



明愛香港仔綜合家庭服務中心

香港田灣街 20 號 3 樓 電話：2555-1993

2012 年 1 - 3 月精選活動推介

全方位家長系列

活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNG1207 「型」得起潮爸潮媽小組 陳小玲姑娘 (註冊社工)	12 年 2 月 8 日至 2 月 29 日 (逢星期三, 共 4 節) 晚上 7:30 - 9:00 本中心活動室	子女將升讀中一的家長 10 人 會員\$80 非會員\$100	1) 從自己的性格特質中, 了解自己對子女的管教模式 2) 面對少年時期子女的「管」與「教」, 從中彼此建立和諧家庭
『伴我「童」讀』 親子伴讀計劃			
『伴我「童」讀』親子伴讀計劃, 目的讓家長認識親子伴讀的重要性和實踐技巧, 透過伴讀培養孩子養成良好閱讀習慣, 從而提升孩子的語言能力, 並有效增進親子互動關係。本計劃將包括家長及兒童訓練小組, 及親子伴讀廚藝同樂日。計劃詳情如下:			
ABNG1155 & 1156 伴我「童」讀親子平衡小組 (初小組) 梁逸珊姑娘、何靜儀姑娘 (註冊社工)	12 年 3 月 2 日至 3 月 23 日 (逢星期五, 共 4 節) 下午 4:30 - 6:00 及 親子伴讀廚藝同樂日* (31/3)(六) 上午 10:00 - 12:00 本中心活動室 及 5 樓甘露小廚 *參加者必須同時親子伴讀廚藝同樂日	幼兒園高班 (K3) 至小三學童 及 家長 學生: 10 人 家長: 10 人 每對: 會員\$100 非會員\$120 (費用已包括小組及親子伴讀廚藝同樂日)	透過活動及工作坊達至 1) 讓家長瞭解閱讀對學習的重要性及選擇合適的讀物 2) 與孩子共讀的技巧, 提升兒童閱讀興趣 3) 增加兒童主動發掘知識能力
ABNG1201 & 1202 伴我「童」讀親子平衡小組 (高小組) 陳小玲姑娘、何靜儀姑娘 (註冊社工)	12 年 4 月 13 日至 5 月 4 日 (逢星期五, 共 4 節) 下午 4:30 - 6:00 及 親子伴讀廚藝同樂日* (12/5)(六) 上午 10:00 - 12:00 本中心活動室 及 5 樓甘露小廚 *參加者必須同時親子伴讀廚藝同樂日	小四至小六學童 及 家長 學生: 10 人 家長: 10 人 每對: 會員\$100 非會員\$120 (費用已包括小組及親子伴讀廚藝同樂日)	透過活動及工作坊達至 1) 培養孩子對閱讀的能力及文字朗讀故事的樂趣 2) 運用伴讀巧提升語文能力及運用故事發揮想像力 3) 增進親子關係及培養孩子主動發掘知識的興趣

健康兩性相處系列

活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNG1140 「單情路~活得自在、活出快樂」單身人士小組 陳小玲姑娘、鄭永皓先生 (註冊社工)	12 年 2 月至 3 月 (共 8 節) 晚上 7:30 - 9:30 本中心活動室 1. 參加者需出席活動前的個別面談 2. 確實日期待定	21 歲以上未婚人士 16 人 會員\$160 非會員\$180	1) 單身苦與樂 2) 自我認識 3) 戀愛與婚姻 4) 人際關係與兩性相知技巧
ABNG1201 「夫婦共融添情趣」分享會 張玉貞姑娘 (註冊社工)	12 年 1 月 14 日(星期六) 下午 2:00 - 5:00 本中心活動室	已婚人士 8 人 會員 個人\$20 夫婦\$40 非會員 個人\$30 夫婦\$50	1) 分享現代做「丈夫」「太太」 2) 如何幫助配偶成為更好的伴侶
ABNG1134, 1135 「靈犀互通」夫婦平衡小組 黃潔嫻姑娘、鄭永皓先生 (註冊社工)	12 年 3 月至 4 月 (逢星期五, 共 4 節) 晚上 7:30 - 9:30 本中心活動室 *須作組前面談以了解彼此期望	夫婦 (二人必須一同出席, 婚齡不限) 8 對夫婦 會員\$150 非會員\$170	增添婚姻情趣, 溝通技巧, 衝突處理
「伴我同行」夫婦聚會	每季一次 (日期待定) 下午 本中心活動室 *有興趣夫婦可先致電報名	夫婦 (必需一同出席) 8 對 會員\$30 非會員\$50	婚姻關係乃家庭的主體, 我們希望透過每一季的夫婦聚會鞏固夫婦間的關係, 促進彼此間的溝通。



明愛香港仔綜合家庭服務中心

香港田灣街 20 號 3 樓 電話：2555-1993

2012 年 1 - 3 月精選活動推介

「單親的天空」-單親家庭支援計劃

本計劃主要為單親家庭提供支援，透過主題分享、討論、親子/家庭活動等，讓單親家庭獲得正面健康的知識，強化單親家庭支援網絡。

活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNP1207 「快樂常滿心」 李桂儀女士 (臨床心理學家) 梁逸珊姑娘 (註冊社工)	12 年 2 月 7 日 (星期二) 講座: 上午 10:00 - 11:15 講座後聚會: 上午 11:15 - 12:00 本中心活動室 *設有託兒服務	單親家長 20 人 會員\$10 非會員\$30	如何管理及提升情緒，幫助自己維持好心情。
ABNP1209 「復活奇趣新煮法」 梁逸珊姑娘 (註冊社工)	12 年 4 月 14 日 (星期六) 下午 2:00 - 5:00 本中心活動室	單親家庭 20 人 會員\$10 非會員\$30	親子烹飪活動
ABNP1208 「單親孩子心」 梁逸珊姑娘 (註冊社工)	12 年 5 月 22 日 (星期二) 講座: 上午 10:00 - 11:15 講座後聚會: 上午 11:15 - 12:00 本中心活動室 *設有託兒服務	單親家長 20 人 會員\$10 非會員\$30	幫助家長認識單親子女的心理成長，分享如何協助子女面對壓力。

