



2025年  
1月至3月季刊

歡迎報名



歡迎掃描QR code報名。  
本中心1-3月部分活動將於網上進行。



## 簡介

家福中心成立於一九八八年，乃香港家庭福利會轄下首個提供開放式家庭服務及離異家庭服務的中心。中心經費主要由香港公益金資助，為全港離異家庭及屯門區內家庭提供多元化的支援服務。

## 服務對象及宗旨

服務對象	服務宗旨
全港離異家庭	<ul style="list-style-type: none"><li>協助離異家庭過渡和適應家庭轉變</li><li>協助父母建立以「兒童為本」的共享親職模式，促進子女健康快樂成長</li><li>協助兒童及離異人士建立正面態度適應家庭轉變，重建自信和安全感</li></ul>
居於屯門區內之家庭	<ul style="list-style-type: none"><li>提高區內個人及家庭面對逆境的能力，促進家庭關係，同時協助父母提升管教信心與效能</li><li>為有需要家庭建立支援網絡，培育關愛互助精神，促進社區和諧</li></ul>

## 申請或退出服務

### 申請方法

#### 輔導服務

- 親臨或致電本中心
- 由專業人士、社區人士或機構轉介（需服務使用者同意相關轉介）

#### 小組或活動

- 親臨、郵寄或網上報名
- 一經報名後，如未能出席有關小組或活動，恕不接受由服務使用者自行安排他人代替參加

### 退出方法

- 服務目標完成或已作出適當的轉介安排後，服務便會終止。
- 服務使用者可自行要求終止服務。
- 根據社工作出評估，若認為不宜繼續提供服務，可要求服務使用者退出相關服務。

### 退款安排

- 已報名和繳費的小組或活動，如被取消、延期或內容變動令有關的服務使用者未能參加，本中心會安排退款。
- 如自行退出或因私人理由未能參加已報名和繳費的小組或活動，有關的服務使用者不會獲得任何退款安排。

**益智教育玩具**

**小朋友玩具閣**

**開放啦!**

\*須由家長陪同借用玩具

### 本中心之玩具閣開放時間 (開放✓) (不開放✗)

\*確實之開放時間可參考玩具閣門前之「玩具閣開放時間表」為準。

	週一	週二	週三	週四	週五	週六
上午11:00 - 下午1:00	✓	✗	✗ 清潔日 (逢每月第二及第四個星期三)	✗	✗	✓
下午3:30 - 5:30	✗	✓	✓	✓	✓	✗
晚上6:30 - 8:30	✗	✗	✗	✗	✓	✗

備註：1) 當玩具閣開放並同時有「家福姨姨」當值時，可提供玩具借用服務。  
2) 如中心需使用玩具閣舉辦活動，玩具閣將暫停開放，且不予以通知。



## 幼兒親子Playgroup 2025年1至3月課堂

本課程以親子形式進行，每期以生活化的主題豐富幼兒知識，透過綜合活動遊戲，音樂律動，手工，社交群體活動等，**提升幼兒的專注力，常規及自理能力，鍛練大小肌肉等**，為即將入學的寶寶作好準備。

### Playgroup 小組 A - 適合12至23個月幼兒 (上午班)

小組編號	A1	A2	A3
日期：	2/1、9/1、16/1、 23/1/2025 (逢週四，共四堂)	6/2、13/2、20/2、 27/2/2025 (逢週四，共四堂)	6/3、13/3、20/3、 27/3/2025 (逢週四，共四堂)
時間：	上午11:55 - 中午12:55		
對象：	12 - 23個月幼兒及一名成人陪同		
名額：	8對親子		
收費：	\$ 400 / 4堂		

本課程以2個月為單元的全方位幼兒入學準備給家長們及其幼兒，讓幼兒容易熟習環境，帶來安全感，引起對周遭事物的好奇心及發展社交關係。課程內容有系統地配合幼兒各方面發展，如：**自由遊玩、集體遊戲、講故事、大小肌肉訓練及圖工**等，為即將入學的寶寶作好準備。

### Playgroup 小組 B - 適合24個月至入讀K1前幼兒 (上午班)

小組編號	B1	B2	B3
日期：	2/1、9/1、16/1、 23/1/2025 (逢週四，共四堂)	6/2、13/2、20/2、 27/2/2025 (逢週四，共四堂)	6/3、13/3、20/3、 27/3/2025 (逢週四，共四堂)
時間：	上午9:15 - 10:15		
對象：	24個月至入讀K1前幼兒及一名成人陪同		
名額：	8對親子		
收費：	\$ 400 / 4堂		
備註：	1. 每月第一堂為親子班，家長於當天需要同時出席；每月第二、三及四堂為幼兒獨立班。 2. 報讀兩個月課程會優先取錄。		

小組編號	B4	B5	B6
日期：	2/1、9/1、16/1、 23/1/2025 (逢週四，共四堂)	6/2、13/2、20/2、 27/2/2025 (逢週四，共四堂)	6/3、13/3、20/3、 27/3/2025 (逢週四，共四堂)
時間：	上午10:35 - 11:35		
對象：	24個月至入讀K1前幼兒及一名成人陪同		
名額：	8對親子		
收費：	\$ 400 / 4堂		
備註：	1. 每月第一堂為親子班，家長於當天需要同時出席；每月第二、三及四堂為幼兒獨立班。 2. 報讀兩個月課程會優先取錄。		

#### 備註：

【減費優惠】：離異家庭/再婚家庭/正接受綜合社會保障援助計劃的參加者 (須於報名時出示有效之相關證明文件以作申請之用)





