

東元朗綜合家庭服務中心 家庭活動園地

地址：元朗橋樂坊2號元朗政府合署暨大橋街市5樓18室

電話：2475 1928 及 3421 2052 傳真：2443 4399

東元朗綜合家庭服務中心

家庭活動園地

**2025年1月至3月份
活動及小組資訊**

地址：元朗橋樂坊2號元朗政府合署暨大橋街市5樓18室

電話：2475 1928 及 3421 2052

傳真：2443 4399

印刷品

服務簡介

家庭活動園地以提供家庭支援及資源服務為主；透過園地的各項服務，如資源角、家庭生活教育、親子活動、小組工作等，協助個人或家庭解決困難，促進家人關係和提升自助能力。

服務對象

- * 居住於元朗及其他地區的居民
- * 遇有家庭糾紛、人際關係、個人成長問題的人士均可向本中心尋求協助

服務內容

(一) 社工諮詢服務

如有家庭困難，可於園地開放時段聯絡當值社工

(二) 多元化支援服務，旨在協助區內有需要家庭和人士，提升他們解決問題的能力，建立互助網絡，達到彼此關懷及支援的目的

- * 支援及互助小組
- * 個人發展及技能訓練小組
- * 家庭生活教育
- * 互助幼兒託管服務

(三) 外展網絡服務

- * 採取不同的外展工作方式，如家訪及設立流動服務站等，主動接觸區內有需要的家庭及人士作出服務需要評估及轉介服務
- * 推廣區內資源及家庭活動園地服務

(四) 社區教育服務

舉辦社區活動如展覽、研討會、探訪等，以加強區內人士認識社區資源及問題

(五) 義工服務

- * 鼓勵社區人士參與，策劃及推行社區服務
- * 發揮合作精神及發展個人潛能

(六) 家庭資源及活動園地

- * 活動園地內備有各類雜誌、書刊、書籍及多類玩具供免費借用以促進個人發展
- * 另設閒聚室及兒童園地等休憩地方

活動報名程序及注意事項

事項	日期及時間	內容
遞交報名表格 (實體及Whatsapp報名)	2024年12月3日至12月4日 (星期二至三) 上午9時15分至下午12時45分 及 下午2時至4時45分 到元朗政府合署5樓家庭活動園地遞交報名表格 (會員亦可於2024年12月3日 (星期二) 下午5時30分至7時45分到 元朗政府合署12樓 本中心辦公室遞交報名表格) 請於上述時間報名， 毋須提早排隊確認	<ul style="list-style-type: none">● 所有會員必須出示合資格的服务使用證報名。● 若會員未能親臨報名，可由親友代辦，但必須出示有關會員合資格的服务使用證；否則，恕不辦理。● 每張服務使用證最多可報5項小組及3項活動。● 每張報名表格最多可填寫4位家庭會員資料。
公開抽籤	2024年12月11日(星期三) 上午10時	<ul style="list-style-type: none">● 於家庭活動園地活動室按各活動名額抽籤，歡迎出席。
公佈抽籤結果及剩餘名額	2024年12月18日(星期三)	<ul style="list-style-type: none">● 會員可以於家庭活動園地佈告板查閱抽籤結果，恕不另行通知。● 中籤者毋須進行確認手續。
餘額活動報名	2024年12月18日(星期三)起 上午9時15分至下午12時45分 及 下午2時至4時45分	<ul style="list-style-type: none">● 以先到先得形式進行，額滿即止。● 會員在報名時，請確保參加的小組和活動不會與其他活動重疊。● 所有會員必須出示合資格的服务使用證親身報名。● 每張服務使用證最多可報5項小組及3項活動。● 每張報名表格最多可填寫4位家庭會員資料。● 本中心會保留最終決定權。

查詢及意見

如對家庭活動園地的活動有任何查詢或意見，可親臨或致電本中心。

電話：2475 1928 及 3421 2052

傳真：2443 4399

2025年1-3月份

小組活動特別通告

致各位會員：

取消網上報名及網上查閱報名結果

鑑於政府對公共雲端儲存系統之潛在保安風險的關注，本中心將取消以往透過GOOGLE表格進行的「網上報名」及「查閱報名結果」安排。為減低對各位中心會員的影響，本中心於本季起將推行「Whatsapp報名」制度，而報名結果則會如常張貼於本中心位於元朗政府合署暨大橋街市5樓的家庭活動園地外的壁報版上，會員需親臨查閱報名結果。

