

2021.04
至
2021.07

活動 通訊

過好 · 生活



明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)
CARITAS INTEGRATED FAMILY SERVICE CENTRE TSUEN WAN (EAST)

地址：荃灣石圍角郵石桃樓 A 座地下
電話：2402 4669 傳真：2492 3151
網址：<http://family.caritas.org.hk/tsuenwan>

中心 Facebook 專頁



目錄

P.1	主任的話
P.2-3	社區調查
P.4-5	2021-2022 兒童及家庭團隊主題計劃
P.6	個案分享
P.7-9	家長、親子及兒童培育活動
P.10-11	男士服務
P.12-13	個人成長活動
P.14-16	雙親雙愛雙承載 - 『兒童為本親職支援計劃』
P.17-19	婚姻培育活動
P.20-21	家庭支援服務

輔導服務

申請服務方法

1. 申請者自行致電或親臨本中心
2. 其他機構轉介

退出服務方法

1. 一般情況下，當共同訂立的個案目標達到後，服務便告結束。
2. 在特別情況下，服務使用者或社工均可提出終止服務。

主任的話

【新年的喜悅和祝福】

12月的一個星期四晚上8時，我在家中接到區內一位服務單位主管的電話，他的同事遇上一個緊急情況，想問意見。原來，他的社工同事晚上家訪一位老人家時，發現跟她相依為命的兒子剛過身，老人家行動欠佳，情緒低落，他的同事不忍心讓老人家獨個兒留下來，恐怕她會自尋短見，但又不知那裏找宿舍安頓她，主管向我詢問相關的社區資源。

初步評估當時情況，我也有相同的擔心。我建議社工將老人家送往醫院，並主動向醫生陳情，讓老人家能留院觀察。結果，社工順利送老人家入院，醫生亦安排她留下來，化解了一場危機。今早，該主管告訴我，老人家已由仁濟醫院轉往另一間醫院，寒流下可以得到安身之處。

能夠盡一分力幫助有需要的人，是社工最大的喜悅和祝福。

祝願大家新年快樂，身心康泰！

中心主任

葉燮驥

明愛荃灣綜合家庭服務中心（東荃灣）



Instagram :
<https://bit.ly/TWEIFSCIG>



facebook 專頁 :
<https://www.facebook.com/caritas.twifsc>

「身心靈健康」研究結果發佈會 過百份問卷調查 反映疫情下社區人士身心靈危機

明愛荃灣綜合家庭服務中心（東荃灣）於2020年3月至2020年11月進行「身心靈健康」問卷調查，旨在了解疫情下社區人士的身心靈健康情況，是次調查採用香港大學「身心靈健康量表」（Body-Mind-Spirit Well-Being Inventory, BMSWBI），共收集了115份問卷。調查結果發現，女性較多出現身體小毛病，包括頭暈和胃部不適，手腳冰冷，腰酸背痛和疲倦等。負責調查的高級督導主任葉燮驥表示，相信是因為女性遇到壓力，較容易產生身體不適。另外，很多女性是家中主要照顧者，疫情下照顧任務更加吃重，造成勞損。

調查結果又顯示，得分較低人士亦多有胸口痛，腹瀉等症狀和憂慮緊張情緒；得分較高人士則多抱有感恩幸福的感覺，社工司徒麗蘋認為情緒直接影響身心靈健康，疫情下市民可以透過參加網上課程，調節情緒，改善身心靈健康。

調查還發現，疫情第二波收集的問卷數據，反映市民較多負面情緒，社工鍾子宏相信是因為市民當時未能適應疫情的轉變所致，他建議市民如果希望認識自己的身心靈健康狀況，可以按指示完成問卷即可。



問卷連結
QR CODE



個案分享

分享嘉賓 Helen 參加了明愛的身心靈工作坊兩次，她需要全職工作、照顧孩子，工作坊的即時體驗是自覺放鬆了，及後進修相關課程，多了對身體的察覺，多了對自己的包容，多了對別人的接納。