幼兒親子Playgroup 2025年1至3月課堂會於

**2024年11月5日(二)上午10:00 開始接受報名**

中心會於當天早上10:00按即場排隊次序派發籌號，敬請預留時間完成報名程序。中心不接受以電話方式報名及留位，有興趣之人士請於報名日期起親臨本中心辦理報名手續。如有任何變動，將會在Facebook上公告，請家長繼續留意Facebook的最新公告及通知。一切有關報名的安排，本中心保留最終決定權。名額有限，先到先得。

### 課程須知：

1. 為預防呼吸道傳染病，凡進入小組室之兒童及家長，請自備佩戴口罩，以確保個人及公眾衛生。
2. 凡參加小組之兒童，必須在接待處量度體溫、使用消毒潔手液。如體溫超過37.2度者，則視為發燒，為避免兒童互相感染，請有關人士留在家中休息。
3. 凡進入小組室之兒童及家長，必須把鞋子脫下，並穿上襪子，以保持小組室內之衛生及整潔。
4. 在課堂進行期間，必須把手提電話關掉或調校至震機模式，讓兒童及家長專注於學習，使課堂能順利進行。
5. 除得到導師同意及安排下，請勿使用任何具錄像、錄影或錄音功能的電子儀器，包括錄音筆、手提電話、相機、攝錄機等，在課堂中進行拍攝、錄影或錄音，讓兒童及家長專注於學習，使課堂能順利進行。
6. 如參加者因病／因事缺課，本中心將不設補課、順延或退款。
7. 惡劣天氣之課堂安排敬請留意教育局宣佈，如教育局宣佈當天幼稚園停課，本中心之Playgroup亦會同時停課，如因惡劣天氣停課之課堂將會安排退款，請留意本中心稍後之通知及安排，本中心保留最終決定權。



## 「育兒壓力下的心靈空間」家長講座

日期：11/2/2025 (二)

時間：上午10:00 - 11:30



地點：家福中心及ZOOM (同時進行)

對象：育有18歲以下子女的家長

內容：養育孩子能帶來喜悅，同時亦會因每天大大小小的決定而感到一定重量。再多的育兒技巧，亦無可否認壓力仍然存在。本講座會陪伴家長一起檢視壓力源，照顧自己心靈空間。

費用：全免

名額：12人

負責職員：木姑娘

備註：歡迎同時參與「家長要休息」— 善待自己體驗工作坊，請參考本通訊第14頁。





## 多元智能紛Fun Time — 家居安全小管家

日期：21/3/2025 (五)

時間：下午4:45 - 5:45

地點：家福中心

對象：就讀幼稚園之兒童

內容：透過多元智能遊戲及小手工製作，發展兒童的多元智能技巧，讓他們了解更多家居安全的知識。

費用：\$10

名額：8人

負責職員：忠哥哥

## 「Switch任你玩」兒童世界

日期：5/2、7/2、12/2、14/2、19/2、21/2/2025 (逢週三及五，共六節)

時間：下午4:30 - 5:30

地點：家福中心

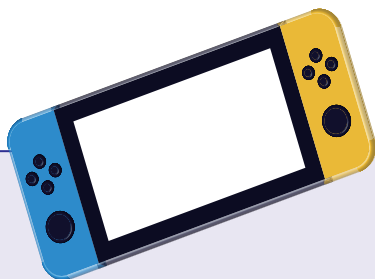
對象：6 - 12歲兒童及青少年

內容：不想子女獨自困於網絡世界而不願外出玩樂？一齊來中心玩！小朋友可以玩各類Switch遊戲，可以發展大腦，還可以增進手眼協調能力，更是增進社交友誼的好時機。

費用：全免

名額：8人

負責職員：雯姑娘





## 急救常識講座

日期：7/1/2025 (二)

時間：上午10:00 - 11:00

地點：家福中心

對象：公眾人士

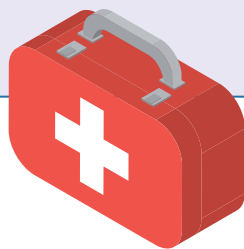
內容：提高長者及護老者的基本急救知識，使他們面對緊急情況下，能及早察覺患者身體狀況、迅速評估傷勢，以作出合適急救和轉介。

費用：全免

名額：20人

負責職員：麥姑娘

合辦機構：衛生署



## 成人國畫班

日期：11/11、18/11、25/11、2/12、9/12、16/12、23/12/2024、6/1/2025  
(逢週一，共八節)

時間：下午2:10 - 3:40

地點：家福中心

對象：公眾人士

內容：由資深導師教授畫國畫技巧。

費用：\$350

名額：14人

負責職員：忠哥哥

備註：中心提供畫紙，學員請自備國畫顏料



## 成人書法班

日期：11/11、18/11、25/11、2/12、9/12、16/12、23/12/2024、6/1/2025  
(逢週一，共八節)

時間：下午 3:45 - 5:15

地點：家福中心

對象：公眾人士

內容：由資深導師教授書法技巧。

費用：\$350

名額：14人

負責職員：忠哥哥

備註：中心提供畫紙，學員請自備毛筆和墨水





## 「識時務者好親戚」 — 學習如何關心離異親友網上家長講座

日期：24/1/2025 (五)

時間：晚上 7:00 - 8:30

地點：家福中心及ZOOM (同時進行)

對象：公眾人士

內容：身邊親友面對離異或再婚等家庭轉變…如何可以做個體貼的好親戚？想向他們送上關心慰問、看看有甚麼可幫忙，但又不知如何開口？歡迎來參加講座，學習做個體貼的好親友吧！

