


油塘綜合家庭服務中心  
Yau Tong Integrated  
Family Service Centre

2025年4至6月(49期)



2025年3月18日  
開始報名

Application Date:  
From 18 March, 2025

「會員到期辦  
理續證」詳見  
P.28

# 目錄

惡劣天氣下之中心活動安排	P. 2	中心會員須知	P. 27
油塘綜合家庭服務中心簡介及申請方法	P. 3	會員優惠計劃	P. 28
快樂「油」家開始	P. 4-5	服務使用者的權利及SQS知多少	P. 29
「愛在油塘」社區同樂日活動花絮	P. 6-7	家務指導服務	P. 30
服務使用者意見調查	P. 8-9	自在半邊天	P. 31-32
童步家·愛	P. 10-12	婦女添姿彩	P. 32
家庭及親子系列	P. 13-14	賽馬會男士家友站	P. 33-35
兒童系列	P. 15	賽馬會智家樂計劃	P. 36-39
講心港情	P. 16-17	調解服務	P. 40
健康身心	P. 18-19	和平學坊	P. 41-42
義工系列	P. 19-21	家福關懷專線	P. 43
報名本中心活動注意事項	P. 22	寄養服務	P. 44
活動報名表	P. 23-26	中心活動一覽表	P. 45-47
		中心地圖及開放時間	P. 48

## 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	Yellow 黃色暴雨警告	Red 紅色暴雨警告	Black 黑色暴雨警告
中心室內活動	✓	★	✗	✓	✗	✗
戶外活動	★	✗	✗	★	✗	✗

✓: 如常舉行 ✗: 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

- 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才讓參加者離開。
- 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。
- 因天氣情況而導致活動取消, 中心將不作另行通知。
- 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。
- 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: 2775 2332。
- 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。

# 油塘綜合家庭服務中心簡介

## 油塘綜合家庭服務中心的成立

為回應社會上家庭的需要, 香港家庭福利會於 2013 年 1 月 28 日正式成立東九龍分會, 油塘綜合家庭服務中心。本著「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, 為個人及家庭提供家庭服務。

### 服務目的

- ◆ 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的困難。

### 服務地區及對象

油塘區及麗港城如: 油麗邨、油塘邨、鯉魚門邨、高怡邨、高翔苑、高俊苑、油美苑、油翠苑、油塘中心、區內鄉村及私營屋苑等一帶的個人及家庭。

### 服務內容

本中心的綜合家庭服務採取積極、主動、多元化及外展的手法, 從預防到補救治療的工作, 為區內居民提供以下服務, 包括:

1. 家庭支援單位: 為培育區內家庭互相扶持的精神而設, 例如: 短期輔導服務 / 互助及支援小組 / 家庭教育服務 / 精神健康服務 / 新來港人士服務 / 單親家庭服務 / 家務指導服務等。
2. 家庭資源單位: 為區內家庭提供多元化的資源、社會資訊和支援服務, 例如: 親子活動 / 兒童活動 / 義工服務 / 婚姻培育系列等。
3. 家庭輔導單位: 為協助受困擾的個人或家庭, 處理生活上遇到的困難或家庭危機而設, 例如: 深入輔導服務 / 治療小組 / 社區危機處理小組等。

## 申請方法

### 輔導服務

1. 親臨或致電本中心;
2. 由專業、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。
- ◆ 根據機構政策及經由社工作出評估, 若認為服務不宜再繼續, 可要求服務使用者退出安排。

### 小組及活動

1. 親臨本中心報名;
2. 會員或非會員均可報名參加;
3. 出席者必須為已報名人士;
4. 一經報名後, 如未能出席有關小組或活動, 不可由服務使用者自行安排他人代替參加。

### 退款安排

- ◆ 已報名和繳費的小組和活動, 倘被取消、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的小組或活動, 有關的服務使用者不會獲任何退款安排。
- ◆ 收到本中心職員通知退款當日起的**一個月內**, 請參加者本人帶同該活動之收據到本中心辦理退款手續。**逾期恕不獲處理。**

## 我們需要的是**正念** 而非**正面**

大家曾經歷過當你失意時，旁人不斷向你說「加油、努力或放下」嗎？這些說話看似正向積極，但是否又為你增添不少壓力呢？

「只要有恆心，鐵杵磨成針」的故事自小便灌輸我們只要堅持必定成功。但生命並不完美，當你已經很努力，鐵杵仍未磨成針時，猶如當身為父母的你，竭盡所能照顧及管教孩子，希望孩子能夠聽話、健康成長，但仍未如所願，此時此刻你們會選擇如何看待自己、另一半或孩子呢？

當我們感到沮喪、失意時，需要的是有人明白及陪伴，而非進行教誨說理。套用歌曲《It's ok to be sad》中的一句歌詞「聲張好過扮成未發燒，哀傷激發生長熱情又滿了」。如其催逼改變，不如尊重及接受每個人的獨特經驗，容許自己傷心難過，然後慢慢復原。

## 你是否又曾說過以下的話 鼓勵自己或他人呢？



1. 放下他吧，不要再執著了。
2. 你別難過，你要勇敢面對。
3. 再努力一點，下次一定會成功。
4. 欣賞你永遠像佛一般那樣慈悲。
5. 不要逃避，做人必須要積極。
6. 我其實非常明白你的感受。

表面鼓勵，實際加壓

## 不如換種方式，以正念的方式 善待自己和他人。

1. 放下，需要時間的，慢慢來吧。
2. 難過好正常的，就讓自己難過吧。
3. 你很努力了，想放鬆就放鬆吧。
4. 我們不是聖人，人人都有情緒。
5. 你很積極了，偶然逃避很正常。
6. 我未必明白你，讓我陪你好嗎？

深度同理，讓人釋懷



## 「愛在油塘」社區同樂日活動花絮

# 「愛在油塘」社區同樂日

### 社區同樂日活動花絮

今年本中心得到油塘邨贊助舉辦大型嘉年華，「愛在油塘」社區同樂日已順利於 2025 年 1 月 4 日舉行。我們設立了多個攤位遊戲、健康測試站、扭氣球及兒童遊樂區，讓不同的年齡層的居民一同參與，共享歡樂的時光。活動當日吸引超過 400 人次的街坊參與，非常熱鬧。此外，我們特設社工茶座，讓居民可以一邊品嚐茶點，一邊與中心社工傾談，讓我們進一步了解及回應居民的服務需要。

### 攤位遊戲



### 兒童遊樂區



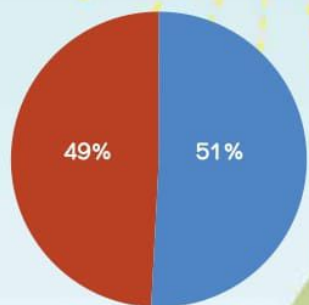
### 社工茶座



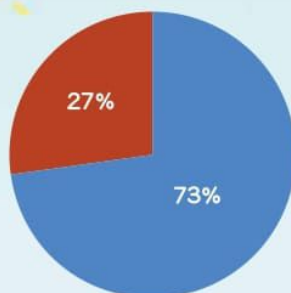
## 服務使用者意見調查

於2024年12月至2025年1月期間，本中心共收到72位服務使用者意見，他們分別以問卷調查或出席聚焦小組向本中心回饋意見。問卷及聚焦小組內容圍繞本中心的服務，收集意見結果如下：

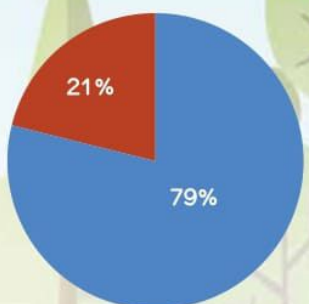
### 偶到處設施



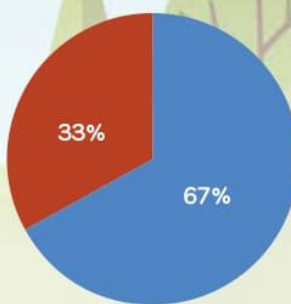
### 輔導服務



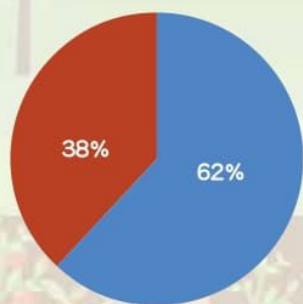
### 小組 (四節或以上)



### 講座或工作坊



### 旅行 / 參觀 / 嘉年華



非常好

好

普通

## 服務使用者意見調查

服務使用者普遍對本中心有正面評價，當中受訪者有84%曾經使用本中心的輔導服務，其次是參與小組或工作坊，他們均滿意中心服務。在此中心衷心感謝各位的支持。除此以外，服務使用者亦提出了以下的建議：

### 兒童活動

- 區內較少3-6歲幼兒活動，希望中心可舉辦有關幼兒自理、提升責任感或情緒管理的小組。
- 提議保留或增設功課輔導班，家長表示功課輔導班的義務導師有愛心及耐性，能協助學童建立良好的學習態度。