另一位分享嘉賓陳女士發現工作坊能給予她輕鬆的感覺，現時她繼續練習簡易運動，感覺情緒舒緩了，暫時放下了生活煩瑣的事務，能為自己加油。



專業呼籲

疫情持續下，明愛荃灣綜合家庭服務中心（東荃灣）高級督導主任葉燮驥呼籲市民抗疫之餘，緊記關心自己和家人的身心健康，留意家人在身體健康上警號，以作及早預防。中心已計劃於三月舉辦一系列以身心靈為主題的網上工作坊，幫助市民認識身心靈健康的概念和實踐的技巧，參加者既可充實自己，又可認識身邊親人的需要，歡迎有興趣人士經中心的臉書專頁報名參加，或掃描右方連結。



活動連結
QR CODE

及早求助

中心發現過去一年，因家庭經濟困難的求助個案倍升，但家庭關係問題的個案則驟減一半，相信是因為生活拮据，將家人關係問題擱置，長遠而言，有可能會令身心靈健康惡化。如果市民發現自己或家人身體持續出現不適和負面情緒等情況，又或者需要專業的支援，可以致電24小時熱線，或聯絡就近的綜合家庭服務中心，向社工尋求協助。

24小時熱線：社署熱線 2343 2255 / 明愛向晴熱線 18288

計劃名稱：「**圃出好生活**」

計劃時段：4/2021-3/2022

計劃簡介：每個人心裡面都有一個園圃，需要不時去灌溉、施肥、照料和休耕，附以足夠的溫暖和關愛，我們心裡面的園圃才會變得茂盛。在漫長的抗疫生活裡，我們面對前所未有的不穩逆境，我們的心圃更需要我們的關懷、照料和滋養。

計劃目標：因此，我們於本年度以正向心理學為基礎，透過「擴展與建構理論」(Broaden-and-build theory) 為介入，以不同的工作和活動模式，讓參加者透過不同的活動經歷正向情緒、細味生活，學懂感恩，讓他們更靈活及有創意地分析事件，提升個人和社區的內在資源，想出更多的可能性和方法去面對逆境，更有效率地去作出不同嘗試或行動，從而更進一步提升自我正向的情緒，創造美滿人生，締造愛與希望，過好·生活。

計劃內容：

- 1) 「圃出好生活」家長講座和親子工作坊
- 2) 「圃出好生活」小組
- 3) 「圃出好生活」親子活動
- 4) 「圃出好希望」親子社區活動（幼兒組、小學組）
- 5) 「圃出暖暖心」親子義工社區計劃

誠邀荃灣區內小學支持和參與，成為本中心的計劃合作伙伴。

有興趣合作學校、單位或其他機構，請致電 2402 4669 聯絡計劃統籌何佩貞姑娘。

有興趣合作單位回條：

中心 / 學校 / 機構名稱：_____

負責人姓名：_____

職位：_____

聯絡電話：_____

傳真號碼：_____

電郵：_____



Google form
QR CODE

「原來，唔係有問題至會搵社工，家庭服務係好多元化架！」一位已婚退休的男士娓娓道出。在疫情下，中心利用視像平台舉辦活動，接觸到很多新朋友，讓我們來聽聽他們的第一次：

「一直以來，我未曾接觸過家庭服務的社工，總覺得自己的家庭美滿，夫婦關係融洽，子女也成家立室了。我認為自己沒有需要接觸家庭服務，亦覺得可以讓其他有需要的家庭接受服務。」

有一天，我的太太告訴我明愛荃灣綜合家庭服務中心（東荃灣）有一個專為男士而設的西洋書法活動，她鼓勵我報名參加。我很開心有這個機會參加這個活動，透過這個活動不但學習西洋書法的技巧，也藉着書寫書法的過程放鬆身心，而且書法作品還可以製作成 WhatsApp sticker，分享給太太及子女。從此，我們之間的話題、連繫和互動也增加了不少。原來透過書法活動，可以把心意互相傳送，不限於平日飲茶的相處。家人都欣賞我能學習新的技巧，我感到有滿足感。

作為退休人士的我，第一次接觸家庭服務、第一次學習西洋書法及第一次以網上形式參加活動，為我帶來很多個「第一次」實至感到高興和滿足。我都希望大家與我一樣，不是有問題才會找社工，參加多元化的家庭服務，為自己和家庭帶來不一樣的新體驗。」