費用：全免

名額：8-12人

負責職員：羅姑娘



## 慢性腰膝疼痛支援小組

日期：26/2、5/3、12/3、19/3、16/4/2025 (逢週三，共五節)

時間：上午10:00 - 11:00

地點：家福中心

對象：公眾人士

內容：以小組形式瞭解關節炎的特性、處理原則、藥物及物理治療，以及舒緩站起來時關節僵硬之方法。同時也會學習「長者腰膝保健運動」。

費用：全免

名額：15人

負責職員：麥姑娘

合辦機構：衛生署



## 燒賣點心製作班

日期：18/3/2025 (二)

時間：上午11:00 - 中午12:30

地點：家福中心

對象：公眾人士

內容：透過工作坊學習製作廣東點心燒賣，並能在家自製獨家味道。

費用：\$50

名額：6人

負責職員：麥姑娘

備註：請自備食物盒





## 家聚平台

日期：15/1(三)、13/2(四)、12/3/2025(三)

時間：下午3:00 - 5:00

地點：屯門區

對象：公眾人士

內容：透過攤位或展覽，提供社區資訊。

費用：全免

備註：活動無需報名，即場參與。



## 中心活動推廣日

日期：28/3/2025(五)

時間：下午4:00 - 5:30

地點：家福中心

對象：公眾人士

內容：攤位遊戲，玩具閣開放及中心大抽獎。

費用：全免

備註：活動無需報名，即場參與。

負責職員：雯姑娘



## 「籽有您」TV

日期：不定期直播

地點：Facebook Live

對象：公眾人士

內容：在平台上一同認識及探討更多親子關係及離異或再婚/重組家庭小知識。

負責職員：羅姑娘、雯姑娘



# 家福中心義工隊

## 家福中心義工隊招募



**家福中心**成立義工隊旨在提供一個平台，讓有志服務社群的人士參與義工服務，發展義工之潛能，促進他們對社區之參與，提升關懷社區、互助互愛之精神。家福中心義工隊工作主要分下列四個範疇：

1. 兒童服務
2. 地區教室外展服務
3. 中心行政服務
4. 中心活動推廣服務

歡迎有心有力的你，成為我們的一分子。如有任何問題或查詢，可致電 2465-6868與負責職員雯姑娘聯絡。

### 義工隊 · 新年探訪訓練日

日期：9/1/2025 (四)  
 時間：下午2:15 - 3:15  
 地點：家福中心  
 對象：家福中心義工隊隊員  
 內容：為探訪作準備，包括訓練、討論流程及整理物資等。  
 費用：全免  
 名額：12人  
 負責職員：雯姑娘



### 義工隊 · 新年探訪長者樂

日期：15/1/2025 (三)  
 時間：上午9:45 - 11:15  
 地點：香港蘇浙滬同鄉會安老院舍  
 集合地點：家福中心  
 對象：家福中心義工隊隊員  
 內容：1. 團隊遊戲  
 2. 關心問候、彼此交流  
 費用：全免  
 名額：12人  
 負責職員：雯姑娘  
 備註：若參與探訪活動，必須出席一節義工探訪訓練。

# <離途·同行> 離異諮詢及導航服務

## 服務簡介

面對離異，前路茫茫，往往令人感到心力交瘁。家福中心盼望與經歷低谷的你同行，共同面對離婚帶來的衝擊與改變，思考和計劃未來的人生路及探討父母的角色，勇敢面對人生新階段。

## 服務內容

- 離合抉擇
- 了解共享親職概念
- 重整人生規劃



## 服務對象

準備或正面對離婚的家長（育有18歲以下兒童或青少年）

## 服務形式

由專業社工提供**4節個人面談諮詢及導航服務**

## 服務費用

全免

## 服務查詢

詳情可於辦公時間內致電離異家庭支援熱線2465 6868查詢及預約



## 春日親子同樂遊

日期：15/2/2025 (六)

時間：下午2:00 - 5:00

地點：荔枝角公園

集合時間及地點：下午2:00 美孚地鐵站

解散時間及地點：下午5:00 美孚地鐵站

對象：正考慮/正經歷離異之家長及4-18歲子女

內容：荔枝角公園不但有濃厚的嶺南設計風格，亦被喻為隱世愛麗絲花園。讓我們一起享受春日，在荔枝角公園內，參與多元親子活動，共度親子好時光。

費用：全免

名額：8個家庭

負責職員：木姑娘、黃姑娘

合辦機構：本會葵涌(南)綜合家庭服務中心



## 區區有得玩 — 油麻地星級點心製作團

日期：16/3/2025 (日)

時間：上午10:00 - 中午12:00

地點：星廚管理學校 (地址：香港九龍油麻地廟街2 - 8號昆鏡大廈2樓)

集合時間及地點：上午9:45 油麻地站C出口

解散時間及地點：中午12:15 油麻地站C出口

對象：育有6-18歲以下子女的離異/單親/新來港/低收入家庭

內容：各位小廚神大廚神，你們準備好了嗎？今次我們會一起衝出屯門區，來到油麻地跟富經驗的中式點心師傅親身體驗製作兩款點心：龜仔酥及燒賣！現場更有專業攝影師為大家記錄親子時光，機會難得。

費用：\$120/位 (大小同價，費用包含製作點心)

名額：32人

負責職員：木姑娘、麥姑娘





## 婚姻進退之間

### 「離婚以後」資訊·網上家長講座

日期：18/2/2025 (二)

