

活动名称:	与梦中。情。人有约
日期 / 时间:	9/7、11/7、16/7及18/7/2024 (逢星期二、四) 下午2:30-3:30 (共四节)
地点:	本中心活动室
活动目的:	心理学大师弗洛伊德(Sigmund Freud)曾表示:「梦是通往潜意识的康庄大道!」。认识梦就能更了解我们日常的情绪变化及内在需要,及早疏导情绪,舒缓压力。活动内容会介绍梦的象征意义,让参加者认识梦境与压力的关系,从梦境了解自己的情绪和内在需要,探索典型梦境背后的启发。诚邀你一同经历和变得更好!
内容:	体验及分享
参加者:	受情绪压力或恶梦困扰 / 有兴趣认识梦境与自身关系的人士
费用:	全免
负责职员:	邱锦霞姑娘
联络电话:	2428 0314
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	并砌搓搓乐之日式美点
日期 / 时间:	15/7/2024及16/7/2024 (星期一及二) 上午10:00-11:30
地点:	本中心活动室
活动目的:	透过并砌玩具及泥胶食物制作,训练幼儿的小手肌。
内容:	体验
参加者:	升K1-升小一
费用:	全免
负责职员:	欧卓茵姑娘
联络电话:	2429 5942
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	童创动物乐
日期 / 时间:	15/7/2024-18/7/2024 (星期一至四) 下午2:15-3:15 (共四节)
地点:	本中心活动室
活动目的:	利用颜色的粘珠或积木,创作不同的动物或造型。
内容:	体验
参加者:	升K1-升小一
费用:	全免
负责职员:	欧卓茵姑娘
联络电话:	2429 5942
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	并砌搓搓乐之yummy 甜品
日期 / 时间:	17/7/2024及18/7/2024 (星期三及四) 上午10:00-11:30
地点:	本中心活动室
活动目的:	透过并砌玩具及泥胶食物制作，训练幼儿的小手肌。
内容:	体验
参加者:	升K1-升小一
费用:	全免
负责职员:	欧卓茵姑娘
联络电话:	2429 5942
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	亲子共阅环保乐
日期 / 时间:	19/7(五)、23/7 (二)、26/7 (五)及31/7/2024 (三) 上午10:00-11:30 (共四节)
地点:	本中心活动室
活动目的:	家长和孩子一起放下手机，透过绘本故事，和手工制作，感受环境保护的重要性的阅读的乐趣。
内容:	体验及分享
参加者:	区内4-10岁儿童及其家长，家庭支持大使
费用:	全免
负责职员:	陈浩仪姑娘
联络电话:	2428 0337
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	童玩积木手工制作
日期 / 时间:	22/7/2024-25/7/2024 (星期一至四) 上午10:00-11:30 (共四节)
地点:	本中心活动室
活动目的:	籍着不同的手工制作，发挥小朋友的创意，其次，并砌积木有助训练空间感。
内容:	体验
参加者:	升K1-升小二
费用:	全免
负责职员:	欧卓茵姑娘
联络电话:	2429 5942
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	养生养心瑜伽班
日期 / 时间:	25/7、1/8、8/8及15/8/2024 22/8、29/8、5/9及12/9/2024 (逢星期四) 上午10:00-11:00 (共8节)
地点:	本中心活动室
活动目的:	导师集中教导适合养生的瑜伽动作，让参加者可以透过瑜伽练习，强健身心。 瑜伽中会配合静观的元素，静观有助减低压力及纾缓情绪困扰，让参加者更常感受正面情绪和提升抗逆力，并有助培养正面的人生态度，并改善身心健康。
内容:	体验及分享
参加者:	45 岁或以上的人士
费用:	全免
负责职员:	何海琳姑娘
联络电话:	2428 0074
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	做过健康小达人
日期 / 时间:	30/7/2024 (星期二) 上午10:00-10:45
地点:	本中心活动室
活动目的:	1.卡通片分享 2.健康饮食小游戏 3.认识消化系统 (此活动与益力多公司合作，参加者将获得一份小礼物)
内容:	体验及分享
参加者:	升K1-升小三
费用:	全免
负责职员:	欧卓茵姑娘
联络电话:	2429 5942
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	记忆有法
日期 / 时间:	1/8、8/8、15/8及22/8/2024 (逢星期四) 下午2:30- 3:30 (共四节)
地点:	本中心活动室
活动目的:	随着年纪渐长，记忆力衰退是正常的老化过程，但亦可能是认知障碍症的先兆。透过活动，协助参加者认识及学习有助训练记忆力的方法，推迟记忆力衰退。
内容:	体验及分享
参加者:	区内60岁或以上人士
费用:	全免
负责职员:	刘海丹先生
联络电话:	2428 0540
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心

活动名称:	怀恤过去，探索香港历史及文化博物馆
日期 / 时间:	11/9/2024及25/9/2024 (星期三) 上午9:15-下午1:00
地点:	香港历史博物馆、香港文化博物馆
活动目的:	参加者游览香港历史及文化博物馆，观赏历史展厅及展品，从而认识香港历史，怀恤及正面看待过去的经历。备注:去及返程需乘搭公共交通工具，请带八达通及自备车费。
内容:	体验及分享
参加者:	区内人士
费用:	全免
负责职员:	郭上杰先生 / 欧卓茵姑娘
联络电话:	2429 6376 / 2429 5942
主办机构:	社会福利署东葵涌综合家庭服务中心