

2025.04  
至  
2025.07

# 活動通訊



• 家長、親子及兒童培育活動



社會福利署資助服務

Subsidised Service by the Social Welfare Department



明愛荃灣綜合家庭服務中心(東荃灣)  
Caritas Integrated Family Service Centre - Tsuen Wan (East)

地址：荃灣石圍角郵石桃樓A座地下

電話：2402 4669

傳真：2492 3151

網址：<http://family.caritas.org.hk/tsuenwan>

中心 Facebook 專頁





家長、親子及  
兒童培育活動

## 賽馬會智家樂計劃 - 家長鬆一鬆

讓家長體驗創作藝術或園藝作品，享受放鬆、舒壓的創作過程，並反思育兒風格。

- 內容：
1. 潤唇膏、乾花鏡盒
  2. 乾花書籤
  3. 禪繞畫袋
  4. 禪繞圓圈畫創作

日期及時間：20/3/2025（星期四）上午 10:00 至 11:30（實體）  
27/3/2025（星期四）上午 10:00 至 11:00（ZOOM）  
3/4/2025（星期四）上午 10:00 至 11:00（ZOOM）  
10/4/2025（星期四）上午 10:00 至 11:30（實體）

地點：第一及第四節於本中心小禮堂進行（20/3、10/4）  
第二及第三節網上 Zoom 視像形式（27/3、3/4）

對象：育有幼稚園至小學的家長

費用：全免

名額：8 人

社工：杜姑娘（註冊社工）

- 備註：
1. 在網上活動進行過程中，參與者必須開啟視像鏡頭
  2. 第二節及第三節課程形式以 Zoom 進行時，需自備部份物資（鉛筆、擦紙膠、剪刀、圍裙等）。



報名連結



# 賽馬會智家樂計劃 - 親子大自然遊戲療癒小組

在急促節奏生活環境中，騰出時間到大自然玩一玩，帶著好奇心，並善用五感照顧自己及家人身心需要。

有研究發現，人與大自然連繫，對人的身心均有正面影響。大自然對人的神經系統及情緒狀態都有療癒效用，是送給自己及家人最好的心靈禮物。

若能將走進大自然遊戲培養成為習慣，領受大自然的療癒力，提升身心健康，更有力去面對生活上不同的挑戰。

- 內容：
1. 大自然遊戲簡介 (Zoom)
  2. 大自然遊戲與五感探索、身心健康的關係 (Zoom)
  3. 大自然遊戲療癒體驗日 (實體)
  4. 總結及分享會 (實體)

- 日期及時間：
- 3/4/2025 (星期四) 下午 5:30 至 6:30 (Zoom)
  - 10/4/2025 (星期四) 下午 5:30 至 6:30 (Zoom)
  - 13/4/2025 (星期日) 上午 9:00 至 11:30 (實體)
  - 17/4/2025 (星期四) 下午 3:00 至 4:30 (實體)

- 地點：
- 首兩節網上 Zoom 視像形式 (3/4、10/4)
  - 尾兩節實體形式 (13/4 城門谷公園、17/4 中心小禮堂)

對象：育有 P1 至 P3 子女的親子

費用：全免 (包括所需活動物資、家庭大自然相架紀念品)

名額：24 人

社工：黃秀媚姑娘 (註冊社工)、游藹儀姑娘 (福利工作人員)  
遊沐團隊導師 (大自然遊戲療癒體驗日 @ 城門谷公園)

- 備註：
1. 在網上活動進行過程中，參與者必須開啟視像鏡頭
  2. 凡出席率達 75% 或以上，可獲探索大自然用品乙份



報名連結



# 賽馬會智家樂計劃 - 親子輕黏土

1. 親子創作輕黏土活動，經驗合作創作的喜悅。

2. 增進親子良性互動及樂趣

內容：親子合作創作小熊輕黏土

日期：25/4/2025 (星期五)

時間：晚上 8:00 至 9:00

地點：Zoom

對象：育有 K.3 至 P.3 的親子

費用：免費

名額：10 對親子 (一個家長一個孩子)

社工：杜姑娘 (註冊社工)



報名連結

# 「小小探險家」親子遊戲小組 2025

你夢想飛越藍天，與小鳥一齊自由飛翔？

你夢想爬過障礙，尋找珍貴的寶藏？

你夢想暢游大海，與海洋生物同樂？

誠邀你和孩子參加「小小探險家」親子遊戲小組，

讓孩子以遊戲代替言語，與大人一創冒險旅程！

內容：透過唱遊、主題遊戲及創作活動，讓親子以遊戲代替言語，共創親子時光。

日期：2025 年 5 月 22 日至 7 月 10 日 (逢星期四，共八節)