開心賀端陽之親子義工服務

讓愛由家出發連結到社區。

- 內容：1. 製作糰子送贈長者
2. 學習及實踐服務長者
- 日期：2021年6月11日至6月12日
(星期五及六)
- 時間：上午10:00至下午1:00
- 地點：好煮意及中心禮堂
- 對象：8組親子義工 / 8位個人義工
- 費用：全免
- 社工：劉嘉潔姑娘(註冊社工)
- 備註：如疫情持續，將以一家庭一組分組保持適當距離，會在中心透過 ZOOM 學習製作糰子



開心賀端陽

讓愛由家出發連結到社區。

- 內容：1. 遊戲
2. 送贈愛心糰子
3. 聚餐
- 日期：2021年6月12日(星期六)
- 時間：上午11:00至下午12:00
- 地點：中心禮堂
- 對象：50位65歲或以上長者
- 費用：全免
- 社工：劉嘉潔姑娘(註冊社工)
- 備註：如疫情持續，只保留送贈愛心糰子環節，並以分時段形式進行



活動回顧

明愛賽馬會「家·友·導航」社區伙伴計劃「家·友·導航」系列 齊齊拍住上

漫長的抗疫期間，家長和小朋友經常留在家中，日日上網課，親子在家如何善用相處的時間參加活動，締造優質的親子時光。本中心於1月期間，透過網上視像活動，由社工和沙畫師一起帶領家長和小朋友合力製作沙畫相架，透過色彩繽紛的彩沙創作一個獨特的相架，過程中讓參加者學習培養正向親子關係，享受和子女單獨相處的時間，培育感恩的生活態度。

大家看看親子們合力製作的沙畫相架幾靚，大家幾開心，很有成功感啊！

劉嘉潔姑娘（註冊社工）



活動回顧

童心為你唱首歌 音樂減壓親子活動

抗疫期間小朋友日日在家中，做什麼好？本中心於聖誕新年假期期間，透過網上視像活動，家長和小朋友一齊透過電話體驗唱歌的正向能量，享受唱歌同時又可以陶冶性情。過程中，參加者與社工一齊玩節奏遊戲，左右手拿着筷子，跟著音樂活動身體。社工亦介紹手提電話音樂應用程式，讓親子嘗試製作1分鐘音樂。參加者分享活動讓他們學會在家中
使用音樂應用程式與小朋友一起唱歌，感受唱歌的樂趣，家長亦明白要在日常生活中及時欣賞小孩。家長們都很開心在疫境中找到多一樣打氣渠道。

活動完結後，一個家庭在中心完成45分鐘的合唱錄音，過程中親子們都非常享受！連六歲小朋友都可以乖巧坐定定。



兒童品格教育·家長小組

在育兒的過程中，兒童品格培育都是家長們重視的一環，明白在兒童成長中，家長們時時會面對四面八方的壓力，尤其是在疫情中，家長需要為自己的精神加加油，本中心在2020年12月1日至22日與慈慧幼苗合辦四節『兒童品格教育·家長小組』，透過影音討論、繪本分享、講解6A管教法等，讓家長有空間分享親職帶來的壓力，學習照顧自己的情緒。

資深社工向家長們分享了四本繪本，在分享環節中，家長學習到如何將理論付諸實踐，從現實的例子中，讓家長更了解小朋友的感受，以及如何處理他們的情緒。

李熙文先生（註冊社工）



男士服務

啱氣~

各位男士，是時候啱啱氣了。

圖: freepik



明愛火星俱樂部 MARS Club  :

M: Manhood (創造男士空間)

A: Awakening (迎接心靈覺醒)

R: Relief (放下生活擔子)

S: Self-care (關顧自我需要)

如果了解「明愛火星俱樂部 MARS Club」日後更多的動向，歡迎加入我們的 Facebook Group: https://bit.ly/MenFB_Group



Facebook Group

全民造 Song - 男士手機錄音工作坊

愛不單只用口講，還可以憑歌寄意，
有沒有想過用製作一首歌作禮物送給另一半？
如果送一首歌表達愛意，你會選那一首？

內容：學習 GarageBand 編曲及手機錄音的基本技巧，以
歌詞表達自己的心思念慮，給伴侶一份驚喜。

日期：2021 年 4 月 10 日 (星期六)

