

編者的話

社會福利署東區及灣仔區福利辦事處一向重視區內各持份者對本區福利服務發展的意見，透過不同的場合收集地區持份者的意見，當中包括於今年1月的「東區及灣仔區福利規劃研討會2024」及5月首次舉辦的「2024施政報告：福利措施諮詢會」。福利辦事處在2024 - 25年度以「高山低谷 握住幸福」雙年度主題的工作計劃，獲得來自區議會、非政府福利服務機構、醫護界、教育界、商界、地區團體和政府部門等地區持份者的支持，詳情請參閱今期的《專題》。在此，我們非常感謝地區各方持份者的寶貴意見，邀請大家繼續以行動支持本區福利辦事處的工作。

此外，福利辦事處一直致力鼓勵持份者與地區不同界別伙伴協作，共同攜手為本區服務。自2014年起推出「友愛共融」服務贊助計劃，鼓勵區內受津助福利服務單位善用各自優勢和專長，夥拍另一間非政府機構、學校、商業機構或地區團體，舉辦具特色及跨界別的活動，匯集不同力量及資源以支援區內弱勢社群。本年度福利辦事處共批出43份服務計劃，編輯小組在此衷心感謝各服務單位對計劃的鼎力支持，同時預祝各項活動順利完成，惠及社區各階層。

月有陰晴圓缺，人生總會遇上高山或低谷，只要我們繼續以互助關愛精神攜手同行，幸福一直都會在身邊！順祝大家有一個輕鬆愉快的暑假！

社會福利署東區及灣仔區
易快訊編輯小組
2024年8月

高山低谷 握住幸福 

東區及灣仔區福利服務《易快訊》

2024年8月第82期



社會福利署 東區及灣仔區福利辦事處 2024-25年度工作計劃

主題： 高山低谷 握住幸福

社會福利署東區及灣仔區福利辦事處統籌及連繫區內直屬服務單位及受津助的非政府機構單位，共同推動各項福利服務以回應地區的福利需要。我們以地區為本，透過各樣途徑，包括不同會議及福利規劃研討會等，收集地區持份者的意見後，按照確立的「高山低谷 握住幸福」雙年度主題，訂定2024-25年度的工作目標如下：

- (1) 推動區內不同服務單位跨服務合作，設計多元化服務計劃和活動，鼓勵人與人之間建立更緊密的連繫鞏固支援網絡，促進個人和家庭身心健康。
- (2) 鼓勵服務單位以不同形式為個人和家庭，特別是長者及殘疾人士，提供適切的支援服務，協助他們聯繫社區，減低孤獨感和焦慮，提升幸福感。
- (3) 鼓勵區內精神健康綜合社區中心和區內其他服務單位協作，推廣關注精神健康，及早識別受情緒／精神困擾的人士，以提供適時協助。
- (4) 推廣多方協作和義工服務發展，編織地區網絡，並鼓勵商界企業、地區團體、愛心商戶及各年齡層人士參與義工服務，建立共融社區。

目標一：
鞏固支援網絡，
推動關注身心健康，

專題



目標二：肯定照顧者的貢獻，
關注獨老／雙老及殘疾人士

- (1) 鼓勵社區「齊撐照顧者」（包括體弱長者和殘疾人士的照顧者），響應「撐得起因有的你」年度主題，推廣家庭為本的支援及朋輩照顧者間的互助，肯定及照顧者的貢獻。推動社福單位、商界企業及地區組織，以不同形式支援照顧者，協助照顧者連繫同路人，建立支援網絡，從而紓緩照顧者的壓力。
- (2) 持續推行延伸的「與照顧者同行計劃」，培訓前線物業管理人員，以盡早識別有需要的長者、殘疾人士及其照顧者，轉介至社福單位，並繼續推動服務單位深入連繫地區夥伴，例如關愛隊、診所、居民組織和商戶，提升他們對照顧者、隱蔽長者及殘疾人士的認識，以及早識別有需要的家庭。
- (3) 鼓勵服務單位以不同形式加強本區的「照顧者加油站」及其配套服務，擴展照顧者的互助支援網絡。
- (4) 繼續推行「老有所為活動計劃」，鼓勵長者積極參與，發揮所長，並宣揚跨代共融及愛老護老的訊息。



- (1) 透過綜合家庭服務中心一站式預防、支援及補救性服務和活動，增潤家庭關係，加強家庭功能，提升家庭和個人的抗逆力，以正向態度迎接挑戰。
- (2) 推廣保護兒童的意識，提升社區人士的警覺性，並加強跨服務和跨專業合作，連結地區持份者，包括幼稚園／幼兒中心、學校、醫院、母嬰健康院及警方等，及早識別及支援有需要的家庭，並提供專業支援，以配合即將推行的強制舉報虐待兒童個案機制。
- (3) 透過東區及灣仔區保護家庭及兒童服務課，為有虐待兒童、虐待配偶／親密伴侶暴力及監護兒童問題的家庭提供專業輔導服務；並舉辦地區培訓活動，加強同工處理複雜個案包括虐待兒童個案的知識、技巧和能力。
- (4) 支援及促進少數族裔融入社區，並透過專責外展隊，連繫少數族裔人士至主流福利服務，並增強其接受服務的動機。

目標三：增強家庭功能， 保護兒童，預防家庭暴力



目標四：倡導正向心理， 帶領青少年健康成長

- (1) 推動關注青少年的身心健康的青少年服務單位、精神健康綜合社區中心、學校、政府部門等，建立更緊密的地區協作平台，攜手向青少年、家長及教師推廣青少年正向心理，以及早識別及支援有需要的青少年，包括有自殺風險的學生。
- (2) 為青少年舉辦生涯規劃相關活動，包括「築·職在社福—青年護理服務工作體驗計劃」，並鼓勵青少年投入社區活動盡展所長。
- (3) 透過青少年服務單位及網上青年支援隊接觸青少年，加強青少年與他人聯繫的信心及技巧，推動建立健康及無毒的生活態度。
- (4) 協助推行「共創明Teen計劃」、「兒童發展基金計劃」、「地區青少年發展資助計劃」及「攜手扶弱基金」，輔助弱勢兒童及青少年的長遠發展。