時間：上午 10:00 至 11:00

地點：本中心小禮堂

對象：約 18-24 個月大幼兒及家長

費用：\$300/ 每對親子

名額：4 對親子

社工：利鑽嫦姑娘 (註冊社工)、黃欣慧姑娘 (註冊社工)

備註：此小組設組前面見，面見後才通知繳費安排。



報名連結



# 賽馬會智家樂計劃 - 親子 BEAT

對上一次聽孩子及自己的聲音是？

作為家長需要兼顧的事情實在數之不盡，很多事情要為孩子作決定，處處為其著想，漸漸忘卻甚或忽略了孩子的聲音，而孩子也漸漸收起心底話，親子關係變得疏離、緊張，最終適得其反。

透過體驗藝術治療活動，與孩子一起尋回屬於自己的聲音，學習表達、釋放親子關係張力，用聲音連繫親子。

內容：體驗藝術治療活動

日期：9/5、10/5、16/5、17/5/2025（星期五、六，共四節）

時間：下午 6:00 至 7:00（第一節及第三節）  
上午 10:00 至 11:30（第二節及第四節）

地點：9/5/2025, 16/5/2025 ZOOM  
10/5/2025, 17/5/2025（本中心小禮堂）

對象：初小學生及其家長

費用：免費

名額：10 對親子

社工：顧姑娘（註冊社工）



報名連結



# 賽馬會智家樂計劃 - 「父親節 x 和粉說愛」親子工作坊

這一年父親節，你們會如何向爸爸表達愛意？除了教導孩子言語表達，藉著藝術媒介，親子可一起運用和諧粉彩工具，共同製作父親節禮物，並表達對爸爸的愛意。

內容：製作和諧粉彩心意咭及組成相框

日期：13/6/2025（星期五）

時間：晚上 7:45 至 9:00

地點：網上 Zoom 形式

對象：K3 至小三學生及家長

費用：免費

名額：10 對親子

社工：黃欣慧姑娘（註冊社工、和諧粉彩正指導師）  
利鑽嫦姑娘（註冊社工、和諧粉彩準指導師）

備註：1. 未曾接觸和諧粉彩的親子可優先。

2. 每對親子可獲得一份材料包。

3. 在網上活動進行過程中，參與者必須開啟視像鏡頭



報名連結



# 明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)

地址：荃灣石圍角邨石桃樓 A 座地下

電話：2402 4669 傳真：2492 3151

網址：<http://family.caritas.org.hk/tsuenwan>

## 意見收集：

如有任何意見，歡迎透過電話或書面向本中心高級督導主任表達。

## 服務辦事處開放時間

星期	一	二	三	四	五	六
時間	上午 9:00 - 下午 12:30 (* 星期六至下午 1:00)	✓	✓	✓	✓	✓
午膳時間						
	下午 1:30-5:00	✓	✓	✓	✓	✓
	晚上 5:00-8:00	✓				

## 外界邀約或合作

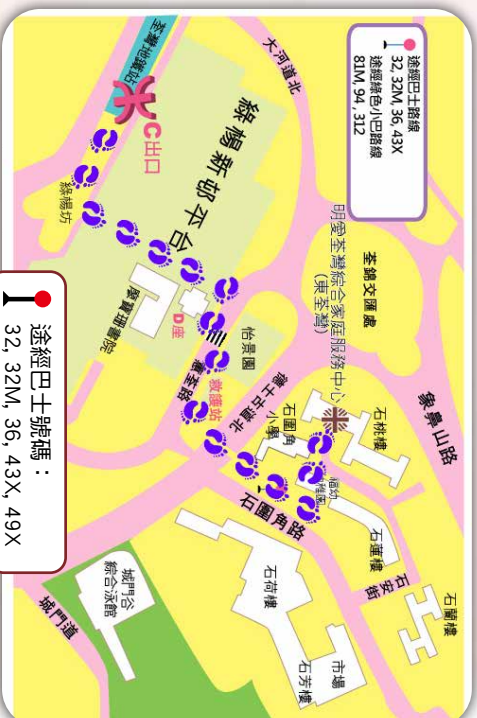
本中心樂意為區內學校、團體及機構提供不同種類的家庭生活教育活動，內容包括：夫婦相處、親子溝通、心理健康、個人成長等。

如有查詢或邀約，歡迎致電 2402 4669 與本中心高級督導主任林綺霞女士聯絡。

香港明愛家庭服務網址：<http://family.caritas.org.hk>

出版日期：2025 年 3 月

印刷數量：800 本



途經巴士號碼：  
32, 32M, 36, 43X, 49X