時間：上午10:00 - 11:30

地點：ZOOM

對象：正面對離異抉擇之人士

內容：面對離婚之路，或會感到徬徨迷茫，藉著講座讓參加者認識離婚的基本手續、離婚後的生活安排、相關的社區資源。

費用：全免

名額：6 - 8人

負責職員：關姑娘



### 如何跟孩子說「離婚」網上家長講座

日期：19/2/2025 (三)

時間：晚上7:00 - 9:00

地點：ZOOM

對象：育有18歲或以下子女的離異家長

內容：父母分開，孩子內心有無數個想法。家長應如何孩子說父母離婚的事實呢？此活動協助家長明白離婚為子女帶來的感受，為孩子作出適當的身人靈預備與支援：

- 1) 如何告知子女離婚
- 2) 離婚對子女的影響
- 3) 發現並正面回應子女需要

費用：全免

名額：6 - 8人

負責職員：關姑娘

合辦機構：本會親籽耆共享親職支援中心





## 「談情說性」網上家長講座

日期：3/1/2025 (五)

時間：晚上 7:00 - 8:30

地點：ZOOM

對象：育有6-18歲以下子女的離異家長

內容：講座希望與離異家長一起認識子女之**生理及心理**的轉變，從而培養與人相處的合適界線及禮儀。

費用：全免

名額：8 - 10人

負責職員：羅姑娘、忠哥哥



## 「由愛而生」家長管教小組

日期：6/1、13/1、20/1、27/1/2025 (逢週一，共四節)

時間：上午10:00 - 11:30

地點：家福中心

對象：育有6-18歲以下子女的離異家長

內容：身為離異家長，我們不斷地探索複雜的感受和需求，不僅是為了自己，也是為了孩子。透過小組，家長可以學習傾聽自己和孩子的需求，同時清晰、真誠地表達自己，與孩子建立一個相互尊重、由愛出發的溝通，令雙方感受到愛和被愛。

費用：全免

名額：8人

負責職員：木姑娘

# 小組/活動報名方法及須知



1. 網上報名：

2025年1-3月報名表連結：<https://forms.office.com/r/n6ctSgKky5n>

2025年1-3月報名表

2. 親臨報名：

填妥已簽名活動報名表格後，可於辦公時間內親臨本中心報名，如有需要，請以現金或支票付款；如  
未能親臨報名，可授權他人代報，而受託人需備有代報活動授權書，當中須包括以下資料：

◆參加者之姓名、身份證號碼、報名之活動資料及正式簽署

◆受託人之姓名及身份證號碼

（如授權書內資料不齊備，以致未能完成報名手續，中心概不負責。每位受託人每次可為一位參加者以授權書代報活動。）

3. 郵寄報名：

請最遲於**活動舉行前十個工作天連同劃線支票及填妥之報名表寄回本中心**。郵寄活動費用只接受劃線支票，拾頭請寫「香港家庭福利會」；請勿使用期票或郵寄現金；每張報名表格只處理一項活動，而每項活動請用獨立支票繳費。劃線支票背後請寫上參加者之**姓名、聯絡電話及活動名稱**；

4. 未滿18歲之參加者，必須由家長或監護人簽妥活動報名表格，否則不接納其報名；

5. 個別活動有特定參加對象，請確保符合資格才報名；

6. 如無特別注明，所有活動先到先得，額滿即止；不設電話報名及留位；

# 香港家庭福利會 家福中心 活動報名表

活動名稱： \_\_\_\_\_

**\* (每一張報名表只填寫一個活動及相關資料，如欲報名參加多於一項活動，請填寫另一張表格/自行影印此報名表格)**

	姓名	性別	年齡	與本人之關係 <b>* (請圈出適用者)</b>
1.				本人
2.				* 父/母 * 子/女 * 其他： _____
3.				* 父/母 * 子/女 * 其他： _____
4.				* 父/母 * 子/女 * 其他： _____
5.				* 父/母 * 子/女 * 其他： _____

通訊地址： \_\_\_\_\_ 緊急聯絡人姓名及關係： \_\_\_\_\_

聯絡電話： \_\_\_\_\_ 緊急聯絡人的聯絡電話： \_\_\_\_\_

參加者簽署  
： \_\_\_\_\_ 家長/監護人簽署：  
(未滿 18 歲人士適用) \_\_\_\_\_

**如參加者為未滿 18 歲人士：參加者將  由成人接送 /  自行回家**



「使用個人資料作推廣用聯絡用途」同意書

本會擬使用你的聯絡資料（如：姓名、電話、傳真、電郵及郵寄地址等）作為本會日後與你作推廣服務之用，包括通訊、社會服務及活動推廣/典禮邀請或籌款等用途，但我們在未得到你的同意之前不能如此使用你的個人資料。

此外，本會將定期透過電子通訊平台（如：SMS短訊、Whatsapp、Facebook）傳送接收中心活動推廣及教育性資訊，請簽署以示同意透過相關電子通訊平台接收中心資訊。

向本會提供資料用於推廣服務之用，純屬自願，你亦可隨時要求本會停止使用你的個人資料作上述有關推廣之用途，**你可直接口頭告知職員並填寫『拒收直接促銷通知書』**，並以郵寄、傳真或親身遞交等方式交回本會。

請於下列方格內加上「✓」號，填上姓名及簽署，以表示你同意上述的安排。

本人(姓名如下)同意香港家庭福利會使用本人聯絡資料於上述推廣的用途。

簽署：\_\_\_\_\_ 姓名(全寫正楷)：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

職員填寫

L.I.