總結：

東區及灣仔區福利辦事處將繼續積極與各地區持份者合作，關顧居民身心健康，為居民提供適切的福利服務，推動人與人之間的連繫，編織更緊密網絡，提升居民幸福感。讓我們跟居民握手同行，即使面對高山低谷，也感到幸福。

高山低谷 握住幸福

專題



重點活動 / 嶄新計劃 / 協作計劃



家庭服務

P.1 - P.26



安老服務

P.27 - P.32



康復服務

P.33 - P.35



兒童及青少年服務 P.36 - P.41

單位新資源 / 設施推介  P.42

徵求義工 / 工作機會  P.43

目

錄



高山低谷 握幸福 



家庭服務



活動/計劃名稱

畫出親子情 - 毛筆藝術

日期/時間: 30. 7. 2024、6. 8. 2024、13. 8. 2024、20. 8. 2024
(逢星期二)
上午10:00 - 11:15

主辦團體: 鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象: 6個家庭 (每個家庭1名家長 名額: 12名
及1名5歲以上的子女)

目的: (1) 採用毛筆書法及構圖，讓家長及子女共同自由創作出藝術品，從而促進親子溝通。
(2) 在共同創作出藝術品後，彼此獲得滿足感，強親子關係。
(3) 在輕鬆的氣氛下，彼此可以用心專注創作，平靜放鬆心情，紓緩日常生活壓力。

內容: (1) 認識毛筆書法及水墨畫筆法的運用；
(2) 學習淺易的圖案，並共同自由創作畫作。

備註：本中心提供基本用具及材料

聯絡人: 王慶華姑娘 電話: 3158 0195

網址: NA

家庭服務



活動/計劃名稱 童SEN同氣家長組 (2) ~ 禪繞減壓放鬆體驗班 (8月份)

日期/時間: 1.8.2024 (星期四)
上午10:00 - 11:30

主辦團體: 鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象: 育有特殊學習需要兒童的家長 名額: 8名

目的: 用簡單的禪繞技巧及調整呼吸，從而幫助自己達到心境平靜的狀態，消除生活中帶來的種種壓力。

內容: 專注當下：將手、眼、心合一，找回身心最自然的狀態。
播下種子：掌握技巧後，日後可隨時練習，重回平靜。

聯絡人: 胡姑娘 電話: 3158 2621

網址: NA

活動/計劃名稱

照顧者朋輩支援及專題講座

日期/時間: 1.8.2024 -31.10.2024

主辦團體: 浸信會愛羣社會服務處

對象: 精神復元人士家屬 名額: 不限

目的: 由家屬朋輩工作人員分享及舉辦身心健康活動，協助照顧者認識溝通技巧，增進自我關顧方法，從而改善照顧壓力。

內容: 每2星期一次網上專題講座及每月一次互助小組

聯絡人: 王梓樂先生 / 伍淑冰姑娘 電話: 2560 0651

網址: www.bokss.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

安全地帶一家長育兒小組

日期/時間:

2.8.2024 - 23.8.2024
(逢星期五) 晚上7:00-8:30

主辦團體:

聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象:

育有6至12歲兒童的家長

名額: 6-8名

目的:

透過家長親職小組，讓家長理解子女的成長需要，增潤親子關係。

內容:

以依附理論 (Attachment Theory) 為基礎，與家長一起探討子女的需要，並掌握與子女建立穩固及親密的親子關係，讓子女感到被愛及肯定自身價值，與父母一起健康成長。

聯絡人:

林芷靈姑娘

電話: 2835 4342

網址:

<https://ifsc.sjs.org.hk>

活動/計劃名稱

男士家友站的苦中作樂

日期/時間:

3.8.2024 (星期六)
上午11:00-中午12:30

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

十八歲以上的男士

名額: 15位

內容:

專業咖啡師將於活動中教授大家基本的沖咖啡流程和拉花技巧。

聯絡人:

黃先生 (682)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

親子遊樂場 - 水の繽紛樂

日期/時間:

3. 8. 2024 (星期六)
下午2:30-4:00

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

2-5歲兒童及家長

名額: 4對親子

內容:

透過挑戰不同有關水的小遊戲，刺激小朋友的觸感，享受親子時光，促進親子關係。

聯絡人:

蘇麗君姑娘

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

家多一點關懷 - 輕鬆庭園

日期/時間:

6. 8. 2024 (星期二)
上午10:00-11:30

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

照顧者

名額: 15人

內容:

透過園藝活動，製作屬於自己的盆栽園景的同時關顧自己的感受，讓自己放鬆一下。

聯絡人:

胡惠文先生

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

關情大使義工培訓

日期/時間:

日期：2024年8月6日、13日；
2024年9月3日、10日

時間：上午11時30分至中午12時30分(星期二)

日期：2024年8月23日、30日；
時間：中午12時至下午1時(星期五)

主辦團體:

東華三院胡其廉長者鄰舍中心

對象:

有興趣成為義工人士

名額： 10名

目的及內容:

由社工、護士、物理治療師教授義工陪診知識、認知訓練技巧及輔助工具的使用方法，裝備知識及技能，日後為需要的長者進行相關支援服務。

聯絡人:

李家琪姑娘

電話： 2535 4387

網址:

NA

活動/計劃名稱

Super親子特攻隊

日期/時間:

9. 8. 2024 (星期五)
上午9:00-下午2:00

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

升小一至小六學生及其家長 名額： 26位
(父母或祖父母也可)(一至兩名家長)

目的:

透過參與有趣健康的室內遊戲運動，加強親子連結，讓親子或祖父母有個溫馨時刻，提升互動及親密感。

內容:

遊戲包括滑板、飛索、彈床、球類遊戲等。

聯絡人:

羅姑娘 (609)

電話： 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

後顧無憂講座

日期/時間:

9. 8. 2024 (星期五)
上午10:30 - 中午12:30

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

18歲或以上人士

名額: 50位

目的及內容:

後事應如何處理? 應土葬? 火葬? 如何抽政府骨灰位? 有什麼程序?
藉着是次講座, 讓我們「百無禁忌」一探究竟, 了解香港最新殯葬資訊。

聯絡人:

楊姑娘 (655)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱

夏日 more more 茶

日期/時間:

9/8、16/8、23/8、30/8/2024 (逢星期五)
共四節晚上7:30 - 9:00

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

十八歲以上的男士

名額: 15位

目的及內容:

導師將教授男士一些品茶的技巧和不同茶的品種。讓我們在這個煩擾的鬧市當中, 一同享受片刻與茶共處的寧靜。

聯絡人:

黃先生 (682)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

親子義工系列第一擊

日期/時間:

10.8.2024 (星期六)
上午10:00-下午4:00

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

6歲-12歲小朋友及其家長

名額: 8個家庭

目的:

透過參與不同的親子義工，讓家長能參與更多子女的學習與成長，鼓勵兒童勇於表達自我，認識及建立正確的價值觀，了解義工的正確態度及不同族群的需要。

內容:

於稍後時間在Facebook及官方網站發放最新的資訊。

聯絡人:

曾梓泓先生

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

照顧者月聚系列 - 智障人士

日期/時間:

- (1) 10.8.2024 (星期六) 早上10:00-11:00 天然精油DIY
- (2) 14.9.2024 (星期六) 早上10:00-11:00 八段錦初體驗

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

需要照顧智障親人的照顧者

名額: 10位

目的及內容:

照顧者苦況有誰知? 本小組協助同路人建立支援網絡，並透過不同活動，紓緩照顧壓力。

聯絡人:

李姑娘 (649)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

從「筆」認識你-夫婦心理投射繪畫小組

日期/時間:

13. 8. 2024-3. 9. 2024 (逢星期二、共四節)
晚上7:30-9:30

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

夫婦 (二人必須同時出席)

名額: 6對(50歲或以上)

目的及內容:

夫婦即使相處多年，大家仍然會因為生活不同大小事務而有不同的想法。透過心理投射繪畫(Projective Drawings)，我們從新與對方連繫，明白自己及另一半的感受及情緒，了解到彼此內心的思想，用「筆」去重新認識你身邊的另一半。

聯絡人:

陳詠茵姑娘、鄭永皓先生

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

照顧者加油站 (5、6、7月份)

日期/時間:

13. 8. 2024、 10. 9. 2024、8. 10. 2024
(逢星期二)
上午10:00-11:30

主辦團體:

社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心

對象:

育有K. 1-K. 3特殊教育需要的
兒童之照顧者 名額: 8人

目的:

促進照顧者的身心靈健康 留一刻關愛自己

內容:

靜觀、創作DIY、分享茶會

聯絡人:

李杏怡姑娘

電話: 2295 3626
2897 8192

網址:

NA



活動/計劃名稱

手機安全你要識

日期/時間:

15. 8. 2024 (星期四)
下午2:30-3:30

主辦團體:

鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象:

對手機安全知識關注的人士 名額: 20名

目的:

探討使用智能手機的注意事項，包括：安全與私隱問題，因為不當或疏忽使用，可能會招致嚴重損失。同時會與大家分享近期常見的騙案手法，透過認識攔截不明來電、明辨可疑短訊及Whatsapp訊息等技巧，從而提高警覺，避免受騙。

內容:

講座
備註：活動邀請到長者安居協會的職員來到本中心與大家分享

聯絡人:

陳秀麗姑娘

電話: 3158 2620

網址:

NA

家庭服務



活動/計劃名稱

國畫進階班一 習山水

日期/時間: 16. 8. 2024、23. 8. 2024、30. 8. 2024、6. 9. 2024
(逢星期五)
下午2:15-3:45

主辦團體: 鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象: 有興趣人士 名額: 8名

目的: 透過挑戰自己，為生活帶來新鮮感和內心的 足感。

內容: 探索不同國畫技巧，完成畫作留念。

備註: 參加者只可參加今期其中一班「國畫進階班」

聯絡人: 潘美玲姑娘 電話: 2562 3594

網址: NA

活動/計劃名稱

國畫進階班一精細工筆花鳥

日期/時間: 16. 8. 2024、23. 8. 2024、30. 8. 2024、6. 9. 2024
(逢星期五)
下午4:00-5:30

主辦團體: 鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象: 曾經學過，希望進階人士 名額: 8名

目的: 透過挑戰自己，為生活帶來新鮮感和內心的 足感。

內容: 探索不同國畫技巧，完成畫作留念。

備註: 參加者只可參加今期其中一班「國畫進階班」

聯絡人: 潘美玲姑娘 電話: 2562 3594

網址: NA



活動/計劃名稱

留多一天與我玩Art

日期/時間: 17. 8. 2024、19. 10. 2024及16. 11. 2024
(逢星期六、共三節) 下午2:00-3:30
親子戶外活動: 21. 9. 2024 (星期六) 全日

主辦團體: 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象: 6-12歲SEN兒童及其家庭 名額: 20個家庭 (親子
必須同時出席)

內容: 家長組: 透過製作土耳其燈、擴香石、編織頸巾, 讓照顧
者有寧靜喘息的空間, 疏理情緒, 舒緩照顧壓力。

兒童組: 透過不同的活動, 提升小朋友的自理能力和社交
能力。

聯絡人: 家長組: 蘇麗君姑娘 電話: 2896 0302
兒童組: 鄭玉琳姑娘

網址: www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

親子花藝創作工作坊(乾花及保鮮花)

日期/時間: 17. 8. 2024 (星期六)
上午10:30-12:00

主辦團體: 聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象: 7至12歲兒童及家長 名額: 6-8對親子

目的: 親子合作製作花藝, 增潤親子關係。

內容: 製作花藝擺設, 讓親子享受彼此交流的時光。

聯絡人: 趙芷諾姑娘 電話: 2835 4342

網址: <https://ifsc.sjs.org.hk>

家庭服務



活動/計劃名稱

親子「新式」奧林匹克競技賽

日期/時間:

18. 8. 2024 (星期日)
上午10:30-12:30

主辦團體:

社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
及 賽馬會筲箕灣青年空間

對象:

6-12歲子女及其家長

名額:

10個家庭(每個家庭最多4人)

目的:

透過親子合作，以競賽形式挑戰不同任務，增加彼此互動及溝通，提升親子關係。

內容:

於限時內挑戰不同任務，親子合力完成競賽。同時透過CityHunt，發現東區的趣味。

聯絡人:

蕭潔瑩姑娘

電話:

2295 3626
2897 8192

網址:

[https://www.swd.gov.hk/storage/asset/section/473/CW\(W\)IFSC.pdf](https://www.swd.gov.hk/storage/asset/section/473/CW(W)IFSC.pdf)

家庭服務



活動/計劃名稱

黃金蔬果花束

日期/時間： 21. 8. 2024 (星期三)
上午 10:00 - 11:30

主辦團體： 鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象： 照顧者 名額： 8名

目的： 透過集體製造「蔬果花束」，讓參加者增加藝術的欣賞力和生活上的多姿多彩。

內容： 製作蔬果花束，拍照留念。

聯絡人： 潘美玲姑娘 電話： 2562 3594

網址： NA

活動/計劃名稱

照顧者伸展運動小組

日期/時間： 26. 8. 2024、2. 9. 2024、9. 9. 2024、16. 9. 2024
(逢星期一) 上午10:00至11:00

主辦團體： 聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象： 照顧者 名額： 15名

目的： 讓照顧者在日常生活中鬆一鬆。

內容： 小組邀請了伸展運動導師，與照顧者分享伸展運動，學習在日常生活中提醒自己放鬆身體。

聯絡人： 曾展晴姑娘 電話： 2835 4342

網址： <https://ifsc.sjs.org.hk>

家庭服務



活動/計劃名稱

炎炎夏日傳遞愛

日期/時間:

27.8.2024 (星期二)
下午 3:00-4:30

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

十八歲以上的男士

名額: 8位

目的及內容:

居住於護老院舍之長者日常沒有太多機會外出，藉著關懷探訪，義工將會參與帶領遊戲部份，在炎炎夏日裡，關心長者的需要。

聯絡人:

潘先生 (681)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱

太極健心操

日期/時間:

2.9.2024 - 4.9.2024 (星期一至三)
上午11:00 - 中午12:00
及5.9.2024 (星期四)
下午2:30 - 3:30

主辦團體:

鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象:

區內成年人

名額: 10名

目的:

透過簡單易學的「太極八式」及理性情緒模式以提昇區內人士的「身」「心」健康。

內容:

教授太極八式及介紹「理性情緒行為模式」

聯絡人:

李家鴻

電話: 2562 5426

網址:

NA

家庭服務



活動/計劃名稱

剪髮訓練班

日期/時間: 3. 9. 2024-24. 9. 2024 (逢星期二) 共四節
早上10:00-12:00

主辦團體: 香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象: 50歲或以上人士 名額: 10位

內容: 活動將由資深髮型師教授剪髮技巧，讓參加者學習如何為長者剪髮。參加者在活動後將自動成為剪髮義工隊成員，定期為社區內的長者服務。

聯絡人: 楊姑娘 (655) 電話: 2832 9700

網址: hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱

LOVE ACTION 女神訓練班(第一期)

日期/時間: 4. 9. 2024、11. 9. 2024、25. 9. 2024 & 2. 10. 2024
(逢星期三、共四節)
上午10:00-下午12:00

主辦團體: 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象: 受情緒困擾的人士 名額: 10人 (需要組前面試及評估，能出席四節優先) (如人數眾多，將抽籤決定)

目的: 探討女性自我形象及自我價值

內容: 藝術創作、美容、分享。

聯絡人: 麥泳婷姑娘 電話: 2896 0302

網址: www.skwifsc.caritas.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

我與孩子的故事

日期/時間:

5. 9. 2024-26. 9. 2024
(逢星期四、共四節)
上午10:00-11:30

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

小學家長

名額: 10人

內容:

小組透過創作一本專屬自己與孩子的故事書，檢視親子關係，加強親子之間的正面溝通。並且藉由文字、相片及圖畫記下與孩子的珍貴回憶。

聯絡人:

蘇美琪姑娘

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

童SEN同氣家長組 (3) ~ 流體畫舒壓工作坊 (9月份)

日期/時間:

5. 9. 2024 (星期四)
上午10:00 - 11:00

主辦團體:

鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象:

育有特殊學習需要兒童的家
長

名額: 8名

目的:

讓家長可以暫時放下其他身份，享受獨處的時刻，舒緩照顧壓力。

內容:

體驗製作流體畫，並結合呼吸練習，認識及調整自己當下情緒，以舒緩壓力。

備註：流體畫的顏料沾上衣物後，不易清洗，建議可帶備不再穿著的衣物屆時更換。

聯絡人:

賢海傑先生

電話: 2562 3675

網址:

NA

家庭服務



活動/計劃名稱

親職有道-家長小組

日期/時間:

6. 9. 2024-27. 9. 2024
(逢星期五, 共4節)
晚上7:00-8:15

主辦團體:

聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象:

有親職壓力的家長

名額: 6至8名

目的:

透過短講、討論及短片等的方式, 讓家長學習及了解不同親職管教的方法。

內容:

講解管教及情緒管理技巧。

聯絡人:

曾春霞姑娘

電話: 2835 4342

網址:

<https://ifsc.sjs.org.hk>

活動/計劃名稱

「腦」力教仔有辦法

日期/時間:

6. 9. 2024-27. 9. 2024
(逢星期五、共四節)
上午10:00-11:30

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

6-11歲兒童的家長

名額: 10人

目的:

透過學習腦科學神經所研究的知識, 促進家長對子女的認識, 更容易處理他們發脾氣、不願意上學、害怕社交或不願意嘗試新事物的情況等, 亦能有效提升親子關係。

內容:

小組以討論形式進行, 並設有不同的體驗式活動來明白子女的特性和應對方法。

聯絡人:

張泳琳姑娘

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

喜迎中秋~「月」讀「月」開心

日期/時間:

6. 9. 2024 (星期五)
晚上6:00-7:30

主辦團體:

鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象:

4至10歲兒童及其家長 (每個 名額: 16名
家庭最多4人)

目的:

中秋節快到, 誠邀大家留起一個「Happy Friday」的傍晚, 親子一同閱讀節日繪本, 並動手製作美味的冰皮月餅, 送給各位親朋戚友, 共度一個快樂的中秋節。

內容:

繪本閱讀及製作美味的冰皮月餅。

備註: *每個家庭最多4人

聯絡人:

鄭玲娣姑娘

電話: 2562 2997

網址:

NA

活動/計劃名稱

動手手親子燈籠

日期/時間:

6. 9. 2024 (星期五)
晚上7:30-8:30

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

4-6歲之兒童及其家長

名額: 20位 (10對親子)

內容:

與家人一起動動手用環保物料, 製作中秋燈籠, 享受中秋家庭樂。

聯絡人:

李姑娘 (615)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

親子遊樂場 - 下午麼麼茶

日期/時間:

7. 9. 2024 (星期六)
下午2:30-4:00

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

2-5歲兒童及家長

名額: 4對親子

內容:

家長和孩子共同製作美味茶點，促進親子互動，從中學習欣賞。

聯絡人:

蘇麗君姑娘

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

婚姻補習社 - 深度對話

日期/時間:

14. 9. 2024 & 21. 9. 2024
(逢星期六、共兩節)
下午3:00-晚上6:00

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

夫婦須一起參與

名額: 6對

目的及內容:

當你與伴侶的對話變得日常，內容總是圍繞家庭事務，或者人際與工作時，婚姻關係也會隨著對話的日常而變得平淡。此活動旨在提昇夫婦對話的深度，以工作坊的形式，透過參加者提供的日常對話示範，由社工引導進入更深入的對話層面，使夫婦重新連繫對方的情感世界與價值觀念。

聯絡人:

劉子健先生

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

家多一點傳承 – 傳統月餅

日期/時間:

2024年9月10日(星期二)
A上午: 9:30-12:00 B下午: 6:30-9:00

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

照顧者

名額: 8人

內容:

製作低糖健康傳統月餅, 分享佳節的樂趣。

聯絡人:

鄭玉琳姑娘

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

離婚疑難有出路

日期/時間:

13. 9. 2024-4. 10. 2024
(逢星期五、共四節)
晚上7:30-9:00

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

面對分居/離異家長或有興趣人士
名額: 15人

目的:

協助正考慮/辦理離婚之人士在離異的路途上, 認清自己選擇的方向及未來需要面對的事情。

內容:

由資深律師及家事調解員主講, 協助瞭解四個離婚常見的課題:

1. 離婚的法律程序及家事調解服務 (9月13日)
2. 生活實務安排: 包括經濟、財產分配及房屋等 (9月20日)
3. 子女日後生活安排: 包括管養、居住及探視等 (9月27日)
4. 離婚前務須考慮的準備事項及其他服務 (10月4日)
(可以選擇其中一節或全部出席)

聯絡人:

羅惠儀姑娘

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

禪食 VS 意大利千層麵

日期/時間:

13. 9. 2024 (星期五)
下午2:30-4:00

主辦團體:

鯽魚涌綜合家庭服務中心

對象:

有興趣人士

名額: 8人

目的:

透過探討靜觀修習方法，為這壓力都市帶來心靈上的清泉。

內容:

- (1) 藉著多種感官的靜觀練習、提升集中力及放鬆呼吸。
- (2) 禪食體會及完成練習後美食共享。

聯絡人:

潘美玲姑娘

電話: 2562 3594

網址:

NA

活動/計劃名稱

親子和諧粉彩迎中秋

日期/時間:

14. 9. 2024 (星期六)
下午2:30至4:00

主辦團體:

聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象:

6至12歲兒童及其家長

名額: 6對親子

目的:

親子們透過活動相互了解及欣賞彼此，增潤親子關係。

內容:

親子們一起用和諧粉彩，繪畫中秋節相關的畫作。

聯絡人:

陳文俊先生、黃英朗先生

電話: 2835 4342

網址:

<https://ifsc.sjs.org.hk>

家庭服務



Name of programs/
service plan

Family Trip

Date/Time

14.9.2024 (Saturday)
10:00am - 4:30pm

Name of organizing agency

North Point Integrated Family Service Centre

Target participants

Families with Ethnic Minority Background Number of participants 10 families

Aim of programs and contents

Come and join A family trip to enhance the parent-child relationship.

Contact person

Ms. Joyce Yeung (655) 電話: 2832 9700

Website

hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱

中秋粵曲欣賞聯歡會

日期/時間:

16.9.2024 (星期一)
下午2:30-4:00

主辦團體:

鰂魚涌綜合家庭服務中心

對象:

有興趣人士

名額: 30名

目的:

透過欣賞粵曲，街坊聯誼，凝聚節日社會愉快氣氛。

內容:

粵曲欣賞、敬備茶點。

聯絡人:

潘美玲姑娘

電話: 2562 3594

網址:

NA

家庭服務



Name of programs/
service plan

Parent Talk for P.4-P.6 Students

Date/Time

20. 9. 2024 (Friday)
7:00pm - 8:30pm

Name of organizing agency

North Point Integrated Family Service Centre

Target participants

Families with Ethnic Minority Background

Number of participants

20 persons

Aim of programs and contents

Worker will share the information on secondary school places allocation and to prepare parents and children for the promotion.

Contact person

Ms. Joyce Yeung (655)

電話: 2832 9700

Website

hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱

<處理孩子爭寵有辦法>家長工作坊

日期/時間:

20. 9. 2024 (星期五)
上午 10:00-11:30

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

育有六歲或以下兒童的家長

名額: 12位

目的:

此工作坊將探索及體驗以家庭關係為前題的處理之法。

內容:

遇上孩子間爭寵，能力不一，同時間發脾氣等或讓我們感到無所適從，難以處理，怎辦？

聯絡人:

單姑娘 (600)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

夫婦手捏陶藝體驗活動

日期/時間:

21. 9. 2024 (星期六)
上午10:00-下午12:00

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

夫婦 (五年婚齡以內/二人需
共同出席) 名額: 8對

目的:

活動透過製作陶藝作品表達對另一半的關懷，以作品呈現
伴侶在彼此生活中是重要的陪伴。

內容:

製作手捏陶藝以增進彼此關係和了解。

聯絡人:

鄧詩韻姑娘

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

森林療癒行

日期/時間:

27. 9. 2024 (星期五)
上午10:00-下午1:00

主辦團體:

聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象:

18歲或以上社區人士

名額: 10名

目的:

透過行山，接觸大自然，學習放鬆及慢活。

內容:

漫遊龍虎山，觀賞優美景色，感受郊野氣息，接觸大自然，
讓身心充份放鬆。

聯絡人:

陳海欣姑娘、關曉雲姑娘

電話: 2835 4342

網址:

<https://ifsc.sjs.org.hk>

家庭服務



活動/計劃名稱

「今天我帶隊暢遊西貢!」

日期/時間:

28. 9. 2024 (星期六)
上午10:00-下午5:00

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

18歲或以上男士及其1-4名家 名額: 55位
人

內容:

男士們可以帶親友一起出行西貢，享受西貢酒家美食，再乘船到聞名的橋咀島參觀，樂聚一天!

