

社會福利署
南大埔綜合家庭服務中心
Tai Po (South) Integrated Family Service Centre
2024 年 5 月至 8 月通訊

中心辦事處開放時間如下：

「V」代表中心開放時段，「X」代表中心暫停開放

時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日及公眾假期
上午 9:00 - 下午 1:00	V	V	V	V	V	V	X
下午 2:00 - 下午 5:00	V	V	V	V	V	V	
下午 5:00 - 晚上 8:00	X	V	X	V	X	X	

中心地址：大埔鄉事會街 2 號大埔社區中心 4 樓

個案查詢電話：2657 8832 傳真：2638 4223

社會福利署求助熱線：2343 2255

中心附屬辦事處(活動報名處)開放時間如下：

時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日及公眾假期
上午 9:00 - 下午 1:00	V	V	V	V	V	X	X
下午 2:00 - 下午 5:00	V	V	V	V	V		

地址：大埔鄉事會街 2 號大埔社區中心 1 樓

活動查詢電話：2658 5539 或個別負責職員

機構網址：<http://www.swd.gov.hk>

服務地域

廣福邨、蓮頭塘邨、太和邨、寶鄉邨、宏福苑、寶雅苑、景雅苑、德雅苑、逸雅苑、大埔墟、林村谷、大埔滘、錦山、洋涌、馬窩、白石角、西貢

目錄 (目錄是 P.1)

P.2	由升小選校到孩子前景的矛盾 誰對誰錯
P.3-11	2024 年 5 月至 8 月活動內容 凝聚家庭 減壓活動 義工活動 其他活動
P.12	照顧者咖啡室
P.13	活動報名須知
P.14	惡劣天氣下中心開放及活動安排

由升小選校到孩子前景的矛盾：誰「對」誰「錯」？

譚永壁 王昌哲*

在香港，無論是做父母還是做小孩都不容易。香港的競爭文化濃厚，「贏在起跑線」這類概念為不少家長帶來無止境的壓力：為了孩子將來的生活，便要逐步往後退由每個階段的教育計劃起，由大學、中學、小學、幼稚園到 playgroup，甚至連孩子的出生月份亦要計劃到。近年社會慢慢意識到這種競爭文化，繼而有 happy school 的出現，更多的家長選擇於孩子的學業和身心發展間取得平衡。

然而每年九月，對部分K 3班的家長來說，為有特殊教育需要的孩子選擇合適的小學仍然是戰戰兢兢的一步。雖然過去數年的學前訓練，令家長更了解孩子的特性，及在學習上的需要，但每位家長的價值觀、目標和對孩子的了解都可能有所不同，從而有機會在選校的決定上出現分歧，夫妻間甚至會因此產生磨擦。

假如其中一方家長覺得孩子能夠有更多的進步空間，不想埋沒孩子的潛質，因此希望孩子入讀傳統教學的主流小學；而另一方家長則認為小班、密集式的訓練更適合孩子的學習方式，所以希望孩子入讀特殊或有豐富融合教育經驗的小學，父母應該如何解決這個分歧？誰「對」，誰「錯」呢？

對此，筆者有以下建議：

1. 靜心聆聽

就算雙方意見不同，但始終如一的是大家為孩子設想的心。家長不妨靜心聆聽並嘗試了解對方的觀點。

2. 理性溝通

聆聽過後，家長可以理性地作出回應，並帶出自己的出發點；一起分析彼此異同之處後再作商議和妥協。

3. 家庭和睦同樣重要

孩子將來的發展往往難以預計。但無論孩子就讀什麼樣的學校，一個和睦的家庭永遠是孩子最可靠的避風港。校園生活只是孩子成長的其中一部分，就算當中出現問題，亦尚有協調的空間。因此，最重要的始終是父母全心為孩子，並一直支持孩子健康成長，誰「對」，誰「錯」，還重要嗎？

