

2023年10月-12月

東晴家訊

以愛服務
締造希望

Love in the Service of Hope



明愛東頭綜合家庭服務中心 (黃大仙西南)

Caritas Integrated Family Service Centre - Tung Tau (Wong Tai Sin Southwest)



九龍黃大仙樂善道26號東頭社區中心一樓
1/F., Tung Tau Community Centre,
26 Lok Sin Road, Wong Tai Sin, Kowloon.



2383 3377



2383 2985



簡介

香港明愛自 1966 年起於區內提供家庭服務，於 2005 年擴展為「明愛東頭綜合家庭服務中心（黃大仙西南）」，全面以綜合模式為黃大仙西南區居民提供多元化服務。

服務宗旨

本中心本著明愛精神以基督的愛及關懷，致力為社區的居民提供多元化服務，激發家庭的凝聚力以發揮其培育及保護的功能。

服務對象

凡居於服務區域範圍內的家庭或個人，如有需要均可申請服務。

服務範圍

東頭邨、美東邨、樂富邨、橫頭磡、富強苑、康強苑、德強苑、嘉強苑、天馬苑、天宏苑、新蒲崗、譽港灣、東匯邨、采頤花園、彩虹邨、怡發花園、威豪花園、新麗花園、彩虹花園、牛池灣邨、牛池灣消防宿舍、牛池灣文德樓、興業大廈、聯合道（118-188 雙數門牌）、豪門、御豪門、景泰苑

服務目的

本中心本著「兒童為重、家庭為本、社區為基礎」路向，透過多元化的整合服務，以加強個人和家庭的抗逆力，建立互助互勉，有效地預防及應付各種問題及挑戰。

服務內容

家庭輔導服務

個人及家庭輔導、治療小組

家庭支援服務

家庭生活教育活動、互助及支援小組、輔導諮詢服務、家庭支援計劃

家庭資源服務

偶到服務、親子遊戲閣、書籍及報刊資源閣、義工服務、一般諮詢服務、興趣班

家務指導服務

透過短期而有系統的訓練，協助有需要人士學習及掌握照顧兒童的技巧，以增強他們自我照顧、料理家務或獨立處理家事的能力。

申請服務方法


1. 申請者可於辦公時間內致電或親臨本中心查詢有關服務。
2. 可由其他機構轉介。

退出服務方法

1. 一般情況下，當共同訂立的個案目標、小組或活動完結後、服務便結束。
2. 在特別情況下，服務使用者或社工均可提出終止服務。







A. 活動報名及退款須知

1. 有興趣參加活動者，可致電或親臨本中心查詢。
2. 請填妥報名表格，請註明欲報讀之各項活動名稱及編號。
3. 中心部份活動接受網上 / WhatsApp 預先登記，惟報名者必須四個工作天內繳費作實，未能繳費者，視為放棄論。
4. 活動採取先到先得及繳費作實方式取錄，額滿即止。個別活動會設候補名單，候補者會個別通知。
5. 付款方式：親身前往中心繳交，接受現金、八達通或支票付款，抬頭寫上「香港明愛」。
6. 參加者若因事未能出席而要求轉換活動或退回所繳費用者，本中心恕不受理。
7. 所有課程 / 活動一經報名，不得更改參加者或轉班。
8. 如活動延期或取消，本中心會個別通知報名者最新安排。如需退款，報名者可於活動取消日期後一個月內攜同正本收據到本中心辦理退款手續，逾期者本中心有權不受理。
9. 在活動課程過程中拍攝的相片或錄像，將會用作宣傳推廣之用的。若閣下不欲於課堂或活動中被拍攝或將有關資料作宣傳用途，歡迎向本中心提出。
10. 請保留收據，直至活動及課程完結，並請於活動當天或第一天課堂時帶備收據交職員核對資料。

 9788 4777

B. 颱風及暴雨警告措施

為保障參加者的安全，舉行活動前三小時或活動進行中若天文台懸掛以下颱風及暴雨訊號，中心將會採取以下措施及安排：

天氣情況	中心開放	室內活動	戶外活動
一號風球 	照常開放	照常進行	照常進行
三號風球 			A. 水上活動取消 / 延期 / 終止。 B. 所有戶外活動取消 / 延期 / 終止
八號風球或更高風球 	停止開放	取消 / 延期 / 終止	
黃色暴雨警告 	照常開放	照常進行 (除非天文台廣播天氣急劇轉變)	請致電本中心查詢
紅色暴雨警告 	照常開放	A. 如未開始，12 歲或以下兒童活動則取消 / 延期；12 歲以上照常舉行。 B. 如進行中，則視天氣、路面及交通情況，安排參加者暫時留於中心或離開。	取消 / 延期 / 終止
黑色暴雨警告 	如未開始則：停止開放 如已開放則繼續服務	A. 如未開始，則取消 / 延期 B. 如進行中，則視乎天氣、路面及交通情況，安排參加者暫時留於中心或離開。家長請於情況許可下，盡快接回子女。	

