

中元朗综合家庭服务中心二零二四年四至六月活动表

| | |
|----------|-------------------------------|
| 活动名称: | 「园」来系你 |
| 日期 / 时间: | 2024年4月9日至30日 / 下午2时30分至3时30分 |
| 地点: | 会议室 |
| 活动目的: | 透过不同的园艺种植及制作，提升身心健康，舒缓照顾压力 |
| 内容: | 设计及种植不同的园艺作品，分享照顾压力 |
| 参加者: | 本中心18岁或以上照顾者会员 |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 谭姑娘 |
| 联络电话: | 2470 1227 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 |

| | |
|----------|--------------------------------------|
| 活动名称: | 复活节 x 和谐粉彩 |
| 日期 / 时间: | 2024年4月20日 / 上午10时30分至11时45分 |
| 地点: | 会议室 |
| 活动目的: | -透过艺术创作，减轻日常生活的压力 -学习欣赏自己及他人 |
| 内容: | 透过简单、放松的绘画方式，让学童创作和谐粉彩的画作，学会互相欣赏及鼓励。 |
| 参加者: | 本中心6-12岁的会员 (初学者适用) |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 樊姑娘 |
| 联络电话: | 2475 1997 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 |

中元朗综合家庭服务中心二零二四年四至六月活动表

| | |
|----------|--|
| 活动名称: | 「心思巧」共享亲职教育 |
| 日期 / 时间: | 2024年5月7日至5月28日 / 上午9时30分至11时正 |
| 地点: | 会议室 |
| 活动目的: | 从「心」灵、「思」想、技「巧」，建立更好的共享亲职合作关系。 |
| 内容: | -如何面对自己及子女在离异适应过程中出现的情绪 -认识「以童为心」概念、亲职伙伴间的责任及界线 -有效的共享亲职沟通及处理分歧技巧 -有效的共享亲职沟通及处理分歧技巧 |
| 参加者: | 本中心会员 (已经离异、正在离异或分居关系的家长) |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 樊姑娘 |
| 联络电话: | 2475 1997 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 / 圣雅各布童心圆亲职支持共享中心 |

| | |
|----------|-----------------------------|
| 活动名称: | 花艺香熏蜡烛 |
| 日期 / 时间: | 2024年5月8日 / 上午10时30分至11时30分 |
| 地点: | 会议室 |
| 活动目的: | 学习放松的方法，舒缓压力及培养兴趣 |
| 内容: | 学习制作及设计花艺香熏蜡烛，分享减压方法 |
| 参加者: | 本中心18岁或以上会员 |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 谭姑娘 |
| 联络电话: | 2470 1227 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 |

中元朗综合家庭服务中心二零二四年四至六月活动表

| | |
|----------|---|
| 活动名称: | 小区急救学堂 |
| 日期 / 时间: | 2024年5月8日至6月5日 / 下午4时45分至5时45分 |
| 地点: | 会议室 |
| 活动目的: | 让大众认识常见的长者疾病及预防方法 学习基本的急救小技巧，以应付突发情况 |
| 内容: | 由义工导师让参加者认识常见的疾病，学习基本的急救小技巧，以应对日常的突发状况。 |
| 参加者: | 本中心55岁或以上的会员 |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 樊姑娘 (由义工导师教授) |
| 联络电话: | 2475 1997 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 |

| | |
|----------|-----------------------------|
| 活动名称: | 「园」缘密语 |
| 日期 / 时间: | 2024年6月4日至25日 / 下午2时30分至4时正 |
| 地点: | 会议室 |
| 活动目的: | 透过不同的园艺活动体验，学习接纳和尊重，促进表达和沟通 |
| 内容: | 园艺制作、园艺互动游戏及分享 |
| 参加者: | 本中心18岁或以上会员 |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 刘姑娘 |
| 联络电话: | 2470 1105 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 |

中元朗综合家庭服务中心二零二四年四至六月活动表

| | |
|----------|--|
| 活动名称: | 如是生活--松一松、照顾更轻松 |
| 日期 / 时间: | 2024年6月6日至6月27日 / 下午2时30分至4时 |
| 地点: | 本中心会议室 |
| 活动目的: | 透过不同工具，提升自我关怀意识，藉以纾缓日常生活压力。 |
| 内容: | 1.心灵拼贴体验 2.颂钵体验 3.酒精墨画体验 4.静观练习 |
| 参加者: | 本中心18岁或以上会员(照顾者及被照顾者同时参加活动可优先) |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 曾姑娘 |
| 联络电话: | 2470 1523 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 |

| | |
|----------|--|
| 活动名称: | 童游秘籍 手工及游戏小组 |
| 日期 / 时间: | 2024年6月7日至6月28日 / 上午11时至12时 |
| 地点: | 活动室 |
| 活动目的: | 透过制作小手工及设计游戏，让照顾者了解幼童的发展需要。 鼓励照顾者在家中可与幼童一同制作小手工或进行游戏，使照顾者及幼儿间会有更多的互动时间。 |
| 内容: | 小手工制作、游戏设计及小组活动 |
| 参加者: | 本中心 3-6 岁幼童的照顾者会员 |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 邓姑娘 |
| 联络电话: | 2470 1795 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 |

中元朗综合家庭服务中心二零二四年四至六月活动表

| | |
|----------|-----------------------|
| 活动名称: | 长者小区资源知多D |
| 日期 / 时间: | 2024年6月7日 / 上午10时至11时 |
| 地点: | 会议室 |
| 活动目的: | 透过了解香港长者的小区资源，加强小区支持 |
| 内容: | 认识香港及元朗区内的长者小区资源 |
| 参加者: | 本中心18岁或以上会员 |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 谭姑娘 |
| 联络电话: | 2470 1227 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 |

| | |
|----------|---|
| 活动名称: | 童心。幼儿感统亲子体验 |
| 日期 / 时间: | 2024年6月22日 / 上午10时正至11时正 |
| 地点: | 会议室 |
| 活动目的: | -加强亲子之间的互动 -凝聚家庭和谐 |
| 内容: | 与孩子从游戏中学习，透过多感观刺激和学习，刺激幼儿的脑部发展，渡过愉快的早上。 |
| 参加者: | 本中心育有1-3岁儿童并正在分居或离婚之亲子家庭会员 |
| 费用: | 免费 |
| 负责职员: | 樊姑娘 |
| 联络电话: | 2475 1997 |
| 主辦机构: | 中元朗综合家庭服务中心 / 圣雅各布童心圆亲职支持共享中心 |