* 香港大學臨床心理學研究生

<部份摘自社會福利署臨床心理服務科 -

愛是吾家 家庭 / 伴侶關係 臨床心理學家札記>

2024 年 5 月至 8 月舉辦的小組及活動內容：

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
凝聚家庭	親親爸爸媽媽	04/5/2024 (星期六)	下午 2:30-4:00	大埔社區中心一樓	透過小手工製作,增潤親子關係並慶祝父母親節	育有 3-8 歲子女的家庭	5 個家庭 (約 10 人)	全免	范凱欣姑娘/ 2657 8022	
凝聚家庭	母親節之 DIY 花束	10/5/2024 (星期五)	下午 3:00-4:30	大埔社區中心一樓	1)摺花教學 2)預祝母親節	大埔區居民	8 人	全免	關愷恩姑娘/ 2658 6019	
凝聚家庭	父親節之甜心朱古力恤衫脆脆	08/6/2024 (星期六)	上午 10:30-12:30	大埔社區中心一樓	透過親子製作朱古力恤衫脆脆小食預祝父親節,除了促進親子關係,更留下開心溫馨的回憶!	區內育有 3-10 歲子女的家庭	四對親子 (每個家庭有兩個名額)	全免	關愷恩姑娘/ 2658 6019	
凝聚家庭	美味曲奇趣趣	22/6/2024 (星期六)	上午 10:00-11:30	大埔社區中心一樓 家事工房	期望家長與孩子一起學習製作曲奇, 促進相互溝通,	十八歲或以上大埔區內人士	4 位家長攜同一位 (6-10 歲兒童) 共 8 人	全免	劉月嫻姑娘/ 2657 8078	

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
凝聚家庭	親子製作擴香石小盆栽	19/7/2024 (星期五)	下午 2:30-4:30	大埔社區中心一樓	暑假到了，和爸媽一起製作擴香石小盆栽。擴香石小盆栽不用照顧、不惹蚊蟲，加入香精油就香香的，療癒又實用。	區內家長及小朋友(需年滿 5 歲)	12 人	全免	羅敏賢姑娘/ 2658 5686	
凝聚家庭	親子小手工#折紙教室	19/7 – 09/8/2024 (逢星期五)	上午 9:30-11:00	大埔社區中心一樓	透過小手工製作,增潤親子關係 透過手工制作, 音樂欣賞.....等幫助婦女放鬆日常生活帶來的壓力、認識自己	育有 3-8 歲子女的家庭	5 個家庭 (約 10 人)	全免	范凱欣姑娘/ 2657 8022	
凝聚家庭	夏日手作DIY	20/7/2024 (星期六)	上午 10:00-11:30	大埔社區中心一樓	透過製作小手工，增進親子溝通，啟發創意	區內育有 5-10 歲子女的家庭	4 個家庭 (約 8 人)	全免	陳惠英姑娘/ 2657 8871	
凝聚家庭	親子齊齊做手工	24/7、26/7、 31/7、2/8/2024 (逢星期三、五)	上午 10:30-12:00	大埔社區中心一樓	透過親子手工製作活動，父母與孩子共同創作獨一無二的作品，促進親子關係。	區內育有 3-10 歲子女的家庭	四對親子 (每個家庭有兩個名額)	全免	關愷恩姑娘/ 2658 6019	