C. 聲明

- 閣下的個人資料絕對保密。本中心將運用閣下的個人資料作收據、通訊及收集意見之用途。
- 個別活動會有體力消耗或危險，參加者須考慮自己的能力及身體狀況是否適合。
- 本中心保留活動安排之最終決定權。

會旨

與自己、與家人、與朋友一同享受生活點滴；善用及發展社區資源。

入會資格

個人會員：須 18 歲以上；18 歲以下須有家長簽署同意
 家庭會員：其中一位為 18 歲以上，其他家庭成員年齡不限

會費

個人會員：\$20 家庭會員：\$30
 (會籍由申請日期起計算一年，當會籍完結後，需要重新辦理續會手續。)

福利

1. 可參加《東晴家友會》會員活動
2. 持有有效會員證，可以享會員價活動
3. 定期收到本中心之東晴家訊 (WhatsApp 發送)

會員守則

1. 愛自己、愛別人、愛中心、愛資源閣
2. 會員證屬本中心所有，不可轉借他人使用
3. 會員自行保管財物，本中心職員將不會代為保管
4. 會員需遵守本中心之借用物資指引；借用物品如有任何損壞，照價賠償

備註

此會籍只限於明愛東頭綜合家庭服務中心使用，並不適用於其他明愛單位。

* 本中心保留更改所有條款及細則之權利。

服務質素標準 (Service Quality Standards) (SQS)

為確保公眾能夠獲得優質社會福利服務，並增加提供福利服務過程中的問責性。中心參考香港社會福利署對受資助非政府機構實施的服務表現監察制度，制定了十六項服務質素標準。東晴會分 4 期為大家介紹，供大家了解。

標準 1 — 服務資料

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

標準 2 — 檢討及修訂政策和程序

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

標準 3 — 運作及活動紀錄

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

標準 4 — 職務及責任

所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

加入中心義工網絡

好好善用時間，
貢獻自己

以身作則，
與子女一同服務
有需要社群

非金錢回報，
但有心靈滿足感

我願意成為義工是想？



歡迎你加入中心義工，請致電 2383 3377 與社工曾姑娘聯絡

「連繫·由踐入心」

過去幾年香港社會經歷疫情後，市民在生活、工作、以至家庭關係都出現變化。經濟下滑引致失業，很多人轉職，甚至轉換行業；因為防疫限聚與親友鄰里減少接觸、暫停面授學習措施，孩子學習模式轉變，社交生活大受影響。人與人的關係沒有因居家隔離而轉趨緊密，相反卻因長時間相處而增加磨擦，關係因而變得緊張疏離。總括而言，社會影響個人和家庭。在後疫情時期，作為促進家庭和諧的家庭服務中心，會更積極在社區、家庭和鄰里層面，推動關係修和、連繫群體和促進融和。

2023 年社會開展疫情後復常之路。明愛東頭綜合家庭服務中心因應上述社會狀況，認為人與人之間需要重塑連繫感，增強抗逆力；貫通人與社區連繫感，加強互助接觸；提高人與社區的資源相通，推動助人自助。故此我們訂立為期兩年的中心主題「連繫·由踐入心」，藉著不同活動、社區協作、家庭參與，將身邊有需要的人「被看見」，並透過行動實踐關懷，為彼此走多一步。

「由踐入心」精簡地指出締造真正連繫須伴隨「實踐」而非只是單單「口號」，並且將「實踐」內化入「心」，成為內在質素。雖然每個人對「實踐」的原則、方法和態度或有不同。我們深信透過「實踐」過程，不斷學習、修正互補和坦誠對話，並願意用「心」結連，彼此關係可以孕育成長。我們為「實踐」訂下 C.A.R.E.S.，既是內容也是目標，讓「連繫·由踐入心」主題更具體呈現，把相關價值貫穿中心活動和服務中，促進服務使用者的需要能看見；被關懷；能包容；共同學習「實踐」並「連繫」在一起。

