

# HKEC-Community Service Committee (Children and Family)

## Sharing in Community Resources (資訊互通) Jan to Mar 2019

<http://www.healthyhkec.org/resources/cyf/activities/>

**項目分類：** 兒童<6歲 (自閉兒童、學習發展障礙、個人成長) / 兒童6-12歲 (人際關係、個人成長、溝通技巧、學習發展障礙、情緒問題、自閉/亞氏保加症兒童) / 青少年13-24歲 (個人成長、待業、行為問題例如：隱蔽/沉迷上網/濫用藥物、自閉症青少年) / 家庭及親子 / 家長 (子女管教、溝通技巧、家長支援服務) / 夫婦 / 社工、教師 / **其他**

### 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
有型有格 - 九型人格入門 男士小組	對象：	有興趣的男士
	目的：	透過掌握九型人格，去充份發揮自己性格特質優勢，並同時增進和他人的關係。
	內容：	介紹九型人格及性格特質優勢
	名額：	12人
	日期：	2019年3月5、12、19及26日 (逢星期二、共四節) 晚上7:00 - 9:00
	機構：	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	羅遜熙先生
	電話：	28960302
	傳真：	25055977
	電郵：	<a href="mailto:fsskw@caritassws.org.hk">fsskw@caritassws.org.hk</a>
網址：	<a href="https://family.caritas.org.hk">https://family.caritas.org.hk</a>	
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
O Mission小組 - 提昇人際親密感	對象：	18-40歲 (能出席所有小組節數優先)
	目的：	了解親密關係的重要元素，認識自己、朋友和異性的需要。藉以有效促進與朋友、家人和異性的親密感，並更有信心跟異性朋友發展進深關係
	內容：	透過小組內互相分享、情境練習、技巧訓練、現實生活應用及檢討技巧的應用。
	名額：	8人
	日期：	2019年初 (共八節) 晚上7:30 - 9:30
	機構：	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	馬智權先生
	電話：	28960302
	傳真：	25055977
	電郵：	<a href="mailto:fsskw@caritassws.org.hk">fsskw@caritassws.org.hk</a>
網址：	<a href="https://family.caritas.org.hk">https://family.caritas.org.hk</a>	

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
「樂活茶聚」新移民互助小組	對象：	新來港不足2年之人士優先
	目的：	與一班同是異鄉人，每月一聚
	內容：	分享彼此在生活上的點滴
	名額：	20人
	日期：	齊走新路(教育制度) 2019年1月2日 上午10:00-11:30
	機構：	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	郭安儀姑娘
	電話：	28960302
	傳真：	25055977
	電郵：	<a href="mailto:fsskw@caritassws.org.hk">fsskw@caritassws.org.hk</a>
網址：	<a href="https://family.caritas.org.hk">https://family.caritas.org.hk</a>	
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
「樂活茶聚」新移民互助小組	對象：	新來港不足2年之人士優先
	目的：	與一班同是異鄉人，每月一聚
	內容：	分享彼此在生活上的點滴
	名額：	20人
	日期：	未來定向 2019年3月6日 上午10:00-11:30
	機構：	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	郭安儀姑娘
	電話：	28960302
	傳真：	25055977
	電郵：	<a href="mailto:fsskw@caritassws.org.hk">fsskw@caritassws.org.hk</a>
網址：	<a href="https://family.caritas.org.hk">https://family.caritas.org.hk</a>	
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
「好心情」園藝創作小組	對象：	希望改善情緒的人士
	目的：	透過與植物接觸的活動，讓心情放鬆，在生活中找到趣味
	內容：	園藝創作
	名額：	10人
	日期：	2019年1月3日至24日 (逢星期四、共四節) 下午2:30 - 4:00
	機構：	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	劉玉眉姑娘 (註冊園藝治療師)
	電話：	28960302
	傳真：	25055977
	電郵：	<a href="mailto:fsskw@caritassws.org.hk">fsskw@caritassws.org.hk</a>
網址：	<a href="https://family.caritas.org.hk">https://family.caritas.org.hk</a>	