時間：上午 11:00 至下午 12:30

地點：本中心小禮堂或以視像形式進行 (視乎當時疫情決定)

對象：18 歲以上男士

費用：全免

名額：6 至 8 名

社工：李熙文先生 (註冊社工)

備註：參加者需自備 iPhone 或 iPad，如因疫情關係則以視像形式進行。

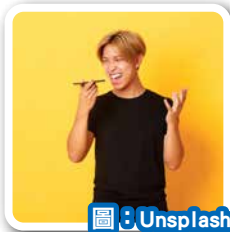


圖: Unsplash



報名連結

男士服務

攝光 - 男士手機攝影工作坊

有時為伴侶拍攝相片留念時，對方不滿意自己的攝影作品，學習一些攝影技巧，有助兩人之間溝通。

內容：透過手機學習攝影的基本技巧，以相片來表達自己的想法或感受，也為
伴侶留下珍貴的回憶，促進正面的關係。

日期：2021 年 5 月 8 日 (星期六)

時間：上午 10:30 至下午 12:00

地點：本中心小禮堂或以視像形式進行 (視乎當時疫情決定)

對象：18 歲以上男士

費用：全免

名額：6 至 10 名

社工：鍾子宏先生 (註冊社工)

備註：參加者需自備手機，如因疫情關係則以視
像形式進行。



報名連結



圖: Unsplash

父親節特飲篇：一起「攪攪震」

在活動中，你將會與子女調配一杯屬於你們的特飲，並一起學習家庭治療師
「沙維雅」(Virginia Satir) 溝通方式，覺察雙方的溝通關係。在此邀請你在這
個父親節，為你們的關係送上一杯特飲以及一個難忘的親子體驗。

內容：1. 讓父親跟子女合作調配一杯特飲
2. 學習「沙維雅」的溝通模式，以及達致內外和諧的有效溝通方法。

日期：2021 年 6 月 19 日 (星期六)

時間：下午 2:30 至下午 4:30

地點：本中心好煮意
(活動會因應疫情情況而改為視像進行)

對象：父親及其就讀小學子女

費用：每個家庭 \$ 50

名額：6 至 8 個家庭

社工：陳達熾先生及楊卓楠先生 (註冊社工)

備註：費用包括簡單調酒工具 (如在網上舉行需到中心領取)
飲品材料需要自備



報名連結



圖: Unsplash

復活節 @ 親子和孩粉彩工作坊

以復活節為主題，透過一同體驗日本和諧粉彩，享受放鬆愉快的時光，增進親子關係。

日期：2021年4月1日（星期四）

時間：上午10:00至上午11:30

地點：本中心小禮堂 / 透過視像形式進行

（因應疫情的狀況，活動可能改為網上形式進行）

對象：小三至小五的親子

費用：全免

名額：5對

社工：黃少蘭姑娘（註冊社工、日本和諧粉彩正指導師）

備註：成功報名者，活動前三天職員會通知活動是否成功開辦



報名連結

慢寫時光工作坊（第二期）

數月來的社會事件及疫情均影響大家的生活、情緒及家人關係等，容讓自己及家人平靜下來。

內容：透過西洋書法察覺和平伏個人情緒。

日期：2021年6月5日（星期六）

時間：上午10:30至下午12:00

地點：本中心小禮堂或以視像形式進行（視乎當時疫情決定）

對象：18歲以上人士

費用：全免

名額：6至10名

社工：鍾子宏先生（註冊社工）

備註：如因疫情關係而以視像形式進行，少量物資會郵寄予參加者。



報名連結

「跟沙維雅學溝通」工作坊

「就像呼吸之於生命，溝通是維繫個人健康、建立滿意的人我關係和促進生產力的關鍵。有效的溝通既可教，又可學。我們並非生來就會溝通，溝通是學來的，而且多半還是模仿他人的結果 - 儘管我們從未察覺，也非蓄意模仿。」

沙維雅 (Virginia Satir)