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
凝聚家庭	親子日本和諧粉彩體驗工作坊	08/8/2024 (星期四)	下午 2:30:4:30	大埔社區中心一樓	透過伴讀繪本及創作畫作帶出育兒主題。	區內育有 5-12 歲的兒童及其家長	4 個家庭 (約 8 人)	全免	羅敏賢姑娘/ 2658 5686	
凝聚家庭	親子 SUMMER「酥」TIME	10/8/2024 (星期六)	上午 10:30-12:30	大埔社區中心一樓	透過親子製作朱古力榛子香蕉酥，除了促進親子關係，更留下開心溫馨的回憶！	區內育有 3-10 歲子女的家庭	四對親子 (每個家庭有兩個名額)	全免	關愷恩姑娘/ 2658 6019	
凝聚家庭	親子製作雪花酥	23/8/2024 (星期五)	下午 2:30:4:30	大埔社區中心一樓	暑假到了，和爸媽一起製雪花酥，自己品嚐之餘亦可送給好朋友給親友一同品嚐。	區內家長及小朋友 (需年滿 5 歲)	8 人 三對家庭	全免	羅敏賢姑娘/ 2658 5686	
減壓活動	折紙手工	10/5 – 31/5/2024 (逢星期五)	上午 9:30-11:00	大埔社區中心一樓	透過手工制作, 音樂欣賞.....等幫助婦女放鬆日常生活帶來的壓力、認識自己	區內 40 歲以上婦女	8 人	全免	范凱欣姑娘/ 2657 8022	

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
減壓活動	心繞禪境	10/5-31/5/2024 (逢星期五)	上午 10:00-12:00	大埔社區中心一樓	透過繪製禪繞畫讓身心放鬆平靜	區內居民	8 人	全免	曾依言姑娘/ 2638 3134	
減壓活動	指繪心情：舒壓美甲體驗	16/5/2024 (星期四)	上午 10:00-12:00	大埔社區中心一樓	嘗試自己做簡單款式的美甲	區內婦女	8 人	全免	曾依言姑娘/ 2638 3134	
減壓活動	可愛象咭套	20/5/2024(星期一)	上午 10:00-11:15	中心一樓 影音閣	期望製作皮革活動，將日常的生活壓力和鬱悶藉鑄皮革過程中，渲洩出來，希望鑄出好心情，將壓力舒緩，另外，製作出可愛的大象咭片套，更能令心情愉悅！	十八歲或以上大埔區內人士	7 人	全免	劉月嫻姑娘/ 2657 8078	
減壓活動	每天 ME TIME 多一些	21/5、23/5、28/5、30/5/2024 (逢星期二、四)	下午 2:30-4:00	大埔社區中心一樓	透過簡單的手作活動，讓媽媽們享受 ME TIME，放鬆心情、舒緩育兒的壓力。小組希望提醒媽媽們人人都需要有「自己時間」，記得保留時間關注及照顧自己！	區內育有 12 歲以下子女的媽媽	8 人	全免	關愷恩姑娘/ 2658 6019	

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
減壓活動	樂高花花世界	28/05/2024 (星期二)	上午 10:00-11:30	大埔社區中心一樓	透過深入淺出的方式去用樂高砌出花花	區內人士	8 人	全免	盧啟進先生/ 2638 4207	
減壓活動	數字牌「摩力橋」體驗坊	29/5/2024 (星期三)	上午 10:00-11:30	大埔社區中心一樓	透過體驗桌遊「摩力橋」數字牌遊戲鍛鍊思考，溝通能力，培養正面生活興趣，舒緩生活壓力。	區內居民	12 人	全免	梁庭堅先生/ 2657 8277	
減壓活動	數字牌「摩力橋」俱樂部 (6/2024)	05/6/2024-26/6/2024 (逢星期三)	上午 10:00-11:30	大埔社區中心一樓	教授桌遊「摩力橋」，藉實踐數字牌遊戲鍛鍊思考，溝通能力。	區內居民	12 人	全免	梁庭堅先生/ 2657 8277	
減壓活動	笑出健康來	05/6/2024-26/6/2024 (逢星期三)	下午 2:30-3:30	大埔社區中心一樓	教授愛笑瑜伽動作及呼吸方法，使參加者實踐後調整心情，促進健康。	區內居民	15 人	全免	梁庭堅先生/ 2657 8277	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本活動由義務導師及義工協助教授。 2. 愛笑瑜伽與一般拉申瑜伽不同，敬請留意。

