



2025年1至3月季刊

2024年12月10日  
開始報名

歡迎網上/親臨留位，不設電話留位 (詳見P.2)

\*\*必須帶備會員證，才可以會員價報名活動。  
報名日當天不辦理會員申請/續會手續。

“抽籤活動”在10/12 9:00am 至 13/12 9:00am進行  
網上/親臨報名。

# 目錄

1	機構及中心簡介
2	會員資訊、活動報名須知
3	服務使用者的權利、惡劣天氣警告下之活動安排
4	今期主題
5-6	個人系列
7-12	男士系列
13	家長系列
14	兒童系列、親子系列
15-18	活動報名表、活動報名方法及須知
19-21	智家樂系列
22	興趣班
23	愛心社區保姆服務
24	家事「晴」— 調解教育及服務計劃
25	和平學坊 — 「平和關係支援計劃」
26-27	「童」步家·愛計劃宣傳
28-30	家福會地區服務
31-33	中心活動總表

## 拒收直接促銷通知書

如欲要求「香港家庭福利會」停止使用閣下個人聯絡資料（如：姓名、電話、傳真、電郵及郵寄地址等）作為本會與你作直接促銷 / 推廣接觸之用，包括通訊、社會服務及活動推廣 / 典禮邀請或籌款等用途，請於下列空格加上「✓」，寫上你的姓名及簽署，郵寄 / 傳真回本會（地址：新界將軍澳健明邨彩明商場1號平台2號，傳真號碼：2177 1616），費用全免。如有查詢，請致電 2177 4321 與本會聯絡。

本人（姓名如下）不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。

姓名（中文正楷）：\_\_\_\_\_ 姓名（英文正楷）：\_\_\_\_\_

簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

## 機構及中心簡介

### 機構簡介

香港家庭福利會（簡稱「家福會」）於1949年正式成立，為香港其中一個主要的非牟利社會服務機構。我們基於「以家為本」的信念，致力提供高質素的專業社會服務，為香港的家庭及大眾謀福祉，培育一個互相關顧的社會。

### 中心簡介

為回應區內的家庭需要，家福會於2005年1月3日成立將軍澳（南）綜合家庭服務中心。本着「兒童為重、家庭為本、社區為基礎」的理念，採納綜合服務的形式，為個人及家庭提供全面的家庭服務。

#### 服務地區及對象

居於調景嶺及將軍澳港鐵站附近的屋苑 / 屋邨的個人及家庭，包括：尚德邨、健明邨、善明邨、彩明苑、廣明苑、寶明苑、唐明苑、富康花園、城中駅（都會駅）、維景灣畔、將軍澳中心、將軍澳豪庭、君傲灣、天晉1期、星峰薈、翠嶺峰。

#### 服務目標

- 鞏固及強化家庭功能，提高家庭面對逆境的能力。
- 支援面臨危機的家庭，協助家庭克服生活上困難。

#### 服務內容

本中心以積極主動、創新多元的手法，從預防、補救、治療各層面，為區內居民提供以下服務：

#### 家庭資源

圖書閣、電腦室、興趣小組、流動諮詢站、緊急援助基金轉介、免費約見律師服務

#### 家庭支援

家務指導服務、愛心社區保姆服務、義工服務 — 「家福關懷大使計劃」、互助及支援小組，以及短期諮詢或輔導服務

#### 家庭輔導

個人或家庭深入輔導、治療小組、危機介入

**申請服務：**可親臨或致電本中心，亦可經專業人士、社區人士或機構轉介。

**退出方法：**服務目標完成或已作出適當的轉介後，服務便會終止。服務使用者也可自行要求終止服務。此外，根據機構政策或社工評估，認為服務不宜繼續，本中心可要求服務使用者退出服務。



## 會員資訊

**會員費用** 全免（同住之直屬家庭成員，即配偶及子女，可免費成為「家庭會員」。）

**會員資格** 18歲或以上的本港居民。

**申請辦法** 請攜同身份證，親臨本中心辦理申請手續。

**退出辦法**

- 凡會籍屆滿而不續會者，作自動退出會籍論。
- 如有需要，可隨時申請退出會員服務。

### 會員須知

- 會員可定期收取活動通訊。
- 報名時須出示有效之會員證才可以會員優惠價參加本中心所舉辦之小組及活動。
- 會籍為期兩年，至指定年份的3月31日屆滿。屆滿後，須親臨本中心辦理續會手續。
- 會員證及會籍不得轉讓他人使用。若遺失會員證，必須盡快到本中心報失及補領；補領費用十元。
- 若未能遵守本中心所定之守則，恕不能享用本中心的設施及福利，其會籍更會遭取消。
- 本中心有權刪改及闡釋所有條款，而無須事先通知。

## 活動報名資訊

### 網上報名

掃描 QR Code，填寫報名表格。中心職員會以電話 / 短訊 / WhatsApp 確認報名成功；參加者需於指定時間內繳付活動費用（如有）。



### 親臨中心

將填妥的報名表，及所需費用（如有），親身或委託他人於辦公時間內蒞臨中心遞交。

“抽籤活動”在 10/12 9:00AM 至 13/12 9:00AM 開放網上 / 親臨報名；成功中籤者將在 16/12 至 19/12 收到通知，並須於 20/12 至 30/12 前來中心繳費。

### 參加者須知 (詳情參閱 P. 15-18)

- 所有活動額滿即止。親臨 / 網上報名名額均各佔限額，經中心職員確認方為成功。
- 已繳費的小組和活動，如有取消、延期，或因內容變動、不被取錄、惡劣天氣，令參加者未能參與，本中心會安排退款。參加者需須於指定時間內，帶同活動收據親臨中心退款，逾期恕不受理。
- 如自行退出或因私人理由未能出席，恕不退款、改班、延期、轉名，（如有）相關物資亦不作補發。

## 服務使用者的權利

### 尊重私隱及保密

本中心職員及社工會根據個人資料（私隱）條例，在不危害服務使用者本身或他人的利益之下，確保服務使用者的個人私隱得到保密。

### 聆聽服務使用者及區內人士意見

本機構一向十分重視服務使用者及區內人士的意見，以便改善服務質素。我們會採取不同途徑收集意見，亦會作出跟進。

### 查詢或表達意見

若閣下對中心的服務政策、程序、環境、設施、職員或各項服務等方面，有任何感想、讚賞、投訴、建議或意見，可以致電 2177 4321 與職員聯絡；亦可將有關查詢或意見連同閣下的聯絡資料以電郵、郵寄方式傳送（有關資料請參閱封面），或親臨本中心表達，我們會盡快與閣下聯絡。多謝！