家務指導服務活動

活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
G. 糕高興與迎新歲食得有營 H. 簡單人廚 I. 合時好湯水 (去濕篇) 丁秀貞姑娘 (家務指導員)	G. 12 年 1 月 6 及 13 日 H. 12 年 2 月 17 及 24 日 I. 12 年 3 月 2 及 9 日 (逢星期五, 每課 2 節) 下午 2:00 至 4:30 本中心五樓 - 甘露小廚	有興趣學習基本烹飪技巧人士 10 人 會員\$40 非會員\$60 領取綜援人士\$10 (包材料費)	G. 主要學習蒸糕技巧及示範烹調兩款年糕 H. 主要學習基本烹飪技巧、示範烹調簡單經濟燻菜 I. 主要學習滾湯及煲老火湯的烹飪技巧、示範烹調適合季節的湯水

家庭活動

活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNR1201 「馬灣與懷舊文化之旅」 葉麗華小姐 (活動工作員)	12 年 2 月 26 日 (星期日) 上午 9:00 - 5:00 遊玩馬灣公園及飽覽柏麗灣風景，沙田龍華酒店午膳(乳鴿餐)，沙田香港文化博物館導賞遊。	一般家庭 / 46 人 會員\$70 非會員\$90 中心義工組成員每位 \$60 綜援家庭每位 \$50 (大小同價，小童不佔坐位亦需收費) (包來回車費、豐味午膳))	飽覽馬灣現在的新景象，在龍華酒店尋找過去的回憶，於香港文化博物館緬懷一代藝人羅文的惜日光輝。

義工服務

活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNG1208 「走進自閉的天空」 義工訓練課程 阮嘉莉姑娘 (註冊社工)	12 年 2 月 22 日至 3 月 21 日 (逢星期三, 共 4 節, 7/3 除外) + 實習日 (待定) 上午 10:00 - 12:00 本中心活動室 *參加者必須同時參與實習日, 方可獲得課程證書乙張	1) 有興趣服務患有自閉症兒童的社區人士 2) 中心義工 15 人 會員\$20 非會員\$40	1) 認識自閉症 2) 認識自閉症小朋友家長需要 3) 認識相關社區資源 4) 與自閉症小朋友遊戲 5) 實習日



明愛香港仔綜合家庭服務中心

香港田灣街 20 號 3 樓 電話：2555-1993

2012 年 1 - 3 月精選活動推介

男士服務			
活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
男天聚一聚 - 情緒篇 ABNG1203			
12 年 2 月：什麼是情緒健康 (Emotion Health)		男士	透過遊戲、主題分享、討論、短講讓男士獲得健康知識、個人反省、鬆弛減壓、互相學習、互相支持
12 年 3 月：如何面對自己的情緒？壓抑、漠視、還是疏導？		10 人	
12 年 4 月：男人節 10 周年紀念活動		免費	
12 年 5 月：處理情緒 - 男人版		有興趣參加人士可先報名參加，及後會有工作人員通知活動詳情和有關資料	
(確實日期及時間待定) / 本中心活動室 鄭永皓先生 (註冊社工)			
婦女活動			
活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNP1213 「滋潤心靈 - 積極篇」 吳淑儀姑娘 (註冊社工)	12 年 1 月 11 日 (星期三) 晚上 7:00 - 9:00 本中心活動室 *參加者請穿著輕便服飾	婦女 10 人 會員 \$20 非會員 \$40	面對生活的困難，如何增進自我了解，以提高自我的正能量
個人成長			
活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNG1153 「還我本色 - 性格透視®」 小組 周琮珍姑娘 (註冊社工) (性格透視合格認可導師)	12 年 2 月 2 日至 2 月 23 日 (逢星期四，共 4 節) 上午 9:30 - 11:30 本中心活動室	有興趣的成年男女 10 人 會員 \$80 非會員 \$100	1) 個性分析理論簡介 2) 不同顏色個性評估測驗活動 3) 不同顏色個性的期望與行為特質 4) 從不同氣質看快樂之源
展外活動			
活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNP1174 「婚姻培育」街頭展覽 丘建文先生 (註冊社工)	12 年 3 月 17 日 (星期六) 下午 1:30 - 4:30 華富(一)村 A 區及 B 區	社區人士 免費	透過互動活動、展覽板及社工專業諮詢服務，推廣良好婚姻關係的訊息，讓區內夫婦學懂彼此相處之道，共同面對生活的苦與甜
特別活動			
活動編號及名稱 / 負責導師	日期 / 時間 / 地點 / 備註	對象 / 名額 / 費用	目的 / 內容
ABNP1206 2012 明愛「龍」情迎新歲 - 開心嘉年華	12 年 2 月 11 日 (星期六) 下午 2:00 - 5:00 明愛賽馬會香港仔社會服務中心	有興趣人士 免費	1) 舞台表演 2) 攤位遊戲 3) 卡拉 OK 4) 家庭照相館 5) 幸運大抽獎 6) Wii 大電視遊戲 7) 美食分享