推行Whatsapp報名

會員只需掃描隨附之Whatsapp二維碼，在活動報名期內向本中心的活動報名Whatsapp專線（電話號碼：5926 8509）（只限Whatsapp）以文字訊息形式提供相應資訊，即可完成報名。如有需要，本中心會透過你所提供的聯絡電話與你聯繫。

Whatsapp報名專線（5926 8509）二維碼



報名訊息的建議樣式如下：

會員證編號：D999

聯絡電話：12345678

報名活動：ABC001，XYZ004……

（只需填上活動編號，每張會員證最多可報5項小組及3項活動；如非主卡人 / 多於一位家庭成員申請，請於活動編號後加上「*」號，例如ABC001*）

Whatsapp專線只作報名日報名用途。如對家庭活動園地的活動有任何查詢，請致電本中心（電話：2475 1928 及 3421 2052）。所有於非活動報名期以訊息傳送的報名資料均不會受理，敬請留意。

感謝各位會員一直以來對本中心的各項工作及活動的支持，期盼本中心的活動能在未來繼續為大家的生活加添正能量！

社會福利署東元朗綜合家庭服務中心
家庭活動園地 謹啟

2025年1月至3月 小組及活動

個人成長系列

加多一點綠

編號：CHY010 (小組)
日期：3/1, 10/1, 17/1 及 24/1/2025 (逢星期五，共4節)
時間：上午10:00 - 11:00
地點：中心5樓活動室
目的：透過製作環保手工及植物染布袋，化廢為寶，紓緩壓力及增強個人能力感
內容：學習各式環保手工製作、小組解說及分享
對象：本中心婦女會員
名額：8位
費用：全免
負責職員：鍾姑娘 2475 2044



靜享330。認識知多點

編號：TSY038 (活動)
日期：9/1/2025 (星期四)
時間：下午3:15 - 4:30
地點：元朗區 (地點待定)
目的：透過精神健康流動宣傳車服務，分享精神健康教育、提升會員對精神健康的關注
內容：學習靜觀練習及認識精神健康、活動分享及解說
對象：本中心成年會員
名額：8位
費用：全免
負責職員：謝姑娘 2475 1554
備註：集合時間及地點：下午3:15於中心5樓活動室集合，逾時不候



東家開心聊天室

- 活動編號：TSY039 (活動)
日期：8/1/2025 (星期三)
時間：上午11:00 - 中午12:00
地點：中心5樓活動室
目的：透過介紹中心活動和分享生活議題，增加參加者對本中心服務的認識、收集參加者對本中心的意見，從而令他們更了解社區資源和提升對元朗區的歸屬感
內容：介紹中心活動和分享生活議題、收集參加者意見
對象：本中心成年會員
名額：12位
費用：全免
負責職員：謝姑娘 2475 1554
備註：此活動不計算入報名限額



角落生物黏土製作

- 活動編號：CWC007 (小組)
日期：19/2, 26/2, 5/3 及 12/3/2025 (逢星期三，共4節)
時間：上午9:30 - 10:30
地點：中心5樓活動室
目的：透過製作角落生物角色黏土，認識不同的情緒和學習管理情緒
內容：學習製作角落生物角色黏土、小組討論及解說
對象：本中心成年會員 (經社工轉介優先)
名額：8位
費用：全免
負責職員：朱姑娘 2443 5726



手繩編織賀新年

- 活動編號：FYT006 (活動)
日期：15/1/2025 (星期三)
時間：上午9:30 - 11:00
地點：中心5樓活動室
目的：透過手工藝製作，輕鬆減壓，鼓勵參加者將製成品送給親友，促進家庭和諧
內容：學習編織手繩及相關繩結，活動解說及分享
對象：本中心成年會員
名額：8位
費用：全免
負責職員：馮姑娘 2476 4140