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料
豬年慶新春	對象： 婦女及義工
	目的： 新春佳節讓婦女及義工一齊歡聚迎接豬年
	內容： 透過遊戲及食物分享等，共享節日的歡樂。每位參加者請自攜食物一份，彼此分享。
	名額： 40人
	日期： 2019年3月5日(星期二) 上午10:00-12:00
	機構： 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 馮梁慧餘女士
	電話： 28960302
	傳真： 25055977
	電郵： <a href="mailto:fsskw@caritassws.org.hk">fsskw@caritassws.org.hk</a> 網址： <a href="https://family.caritas.org.hk">https://family.caritas.org.hk</a>
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料
愛同行·樂爸爸	對象： 與配偶分居或離婚或喪偶的單親爸爸
	目的： 1. 提升與子女建立關係的能力 2. 單親家庭生活適應 3. 認識及抒發個人情緒
	內容： 組員分享彼此生活智慧，建立同 路人支援網絡
	名額： 10人
	日期： 2019年1月8日至29日 (逢星期二、共四節) 晚上7:30-9:00
	機構： 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 羅遜熙先生
	電話： 28960302
	傳真： 25055977
	電郵： <a href="mailto:fsskw@caritassws.org.hk">fsskw@caritassws.org.hk</a> 網址： <a href="https://family.caritas.org.hk">https://family.caritas.org.hk</a>
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料
電腦檢查維修及諮詢服務	對象： 有需要維修電腦的社區人士
	目的： 專業電腦維修師(男士義工)為有需要家庭提供免費檢查及維修電腦服務。
	內容： 參加者亦可以諮詢電腦、智能電話或平板電腦等的使用問題。
	名額： 10人
	日期： 每月一次，日子待定，有意者請提前報名 下午2:00 - 4:00
	機構： 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 馬智權先生
	電話： 28960302 傳真： 25055977 電郵： <a href="mailto:fsskw@caritassws.org.hk">fsskw@caritassws.org.hk</a> 網址： <a href="https://family.caritas.org.hk">https://family.caritas.org.hk</a>

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
社區保姆培訓課程	對象：	港島東及灣仔區內婦女
	目的：	義工保姆為港島東區及灣仔區有照顧需要的家庭提供彈性的日間幼童照顧服務，讓0-9歲幼童得到適切的照顧，避免幼童獨留在家而發生意外。婦女完成保姆訓練課程後，可於自己的居所/幼兒家/中心進行照顧並且獲得舟車津貼。
	內容：	課程介紹： 1) 社區保姆的照顧範圍與角色 2) 0-9歲兒童的成長發展範疇及特質 3) 家居安全的危機意識 4) 突發事件應對手冊
	名額：	每區各10名
	日期：	[港島東區]18/2/2019(一)，22/2/2019(五)，25/2/2019(一) 10:30am-1pm [灣仔區]24/1/2019(四)，30/1/2019(三)，31/1/2019(四) 10:30am-1pm
	機構：	浸信會愛羣社會服務處港島東家庭成長及發展服務中心
	聯絡人：	陳嘉露姑娘及張駿邦先生(註冊社工)
	電話：	3188-9757
	傳真：	3188-9934
	電郵：	<a href="mailto:hkefdsc@bokss.org.hk">hkefdsc@bokss.org.hk</a>
網址：	<a href="http://hkefdsc.bokss.org.hk">http://hkefdsc.bokss.org.hk</a>	
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
綠色手皂DIY	對象：	18歲或以上成人
	目的：	教授如何將廢油升級再造成可清潔家居的環保手皂
	內容：	在活動中會教授如何將廢油升級再造成可清潔家居的環保手皂,及了解清潔劑成分標籤和濫用清潔劑對環境的損害。
	名額：	20位
	日期：	23/2/2019 (星期六) 上午11:00-下午12:30
	機構：	香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心
	聯絡人：	楊樂怡姑娘
	電話：	28329700
	傳真：	28934133
電郵：	<a href="mailto:hkeast@hkfws.org.hk">hkeast@hkfws.org.hk</a>	
網址：	<a href="http://www.hkfws.org.hk">www.hkfws.org.hk</a>	