應收費用：\$

收據編號：

已有證明：

N.A.  
來港年份：

已付

未有證明  已後補證明：

未付

後備號數：

後備原因：

備註：

7. 如活動屬於抽籤形式，參加者可於抽籤日或之前遞交表活動報名表格。中籤者會於抽籤日後五個工作天內收到本中心的電話通知，中籤者請於五個工作天內親臨本中心繳付費用。如五個工作天內本中心仍未能成功聯絡參加者，則說作自動棄權；
8. 鑒於每項活動在物資預備、人手安排、場地運用及資助團體要求上均有不同，能否於活動舉行當日即場報名，未能一概而論。活動一律會因應即場情況，由負責職員作最後決定；
9. 如因活動取消、延期或內容變動令報名者未能參加，本中心會安排退款。參加者可憑收據於活動取消後一個月內親臨本中心辦理退款手續，逾期恕不受理。
10. 如參加者未能親臨退款，可授權他人代退款，而受託人需備有代退款授權書，當中須包括以下資料：
  - ◆ 參加者之姓名、身份證號碼、報名之活動資料及正式簽署
  - ◆ 受託人之姓名及身份證號碼(如授權書內資料不齊備，以致未能完成退款手續，中心概不負責。而每位受託人每次可為一位參加者以授權書代為退款。)
11. 如因病/因事而自行退出或缺席者，所繳費用，恕不退回，後備名額由本中心安排補上。
12. 一經報名後，如參加者未能出席有關小組及活動，不可自行安排他人代替參加；
13. 使用任何服務/活動期間將會被錄影。有關錄影紀錄只用作上述中心保安及事故調查之用，中心將擁有對上述錄影紀錄之最終使用/保留權及決定權。
14. 一切有關報名的安排，本中心保留最終決定權
15. 本中心或贊助團體會於活動期間攝影，以刊登於機構或有關企業的刊物或網上媒體/平台，作為服務推廣及宣傳之用；如不同意，可於活動時向負責職員提出；
16. 本中心有權更改活動的資料，並以本中心最後公佈為準，同時保留最終決定權。



## 「談情說性」家長小組

日期：12/2、19/2、26/2、5/3/2025 (逢週三，共四節)

時間：下午4:30 - 5:30

地點：家福中心

對象：育有6-18歲以下子女的離異家長

內容：小組希望裝備離異父母掌握適切的態度和技巧去與子女談「情」說「性」，一起在生、心、社、靈層面，從早培養子女與人相處的合適界線，讓他們以「尊重」及「愛護」的態度，正面面對身體和男女關係。

費用：全免

名額：8人

負責職員：羅姑娘、忠哥哥

備註：鼓勵子女可於同一時段參加「爸媽婚姻『告別式』兒童小組」，請參考本通訊第18頁。

## 「家長要休息」— 善待自己體驗工作坊

日期：12/2/2025 (三)、12/3/2025 (三)

時間：上午9:30 - 11:00

地點：家福中心

對象：離異家長

內容：家長擔起照顧重任亦身兼多職，壓力積累很容易「爆煲」。邀請家長拋開繁瑣的事情，學習拉筋舒展和呼吸練習，為自己創造一點點獨處的時光。

費用：全免

名額：6 - 8人

負責職員：關姑娘

備註：可參加一節或多於一節工作坊





## 安定身心 — 自我照顧工作坊

日期：6/3/2025 (四)

時間：上午10:00 - 11:30

地點：葵涌(南)綜合家庭服務中心 (地址：新界葵涌葵翠邨碧翠樓平台1層102室)

對象：正考慮/正經歷離異的家長

內容：1. 協助家長檢自己狀態，提升自我照顧與關懷的概念  
2. 透過靜觀練習留意自己的情緒、想法及身體反應，回應身心靈需要

費用：全免

名額：8人

負責職員：黃姑娘、關姑娘

合辦機構：本會葵涌(南)綜合家庭服務中心

## 爸爸會季聚

日期：21/1/2025 (二)

時間：晚上 7:00 - 8:30

地點：親籽薈共享親職支援中心 (地址：荔枝角道838號勵豐中心3樓302室)

對象：曾參與「離異父親支援小組」的爸爸

內容：離異爸爸在教養、親職合作及各樣挑戰也會有壓力，透過每季一聚，共同分享心路歷程及應對智慧，建立互助情誼，彼此陪伴與見證。

名額：8人

負責職員：李姑娘、何姑娘





## Happy Friday 親子同樂

日期：10/1、14/2、14/3/2025 (五)

時間：晚上 7:00 - 8:30

地點：家福中心

對象：育有18歲以下子女的離異家長

內容：星期五晚邀請大家來中心歡聚放鬆，每月設有不同主題與家長暢談，子女另外有玩樂放電時間，各自各精彩！

費用：全免

名額：12人

負責職員：施姑娘、雯姑娘、忠哥哥、麥姑娘



## 非凡媽媽 Gathering

日期：待定

時間：晚上6:30 - 8:30

地點：親籽蒼共享親職支援中心 (地址：荔枝角道838號勵豐中心3樓302室)

對象：曾參與「媽媽的非凡故事」治療小組的非同住離異媽媽

內容：希望透過這個聚會，再次邀請非同住媽媽一同分享對孩子的思念、見面時的點滴、和面對挑戰的勇氣和智慧。

費用：全免

名額：8人

負責職員：蔡姑娘

## 我的子女離婚了 — 祖父母月聚

日期：27/1 (一)、24/2 (一)、31/3/2025 (一)