### 親子活動

- 希望多舉辦親子戶外活動，如偏遠的地方希望有旅遊巴接送如行山、郊遊、麪包製作等等。
- 希望增設親子烘焙班，如製作甜點、小點心、一口飯團等等。可讓孩子外帶回校或旅行時進食。



### 其他活動

- 中心男士活動多樣化，希望也可以開辦女士動態活動如羽毛球班、新興運動等等。
- 希望能繼續保留舒壓興趣班組，如木烙班、浮游花瓶、酒精墨水畫等等。既可減壓又可創作，療愈心靈。

中心收集服務使用者意見後，於設計2025-2026年度的活動採納大部份的意見。除了定期舉辦家庭活動外，今年亦會增設「大白灣沙灘之旅」、「暑氣涼透心—雪糕廠參觀」、「地板冰壺一家玩」等等。今年度幼兒小組及親子互動工作坊有「小廚烘焙班」、「親子競技運動同樂日」、「親子鈎織樂」等等。培養親子間的情感連結並提升家庭關係。

為應付生活環境節奏急速，工作繁忙，家長為子女勞碌，壓力重擔常令人喘不過氣來。中心回應服務使用者需要，亦增設藝術及康體活動如「表達藝術系列—墨水畫願景圖」、「永生花吊飾製作」、「身心健康行山樂」、「以『鏢』釋壓飛鏢小組」、「減壓拼盤」等等。讓大家放慢腳步，尋找屬於自己放空的空間，平衡生活節奏，保持身心健康。

想收到小組 / 活動資訊，可從以下 QR code 登記接受本中心電子訊息。



## 「意外可預防，疏忽要避免」

正確?錯誤? \_○×

父母不讓小二子女返學一個月，因子女表示學校老師兇惡，父母表明要自己在家教導子女。

正確

錯誤

正確方法：無故不讓子女上課剝削他們學習及與人接觸的機會。家長應與老師溝通，了解孩子上學的難處及解決問題。



正確?錯誤? \_○×

正確方法：兒童獨留在家容易發生意外，如攀爬窗外、在家到處亂闖亂爬、接觸危險品、如電掣、藥物等。避免兒童受傷，家長需帶兒童一起外出。

正確

錯誤

囡囡午睡中，我現在去買餅，她都5歲應該無問題。



正確?錯誤? \_○×

小四學生已經向媽媽表示耳仔痛幾次，但媽媽沒理會。後來老師發現學生上堂好似不能專心上堂，向學生瞭解後，老師勸喻母親帶仔仔去看醫生，但母親仍沒理會。

正確

錯誤

正確方法：老師及兒子已經提出耳仔不適，母親不處理，有可能令兒子的耳朵問題惡化，父母應該立即帶兒子看醫生。



×□\_

家長愛護孩子，不想他們受到傷害，在育兒上確是費心思。但有好的開始，可為日後良好親子關係，建立好的基石。

如有需要，可尋求地區的兒童照顧服務支援：



可掃描左側 QR Code 瀏覽社會福利署兒童照顧服務網頁

如在育兒或管教上需要任何支援，可與家庭或學校社工交流。

×□\_

知多一點點

據《強制舉報虐待兒童條例》附表2第(4)條，任何由某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，包括 -

- a) 沒有為該兒童提供必需品，以維持生命或健康；及
- b) 將該兒童置於危及其生命或健康的情況（例如容許該兒童接觸或服用任何危險藥物或物質）或環境。

為家長及大眾提供相關保護兒童指引及社區資訊，定期舉行教師培訓工作坊、講座和社區展覽。



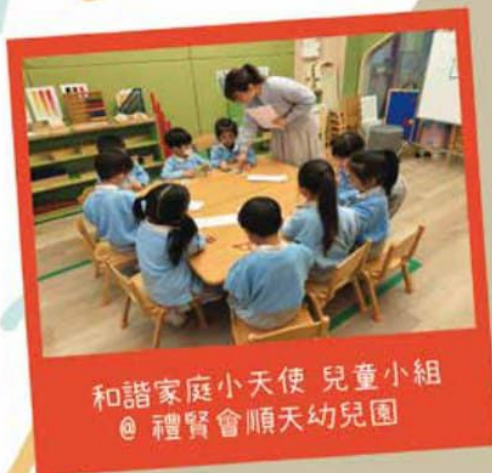
社工



自我保護小勇士



「Chill」級家長小組  
@ 深水埗官立小學



和諧家庭小天使 兒童小組  
@ 禮賢會順天幼兒園



「衝」鋒父母工作坊 @ 播道書院



計劃網頁QR Code

<https://child-protection-in-action.hkhs.org.hk/>

有關更多活動花絮及未來計劃的活動資訊，可到計劃網頁查看。

同媽媽去打卡

49/01N

日期：11/5/2025 (星期日)  
 時間：上午9:00 - 下午1:00  
 地點：信芯園農莊  
 對象：3歲或以上子女及其家長 (歡迎成人子女連同家長參加)  
 名額：40人  
 收費：每位\$50 (會員) / \$75 (非會員)  
 內容：在母親節和親愛嘅媽媽去打卡熱點慶祝，感謝媽媽對家庭的付出。信芯園有不同的特色裝置及繽紛迷人的花海，可以俾一家人拍照留念，留住美好時刻。  
 負責職員：陳先生 (註冊社工，內線115)  
 備註：1. 活動包括來回交通、入場費，不包括餐點。  
 2. 旅遊巴士落車地點至農莊仍要行一段路，約十分鐘，請考慮身體狀況。  
 3. 由於農莊未能預約，活動日期時間可能需要變動，屆時會盡早通知。



親子競技運動同樂日

49/02N

日期：24/5/2025 (星期六)  
 時間：下午2:00 - 4:00  
 地點：本中心一樓活動室 (一至三)  
 對象：家長及其就讀幼稚園至小學之子女  
 名額：12人  
 收費：每位\$15 (會員) / \$25 (非會員)  
 內容：藉著親子趣味競賽，讓親子間互助合作，提升親子關係。  
 負責職員：廖姑娘 (註冊社工，內線113)  
 備註：如非活動指定對象，需要作後備處理。



## 教教孩子寫得一手好字 - 家長小組

49/03N

日期：5/6, 12/6, 19/6, 26/6/2025 (逢星期四, 共4節)

時間：上午10:30 - 11:30

地點：本中心一樓活動室 (一至三)

對象：K2至小二幼童之家長

名額：12人

收費：每位\$30 (會員) / \$45 (非會員)

內容：家長輔助孩子做功課往往遇上好多困難，例如孩子專注力不足、小手肌發展遲緩。本小組透過認識大小手肌發展，正確執筆方法，並介紹家居遊戲訓練，令學童提升寫字能力及興趣，舒緩家長管教壓力及親子關係緊張。

負責職員：廖姑娘 (註冊社工, 內線113)

備註：如非活動指定對象，需要作後備處理。



## 假如有一天，我失去了視力/聽力/說話能力/行動能力... 49/05N

日期：2/5, 9/5, 23/5, 30/5/2025 (逢星期五, 共4節)

時間：下午5:00 - 6:30

地點：本中心一樓活動室 (一至三)

對象：8 - 12歲兒童

名額：10人

收費：每位\$30 (會員) / \$45 (非會員)

內容：今天的孩子們都擁有很多，「擁有」有時候變成理所當然。

假如有一天，我們理所當然地擁有的視力、聽力、說話能力、行動能力，忽然離我們而去，生活將變成怎樣？我將如何自處？

透過體驗活動，讓孩子培養同理心；透過品嚐「失去」，學習珍惜「擁有」。

負責職員：張姑娘 (註冊社工, 內線118)

備註：如非活動指定對象，需作後備處理。



## 水上單車一家踏

49/04N

日期：22/6/2025 (星期日)

時間：上午8:30 - 下午5:00

集合地點：本中心一樓活動室 (一至三)

活動地點：西貢創興水上活動中心

對象：4 - 12歲兒童及其家庭成員  
(必須有一位18歲或以上男士出席活動)

名額：36人

收費：每位\$30 (會員)

內容：召集全家總動員到西貢萬宜水庫西壩旁的創興水上活動中心親親大自然。「最緊要一家人」一同遠離煩囂，享受水上單車、營地定向及其他營地康體活動。

負責職員：曾先生 (註冊社工, 內線133)

備註：1. 活動包括來回旅遊巴士往返營地 (須於西貢市中心轉車) 及於營地的午膳。

2. 參加者請穿著方便運動的服飾。

3. 部份活動內容有機會因應營地供應情況而有所更改。

香港賽馬會慈善信託基金



## 咁玩法 — 芬蘭木柱

49/06N

日期：28/6/2025 (星期六)

時間：上午11:00 - 中午12:30

地點：本中心一樓活動室 (一至三)

對象：初小學生

名額：8人

收費：每位\$15 (會員) / \$25 (非會員)

內容：新興運動芬蘭木柱是源自芬蘭的投擲運動，集合保齡球及飛鏢技術之餘，亦要動動腦筋計計數，講求策略，過程又可訓練肌肉，十分適合小童。

負責職員：譚姑娘 (註冊社工, 內線134)