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
減壓活動	「紙藝」 體驗坊	7/6、14/6、21/6 及 28/6/2024 (逢星期五)	上午 9:30- 11:00	大埔社區中心一樓及地下	透過不同紙藝創作，舒緩生活壓力，培養生活情趣	大埔區居民	8 人	全免	陳惠英姑娘/ 2657 8871	
減壓活動	「皮器」。 好心情	7/6、14/6、21/6 及 28/6/2024 (逢星期五)	上午 11:15- 12:30	大埔社區中心一樓及地下	1. 教授及製作簡單皮革小物 2. 讓參加者專注其中，放鬆心情	大埔區居民	8 人	全免	陳惠英姑娘/ 2657 8871	
減壓活動	太陽花製作	11/06/2024 (星期二)	上午 10:00- 11:30	大埔社區中心一樓	透過樂高去製作永不枯萎的太陽花	區內人士	8 人	全免	盧啟進先生/ 2638 4207	
減壓活動	歡樂愛笑 瑜珈	13/6/2024 (星期四)	上午 10:00- 11:15	大埔社區中心一樓 影音閣	期望藉學習 基本瑜珈活動，讓參加者 身心得以放鬆及舒暢	十八歲或以上大埔區內人士	7 人	全免	劉月嫻姑娘/ 2657 8078	請當天參加者 穿著輕便衣履

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
減壓活動	馬賽克手工班	15/6/2023 (星期六)	上午 10:00-11:30	大埔社區中心一樓	透過體驗馬賽克手工製作(例如相架、杯墊)，舒緩生活壓力，發揮個人創作力。	區內居民	10 人	全免	梁庭堅先生/ 2657 8277	
個人成長	蒔光物語	18/6/2024-09/7/2024 (逢星期二)	下午 2:30:4:30	大埔社區中心一樓	不同的花卉有著不同的花語，對於花藝師而言，花開花落，到水流花謝的過程亦像徵著人生。花藝也是讓自己探索和了解生活的方法，細小而又美麗花朵，卻具有能感動別人的強大力量。今天做的花，明天做的花，明年做的花，儘管是同一樣的花材，都會有所不同，因為它會隨著自身的經歷體會感受改變，讓我們利用四節花課，透過花藝敘述自己生命，體會人生，以花作為表達意念的媒介。	區內母親/照顧者 (需電話作初部評估)	8 人	全免	羅敏賢姑娘/ 2658 5686	

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
減壓活動	Chill 輕鬆聚	19/6、21/6、26/6、28/6/2024 (逢星期三、五)	上午 10:30-12:00	大埔社區中心一樓	透過簡單的手作活動，給予自己一個放鬆的空間，提醒自己自我照顧的重要性。	大埔區居民	8 人	全免	關愷恩姑娘/ 2658 6019	
減壓活動	滋味無窮:番薯茶果篇	20/6/2024 (星期四)	上午 10:00-11:30	大埔社區中心一樓 影音閣	製作番薯茶果	十八歲或以上大埔區內人士	7 人	全免	劉月嫻姑娘/ 2657 8078	
減壓活動	心繞禪境	03/7-12/7/2024 (逢星期三、五)	上午 10:00-12:00	大埔社區中心一樓	透過繪製禪繞畫讓身心放鬆平靜	區內居民	8 人	全免	曾依言姑娘/ 2638 3134	
減壓活動	扭出新世界	13/8-22/8/2024 (逢星期二、四)	下午 2:30-4:00	大埔社區中心一樓	用扭扭棒製作不同的小手作	區內居民	8 人	全免	曾依言姑娘/ 2638 3134	

