



循道衛理楊震社會服務處
YANG MEMORIAL METHODIST SOCIAL SERVICE

旺角綜合家庭服務中心
Mongkok Integrated Family Service Centre

10月 12月
OCT DEC
2025 年
活動通訊



社會福利署資助服務

Subsidised Service by the Social Welfare Department

🏠 彌敦道 736 號中匯商業大廈地下

☎ 2171 4001 🖨 2388 3062

目錄

P.1	中心通訊	
P.2-5	保護兒童專題	
P.6	SQS · 你要知	P.20-22 活動月曆
P.7	中心服務介紹	P.23 小組或活動報名表格
P.8-18	10-12 月活動介紹	P.24 小組或活動報名須知
	P.8-9 愛家系列	P.25 中心政策及服務意見
	P.10 夫婦 / 伴侶系列	
	P.11 身心靈 / 照顧者關顧系列	
	P.12-13 呼吸如何改善情緒健康	
	P.14 身心靈 / 照顧者關顧系列	
	P.15 家長支援系列	
	P.16-19 離異支援系列	
	P.19 社區連結系列	

中心通訊

爲了減省報名程序，本中心已於 2023 年 4 月 1 日起取消家庭會員制。

只需要填寫「小組 / 活動報名表」便可爲心儀小組或活動完成報名程序，提升整體效率。



爲了響應環保，活動通訊將逐步推廣電子化，以電子版形式發放，取代現有實體郵寄形式。**郵寄季刊服務取消。**

「之後，我們可以怎樣才能收到電子版活動通訊呢？」

1 掃一掃二維碼 (QR Code) 進行網上登記，完成登記後，儲存電話號碼至聯絡人名單。

「好簡單！請留意以下的方法！」

2 掃一掃本中心 Facebook 專頁二維碼 (QR Code)，追蹤及讚好專頁。

網上登記



應用程式



網頁



活動通訊會定期於 Whatsapp 通訊軟件發放及在 Facebook 專頁刊登！倘若您仍然期望能繼續收取郵寄活動通訊，請致電 **2171 4001** 與本中心職員聯絡以作登記。

《保護兒童 守護家庭》約章

「強制舉報虐待兒童條例」將於 2026 年 1 月 20 日正式生效！此條例以保護兒童為政策目標，及早發現和介入嚴重個案。條例規範 25 類專業人員在工作過程中，察覺有合理理由懷疑兒童正遭受嚴重傷害或「正面遭受嚴重傷害的實際風險」，需作出舉報。雖條例規限 25 類專業人員，但保護兒童是社會及政府的共同信念。

本機構希望團結全體同工，攜手守護兒童安全與福祉。自 2025 年 4 月起推動全體職員簽署《保護兒童 守護家庭》約章，將保護兒童的努力具體化，延續並擴展這份信念。

我們致力

1 積極宣導兒童權益

我們致力提高社會對兒童權益的認識，並積極宣導保護兒童的重要性，確保每位兒童都能享有健康、安全、和諧的成長環境。

2 提供專業支援服務

我們致力提供專業的支援服務，包括情緒支援、心理輔導及具體援助，協助兒童和家庭面對及解決問題，並促進他們關係的健康發展。

3 建立安全保護機制

於機構內建立及嚴守全面的兒童保護機制，包括建立舉報機制、培訓及裝備職員、加強監督和提供危機應對措施，以確保兒童免受虐待和忽視。

4 培養家庭和諧氛圍

我們將促進家庭成員之間的溝通與理解，提供家庭教育和輔導服務，幫助家庭建立和諧、溫馨的關係，營造一個充滿愛與尊重的家庭氛圍。

使命宣言：「保護兒童 守護家庭」

我們的使命是保護和培育家庭，創造一個安全和支持性的環境，強調保障兒童的權益與安全，並確保他們／她們在一個健康、安全、和諧的家庭環境中成長，讓每位成員都能共同茁壯成長。我們致力於培育堅韌的家庭關係，確保兒童的聲音能被聽見，促進各家庭成員開放的溝通，並提供資源和支持，賦予家庭克服挑戰、建立和諧家庭的力量，強化社會基礎。

保護兒童措施

1 預防

本機構確保所有需要獨立從事與兒童和精神上無行為能力人士（已知的）有關工作的現職職員均通過「性罪行定罪紀錄查核」

3 匯報及處理

本機構不容忍任何對兒童作出身體虐待、性虐待、心理虐待和疏忽照顧的行為，我們將確保所有職員工清楚知悉遇到有關虐待兒童的懷疑或擔憂時，應採取的步驟。

2 提高意識

上載本宣言及約章至本機構網頁，方便各持份者查閱。
要求機構所有職員閱讀及簽署遵守此約章。
定期為所有會接觸兒童的職員提供培訓，提高其保護兒童意識。

我們相信每個兒童都應該在一個安全及關愛的家庭成長。我們亦致力維護一個保護兒童的環境，透過以下途徑，確保所有員工清楚知悉有關其行為操守需要符合保護兒童應有的高標準：