備註：如非活動指定對象，需作後備處理。





尋找你的色彩

49/07N

日期：7/4/2025 (星期一)  
 時間：下午1:00 - 3:00  
 地點：本中心一樓活動室 (一至三)  
 對象：18歲以上人士 (部份名額會預留給新來港人士)  
 名額：10人  
 收費：每位\$50 (會員) / \$75 (非會員)



內容：近年日韓流行的「個人色彩診斷」分析法，依據天生的眼珠、頭髮、膚質、嘴唇等顏色判斷。將人分為「春、夏、秋、冬」4種類型，並歸納出適合各型的色彩。透過這次分析，讓每位參加者都能找到適合及屬於自己的命定色。

負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線112)

- 備註：
1. 參加者需素顏出席。
  2. 參加者出席活動後，將會獲得\$50超市禮券，未能出席者，將不獲發。
  3. 特別鳴謝「香港著名個人色彩分析顧問Tiff Chan及其學院Tiffinity Academy」贊助
  4. 活動期間會進行拍攝/錄影以作紀錄、報告、推廣及宣傳用途。

DIY微型小屋

49/08N

日期：8/5, 15/5, 22/5, 29/5/2025 (逢星期四，共4節)  
 時間：上午10:00 - 11:15  
 地點：本中心一樓會議室  
 對象：18歲以上人士 (部份名額會預留給新來港人士)  
 名額：8人  
 收費：每位\$50 (會員) / \$75 (非會員)



內容：透過製作屬於自己的微型小屋，讓自己暫時拋開生活瑣事，將注意力集中在小屋上，純粹地接收與感知，讓心靈回到最平靜的狀態。

負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線112)

- 備註：四堂合共製作一間小屋，圖片只供參考，一切以上課實物為準

藉住和諧粉彩說愛您

49/09N

日期：10/5/2025 (星期六)  
 時間：下午3:00 - 5:00  
 地點：本中心一樓活動室 (一至二)  
 對象：家長及其5至17歲子女 (部分名額預留新來港家庭)  
 名額：10人  
 收費：每位\$20 (會員) / \$30 (非會員)



內容：母親節將至，讓我們的心連心，手對手，指刷一幅和諧粉彩，表達親子情懷，並一齊享用茶點，傾聲細語，回憶感受愛的一些小碎事，說聲媽媽：我愛您，辛苦了。

負責職員：如姑娘 (註冊社工，內線119)

- 備註：如非活動指定對象，需作後備處理。

一期一會之製作永生花吊飾

49/10N

日期：12/6/2025 (星期四)  
 時間：上午10:00 - 11:15  
 地點：本中心一樓會議室  
 對象：18歲以上人士 (部份名額會預留給新來港人士)  
 名額：10人



收費：每位\$15 (會員) / \$25 (非會員)  
 內容：透過製作一個「森系」永生花吊飾，讓你見到這手作的時候，提醒你要記得深呼吸，放鬆心情，讓心靈歸回平靜。

負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線112)

- 備註：圖片只供參考，一切以上課實物為準。

木製模型親子STEM - STEM

49/11N

日期：25/6, 27/6, 2/7, 4/7/2025 (逢星期三及五，共4節)  
 時間：下午4:30 - 5:45  
 地點：本中心一樓活動室 (一至二)  
 對象：5 - 10歲兒童及其家長 (部份名額會預留給新來港家庭)  
 名額：12人



收費：每位\$30 (會員) / \$45 (非會員)  
 內容：家長與小朋友可以於小組中合力製作兩件STEM木模型玩具。完成後可以利用製成品與其他家庭一同玩小遊戲，更可學習箇中的科學原理。

負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)

## 開啟生命寶貴之門 - 表達藝術同行小組 (一) 49/12N 人生破地獄 - 表達藝術同行小組 (二) 49/13N

日期：9/5, 16/5, 23/5, 30/5/2025 (逢星期五, 共4節)  
6/6, 13/6, 20/6, 27/6/2025 (逢星期五, 共4節)

時間：上午9:45 - 11:45  
地點：本中心二樓綜藝坊  
對象：18歲以上成人  
名額：8人

收費：每個小組每位\$30 (會員) / \$45 (非會員)

內容：我們一個人來到世上，離開時也是一個人。你曾可感到生命中某些經歷只有自己才明白，需獨自面對。在首個小組中，參加者可透過視覺藝術、音樂、舞動、戲劇、寫作等分享生命印記；互相陪伴、明白、同喜同悲。也從生命中找回珍貴的部分，感謝同行的人。

人只死一次，也只活一次。在第二個小組，參加者可透過表達藝術，嘗試經驗一次生與死，從死思生，探索當下的人間地獄，把困難呈現及重演出來，並寫下自己的墓誌銘，讓舊有的死去，找回活著的重心。然後回到現實生命中，重新的好好活出自我。

負責職員：呂姑娘 (註冊社工, 人本表達藝術治療課程實習生, 內線128)

- 備註：1. 不需藝術經驗，目標非製作漂亮藝術品，而是在過程中探索自我及抒發感受，只需要對藝術及心靈健康有興趣即可。  
2. 會有電話訪談了解參加者的背景及需要以設計小組活動。  
3. 參加者須於活動前填寫有關的活動實習同意書。



需同時參加  
兩個小組

## 鏢出好心情

49/14N

日期：12/5/2025 (星期一)  
時間：上午10:00 - 11:00  
地點：本中心一樓活動室 (一至三)  
對象：區內18歲或以上之成年人士  
名額：10人

收費：每位\$15 (會員) / \$25 (非會員)

內容：透過擲飛鏢，將心中負面的情緒釋放出來，並迎來好心情好人生。

負責職員：何先生 (註冊社工, 內線135)

- 備註：1. 歡迎新手參加。  
2. 請穿著運動服裝及運動鞋。



## 身心健康行山樂

49/15N

日期：11/4/2025 (星期五)  
時間：上午9:00 - 中午12:00  
地點：將軍澳跨灣連接路  
對象：18歲或以上有興趣的人士  
名額：15人  
收費：每位\$10 (會員) / \$15 (非會員)

內容：將軍澳跨灣連接路是香港的一座跨海大橋，其中約1公里為海上高架橋，為全港首條附設自行車道、人行道及觀景台的雙線雙程分隔車道的海上「多功能」高架橋。橋上亦設有觀景台，可供市民欣賞將軍澳灣及東邊水道的美景，沿途可飽覽無敵海景。在繁忙的生活中，讓自己放一天假期，到大自然的環境下，呼吸新鮮的空氣，讓身體及情緒又充電。

負責職員：玲姑娘 (註冊社工, 內線114)

- 備註：1. 參加者請穿著運動服裝、運動鞋或行山鞋。2. 請自備食水、毛巾、蚊怕水等個人用品。3. 請自備車費，包括乘坐港鐵及小巴/巴士之費用。



## 情緒「家」油站

49/16N

日期：9/5, 16/5, 23/5, 30/5/2025 (逢星期五, 共4節)  
時間：晚上7:00 - 8:30  
地點：本中心二樓綜藝室  
對象：18歲人士，曾參加「認知行為法」或「整全理論」人士優先  
名額：10名  
收費：免費

內容：透過小組活動，認識個人情緒及引發的成因，並學習應用「認知行為治療」的技巧來改善負面的情緒。

負責職員：玲姑娘 (註冊社工, 內線114)

- 備註：報名者會於組前進行電話甄選，以確認出席。

## 義工系列

## 守護沙灘大行動：白水碗沙灘

49/17N

日期：3/5/2025 (星期六)  
時間：上午9:30 - 下午1:00  
活動地點：西貢白水碗沙灘  
集合地點：油塘港鐵站B出口  
解散地點：坑口港鐵站

對象：有興趣參與環保義工活動的人士 (注意：如有意以親子形式報名，同行之小朋友需最少年滿5歲)  
名額：12人  
收費：免費

內容：結合郊遊及認識保護環境為本的活動，促進家庭了解郊野垃圾的問題，並建立保護環境的意識。活動中將會一邊欣賞美景、一邊沿路拾取郊野垃圾，齊齊保護郊野。

負責職員：葉姑娘 (註冊社工, 內線117)

- 備註：1. 活動時間可計算義工時數。  
2. 請盡量穿著以防曬、舒適和方便為主的服裝，例如運動服裝；另敬請穿著合適的球鞋或行山鞋。  
3. 請自備足夠飲用水 (至少1公升)、個人藥物以及輕便食物。  
4. 活動當日會一同乘坐公共交通工具，因此需要備有足夠餘值的八達通卡以支付交通費用。

## 2025年度第一期「義學同行」 功課輔導A1班 49/18N

日期：8/4, 15/4, 29/4, 6/5/2025  
(逢星期二, 共4節)

時間：下午4:00 - 5:30

地點：本中心二樓綜藝坊

對象：低收入家庭的小一至小六學童

對名額：12人

收費：每位\$80 (會員) / \$120 (非會員)

內容：由義工導師透過小組形式，為學生提供功課輔導，解答日常功課，預備測驗及考試，以減輕家長教導子女功課的壓力。

負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線109)