「實踐」內容／目標

Companion
相愛同行

儘管面對困難，
與同行者攜手面對

Empathy
同感共鳴

能深切感受對方的
經歷和處境

Respect
尊重禮待

儘管雙方不同角度，
展現明白和諒解

Appreciation
嘉言善意

樂觀思維，
鼓勵自己和別人

Service
彼此服侍

放下自己，
謙遜款待身邊的人

瑜你同行



與里童行 - 大哥哥大姐姐英文增強班



活動列表

網上
登記

婚姻系列情緒健康系列

TT23G0035 同行共話婚姻路	P.9
TT23G0027 「愛與痛的邊緣」夫婦性親密平衡小組	P.9
TT23P0071 愛的光影	P.10
TT23P0059 「抱緊我」夫婦婚姻培育(重聚日2)	P.10

家長及兒童系列

TT23G0031 「連繫童心」- 課後學習支援	P.11
TT23P0064 秋日家庭樂滿堂	P.11
TT23G0028 父母學堂 - 「親子遊戲治療篇」	P.12
TT23P0060 家長 Me time 活動 - 浮游花瓶	P.12
TT23P0082 親子瑜伽體驗活動	P.13
TT23P0080 家長如何與孩子遊戲	P.13
TT23P0069 親子樂郊遊	P.14
TT23P0065 同 SEN 同氣 - 親子溝通工作坊	P.14
TT23P0061 家長 Me time 活動 - 聖誕拓印體驗	P.15
TT23G0020 「家不一樣 愛仍飛翔」家長小組	P.15
TT23P0062 親子聖誕 Cookery - 水果撻	P.16
TT23P0087 SEN 史話你知道 - 家長講座	P.16
TT23P0090 「連繫童心」- 流體時鐘及熊仔彩繪工作坊	P.17
TT23P0091 一期一會看電影	P.17

情緒健康系列

TT23P0072 性格透視工作坊 I & II	P.18
TT23G0034 心靜自然「良」- 家長成長小組	P.19
TT23P0075 「關·繫」藝術活動	P.19
TT23P0063 好好生活系列 -- 賞「花」體驗工作坊(第二期)	P.20
TT23P0076 療癒小盒子 - 乾花盒子體驗工作坊	P.20
TT23P0074 親子聖誕組合盆栽	P.21

義工系列

TT23P0078 明愛義賣獎券日	P.21
TT23G0036 繪本共讀義工隊 - 義工招募	P.22
TT23G0037 Magic! 「童」你玩魔術	P.22

社區活動

TT23P0086 輕鬆玩·流體熊體驗工作坊	P.23
------------------------	------

7-9月東晴家友會會員活動

TT23P0077 「愛己·愛家·愛同行」- 黃大仙區照顧者同樂日	P.23
-----------------------------------	------

網上
登記

同行共話婚姻路

活動編號：TT23G0035

內容：結婚時許下一生一世的承諾，在現實中到底會經歷何種衝擊？現代婚姻高舉對「愛」、「家庭」、「依賴」、「互相照顧」的期許，到底在婚姻中我們最想擁有卻很少得到的是什麼？到底還要不要繼續？徘徊在婚姻的十字路口，可以如何自處？離開是唯一選擇？

透過小組活動、討論和分享，為處於婚姻困局人士提供參照和互相支持。

日期：8、15、22、29/11/2023 (逢星期三)

時間：上午 10:00 至 11:30

地點：本中心會議室

對象：面對婚姻困局、掙扎人士

名額：8-10 人

托兒名額：3 人

收費：\$20

負責職員：陳淑儀姑娘(註冊社工、認可家事調解員)

備註：若需托兒服務，請於報名時提出，三歲以下幼童恕不提供服務。

「愛與痛的邊緣」夫婦性親密平衡小組

活動編號：TT23G0027

內容：從知識開始，學習建立夫婦性親密的要點。讓婚姻中的性成為拉近雙方，表達愛的橋樑；而非成為疑惑和傷痛的源頭。形式會以小組分享(男女分組)、夫婦二人獨處交流、大組講座、互動遊戲、組後練習。

1. 性生活中常見的困難(性交疼痛、性慾差異、生育壓力……)
2. 由性生活到性關係的痛和不適
3. 性親密中兩性身體與心理運作
4. 婚姻中建立滿足性生活的重點與建議

日期：11/10、18/10、25/10、1/11/2023 (逢星期三)

時間：下午 7:30 - 9:30

地點：本中心活動室

對象：夫婦(婚齡3年內優先考慮)

名額：不多於6對夫婦

收費：每對 \$20

負責職員：梁允兒姑娘(明愛東頭綜合家庭服務中心 註冊社工)

鄭永皓先生(明愛親密頻道 註冊社工)

莫凱欣姑娘(明愛親密頻道 註冊社工)

