日期：2022 年 8 月 20 日 (星期六)
 時間：早上 10:00 - 11:15
 地點：本中心
 費用：會員 \$20 / 每個家庭 非會員 \$40 / 每個家庭
 對象：5 - 12 歲兒童及其家長
 內容：親子有機會一起化身為小勇士，合力跨越重重障礙，獲取解密方法，贏取寶藏！
 名額：8 個家庭
 負責社工：葉韻詩姑娘



「快樂不倒翁」親子遊戲組

日期：2022年8月30日、9月1、6及8日（逢星期二、四，共4節）
 時間：下午4:15 - 5:15
 地點：本中心
 費用：會員\$40 / 一對親子 非會員\$80 / 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，讓孩子發揮合作精神、提升其面對輸贏及聽從指令的能力，增進親子溝通及關係。
 名額：6對親子
 負責社工：凌美欣姑娘
 備註：請穿著輕便服裝

「家·親子和平時間」之養成好習慣——親子獎勵計劃

家長篇

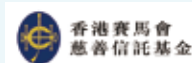
對象：幼稚園學生的家長
 名額：8人
 費用：會員\$40 / 人 非會員\$80 / 人

小朋友篇

對象：幼稚園學生
 名額：8人
 費用：免費

日期：2022年9月15、22、29日及10月6日（逢星期四，共4節）
 時間：下午2:30 - 3:45
 地點：本中心
 內容：此小組讓家長與小朋友訂立「親子契約」，並一同持之以恆地實踐目標，讓家長建立小朋友的良好行為及習慣，提高責任心。
 名額：8個家庭
 負責社工：張文蔚姑娘、謝萱虹姑娘
 備註：一位家長及其一位幼稚園學生需同時報名「養成好習慣 - 親子獎勵計劃（家長篇）及（小朋友篇）」。

捐助機構



逆風飛翔——親子靜觀教養小組

日期：2022年9月21、28、10月5、12日（逢星期三）
 時間：上午10:00 - 11:30
 地點：本中心
 對象：小四至小六學生之家長
 名額：10人

親子靜觀週末遊

日期：2022年10月15日（星期六）
 時間：下午1:00 - 6:00
 地點：粉嶺鹿頸至谷埔一帶之郊遊徑
 對象：小四至小六學生及其家長
 名額：40人（每位家長最多可攜帶3名同住家人出席活動，其中一名須為小四至小六學生）

費用：\$50 / 人（參加者出席全數4節小組活動以及週末遊活動後，將獲贈一張\$50禮券）（費用已包括週末遊的旅遊巴接送）
 內容：透過學習靜觀教養，讓家長學習覺察自己身體訊號和明白滋養自己身體的需要。家長將在小組的學習所得實踐於親子活動之中，讓家長重拾養育子女的初心和好奇心，以及促進親子關係。
 負責社工：鄧穎聰先生
 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。

家庭的軌跡

日期：2022年9月29日（星期四）
 時間：早上10:00 - 正午12:00
 地點：本中心
 費用：會員\$20 / 人 非會員\$40 / 人
 對象：育有小學生之家長
 內容：孩子就像家長的一面鏡子。有沒有發現，我們有時候都不自覺地複製了上一代的某些模式？有沒有想過，我們都帶著原生家庭的痕跡去管教孩子？工作坊能讓家長提升覺察，了解原生家庭對自己管教的影响。
 名額：16人
 負責社工：葉韻詩姑娘
 導師：香港沙維雅人文發展中心之導師作講解及指引。