時間：上午10:00 - 中午12:00

地點：家福中心及ZOOM (同時進行)

對象：離異家庭祖父母/外祖父母

內容：面對子女離婚，固然心痛，同時可能需要肩負照顧孫兒的責任，因此需要面對新的家庭角色挑戰和分工。月聚希望一同探討子女離異對自己及家庭帶來的影響、並了解如何正面回應子女及孫兒的需要，促進祖孫及子女關係的和諧氣氛。

費用：全免

名額：10-12人

負責職員：羅姑娘





## 新年甜品班

日期：23/1/2025 (四)

時間：下午4:30 - 5:30

地點：家福中心

對象：6 - 12歲離異/單親/新來港/低收入家庭之兒童

內容：又是新年的時候，一想到新年除了紅包及恭賀說話外，我們還準備了製作甜品。

費用：\$30

名額：8人

負責職員：忠哥哥

備註：請自備食物盒



## 壓力球製作班

日期：11/2/2025 (二)

時間：下午4:30 - 5:30

地點：家福中心

對象：6 - 12歲離異/單親/新來港/低收入家庭之兒童

內容：日常生活不同年齡或階層都有一定的壓力，生活上總要有方法來舒壓、減壓。壓力球可以幫助小朋友在忙碌的學習生活中將抑壓的壓力緩解及抒發焦慮。

費用：\$30

名額：6人

負責職員：麥姑娘



## 「百花齊放」兒童和諧粉彩體驗班

日期：21/2、7/3/2025 (逢週五，共兩節)

時間：下午4:30 - 6:00

地點：家福中心

對象：6 - 12歲離異/單親/新來港/低收入家庭之兒童

內容：畫班將以「春天的花兒」為主題，畫出春天綻放的花兒，創作不同效果的畫作。過程更讓小朋友用手指直接繪畫，提升小肌肉及手眼協調能力。

費用：\$30

名額：6人

負責職員：雯姑娘 (已獲取JPHAA準指導師證明)

備註：完成兩節工作坊，可獲得小工具一份。





# 「童拾曙光」危機及離異家庭兒童服務

## 離異家庭兒童導航個案服務

透過個案形式，以多元化手法（如繪本、遊戲、敘事、藝術、桌遊 等等），協助兒童建立正面態度面對家庭轉變，減低因父母衝突/離異而產生的負面情緒，重建自信與安全感。如欲申請服務，請致電2465 6868與當值社工聯絡。

	6歲至10歲	11歲至17歲
形式	兒童遊戲服務及離異家庭教育服務 · 5節兒童特別遊戲時間／離異家庭教育 · 2節家長諮詢	兒童及青少年離異家庭教育服務 · 5節兒童離異家庭教育 · 2節家長諮詢
費用	全免	



### 爸媽婚姻「告別式」兒童小組

日期：12/2、19/2、26/2、5/3/2025（逢週三，共四節）

時間：下午4:30 - 5:30

地點：家福中心

對象：6 - 12歲來自離異/再婚或重組家庭之兒童

內容：當小朋友面臨與父母分離時，他們可能會零碎地經歷各種內在複雜情緒。小組透過多元手法（遊戲、藝術、繪本、角色扮演）陪伴小朋友認識悲傷常見的五個階段，了解及整理情緒變化，過渡家庭轉變。

費用：全免

名額：8人

負責職員：木姑娘

備註：鼓勵家長可於同一時段參加「談情說性」家長小組，請參考本通訊第14頁。



## 「大手牽小手」大哥哥大姐姐 離異家庭兒童伴行計劃

本計劃是由經歷父母離異的大學生成為大哥哥大姐姐，為離異家庭的小朋友提供支援服務。大學生們經過培訓，將自己堅強面對逆境的經驗，轉化成為陪伴小朋友面對家庭變故的能量。透過小組、每月聚會活動，帶給小朋友正面積極的鼓勵與支持。

備註：如有興趣報名「大手牽小手」伴行計劃，歡迎致電本中心向當值社工查詢。

### 「大手牽小手」(第十期)·月聚

日期：11/1、8/3/2025 (六)

時間：上午9:30 - 下午12:30

地點：深水埗區社區會堂 / 中心

對象：第十期之大手、小手

內容：讓大手與小手聚會，分享喜與悲，交換彼此的故事，為小手注入面對生活各樣挑戰的力量。

費用：全免

負責職員：施姑娘、關姑娘、忠哥哥

### 「大手牽小手」家長季聚

日期：11/1、8/3/2025 (六)

時間：上午9:30 - 中午12:30

地點：深水埗區社區會堂 / 中心

對象：第十期之小手家長

內容：小手家長每季相聚，分享心路歷程及應對方法，彼此陪伴和見證，為自己及孩子注入力量。

費用：全免

負責職員：李姑娘







## 大小手高呼營

日期：8/2 - 9/2/2025 (六至日)

時間：下午1:30 - 翌日下午1:30

地點：西貢麥理浩夫人度假村

對象：第十期之大手、小手

內容：大手和小手一同去宿營，分享彼此的故事，加深友誼，學習信任和互相扶持，陪伴小手面對家庭轉變。

費用：全免

負責職員：施姑娘、關姑娘、忠哥哥

## 「大手牽小手」同學會 — 燒烤同樂日

日期：23/3/2025 (日)