備註：1. 小組前會個別聯絡參加者，以了解期望與需要。

2. 不設託兒服務。

網上
登記

愛的光影

活動編號：TT23P0071

內容：在漆黑的夜晚，夫婦會在戶外進行遊戲，和拍攝光影塗鴉，考驗夫婦的默契和信任，並留下夫婦間獨特的光影印記。

日期：17/11/2023 (星期五)

時間：下午 07:30 - 09:30

地點：活動室及戶外

對象：夫婦

名額：5 對

收費：每對 \$20

負責職員：甄嘉雯姑娘 (註冊社工)

「抱緊我」夫婦婚姻培育 (重聚日 2)

活動編號：TT23P0059

內容：活動以家庭系統角度及蘇珊強森博士 (Sue Johnson) 的「情緒取向治療」理論作為藍本，提高伴侶依附親密關係。

1. 探討伴侶間的角色與冷戰，情緒失控與情感疏離
2. 「逃避退縮者」與「指責批評者」的心聲和生存策略
3. 一追一走的困局逆轉
4. 如何培養關係中的親密感
5. 鞏固學習「抱緊我情感連結」對話

日期：29/11/2023 (逢星期三)

時間：下午 7:30 - 9:30

地點：本中心活動室

對象：已婚夫婦，或最少有兩年穩定關係的伴侶

名額：6 對

收費：免費

負責職員：梁允兒姑娘 (註冊社工)

- 備註：1. 不設托兒服務。
2. 曾經參與過「抱緊我小組」。

網上登記



「連繫童心」- 課後學習支援

活動編號：TT23G0031

內容：本計劃為小學生提供課後功課輔導、師友獎勵計劃、家長教育講座及一系列情緒支援小組活動。讓區內有需要的學童及家長，能透過學習及活動獲得啟發及相關知識，從而提升學習動機及情緒支援，幫助放鬆心情，能愉快的學習。

課後學習支援，以 1 對 5 功課輔導形式進行。詳情如下：

日期	04/10 (三)	06/10 (五)	11/10 (三)	13/10 (五)	18/10 (三)	25/10 (三)
時間	4:30-6:30pm	4:30-6:00pm	4:30-6:30pm	4:30-6:00pm	4:30-6:30pm	4:30-6:30pm

日期	01/11 (三)	03/11 (五)	8/11 (三)	10/11 (五)	15/11 (三)	17/11 (五)
時間	4:30-6:30pm	4:30-6:00pm	4:30-6:30pm	4:30-6:00pm	4:30-6:30pm	4:30-6:00pm

地點：本中心活動室

對象：小學生

形式：以 1 對 5 功課輔導形式進行

名額：20 人

收費：免費

負責職員：陳偉洛先生 (註冊社工)、鄭慧珊姑娘 (註冊社工)

- 備註：1. 不設托兒服務
2. 低收入家庭優先。
3. 本活動由明愛 2023 年賣旗日收益資助

秋日家庭樂滿營

活動編號：TT23P0064

內容：透過難得的日營空間，讓參加的家庭暫時放下日常生活各種煩瑣，經驗饒富趣味的親子溝通、夫妻相處之道遊戲，同時享受戶外親子活動時間和營舍康樂設施。

日期：15/10/2023 (星期日)

時間：上午 8:15 (中心集合) 至下午 4:30 (中心解散)

地點：西貢保良局北潭涌度假營

對象：育有就讀小學階段孩子家庭

名額：61 人

收費：每位 \$30 (大小同價，包括來回中心車費及營內午餐。3 歲或以下不佔座位幼童免費)

負責職員：吳錦騰先生、陳淑儀姑娘 (註冊社工)

備註：父母及孩子必須一同出席活動。



網上登記



父母學堂 - 「親子遊戲治療篇」

活動編號：TT23G0028

內容：透過學習「兒童為本遊戲治療」的理論和技巧，實踐特別親子遊戲時間，從而改善管教技巧、增進親子關係，有助處理兒童情緒及行為問題。

	第一節	第二節	第三節	第四節
日期	20/10/2023(五)	27/10/2023(五)	3/11/2023(五)	10/11/2023(五)
地點	本中心	本中心	ZOOM	ZOOM
	第五節	第六節	第七節	第八節
日期	17/11/2023(五)	24/11/2023(五)	1/12/2023(五)	8/12/2023(五)
地點	ZOOM	ZOOM	ZOOM	本中心