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"✓" 選擇報名活動，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.7		夏日甜在心之迷你鮮果撻	\$40/ 人	\$80/ 人	小一至小三學生		\$
	P.7		Cooking kid「煮」家孩子 (1)	\$40/ 人	\$80/ 人	小四至小六學生		\$
	P.7		Cooking kid「煮」家孩子 (2)	\$40/ 人	\$80/ 人	小四至小六學生		\$
	P.7		夏日繪我心之裱繞木杯墊	\$20/ 人	\$40/ 人	小四至小五學生		\$
	P.8		童樂高	\$20/ 人	\$40/ 人	小一至小三學生		\$
	P.8		桌遊天地	\$20/ 人	\$40/ 人	小四至小六學生		\$
	P.8		歷奇體驗日	\$20/ 人	\$40/ 人	小三至小六學生		\$
	P.8		專注粉彩創作	\$20/ 人	\$40/ 人	小二至小四學生		\$
	P.9		精神爽利義剪日 (免費剪髮)	免費	免費	6 - 12 歲兒童		免費
	P.9		兄弟姐妹 Happy Hour	\$75/ 家庭	\$150/ 家庭	兄弟姐妹 (幼稚園高班至小六)		\$
P.9		腦力加分 (4)	\$10/ 人	\$20/ 人	小一至小三學生		\$	
家庭成長	P.10		親子 LEGO	\$40/ 一對親子	\$80/ 一對親子	6 - 8 歲兒童及其家長		\$
	P.10		親子油畫小組	\$80/ 一對親子	\$160/ 一對親子	小一至小三學生及其家長		\$
	P.10		繽紛暑假 - 親子和諧粉彩小組	\$20/ 人	\$40/ 人	5 - 12 歲兒童及其家長		\$
	P.11		親子競技賽	\$10/ 人	\$20/ 人	小學生及其家長		\$
	P.11		齊齊動手做立體故事書	\$20/ 一對親子	\$40/ 一對親子	4 - 8 歲兒童及其家長		\$
	P.11		親子障礙賽	\$20/ 家庭	\$40/ 家庭	5 - 12 歲兒童及其家長		\$
	P.12		「快樂不倒翁」親子遊戲組	\$40/ 一對親子	\$80/ 一對親子	3 - 5 歲幼兒及其家長		\$
	P.12		「家・親子和平時間」之養成好習慣一 親子獎勵計劃 (家長篇)	需同時 報名	\$40/ 人	幼稚園學生的家長		\$
	P.12		「家・親子和平時間」之養成好習慣一 親子獎勵計劃 (小朋友篇)	需同時 報名	免費	幼稚園學生		免費
	P.13		逆風飛翔 - 親子靜觀教養小組	\$50/ 人	\$100/ 人	小四至小六學生之家長		\$
個人成長	P.13		親子靜觀週末遊	免費	免費	小四至小六學生及其家長		免費
	P.13		家庭的軌跡	\$20/ 人	\$40/ 人	育有小學生之家長		\$
	P.19		「管教不勞氣」家長工作坊	免費	免費	育有小學至初中子女之家長		免費
	P.17		空氣玫瑰 Aerial Rose 體驗工作坊	\$20/ 人	\$40/ 人	對粉彩畫有興趣的女士		\$
	P.17		香韻・悠人	\$50/ 人	\$100/ 人	18 歲或以上人士		\$
	P.17		「繪出自己的月光」和諧粉彩進階體驗工作坊	\$20/ 人	\$40/ 人	婦女		\$
	P.18		減壓鬆一鬆之創意發揮探索組	\$50/ 人	\$100/ 人	18 歲或以上婦女		\$
	P.18		「小布藝，大生活」婦女小組	\$80/ 人	\$160/ 人	婦女		\$
P.18		婦女瑜珈鬆一鬆	\$20/ 人	\$40/ 人	婦女		\$	
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。

空氣玫瑰 Aerial Rose 體驗工作坊



日期：2022 年 7 月 5 日（星期二）
 時間：上午 9:30 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員 \$20 / 人 非會員 \$40 / 人
 對象：對粉彩畫有興趣的女士
 內容：在導師指導下以乾粉彩繪出優雅的玫瑰畫作，從而舒緩壓力及提昇自信。
 名額：10 人
 負責社工：謝立君姑娘
 導師：智藝坊導師 (Mrs. W. Tang)