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動/項目	對象/目的/內容/日期/所屬機構/聯絡資料	
心花放 - 美容化妝班	對象：	婦女（須合乎入息審查：收入在全港家庭收入中位數75%以下 或 正領取綜合社會保障援助）
	目的：	教授婦女護膚及化妝技巧
	內容：	扮靚無分季節，任何時間皆可以做。是次活動邀請了MaryKay美容導師教授護膚及化妝技巧，藉此互相分享美容化妝心得。
	名額：	8人
	日期：	2019年1月9、16及23日(逢星期三、共3節)(上午11:00-12:30)
	機構：	循道愛華村服務中心(耀東服務處)
	聯絡人：	註冊社工：劉偲婷姑娘 或 麥文慧姑娘
	電話：	2885 9844
	傳真：	2567 2048
	電郵：	
網址：		
活動/項目	對象/目的/內容/日期/所屬機構/聯絡資料	
心花放 - 爸爸魔術班	對象：	爸爸（須合乎入息審查：收入在全港家庭收入中位數75%以下 或 正領取綜合社會保障援助）
	目的：	一個小小的魔術往往能成為社交上的契機，更能為他人帶來快樂！
	內容：	導師會教授簡單易學的魔術，最後一節更可以邀請家人欣賞學習成
	名額：	8人
	日期：	2019年2月22日、3月1、8及15日(逢星期五、共4節)(晚上8:00-9:00)
	機構：	循道愛華村服務中心(耀東服務處)
	聯絡人：	註冊社工：劉偲婷姑娘
	電話：	2885 9844
	傳真：	2567 2048
	電郵：	
網址：		
活動/項目	對象/目的/內容/日期/所屬機構/聯絡資料	
心花放- 冬天送暖大行動籌備小組	對象：	家長（須合乎入息審查：收入在全港家庭收入中位數75%以下 或 正領取綜合社會保障援助）
	目的：	你有想過你也能為這個社區送上溫暖嗎？作社區的一份子，街坊最為熟悉自居住的地區，透過此小組，希望與你一同籌備擺設街站，關心社區的需要。
	內容：	
	名額：	10人
	日期：	2019年2月23、3月2及16日(星期六、共3節)(上午11:00-12:30)
	機構：	循道愛華村服務中心(耀東服務處)
	聯絡人：	註冊社工：劉偲婷姑娘
	電話：	2885 9844
	傳真：	2567 2048
	電郵：	
網址：		

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
心花放 - 冬天送暖大行動詳情:	對象：	家長（須合乎入息審查：收入在全港家庭收入中位數75%以下 或 正領取綜合社會保障援助）
	目的：	你有想過你也能為這個社區送上溫暖嗎？作社區的一份子，街坊最為熟悉自居住的地區，透過此小組，希望與你一同籌備擺設街站，關心社區的需要。
	內容：	
	名額：	10人
	日期：	2019年3月9日（星期日）(下午3:00-5:00)
	機構：	循道愛華村服務中心(耀東服務處)
	聯絡人：	註冊社工：劉偲婷姑娘
	電話：	2885 9844
	傳真：	2567 2048
	電郵：	
網址：		
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
社康-紓筋活絡班(1-3/19)(星期二早)(1)	對象：	東區區內25-59歲成人
	目的：	紓筋活絡健身操除了能有助人們修身養心之外，也可紓緩現今流行都市病所帶來的困擾。
	內容：	
	名額：	9人
	日期：	2019年1月15、22、29、2月 12、19、26日、3月5、12、19、26日 (逢星期二、共10節、公眾假期休息)(上午10:30-11:30)
	機構：	循道愛華村服務中心(愛華服務處)
	聯絡人：	福利助理 - 楊梓勤先生
	電話：	2558 0708
	傳真：	2898 4090
	電郵：	
網址：		
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
社康-紓筋活絡班(1-3/19)(星期二早)(2)	對象：	東區區內25-59歲成人
	目的：	紓筋活絡健身操除了能有助人們修身養心之外，也可紓緩現今流行都市病所帶來的困擾。
	內容：	
	名額：	9人
	日期：	2019年1月15、22、29、2月 12、19、26日、3月5、12、19、26日 (逢星期二、共10節、公眾假期休息)(上午11:35-12:35)
	機構：	循道愛華村服務中心(愛華服務處)
	聯絡人：	福利助理 - 楊梓勤先生
	電話：	2558 0708
	傳真：	2898 4090
	電郵：	
網址：		