內容：沙維雅是當代最具影響力的家庭治療大師之一。

她致力提倡「一致性的溝通」。

在本工作坊中你會學習到：

1. 溝通可以是有意義的、一致的，這樣的溝通才能引導出互相滋養和支持的關係。
2. 每個人都具備無數的內在資源，可以更有創意地使用這些資源，好讓溝通變得一致。
3. 透過工作坊的形式，參加者可以經由自我觀察和自我了解，學會新的溝通模式。

日期：2021年5月14日（星期五）

時間：晚上7:30至晚上8:30

地點：本中心小禮堂（因應疫情的狀況，活動可能改為網上形式進行）

對象：任何希望認識溝通的18歲以上人士

費用：全免

名額：10名

社工：陳達熾先生（註冊社工）



報名連結

悠然說故事成長小組

從兒時開始聽故事可能是與父母的親愛時間，成長後說故事和聽故事可以有治療作用，把心中揮不去的煩憂抒發，我們都有說故事的潛能，從中尋找自己價值觀與盼望，藉以抒緩心中的結。

日期：2021年6月4日、11日、18日及25日

（逢星期五，共4節）

時間：上午10:00至上午11:30

地點：中心小組二活動室或 Zoom 視像

（視當時疫情情況，小組可能以 Zoom 視像形式舉辦）

對象：有興趣說故事和聽故事的人士，並藉以抒解中心煩憂

費用：每位 \$50

社工：司徒麗蘋姑娘（註冊社工）

備註：1. 參加者必須出席最少 3 次聚會

2. 每位參加者在參加第一節後，需回家準備不少於 3 至 5 分鐘的故事內容

3. 故事內容可以是創造性的，未必需要與自己實際生活相關

4. 每位參加者需預備接受其他參加者邀請，協助現場演出故事內容（如有需要）



圖：Pexels

離異家庭，逆境同行，有你真好，不離不棄，三葉小草！

限聚令下，留在家中可以參加網上活動，一起學習靜觀；以心導航，重溫深刻難忘的片段！我們可以放眼世界，擴闊視野，尋找資源，原來逆境無常，也有人生美學，安靜的舒一口氣，感覺當下，可以變得更好！



報名連結

「載愛搖籃」 「愛，由心出發」社區畫廊展覽

展覽以三葉草為題，歡迎大人和小朋友一起發揮創意，表達親子心心相連的關係和感情，作品用作推廣離婚人士共親職的理念，展覽地點：荃灣地鐵展廊。

內容：曼陀羅繪畫創作的黑線和留白，可以投射我們內心的思緒、感受和矛盾，具有抒發和淨化的作用，面對與我們生命中有重要關連的人物，潛意識就會呈現出來，抱持「信任」、「希望」和「愛」的態度，療癒的程式便可啟動。

日期：2021年4月1日至4月30日

時間：荃灣地鐵開放時間

地點：荃灣地鐵展廊

對象：荃灣社區

費用：全免

社工：鄧麗文姑娘（註冊社工）



報名連結



「載信系列」秘密癒花園之賞櫻

內容：透過靜觀櫻花，認識日本美學四大概念：物哀、幽玄、侘寂、意氣，學習心靜體悟（TZGB）理論，培養愛好，給自己一個安全的空間，專注聆聽自己內心深處的聲音，學習舒緩情緒。

日期：2021年4月9日（星期五）

時間：下午3:30至下午5:00

地點：本中心小禮堂

對象：離異家庭

費用：全免

名額：10個家庭

社工：鄧麗文姑娘（註冊社工）及游藹儀姑娘

備註：如參加人數理想，可以小組形式舉行



報名連結

「載愛搖籃」親子愛漫遊

旅遊、歷奇和打卡都是很多人喜愛的消閒節目，疫情下，我們可以安在家中，放眼世界，尋找資源！

內容：透過視像會議，彼此分享過去的遊歷、可以靜謐片刻，留住驚鴻一瞥的感動，可以學習靜心體悟，親親大自然，享受大地的氣息，可以認識異國風情和文化啟迪等，締造更多愉快的經驗。