備註：1. 若只報讀一班，需作後備處理。

2. 若義工導師不足，此班組亦會延期或取消，敬請留意。

3. 低收入家庭指於2024/25學年領取綜援、學校書簿津貼全額或半額津貼。

4. 所有參與學童的家長將獲配對一位社工，以提供3節輔導服務，跟進學童的需要。

## 2025年度第一期「義學同行」 功課輔導A2班 49/19N

日期：13/5, 20/5, 27/5, 3/6/2025  
(逢星期二, 共4節)

需同時報讀  
A1和A2  
兩班

## 2025年度第一期「義學同行」 功課輔導B1班 49/20N

日期：11/4, 25/4, 2/5, 9/5/2025  
(逢星期五, 共4節)

時間：下午4:00 - 5:30

地點：本中心二樓綜藝坊

對象：低收入家庭的小一至小六學童

對名額：12人

收費：每位\$80 (會員) / \$120 (非會員)

內容：由義工導師透過小組形式，為學生提供功課輔導，解答日常功課，預備測驗及考試，以減輕家長教導子女功課的壓力。

負責職員：廖姑娘 (註冊社工，內線113)

備註：1. 若只報讀一班，需作後備處理。

2. 若義工導師不足，此班組亦會延期或取消，敬請留意。

3. 低收入家庭指於2024/25學年領取綜援、學校書簿津貼全額或半額津貼。

4. 所有參與學童的家長將獲配對一位社工，以提供3節輔導服務，跟進學童的需要。

## 2025年度第一期「義學同行」 功課輔導B2班 49/21N

日期：16/5, 23/5, 30/5, 6/6/2025  
(逢星期五, 共4節)

需同時報讀  
B1和B2  
兩班

## 義工招募

### 粽子驅蚊包義工鉤織班 (一)

49/22N

日期：8/5/2025 (星期四)

時間：上午10:00 - 中午12:00

地點：本中心一樓活動室 (一至三)

對象：懂鉤織技巧人士

對名額：15人

收費：免費

內容：義工一同製作鉤織作品送贈區內街坊，以表關懷。

負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線109)

備註：是次活動可計算義工服務時數



### 粽子驅蚊包義工鉤織班 (二)

49/23N

日期：15/5/2025 (星期四)

時間：上午10:00 - 中午12:00

地點：本中心一樓活動室 (一至三)

對象：懂鉤織技巧人士

對名額：15人

收費：免費

內容：義工一同製作鉤織作品送贈區內街坊，以表關懷。

負責職員：張姑娘 (註冊社工，內線109)

備註：是次活動可計算義工服務時數



### 端午送關懷

49/24N

日期：17/5/2025 (星期六)

時間：上午9:30 - 中午12:30

地點：本中心一樓活動室 (一至三)

對象：有意成為義工的人士

對名額：30人

收費：免費

內容：端午節是中國傳統大日，義工向油塘區內的獨居或雙老長者派送紀念品，傳遞愛與關懷。

負責職員：葉姑娘 (註冊社工，內線117)

備註：1. 未成年子女必須由家長陪同出席。

2. 是次活動可計算義工服務時數。



家福會  
HKFWS

香港家庭福利會  
活動報名表

油塘綜合家庭服務中心

請“√”選報名活動，填寫參加活動的家庭成員號碼(1、2、3、4或5)及費用

系列	編號	活動名稱	會員	非會員	家庭成員號碼	費用	收據	內部使用
義工	49/20N	2025 年度第一期「義學同行」 功課輔導 B1 班	80	120				正
	49/21N	2025 年度第一期「義學同行」 功課輔導 B2 班	80	120				正
義工	49/22N	粽子驅蚊包義工鈎織班(一)	免費					正
	49/23N	粽子驅蚊包義工鈎織班(二)	免費					正
家務指導	49/24N	端午送關懷	免費					正
	49/25N	家務通：芝麻卷自己捲	20	30				正
家務指導	49/26N	家務通：端午糉大家包	20	30				正
	49/27N	家務通：壽司自己包	20	30				正
自在半邊天	49/28N	鈎織慢慢活	30	45				正
	49/29N	「我有兩個家」離異家庭兒童小組	30	45				正
婦女	49/30N	彩虹雅聚：親子廚房之抹茶提拉米蘇	40	60				正
	49/31N	「我家孩子有個秘密」家長支援工作坊	15	25				正
賽馬會 男士家 友站	49/32N	彩繪小夜燈	50	75				正
	49/33N	男人心，好好傾	免費					正
賽馬會 男士家 友站	49/34N	嬰兒玩具點檢好?	免費					正

## 報名本中心活動注意事項

### 活動報名方法及須知

重要

報名人士請勿報多於一個在同一日期及時間舉行的小組或活動，一經發現，本中心有權要求參加者只可選擇其中一個參與，而其餘一個已交的費用，將不會獲退款安排。

- 親身報名：填妥報名表後(十八歲以下參加者需要連同健康申報及攝影同意書)，可攜同會員證，親身或委託他人(必須連同已簽名的報名表)，於辦公時間內到本中心以現金或支票付款。支票抬頭請寫「香港家庭福利會」。
- 電話報名：因疫情有所改善，電話報名將恢復以往的安排：可於首天活動報名日後一星期(25/3/2025)開始致電本中心(2775 2332)作電話留位。留位後請於三天工作天內親臨本中心繳費報名，否則有關名額將自動取消，本中心不作另行通知。
- 郵寄交費：
  - 請最遲於活動舉行前七天連同劃線支票及填妥之報名表格寄回本中心。支票抬頭請寫「香港家庭福利會」。
  - 所有於活動報名日前收到之郵寄報名，會以郵戳為準，惟處理次序乃以報名日當天親臨中心報名者優先處理。

iii) 若郵戳當日收到超額的報名表，則該批報名者將以抽籤處理(抽籤活動或組前見面活動除外)。

- 除活動內容更改、延期或取消，一經報名，所繳付之費用將不獲退還，亦不可擅自更改參加者。
- 如有任何本中心有效之活動優惠證明，如本中心有效會員證等，敬請於遞交報名表時一併提交。倘簽發收據後才提交相關優惠證明，本中心恕不接受其優惠權利。
- 經濟有困難人士，可與本中心職員聯絡，商討活動減費，本中心保留最後決定權。
- 香港家庭福利會及有關贊助團體或會於活動進行期間攝影，亦明白及同意有關的照片有機會刊登於本中心季刊、報章或有關企業的宣傳刊物等等，作為推廣及宣傳用途，如不同意，可在活動時向負責職員提出。

### 備註

- 所有活動參加者必須持有效之香港身份證明文件；
- 每項活動請用一張獨立支票，背面寫上姓名、年齡、聯絡電話及活動名稱；
- 郵寄活動費用形式：只接受劃線支票。現金或其他形式，本中心恕不接受。敬請切勿郵寄現金；
- 出席者必須為已報名人士。

## 活動報名日溫馨提示

- 於活動報名首日，每位報名人士每次只可取一個籌號，每個籌號只限一個家庭為其同住家人報最多8個活動(包括列入為後備名單的活動)。如需要報更多活動，或為其他家庭報名，需在完成完成8個活動報名程序後，重新另取籌號報名。
- 為了讓活動報名日程序更有效率，減少閣下的等候時間，有意在活動報名日前

來本中心報名之人士，請盡量先填寫好本季刊中的活動報名表及健康申報表及攝影同意書(見 p23 - 26)。

- 由於本中心的活動報名日是以派籌形式進行，所以我們在核對和報名交費用時會依據籌號而輪候報名的先後次序，敬請報名人士預留充足時間完成報名手續。(修訂於 2019 年 1 月)

參加者向本會所提供之個人/家庭資料，只作為報名參加活動或郵寄本中心服務資料之用途，並受到個人資料(私隱)條例之保障。如欲查閱個人資料紀錄，可以書面向本會個人資料主任申請。如有疑問，可致電本中心 2775 2332 查詢。



活動申請人 / 家長姓名：\_\_\_\_\_ 性別：男 / 女 年齡：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

會員編號：YTIFSC / 0 / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 非會員 香港身份證號碼：(非會員適用)

通訊地址：(非會員適用) \_\_\_\_\_

電郵：\_\_\_\_\_

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

活動對象所屬類別 (可「✓」多項) :

來港不足七年人士 / 家庭 (來港年份：\_\_\_\_\_ )  單親家庭

綜援人士 / 家庭  不適用

低收入家庭 (現正領取 書簿津貼 / 車船津貼的家庭 / 幼稚園及幼兒中心學費減免計劃之資助之家庭)