## 惡劣天氣警告下之中心活動安排

	活動前 2 小時懸掛			活動前 2 小時發出		
	T1 1 號戒備 信號	L3 3 號強風 信號	▲8 8 號烈風或暴 風信號或以上	☀️黃 Amber 黃色暴雨 警告	☄️紅 Red 紅色暴雨 警告	☁️黑 Black 黑色暴雨 警告
中心室內活動	✓	★	X	✓	X	X
戶外活動	★	X	X	★	X	X

✓：如常舉行 X：活動取消 / 延期 ★：活動照常，但中心會視乎實際情況及安全考慮而作最終決定

### 備註

1. 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或紅色或以上暴雨警告，中心會在安全情況下讓參加者離開。
2. 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。
3. 因天氣情況而導致活動取消，中心將不作另行通知。
4. 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。
5. 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中心退款，逾期恕不受理。
6. 如參加者對惡劣天氣警告下之活動安排有任何疑問，請致電中心查詢，電話：2177 4321。
7. 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。



# 走進社區的 異國風情

主題  
文章



我們眼中的社區，好像千年如一：一式一樣的樓宇，千篇一律的告示牌，如出一轍的商店裝潢；早上「通勤」時間，你我爭先恐後，按下升降機的數字鍵，擠進滿載沙甸魚的車廂。

你認為迎面的人無需理會，這無聊至極的社區與我無關。但我們居住的地方真的是這樣嗎？

先探看身邊的鄰居。他們的姓氏是個秘密，畢竟這世代看重私隱。你嘗試冒險多談兩句，認識一下，漸漸發現自己對身邊人熟悉多了，頓時感到多一點安全感。

走出大樓，放下手機，走進商場，細心留意商店指南，原來附近不只有著名連鎖餐廳，也有隱世、極「邪惡」的美食小店。步入店內，員工們埋首苦幹，為生活堅持，刻苦按捺，同時不忘掛着微笑；居民放鬆吃個早餐，少見的悠然自得。原來美麗的風景包括街坊。

再多走數步，放眼遠處的建築物，區內竟有不少社福機構。支持環保的你不知從何入手？想和街坊交換新淨玩具？希望參與活動聯誼一番？想做義工服務他人？區內服務琳琅滿目，活動豐富程度好比慶典。不如為自己「叉叉電，叩叩門」。






隨着時代變遷，瓊樓玉宇底下的我們，自覺失落了不少人情味，但我們居住的地方真的永遠是這樣嗎？假如要重塑社區的連結，絕非易事，倒不如先由自己出發：下班後放下腳步，在社區漫步一圈，細看眼前的建築物，聽聽孩子追逐的尖叫声，呼吸屬於社區的氣味，然後欣賞夕陽到來，提醒自己不只寄居於此。

原來我們的社區也有異國風情。

## 療癒心靈之旅

JAN/EDP/011

心有雜念，人之常情。想斷除煩惱，淨化心靈，慈山寺是個療癒身心的好地方。（行程包括 1.5 小時的參學體驗）

-  18 歲或以上社區人士 (20 人)
-  2025 年 1 月 11 日 (星期六)
-  下午 1:00 – 5:30
-  大埔慈山寺 (本中心集合及解散)
-  會員 \$40 非會員 \$80

備註：1) 費用包括旅遊巴來回車費；

2) 參學時需衣着端莊 (如有袖上衣，必須有七分或以上的裙或褲)；

3) 行程不會提供膳食，若有需要可自備素食類零食；






4) 請自備飲用水，防曬及防蚊用品。

負責社工：周鈺珠姑娘

## 尋回身心靈之旅

FEB/EDG/002

透過藝術創作、圖卡、靜觀等方式，認識自己的情緒，學習放鬆減壓，並接受當下最好的自己，在新春之始開展一趟滋養身心靈的旅程。

-  18 歲或以上有興趣人士 (12 人)
-  2025 年 2 月 5、12、19、26 日 (逢星期三)
-  上午 10:30 – 中午 12:00
-  本中心
-  免費

負責社工：伍朗希姑娘



## 轉換新跑道

FEB/EDG/001

畢業、轉行、退休……倘若你正在計劃，或經歷人生新階段，而感到困惑躊躇，不妨前來回顧昔日之智慧與經驗，檢視當下所需，展望冀盼的未來。






-  18歲或以上社區人士 (12人)
-  2025年2月18、25日；3月4、11日 (逢星期二)
-  上午10:00 – 11:00
-  本中心
-  免費

負責社工：伍南菁姑娘、黃俊傑先生

## 愛錫自己心靈休息站—DIY首飾

FEB/EDG/003

請你暫時放低煩憂，利用熱縮片製作以花為主題的首飾，讓自己放鬆，送自己一份禮物！





-  18歲或以上女士 (8人)
-  2025年2月27日；3月6、13、20日 (逢星期四)
-  上午10:00 – 11:30
-  本中心
-  會員 \$50 非會員 \$100

負責社工：黃淑文姑娘

## 音頻療癒小組

FEB/EDG/006

音頻療法是透過聲音及獨特震頻療癒心靈，身體系統會對聲波和震動產生回應，使自己深層放鬆，舒緩身體及情緒不安，緩解失眠等。

-  18歲或以上有興趣人士 (20人)
-  2025年2月13、20、27日；3月6日 (逢星期四)
-  下午2:30 – 4:00
-  本中心
-  會員 \$100 非會員 \$200

負責社工：周鈺珠姑娘








賽馬會男士家友站

## 「男」山咖啡拉花班

MEN/LRC/034

由專業咖啡導師深入淺出，講解利用家用器材沖泡一杯有深度的咖啡。由理論到實戰，由外行到內行，參加者將於真實咖啡室進行練習。

-  18歲或以上男士 (12人)
-  2025年1月3、10、17、24日 (逢星期五)
-  晚上7:15 – 8:45
-  本中心 / 咖啡室 Coffee Tea or Me  
(第四節地點：荃灣新領域廣場1樓A區)
-  \$80 (已包材料費)