香韻。悠人

日期：2022 年 9 月 7 日（星期三）
 時間：上午 10:30 - 下午 1:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$50 / 人 非會員 \$100 / 人（已包材料費）
 對象：18 歲或以上人士
 內容：線香的歷史悠長，在燃燒時能夠釋放出獨特的香氣，有放鬆以及不同療效。疫情下，大家都面對著不同壓力及情緒，喘不過氣。因此是次活動除了體驗製作屬於自己的線香，同時亦可以讓自己在緊張繁忙的日常生活裡有一些與自己相處的空間。
 名額：10 人
 負責社工：蕭煒倫先生

「繪出自己的月光」和諧粉彩進階體驗工作坊



日期：2022 年 9 月 8 日（星期四）
 時間：上午 10:00 - 正午 12:00
 地點：本中心
 費用：會員 \$20 / 人 非會員 \$40 / 人
 對象：婦女
 內容：中秋節快到了！讓我們以和諧粉彩製作精美的作品，一同畫出映在你心底獨有的月光吧！
 名額：12 人
 負責社工：朱雪盈姑娘
 備註：參加者需有和諧粉彩基礎知識和經驗。

減壓鬆一鬆之創意發揮探索組

日期：2022年9月9、16、23、30日、10月7及14日（逢星期五，共6節）
 時間：早上10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：會員\$50 / 人 非會員\$100 / 人
 對象：18歲或以上婦女
 內容：透過進行放鬆練習，創作自己的藝術作品及學習製作一些生活用品及甜點，以達至放鬆、減壓及發揮創意及潛能。
 名額：10人
 負責社工：李慧敏姑娘

「小布藝，大生活」婦女小組

日期：2022年9月21、28日、10月5、12、19及26日（逢星期三，共6節）
 時間：下午2:30 - 4:30
 地點：本中心
 費用：會員\$80 / 人 非會員\$160 / 人
 對象：婦女
 內容：平時生活繁重，很少花時間在自己身上。現誠邀你一同創作獨一無二的日式布藝如和風零錢包、布收納盒等，享受當中的創作過程，從而放鬆心情。
 名額：10人
 負責社工：朱雪盈姑娘

婦女瑜珈鬆一鬆

日期：2022年9月22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：婦女
 內容：透過瑜珈式子伸展配合呼吸，調整婦女身體機能，促進血液循環，享受瑜珈所帶來的寧靜。
 名額：12人
 負責社工：朱雪盈姑娘
 備註：參加者需穿著舒適衣物。



捐助機構

中國銀行(香港)
BANK OF CHINA (HONG KONG)

臻和營 — 調解教育及服務計劃

免費約見律師服務

日期：2022年8月24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）



「管教不勞氣」家長工作坊

日期：2022年9月14日（星期三）
 時間：早上10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：免費
 對象：育有小學至初中子女之家長
 內容：子女漸長，有自己的想法，親子衝突的次數也漸多，原因多不勝數，關乎學業、打機、作息時間、態度等。當親子間的矛盾持續，關係也變得緊張，家長勞氣也在所難免！這工作坊與你分享「親子調解五步曲」處理衝突的方法及技巧，增進彼此了解，解決問題，建立和諧親子關係！
 名額：20人
 負責社工：凌美欣姑娘
 導師：吳瓊欣姑娘（註冊社工、認可家事調解員）

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

海邊漫步・果凍香薰蠟燭 DIY 工作坊

日期：2022 年 7 月 12 日 (星期二)
時間：上午 10:00 - 正午 12:00
地點：本中心
費用：會員 \$40 / 人 非會員 \$80 / 人
對象：18 歲以上的公眾人士
內容：果凍香薰蠟燭有一種透心涼的感覺，你有想過試試果凍香薰蠟燭 DIY，親手製作出最合你心水的香氣、顏色及設計嗎？本工作坊使用玻璃杯、果凍香薰蠟、貝殼、石頭等，讓參加者親手 DIY 製作獨一無二的果凍香薰蠟燭，營造滿滿的夏日氛圍。
名額：12 人
負責社工：邱美怡姑娘