聯絡人:

葉姑娘 (666)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

家庭服務



活動/計劃名稱

流體藝術工作坊 (貝殼掛飾)

日期/時間:

16. 10. 2024 (星期三)
上午10:00-11:30

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

受情緒困擾的人士

名額:

12人(如人數眾多，
將抽籤決定)

目的:

現代人的壓力如影隨形，透過進入藝術世界，讓我們的身心慢下來，觀察透過與創作內在色彩，療癒您疲憊的心靈。

內容:

利用流體藝術，製作貝殼掛飾。

聯絡人:

麥泳婷姑娘

電話:

2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

「同舟共濟」夫婦帆船體驗日

日期/時間:

20. 10. 2024 (星期日)
早上9:30-下午5:30

主辦團體:

聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象:

已結婚超過五年的夫婦

名額:

4對夫婦 (共8位)

目的:

透過參與帆船體驗活動，學習彼此欣賞、互動和合作，增潤親密關係，拉近彼此距離。

內容:

學習組裝及駕駛帆船，了解大自然的力量，提昇個人的觀察力及分析能力。

聯絡人:

葉淑怡姑娘 (註冊社工)

電話:

2835 4342

網址:

<https://ifsc.sjs.org.hk>

安老服務



活動/計劃名稱

腦朋友俱樂部

日期/時間:

1. 8. 2024-31. 10. 2024

主辦團體:

東華三院方樹泉長者地區中心

對象:

輕度/中度認知障礙症患者 名額: 每組8名

目的:

透過定期小組活動，延緩參加者認知能力的退化，建立社交生活等

內容:

小組活動包括健腦運動、現實導向訓練、益智遊戲等。

費用: \$600 (8節)

聯絡人:

葉浚謙先生

電話: 2967 9211

網址:

NA

活動/計劃名稱

居家認知訓練教材套訂閱計劃

日期/時間:

1. 8. 2024-31. 10. 2024

主辦團體:

東華三院方樹泉長者地區中心

對象:

輕度/中度認知障礙症患者 名額: 每期20名

目的:

透過各種健腦運動及遊戲維持長者的認知能力，並減緩認知能力的衰退

內容:

每月以郵寄方式發放教材套，內容包括現實導向、記憶力訓練、數理訓練及懷緬活動等

費用: \$30 /每季

聯絡人:

葉浚謙先生

電話: 2967 9211

網址:

NA

安老服務



活動/計劃名稱

居家智友趣訓練小組 (ZOOM)

日期/時間:

1. 8. 2024-31. 10. 2024

主辦團體:

東華三院方樹泉長者地區中心

對象:

輕度/中度認知障礙症患者 名額: 每期20名

目的:

透過各種健腦運動及遊戲維持長者的認知能力，並減緩認知能力的衰退

內容:

小組活動包括健腦運動、現實導向訓練、益智遊戲等。

費用: \$250 (10節)

聯絡人:

葉浚謙先生

電話: 2967 9211

網址:

NA

活動/計劃名稱

認知評估檢測服務

日期/時間:

1. 8. 2024 - 31. 10. 2024

主辦團體:

東華三院方樹泉長者地區中心

對象:

懷疑患有認知障礙症人士 名額: NA

目的:

進行初步認知評估

內容:

為長者提供初步認知評估，及早識別認知障礙症徵狀，並提供專業意見作適當跟進。

聯絡人:

葉浚謙先生

電話: 2967 9211

網址:

NA



活動/計劃名稱

賽馬會「智康健」腦退化檢測及社區支援計劃

日期/時間:

1. 8. 2024 - 31. 10. 2024

主辦團體:

東華三院西市鮮魚行商會智晴坊

對象:

- 東區居民
 - 60 歲以上
 - 懷疑有輕度認知障礙或早期認知障礙症人士及其照顧者
- 名額: NA

目的:

計劃以「及早檢測、及早確診、及早介入」為目標，協助有記憶衰退疑慮的人士進行初步篩查及提供適當的跟進工作。

內容:

- 為有需要人士提供電子認知篩查
- 為參加者提供醫療診斷及最長十八個月診症、藥物費用資助及跟進服務
- 為輕度認知障礙或早期認知障礙症人士提供診斷後支援服務
- 為照顧者提供輔導服務及社區資源配對

備註：以上服務均需通過計劃評估符合資格才可參與

費用：計劃提供部份資助，詳情請向職員查詢

聯絡人:

呂姑娘、曾姑娘

電話： 2481 1566

網址:

NA



活動/計劃名稱

千棋百趣外借服務

日期/時間:

1.8.2024-31.10.2024

主辦團體:

東華三院方樹泉長者地區中心

對象:

輕度/中度認知障礙症患者 名額: NA
及其家人

目的:

維持長者機能及進行簡單認知訓練。

內容:

提供不同的桌上遊戲供護老者外借回家，讓長者可以持續鍛鍊腦筋。

聯絡人:

葉浚謙先生

電話: 2967 9211

網址:

NA

活動/計劃名稱

「智趣遊」之活力大腦：地中海飲食法對認知障礙症的效用講座

日期/時間:

6.9.2024 (星期五)
下午2:30-4:30

主辦團體:

東華三院西市鮮魚行商會智晴坊

對象:

懷疑患有認知障礙症長者及 名額: 100名
其照顧者

目的:

提高公眾對認知障礙症的認識，並介紹如何通過地中海飲食法來預防認知障礙症。

內容:

是次講座會介紹不同認知障礙症種類、成因；地中海飲食法的背景、效用、實行方法及如何有效預防認知障礙症。

費用：全免

活動地點：香港北角百福道21號香港青年協會大廈
1001-1002室

聯絡人:

鍾先生

電話: 2481 1566

網址:

報名連結：

<https://forms.gle/vyx4owxTkRe0ya039>



活動/計劃名稱

種植長知識

日期/時間: 種植階段: 12. 9. 2024 - 5. 12. 2024 (逢隔星期四)
早上11:00 - 下午1:00
因應種植時間長短會有機會調動, 敬請留意
成果分享會: 6. 12. 2024 (星期五)
早上11:00 - 下午1:00共一節

主辦團體: 香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象: 60 -75歲之人士 名額: 8位

目的及內容: 參加者將會成為一位「田主」, 學習種植合時蔬果, 收割後將有成果分享會, 亦希望參加者透過活動體驗生命的循環。

聯絡人: 楊姑娘 (655) 電話: 2832 9700

網址: hkeast@hkfws.org.hk



活動/計劃名稱

潮玩元朗

日期/時間:

20.9.2024 (星期五)
上午9:00-下午3:30

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

60歲或以上人士

名額:

34位

內容:

今次帶大家潮遊錦田壁畫村及天空之鏡等景點，感受本地現代文化，但亦少不了到馳名酒家享用傳統元朗美食，與及到老餅家盡情購買元朗手信！

聯絡人:

李姑娘 (649)

電話:

2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk



活動/計劃名稱

夏日消暑健肺工作坊（活動編號：0868）
（與香港防癆會中醫師診所合辦）

日期/時間：

1. 8. 2024（星期四）
上午10:00 - 11:30

主辦團體：

香港復康會社區復康網絡（康山中心）

對象：

長期病患者及家屬

名額： 30位

目的及內容：

由註冊中醫師鄭漪筠從中醫角度提供解暑方法及健肺食療。

聯絡人：

何姑娘

電話： 2549 7744

網址：

NA

活動/計劃名稱

慢阻肺病自我管理課程（活動編號：0782）

日期/時間：

15. 8. 2024-29. 8. 2024
（逢星期四，共三堂）
上午10:00-11:30

主辦團體：

香港復康會社區復康網絡（康山中心）

對象：

慢阻肺病患者

名額： 12位

目的及內容：

認識病理、掌握管理疾病策略及學習急性病發時的處理。

聯絡人：

何姑娘

電話： 2549 7744

網址：

NA

康復服務



活動/計劃名稱

殘疾人士照顧者加油站 - 自我關顧篇

日期/時間:

15. 8. 2024 & 19. 9. 2024

(星期四, 共兩節)

下午2:30-4:00

主辦團體:

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

對象:

精神康復者的家屬、親友及
照顧者

名額: 15人

目的:

照顧是一個長時間的付出, 所以更要不時地調適自己的身心, 才能夠繼續這漫漫長路, 活動主要透過護膚及美容工作坊, 讓照顧者從「身」關顧自我, 提升自信及正能量。

內容:

8月主題: 護膚品DIY

9月主題: 韓式化粧班

聯絡人:

麥泳婷姑娘

電話: 2896 0302

網址:

www.skwifsc.caritas.org.hk

活動/計劃名稱

靜觀「奇」變 - 靜觀基礎課程 (活動編號: 0609)

日期/時間:

28. 8. 2024-11. 9. 2024

(逢星期三, 共三堂)

上午10:00-中午12:00

主辦團體:

香港復康會社區復康網絡 (康山中心)

對象:

長期病患者及家屬

名額: 12位

目的:

以嶄新方式瞭解、學習、實踐靜觀。

內容:

重拾安穩、關懷自我、覺察正念生活。

聯絡人:

蕭姑娘

電話: 2549 7744

網址:

NA



活動/計劃名稱

慢病自我管理課程（活動編號：0610）
（課程由美國的自我管理資源中心建立及研究）

日期/時間：

29. 8. 2024-10. 10. 2024
（逢星期四，共六堂）
（12. 9. 2024除外）
上午10:00-下午12:30

主辦團體：

香港復康會社區復康網絡（康山中心）

對象：

長期病患者及家屬

名額： 12

目的及內容：

參加者能建立健康生活模式，以回應長期病的需要。

聯絡人：

蕭姑娘

電話： 2549 7744

網址：

NA

兒童及青少年服務

活動/計劃名稱

理財小達人

日期/時間:

1. 8. 2024-2. 8. 2024
(星期四及五, 共2節)
下午2:00-3:30

主辦團體:

聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象:

9至12歲兒童

名額: 10名

目的:

培養小朋友正確的金錢觀念, 並教授理財小技巧。

內容:

透過真實的購物體驗和生活課, 讓孩子建立正確的理財觀念。

聯絡人:

王燕暉姑娘

電話: 2835 4342

網址:

<https://ifsc.sjs.org.hk>

活動/計劃名稱

歷奇大汗疊細汗

日期/時間:

2. 8. 2024 (星期五)
上午10:00 - 下午4:00

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

8-12歲之兒童

名額: 16位

目的:

可以訓練小朋友身體協調和合作, 同時提升自信心。

內容:

參加充滿挑戰性的歷奇活動, 可以訓練小朋友身體協調和合作, 同時提升自信心。暑假一於走出冷氣房, 盡情揮灑汗水吧!