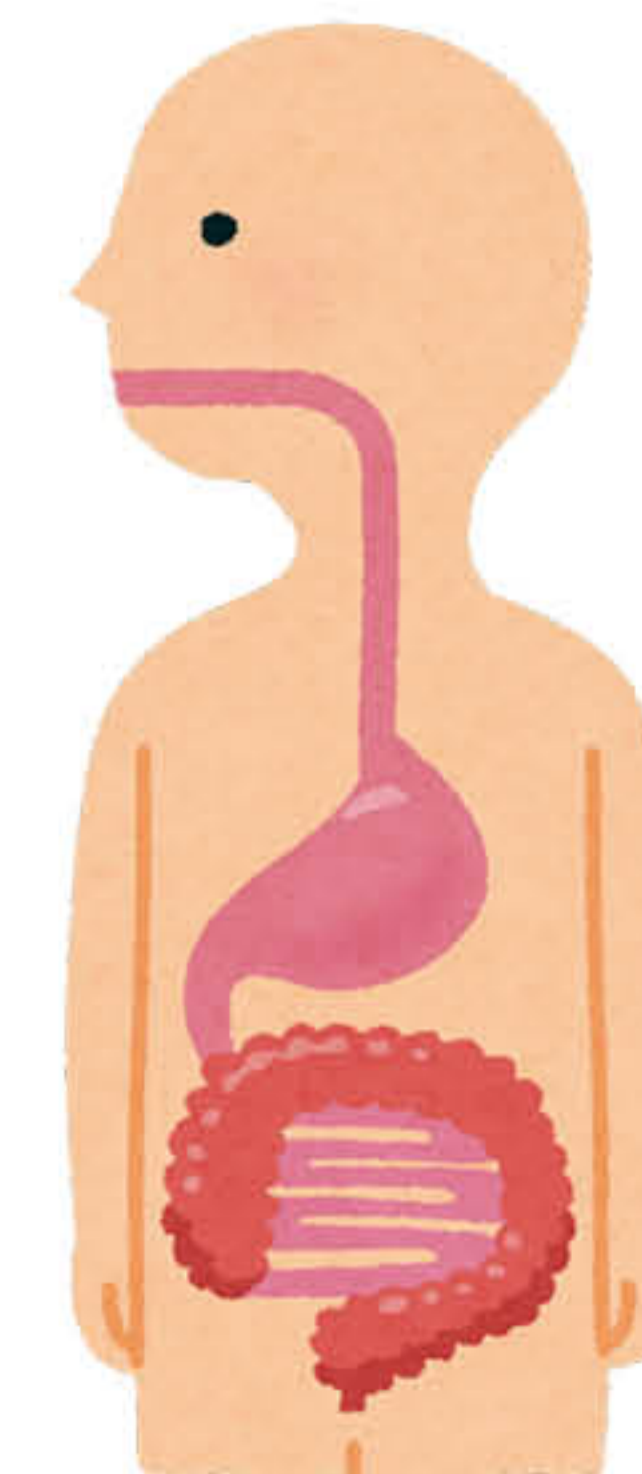
畫出最愛小夜燈

活動編號：FYT007 (活動)
日期：11/2/2025 (星期二)
時間：上午9:30 - 10:45
地點：中心5樓活動室
目的：鼓勵參加者畫出最愛的圖畫，於特別的節日，將製成品送給摯愛，與摯愛保持良好關係
內容：繪畫玻璃畫，活動解說及分享
對象：本中心成年會員
名額：8位
費用：全免
負責職員：馮姑娘 2476 4140



身體消化的奧秘

活動編號：TKK033 (活動)
日期：16/1/2025 (星期四)
時間：上午10:00 - 11:00
地點：中心5樓活動室
目的：讓參加者認識自身消化系統，養成良好的飲食習慣和生活模式，促進心身靈健康
內容：學習有關腸道健康的知識、包括了解糞便的狀態、食物營養、水份和腸道菌叢平衡的重要性
對象：本中心成年會員
名額：16位
費用：全免
負責職員：蔣姑娘 2475 2539



慢活人生 — 花藝體驗

活動編號：LSY005(活動)
日期：17/1/2025 (星期五)
時間：上午11:30 - 下午 12:45
地點：中心5樓活動室
目的：透過花藝活動體驗，放慢生活的步伐，提升自己對情緒的覺察及紓緩壓力
內容：體驗花藝活動、學習有效紓緩壓力的方法、小組討論及分享
對象：本中心成年會員 (經社工轉介優先)
名額：8位
費用：全免
負責職員：梁姑娘 2478 8342