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
健身八段錦(1-3/19)	對象：	東區區內25-59歲成人
	目的：	本課程由「青華太極學會」資深太極潘潤生教授八段錦動作，有助
	內容：	暢通氣血，舒筋活絡，增強體質，有減壓鬆弛之效果。
	名額：	10人
	日期：	2019年1月25日、2月1、15、22日、3月1、15、22及29日(逢星期五、共8節、每月第二個星期五及公眾假期休息)(晚上7:15-8:30)
	機構：	循道愛華村服務中心(愛華服務處)
	聯絡人：	福利助理 - 楊梓勤先生
	電話：	2558 0708
	傳真：	2898 4090
電郵：		
網址：		
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
養生太極班(1-3/19)	對象：	東區區內25-59歲成人
	目的：	本課程由「青華太極學會」資深太極潘潤生教授吳家太極拳動作，
	內容：	有助暢通氣血，舒筋活絡，增強體質，有減壓鬆弛之效果。
	名額：	9人
	日期：	2019年1月25日、2月1、15、22日、3月1、15、22及29日(逢星期五、共8節、每月第二個星期五及公眾假期休息)(晚上8:30-9:45)
	機構：	循道愛華村服務中心(愛華服務處)
	聯絡人：	福利助理 - 楊梓勤先生
	電話：	2558 0708
	傳真：	2898 4090
電郵：		
網址：		
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
社康-天然手工工作坊	對象：	東區區內25-59歲成人
	目的：	透過製作手工藝品讓參加者促進身心健康及建立社區網絡。
	內容：	製作潤手霜和潤唇膏
	名額：	7人
	日期：	2019年1月14及21日(星期一)(上午10:30-12:00)
	機構：	循道愛華村服務中心(愛華服務處)
	聯絡人：	福利助理 - 楊梓勤先生
	電話：	2558 0708
	傳真：	2898 4090
電郵：		
網址：		

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
社康- 身心動起來(羽毛球)	對象：	東區區內25-59歲成人
	目的：	參加者一同打羽毛球，建立社交圈子，舒緩日常生活壓力。
	內容：	
	名額：	8人
	日期：	2019年2月18、25日、3月4及11日 (逢星期一，共4節)(上午11:00-下午1:00)
	機構：	循道愛華村服務中心(愛華服務處)
	聯絡人：	福利助理 - 楊梓勤先生
	電話：	2558 0708
	傳真：	2898 4090
電郵：		
網址：		
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
Free Legal Advice Service (In Hindi, Nepalese, Urdu)	對象：	South Asian Hong Kong residents
	目的：	Volunteer Solicitors respond to your legal problem(s), for examples :divorce, personal injury etc.
	日期：	15th January, 19th February, 19th March 2019 (Every 3rd Tuesday of each month) 7:00-8:00pm (By appointment) ~20minutes for each session
	機構：	St. James' Settlement, Wanchai Integrated Family Service Centre
	聯絡人：	Ms. Carmen Poon (Registered Social Worker)
	電話：	2835 4342
	傳真：	2833 9940
	網址：	<a href="http://ifsc.sjs.org.hk">http://ifsc.sjs.org.hk</a>
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
「離異與共親職」 法律講座	對象：	18歲或以上有興趣之人士
	內容：	1. 由周煒美律師講解： ※ 離婚的法律程序； ※ 贍養費及財務糾紛問題 ※ 子女撫養權之分配與「父母責任模式」； 2. 播放「分身巴打」微電影。 3. 社工講解共享親職的重要性
	名額：	10-20人
	日期：	2019年1月18日(星期五)晚上7:00至9:00
	機構：	聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心
	聯絡人：	李雅玲姑娘(註冊社工)
	電話：	2835 4342
	傳真：	2833 9940
網址：	<a href="http://ifsc.sjs.org.hk">http://ifsc.sjs.org.hk</a>	