備註：1) 此小組由國際咖啡品質鑑定師(杯測師)、咖啡拉花藝術認證系統考官(黑級)專業導師教授；  
2) 如活動因突發事故或惡劣天氣需延期；  
3) 如有任何爭議，本中心保留最終決定權。

負責社工：陳穎姿姑娘

## 水仙球切割工作坊

MEN/EPR/034

認識水仙球及教授水仙球切割方法。






-  18歲或以上男士及家人 (25人)
-  2025年1月6日 (星期一)
-  晚上7:00 – 9:00
-  本中心
-  免費

負責職員：吳霖森先生

## 男士禪繞畫小組


MEN/LRC/027

禪繞畫(Zentangle)結合禪意和插畫的繪畫方法，安心定神，紓壓療癒。

-  18歲或以上男士 (12人)
-  2025年1月7、14、21日；2月11日 (逢星期二)
-  晚上7:00 – 8:30
-  本中心
-  免費

負責社工：吳霖森先生

計劃設有特定活動報名表格，詳情請向中心職員查詢。

捐助機構： 香港賽馬會慈善信託基金



## 麻甩去露營

MEN/THG/005

### 營前聚

商談野外露營之內容及安排，一同設計兩日一夜專屬麻甩的露營體驗。

- 18 歲或以上男士 (13 人)
- 2025 年 1 月 7 日 (星期二)
- 晚上 7:30 – 8:30
- 本中心
- 免費

### 露營日

兩日一夜露營體驗，一齊野外煮食，燃亮營火，抒懷釋心，同行遠足，迎接破曉。

- 18 歲或以上男士 (13 人)
- 2025 年 1 月 18 至 19 日 (星期六、日)
- 早上 10:00 西貢市中心巴士站集合  
翌日下午 1:30 西貢鄧肇堅運動場解散
- 西貢創興水上活動中心
- \$100



- 備註：1) 必須出席 1 月 7 日營前聚會；  
2) 費用包括營費、膳食及露營裝備；  
3) 營地帳篷供 3 人用，參加者也可自備帳篷、睡袋及地蓆；  
4) 參加者經負責社工電話確認取錄後才需繳費。

負責社工：譚梓豪先生、黃俊傑先生

捐助機構： 香港賽馬會慈善信託基金

計劃設有特定活動報名表格，詳情請向中心職員查詢。



## 療癒之音 (IV) & (V)

MEN/EPR/041 &  
MEN/EPR/042

由資深導師帶領參加者沉浸頌鉢聲中作深層放鬆，再配合伸展運動及呼吸練習，舒緩疲累繃緊的身心靈。

- 18 歲或以上男士 (12 人)
- (IV)：2025 年 1 月 14 日 (星期二)  
(V)：2025 年 3 月 18 日 (星期二)
- 晚上 7:30 – 9:00
- 本中心
- \$40 (每節)

備註：請自備毛巾和水，中心會提供瑜伽墊。

負責社工：黃俊傑先生

## 男士瑜珈班一第 10 期、第 11 期

MEN/LRC/030 &  
MEN/LRC/031

由資深瑜珈導師帶領伸展筋骨，減輕關節及肌肉之壓力，舒緩疲勞；同時讓參加者關注自身狀態，促進身心健康。

- 18 歲或以上男士 (15 人)
- 第 10 期：2025 年 2 月 5 日 (星期三) 及 2 月 14、21、28 日 (逢星期五)  
第 11 期：2025 年 3 月 7、14、21 日；4 月 11 日 (逢星期五)
- 晚上 7:30 – 9:00
- 本中心
- \$100 (每期)

負責社工：黃俊傑先生

捐助機構： 香港賽馬會慈善信託基金

計劃設有特定活動報名表格，詳情請向中心職員查詢。





## 男士們的慢活攝影

MEN/LRC/032

由專業導師教授攝影技巧，學習以照片表達所思所想，同時以攝影方式體會慢活人生，調整身心，放鬆自我。

- 18 歲或以上男士 (12 人)
- 2025 年 2 月 18、25 日；3 月 4、11 日 (逢星期二)
- 晚上 7:15 – 8:30
- 本中心
- 免費

備註：1) 需自備相機或手機；  
2) 參加者需策劃一次外出攝影活動，活用所學技巧；  
3) 必須同時報名「男士們的慢活攝影—外出篇」。

負責社工：馮鍵麟先生

## 男士們的慢活攝影—外出篇

MEN/EPR/043

由參加者策劃外出攝影日，慢步不一樣的香港，並一同分享作品，以新角度感受生活。

- 18 歲或以上男士 (12 人)
- 2025 年 3 月 15 日 (星期六)
- 待定
- 待定
- 免費

備註：1) 需自備相機或手機；  
2) 「男士們的慢活攝影」參加者優先報名。

負責社工：馮鍵麟先生

捐助機構： 香港賽馬會慈善信託基金

計劃設有特定活動報名表格，詳情請向中心職員查詢。



## 談「情」講「理」—認知行為情緒管理小組

MEN/THG/006

以認知行為治療理論為基礎，讓參加者認識自己的情緒、思想、行為的反應模式，重塑自己，及與人和世界的關係。

- 18 歲或以上男士 (12 人)
- 2025 年 2 月 13、20、27 日；3 月 6、13、20、27 日；4 月 3 日 (逢星期四)
- 晚上 7:30 – 9:30
- 本中心
- 免費

備註：參加者須經組前面談，評估是否適合參加小組。

負責社工：譚梓豪先生

## 爸爸與孩子的遊戲約會

MEN/LRC/033

小組以「兒童為本親子遊戲治療法」為基礎，讓爸爸學習如何與孩子進行「特別遊戲時間」，從中理解孩子的想法和感受，加強爸爸與孩子的溝通及親密感。

- 育有 3-8 歲兒童的父親 (10 人)
- 2025 年 2 月 21、28 日；3 月 7、14 日 (逢星期五)
- 晚上 7:15 – 8:45
- 本中心
- 免費