可打，不可打？

管教子女從來不是易事，尤其面對孩子發脾氣、不聽話的時候，每每挑戰家長「情緒底線」。而俗語有云「棒下出孝子」、「不打不成器」，傳統觀念認為，打罵式管教有一定成效。

然而，近年中外已有不少研究指出，打罵教育未能從根本矯正孩子行為問題，當中驅動孩子的力量只是恐懼感。孩子在被打罵經驗中，接收到「我不可以做甚麼」的訊息，連繫到的是害怕及擔心的「被打情緒」，與孩子任何正向行為無關。此外，打罵更為孩子成長帶來更多深遠的壞影響，包括：

1 親子關係疏離、人際關係欠佳

經常打罵孩子，令子女無法從父母中得到愛及支援，甚至產生恐懼反感，不再信任父母；同時亦難以對他人產生信任，建立健康人際及親密關係。

2 自尊感低，自信心不足

孩子會內化被父母打罵的經驗，成長過程中容易認為自己不夠好，沒有能力，導致自尊感低，缺乏信心應對困難。

3 暴力及反社會傾向等行為問題

孩子學習到「以暴易暴」去解決問題。成長後對他人亦容易產生攻擊性、有反社會行為，有強烈控制慾；相對沒有被打罵經驗的孩子，他們成年後容易有酗酒、吸毒等問題。

4 童年創傷後遺症

孩子經歷極端或持續被打罵，會重複回憶當中創傷經歷，從而出現過度警覺、驚嚇、麻木等情緒反應。這些後遺症徵狀會影響孩子成長，甚至持續至成年階段。

父母打罵構成孩子成長問題

打罵管教的成因

父母在成長時或多或少都受過一些體罰，更可能感恩父母當年嚴厲的責罰，才讓自己成材。習慣被體罰，所以部份家長也許會認為這就是正確的管教方式。事實上，現代父母管教孩子時間及精力有限，體罰孩子或者都能夠達立竿見影之效。若家中有多一名子女，此舉更可謂「殺雞儆猴」。

除了受傳統觀念影響，打罵背後也可能反映家長帶著無力感及挫折感。這些感覺日積月累而成，久而久之導致家長「情緒超載」，子女成為宣洩情緒的「犧牲品」。

以正向教養取代打罵教育

不打孩子的父母，仍然能管教出一個好孩子。以下有五個點子提醒各位父母：



與孩子建立彼此的「積極暫停空間」，學習等雙方情緒平復後，再來討論如何解決問題；同時教導孩子使用情緒調節的方法，例如深呼吸、數數或畫畫，幫助他們在情緒高漲時冷靜下來

取替「總要孩子服從命令」的必然，而是與孩子一起制定行為契約；明確共識希望他們遵守的行為，並討論相應的獎勵及後果，讓孩子一同參與



先停止處理問題行為本身，重新連結孩子的情感，當孩子覺得被理解時，才能聽進父母說的話



運用獎勵機制，對孩子的好行為作出讚美或鼓勵，以促進他們重複這些好行為；同時看重付出的努力和過程，以孩子為中心，驅使孩子自我肯定



為學齡前幼兒每天建立重複的規律性，為孩子訂立日常時間表，也有助於避免每日需要不斷的催促與拖拉

中心將於 10-12 月份為家長舉辦「孩子的情緒教練家長小組」，幫助家長學習情緒指導技巧，以及如何正面處理負面情緒及不恰當行為的技巧，詳情可參閱內頁 P.15。

什麼是 SQS ?

- SQS 是「服務質素標準 (Service Quality Standards)」，由社會福利署所訂定，以監察及評估服務單位的表現。
- 「服務質素標準」訂明服務單位在管理和提供服務方面應達到的質素水平。
- 現時共有十六項「服務質素標準」，當中每項均有一套「準則」及「評估指標」說明。

本中心根據社會福利署所訂定十六項服務質素標準下提供服務。
現就服務質素標準十一 SQS 11 作介紹：

服務質素標準十一 SQS 11：

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要（不論服務對象是個人、家庭、團體或社區）。

- 中心設立以下 4 種渠道收集服務使用者及社區人士的意見以作服務需要評估：
 1. 個案服務評估
 2. 小組、活動及社區需要評估
 3. 意見箱
 4. 服務使用者意見調查
- 於提供個案服務時，社工會透過諮詢服務使用者及按需要諮詢其家人以作個案需要評估。
- 中心每年透過不同方法，如地區會議、團體探訪等，與地區人士保持聯絡及聽取他們的意見，以了解及掌握地區的服務需要，並按需要於服務單位會議中報告地區服務需要。
- 中心接待處對面位置設有意見箱及服務使用者意見收集表以收集服務使用者意見及需要，中心職員每週星期五早上會開啟意見箱以檢查有沒有收到「服務使用者意見收集表」，單位主任會於 10 個工作天內進行跟進及聯絡服務使用者作出回應。
- 中心每年於 12 月至 3 月期間收集服務使用者意見調查，收集服務使用者意見及需要，整理成為報告，並以合適的方法向服務使用者發佈結果及跟進，以根據服務使用者意見調查報告制定服務計劃。