活動申請人		報名家庭成員 (*如有, 必須填寫每一位中文全名)					
姓名:	姓名: _____ 性別: _____ 年級: _____ 年齡: _____ 與申請人關係: _____	姓名: _____ 性別: _____ 年級: _____ 年齡: _____ 與申請人關係: _____	姓名: _____ 性別: _____ 年級: _____ 年齡: _____ 與申請人關係: _____	姓名: _____ 性別: _____ 年級: _____ 年齡: _____ 與申請人關係: _____	姓名: _____ 性別: _____ 年級: _____ 年齡: _____ 與申請人關係: _____	姓名: _____ 性別: _____ 年級: _____ 年齡: _____ 與申請人關係: _____	家庭成員號碼: 5
<b>健康申報</b> (如家庭成員未滿18歲, 則需要填寫此部分)	<input type="checkbox"/> 未患上任何特別的疾病 <input type="checkbox"/> 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	<input type="checkbox"/> 未患上任何特別的疾病 <input type="checkbox"/> 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	<input type="checkbox"/> 未患上任何特別的疾病 <input type="checkbox"/> 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	<input type="checkbox"/> 未患上任何特別的疾病 <input type="checkbox"/> 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	<input type="checkbox"/> 未患上任何特別的疾病 <input type="checkbox"/> 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	<input type="checkbox"/> 未患上任何特別的疾病 <input type="checkbox"/> 患有 _____ 之疾病, 但不妨礙參與活動	家庭成員號碼: 3
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	家庭成員號碼: 6	家庭成員號碼: 7	家庭成員號碼: 8

報名人士請勿報多於一個在同一日期及時間舉行的小組或活動, 一經發現, 本中心有權要求參加者只可選擇其中一個參與, 而其餘一個已交的費用, 將不會獲退款安排。

請"✓" 選擇名活動, 填寫參加活動的家庭成員號碼 (1、2、3、4 或 5) 及費用

系列	編號	✓	活動名稱	會員	非會員	家庭成員號碼	費用	收據	內部使用
家庭及親子	49/01N		回媽媽去打卡	50	75				正 後
	49/02N		親子競技運動同樂日	15	25				正 後
	49/03N		教教孩子寫得一手好字 - 家長小組	30	45				正 後
	49/04N		水上單車一家踏	30	30				正 後
兒童系列	49/05N		假如有一天, 我失去了視力 / 聽力 / 說話能力 / 行動能力...	30	45				正 後
	49/06N		咩玩法 — 芬蘭木柱	15	25				正 後
講心港情	49/07N		尋找你的色彩	50	75				正 後
	49/08N		DIY 微型小屋	50	75				正 後
	49/09N		藉住和諧粉彩說愛您	20	30				正 後
	49/10N		一期一會之製作永生花吊飾	15	25				正 後
健康身心	49/11N		木製模型親子 STEM — STEM	30	45				正 後
	49/12N		開啟生命寶貴之門 — 表達藝術同行小組 (一)	30	45				正 後
	49/13N		人生破地獄 — 表達藝術同行小組 (二)	30	45				正 後
	49/14N		釋出好心情	15	25				正 後
	49/15N		身心健康行山樂	10	15				正 後
	49/16N		情緒「家」油站		免費				正 後
義工	49/17N		守護沙灘大行動: 白水碗沙灘		免費				正 後
	49/18N		2025 年度第一期「義學同行」 功課輔導 A1 班	80	120				正 後
	49/19N		2025 年度第一期「義學同行」 功課輔導 A2 班	80	120				正 後

## 中心會員須知

# 中心會員須知

The Rules & Regulations of Membership  
(For English version, please contact our Staff)

### 會員義務

1. 於會員証有效期屆滿日(即每兩年之3月31日)或以前一星期,更換會員証。
2. 活動報名時,請出示有效之會員証或提供資料核實會員身份,方可享用會員優惠。
3. 參加活動時,請帶同有效之會員証及收據。
4. 會員必須遵守中心規則及愛護公物。
5. 會員証不得轉借他人使用。
6. 若遺失會員証,必須盡快到本中心報失及補領,補領費用十元。

### 退出程序

凡會籍屆滿時不重新登記,即作自動退出會籍論。

**備註: 本中心保留修改以上條款的最終決定權。**

油塘綜合家庭服務中心遵行「個人資料(私隱)條例,以確保提供專業服務,保護服務使用者的個人資料。申請人所填報資料只作本中心統計及活動推介之用。詳情請參閱本會之「個人資料保護政策及實務常規」。(修訂於2015年6月)



### 申請資格

1. 申請人須年滿18歲及為香港居民。申請人只須填妥其他同住家庭成員的資料,家庭成員亦可成為中心會員。
2. 願意履行會員義務。

### 申請手續

1. 申請表可向接待處職員索取,填妥後交回接待處,並出示身份證予職員核對。
2. 成功申請後,申請表上每位家庭成員會獲發一張會員證。

### 會員權利

1. 可享有會員優惠參加本中心所舉辦之小組及各項活動。
2. 可借閱本中心之書籍。
  - 1) 每本書籍可借閱兩星期(由借出日起計)。如歸還日期為公眾假期,將順延至下一個工作天。
  - 2) 續借:會員需攜帶相關書籍親臨本中心,辦理續借手續。每本書只可續借一次。
  - 3) 逾期歸還的書籍須繳付每天港幣1元罰款(只計算工作天,不包括公眾假期)。
  - 4) 如遺失書籍或書籍損毀,需要照價賠償。
  - 5) 如未繳清罰款,不能繼續使用外借圖書服務。
3. 可定期以郵寄方式收到本中心之活動通訊。

系列	編號	✓	活動名稱	會員		家庭成員號碼	費用	收據	內部使用	
				會員	非會員				正	後
賽馬會 男士家 友站	49/35N		電飯煲自己復修	免費					正	後
	49/36N		護身道	20					正	後
	49/37N		免費離異法律諮詢服務(四月)	免費					正	後
調 解	49/38N		家事法律諮詢講座	免費					正	後
	49/39N		免費離異法律諮詢服務(六月)	免費					正	後
和平 學坊	49/40N		「和平學坊」兒童課程	免費					正	後
	49/41N		「和平學坊」互助聚會	免費					正	後
備用									正	後
									正	後
									正	後
									正	後
									正	後

參加者必須細心閱讀以下內容並簽名確認。

1. 本人已清楚明白及同意中心列明的活動報名須知,詳情請見季刊第22頁。
2. 本人明白在活動期間因個人之健康狀況而引起的傷害,本人願意自行承擔責任,與香港家庭福利會無關。
3. 香港家庭福利會及有關贊助團體或會於活動進行期間攝影,亦明白及同意有關的照片有機會刊登於本中心季刊、報章或有關企業的宣傳刊物等等,作為推廣及宣傳用途。如不同意,可在活動時向負責職員提出。
4. 參加者向本會所提供的個人/家庭資料,只作為報名參加活動或郵寄本中心服務資料之用途,並受到個人資料(私隱)條例所保障。如欲查閱個人資料紀錄,可以以書面形式向本會的個人資料主任申請。如有疑問,可致電本中心2775 2332查詢。

活動申請人/家長簽署: \_\_\_\_\_

日期: \_\_\_\_\_



## 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及作出跟進。

### 查詢或表達意見

假如你對我們中心的服務政策、程序、環境、設施、職員或各項服務等有任何意見，你可以致電 2775 2332 與職員聯絡；亦可將有關查詢或意見連同閣下之聯絡資料以郵寄方式傳送(有關資料請參閱封面)，本中心會盡快與閣下聯絡。多謝！

### 拒收直接促銷通知

如要停止使用閣下的個人聯絡資料作直接促銷或推廣之用途，請填寫「拒收直接促銷通知書」(表格於 [www.hkfw.org.hk](http://www.hkfw.org.hk) 下載)並郵寄回本會(地址：九龍油塘油麗邨信麗樓1樓)，費用全免。如有查詢或日後查閱/更新個人資料，請致電 2775 2332 與本中心聯絡。

## 會籍到期續証通知

注意

各位會員請注意：

各會員之會籍將於 2025 年 3 月 31 日到期，如欲繼續免費收取中心通訊「家福油遞」，借閱圖書，以及享用會員價報名活動，請盡快於 2025 年 3 月 31 日前親臨本中心更新會籍，並填寫「會員資料更新表格」，辦理續證手續。多謝合作！



## 會員優惠計劃



好消息！現時成為香港家庭福利會油塘綜合家庭服務中心的會員，除了可以享用活動報名會員價，借用圖書服務外(每人只可以借出 1 本圖書)，還可享用商戶折扣優惠。

## 以下是商戶優惠的詳情

商舖名稱	位址 / 電話	優惠折扣
1+1 文具	九龍油塘鯉魚門廣場 208 號 A 鋪 電話：2349 7168	購物滿 \$100，可享 95 折 (特價品除外)
鄭偉雄眼科 視光師	觀塘麗港城一期商場地下 37-37A 號鋪 電話：2772 1223	配架連鏡片 \$1000 或以上， 額外 \$200 折扣優惠
New Best	九龍油塘大本型 2 樓 217 號鋪	購物可享 9 折(特價品除外)
天然護髮 用品中心	九龍油塘鯉魚門廣場 2 樓 204 號鋪	購買產品或染髮，可享 9 折 (療程及特價品除外)
綠色生活	九龍油塘鯉魚門廣場 2 樓 211 號鋪	購物滿 \$1000，可享 95 折
廣良興	九龍油塘鯉魚門廣場 1 樓 124A 鋪	購物滿 \$50，可享 95 折
壹家海味	九龍油塘油麗商場 3 樓 Icook 購物廊 (Zone J)	購物滿 \$1000，可享 95 折
年香園餅家	九龍油塘鯉魚門海傍道中 43D	購物滿 \$100，可享 95 折