負責社工：黃美鳳姑娘、張麗貞姑娘

香港賽馬會慈善信託基金

計劃設有特定活動報名表格，詳情請向中心職員查詢。



## 爸B系列一親子足球機比賽 2025 MEN/EPR/044

營造親子歡樂時光，與子女一起在足球機上比拼。

- 父親及其 6-11 歲子女 (8 對親子, 16 人)
- 2025 年 2 月 7 日 (星期五)
- 晚上 7:30 - 9:00
- 本中心
- 免費

負責社工：譚梓豪先生

## 爸B系列一親子四驅車製作 MEN/EPR/045

營造親子歡樂時光，與子女一起動腦動手製作四驅車，即場投入賽道飛馳。

- 父親及其 6-11 歲子女 (6 對親子, 12 人)
- 2025 年 3 月 21 日 (星期五)
- 晚上 7:30 - 9:00
- 本中心
- 免費

負責社工：譚梓豪先生

## 爸B系列一親子電競 Switch MEN/EPR/046

營造親子歡樂時光，與子女玩 switch 競賽。

- 父親及其 6-11 歲子女 (8 對親子, 16 人)
- 2025 年 3 月 28 日 (星期五)
- 晚上 7:30 - 9:00
- 本中心
- 免費

負責社工：馮鍵麟先生



計劃設有特定活動報名表格，詳情請向中心職員查詢。

## 如何跟孩子說「離婚」家長講座 FEB/EDP/013

當婚姻走到盡頭，父母均擔心離異對子女的影響。如何告訴孩子？如何回應孩子的需要和感受？講座將為大家一一解答。

- 正考慮或正辦理離婚 / 分居 / 已離婚的家長 (20 人)
- 2025 年 2 月 21 日 (星期五)
- 上午 10:00 - 中午 12:00
- 本中心
- 免費

負責社工：黃淑文姑娘

## 「童」步家·愛：同理的呼喚——與青少年同行 (第二篇) FEB/EDP/001

父母與子女溝通，若能產生共鳴，自有心靈交融令人振奮之感！此活動與家長重溫「同理心」，將與子女的「交談」升級為「交心」。

- 中、小學生之家長 (15 人)
- 2025 年 2 月 20 日 (星期四)
- 上午 9:30 - 中午 12:00
- 本中心
- 免費

負責社工：老鳳瑤姑娘 (顧太)



## 「童」步家·愛：「情理兼備」家長小組 MAR/EDG/004

以認知行為治療理論 (CBT) 為基礎，讓家長認識自己在管教上的「思想陷阱」，學習正面思考方式和情緒管理，並讓家長了解「強制舉報虐待兒童條例」的資訊。

- 子女就讀幼稚園至小二的家長 (12 人)
- 2025 年 3 月 5、12、19、26 日 (逢星期三)
- 上午 10:00 - 11:30
- 本中心
- 免費

負責社工：陳松盈姑娘





## 報名須知

- 中心活動的主要對象為本港居民，而親子或家庭活動以直系家庭成員優先。如有特殊情況，可與活動負責職員聯絡。
- 親臨或網上報名（方法詳見P.2）之名額均佔限額。參加者網上報名後將收到中心職員以電話 / 短訊 / WhatsApp 確認，並須在指定時間內親臨中心繳費（如有），方為成功報名。
- 如活動額滿，可留名作「後補名單」，暫不需繳費；當有名額作補上，參加者將收到通知，並須在3個工作天或指定限期內到中心報名及繳費（如有）方為有效。
- 如屬甄選或抽籤形式之活動，中籤者將獲電話 / WhatsApp 通知，並須於指定日期內付款作實，否則作自動棄權論。
- 已繳費的小組和活動，如有取消、延期，或因內容變動、不取錄、惡劣天氣，令參加者未能參與，本中心會安排退款。參加者須於指定時間內，帶同活動收據親臨中心退款，逾期恕不受理。
- 如自行退出或因私人理由未能出席，恕不退款、改班、延期、轉名、補堂，相關物資亦不作補發（如有）。
- 除需甄選及抽籤之活動外，所有活動均以先到先得方式取錄，額滿即止。

## 活動須知

- 初小或以下參加者必須由家長、監護人或指定成年人接送。如18歲以下人士自行參與中心外出活動，家長或監護人需填寫「出外活動或入營通知家長書」。
- 參加者或其監護人有責任主動申報健康狀況，並須為參加者身體出現不適狀況但仍決定出席相關活動而承擔責任。
- 本中心或贊助團體會於活動期間進行攝影，照片或會刊登於機構或有關企業刊物或社交媒體，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。
- 請勿對工作人員或其他服務使用者造成妨礙、滋擾或危害，包括：要求取得其個人私隱資料。若勸喻無效，本中心會考慮要求違規者離開服務單位或終止提供服務。
- 於活動期間，參加者請勿進行任何形式的錄音或錄影。一經發現，本中心有權要求刪除相關錄音或錄影及即時終止提供服務。

~ 如有任何爭議，本中心將保留最後決定權 ~

更新於 2024 年 3 月

JAN/EDP/012

## 「童」步家·愛： 認識生氣情緒（情緒杯製作）

透過故事讓兒童認識及學習如何處理憤怒情緒。兒童亦可利用簡單材料，發揮其創意製作一個獨一無二的情緒杯，加強其創作力。



- 🎯 5-8 歲兒童 (8 人)
  - 📅 2025 年 1 月 24 日 (星期五)
  - 🕒 下午 4:30 - 5:30
  - 📍 本中心
  - 💰 免費
- 負責社工：周鈺珠姑娘

FEB/EDP/004

## 「童」「泥」在家訓練

與孩子以麵粉、鹽等材料製作泥膠小物，加強孩子手握力、手指靈活性，促進小肌肉發展。

- 🎯 幼稚園學童及其家長 (6 對親子, 12 人)
- 📅 2025 年 2 月 8 日 (星期六)
- 🕒 上午 10:00 - 11:30
- 📍 本中心
- 💰 會員 \$20 非會員 \$40 (每對親子)

備註：1) 自備食物盒盛走製成品；  
2) 有特殊學習需要學童優先。

負責社工：黃淑文姑娘



家福會  
HKFWS

將軍澳(南)綜合家庭服務中心  
個人及家庭活動報名表

出示會員證才能  
以會員價報名

活動申請人 / 家長姓名：\_\_\_\_\_ 性別：男 / 女 年齡：\_\_\_\_\_ 會員編號：TK20 \_\_\_\_\_ /  非會員

聯絡電話：\_\_\_\_\_ 聯絡地址：\_\_\_\_\_ 電郵地址：\_\_\_\_\_

緊急聯絡人：\_\_\_\_\_ 關係：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

家庭成員號碼：1	家庭成員號碼：2	家庭成員號碼：3	家庭成員號碼：4	家庭成員號碼：5
姓名：_____	姓名：_____	姓名：_____	姓名：_____	姓名：_____
性別：_____	性別：_____	性別：_____	性別：_____	性別：_____
年級：_____ / 不適用	年級：_____ / 不適用	年級：_____ / 不適用	年級：_____ / 不適用	年級：_____ / 不適用
與申請人關係：_____	與申請人關係：_____	與申請人關係：_____	與申請人關係：_____	與申請人關係：_____