如對上述服務質素標準的政策和程序有任何查詢、意見或借閱有關文件，歡迎與中心職員聯絡。

中心服務介紹

中心宗旨

旺角綜合家庭服務中心於二零零四年六月一日成立，為居民提供一站式的整合服務，包括預防、支援和補救服務。中心以「兒童為重、家庭為本、社區為基礎」的服務路向，採取多元化的工作手法及運用社區資源，促使家庭發揮內在的能力，鞏固家庭關係和凝聚力，並協助個人或家庭有效地預防和應付各種問題和挑戰。

服務目標

- 強化家庭凝聚力
- 促進家庭和諧
- 協助個人及家庭預防或應付問題
- 強化地區支援家庭網絡，建立互助互愛的社區

服務對象

- 大角咀及部份於旺角居住之人士及家庭

服務費用

- 個人 / 家庭輔導收費全免
- 小組及講座活動則酌量收費，詳情請參閱有關宣傳單張

申請方法

- 服務使用者可致電或親臨本中心與社工聯絡
- 本中心接受家人、朋友、學校社工、老師、其他專業人士或團體的轉介，並會聯絡申請人及作出適當安排
- 以外展方法接觸有需要的服務對象

服務形式

- 專業輔導、個案管理及危機介入
- 諮詢服務
- 教育及發展性小組和活動
- 家庭生活教育
- 互助及支援小組
- 治療小組
- 外展服務
- 社區教育
- 康樂及社區活動
- 義工培訓及服務
- 資源閣
- 轉介服務
- 家務指導服務

結束服務

- 於輔導過程中，社工與服務使用者會定期檢討輔導進展及目標，並決定繼續或終止服務
- 服務使用者如欲退出參加本中心之任何服務，可與負責職員聯絡



活動報名名額先到先得，額滿後將列入候補名單。

如果活動設有 QR Code，則以 QR Code 進行網上預先登記。稍後，負責社工聯絡各位已登記參加者，再安排參加者到中心，繳付報名費以茲作實。

(若有任何更改，以中心大堂或 Facebook 專頁最新公佈為準。)

A25013

六色積木戰隊：小小工程師（初小）

透過六色積木活動學習聽從指令、提升社交能力，並發揮自身潛能以建立成功感，為未來學習及親子互動奠定基礎。

日期 21/10, 24/10, 28/10, 31/10
(星期二及星期五)

時間 下午 4:30 - 5:30 (共四節)

地點 本中心

內容 完成多個積木挑戰任務，需運用邏輯思考、問題解決及團隊協作等能力，按指令完成任務，培養孩子獨立解決問題的能力。

對象 小一至小三 (6-9 歲)
名額 8 人
費用 \$30/ 人
負責同事 鍾先生



A25014

六色積木戰隊：小小工程師（高小）

透過六色積木活動學習聽從指令、提升社交能力，並發揮自身潛能以建立成功感，為未來學習及親子互動奠定基礎。

日期 2/12, 5/12, 9/12, 12/12 (星期二及星期五)

時間 下午 4:30 - 5:30 (共四節)

地點 本中心

內容 完成多個積木挑戰任務，需運用邏輯思考、問題解決及團隊協作等能力，按指令完成任務，培養孩子獨立解決問題的能力。

對象 小四至小六 (10-12 歲)
名額 8 人
費用 \$30/ 人
負責同事 鍾先生



A25015

就到聖誕 小 B Messy Play Day

Messy Play「污糟貓」讓幼兒透過五感 (視覺、聽覺、嗅覺、味覺、觸覺) 自由玩及探索，過程中認識不同物料質感，並發揮創意及想像力。

日期 6/12/2024 (星期六)

時間 上午 11:00-12:00

地點 本中心

內容 感官遊戲體驗 (如：麵粉、意粉等)

對象 12 個月 -36 個月嬰幼兒

名額 6 名嬰幼兒及其家長
(每名幼兒最多 2 位家長陪同)

費用 \$30/ 人 (每次活動收費)

負責同事 吳姑娘

- 備註**
1. 請家長為幼兒穿上輕便服裝及防滑襪，方便郁動。
 2. 因 Messy Play(污糟貓) 會弄污衣物，
 3. 請自備防污衣及 1 套後備衣物，以便活動更換。
 4. 若小孩對於任何物品有敏感，請提早通知。



A25016

聖誕遊玩大派對

促進家庭成員間的交流及互動，與家人一起歡渡聖誕

日期 20/12 (星期六)

時間 上午 10:00 - 12:00

地點 本中心

內容 1) 集體遊戲
2) 小食飲品
3) 派發禮物

對象 有興趣之家庭

名額 25 人

費用 \$10/ 人 (大小同價)