音樂放鬆小組

日期：2022 年 9 月 5、19、26 日及 10 月 3 日 (逢星期一，共 4 節)
(9 月 12 日暫停一節)
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：18 歲以上的公眾人士，參加者無需任何音樂知識
內容：現代人生活節奏急速，被繁瑣的事情佔據，如何讓自己慢下來？本活動透過音樂欣賞、學習唱歌、樂器彈奏、音樂遊戲等，鼓勵參加者表達自己，互相支持，建立社交支援網絡、舒緩緊張的情緒。
名額：12 人
負責社工：邱美怡姑娘

接納自己・「花藝」工作坊

日期：2022 年 9 月 15 日 (星期四)
時間：上午 10:00 - 11:30
地點：本中心
費用：會員 \$50 / 人 非會員 \$100 / 人
對象：18 歲以上的公眾人士，參加者無需任何花藝經驗
內容：插花是一門藝術，可以陶冶性情。在這一小時多的花藝體驗裡，參加者將認識一些插花的基本技法和設計概念，並製作出漂亮的花藝品。參加者從壓抑、自我不確定走向更接納自己，抒發日常生活中的緊張和壓力，為生活帶來色彩。
名額：12 人
負責社工：邱美怡姑娘
導師：楊樂詩女士 (花藝師)



健康身心小組 (父母組)

日期：2022 年 9 月 27 日 - 12 月 20 日 (逢星期二，共 12 節)
(10 月 4 日暫停一節)
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：李慧敏姑娘、朱雪盈姑娘
備註：參加者必須出席組前個別面談，以作入組甄選。





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
感的重要範疇：

「家・親子和平時間」活動



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・電話：2342 2291

家・親子和平時間－親子藝術啟蒙小組

日期: 3/8、10/8、17/8及24/8/2022 (逢星期三, 共4節)
時間: 下午3:30-5:00 地點: 順利綜合家庭服務中心
對象: 4-6歲幼兒及其家長(以直系家屬為家庭單位)
名額: 16人(1大1小)
費用: 【會員價】每位\$50(大小同價)【非會員價】每位\$80(大小同價)
負責職員: 王先生(註冊社工, 內線109)
內容: 透過親子藝術創作, 家長能更了解和貼近孩子的心, 幫助孩子認識自己、宣洩情緒與壓力, 進而增進親子關係。
備註: 1. 服務如非指定對象, 需先作後備處理。
2. 屆時活動或會因應疫情狀況作改動或延期。



家・親子和平時間－「幸福之味」家庭日

日期: 23/8/2022 (星期三) 時間: 上午9:00-下午3:00
地點: 崇德家福軒-家庭退修中心 集散地點: 順利社區中心地下
對象: 小一至三之學生及其家長(以直系家屬為家庭單位)
名額: 20人(1大1小)
費用: 【會員價】每位\$10(大小同價)【非會員價】每位\$20(大小同價)
負責職員: 黎姑娘(註冊社工, 內線113)
內容: 透過親子互動遊戲及活動, 促進親子溝通, 鼓勵親子間學習互相欣賞和鼓勵。此外, 透過親子平衡小組活動, 讓家長暫時放下照顧孩子的壓力, 達致減壓放鬆。
備註: 1. 服務如非指定對象, 需先作後備處理。
2. 屆時活動或會因應疫情狀況作改動或延期。
3. 請穿著淺色的上衣及褲, 避免穿著裙子。



油塘綜合家庭服務中心

九龍油塘油麗邨信麗樓1樓・電話：2775 2332

以下活動將於14/6/2022開始報名：

家・親子和平時間－DIY親子藝術小組

日期: 5/8、12/8、19/8及26/8/2022(逢星期五, 共4節)
時間: 上午10:00-11:30
地點: 油塘綜合家庭服務中心
對象: 8-17歲兒童及其家長(必須是一名家長配對一名子女)
名額: 16人
費用: 每位\$50(會員) / \$70(非會員)
負責職員: 廖姑娘(註冊社工, 內線113)
內容: 透過不同藝術表達手法(羊毛氈畫、手作掛件、植物相框), 提升創造力和自癒能力, 並增添生活滿足感; 同時, 亦促進親子合作, 享受親子時間, 一起共聚歡樂時光。
備註: 1. 如非活動指定對象, 需作後備處理。
2. 如有需要, 活動會改為以Zoom線上進行。如有更改, 職員將會另行通知。