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
減壓活動	2024 香港美食博覽分 Fun Day	17/8/2024 (星期六)	全日 10:00-4:30	灣仔會議展覽中心	參觀 2024 香港美食博覽會，參加者自由品嚐及購買展出食品。	區內居民	48 人	全免	梁庭堅先生/ 2657 8277	
義工活動	義心送暖編織進階班	14/6、12/7、9/8 及 13/9/2024 (星期五)	上午 10:00-12:00	大埔社區中心一樓	教授編織冷帽及手袜等，編織成品贈與有需要人士。	區內居民	10 人	全免	梁庭堅先生/ 2657 8277	1. 義工暖心編織班之參加者優先。 2. 參加者需具備基本編織知識。 3. 本活動為義工活動，提供編織用材料，學員製作成品將會供中心義務工作使用 4. 自備織針
其他活動	膽固醇睇真 D	14/6/2024 (星期五)	上午 10:00-11:00	大埔社區中心一樓	1. 膽固醇和健康的關係 2. 如何採用健康的生活模式維持膽固醇於理想水平	區內長者及護老者	15 人	全免	林建南先生/ 2658 5541	活動與衛生署大埔區長者健康外展分隊合辦

活動分類 (註 1)	活動名稱	日期	時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員/電話	備註
其他活動	高血壓知多少	21/6/2024 (星期五)	上午 10:00-11:00	大埔社區中心一樓	1. 高血壓的高危因素 2. 促進健康生活方式	區內長者及護老者	15 人	全免	林建南先生/ 2658 5541	活動與衛生署在大埔區長者健康外展分隊合辦
其他活動	新手小一家長	27/6/2024 (星期四)	09:30-11:00	大埔社區中心一樓	各位家長,擔心子女升小一後適應學校生活嗎?會忘記帶書、交功課嗎?早上會賴床、抱怨不要上學嗎?請參加本活動,齊來協助小朋友做好銜接準備工作,愉快學習!	育有升小一子女的家長	8 位家長	全免	范凱欣姑娘/ 2657 8022	

附件：P.12 照顧者咖啡室.pdf

(2 頁合併為 1 頁)

活動報名須知

1. 請親臨本中心報名。
除特別指定活動外，所有活動均於舉行前七個工作天截止報名。
如報名人數超出名額，將以抽籤形式決定，本中心職員稍後將以電話通知中籤者。
2. 除特別指定活動外，所有活動均於舉行前一個月開始接受查詢及報名。
3. 如於小組/活動前三天仍未收到取錄通知，該項報名則作落選論，並不會有個別通知。報名者也可致電向個別活動負責職員查詢。
4. 報名時必須填寫報名表，並提供姓名、年齡、住址及聯絡電話，以供中心安排活動之用；這些資料亦可能會向有需要知道該等資料之相關機構透露。〔所有資料會根據《個人資料（私隱）條例》得到保障。〕
5. 如有需要，職員會要求參加者出示香港身份證或其他有關身份證明文件，以便職員核實其身份。各活動及課程只限已報名之人士參加，不得由別人替代，否則報名者會被取消參加資格。
6. 如參加家庭活動，報名成員須為直系親屬。
7. 所有活動日期及內容以中心海報及單張為準。
8. 歡迎致電中心與負責活動/小組的職員聯絡查詢。
9. 除特別註明外，本中心服務範圍內的居民可以優先參加本中心的活動。

免責聲明

- ✧ 個別活動會有體力消耗或危險，參加者須考慮自己的能力及身體狀況是否適合參加。
- ✧ 中心保留更改活動資料的權利，參加者不得異議。

惡劣天氣下中心開放及活動安排

	中心服務	室內活動	戶外活動
一號風球	V	V	V
三號風球	V	V	X (如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消)
八號風球或以上	X (中心將於風球除下後兩小時照常開放)	X (如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消)	X
黃色暴雨警告	V	V	X (如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消)
紅色暴雨警告	V (照常開放，但服務使用者不應前來中心)	X (如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消)	X (如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消)
黑色暴雨警告	X (中心將於暴雨警告除下後兩小時照常開放)	X (如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消)	X (如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消)
雷暴警告	V	V	X (如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消)

V：中心照常開放；活動照常舉行

X：中心暫停開放；活動取消或延期舉行

* 負責工作人員亦會視乎當時實際的天氣情況，作最後的決定及個別通知。

* 為策安全，參加者及家長自行考慮各地區天氣、道路及交通情況，決定是否前來本中心。