- ✧ 優惠至 2027 年 3 月 31 日；就此推廣活動如有任何爭議，商戶保留最終決定權。
- ✧ 使用有關優惠時請出示本會的會員證。

我們還會繼續與更多的商戶商討合作，如有最新的消息，我們會在新一期的季刊刊登。

## SQS 知多口



每間接受政府資助的福利機構都設有一套十六項的服務質素標準(SQS)，訂明了機構在管理、運作和提供服務既定的原則、程序和指引，以確保服務質素和提升透明度。因此，本機構亦設有十六項服務質素標準，所涉及的範圍如下：

SQS 1 服務資料	SQS 9 安全環境
SQS 2 檢討及修訂政策及程序	SQS 10 申請及退出服務
SQS 3 運作及活動紀錄	SQS 11 評估服務使用者的需要
SQS 4 職務及責任	SQS 12 知情的選擇
SQS 5 人力資源	SQS 13 私人財產
SQS 6 計劃、評估及收集意見	SQS 14 私隱和保密
SQS 7 財政管理	SQS 15 申訴
SQS 8 法律責任	SQS 16 免受侵犯

\* 本中心備有服務質素標準的詳細內容，如有需要閱覽有關資料，可向接待處查詢。

## 遇到家務、煮食或幼兒照顧的困難？

分享生活小智慧，提升生活技能

服務介紹：透過針對個別社區人士需要而設計的訓練，培育他們自理自立的能力。

服務對象：- 不熟習料理家務或照顧幼兒的家長

- 因身體或精神健康問題而未能應付家務或照顧幼兒的家長
- 家庭出現變故，家庭成員須接替料理家務或照顧幼兒
- 其他社會工作員認為有此項服務需要的個案

訓練內容：自我照顧、家庭照顧、幼兒照顧

### 家務通：芝麻卷自己捲

49/25N

日期：17/4/2025 (星期四)  
 時間：上午10:00 - 中午12:00  
 地點：本中心二樓樂聚坊  
 對象：家有18歲以下子女的家長  
 名額：6人  
 收費：每位\$20 (會員) / \$30 (非會員)  
 內容：示範製作芝麻卷，一起嘗試製作  
 分享選購食材心得、食物配搭與營養



負責職員：范姑娘 (註冊社工，內線102)、關姑娘 (家務指導員，內線132)  
 備註：1. 如非活動指定對象，需作後備處理。2. 首次參加者優先。3. 圖片只供參考。

### 家務通：端午糉大家包

49/26N

日期：28/5/2025 (星期三)  
 時間：上午10:00 - 中午12:00  
 地點：本中心二樓樂聚坊  
 對象：家有18歲以下子女的家長  
 名額：6人  
 收費：每位\$20 (會員) / \$30 (非會員)  
 內容：示範製作糉，一起嘗試製作  
 分享選購食材心得、食物配搭與營養



負責職員：范姑娘 (註冊社工，內線102)、關姑娘 (家務指導員，內線132)  
 備註：1. 如非活動指定對象，需作後備處理。2. 首次參加者優先。3. 圖片只供參考。

### 家務通：壽司自己包

49/27N

日期：24/6/2025 (星期二)  
 時間：上午10:00 - 中午12:00  
 地點：本中心二樓樂聚坊  
 對象：家有18歲以下子女的家長  
 名額：6人  
 收費：每位\$20 (會員) / \$30 (非會員)  
 內容：示範製作壽司，一起嘗試製作  
 分享選購食材心得、食物配搭與營養



負責職員：范姑娘 (註冊社工，內線102)、關姑娘 (家務指導員，內線132)  
 備註：1. 如非活動指定對象，需作後備處理。2. 首次參加者優先。3. 圖片只供參考。

三選一。其他可作後備報名

### 鈎織慢慢活

49/28N

日期：6/5, 13/5, 20/5, 27/5/2025 (逢星期二，共4節)  
 時間：上午9:30 - 11:30  
 地點：本中心一樓活動室 (一至二)  
 對象：18歲以上人士 (部分名額預留單親家長)  
 名額：8人  
 收費：每位\$30 (會員) / \$45 (非會員)  
 內容：慢慢活，專注地藉住一再重複的鈎織讓人放鬆，並感受創作加注滿滿的成就感。是次小組一齊鈎織可愛大熊貓，十分實用，可洗刷、擺設、墊物件及收藏。



負責職員：如姑娘 (註冊社工，內線119)  
 備註：如非活動指定對象，需作後備處理。

### 「我有兩個家」離異家庭兒童小組

49/29N

日期：6/6, 13/6, 20/6, 27/6/2025 (逢星期五，共4節)  
 時間：下午5:30 - 6:30  
 地點：本中心一樓活動室 (一至二)  
 對象：5 - 10歲之正面對父母分居或離異的兒童  
 名額：12人  
 收費：每位\$30 (會員) / \$45 (非會員)  
 內容：當兒童適應家庭離異的變化，和同住及非同住家長的相處也會有不同，會經驗不同的情緒。透過繪本和藝術活動，讓兒童知道與同住及非同住家長相處的應對，並提升內在的力量來面對家庭的變化。

負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線130)  
 備註：家長須參與小組前後面談，以了解兒童的需要。

### 彩虹雅聚：親子廚房之抹茶提拉米蘇

49/30N

日期：14/6/2025 (星期六)  
 時間：上午10:00 - 11:30  
 地點：本中心二樓樂聚坊  
 對象：K3至小六子女及其家長 (單親家庭優先)  
 名額：8人  
 收費：每位\$40 (會員) / \$60 (非會員)  
 內容：是次親子廚房以甜品為主題，一起製作「抹茶提拉米蘇」，渡過一個愉快的親子時光！



負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線130)  
 備註：1. 圖片僅供參考。  
 2. 已包括材料。



## 自在半邊天

### 「我家孩子有個秘密」家長支援工作坊 49/31N

日期：24/6/2025 (星期二)  
時間：上午10:00 - 11:30  
地點：本中心一樓活動室 (一至二)  
對象：育有5 - 10歲兒童，正面對分居或離婚之同住家長  
名額：8人  
收費：每位\$15 (會員) / \$25 (非會員)  
內容：孩子面對父母離異，心中懷著很多秘密，如不知父母發生甚麼事，是不是自己做錯了，父母會不會復合等疑惑，不敢表達，有時更不說真話，讓同住家長感到不知所措。家長可以如何回應，才能回應孩子的心聲？是次工作坊討論孩子的情緒需要及應對方法，支援家長陪伴孩子經歷家庭的改變。  
負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線130)

## 婦女添姿彩

### 彩繪小夜燈 49/32N

日期：17/6/2025 (星期二)  
時間：上午10:00 - 中午12:00  
地點：本中心一樓活動室 (一至二)  
對象：區內18歲或以上女士  
名額：10人  
收費：每位\$50 (會員) / \$75 (非會員)  
內容：女士們忙於照顧家庭或生活各事務，也需要照顧一下自己。是次工作坊會製作獨一無二的彩繪小夜燈，給自己送上一份禮物。  
負責職員：黎姑娘 (註冊社工，內線130)  
備註：1. 圖片僅供參考。  
2. 已包括材料。



主辦機構



賽馬會男士家友站

捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金

## 油塘綜合家庭服務中心 男士活動



### 親子活動：水上單車一家踏

22/6/2025 (星期日)  
上午 8:30 - 下午 5:00



### 男人心・好好傾

16/4, 30/4, 7/5, 28/5, 4/6,  
18/6/2025  
(逢星期三，共6節)  
晚上 7:00 - 8:00

### 嬰兒玩具點揀好？

23/5/2025 (星期五)  
晚上 7:15 - 8:30

### 電飯煲自己復修

6/6/2025 (星期五)  
晚上 7:15 - 8:45



### 護身道

11/6/2025 (星期三)  
晚上 7:00 - 9:00



查詢電話：2775 2332 (曾先生 / 何先生)  
中心地址：九龍油麗邨信麗樓 1 樓  
報名方法：親臨本中心或使用右方二維碼網上報名  
網址：<https://forms.office.com/r/gLHe8ZWYq9>



## 男人心，好好傾

49/33N

日期：16/4, 30/4, 7/5, 28/5, 4/6, 18/6/2025 (逢星期三，共6節)  
 時間：晚上7:00 - 8:00  
 地點：本中心一樓活動室 (一至二)  
 對象：18歲或以上男士  
 名額：15人  
 收費：免費  
 內容：各方男士聚首一堂，又可以玩遊戲又可以飲飲食食，齊齊吹吹水，既輕鬆又自在。  
 負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)  
 備註：本季主題分享男士消閒活動。

## 電飯煲自己復修

49/35N

日期：6/6/2025 (星期五)  
 時間：晚上7:15 - 8:45  
 地點：本中心一樓活動室 (一至三)  
 對象：18歲或以上男士  
 名額：12人  
 收費：免費  
 內容：食飯要有米氣，煮飯要有電飯煲！本活動會由「復修辦館」的電器維修導師教授電飯煲保養知識及維修技巧，並有機會作簡單練習。  
 負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)