負責同事 何先生

- 備註** 1. 每位小朋友均可獲取一份聖誕禮物。



B25006

婚前預備小組

兩人攜手步入婚姻，除眼前要籌備繁瑣的儀式外，更要面對來自另一世界的伴侶及其家人，過程實在有很多的挑戰！為著有更好的準備，將來的婚姻關係更牢固，誠邀您倆參與此小組，彼此分享之餘，亦聽聽經驗之談！

日期	21/11-12/12 (逢星期五)	對象	有結婚打算的人士
時間	晚上 7:30-9:00 (共四節)	名額	5 對伴侶
地點	本中心	費用	\$50/ 人
內容	1) 婚姻信念 2) 溝通與衝突 3) 成長背景影響 4) 姻親及家庭計劃		
		負責同事	何先生

備註 出席率達 7 成之人士可獲發證書。

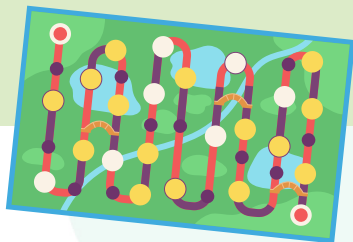
B25007

「一棋一會」伴侶桌遊工作坊
(25 年第三季)

夫婦、伴侶透過一齊玩桌遊，為彼此營造精心時刻，過程中更能彼此了解，促進溝通。

日期	20/12 (星期六)	對象	夫婦或伴侶
時間	下午 4:00 - 6:00	名額	6 對夫婦 / 伴侶
地點	本中心	費用	\$10/ 人
內容	1. 體驗合作、溝通類桌遊 2. 分享婚姻、伴侶相處竅門		
		負責同事	丘先生

備註 如需托兒服務，請於報名時提出



C25015

「新手烹飪。品味人生」男士小組

透過學習基本烹飪技巧、製作簡單菜式，藉此凝聚男士們放鬆減壓，暢談各類人生話題，彼此打打氣。

日期	14/10, 21/10, 25/11, 9/12 (逢星期二)	對象	18 歲或以上男士
時間	晚上 7:30 - 9:00 (共四節)	名額	8 人
地點	本中心	費用	\$60/ 人
內容	1) 學習基本烹飪技巧 2) 製作簡單菜式 3) 討論及分享人生四味 (甜酸苦辣)		
		負責同事	丘先生

備註 此活動不設托兒服務。



C25016

靜心瑜伽小組 2.0

透過練習瑜伽呼吸法、式子以及頌鉢，學習如何伸展肌肉、達至身心放鬆狀態、舒緩緊張及精神壓力。

日期	24/10-14/11 (逢星期五)	對象	社區人士
時間	上午 10:00-11:15 (共四節)	名額	8 人
地點	本中心	費用	\$50/ 人
內容	1) 靜觀 2) 伸展及瑜伽動作 3) 頌鉢 4) 身體放鬆練習		
		負責同事	何先生

備註 參加者請穿著合適衣物。



呼吸

如何改善情緒健康

有沒有嘗試過當自己想要發脾氣、破口大罵或緊張時，做個深呼吸能夠幫助舒緩情緒？不少研究證實，呼吸和情緒健康有著密切的關係，呼吸會影響大腦功能，也能控制情緒，透過調整呼吸，可以調節情緒、減輕壓力、改善焦慮和憂鬱情緒。深呼吸練習，可以幫助人們有意識地控制呼吸，達到放鬆身心的效果。



深呼吸如何調節情緒

- 調節自律神經系統：深呼吸可以降低心率、減少「戰鬥或逃跑」反應，讓身體進入放鬆狀態。
- 降低壓力荷爾蒙：呼吸練習可以降低皮質醇水平，減輕壓力。
- 改善焦慮和憂鬱情緒：有意識的呼吸練習有助於緩解焦慮、恐慌和憂鬱等情緒。
- 增強活力：呼吸練習可以增加肺活量，促進血液循環，使人感到更有活力。



如何進行

深呼吸練習？

1. 找到舒適的位置
可以坐著或躺著，保持身體放鬆。



2. 專注於呼吸
將注意力放在呼吸上，感受空氣進入和呼出的過程。

4. 調整呼吸節奏
嘗試延長吸氣和吐氣的時間，保持呼吸的平穩和深度。

3. 腹式呼吸
透過鼻子慢慢吸氣，感覺肚子鼓起，然後透過嘴巴慢慢吐氣，感覺肚子凹下去。

5. 持續練習
每天進行幾次深呼吸練習，每次至少 10 分鐘。



除了深呼吸，還有其他呼吸技巧可以幫助調節情緒，本中心在今季設有瑜釋重負 - 筋膜放鬆減壓瑜珈小組，透過瑜珈伸展練習，及學習不同的呼吸法，從而放鬆肌肉、筋膜及疲勞部位，配合自我關懷概念，有助舒解壓力及緊張情緒（詳情請細閱 P.14），有興趣人士可於以上 QR Code 先作登記，因名額有限，負責職員將會聯絡作實報名。