家·親子和平時間 - 親子夏日靜觀遊戲日

日期: 19/8/2022(星期五)
 時間: 上午9:30-下午4:00
 地點: 油塘綜合家庭服務中心
 對象: 小學生及其家長
 名額: 20人
 費用: \$30(會員) / \$45(非會員)
 負責職員: 惠姑娘(註冊社工, 內線107)
 內容: 靜觀一定要坐定? 原來玩不同的遊戲都可以提升孩子的觀察力、專注力。在暑假中, 與孩子一同參與不同的靜觀遊戲及製作親子井和甜品, 一起渡過輕鬆快樂的親子時間之餘, 又能穩固孩子的情緒管理能力。
 備註: 1. 費用包括材料費。
 2. 請穿著輕鬆衣物。



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

以下活動將於14/6/2022開始報名:

「家·親子和平時間」之養成好習慣 - 親子獎勵計劃(家庭篇)

日期: 15/9、22/9、29/9及6/10/2022(逢星期四, 共4節)
 時間: 下午2:30-3:45
 地點: 深水埗(西)綜合家庭服務中心
 對象: 幼稚園學生的家長
 名額: 8人
 費用: \$40(會員) / \$80(非會員)
 負責職員: 張姑娘(註冊社工, 內線36)
 內容: 此小組讓家長與小朋友訂立「親子契約」, 並一同持之以恆地實踐目標, 讓家長建立小朋友的良好行為及習慣, 提高責任心。
 備註: 一位家長及其一位幼稚園學生需同時報名「養成好習慣 - 親子獎勵計劃(家長篇)及(小朋友篇)」。



「家·親子和平時間」之養成好習慣 - 親子獎勵計劃(小朋友篇)

日期: 15/9、22/9、29/9及6/10/2022(逢星期四, 共4節)
 時間: 下午2:30-3:45
 地點: 深水埗(西)綜合家庭服務中心
 對象: 幼稚園學生
 名額: 8人
 費用: 全免
 負責職員: 謝姑娘(註冊社工, 內線24)
 內容: 此小組讓家長與小朋友訂立「親子契約」, 並一同持之以恆地實踐目標, 讓家長建立小朋友的良好行為及習慣, 提高責任心。
 備註: 一位家長及其一位幼稚園學生需同時報名「養成好習慣 - 親子獎勵計劃(家長篇)及(小朋友篇)」。



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

以下活動將於14/6/2022開始報名:

家·親子和平時間 - 歡樂感官家居小遊戲

日期: 9/9、16/9、23/9及30/9/2022(逢星期五, 共4節)
 時間: 下午4:15-5:30
 地點: 將軍澳(南)綜合家庭服務中心
 對象: 幼稚園學生及其家長
 名額: 16人(8對親子)
 費用: 每位參加者\$15(會員)/\$30(非會員)
 負責職員: 熊姑娘(註冊社工, 內線45)
 內容: 透過有趣感官遊戲, 如觸覺、視覺、聽覺、動覺等多感官活動加強親子關係, 學習和平相處及欣賞孩子的獨特特質。
 備註: 請參加者穿著輕便衣服進行活動



家·親子和平時間 - 兒童親子按摩

日期: 28/9/2022(星期三)
 時間: 晚上7:00-8:00
 地點: 將軍澳(南)綜合家庭服務中心
 對象: 4-8歲兒童及其父親
 名額: 12人(6對父子)
 費用: 每位參加者\$10(會員)/\$20(非會員)
 負責職員: 伍姑娘(註冊社工, 內線34)
 內容: 分享親子兒童按摩理論及好處; 即場示範兒童按摩技巧手法, 讓家長及子女可即場互相實習透過撫觸遊戲和動作: 融合動作(Movement)、模仿(Imitation)及幻想(Imagination)的遊戲, 體驗<講故事按摩法>。學習良好親子溝通及身心鬆弛技巧, 與孩子共渡一個輕鬆愉快的優質親子時間。
 備註: 活動由國際學堂按摩課程協會 國際認證註冊學堂按摩專業課程講師帶領