## 嬰兒玩具點揀好？

49/34N

日期：23/5/2025 (星期五)  
 時間：晚上7:15 - 8:30  
 地點：本中心一樓活動室 (一至二)  
 對象：將育有 / 已育有初生嬰兒的準爸爸 / 爸爸  
 名額：10人  
 收費：免費  
 內容：初生嬰兒的發展速度高，差不多每個月也有不同的發展里程碑。本活動會分享不同階段玩具的選擇及如何運用家中物品製作既簡單又能配合嬰兒發展的玩具。  
 負責職員：曾先生 (註冊社工，內線133)

## 護身道

49/36N

日期：11/6/2025 (星期三)  
 時間：晚上7:00 - 9:00  
 地點：新蒲崗  
 對象：18歲或以上男士  
 名額：15人  
 收費：每位 \$20  
 內容：護身道的重點強調「防」的技巧，只有練就一身「遇到危險而不被擊中」的功夫，才能真正保護自己。時至今日護身道已經成為一項國際性運動，過程中學員會學習運用不同兵器作攻防對抗賽。  
 負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)  
 備註：1. 歡迎新手參加。  
 2. 由專業教練帶領及提供裝備。  
 3. 請穿著運動服裝及運動鞋。





香港家庭福利會油塘綜合家庭服務中心

兒家宜家學家庭支援系列

與SEN同住



跨專業專家以講座/Facebook貼文分享SEN孩子家居照顧Tips, 包括學習方法、情感需要、行為管理及品格培育。



在家舒ART坊



透過有趣藝術活動, 學習覺察情緒及身體反應, 為心情釋放空間。

情緒整理大人學



香港浸會大學團隊帶領認知行為治療法家長小組, 支援家長情緒管理。

移動玩具學



親子玩知多點! 在家如何陪孩子玩? 玩具囤積居奇? 留意移動玩具學的活動資訊和貼文。

小家居智慧學



如何清乾淨? 如何執整齊? 如何煮得營養? 什麼光讀書才舒服? 透過活動Facebook貼文, 與你同分享民間家居智慧。



家長情緒小組及興趣活動



facebook貼文及活動



親子/家庭活動



ZOOM講座及活動



Whatsapp短訊活動

策劃及資助:



合作院校:



合作夥伴:



3-6月活動預告



聽說讀寫全攻略@掌握抄寫無難度

日期: 2025年3月21日(五)
時間: 晚上7:00 - 8:30
地點: 網上講座 (ZOOM)
對象及名額: 育有幼稚園或小學生的家長或有興趣的人士 (100名)
費用: 免費
內容: 了解讀寫所需具備的條件、了解手肌、視覺感知、眼球控制等對讀寫的重要性、認識常見的兒童書寫困難原因(如環境設置、空間應用、手眼協調)、如何有效提升兒童書寫能力的技巧和家居訓練策略
講者嘉賓: 職業治療師
負責職員: 何先生 (註冊社工, 內線135)
備註: 如於20/03/2025(五)下午5時或之後仍未收到Zoom連結, 請於辦公時間內致電2775 2332 (何先生)查詢。

網上報名



愈扭愈親密之親子扭計骰 (網上工作坊)

日期: 2025年3月29日(六)
時間: 下午2:30 - 4:00
地點: 網上活動 (ZOOM)
對象及名額: 幼稚園或小學生及其父母 (20組家庭)
費用: 免費
內容: 透過與父母一齊學習破解3X3扭計骰去提升親子關係, 並培養孩子溝通合作、專注集中、解難能力及數理邏輯能力。
負責職員: 何先生 (註冊社工, 內線135)
備註:



網上報名



1.參加者在報名及收到本中心電話通知後, 需於2025年3月19日晚上8時正或之前到達本中心(油塘油麗邨信麗樓一樓)領取活動物資包乙份, 逾期作退出活動論。
2.如於26/03/2025(三)下午5時或之後仍未收到Zoom連結, 請於辦公時間內致電2775 2332 (何先生)查詢。

## 3-6月活動預告



### 全腦記憶力高效學習法@中文篇

日期：2025年4月25日(五)

時間：晚上7:00 - 8:30

地點：網上講座 (ZOOM)

對象及名額：育有幼稚園或小學生的家長或有興趣的人士 (100名)

費用：免費

內容：了解記憶基本功及多元記憶法的概念、快速熟記中文字的技巧(如拆字法、部首辨認法、辨識錯別字聯想法)和實戰技巧分享。

講者嘉賓：葉錦熙先生 (文學碩士、社會工作學士、註冊社工)

負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)

備註：如於23/04/2025(三)下午5時或之後仍未收到Zoom連結，請於辦公時間內致電2775 2332 (何先生)查詢。

網上報名



## 3-6月活動預告



### 全腦記憶力高效學習法@數學邏輯智能篇

日期：2025年5月23日(五)

時間：晚上7:00 - 8:30

地點：網上講座 (ZOOM)

對象及名額：育有幼稚園或小學生的家長或有興趣的人士 (100名)

費用：免費

內容：了解培養學生對數字的感覺和敏銳度的方法；協助小朋友掌握數字、數量、字與量關係、數字推理、圖形空間、逆向思考，進而提升較複雜的加減運算法及的能力；和實戰技巧分享

講者嘉賓：葉錦熙先生 (文學碩士、社會工作學士、註冊社工)

負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)

備註：如於21/05/2025(三)下午5時或之後仍未收到Zoom連結，請於辦公時間內致電2775 2332 (何先生)查詢。

網上報名



### 全腦記憶力高效學習法@英文篇

日期：2025年5月9日(五)

時間：晚上7:00 - 8:30

地點：網上講座 (ZOOM)

對象及名額：育有幼稚園或小學生的家長或有興趣的人士 (100名)

費用：免費

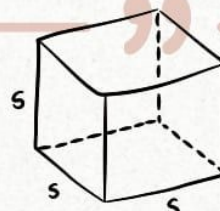
內容：了解記憶基本功及多元記憶法的概念、快速熟記英文字之解釋及串法之技巧(如拆字法、諧音法、加字母法、減字母法、換字母法等)和實戰技巧分享。

講者嘉賓：葉錦熙先生 (文學碩士、社會工作學士、註冊社工)

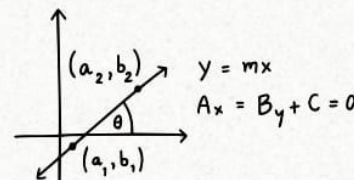
負責職員：何先生 (註冊社工，內線135)

備註：如於07/05/2025(三)下午5時或之後仍未收到Zoom連結，請於辦公時間內致電2775 2332 (何先生)查詢。

網上報名



$$V = s^3$$





## 免費離異法律諮詢服務 (四月)

49/37N

- 內 容：**(1) 由律師提供諮詢服務  
(2) 助你解決與離異有關的法律疑難，如贍養費、子女照顧、家庭財產等  
(3) 面談約為20分鐘，須報名預約
- 日 期：**11/4/2025 (星期五)
- 時 間：**晚上6:30 - 8:10
- 地 點：**本中心一樓活動室 (一)
- 對 象：**18歲或以上公眾人士
- 名 額：**5人
- 收 費：**免費
- 負責職員：**譚姑娘 (註冊社工，認可調解員，內線134)
- 備 註：**1. 需預約 (請填寫〈免費約見律師服務〉表格)。  
2. 活動舉辦前一個月方接受報名；名額有限，額滿即止。  
3. 受疫情影響，活動或會改為電話進行，有關安排會在活動8日前(3-4-2025)通知確定。

## 家事法律諮詢講座

49/38N

- 內 容：**1. 調解服務 - 助你減輕家庭離異引致的時間、金錢、心理上的壓力  
2. 幫助自己及子女適應離異後的生活。  
3. 法律知識 - (1) 辦理離婚手續 (2) 管養權 (3) 贍養費 (4) 財產分配
- 日 期：**25/4/2025 (星期五)
- 時 間：**晚上7:00 - 8:30
- 地 點：**本中心一樓活動室 (一至三)
- 對 象：**18歲或以上公眾人士
- 名 額：**15人
- 收 費：**免費
- 負責職員：**譚姑娘 (註冊社工，認可調解員，內線134)
- 備 註：**受疫情影響，活動或會改為Zoom網上進行，有關安排會在活動8日前(17-4-2025)通知確定。

## 免費離異法律諮詢服務 (六月)

49/39N

- 內 容：**(1) 由律師提供諮詢服務  
(2) 助你解決與離異有關的法律疑難，如贍養費、子女照顧、家庭財產等  
(3) 面談約為20分鐘，須報名預約
- 日 期：**13/6/2025 (星期五)
- 時 間：**晚上6:30 - 8:10
- 地 點：**本中心一樓活動室 (一)
- 對 象：**18歲或以上公眾人士
- 名 額：**5人
- 收 費：**免費
- 負責職員：**譚姑娘 (註冊社工，認可調解員，內線134)
- 備 註：**1. 需預約 (請填寫〈免費約見律師服務〉表格)。  
2. 活動舉辦前一個月方接受報名；名額有限，額滿即止。  
3. 受疫情影響，活動或會改為電話進行，有關安排會在活動7日前 (6-6-2025) 通知確定。



