

中元朗綜合家庭服務中心二零二五年一月至三月活動表

活動名稱:	太極修心
日期 / 時間:	2025年1月9日至2025年3月6日(逢星期四, 30/01/2025除外) / 1000-1130
地點:	中心活動室
活動目的:	透過練習太極, 促使參加者學會放空心靈, 清空思緒雜念, 從而提升抗壓能力。
內容:	教授太極招式並互相練習。
參加者:	本中心18歲或以上會員
費用:	免費
負責職員:	王先生
聯絡電話:	39967615
主辦機構:	中元朗綜合家庭服務中心

活動名稱:	當我離婚, 如何做好父母的角色?
日期 / 時間:	2025年1月18日 (星期六) / 上午10:00-11:30
地點:	本中心會議室
活動目的:	- 學習如何協助孩子適應 - 如何減低對孩子的影響
內容:	成年人經歷離異的過程絕不容易, 往往跌入處理離婚的程序、法律、父母的恩怨情仇等的角力中, 不知不覺忽略孩子的需要。 到底離婚, 父母可以如何協助孩子適應? 到底離婚, 父母角色應如何減低對孩子的影響? 與你分享以免踩進地雷, 危害了你的孩子。
參加者:	已經/正在離異或分居關係的家長
費用:	免費
負責職員:	樊姑娘
聯絡電話:	24751997
主辦機構:	中元朗綜合家庭服務中心

中元朗綜合家庭服務中心二零二五年一月至三月活動表

活動名稱:	考你反應 — 躲避盤
日期 / 時間:	2025年1月27日(星期一) / 1000-1200
地點:	朗屏體育館
活動目的:	促進和諧家庭關係
內容:	讓參加者認識及體驗躲避盤運動，享受家庭樂。
參加者:	8歲或以上中心會員
費用:	免費
負責職員:	王先生
聯絡電話:	39967615
主辦機構:	中元朗綜合家庭服務中心

活動名稱:	治療。自療 手工小組
日期 / 時間:	2025年2月21日至3月14日 逢星期五 共四節 / 11:00am-12:00pm
地點:	本中心會議室
活動目的:	- 透過製作手工，讓參加者了解照顧自己情緒的重要性。 - 學習如何放鬆心情。
內容:	手工製作及小組分享
參加者:	本中心18歲或以上的會員
費用:	免費
負責職員:	鄧姑娘
聯絡電話:	24701795
主辦機構:	中元朗綜合家庭服務中心

中元朗綜合家庭服務中心二零二五年一月至三月活動表

活動名稱:	畫出和諧親子情
日期 / 時間:	2025年2月22日 (星期六) / 下午2:30-4:30
地點:	本中心會議室
活動目的:	- 尋找心中的平和，釋放壓力 - 增加親子間的連繫感
內容:	藉著和諧粉彩，畫出充滿療癒感的作品，並加上心靈語句，實行大手牽小手，為離異路上增添色彩。
參加者:	正在分居或離異家庭下的學童 (6歲或以上)
費用:	免費
負責職員:	樊姑娘
聯絡電話:	24751997
主辦機構:	中元朗綜合家庭服務中心