時間：晚上 7:15 - 8:45

對象：育有幼稚園至小二學生之家長（兒童不用出席）

名額：12 人

收費：每位 \$50

負責職員：吳秀慧姑娘（親子遊戲愛連繫協會導師、註冊社工）

備註：1. 家長在第三節課堂後，需在家中錄影一次「親子遊戲」時間，於課堂上播放，以便導師幫助參加者掌握實際技巧。
2. 不設托兒服務

家長 Me time 活動 - 浮游花瓶

活動編號：TT23P0060

內容：日常好多煩惱，好想停一停，靜落黎？！不如在這個早上製作一個屬於自己的浮游花瓶，讓自己平靜一下，感受當下。

日期：24/10/2023（星期二）

時間：上午 10:00 - 11:30

地點：本中心活動室

對象：幼稚園至大專生之家長

名額：8 人

收費：免費

負責職員：林玉殷姑娘（註冊社工）

備註：不設托兒服務。

網上登記



親子瑜伽體驗活動

活動編號：TT23P0082

內容：親子瑜伽透過不同合作性的瑜伽式子，令大人小朋友有更多肢體接觸，一同做運動，增進感情，發展身心健康，瑜伽式子融入親子互動，有助提昇親子互相溝通，感受身體的溫度及情緒變化。

日期：18/11/2023（星期六）

時間：上午 9:30 - 11:00 (A 班)

上午 11:15 - 12:45 (B 班)

地點：本中心活動室

對象：育有 7-10 歲孩子的家長及孩子

名額：每班 4 對

收費：免費

負責職員：陳明蔚小姐（美國瑜伽聯盟認證 瑜伽導師）、
鄭慧珊姑娘（註冊社工）

備註：不設托兒服務。



民政事務總署黃大仙民政事務處資助

家長如何與孩子遊戲

活動編號：TT23P0080

內容：家長如何即時在家中進行感官遊戲與戲劇想像，運用家中（非添購）的已有素物料，進行感官遊戲與劇場想像，促進照顧者與孩子間的互動。

日期：2/12/2023（星期六）

時間：上午 10:00 - 11:30

地點：本中心活動室

對象：育有 7-10 歲孩子的家長

名額：8 對親子

收費：免費

負責職員：鄭慧珊姑娘（註冊社工）、Ms Sherry Mak（註冊社工）

備註：不設托兒服務。



民政事務總署黃大仙民政事務處資助

網上登記



親子樂郊遊

活動編號：TT23P0069

內容：臨近聖誕假期唔知去邊好？不如一齊親親大自然放鬆一下啦！活動會帶各位親子去到郊外舒展身心，一邊玩一邊睇風景！仲有就係一同享受優質的親子時間啦！

日期：2/12/2023（星期六）（待定）

時間：中午 12:00 - 5:30（待定）

集合及解散地點：本中心

活動地點：郊外農莊或營地（待定）

對象：SEN 小學生親子優先

名額：30 人

收費：每位 \$ 20

負責職員：陳偉洛先生（註冊社工）

備註：1. 不設托兒服務。

2. 包旅遊巴來回。



民政事務總署黃大仙民政事務處贊助

同 SEN 同氣 - 親子溝通工作坊

活動編號：TT23P0065

內容：家中有個小跳豆但家長不懂如何管教和相處？講極都唔聽？本活動將邀請教育心理學家講解與 SEN 孩子的相處之道，助各位家長一臂之力，共創美好親子關係及和諧家庭！

（工作坊主題待定）

日期：1/12/2023（星期五）（待定）

時間：上午 10:00 - 11:30

地點：本中心活動室

對象：SEN 小學生家長優先

名額：20 人

收費：免費

講者：教育心理學家

負責職員：陳偉洛先生（註冊社工）

備註：不設托兒服務。



民政事務總署黃大仙民政事務處贊助

家長 Me time 活動 - 聖誕拓印體驗

活動編號：TT23P0061

內容：聖誕節快到了，在這個溫馨的節日抱抱自己，讓自己放鬆一下吧。活動以布染拓印，感受當下，平靜心靈。

日期：9/12/2023（星期六）

時間：上午 10:00 - 11:00

地點：本中心活動室

對象：3-6 歲兒童之家長

名額：8 人

收費：免費

負責職員：林玉殷姑娘（註冊社工）

備註：如有需要托兒服務，鼓勵家長同時報名「繪本共讀義工隊 - 兒童招募」，活動均為同一時段。

「家不一樣 愛仍飛翔」家長小組

活動編號：TT23G0020

內容：透過小組活動，協助家長走進孩子在面對父母衝突時既細緻又敏感的「內心」世界，學習留意和小心家長情緒對孩子的影響，合適地表達和處理成人的感受，讓孩子可專注於其成長，免於父母不和或衝突的壓力。