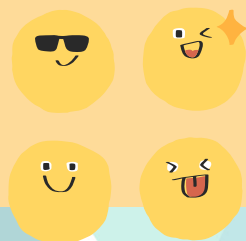
C25017

寧緒養心鬆鬆 zone

增進認識和接納情緒，提升適當表達和調節情緒的能力，提供平台讓組員互相交流和支持。

日期 28/10 - 18/11 (逢星期二)
時間 晚上 7:15 - 8:30 (共四節)
地點 本中心
內容 原來身體都記住了日常的負面情緒，各種身心不適症狀隨之無形出現。透過動和靜的身體練習和音樂等體驗活動，配以平台集思處理情緒的方法，讓我們重新學習與情緒共處，好好照顧自己。

對象 社區人士
名額 8人
費用 \$40/人
負責同事 彭先生



C25018

瑜釋重負 - 筋膜放鬆減壓瑜珈小組

透過瑜珈伸展拉筋練習及呼吸法，連結身心，學習伸展不同部位肌肉，放鬆筋膜及疲勞部位，同時配合自我關懷概念，有助舒解壓力及緊張情緒。



日期 13/11 - 04/12/2025 (逢星期四)
時間 晚上 7:15 - 8:15 (共四節)
地點 本中心
內容 小組由通過瑜珈聯盟認證 RYT200 瑜珈導師培訓、初級筋膜治療導師課程及康復理療環培訓課程之社工，設計及帶領瑜珈伸展練習，適合未接觸過瑜珈或較少運動經驗之人士

對象 關注身心靈健康之社區人士
名額 6人
費用 \$50
負責同事 黎姑娘

備註 1. 請穿著輕便褲裝/運動服。
 2. 鼓勵有興趣人士可於以上 QR Code 先作登記，如反應熱烈，會考慮加開小組，負責職員將會聯絡提供詳情及作實報名。

D25003 & D25004

做孩子的情緒教練 - 家長小組 (1) (2)

幫助「經常發脾氣、容易被情緒影響行為表現、常常不合作」的孩子面對負面情緒，引導孩子如何接納情緒，正面處理負面情緒及不恰當行為的技巧，提升孩子情緒管理的能力。

日期 14/10-2/12/2025 (逢星期二) (共八節)
時間 上午 10:00-11:30
地點 本中心
內容 透過短講、個案討論、小組分享及角色扮演，認識 4 種家長管教模式、了解家長自我內在情緒，認識孩子行為背後的原因及需要，學習 1) 辨識及回應情緒的技巧，及 2) 如何處理孩子不恰當行為。

對象 育有幼稚園 / 小學生之離異家庭家長
名額 8
費用 \$80 / 人
負責同事 王姑娘



備註 此活動不設托兒服務。

E25007

小市集系列 1: 擴香石製作

透過製作擴香石製成品，學習新技能，增值自己，參與市集。

日期	6/11-27/11(逢星期四)
時間	上午 10:00-11:30
地點	本中心
內容	製作不同擴香石成品，為參與市集做準備。
對象	離異家庭家長
名額	8 名
費用	\$40/ 人
負責同事	鄭姑娘

備註 如需托兒服務，請於報名時提出

E25008

「甜蜜故事堂」平行小組 (兒童組)

1. 透過繪本與情緒連結為主題，孩子認識情緒及愛之表達
2. 小組安排部份時間為親子合組時間，進行親子增潤時間

日期	20/11 - 11/12/2025 (逢星期四)
時間	下午 5:00 - 6:30
地點	本中心
內容	透過繪本、藝術創作及體驗式活動學習認識情緒，以及認識及實踐愛的密語。小組安排部份時段為親子合組時間，重新走近大家的內心，好好親密，增潤彼此親子間的關係。
對象	離異家庭之兒童 (就讀幼稚園至小學優先)
名額	8 人
費用	免費
負責同事	詹姑娘

- 備註**
1. 此小組由「社會福利署九龍城及油尖旺區福利辦事處」贊助。
 2. 家長需同時參加「甜蜜料理堂」平行小組 (家長組)。
 3. 親子參加者可優先免費參與將於 13/12 (六) 舉行的「必勝批製作工作坊」。

E25009

「甜蜜料理堂」平行小組 (家長組)

1. 透過烹飪與情緒連結為主題，認識孩子情緒及愛之表達
2. 小組安排部份時間為親子合組時間，進行親子增潤時間

日期	20/11 - 11/12/2025 (逢星期四)	名額	8 人
時間	下午 5:00 - 6:30	費用	免費
地點	本中心	負責同事	琪姑娘
內容	透過烹飪與家長互動，並在「特定時段」進行親子合作任務，過程中了解孩子的情緒，增進親子間的理解與溝通，還能創造甜蜜的回憶。		
對象	離異家長 (就讀幼稚園至小學優先)		