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
「人生路不熟」新來港人士歡迎會	對象：	居住於灣仔及跑馬地區以及來港不足7年之新來港人士
	目的：	一邊享用茶點，一邊輕鬆分享香港的公共房屋政策、醫療、教育以及就業服務，並介紹灣仔區社區資源，及實地參觀本中心設施。
	名額：	6-20人
	日期：	2019年2月26日(星期二)晚上7:00至8:30
	機構：	聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心
	聯絡人：	黃麗玲姑娘(註冊社工)
	電話：	2835 4342
	傳真：	2833 9940
	網址：	<a href="http://ifsc.sjs.org.hk">http://ifsc.sjs.org.hk</a>
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
關愛社區探訪活動--迎春接福顯關懷	對象：	婦女義工/區內弱勢社群/隱蔽獨居長者(已登記成為社區關懷探訪人士)(已登記成為社區關懷探訪人士)
	目的：	1. 關懷區內弱勢社羣，建立互助網絡 2. 送上應節禮物，歡度新年佳節
	內容：	婦女義工在社工協助下，於佳節前親善探訪區內弱勢社群並餽贈應節禮物，發揚義務精神，加強互助網絡，同慶新年。
	名額：	婦女義工(20人)區內弱勢社群/隱蔽獨居長者(30人)
	日期：	31.1.2019 (星期四) (共2節) 上午9:00 - 下午5:00
	機構：	銅鑼灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	歐美蓮姑娘
	電話：	2895 5217
	傳真：	2895 5775
	電郵：	<a href="mailto:cbifscenq@swd.gov.hk">cbifscenq@swd.gov.hk</a>
	網址：	<a href="http://www.swd.gov.hk">http://www.swd.gov.hk</a>
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
「我畫寫我心」-心理投射繪畫分析小組	對象：	區內18歲以上並有意加深自我認識的人士
	目的：	透過心理投射繪畫，瞭解繪畫者的內心世界。
	內容：	心理投射繪畫(Projective Drawing)是一個人的潛意識投射，透過解讀畫中的元素，可以了解繪畫者的內心世界，例如其個人形象、家庭關係、工作方向與人際關係等，比利用語言表達來得更直接、更豐富。父母亦可初步認識心理投射的理念，利用繪畫以便解子女的想法，促進溝通。
	名額：	8人
	日期：	14/2/2019、21/2/2019、28/2/2019、7/3/2019 (星期四) (共4節) 上午10:30 - 中午12:00
	機構：	銅鑼灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	王樂衡姑娘
	電話：	2895 5174
	傳真：	2895 5775
	電郵：	<a href="mailto:cbifscenq@swd.gov.hk">cbifscenq@swd.gov.hk</a>
	網址：	<a href="http://www.swd.gov.hk">http://www.swd.gov.hk</a>

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
輕鬆畫國畫基礎班	對象：	區內有興趣人士(18-65歲)
	目的：	城市人生活緊張，面對不同壓力，希望透過初步認識及學習畫國畫如山水，暫時拋下緊張的情緒，使自己平靜下來。
	內容：	由專業國畫導師負責
	名額：	8人
	日期：	4.1.2019、11.1.2019、18.1.2019 及 25.1.2019 (星期五) / 上午11:00 至 中午12:00
	機構：	社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	陳啟文先生
	電話：	2577 8166
	傳真：	2569 3855
	電郵：	<a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a>
網址：	<a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>	
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
輕鬆畫國畫初級班	對象：	區內有興趣人士(18-65歲)
	目的：	城市人生活緊張，面對不同壓力，希望透過初步認識及學習畫國畫如山水，暫時拋下緊張的情緒，使自己平靜下來。
	內容：	由專業國畫導師負責
	名額：	8人
	日期：	1.2.2019、8.2.2019、15.2.2019 及 22.2.2019 (星期五) / 上午11:00 至 中午12:00
	機構：	社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	陳啟文先生
	電話：	2577 8166
	傳真：	2569 3855
	電郵：	<a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a>
網址：	<a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>	
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
輕鬆畫國畫進階班	對象：	區內有興趣人士(18-65歲)
	目的：	城市人生活緊張，面對不同壓力，希望透過初步認識及學習畫國畫如山水，暫時拋下緊張的情緒，使自己平靜下來。
	內容：	由專業國畫導師負責
	名額：	8人
	日期：	1.3.2019、8.3.2019、15.3.2019 及 22.3.2019 (星期五) / 上午11:00 至 中午12:00
	機構：	社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人：	陳啟文先生
	電話：	2577 8166
	傳真：	2569 3855
	電郵：	<a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a>
網址：	<a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>	