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

在與伴侶 / 戀人的相處中，是否經常有衝突，又或甚至有打罵的情況出現？你會感到不滿、忿怒、孤單及無助？

不要猶豫，本學坊針對以上的問題讓你學習非暴力的溝通技巧。

## 和平學坊課程地點、日期及時間表

課程編號	地點	課程日期	課程時間	接受申請日期
148 女士班	油塘綜合家庭服務中心 九龍油塘油麗邨 信麗樓一樓	31/3 (一), 11/4 (五), 14/4 (一), 25/4/2025 (五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	7/3 - 30/3/2025
148 男士班		2/4, 9/4, 16/4, 23/4/2025 (逢星期三)		5/3 - 1/4/2025
149 女士班	油塘綜合家庭服務中心 九龍油塘油麗邨 信麗樓一樓	2/5, 9/5, 16/5, 23/5/2025 (逢星期五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	31/3 - 1/5/2025
149 男士班		30/4, 7/5, 14/5, 21/5/2025 (逢星期三)		2/5 - 29/4/2025
150 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	30/5, 6/6, 13/6, 20/6/2025 (逢星期五)	晚上 7:30 - 晚上 9:00	2/5 - 29/4/2025
150 男士班		28/5, 4/6, 11/6, 18/6/2025 (逢星期三)		30/4 - 27/5/2025

- 目的：**建立與伴侶或戀人非暴力的溝通及改善與伴侶戀人關係。
- 對象：**18歲或以上的人士 / 與伴侶 / 戀人經常發生衝突 (如口角、推撞或擲物)，甚或曾發生暴力。
- 費用：**免費
- 內容：**學習控制情緒，了解衝突 (包括暴力) 對家庭的影響，以和平方法去解決與伴侶 / 戀人間的矛盾。
- 形式：**短講、分享、討論。
- 負責職員：**李先生 (註冊社工，內線116)
- 備 註：**報名後經評估甄選後方可入組。

## 平和關係支援計劃

### 「和平學坊」兒童課程

49/40N

日期：3/4, 10/4, 17/4, 24/4/2025 (逢星期四, 共4節)  
時間：下午4:30 - 5:30  
地點：本中心一樓活動室 (一)  
對象：5 - 8歲曾目睹或經歷家庭衝突, 甚或家庭暴力的兒童  
名額：8人  
收費：免費  
內容：1. 學習處理家庭衝突衍生的負面情緒；  
2. 學習自我保護及解決問題的方法。  
負責職員：張姑娘 (註冊社工, 內線118)  
備註：如非活動指定對象, 需作後備處理。



### 「和平學坊」互助聚會

49/41N

日期：9/4/2025 (星期三)  
時間：晚上7:30 - 9:00  
地點：本中心二樓綜藝坊  
對象：曾參與「男士和平小組」及「和平學坊」畢業學員  
名額：15人  
收費：免費  
內容：原生家庭如何影響一個人的心理成長？  
負責職員：李先生 (註冊社工, 內線116)

# 家福關懷專線 2342 3110



專線服務時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午10:00 - 中午12:30	♥	♥	♥	♥	休息	♥
下午2:30 - 5:00	♥	♥	♥	♥	♥	休息

註：星期日及公眾假期休息

# 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4月/APRIL

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	5	
6	7 尋找你的色彩	8 2025年度第一期「義學同行」功課輔導A1班	9 「和平學坊」互助聚會	10 「和平學坊」兒童課程	11 身心健康行山樂 2025年度第一期「義學同行」功課輔導B1班 免費粵英法律諮詢服務(四月)	12
13	14	15 2025年度第一期「義學同行」功課輔導A1班	16 男人心·好好傾	17 家務通：芝麻卷自己捲 「和平學坊」兒童課程	18 復活節	19 復活節
20 復活節	21 復活節	22	23	24 「和平學坊」兒童課程	25 2025年度第一期「義學同行」功課輔導B1班 家事法律諮詢講座	26
27	28	29 2025年度第一期「義學同行」功課輔導A1班	30 男人心·好好傾			

# 2025年5月 / MAY

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				1 勞動節	2 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 B1班 假期有一天，我失去了能力/溝通能力/行動能力...	3 守護沙灘大行 動：白水碗沙灘
4	5 佛誕	6 鉤織慢慢活 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 A1班	7 男人心·好好傾	8 DIY 微型小屋 粽子驅蚊包義工鉤織班(一)	9 開啟生命寶貴之門—表達藝術同行小組(一) 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 B1班 假期有一天，我失去了能力/溝通能力/行動能力... 情緒「家」加油站	10 藉住和諧粉形說 愛您
11	12 鏢出好心情	13 鉤織慢慢活 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 A2班	14	15 DIY 微型小屋 粽子驅蚊包義工鉤織班(二)	16 開啟生命寶貴之門—表達藝術同行小組(一) 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 B2班 情緒「家」加油站	17 端午送關懷
18	19	20 鉤織慢慢活 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 A2班	21	22 DIY 微型小屋	23 開啟生命寶貴之門—表達藝術同行小組(一) 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 B2班 假期有一天，我失去了能力/溝通能力/行動能力... 嬰兒玩具點揀好？ 情緒「家」加油站	24 親子競技運動同 樂日
25	26	27 鉤織慢慢活 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 A2班	28 家務通：端午糉 大家包 男人心·好好傾	29 DIY 微型小屋	30 開啟生命寶貴之門—表達藝術同行小組(一) 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 B2班 假期有一天，我失去了能力/溝通能力/行動能力... 情緒「家」加油站	31 端午節

# 2025年6月 / JUNE

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1	2	3 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 A2班	4 男人心·好好傾	5 教教孩子寫得一手好字 - 家長小組	6 人生破地獄 - 表達藝術同行小組(二) 2025年度第一期「義學同行」功課輔導 B2班 「我有兩個家」離異家庭兒童小組 電飯煲自己復修	7 彩虹雅聚：親子廚房之抹茶提拉米蘇
8	9	10	11 護身道	12 教教孩子寫得一手好字 - 家長小組 一期一會之製作永生花吊飾	13 人生破地獄 - 表達藝術同行小組(二) 「我有兩個家」離異家庭兒童小組 免費離異法律諮詢服務(六月)	14 彩虹雅聚：親子廚房之抹茶提拉米蘇
15	16 彩繪小夜燈	17	18 男人心·好好傾	19 教教孩子寫得一手好字 - 家長小組	20 人生破地獄 - 表達藝術同行小組(二) 「我有兩個家」離異家庭兒童小組	21
22 水上單車一家踏	23	24 家務通：壽司自己包 「我家孩子有個秘密」家長支援工作坊	25 木製模型親子STEM-STEM	26 教教孩子寫得一手好字 - 家長小組	27 人生破地獄 - 表達藝術同行小組(二) 木製模型親子STEM-STEM 「我有兩個家」離異家庭兒童小組	28 咩玩法 - 芬蘭木柱
29	30					



香港家庭福利會 油塘綜合家庭服務中心  
Hong Kong Family Welfare Society  
Yau Tong Integrated Family Service Centre

地址：

**中心開放時間 OPENING HOURS**

	星期一 MON	星期二 TUE	星期三 WED	星期四 THU	星期五 FRI	星期六 SAT
上午9:00 至 下午1:00 9:00 AM - 1:00 PM	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午1:00 至 下午2:00 1:00 PM - 2:00 PM	午餐時間 Lunch Break					
下午2:00 至 下午5:30 2:00 PM - 5:30 PM	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午5:30 至 下午8:00 5:30 PM - 8:00 PM	✗	✗	✓	✗	✓	✗

備註：  
1. ✓中心開放 Opening ✗中心休息 Closing  
2. 星期日及公眾假期休息 (Closed on Sundays and Public Holidays)  
3. 借還圖書時間與中心開放時間相同  
(The time for borrowing / returning books is the same as the Centre Opening Hours)

**前往中心的交通  
Transportation to Yau Tong IFSC**

-  **港鐵油塘站B1出口** Exit B1, Yau Tong Station
-  **巴士 Bus**  
14, 14B, 14X, 33, 62X, 259D, 603, 613  
於「油麗邨」或「聖安當女書院」下車  
Take off at Yau Lai Estate or St. Antonius Girls College
-  **專線小巴 Green Minibus**  
23C: 麗港城 - 茶果嶺 - 油塘 - 油麗邨  
於油麗邨聖安當小學下車  
Laguna City - Cha Kwo Ling - Yau Tong Centre - Yau Lai Estate  
Take off at St. Antonius Primary School
-  **公共小巴 Red Minibus**  
觀塘 - 油麗邨 / 鯉魚門 - 油塘  
Kwun Tong - Yau Lai Estate / Lei Yue Mun - Yau Tong



**地址 九龍油塘油麗邨信麗樓1樓**  
Floor 1, Shun Lai House, Yau Lai Estate, Yau Tong, Kowloon  
電話 2775 2332