時間：上午10:00 - 下午1:00

地點：待定

對象：曾參與「大手牽小手」伴行計劃之大手及小手

內容：大手、小手齊來燒烤相聚，分享滋味，暫忘煩憂，補充正能量！

費用：\$100/位 (大小同價)

名額：15人

負責職員：施姑娘、關姑娘

## 離異及單親家庭社區教室

日期：15/1 (三)、13/2 (四)、12/3/2025 (三)

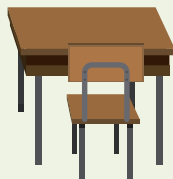
時間：下午3:00 - 5:00

地點：全港

對象：公眾人士

內容：在社區內進行離異及單親資訊展覽、服務諮詢站及了解更多「共親恐龍」小故事等。

備註：活動無需報名，即場參與。





調解教育及服務計劃

# 免費離異法律諮詢服務

## 家事法律諮詢講座

日期：7/2/2025 (五)

時間：晚上7:00 - 8:30

地點：家福中心 (地址：新界屯門蝴蝶邨蝶意樓地下104 - 106號)

對象：公眾人士

內容：助你減輕家庭離異引致的時間、金錢、心理上的壓力。

費用：全免

名額：20人

負責職員：木姑娘



## 免費約見律師服務

日期：	17/1/2025 (五)	5/3/2025 (三)	21/3/2025 (五)
時間：	晚上7:00 - 8:40		
地點：	家福中心 (地址：新界屯門蝴蝶邨 蝶意樓地下104 - 106號)	親籽耆共享親職支援中心 (地址：荔枝角道838號 勵豐中心3樓302室)	家福中心 (地址：新界屯門蝴蝶邨 蝶意樓地下104 - 106號)
對象：	公眾人士		
內容：	由律師提供諮詢服務，協助處理與離婚法律有關的疑難。		
費用：	全免		
名額：	5人		
備註：	面談時間為20分鐘，活動前一個月開始接受報名預約 (額滿即止)。		
負責職員：	木姑娘	關姑娘	羅姑娘


 本計劃由香港公益金資助  
This project is supported by The Community Chest

## 「彩虹先鋒」離婚婦女朋輩支援計劃

正在辦理離婚的人士，往往需要面對各種繁瑣的法律程序及生活適應。有見及此，本中心特意推行此計劃。藉著一群離異婦女所經歷的寶貴經驗，協助正面對相同處境的離異婦女克服在辦理離婚事宜的過程中所遇到的困難，減低不安的情緒。

本計劃接受各機構同工的轉介或服務使用者之直接申請，歡迎離異婦女參與義工訓練成為彩虹先鋒，實踐朋輩輔導及支援。如有查詢，請致電24656868與本計劃之負責社工羅姑娘聯絡。

**如有興趣參與成為彩虹先鋒義工，歡迎與本中心負責社工羅姑娘聯絡**

### 彩虹先鋒義工訓練

內容：訓練將會包括

- 1) 離婚家庭的基本需要
- 2) 離婚申請程序
- 3) 相關社區資源
- 4) 朋輩輔導及支援技巧
- 5) 外展及陪伴技巧

費用：全免

### 彩虹先鋒 服務會議

日期：10/2/2025 (一)

時間：上午10:00 - 中午12:00

地點：家福中心

對象：彩虹先鋒義工

內容：服務策劃，經驗分享

費用：全免

負責職員：羅姑娘

## 「樂暉社」單親互助小組

樂暉社由1993年成立，本著「單親關懷單親」的互助精神，彼此關懷及支援社區內的單親家庭。

### 樂暉社·輕鬆小聚

日期：28/2/2025 (五)

時間：晚上7:00 - 8:30

地點：家福中心

對象：樂暉社社員

內容：互相關懷社員的近況，讓社員彼此關心。

費用：全免

負責職員：忠哥哥、雯姑娘





# 活動預告

## 區區有得玩

### 兒童活動

### 親子活動

### 戶外活動



歡迎免費訂閱  
如欲免費訂閱〈親〉季刊，  
請致電2465 6868查詢。



歡迎訂閱《親》或留意家福中心Facebook專頁的最新動向

網上登記訂閱〈親〉季刊

## ← 香港家庭福利會 賽馬會放晴 · 再「喜」航多元家庭支援計劃 網頁

# 共親恐龍



話說～大家見到佢哋呢張相笑得咁開心😄，其實呢幾年佢哋各自喺背後花咗好多努力，先換嚟呢張合影👏👏  
幾年前，籽爸同籽媽離婚。

依家，家籽同福籽跟籽媽一齊住，亦會同籽爸相聚。

總之，佢哋各自都經歷咗好多挑戰，亦都有傷心難過嘅時候.....

欲知最新資訊，快啲去【共親恐龍日誌】睇吓啦●●

可掃描「共親恐龍日誌Blog」QR CODE，揷入去瀏覽



**香港家庭福利會 賽馬會放晴 · 再「喜」航多元家庭支援計劃 網頁**

### 籽媽媽

生日：9月6日  
年齡：35 歲  
職業：兼職小提琴教師  
性格：堅定、一絲不苟、  
追求完美  
喜好：音樂  
專長：廚藝  
優點：做事有效率  
討厭：做事馬虎、無誠信

### 籽爸爸

生日：3月30日  
年齡：40 歲  
職業：裝修工人  
性格：率性、不拘小節、嚟直  
喜好：打機  
專長：修理電器  
優點：逗小朋友玩  
討厭：嘈吵的環境