好好愛自己：心情調色盤

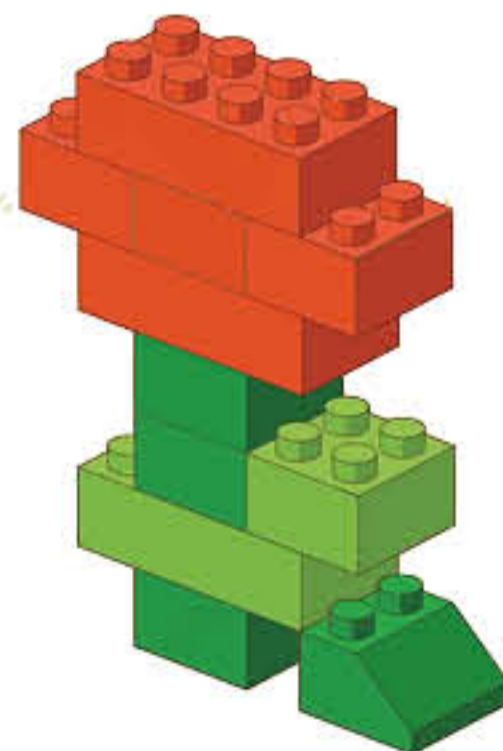
- 活動編號：PCK006 (活動)
日期：15/1/2025 (星期三)
時間：下午2:30 - 3:45
地點：中心5樓活動室
目的：透過練習彩虹書法，讓參加者能夠享受個人時光，珍愛自己及放鬆身心
內容：學習彩虹書法、分享及練習珍愛自己的方法、活動解說
對象：本中心成年會員
名額：10位
費用：全免
負責職員：潘姑娘 2475 1926



圖片只供參考

好好愛自己：花花Lego

- 活動編號：PCK007 (活動)
日期：12/2/2025 (星期三)
時間：下午2:30 - 3:45
地點：中心5樓活動室
目的：透過手工製作，讓參加者能夠享受個人時光，學會珍愛自己及紓緩日常生活壓力
內容：製作花花Lego、分享及練習珍愛自己的方法、活動解說
對象：本中心成年會員
名額：10位
費用：全免
負責職員：潘姑娘 2475 1926



和諧粉彩兒童班

- 活動編號：KWH044 (活動)
日期：11/1/2025 (星期六)
時間：下午2:30 - 3:45
地點：中心5樓活動室
目的：透過粉彩藝術，體驗作畫樂趣，啟發創意及增強個人能力感
內容：學習和諧粉彩技巧、活動分享及解說
對象：本中心7-12歲兒童會員
名額：10位
費用：全免
負責職員：古先生 2443 7419



圖片只供參考



藝術鬆一鬆

活動編號：EPS092 (小組)
 日期：6/1, 13/1, 20/1, 27/1, 10/2 (星期一)
 及5/2/2025 (星期三) (共6節)
 時間：上午9:30-11:00
 地點：中心12樓會議室
 目的：透過支援小組，以藝術形式為家長提供支援，並提供更多減壓方式，使家長透過小組減輕壓力
 內容：體驗不同的藝術方式，如摺紙及繪畫等，學習減輕壓力的方法，輔以小組解說及分享
 對象：本中心育有6-12歲兒童的家長會員
 名額：8位
 費用：全免
 負責職員：杜姑娘 (實習社工) 2944 0401



我手砌我心： ADHD兒童照顧者LEGO工作坊

活動編號：EPS093 (小組)
 日期：6/1, 13/1, 20/1, 27/1, 10/2 (星期一)
 及14/2/2025 (星期五) (共6節)
 時間：上午9:30 - 11:00
 地點：中心5樓活動室
 目的：透過LEGO和繪畫等多元藝術方式，鼓勵參加者以正向方式表達自己情緒，減輕家長照顧者壓力，培養正向積極的情緒表達，從而促進親子關係
 內容：1. 透過組裝LEGO，學習表達自己情緒
 2. 透過繪畫和活動解說，促進參加者對自身了解
 3. 透過其他參加者交流，促進互助關係建立，減輕家長照顧者壓力
 對象：本中心育有6-12歲懷疑/確診過度活躍症兒童的家長會員
 名額：8位
 費用：全免
 負責職員：蘇先生 (實習社工) 2944 0401