1. 再見亦是父母
2. 讀懂孩子心
3. 知己知彼情緒管理
4. 照顧自己

日期：03、10、17、24/11/2023（逢星期五）

時間：上午 10:00 - 11:30

地點：本中心會議室

對象：育有幼稚園至小學子女家長（婚姻關係不協調、面對分居、離婚、單親家庭優先）

名額：8-10 人

收費：每位 \$20

負責職員：陳淑儀姑娘（註冊社工、認可家事調解員）

備註：不設托兒服務



親子聖誕 Cookery - 水果撻

活動編號：TT23P0062

內容：聖誕節到了，和孩子一同用色彩繽紛的水果撻慶祝吧！

日期：16/12/2023（星期六）

時間：上午 10:00 - 12:00

地點：本中心家務指導室

對象：6-12 歲兒童及其家長

名額：5 對

收費：\$20/ 家庭（會員）、\$40/ 家庭（非會員）

負責職員：林玉殷姑娘（註冊社工）

備註：不設托兒服務。

SEN 史話你知 - 家長講座

活動編號：TT23P0087

內容：自己的小朋友學習方式與眾不同？在教小朋友的時候力不從心？原來 SEN 小朋友需要不同的管教方法。方法總比困難多，因此我們邀請精神科專科汪嘉佑醫生和大家一起探討 SEN 小朋友的管教方法和藥物如何幫助 SEN 小朋友。

1. SEN 小朋友的特徵
2. 管教 SEN 小朋友方面的內容
3. 藥物對 SEN 小朋友的幫助

日期：20/10/2023（星期五）

時間：下午 7:30-9:00

地點：本中心會議室 / 網上 Zoom 同時進行

對象：升讀小學及小學 SEN 孩子之家長

名額：15 人（現場）、80 人（網上）

托兒名額：8 人

收費：免費

負責職員：陳偉洛先生（註冊社工）、陳麗菲姑娘（福利工作人員）

嘉賓：汪嘉佑醫生（精神科專科醫生）

備註：1. 若需托兒服務，請於報名時提出，三歲以下幼童不設托兒服務。

2. 首 50 名參加者出席並填妥活動回應表格之家庭均可獲贈繪本一本



網上登記



「連繫童心」- 流體時鐘及熊仔彩繪工作坊

活動編號：TT23P0090

內容：本計劃為小學生提供課後功課輔導、師友獎勵計劃、家長教育講座及一系列情緒支援小組活動。讓區內有需要的學童及家長，能透過學習及活動獲得啟發及相關知識，從而提升學習動機及情緒支援，幫助放鬆心情，能愉快的學習。此活動會讓大家動手，使用及混合不同顏料，親自製作屬於代表自己的流體彩繪！

日期：7/10/2023（星期六）

時間：上午 10:00-12:00

地點：本中心活動室

對象：小學生

名額：12 人

收費：免費

負責職員：陳偉洛先生（註冊社工）

備註：1. 不設托兒服務。

2. 低收入家庭優先。

3. 本活動由明愛 2023 年賣旗日收益資助



一期一會看電影

活動編號：TT23P0091

簡介：「人生如戲，戲如人生」，電影不單反映人生悲歡離合，角色之間矛盾的關係，流露著對自己及別人的期望，有些地方與我們相同，有些值得我們反思及學習；透過電影欣賞及分享，希望能加深我們對自己的認識，以及反思與別人的關係。

內容：1. 電影介紹及導賞

2. 電影欣賞及分享

3. 體驗性活動

日期：2/11/2023（星期四）

時間：上午 09:30-12:30

地點：本中心

對象：18 歲以上人士

名額：至少 8 位

收費：免費

負責職員：翁麗萍姑娘（註冊社工）

備註：不設托兒服務。

網上登記



性格透視工作坊 I & II

活動編號：TT23P0072



民政事務總署黃大仙民政事務處贊助

內容：「性格透視」® (Personality Dimension) 是一套專業可靠的個性分析工具，由多位加拿大的專家多年努力研究的成果，其哲學理念是：人與生俱來有四種不同的性格系統，不同的傾向促使人們在發展和建立自尊時，形成不同性格表現及性格特質。四種個性分別為綠色探究型 (Inquiring Greens)、橙色多謀型 (Resourceful Oranges)、藍色真我型 (Authentic Blues) 及金色組織型 (Organized Golds)。這個活動助你更認識及接納自己和他人、促進與別人的溝通、更能了解自己與他人之行為背後的深層需要。

1. 性格透視® 個性分析理論簡介
2. 不同顏色個性評估測驗及活動
3. 不同顏色個性的期望與行為特質

形式：性格測向、遊戲、討論、分享、導師解說和分析。

日期：11/11/2023 (星期六，共兩節)