### 福籽

生日：12月3日  
班級：小三  
性格：率直、英勇、好奇心強  
喜好：探險  
專長：打籃球  
優點：有創意  
討厭：怕黑、怕孤獨

### 家籽

生日：2月9日  
班級：小六  
性格：獨立、堅強、文靜  
喜好：閱讀、聽音樂  
專長：唱歌  
優點：觀察力強  
討厭：麻煩





「光與影」和諧粉彩體驗班



中心活動推廣日(秋季)



長者探訪



夏日消暑甜品班



暑假智多「Fun」之參觀WEEE·PARK



親子藝術小組



離異及單親家庭社區教室

# 香港家庭福利會

## 「家福中心」的facebook 及《親》季刊 歡迎關注！

大家可透過QR Code 來掃瞄及讚好我們。  
此Facebook 能看我們最新的活動及資訊，請多多關注！



Facebook專頁



《親》季刊訂閱



## 歡迎瀏覽網頁版「家福通訊」



如欲於互聯網瀏覽「家福通訊」，  
可先進入本會網站[www.hkfw.org.hk](http://www.hkfw.org.hk)，然後依照以下按鍵次序進入網站：  
選擇「中心分佈」→「按地區」→「家福中心」→「服務範圍：服務詳情請按此」→點選家福通訊瀏覽

如需報名參加「家福通訊」內之活動，可於網站內下載活動報名表，填妥後連同有關證明文件(如須)親身交回家福中心。

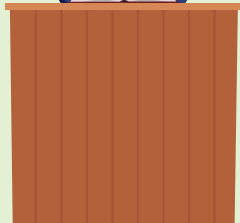
## 家事調解服務

本會的調解員曾接受調解專業訓練，獲香港調解資歷評審協會有限公司或香港國際仲裁中心認可為家事調解員或家事調解督導員。

調解員以公正、持平的態度，幫助離異/同居人士在保密的情況下平心靜氣地協商，處理離婚/分居後生活安排，以達致有法律約束力的協議，使雙方和子女的利益同被顧及，並能繼續合作教養子女。

詳情請致電本會調解中心查詢

☎ 2561-9229



- \* 通訊內之活動，除特別註明外均在家福中心舉行。
- \* 在活動期間所拍攝之任何照片，均有機會被用作宣傳或推廣之用途。
- ◆ 家福中心特設：【親季刊】- 離異交流平台，提供相關資訊及活動予離異及重組/再婚家庭免費訂閱，可向中心職員查詢。

【離異家庭支援熱線】- 由社工提供諮詢服務及有關社區資源 ☎ 2465 6868

服務使用者對本中心如有任何意見，歡迎以書面或會面形式向中心表達。

# 寄：



香港家庭福利會  
家福中心  
facebook，  
即可了解活動  
及資訊。



讀取QR Code  
即可網上報名  
中心活動

## 暴雨／颶風之活動安排

	活動前 2 小時發出			活動前 2 小時懸掛			
	黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨	一號風球	三號風球	八號風球或以上	極端天氣情況
中心開放	✓	✓	✗ (於訊後除下 2 小時照常開放)	✓	✓	✗ (於訊後除下 2 小時照常開放)	✗ (於訊後除下 2 小時照常開放)
中心室內活動	✓	☆	✗ (取消/延期)	✓	☆	✗ (取消/延期)	✗ (取消/延期)
戶外活動	☆	✗ (取消/延期)	✗ (取消/延期)	☆	✗ (取消/延期)	✗ (取消/延期)	✗ (取消/延期)

✓：如常舉行

✗：活動取消/延期

☆：活動照常，負責職員會視乎實際的天氣情況，基於安全考慮而作最終決定及個別通知

- 如活動進行期間，天文台發出8號或以上之熱帶氣旋警告信號/紅色或以上暴雨警告，中心會在安全情況下方可讓參加者離開。
- 如天文台於中心辦公時間內取消8號熱帶氣旋警告信號或黑色暴雨警告，中心將於有關警告取消後2小時重新開放。
- 除上述安排外，家長可按天氣狀況，自行決定是否讓子女出席有關活動。
- 如對惡劣天氣警告下之活動安排有任何疑問，歡迎致電2465 6868向本中心職員查詢。
- 如中心取消活動，參加者可憑收據於活動取消後一個月內到本中心退款，逾期恕不受理，退款詳情可參考活動報名須知。
- 如對以上安排有任何爭議，香港家庭福利會將保留最終決定權。

## 「童玩·童學」幼兒親子Playgroup專用

一號 戒備訊號	三號 強風訊號	八號 颶風訊號	雷暴警告	黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨
✓	✗	✗	✓	✓	✗	✗
✓ 照常 ✗ 取消	根據教育局指引，如宣佈當天全日或上午校幼稚園停課，該課節會直接取消。如因惡劣天氣而停課，本中心將安排受影響之課節進行退款，請留意本中心之通知及安排，本中心保留最終決定權。					

## 中心開放時間 (星期日及公眾假期休息)：中心位置圖

本中心開放時間因應疫情關係有機會作出調整

	一	二	三	四	五	六
上午9:00至下午1:00	✓	✓	✓	✓		✓
下午2:00至5:30 (星期五開放至下午6:00)	✓		✓	✓	✓	
下午6:30至9:00					✓	



地址：新界屯門蝴蝶邨蝶意樓地下104-106號

電話：2465 6868 傳真：2466 3672

電郵：frc@hkfws.org.hk

家福中心網址：

進入本會網頁www.hkfws.org.hk後，選擇「中心分佈」，「按地區」，再選擇「家福中心」。

本會為註冊之有限公司  
2024年11月出版  
印刷數量1,000