- 備註**
1. 此小組由「社會福利署九龍城及油尖旺區福利辦事處」贊助。
 2. 請自備食物盒。
 3. 子女需同時參加「甜蜜故事堂」平行小組。
 4. 親子參加者可優先免費參與將於 13/12 (六) 舉行的「必勝批製作工作坊」。

E25010

離異支援系列：親子冬日護膚 DIY

透過親子共同製作自家護膚品，成份天然，切合個別需要，既可安心使用，亦促進親子關係。

日期 21、28/11 及 5、12/12/2025
(逢星期五)

時間 下午 5:00-6:00

地點 本中心

內容 學習製作手工護膚品，如潤手霜、潤唇膏等，既照顧親子不同護膚需要，同時增潤親子關係。

對象 離異家庭之家長及兒童

名額 8 人

費用 \$40

負責同事 司徒姑娘



E25011

小市集系列 2：織織復織織

透過製作布織袋，學習新技能，增值自己，參與市集。

日期 8/12-29/12(逢星期一)

時間 上午 10:00-11:30

地點 本中心

內容 製作不織布作品，為參與市集做準備。

對象 離異家庭家長

名額 8 名

費用 \$40/ 人

負責同事 鄭姑娘

備註 如需托兒服務，請於報名時提出。



E25012

聖誕派對鬆一鬆

臨近聖誕，與家人一同玩聖誕遊戲及食品，感受節日氣氛。

日期 19/12/2025(星期五)

時間 下午 5:00 - 6:30

地點 本中心

內容 製作聖誕食品及一同玩聖誕遊戲。

對象 離異家庭之家長及子女

名額 6 對親子

費用 \$20/ 人

負責同事 鄭姑娘

備註 1. 此活動不設減費服務
2. 請自備食物盒。



G25010

聽見你聲音街站 (11 月)

中心同事於太子、大角咀擺設街站，以接觸區內家庭，讓街坊認識本中心多元化的家庭服務。

日期 13/11 (星期四)

時間 下午

地點 太子或大角咀

內容 藉親子遊戲宣傳正向家庭關係、正面的管教方式；中心社工向街坊介紹本中心服務及社區資訊等。

對象 社區人士

名額 不限

費用 免費

負責同事 李姑娘



OCTOBER 2025

活動月曆

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14 做孩子的情緒教練-家長小組 (1) (2) 上午 10:00-11:30 「新手烹飪。品味人生」男士小組 晚上 7:30 - 9:00	15	16	17	18
19	20	21 做孩子的情緒教練-家長小組 (1) (2) 上午 10:00-11:30 六色積木戰隊：小小工程師 (初小) 下午 4:30-5:30 「新手烹飪。品味人生」男士小組 晚上 7:30 - 9:00	22	23	24 靜心瑜珈小組 2.0 上午 10:00-11:15 六色積木戰隊：小小工程師 (初小) 下午 4:30-5:30	25
26	27	28 做孩子的情緒教練-家長小組 (1) (2) 上午 10:00-11:30 六色積木戰隊：小小工程師 (初小) 下午 4:30-5:30 寧緒養心鬆鬆 zone 晚上 7:15-8:30	29	30	31 靜心瑜珈小組 2.0 上午 10:00-11:15 六色積木戰隊：小小工程師 (初小) 下午 4:30-5:30	



NOVEMBER 2025

活動月曆

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
						1
2	3	4 做孩子的情緒教練 - 家長小組 (1) (2) 上午 10:00-11:30 寧緒養心鬆鬆 zone 晚上 7:15-8:30	5	6 小市集系列 1: 擴香石製作 上午 10:00-11:30	7 靜心瑜珈小組 2.0 上午 10:00-11:15	8
9	10	11 做孩子的情緒教練 - 家長小組 (1) (2) 上午 10:00-11:30 寧緒養心鬆鬆 zone 晚上 7:15-8:30	12	13 小市集系列 1: 擴香石製作 上午 10:00-11:30 聽見你聲音街站 (11 月) 時間待定 瑜釋重負 - 筋膜放鬆減壓瑜珈小組 晚上 7:15 - 8:15	14 靜心瑜珈小組 2.0 上午 10:00-11:15	15
16	17	18 做孩子的情緒教練 - 家長小組 (1) (2) 上午 10:00-11:30 寧緒養心鬆鬆 zone 晚上 7:15-8:30	19	20 小市集系列 1: 擴香石製作 上午 10:00-11:30 「甜蜜故事堂」平行小組 (兒童組) 「甜蜜料理堂」平行小組 (家長組) 下午 5:00 - 6:30 瑜釋重負 - 筋膜放鬆減壓瑜珈小組 晚上 7:15 - 8:15	21 離異支援系列：親子冬日護膚 DIY 下午 5:00-6:00 婚前預備小組 晚上 7:30-9:00	22
23	24	25 做孩子的情緒教練 - 家長小組 (1) (2) 上午 10:00-11:30 「新手烹飪。品味人生」男士小組 晚上 7:30 - 9:00	26	27 小市集系列 1: 擴香石製作 上午 10:00-11:30 「甜蜜故事堂」平行小組 (兒童組) 「甜蜜料理堂」平行小組 (家長組) 下午 5:00 - 6:30 瑜釋重負 - 筋膜放鬆減壓瑜珈小組 晚上 7:15 - 8:15	28 離異支援系列：親子冬日護膚 DIY 下午 5:00-6:00 婚前預備小組 晚上 7:30-9:00	29
30						