時間：上午 10:00 - 12:00 及下午 2:00 - 4:00

地點：本中心活動室

對象：16 歲或以上及中三學歷或以上

名額：14 人

收費：免費

負責職員：黃麗芳 (註冊社工)、性格透視® 認可一級培訓師

備註：1. 不設託兒服務。

2. 未曾參加本中心舉辦的「性格透視」工作坊優先。
3. 報名請註明在學或在職 / 非在職，因問卷會有不同，需要事前訂購。



心靜自然「良」- 家長成長小組

活動編號：TT23G0034

內容：透過不同藝術及體驗活動，小組讓家長提升自我覺察及關顧，調整與孩子相處時的情緒和表達方式，並以正面的眼光看待及肯定彼此，從而建立正面及和諧的親子關係。

日期：5、12、19、26/10/2023 (逢星期四)

時間：上午 10:00 - 11:30

地點：本中心活動室

對象：照顧者 (18 歲以上人士)

名額：12 人

托兒名額：4 人

收費：免費

負責職員：李湘兒姑娘 (註冊社工)

黃浩楷先生 (註冊社工、明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務計劃社工)

備註：若需托兒服務，請於報名時提出，三歲以下幼童不設托兒服務。



明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務
Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

「關·繫」藝術活動

活動編號：TT23P0075

內容：以表達藝術聚焦自己，感受自己，注入新能量。

日期：7/12/2023 (星期四)

時間：上午 10:00 - 12:00

地點：本中心活動室

對象：照顧者 (18 歲以上人士)

名額：12 人

托兒名額：6 人

收費：免費

負責職員：李湘兒姑娘 (註冊社工)

備註：若需托兒服務，請於報名時提出，三歲以下幼童不設托兒服務。



民政事務總署黃大仙民政事務處贊助



好好生活系列 -- 賞「花」體驗工作坊 (第二期)

活動編號：TT23P0063

簡介：俗語云：「花開花落終有時，相逢相聚本無意」，世間萬物起落都有其定律。生命中，人與人在不同的地方相遇，又因不同的原因而分離，分離帶給我們悲傷，學習如何與無常相處是人生的功課；透過欣賞花朵綻放，學習珍惜當下每個美麗的時刻。

內容：1. 透過插花給予自己寧靜時刻
2. 透過活動領受無常帶給自己的學習

日期：14/11/2023 (星期二)

時間：上午 10:00 - 12:00

地點：本中心活動室

對象：18 歲以上人士

名額：10 人

收費：免費

負責職員：翁麗萍姑娘 (註冊社工)

備註：不設托兒服務。



民政事務總署黃大仙民政事務處贊助

療癒小盒子 - 乾花盒子體驗工作坊

活動編號：TT23P0076

內容：製作屬於自己的療癒乾花盒子，過程中使用五感安定心神，關懷自己的需要，回到內心平靜。

日期：21/11/2023 (星期二)

時間：上午 10:00 - 12:00

地點：明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務 服務處
九龍太子始創中心 18 樓 1801 室

對象：照顧者 (18 歲以上人士)

名額：20 人

收費：免費

負責職員：李湘兒姑娘 (註冊社工)

鍾瑞霖姑娘 (註冊社工、明愛賽馬會「源·點」家校心靈
支援服務計劃社工)

備註：不設托兒服務。



明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務

Caritas Jockey Club Project on Family Solidarity and Mental Wellness

網上登記



親子聖誕組合盆栽

活動編號：TT23P0074



民政事務總署黃大仙民政事務處贊助

內容：普天同慶的聖誕節常常成為親友共聚歡樂的日子，親子透過製作組合盆栽，增加彼此合作，促進溝通，加添快樂時光。

1. 透過製作組合盆栽，讓親子發揮創意，表達對夢想追求。
2. 學習分株紅、白網紋草、配合聖誕裝飾，製作組合盆栽。
3. 促進親子溝通技巧及建立良好親子關係。

日期：16/12/2023 (星期六)

時間：上午 10:00 - 12:00

地點：本中心活動室

對象：有興趣的親子 (每家庭兩人為限)，兒童的年齡 6-12 歲

名額：14 人

收費：免費

負責職員：黃麗芳 (註冊社工及註冊園藝治療師)

備註：不設托兒服務。

明愛義賣獎券日

活動編號：TT23P0078

內容：連繫義工為明愛發展籌募善款。

日期：14/10 及 21/10/2023 (星期六) (待定)

時間：下午 2:00 - 5:00

地點：樂富

對象：有意支持明愛人士

名額：12 人

收費：免費

負責職員：曾美蘭姑娘 (註冊社工)