日期：2021年4月16日（逢星期五）

時間：下午3:30至下午5:00

地點：本中心小禮堂

對象：離異家庭（家長及子女）

費用：全免

名額：10個家庭

社工：鄧麗文姑娘（註冊社工）及游藹儀姑娘



報名連結



「載信系列」在樹蔭下的你、我、他

內容：1. 介紹靜觀、正念、7A理論及生命自覺
2. 促進情緒管理
3. 恢復自己、內外和親子連繫

日期：2021年5月7日至5月28日（星期五）
四節聚會

時間：下午3:30至下午5:00

地點：本中心小禮堂

對象：離異家庭（包括父母及孩子）

費用：每個家庭 \$10

名額：10個家庭

社工：鄧麗文姑娘（註冊社工）及游藹儀姑娘



報名連結



「載望系列」 和孩共處親職成長空間 Hope space

- 內容：1. 介紹 Snyder 希望感 (Hope) 的理論，協助離婚人士學習訂立可行親職教育的目標、生活方案和動源
2. 每次活動有不同的主題及資源介紹，探討因離婚而帶來對子女的影響、生活適應、和衝突處理等
3. 透過分享和討論帶動參加者彼此學習及互相支援，家長可以連續或間斷參與

日期：2021 年 6 月 3 日 (星期五)

時間：下午 3：30 至下午 5：30

地點：本中心小禮堂

對象：離異家長

費用：每個家庭每次 \$10

名額：5 個家庭

社工：鄧麗文姑娘 (註冊社工) 及游蕙儀姑娘

備註：可配合兒童活動



報名連結



離婚法、理、情座談會

離婚不只是法律事情，更會經歷心理的跌蕩，家庭亦經歷解體重組。本座談會簡介離婚相關法律和措施，孩子面對父母離婚的適應等！好讓離婚人士有更充足準備面對家庭挑戰。

- 內容：1. 介紹離婚程序
2. 提供離婚資訊、即時諮詢
3. 以 { 兒童為本 } 喚醒離異父母對孩子權益的關注

日期：2021 年 6 月 25 日 (星期五)

時間：晚上 7：30 至晚上 9：00

地點：視像形式，採用 Zoom 軟件

對象：離婚人士

費用：全免

社工：司徒麗蘋姑娘 (註冊社工、認可家事調解員 - HKMAAL、認可親職協調員)

備註：不設托兒服務



「禪」情傳「繞」夫婦工作坊 - 「禪」情篇

Zen 禪，Tangle 纏繞繪畫，Zentangle 是源自美國一對夫婦的一套繪畫方法，透過重複的線條，構出美麗的圖案，從中體驗放鬆靜心的滿足。

- 內容：1. 透過一同體驗禪繞畫，享受放鬆美麗的時光，增進夫婦關係。
2. 透過禪繞創作，向伴侶傳達愛的心思。

日期：2021 年 4 月 17 日 (星期六)

時間：下午 2：30 至下午 4：30

地點：本中心小禮堂

(因應疫情的狀況，活動可能改為網上形式進行)

對象：夫婦 / 已婚人士

費用：每位 \$50 (夫婦同行每對夫婦 \$80)

名額：6 對夫婦

社工：陳美玲姑娘 (註冊社工，CZT 禪繞認證教師)



報名連結



「禪」情傳「繞」夫婦工作坊 - 傳「繞」篇

Zen 禪，Tangle 纏繞繪畫，Zentangle 是源自美國一對夫婦的一套繪畫方法，透過重複的線條，構出美麗的圖案，從中體驗放鬆靜心的滿足。

- 內容：1. 透過一同體驗禪繞畫，享受放鬆美麗的時光，增進夫婦關係。
2. 透過禪繞創作，向伴侶傳達愛的心思。

日期：2021 年 5 月 15 日 (星期六)

時間：下午 2：30 至下午 4：30

地點：本中心小禮堂 (因應疫情的狀況，活動可能改為網上形式進行)

對象：夫婦 / 已婚人士

費用：每位 \$50 (夫婦同行每對夫婦 \$80)

名額：6 對夫婦

社工：陳美玲姑娘 (註冊社工，CZT 禪繞認證教師)



報名連結



親密愛人 - 夫婦在家運動小組

著名婚姻家庭輔導專家 Dr. Gary Chapman 創立了五種「愛的語言」，當中「身體接觸」是一種能夠明確表達愛的方式。研究證實嬰兒從小就透過父母的身體接觸與外界建立安全感，直到長大後，我們亦可透過與伴侶牽手、親吻、撫摸、擁抱等舒適的身體接觸，滋潤夫婦關係。夫婦運動不單能夠拉近彼此的距離，亦可創造二人專屬的身體記憶。