聯絡人:

文姑娘 (630)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱 Lego Brick—Brick: SIX BRICKS 樂高六色積木小組

日期/時間: 5. 8. 2024-8. 8. 2024
 (星期一至四) 共四節
 早上10:00 - 11:00

主辦團體: 香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象: 升小一至小六之兒童 名額: 10位

內容: 本小組將透過不同的六色積木 (Six Bricks) 遊戲，使孩子在遊戲中互相學習，提升小朋友的專注力及社交能力。

聯絡人: 實習社工詹先生 電話: 2832 9700

網址: hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱 暑假個肚仔變fit啲

日期/時間: 5. 8. 2024-8. 8. 2024
 (星期一至四) 共四節
 上午 11:15 - 12:15

主辦團體: 香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象: 升小一至小六之兒童 名額: 10位

內容: 透過小型體適能和運動，可以增進小朋友神經系統等發展，奠定初步身體動作與基礎動作能力，提高對身體的控制協調能力，增強身體機能與免疫力。

聯絡人: 黃先生 (685) 電話: 2832 9700

網址: hkeast@hkfws.org.hk

兒童及青少年服務

活動/計劃名稱

毛孩守護隊 - 中心活動日

日期/時間: 12. 8. 2024、19. 8. 2024、21. 8. 2024
(星期一及三) 共三節
下午11:15 - 中午12:15

主辦團體: 香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象: 升小一至小三之兒童 名額: 10位

目的及內容: 喜歡小動物的小朋友，是時候出動了！現邀請大家加入毛孩守護隊，做義工服務小動物，增強對社會的關心，建立助人的良好品格。

聯絡人: 文姑娘 (630) 電話: 2832 9700

網址: hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱

兒童社交小組

日期/時間: 12. 8. 2024、14. 8. 2024、19. 8. 2024、21. 8. 2024
(星期一及三) 共四節
上午10:00 - 11:00

主辦團體: 香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象: 升小一至小三之兒童 名額: 10位

目的及內容: 透過遊戲、活動，建立孩子的社交技巧、情緒管理等能力。

聯絡人: 周姑娘 電話: 2832 9700

網址: hkeast@hkfws.org.hk

兒童及青少年服務

活動/計劃名稱

毛孩守護隊 - 外出探訪活動日

日期/時間: 14. 8. 2024 (星期三) 或 16. 8. 2024 (星期五)
共一節
上午11:15 - 下午6:00

主辦團體: 香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象: 升小一至小三之兒童 名額: 10位
*家長必須陪同出席14/8或
16/8的外出探訪活動

目的及內容: 喜歡小動物的小朋友，是時候出動了！現邀請大家加入毛孩守護隊，做義工服務小動物，增強對社會的關心，建立助人的良好品格。

聯絡人: 文姑娘 (630) 電話: 2832 9700

網址: hkeast@hkfws.org.hk

活動/計劃名稱

攝影大師級

日期/時間: 16. 8. 2024 (星期五)
下午3:00-5:00

主辦團體: 香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象: 升小四至小六之兒童 名額: 10位

內容: 本課程將涵蓋初階數碼攝影技巧，包括：相機和攝影器材的運用、黑白和彩色攝影原理解像度與像素、曝光原理、白平衡與色彩、採光技巧、反差與曝光控制、構圖美學技術等。

聯絡人: 鄭姑娘 (629) 電話: 2832 9700

網址: hkeast@hkfws.org.hk

兒童及青少年服務

活動/計劃名稱

從繪本學品格

日期/時間:

19. 8. 2024 (星期一)
下午4:00-5:00

主辦團體:

聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象:

3至6歲兒童

名額: 8名

目的:

鼓勵幼兒品德教育。

內容:

與幼兒共同閱讀有趣的繪本故事，培養幼兒品德。

聯絡人:

趙芷諾姑娘、陳海欣姑娘

電話: 2835 4342

網址:

<https://ifsc.sjs.org.hk>

活動/計劃名稱

野炊Omakase

日期/時間:

23. 8. 2024 (星期五)
上午10:00-下午4:00

主辦團體:

香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

對象:

升小四至小六之兒童

名額: 10位

目的及內容:

運用簡單的煮食工具及食材，讓小朋友分工合作，體驗於野外煮食的樂趣及培養自理能力。

聯絡人:

劉姑娘 (641)

電話: 2832 9700

網址:

hkeast@hkfws.org.hk

兒童及青少年服務

活動/計劃名稱

這個中秋不太悶

日期/時間:

7. 9. 2024 (星期六)

上午10:30-12:00

主辦團體:

聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心

對象:

8至12歲兒童

名額: 10名

目的:

培養小朋友創意思維及想像力。

內容:

小朋友一同來發揮創意的小宇宙，製作屬於自己獨一無二的卡通燈籠！

聯絡人:

羅淑慧姑娘、劉嘉賢姑娘

電話: 2835 4342

網址:

<https://ifsc.sjs.org.hk>



〈單位新資源 / 設施推介〉

活動/計劃名稱

「腦友導航」手機應用程式

新增設施/
資源簡介

東華三院社會服務科推出了首個專為認知障礙症患者及照顧者而設的手機應用程式－「腦友導航」，協助照顧者為患者提供適切的照顧，最終能促進長者居家安老。歡迎閣下於 Apple Store 或 Google Play store 輸入「腦友導航」作搜尋。

地址：

香港筲箕灣寶文街六號方樹泉社會服務大樓一樓

查詢電話：

2967 9211

聯絡人：

馬凱傑先生

網址：

NA



〈 徵求義工 / 工作機會 〉

機構/團體名稱

東華三院胡其廉長者鄰舍中心

- 徵求對象： 義工 (20人)
- 活動名稱： 膳東軒飯堂義工
- 日期/時間： 2024年8月 至 2026 年10月
星期一至星期六
上午11時30分至下午1時；
下午4時45分至6時
- 地點： 筲箕灣耀東邨耀安樓及耀明樓地下 / 耀東邨長者家中
- 活動內容： 為個別有需要的長者提供外賣到戶服務及簡單飯堂日常運作工作。

查詢電話： 2535 4387 聯絡人 符聖濤先生

網址： NA

機構/團體名稱

東華三院方樹泉長者地區中心

- 徵求對象： 義工 (20位)
任何對學習健康知識有興趣的年輕長者
- 活動名稱： 賽馬會康齡「伴」旅計劃
- 日期/時間： 2024年8月至10月，逢星期五 (時間及日期可自選)
- 地點： 香港筲箕灣寶文街六號方樹泉社會服務大樓一樓
- 活動內容： 培訓年輕長者成為健康教練。透過訓練，義工可以從中學習各項健康風險篩查、痛症管理、防跌、營養和運動等健康知識。同時，將所學的知識分享給需要幫助的體弱長者，藉著分享，發揮自己的長處及優勢，達致教學相長。義工更可在活動完結後得到義工津貼，以肯定義工們的付出及努力。

查詢電話： 2967 9211 聯絡人 莊英玲姑娘

網址： NA