

活動名稱:	滋潤婚姻小組
日期/時間:	4/7/2024(四)、5/7/2024(五)、11/7/2024(四)、12/7/2024(五) / 下午6:30-7:45
地點:	本中心活動室
活動目的:	小組設計理念圍繞滋潤婚姻的方法與技巧，透過短講、討論、互動、分享、一起栽種、衝突管理模式問卷測試及解說，改善溝通技巧、從對方角度思考、療癒心靈，讓內心得以滿足，使婚姻得以長久。這是一個能為你婚姻帶來滋養的治療性小組！無論你們已婚多久，都歡迎你參加。
內容:	體驗、分享
參加者:	區內人士
費用:	全免
負責職員:	萬寶瑜姑娘
聯絡電話:	2413 9137
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心

活動名稱:	「小廚神大考驗」小組
日期/時間:	16/7/2024 (二)、19/7/2024 (五)、23/7/2024 (二)、26/7/2024 (五) / 下午2:30至4:00
地點:	本中心活動室(三)
活動目的:	是次小組讓參加者學習製作不同的食物，讓他們在過程中與其他人分工合作，並有所交流及溝通，亦在過程中學習如何解決困難。
內容:	體驗
參加者:	4至7歲兒童
費用:	全免
負責職員:	張穎行姑娘
聯絡電話:	2439 4657
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心

活動名稱:	輕鬆學湊孫 - 祖父母訓練班
日期/時間:	1/8/2024、8/8/2024、15/8/2024、22/8/2024 (四) / 下午2:30至4:00
地點:	本中心活動室
活動目的:	1.學習管教孫兒的知識及溝通技巧，提升照顧的信心。 2.在家庭內建立良好有效的多代溝通，促進多代家庭姻親共職的互補、分工及合作。
內容:	體驗
參加者:	祖父母、外祖父母
費用:	全免
負責職員:	李靖雯姑娘
聯絡電話:	2413 8927
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心

活動名稱:	「靚出家未來」小組
日期/時間:	3/9/2024、10/9/2024、17/9/2024、24/9/2024 (二) / 上午9:30至11:30
地點:	本中心活動室
活動目的:	透過小組活動，了解自己及孩子的情緒，學習有效應對及放鬆之方法，減輕焦慮及壓力。小組過程中一同分享經驗，互相支持和學習。
內容:	舒緩壓力、分享
參加者:	區內特殊教育需要兒童之照顧者
費用:	全免
負責職員:	譚卓賢先生
聯絡電話:	2439 5104
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心

活動名稱:	健康快樂人生-瑜珈研習班
日期/時間:	12/9/2024、19/9/2024、26/9/2024、3/10/2024 (四) / 下午2:30至3:45
地點:	本中心活動室
活動目的:	由義務瑜珈導師指導做瑜珈運動，達到減壓效果，和培養良好健身習慣。
內容:	舒緩壓力
參加者:	區內人士
費用:	全免
負責職員:	陳滙蔚姑娘
聯絡電話:	2439 4734
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心