活動申請人

請“√” 選報名活動、填寫參加者號碼及費用：

系列	活動編號	活動名稱	成員號碼	費用
個人 P.5-6	JAN/ EDP/011	療癒心靈之旅	\$	\$
	FEB/ EDG/002	尋回身心靈之旅	免費	免費
	FEB/ EDG/001	轉換新跑道	免費	免費
	FEB/ EDG/003	愛錫自己心靈休息站— DIY 首飾	\$	\$
	FEB/ EDG/006	音頻療愈小組	\$	\$
	FEB/ EDP/013	如何跟孩子說「離婚」 家長講座	免費	免費
家長 P.13	FEB/ EDP/001	「董」步家·愛： 同理的呼喚— 與青少年同行 (第二篇)	免費	免費
	MAR/ EDG/004	「董」步家·愛： 理兼備」家長小組	免費	免費
兒童 P.14	JAN/ EDP/012	「董」步家·愛： 認識生氣情緒 (情緒絲製作)	免費	免費
	FEB/ EDP/004	「董」 「泥」在家訓練	\$	\$

系列	活動編號	活動名稱	成員號碼	費用
智家樂 P.19-21 	ICT/ B6/03EDP/ 24-25	智家樂：天馬行空 VR x 3D Print 體驗 之旅	✓	免費
	ICT/ B6/06EDP/ 24-25	智家樂：「寵」愛有 家—參觀愛協		免費
	ICT/ B8/05EDG/ 24-25	智家樂：瑜伽伸展班		\$
	ICT/ B6/05EDP/ 24-25	智家樂：黑暗中的晚 宴		免費
	ICT/ B8/06EDG/ 24-25	智家樂：Ukulele 小 結他班		免費
	JAN/ EDP/002	『豬』聯壁『合』		\$
FEB/ EDP/006	老少『咸』宜		\$	

總額 \$

\* 本人已清楚明白及同意中心列明的「報名須知及活動須知」，詳情請見後頁。

活動申請人 / 家長簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

\* 一張報名表只限一個直系家庭成員使用，如有任何特殊情況，可向職員查詢。



## 智家樂：天馬行空 VR x 3D Print 體驗之旅

ICT/B6/03EDP/24-25

把想像化為現實，即場體驗 VR 繪圖及 3D 打印技巧，來一趟天馬行空之旅吧！



- 小學生及其家長 (10 對親子, 20 人)
- 2025 年 1 月 18 日 (星期六)
- 上午 10:00 - 下午 12:30
- 本中心
- 免費

備註：是次活動由嶺南大學動畫及數碼藝術課程講師帶領。  
負責社工：陳松盈姑娘

## 智家樂：「寵」愛有家—參觀愛協

ICT/B6/06EDP/24-25

參觀「香港愛護動物協會」灣仔總部，與「毛孩大使」互動相處，讓孩子認識尊重生命、關懷動物的訊息，並培養孩子尊重、負責、關顧及體諒等良好品格。



- K2 至小學學童及其家長 (12 對親子, 24 人)
- 2025 年 2 月 4 日 (星期二)
- 下午 1:00 - 4:30
- 香港愛護動物協會 (本中心集合及解散)
- 免費

備註：1) 此乃親子活動，家長須攜同一名子女出席；其他家庭組合會作後備名單；  
2) 請自備充足飲用水 / 外套；  
3) 回程時若自行離隊，需提前通知負責社工；  
4) 如有任何爭議，本中心將保留最終決定權。

負責社工：馮嘉穎姑娘、馮鍵麟先生

主辦機構 Organised by  
家福會 HKFWS

男士家友站  
Jockey Club One Stop Service for Men

捐助機構 Funded by  
香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

系列	活動編號	✓	費馬會男士家友站 活動名稱	成員號碼	費用	
男士 P.7-12	MEN/LRC/034		「男」山咖啡拉花班		\$	
	MEN/EPR/034		水仙球切割工作坊		\$	
	MEN/LRC/027		男士禪繞畫小組		免費	
	MEN/THG/005		麻甩去露營		暫時毋需繳費	
	MEN/EPR/041		療癒之音 (IV)		\$	
	MEN/EPR/042		療癒之音 (V)		\$	
	MEN/LRC/030		男士瑜珈班—第 10 期		\$	
	MEN/LRC/031		男士瑜珈班—第 11 期		\$	

活動編號	✓	費馬會男士家友站 活動名稱	成員號碼	費用
MEN/LRC/032		男士們的慢活攝影		免費
MEN/EPR/043		男士們的慢活攝影 - 外出篇		免費
MEN/THG/006		談「情」講「理」- 認知 行為情緒管理小組		免費
MEN/LRC/033		爸爸與孩子的遊戲約會		免費
MEN/EPR/044		爸 B 系列——親子足球機 比賽 2025		免費
MEN/EPR/045		爸 B 系列——親子四驅車 製作		免費
MEN/EPR/046		爸 B 系列——親子電競 Switch		免費

總額 \$

## 『使用個人資料作直接促銷用途』及接收電子訊息同意書

□ 本人同意 香港家庭福利會使用本人聯絡資料 (如：姓名、電話、傳真、電郵及郵寄地址等) 於直接促銷 / 推廣接觸之用，包括通訊、社會服務及活動推廣 / 典禮邀請或籌款等用途，中心將定期透過電子通訊用具 (如：SMS 短訊、WhatsApp、WeChat) 傳送活動推廣及教育性資訊。請簽署以示同意上述安排。如有查詢，請致電 2177 4321。

簽名：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_



## 智家樂：瑜伽伸展班

ICT/B8/05EDG/24-25

由資深導師帶領練習瑜伽舒展身體，並介紹各種資訊科技小工具協助減壓，以建立在家放鬆身心的習慣。

-  18 歲或以上女士 (12 人)
-  2025 年 2 月 4、11、18、25 日 (逢星期二)
-  上午 10:00 – 11:30
-  本中心
-  會員 \$80 非會員 \$160