備註：16 歲以下人士需簽署家長同意書



網上登記



繪本共讀義工隊 - 義工招募

活動編號：TT23G0036

內容：你對義工服務有興趣嗎？你對繪本閱讀有興趣嗎？你願意為區內兒童服務嗎？現在中心將舉行繪本共讀義工隊活動，而第一節，將會有導師講解向兒童讀繪本的知識及技巧，第二至第四節會進行實踐，嘗試同小朋友讀繪本。若感興趣，快來報名參加吧！

	第一節	第二節	第三節	第四節
日期：	15/09/2023	16/09/2023	25/11/2023	9/12/2023
時間：	下午 7:00 - 8:00	上午 10:00 - 11:00	上午 10:00 - 11:00	上午 10:00 - 11:00

地點：本中心活動室

對象：有興趣成為義工的人士（親子義工也可）

名額：8 人

收費：免費

負責職員：周曦童姑娘（註冊社工）

備註：* 出席率達 7 成或以上，可獲得出席證書 *



Magic ! 「童」你玩魔術

活動編號：TT23G0037

內容：Magic ! 想學習輕鬆簡單的魔術嗎？是次活動，中心與香港魔術義工隊合作，除了會學到約 4 款魔術及更多正向知識之外，還可到長者鄰舍中心進行表演展示。對魔術有興趣的你們，就不要錯過啦！

	第一節	第二節	第三節	第四節
日期：	22/10/2023	29/10/2023	04/11/2023	25/11/2023
地點：	本中心會議室	本中心會議室	長者鄰舍中心	長者鄰舍中心

時間：上午 10:00-11:00

對象：10 歲或以上人士；若 10 歲以下兒童需親子共同參加

名額：10 人以上

收費：\$20（包魔術材料費用）

負責職員：周曦童姑娘（註冊社工）

網上登記



「愛己・愛家・愛同行」- 黃大仙區照顧者同樂日

活動編號：TT23P0077

內容：透過照顧者同樂日，讓照顧者在愉快的氣氛中，體察自己的身心需要和認識社區資源。

活動包括：典禮、團體表演、地區資訊 / 服務巡禮、工作坊及攤位遊戲等。

日期：11/11/2023（逢星期六）

時間：下午 02:00 - 06:00

地點：黃大仙廣場

對象：區內人士

收費：免費

主辦單位：社會福利署「齊撐照顧者行動」黃大仙區工作小組

明愛東頭綜合家庭服務中心會舉辦其中的工作坊及攤位遊戲

備註：歡迎區內人士到場參與

輕鬆玩・流體熊體驗工作坊

活動編號：TT23P0086

內容：與家人來中心體驗流體熊製作是利用流體顏料去製作屬於您獨一無二的流體熊及放鬆自己，放低日常生活的工作。

日期：19/12/2023（星期二）

時間：下午 3:30 - 5:00

地點：本中心小組室（一）

對象：東晴家友會會員

名額：8 - 10 人（4-5 個家庭）

收費：\$10 / 家庭（家庭人數上限為：3 人，年齡：6 歲或以上）

負責職員：陳綺蓮姑娘（活動工作員）

備註：不設托兒服務

網上登記





明愛東頭綜合家庭服務中心 (黃大仙西南)

地址：九龍黃大仙樂善道26號東頭社區中心一樓 電話：2383 3377 傳真：2383 2985

郵票



中心交通資料：

- (1) 樂富港鐵站B出口乘搭39M專線小巴於東光道樂善道交界的東匯邨下車，步行約2分鐘。
- (2) 九巴9、5C、3B、21號可抵達彩虹道伍華小學對面。
- (3) 富豪東方酒店巴士站下車，步行約5分鐘。
- (4) 宋皇臺站B3出口沿太子道東，經沙浦道，轉入樂善道往本中心步行約10分鐘。

中心開放時間

	星期一 MON	星期二 TUE	星期三 WED	星期四 THU	星期五 FRI	星期六 SAT
9:00am - 12:30pm 星期六9:00am - 1:00pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓
12:30 pm - 1:30pm	午膳時間 Lunch Break					延長開放至 1:00pm
1:30pm - 5:00pm	✓	✓	✓	✓	✓	✗
5:00pm - 8:00pm	✗	✗	✓	✗	✓	✗

* 逢星期日及公眾假期休息

本中心網址：<https://www.ttifsc.caritas.org.hk>

本中心電郵：fstt@caritassws.org.hk

社署熱線：2343 2255 明愛向晴熱線：18 288

芷若園危機熱線：18 281

出版日期：9/2023 數量：2000 本