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	1	2 做孩子的情緒教練 - 家長小組 (1) (2) 上午 10:00-11:30 六色積木戰隊：小小工程師 (高小) 下午 4:30 - 5:30	3	4 「甜蜜故事堂」平行小組 (兒童組) 「甜蜜料理堂」平行小組 (家長組) 下午 5:00 - 6:30 瑜釋重負 - 筋膜放鬆減壓瑜珈小組 晚上 7:15 - 8:15	5 六色積木戰隊：小小工程師 (高小) 下午 4:30 - 5:30 離異支援系列：親子冬日護膚 DIY 下午 5:00-6:00 婚前預備小組 晚上 7:30-9:00	6 就到聖誕 小 B Messy Play Day 上午 11:00-12:00
7	8 小市集系列 2: 織織復織織 上午 10:00-11:30	9 六色積木戰隊：小小工程師 (高小) 下午 4:30 - 5:30 「新手烹飪。品味人生」男士小組 晚上 7:30 - 9:00	10	11 「甜蜜故事堂」平行小組 (兒童組) 「甜蜜料理堂」平行小組 (家長組) 下午 5:00 - 6:30	12 六色積木戰隊：小小工程師 (高小) 下午 4:30 - 5:30 離異支援系列：親子冬日護膚 DIY 下午 5:00-6:00 婚前預備小組 晚上 7:30-9:00	13
14	15 小市集系列 2: 織織復織織 上午 10:00-11:30	16	17	18	19 聖誕派對鬆一鬆 下午 5:00-6:30	20 聖誕遊玩大派對 上午 10:00 - 12:00 「一棋一會」伴侶桌遊工作坊 (25 年第三季) 下午 4:00 - 6:00
21	22 小市集系列 2: 織織復織織 上午 10:00-11:30	23	24	25	26	27
28	29 小市集系列 2: 織織復織織 上午 10:00-11:30	30	31			

小組或活動報名表格

參加者姓名： 年齡：
 身份證號碼： 家長身份：
 (首 4 位英文字母及數字) 性別： 男 / 女

聯絡電話： 居住地區：
 緊急聯絡人： 緊急聯絡人電話：

14 歲以下參加者需填寫家長 / 監護人資料 (如適用)：

家長 / 監護人姓名： 家長 / 監護人聯絡電話：

家庭類別： ☐ 跨境家庭 (現時有直屬家庭成員居於中國內地) ☐ 單親家庭
☐ 新來港一年內 ☐ 少數族裔 * ☐ 其他族裔 ☐ 不適用

* 少數族裔類別包括：印度、印尼、尼泊爾、巴基斯坦、菲律賓及泰國

知悉本中心活動途徑：☐ 中心季刊 ☐ 宣傳海報 ☐ 社工介紹 ☐ 社交媒體 (如：FACEBOOK)
☐ 親友介紹 ☐ 街站宣傳 ☐ 地區團體 (如：教會) ☐ 其他：

活動編號	小組或活動名稱	中心專用 (此欄由本中心職員填寫)	
		實收 (\$)	收據號碼
			IFSC-R-
			IFSC-R-
			IFSC-R-
			IFSC-R-

收集個人資料聲明

總額：

因應有關《個人資料 (私隱) 條例》下，為保障閣下的私隱，請細閱：

1. 向本處提供所有個人資料，純屬自願。
2. 所提供個人資料，將用作申請及提供服務之用。
3. 所有個人資料會儲存於本處保密及安全的地方。
4. 一切個人資料會於服務完結後之指定時間內銷毀。
5. 在小組 / 活動中所拍攝的照片或錄影帶，可供本中心或主辦機構作紀錄及推廣之用途，如有異議，請與中心職員聯絡。

本人已閱讀小組 / 活動報名需知，同意上述聲明並確保所提供之以上個人資料均屬實。

參加者簽署： 日期：

/ * 家長 / 監護人簽署：

* (14 歲以下參加者，必須由家長 / 監護人簽署)