- 備註：1) 照顧者優先參與；  
2) 請自備毛巾和水，中心會提供瑜伽墊；  
3) 請穿著輕便裝束。

負責社工：周鈺珠姑娘

## 智家樂：黑暗中的晚宴

ICT/B6/05EDP/24-25

夫婦參與全黑體驗式活動，運用視覺以外的感官，模擬視障人士被帶領走路、觀看短片、進食晚餐，從而反思夫婦的溝通和相處關係、建立同理心。

-  10 對夫婦 (20 人)
-  2025 年 2 月 7 日 (星期五)
-  晚上 7:15 – 9:00
-  本中心
-  免費

- 備註：1) 穿著輕便裝束；  
2) 參加者會模擬視障人士行走、觀看短片及進食晚餐，費用全免。






負責社工：陳穎姿姑娘、張麗貞姑娘



## 智家樂：Ukulele 小結他班

ICT/B8/06EDG/24-25

掌握彈奏夏威夷小結他的基礎技巧，透過音樂放鬆自我，陶冶性情。同時，學習運用音樂軟件，製作不一樣的大合奏。

-  18 歲或以上社區人士 (12 人)
-  2025 年 3 月 5、12、19、26 日 (逢星期三)
-  下午 2:30 – 4:00
-  本中心
-  免費

負責社工：馮鍵麟先生



『豬』聯璧『合』（實體班）

JAN/EDP/002

示範教授製作合桃酥及椰菜豬肉卷

- 18歲或以上有興趣人士（8人）
- 2025年1月9日（星期四）
- 上午9:30 – 中午12:30
- 本中心
- 會員 \$50 非會員 \$100



備註：1) 參加者請自備食物盒；  
2) 製作食物過程中，需配戴口罩。

老少『咸』宜（實體班）

FEB/EDP/006

示範教授製作咸薄饅及燒賣

- 18歲或以上有興趣人士（8人）
- 2025年2月20日（星期四）
- 上午9:30 – 中午12:30
- 本中心
- 會員 \$50 非會員 \$100



備註：1) 參加者請自備食物盒；  
2) 製作食物過程中，需配戴口罩。

甜言『蜜』語（Facebook）

MAR/EDP/008

示範教授製作蜜糖鬆餅及三色藜麥丸子

- 18歲或以上有興趣人士
- 2025年3月20日（星期四）
- 上午9:30 上載至中心 Facebook



備註：1) 圖片只供參考；  
2) 詳情可掃描 QR Code 瀏覽本中心 Facebook 專頁。

負責職員：賴碧琪姑娘



鄰里支援幼兒照顧計劃  
愛心社區保姆服務



服務目的

計劃為因工作安排，或突發情況而有幼兒照顧需要又缺乏資源，或支援網絡的家長，在鄰里層面提供彈性的日間幼兒照顧服務，從而減低兒童被獨留在家的風險，並推動鄰里照顧、守望相助的精神。

家居照顧服務



服務內容

由已接受認可訓練之社區保姆在他們的居所或機構認許的適當地點提供照顧服務。

服務對象

0歲至學前兒童、有突發或緊急照顧需要的小學生。

服務時間

上午7:00至晚上11:00  
(按個別家庭之需要)

服務收費

\$28/小時

\*有社會需要及經濟困難的服務使用者，可向社工申請費用減免。

中心托管服務



服務內容

由職員或認可義工於中心提供照顧服務。

服務對象

有突發或緊急照顧需要的3歲兒童至小學生。

服務時間

星期一至五：中午12:00至晚上9:00  
星期六：上午9:00至下午5:00  
星期日及公眾假期不設服務

服務收費

\$20/小時

保姆招募

你喜歡和活潑可愛的小朋友相處嗎？現在有這個機會了！誠邀你們成為社區保姆，給自己的生活增添色彩！！

理想的愛心社區保姆

- 居於將軍澳或西貢，喜愛幼兒，並有照顧幼兒的經驗；
- 小學或以上教育程度，家庭及經濟穩定，身心健康；
- 家居環境安全，樂意與家長合作，願意接受社工及幼兒工作人員的督導；
- 願意接受14小時基本訓練。



如有興趣  
成為社區保姆，  
可掃描以上  
QR code登記。



服務獎勵金

- \$60/小時：照顧0至3歲以下幼兒、有特殊學習需要兒童
- \$40/小時：照顧3歲兒童至小學生

如有任何查詢，可致電2177 1321與本計劃職員聯絡



# 家事晴

## 調解教育及服務計劃

分居、離婚，伴隨而來有關子女照顧、家庭經濟、居住安排等事宜，對家庭各成員都造成巨大壓力，而當中牽涉的法律問題更令人困擾。本計劃旨在讓大眾了解有關家事訴訟的法律程序及注意事項，並認識本會的家事調解服務，協助有需要人士在離異前達成彼此接納的協議，顧及雙方和子女的利益，繼續共同撫育子女。

### 免費離異法律諮詢服務

專業律師會就個別個案，解答與離異有關的法律疑難，如贍養費、子女照顧、家庭財產等事宜。每位面談時間為 20 分鐘，須報名預約。

🕒 18 歲或以上社區人士 (每次 5 人)

📅 2025 年 1 月 22 日 (星期三) 或  
2025 年 2 月 19 日 (星期三) 或  
2025 年 3 月 19 日 (星期三)

🕒 晚上 6:30 – 8:10

📍 本中心

💰 免費

備註：1) 於每節舉辦日期前一個月接受親身 / 郵寄 / 傳真報名 (恕不接受電話登記)；

2) 報名表格可於 [www.mediationcentrehk.org](http://www.mediationcentrehk.org) 網站下載。

負責社工：陳慧明姑娘



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

## 伴侶 / 戀人相處課程

學習控制情緒，了解衝突(包括暴力)對雙方關係或家庭的影響，以和平方法解決伴侶之間的矛盾。

對象：18歲或以上與伴侶/戀人經常發生衝突(甚或暴力)的人士，男女均可

目的：建立與伴侶非暴力的溝通及改善與伴侶關係

形式：短講、分享、討論、活動

節數：4節(約每星期1節，每節1.5小時)