颱風、雷暴及暴雨警告訊號下

本中心家庭活動園地的應變措施及安排

事項	園地服務	室內班組活動	戶外活動
 雷暴警告	照常開放	照常開放	照常舉行 (除預計天氣惡化外)
T1 一號風球	照常開放	照常開放	照常舉行 (除預計天氣惡化外)
3 三號風球	照常開放	照常開放	取消或請家長到園地接回子女
8 八號風球或以上	暫停開放	取消或請家長到園地接回子女	取消或請家長到園地接回子女
 黃色暴雨	照常開放	照常開放	取消或請家長到園地接回子女
 紅色暴雨	照常開放	照常開放	取消或請家長到園地接回子女
 黑色暴雨	暫停開放	延期 / 取消	取消或請家長到園地接回子女

- * 當天文台宣佈在未來數小時內懸掛三號、八號或更高風球，或將會發出黑色暴雨警告訊號，家庭活動園地的戶外活動全部取消，進行中的室內活動則照常舉行。
- * 當天文台除下八號風球或黑色暴雨警告訊號後三小時，園地內所有活動及運作將會回復正常，唯戶外活動取消。
- * 當天文台在戶外活動集合時間前兩小時宣佈紅色或黃色暴雨警告訊號，所有戶外活動即時取消。
- * 為策安全，請參加者及家長自行考慮各自地區及天氣、道路及交通等情況，決定是否前來本中心。
- * 如有關活動（如營地）需使用其機構之場地，則需按照該機構在惡劣天氣時之安排。
- * 參加者如對園地活動安排仍有疑問，請致電2475 1928及3421 2052查詢，一切安排以中心家庭活動園地當日公佈為準，並保留最終決定權。

中心開放時間

星期一	上午9:00 - 下午1:00	下午2:00 - 下午5:00
*星期二	上午9:00 - 下午1:00	下午2:00 - 下午8:00
星期三	上午9:00 - 下午1:00	下午2:00 - 下午5:00
*星期四	上午9:00 - 下午1:00	下午2:00 - 下午8:00
星期五	上午9:00 - 下午1:00	下午2:00 - 下午5:00
星期六	上午9:00 - 下午1:00	下午2:00 - 下午5:00
*** 星期日及公眾假期休息 ***		

- * 逢星期二及四晚上5時至8時，如需使用家庭活動園地服務，歡迎前往元朗政府合署12樓東元朗綜合家庭服務中心。

參加活動須知

1. 會員請於指定日期內辦理報名手續，如屬抽籤活動，則請留意海報公佈的中籤名單。
2. 所有活動資料，均以張貼於中心報告板上的資料為準，本中心保留任何修改權利。
3. 十二歲以下會員需由家長或監護人陪同下報名。
4. 會員報名時請留意部份活動只供特定的服務對象參加或須由社工推薦。
5. 如會員在抽籤階段同時被抽中參加兩項或以上日期、時間相約甚至重疊的活動時，為更有效運用資源，本中心只會安排中籤會員參加其中一項活動，參加者不得異議。
6. 參加者應善用中心資源和珍惜參加小組和活動的機會，出席所有成功申請的小組及活動。如未能出席小組及 / 或活動，應於不少於一星期前通知本中心安排替補，否則作缺席處理。凡參加者在任何季度中有兩次或以上缺席活動，往後一個季度的活動報名將安排在後補名單上。
7. 參加戶外活動時，請會員攜帶身分證或其他有效的證明文件。如有需要，本中心會核實出席者的身份。
8. 若因人數不足或天氣影響，本中心有權更改或取消活動。
9. 所有中心活動照片，只作推廣用途。如參加者不願意拍照，請拍照時通知中心職員。

參加園地活動資格及申請手續

- * 凡香港合法居民，成功申請家庭活動發出之「使用證」，均可參加園地活動及使用各項設施。
- * 請攜同以下文件辦理「使用證」。1. 個人身份證明文件。2. 住址證明。3. 凡十八歲以下人士，須與家長或監護人前來辦理。
- * 十二歲或以下家庭成員參加園地活動時，必須由成年家長陪同。

退出園地活動

- * 各退會會員須親臨或致電通知本辦事處，以便取消郵寄中心季刊。
- * 會員一經退出會籍，有關會員之個人資料會於兩年後銷毀。

查詢及意見

如對活動園地服務有任何查詢或意見，可親臨或致電辦事處提出。
電話：2475 1928 及 3421 2052
傳真：2443 4399

家庭活動園地位置圖