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 · 電話: 2426 9621

以下活動將於26/5/2022開始報名:

家·親子和平時間-「ART·賢親子情」藝術小組

日期: 14/7、21/7、28/7、4/8、11/8及18/8/2022(逢星期四, 共6節)
 時間: 下午3:30-5:00
 地點: 葵涌(南)綜合家庭服務中心
 對象: 單親家長及其子女(6-12歲)
 名額: 16人
 費用: \$20(會員) / \$50(非會員)
 負責職員: 李姑娘(註冊社工, 內線312)、霍先生(註冊社工, 內線303)
 內容: 透過以「家庭關係」主題的藝術創作, 讓孩子及家長去檢視親子之間的關係, 並提升親子間的溝通。
 備註: 活動將會以實體形式進行; 若疫情嚴重, 將會改以ZOOM進行。

家·親子和平時間「有品家長·有品孩子」平衡小組

日期: 18/7、25/7、1/8及8/8/2022 (逢星期一, 共4節)
 時間: 下午3:30-5:00
 地點: 葵涌(南)綜合家庭服務中心
 對象: 家長及其子女(6-12歲)
 名額: 16人
 費用: \$20(會員) / \$50(非會員) [大小同價]
 負責職員: 李姑娘(註冊社工, 內線312)、吳姑娘(註冊社工, 內線317)
 內容: 「有品家長」: 以平衡小組形式, 透過課堂講解、遊戲活動及分享, 讓家長如何利用6A與子女建立親密關係, 幫助家長在愛與管教的平衡中塑造孩子好習慣和好品格。「有品孩子」: 以平衡小組形式, 透過遊戲活動, 讓孩子學習六大品格, 提升孩子的品格特質。
 備註: 活動將會以實體形式進行; 若疫情嚴重, 將會改以ZOOM進行。



北角綜合家庭服務中心

香港北角英皇道668號健康邨第二期地下高層 · 電話: 2832 9700

家·親子和平時間-〈親子入廚樂〉日營

日期: 30/7/2022(星期六)
 時間: 上午9:30於中心集合 (乘坐旅遊車往大埔「白屋」(古蹟評為二級文物)進行活動)
 下午4:00 於中心解散
 地點: 北角綜合家庭服務中心及白屋
 對象: 一位家長及一名SEN小學生子女 (如專注力不足/過度活躍症/讀寫障礙/自閉症等)
 名額: 7對親子
 費用: 會員\$80(對) / 非會員\$160(對) (已包括來回交通費, 美食材料費及營養)
 負責職員: 黃姑娘(註冊社工)、文姑娘(註冊社工)
 內容: 透過親子一起設計及製作美食, 輕鬆自在, 共享成果, 促進親子關係。
 備註: 子女及家長曾參加本中心之〈齊來鬆一鬆〉遊戲達人及〈齊來鬆一鬆〉家長體驗坊將可優先報名。

家·親子和平時間-親親大自然家庭遊

日期: 27/8/2022(星期六)
 時間: 早上9:30於本中心7號樓集合
 下午4:30於本中心7號樓解散
 地點: 北角綜合家庭服務中心、西貢市中心及獅子會自然教育中心
 對象: 幼稚園及初小兒童及其家長(低收入家庭)
 名額: 27人
 費用: 會員\$40(個) / 非會員\$80(個)
 (報名時需出示經濟證明文件, 如綜援信、書簿津貼通知書、幼兒園減免計劃、職津等)
 負責職員: 陸先生(註冊社工)
 內容: 一起把握開學前的時光, 到訪有香港後花園之稱的西貢, 親親大自然和享受親子時光。
 備註: 1. 每個家庭最多4人參加。
 2. 費用已包括旅遊巴來回費用及餐盒。



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

~ 誠意請你成為寄養家庭 ~



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

郵票

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.hkfwf.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5月出版

印刷數量3500