地點：油塘綜合家庭服務中心 / 將軍澳(南)綜合家庭服務中心 / 順利綜合家庭服務中心

導師：資深家庭服務社工

費用：免費

聯絡社工：鄭艷萍姑娘 (電話：2177 4321)

課程編號	地點	課程日期	課程時間	接受申請日期
145 女士班	順利綜合家庭服務中心 九龍順利邨順緻街2號	2025年1月10、17、24日； 2月3日(逢五)	晚上7:30 - 9:00	2024年12月13日 - 2025年1月9日
145 男士班	順利社區中心4樓	2025年1月8、15、22(逢一)、 27日(週三)	晚上9:00	2024年12月4日 - 2025年1月7日
146 女士班	油塘綜合家庭服務中心	2025年2月7、14、21、28日 (逢五)	晚上7:30 - 9:00	2025年1月10日 - 2月6日
146 男士班	九龍油塘油麗邨信麗樓一樓	2025年2月5、12、19、26日 (逢三)	晚上9:00	2025年1月8日 - 2月4日
147 女士班	將軍澳(南)綜合家庭服務中心 新界將軍澳健明邨 彩明商場1號平台2號	2025年3月7、14、21、28日 (逢五)	晚上7:30 - 9:00	2025年2月7日 - 3月6日
147 男士班	將軍澳(南)綜合家庭服務中心 新界將軍澳健明邨 彩明商場1號平台2號	2025年3月5、12、19、26日 (逢三)	晚上7:30 - 9:00	2025年2月5日 - 3月4日

## 兒童 / 青少年課程

對象：曾目睹或經歷家庭衝突的兒童 / 青少年

目的：疏導孩子負面情緒，提升在家庭衝突中的抗逆力及解決問題的能力

形式：遊戲、練習、分享

費用：全免

節數：3-4節(約每星期1節，每節1-1.5小時)

地點：油塘綜合家庭服務中心 / 將軍澳(南)綜合家庭服務中心 / 順利綜合家庭服務中心

導師：資深家庭服務社工

聯絡社工：區慧中姑娘或鄭艷萍姑娘 (電話：2177 4321)



## 「強制舉報虐待兒童條例」知多點

因應近年多次嚴重虐待兒童事件，政府積極研究立例保護兒童。立法會已於2024年7月11日三讀通過《強制舉報虐待兒童條例草案》及修正案，規定25類專業人員，包括社工、醫生、教師等強制舉報「正遭受並仍遭受嚴重傷害」或「正面對遭受嚴重傷害的實際風險」的虐兒個案，違者最高可判監禁及罰款。

《條例》將於2026年1月20日起實施。



### 嚴重傷害的定義：

- (a) 任何危及兒童的生命的傷害或身體健康而急需醫治的傷害；
- (b) 任何由脅迫或誘使兒童參與涉及性的作為，所造成的傷害；
- (c) 任何危及兒童的心理健康或發展的傷害；
- (d) 任何由兒童的負責人的疏忽照顧所造成的、危及該兒童的生命或健康的傷害

### 不能阻止舉報

任何人不得故意阻止或阻礙「強制舉報者」作出舉報，或為達到同樣目的施加任何指引或規定，一經定罪可處監禁及罰款。

保護兒童不僅是專業人士的責任，也需要市民大眾的共同努力，如發現有懷疑虐待/疏忽照顧兒童的家庭，請鼓勵該家庭求助。有需要時，應盡早通知社工、學校及醫院等相關機構。

家長/照顧者若如遇管教/照顧困難，請盡早尋求專業人士協助，一同為兒童締造健康成長環境。





家福會青年坊於 1999 年 9 月投入服務，2000 年 1 月 26 日正式開幕，2025 年便 25 歲了！一直以來，我們基於「以家為本」的信念服務區內家庭，讓兒童及青少年健康地成長。

*我們相信在每個人心中，都藏著一把鎖匙。*

*在成長的過程中，孩子及年青人透過不同的挑戰和經歷，把內心的鎖匙打磨得既堅固又獨特，好讓他們在不同的人生階段，為自己打開各式各樣的門。*

*我們期盼年青人站在夢想之門前面，能夠帶著勇氣和希望，握緊心中的鎖匙，開啟那扇屬於自己的門，追尋屬於自己的夢想。*

在 25 周年這個特別時刻，青年坊會準備一連串活動，亦會作出不同的嘗試和改變，敬請期待！

第一炮：我們將與區內商店合作，推出會員優惠，請大家密切留意！



## 長者服務 - 綜合家居照顧服務

### 家居支援服務 > 健明服務中心

家居支援服務為居於社區的服務對象提供全面服務，協助他們盡可能繼續留在家中生活達至或維持最佳的活動能力，並為照顧者提供支援服務，以紓緩照顧壓力。

#### 服務對象

家居支援服務：年滿 60 歲或以上的長者、殘疾人士及有社會需要的個人及家庭  
體弱個案：經安老服務統一評估機制評定為身體機能達中度或嚴重程度之長者

#### 服務內容

普通個案：提供個人照顧、護送、膳食服務、購物及送遞服務、家居清潔、基本健康護理、輔導服務、照顧者支援服務和照顧者訓練及轉介服務等。  
體弱個案：個人照顧、護送、膳食服務、復康運動、提供家居環境安全評估及改善建議、照顧管理和評估、基本及特別護理、言語治療、24 小時緊急支援、護老者支援及訓練等。

### 長者小資訊 > 肩周炎

肩周炎又稱為「五十肩」，是長者常見的毛病之一，它是圍繞患者肩關節的軟組織關節囊發炎而形成，患者以五十歲以上人士及女性較多，而肩周炎可分為三期：

#### 第一期（疼痛期）

· 主要之徵狀是疼痛，逐漸疼痛加劇而可能伸延至頸或上臂，活動機能初期並沒有明顯阻礙，但活動幅度會逐漸減少。

#### 第二期（僵硬期）

· 隨著病情漸深，肩關節疼痛減少，但肩關節活動幅度亦減少和變得僵硬，以致影響某些日常活動如穿衣、梳頭、提起物件等。

#### 第三期（紓緩期）

· 肩關節疼痛及僵硬慢慢地得到紓緩，好像被冰封後得到融化一樣。

#### 治療方法：

- ◇ 如感到肩關節痛楚時，可用暖敷護理患處，以減輕痛楚。
- ◇ 適當的物理治療，可減輕痛楚，並將病情縮短。



# 您家大門會 為我打開嗎?

## 寄養服務介紹

寄養服務旨在安排因家庭問題而缺乏父母或家人照顧的兒童，暫時入住寄養家庭，使他們得享家庭生活及適當照顧，待其家庭情況改善後，返家團聚，或直至有其他較長期的照顧安排。