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料
輕輕鬆鬆學英語基礎班	對象： 區內18歲或以上的 新來港或有興趣人仕
	目的： 讓新來港人士透過學習英語， 認識香港文化，以便融入社區。
	內容： 由專業英語導師教授組員簡單的 日常英語
	名額： 8人
	日期： 4.1.2019、11.1.2019、18.1.2019 及 25.1.2019 (星期五) / 上午10:00 至11:00
	機構： 社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 陳啟文先生
	電話： 2577 8166
	傳真： 2569 3855
	電郵： <a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a> 網址： <a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>
輕輕鬆鬆學英語初級班	對象： 區內18歲或以上的 新來港或有興趣人仕
	目的： 讓新來港人士透過學習英語， 認識香港文化，以便融入社區。
	內容： 由專業英語導師教授組員簡單的 日常英語
	名額： 8人
	日期： 1.2.2019、8.2.2019、15.2.2019 及 22.2.2019 (星期五) / 上午10:00 至11:00
	機構： 社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 陳啟文先生
	電話： 2577 8166
	傳真： 2569 3855
	電郵： <a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a> 網址： <a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>
輕輕鬆鬆學英語進階班	對象： 區內18歲或以上的 新來港或有興趣人仕
	目的： 讓新來港人士透過學習英語， 認識香港文化，以便融入社區。
	內容： 由專業英語導師教授組員簡單的 日常英語
	名額： 8人
	日期： 1.3.2019、8.3.2019、15.3.2019 及 22.3.2019 (星期五) / 上午10:00 至11:00
	機構： 社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 陳啟文先生
	電話： 2577 8166
	傳真： 2569 3855
	電郵： <a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a> 網址： <a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料
「心花放」樂逍遙之旅	對象： 55歲或以上行動自如人士
	目的： 長者透過參加活動，擴闊社交圈子，建立支援網絡。
	內容： 參加香港花卉展覽2019(或旺角花墟市場)，欣賞花卉及園藝美景，加添生活姿彩。
	名額： 20人
	日期： 15.3.2019 – 29.3.2018 / 下午1:30-5:00 (週一至五其中的一個下午)
	機構： 社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 周潔瑜姑娘
	電話： 3520 4253
	傳真： 2569 3855
電郵： <a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a>	
網址： <a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>	
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料
「畫中作樂」- 婦女情緒小組	對象： 55歲或以下，居於區內之婦女
	目的： 透過小組的分享，建立互助和支援網絡。從繪畫中平靜心情，學習放鬆壓力，培養管理自己情緒的能力。
	內容： 參加者透過在手繪油彩畫的過程中，靜觀自己的壓力來源，學習放鬆自己。
	名額： 8人
	日期： 8.1.2019、11.1.2019、15.1.2019 及 18.1.2019 (逢星期二及五) / 上午10:30 至 11:45
	機構： 社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 周潔瑜姑娘
	電話： 3520 4253
	傳真： 2569 3855
電郵： <a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a>	
網址： <a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>	
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料
精明長者「低脂肪飲食及烹調講座」	對象： 區內長者及其照顧者
	目的： 學習從不同的食物類別中選擇低脂肪食物和烹調方法，並在出外進餐時作出合適的飲食選擇。
	內容： 衛生署護士講解長者合適的飲食及烹調方法。
	名額： 40人
	日期： 3.1.2019 (星期四) / 上午10:00 至 11:30
	機構： 社會福利署西柴灣綜合家庭服務中心
	聯絡人： 周潔瑜姑娘
	電話： 3520 4253
	傳真： 2569 3855
電郵： <a href="mailto:cwwifscenq@swd.gov.hk">cwwifscenq@swd.gov.hk</a>	
網址： <a href="http://www.swd.gov.hk">www.swd.gov.hk</a>	

## 其他項目

包括成人運動班、成人義工培訓、成人新來港人士服務(非夫婦為對象)、成人興趣班、成人寵物善別輔

活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
開心健康綜合舞(基礎班)	對象：	成年婦女會員
	目的：	透過舞蹈，鼓勵參加者多做運動，舒緩壓力，促進身心健康，並擴闊個人的社交網絡。
	內容：	由導師教授基本舞蹈技巧及練習
	名額：	15名
	日期：	1.2.2019、15.2.2019、22.2.2019、1.3.2019、8.3.2019、15.3.2019、22.3.2019及29.3.2019 (逢星期五，共八節)
	機構：	鯽魚涌綜合家庭服務中心
	聯絡人：	區劍英姑娘 / 陳秀文姑娘
	電話：	2562 5426
	傳真：	
電郵：		
網址：		
活動 / 項目	對象 / 目的 / 內容 / 日期 / 所屬機構 / 聯絡資料	
歌唱學習小組2018(4)	對象：	成年會員
	目的：	教授歌唱技巧並透過學習唱歌來舒緩壓力，同時培訓組員參與義工服務，向長者獻唱歌曲，為長者帶來歡樂。
	內容：	教授歌唱技巧及練習表演歌曲
	名額：	50名
	日期：	26.1.2019、16.2.2019、23.2.2019、2.3.2019、9.3.2019及16.3.2019、(逢星期六，共六節)
	機構：	鯽魚涌綜合家庭服務中心
	聯絡人：	區劍英姑娘 / 趙淑霞姑娘
	電話：	2562 5426
	傳真：	
電郵：		
網址：		