- 內容：1. 透過雙人運動，體會夫婦二人的身體協調，感受親密
2. 透過身體接觸，加強互動，享受屬於夫婦的二人時間
3. 認識 5 種「愛的語言」



報名連結

日期：2021年5月21日至6月18日（逢星期五）（共4節）*6月4日除外

時間：晚上7:00至晚上8:15

地點：本中心小禮堂或 ZOOM 形式（視乎疫情狀況）

對象：夫婦

費用：每對夫婦 \$100

名額：4 對夫婦

社工：駱素娟姑娘（註冊社工）

備註：如受疫情影響，活動將以視訊形式進行。

如以視訊形式進行，則費用全免



夫婦溝通：從探索原生家庭開始

內容：透過了解自身和伴侶的原生家庭的溝通模式及成長，明白彼此的信念和價值判斷，從而學習駕馭自己的感受，達致個人表裡一致，增進夫婦間的溝通和關係。

日期：2021年7月9日至7月30日（逢星期五）

時間：晚上7:00至晚上9:00

地點：本中心小禮堂

對象：已婚夫婦

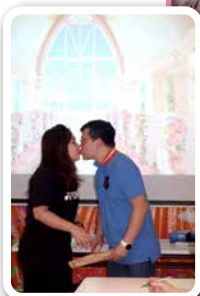
費用：每對夫婦 \$80

名額：6 對夫婦

社工：陳美玲姑娘（註冊社工）



報名連結



『併蒂蓮』花夫婦製作坊

內容：蓮花喻意吉祥。夫婦透過製作過程，在繁忙都市中感受內心寧靜，感受另一半的愛意。在製作過程中，每一片花瓣整合都代表一份心意，一份祝福。為夫婦增添祥和福氣，倍感甜蜜溫馨。

日期：2021年7月10日（星期六）

時間：下午2:00至下午5:00

地點：本中心小禮堂

對象：夫婦或穩定關係之情侶

費用：每位 \$50

名額：6 對夫婦

社工：楊曾敏儀姑娘（註冊社工）



報名連結



重溫溫馨甜蜜夫婦營

離開繁囂的生活，重尋婚姻關係中的「親密感」和「甜蜜感」

內容：透過特別精心設計的活動，讓參加者重燃漸被遺忘的夫婦親密感覺。

日期：2021年8月21日至22日（星期六及日）

時間：下午2:30至翌日下午1:00

地點：香港薄扶林賽馬會摩星嶺青年旅舍

對象：夫婦

費用：每對夫婦 \$400

名額：8 對夫婦

社工：張海倫姑娘及楊卓楠先生（註冊社工）



報名連結



明愛婚姻體驗 App

Android 版同 iPhone 版
依家都可以下載啦！



明愛婚姻體驗 App

家庭支援計劃

李嘉麗姑娘（註冊社工）

我們一起經歷新型冠狀病毒病已一年多了，本中心的家庭支援大使（FSP）從未間斷參加 FSP 月會暨培訓工作坊，與「疫」同行、與時並進，我們一起學習使用不同的網上會議程式，由參與實體月會轉變成為網上月會，珍惜彼此見面及交流的時刻。

雖然疫情持續，但是 FSP 仍不斷努力裝備自己，學習不同的義工服務技巧，隨時於疫情過後，可即時繼續為區內有需要人士及家庭提供義工服務。我們非常期待疫情盡快過去，祝福大家健康平安，我們能與你再次在街站、關懷探訪、大型活動之遊戲攤位再見。



家庭支援大使於 2020 年初，齊齊整整大合照



大使們於現場或網上同樣積極參與工作坊



大使們於防疫物資短缺期間，協助中心包裝防疫品，送贈予有需要人士



希望我們的作品可以有機會送給你



義工服務資訊（溫故知新篇）：認識區內長者服務



大使們一起初體驗西洋書法的治癒力



和諧粉彩工作坊



西洋書法工作坊

