

為區內因各種壓力或受情緒困擾之人士提供情緒支援服務，以正向心理之元素，提升居民之情緒健康，並同時有效使用社區資源，以解決生活面對的問題。

### 服務目標

- 加強社區人士對全人健康的認識和關注，以提升身心健康。
- 協助社區內受情緒或精神困擾人士及其家屬，及早辨識問題，並得到適切的協助。

### 服務形式

- 定期舉辦成長小組，鼓勵參加者以正向心理之元素抵禦逆境所帶來的壓力。
- 由專業社工提供個別輔導，解決情緒問題，並於有需要時協助求診。
- 舉辦多元化之社區教育活動，推動社區人士關注全人健康。

### 身心健康講座或小組簡介

- 對抗焦慮及抑鬱
- 壓力管理
- 改善失眠
- 情緒管理
- 家庭關係與身心健康
- 親子情緒教育
- 家長身心健康策略
- 中醫健康食療
- 長期痛症
- 藝術體驗

### 申請方法

- 家長可直接以電話聯絡本服務申請及預約辦理登記手續。

### 收費

- 入會費用全免，按個別活動收費

### 申請服務

- 申請人可親臨或致電下列電話號碼，亦可由其他機構及團體轉介。

### 收費

- 入會費用全免，按個別活動收費

#### 聯絡方法

港島東區辦事處

電話：2967-0902

傳真：2967-0577

地址：香港筲箕灣道361號利嘉中心11樓

電郵：hkeiccmw@bokss.org.hk

灣仔區辦事處

電話：3413-1641

傳真：3413-1656

地址：香港灣仔愛群道36號8樓

電郵：wciccmw@bokss.org.hk

## 家庭支援服務

灣仔及港島東區