負責職員： 日期：

報名須知

1. 報名資格為香港居民。
2. 請小心核對所報各項小組 / 活動之日期及時間，以免相撞或重覆。
3. 所有費用需於報名時繳交。
4. 如小組 / 活動取消或改期，中心會於小組 / 活動舉行前三個工作天通知參加者，參加者可憑收據於一個月內往本中心辦理退還所繳費用之手續（已註明有其他安排之小組 / 活動除外），逾期恕不受理。
5. 除中心因參加者人數不足或行政原因而取消小組 / 活動外，如因天氣關係而取消，或參加者自行退出小組 / 活動，可通知中心職員，但已繳之費用，恕不退回。
6. 中心保留修改任何小組 / 活動內容之權利。
7. 在小組 / 活動中所拍攝或攝錄的照片、影片或錄音檔，可供本中心或主辦機構作紀錄及推廣之用途，如有異議，請與中心職員聯絡。
8. 如小組 / 活動過程中，遇有侵犯事件或性騷擾事件發生，可向信任之職員反映，閣下不會因此而受到不佳對待。機構會以謹慎公正的態度及按機構標準程序展開全面調查，並作適當處理。
9. 參加者或 / 及其家長或監護人應在報名前細閱活動 / 課程內容及相關資料，並跟據參加者之體能及健康狀況衡量是否適合參與有關小組 / 活動。如參加者因個人疏忽或健康 / 體能上的不足而導致傷亡，本機構無需負責。
10. 【郵寄活動報名表格】：
11. 將填妥之表格，連同劃線支票抬頭「循道衛理楊震社會服務處」，於支票背面寫上活動名稱及參加者姓名，並寄回「九龍旺角彌敦道 736 號地下 循道衛理楊震社會服務處 旺角綜合家庭服務中心」。請勿郵寄現金。查詢電話：2171 4001

中心政策及服務意見

惡劣天氣安排

	中心開放安排	中心室內活動	室外活動
雷暴警告 / 黃色暴雨警告 / 懸掛一號風球	✓	✓	✓
紅色暴雨警告	✓	✓ (幼兒活動取消)	✗*
黑色暴雨警告	✗	✗	✗*
懸掛三號風球	✓	✓ (幼兒活動取消)	✗*
懸掛八號或以上風球	✗	✗	✗*
極端天氣情況 #	✗	✗	✗

* 活動舉行前兩小時仍懸掛，活動取消或改期

1. 中心將以參加者安全為首要考慮，並按天氣情況決定活動是否如常舉行，參加者亦應按天氣情況自行決定是否出席。如參加者對活動安排有任何疑問，請致電 2171 4001 向中心職員查詢
2. 若小組 / 活動因天氣關係而取消，中心將盡量安排延期，或退款予參加者
3. 中心將於八號風球或黑色暴雨警告訊號除下兩小時後恢復辦公，惟若改掛風球或黑色暴雨警告訊號除下時間相距中心關門不足三小時，當天中心則暫停辦公

#「極端情況」是指在颱風或超強颱風後政府宣布的「極端情況」

中心開放時間

	一	二	三	四	五	六
上午 9 時 - 下午 1 時	✓	✓	✓	✓	✓	✓
上午 1 時 - 下午 5 時	✓	✓	✓	✓	✓	
下午 5 時 - 晚上 8 時		✓		✓	✓	

服務意見

星期日及公眾假期休息

為著讓本中心了解大家的需要，從而提供更適切的服務，歡迎大家寫下對於本中心的設施或服務的任何意見，並交回本中心之接待處。各位寶貴的意見將作為本中心日後提昇服務質素之用，請踴躍發言！謝謝！

請問您是 / 否願意張貼意見表？

如您願意的話，請留下姓名及聯絡電話，以便我們對您所提出的意見作出回應及跟進。

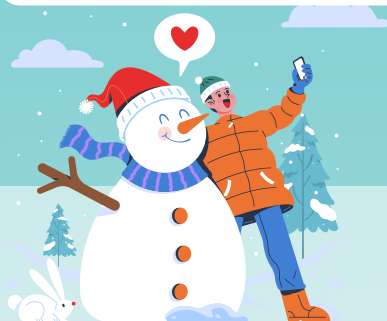
填表者姓名：

聯絡電話：

日期：

循道衛理楊震社會服務處

旺角綜合家庭服務中心



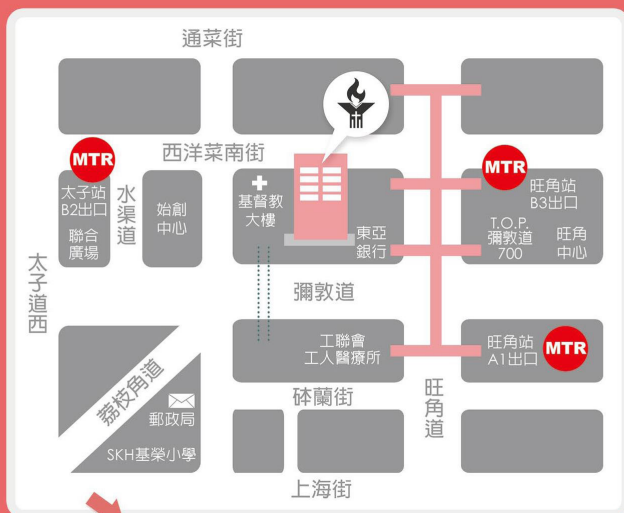
OCT-DEC

2025 年 10 月至 12 月

活動通訊

中心地圖

MAP



途經附近之小巴：46, 65S, 66S, 71, 74, 79K



印刷數量：2500 份