讓兒童及其家庭得以支援，以家庭影響家庭，延續愛的連繫。

## 理想寄養家長的條件

- 喜愛兒童，有照顧兒童的經驗及能力
- 能為兒童安排妥善的照顧計劃
- 有管教及培育兒童的合適態度和技巧
- 具小學或以上教育程度
- 身體健康及情緒穩定
- 家庭生活愉快安定
- 經濟情況穩定，例如有足夠收入、儲蓄或可動用資產
- 家居環境安全整潔，包括窗戶設有窗花或安裝穩固的窗戶限距裝置，廚房符合安全要求、露台(如有)設置安全裝置等
- 有足夠居住空間，包括可為寄養兒童提供獨立睡床及活動空間
- 寄養家長及家庭成員同意參與寄養服務
- 願意接受社工的調查及督導

香港家庭福利會 - 良景服務中心  
新界屯門良景邨良智樓地下23-25號  
電話：2497 9079



如希望了解更多有關成為寄養家庭的資訊，請登入以下網頁瀏覽。  
<https://www.fostercarehk.org/>

## 2025年1月中心活動總表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1 元旦	2	3 「男」山咖啡 拉花班	4
5	6 水仙球切割工 作坊	7 男士禪繞畫 小組 麻甩去露營 (營前聚)	8	9 『豬』聯壁 『合』	10 「男」山咖啡 拉花班	11 療癒心靈之旅
12	13	14 男士禪繞畫 小組 療癒之音(IV)	15	16	17 「男」山咖啡 拉花班	18 智家樂：天 馬行空 VR x 3D Print 體驗 之旅 麻甩去露營 (露營日)
19 麻甩去 露營 (露營日)	20	21 男士禪繞畫 小組	22 免費離異法律 諮詢服務	23	24 「男」山咖啡 拉花班 手偶故事工作 坊 - 生氣的 暴龍 「童」步家· 愛：認識生氣 情緒 (情緒杯 製作)	25
26	27	28	29 正月	30 年初二	31 年初三	

## : 2025年2月中心活動總表 :

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1
2	3	4 智家樂： 「寵」愛有 家-參觀愛協 智家樂：瑜伽 仲展班	5 尋回身心靈 之旅 男士瑜伽班一 第10期	6	7 智家樂：黑暗 中的晚宴 爸B系列一 親子足球機比 賽2025	8 「童」 「泥」在家 訓練
9	10	11 智家樂：瑜伽 仲展班 男士禪繞畫 小組	12 尋回身心靈 之旅	13 音頻療癒小組 談「情」講 「理」- 認知 行為情緒管理 小組	14 男士瑜伽班一 第10期	15
16	17	18 轉換新跑道 智家樂：瑜伽 仲展班 男士們的慢活 攝影	19 尋回身心靈 之旅 免費離異法律 諮詢服務	20 音頻療癒小組 童步家·愛- 同 理的呼喚- 與 青少年同行(第 二篇) 談「情」講 「理」- 認知 行為情緒管理 小組 老少『咸』宜	21 如何跟孩子說 「離婚」家長 講座 爸爸與孩子的 遊戲約會 男士瑜伽班一 第10期	22
23	24	25 轉換新跑道 智家樂：瑜伽 仲展班 男士們的慢活 攝影	26 尋回身心靈 之旅	27 愛錫自己心靈 休息站-DIY 首飾 音頻療癒小組 談「情」講 「理」- 認知 行為情緒管理 小組	28 爸爸與孩子的 遊戲約會 男士瑜伽班一 第10期	

## : 2025年3月中心活動總表 :

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1
2	3	4 轉換新跑道 男士們的慢活 攝影	5 智家樂： Ukulele 小結他班 童步家·愛- 「情理兼備」 家長小組	6 愛錫自己心靈 休息站-DIY 首飾 談「情」講 「理」- 認知 行為情緒管理 小組 音頻療癒小組	7 爸爸與孩子的 遊戲約會 男士瑜伽班一 第11期	8
9	10	11 轉換新跑道 男士們的慢活 攝影	12 智家樂： Ukulele 小結他班 童步家·愛- 「情理兼備」 家長小組	13 愛錫自己心靈 休息站-DIY 首飾 談「情」講 「理」- 認知 行為情緒管理 小組	14 爸爸與孩子的 遊戲約會 男士瑜伽班一 第11期	15 男士們的慢活 攝影-外出篇
16	17	18 療癒之音(V)	19 智家樂： Ukulele 小結他班 童步家·愛- 「情理兼備」 家長小組 免費離異法律 諮詢服務	20 愛錫自己心靈 休息站-DIY 首飾 甜言『蜜』語 談「情」講 「理」- 認知 行為情緒管理 小組	21 男士瑜伽班一 第11期 爸B系列一 親 子四驅車製作	22
23	24	25	26 智家樂： Ukulele 小結他班 童步家·愛- 「情理兼備」 家長小組	27 談「情」講 「理」- 認知 行為情緒管理 小組	28 爸B系列 一 親子電競 Switch	29
	30	31				



## 中心開放時間

開放時間	一	二	三	四	五	六
上午9:00 – 下午1:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午1:00 – 下午2:00	午膳時間					
下午2:00 – 下午5:30	✓	✓	✓	✓	✓	x
下午5:30 – 晚上8:00	✓	x	✓	x	✓	x

\*星期日及公眾假期休息

## 前往中心路徑



由港鐵調景嶺站A1出口進入都會駅，再通往彩明商場，從麥當勞前行見到扶手電梯直上平台，向左行便可到達本中心。(由港鐵站步行起計，10分鐘內可到達本中心)



最新資訊盡在本中心  
Facebook專頁



香港家庭福利會  
Hong Kong Family Welfare Society

新界將軍澳健明邨彩明商場1號平台2號  
電話 2177 4321 電郵 tko@hkfws.org.hk  
機構網址 www.hkfws.org.hk



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by  
the Social Welfare Department

本會為註冊之有限公司  
2024年11月出版  
印刷數量1,700