



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

計劃由織樂慈善基金贊助



SEN.SHINE 「揚」光計劃

10-12月活動宣傳

~ 如有興趣參加「揚」光計劃之小組/活動，請掃描以下QR CODE ~
填寫個人資料、聯絡電話及剔選小組/活動，
負責同事將會聯絡通知報名結果。

活動報名開放日期:

2025年9月6日

(上午9時)



自我關顧系列



「我的美麗日記」化妝班



目的

提升關顧自己的意識,提升技能。

日期: 9/10-30/10(逢星期四)

時間: 上午10:00-11:30(共四節)

地點: 本中心

對象: 育有懷疑及確診有特殊學習需要的子女之家長

名額: 10人

費用: 免費

負責同事: 詹姑娘



內容

由專業化妝師Ako教授, 活動中讓家長認識不同皮膚特質, 學習面部護理方法、基本化妝知識及專業化妝技巧, 由此化出簡單清新妝容, 突出個人輪廓。看起來精神飽滿, 讓人變得自信!



如需托兒服務, 請於報名時提出。



自我關顧系列

Sen.Shine 療癒花香押花小組

目的

1. 提升SEN家長自我關顧意識
2. 舒緩SEN家長照顧壓力

日期: 5/11 - 26/11 (逢星期三)

時間: 上午10:00 - 12:00

地點: 本中心(4AB房)

對象: 照顧有特殊學習需要之家長

名額: 12人

費用: 免費

負責同事: 琪姑娘



內容

家長們, 照顧 SEN 子女的路上要倍花心機, 過程中遇不少困難, 當中是否也想找時間放鬆一下, 關顧自己的情感需要。

讓我們透過藝術創作過程中療癒心理, 抒緩育兒的照顧壓力。



如需托兒服務, 請於報名時提出。



自我關顧系列



「為自己·花點心思」 SEN家長花藝工作坊(二)

目的

提升家長自我關顧意識，舒緩照顧壓力。

日期: 21/11(星期五)

時間: 上午10時至11時30分

地點: 本中心

對象: 育有懷疑及確診有特殊學習需要的子女之家長

名額: 12人

費用: 免費

負責同事: 詹姑娘



內容

每天家事工作繁忙，更要提醒自己關顧心靈需要及情緒。活動中透過增進花藝知識及手法、製作鮮花藝品，為自己花點心思，舒緩內在的壓力。



如需托兒服務，請於報名時提出。



親子關係系列

親子瑜珈班(一)

透過親子瑜珈課程幫助孩子發展身體協調性和力量,強化親子關係,讓父母在育兒中感受到支持。

日期: 3/10/2025(星期五)

時間:下午5:00-6:00

地點:本中心

對象:育有懷疑或確診特殊需要兒童的家長及子女

名額:8人(4對親子)

費用:免費

負責同事:司徒姑娘



內容

課堂內容以放鬆伸展為主,由導師教授簡單瑜珈親子動作,如下狗式、嬰兒式等,協助家長放鬆身心,同時強化子女對運動/瑜珈嘅興趣。



親子關係系列

親子樂製燈籠過中秋

踏入中秋，透過製作傳統的燈籠，
讓親子團聚共享時刻，增加交流互動。

日期:4/10 (星期六)

時間:上午10:00-11:30

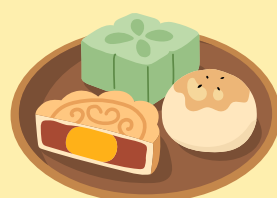
地點:本中心

對象:4-12歲SEN兒童及其家長

名額:12人

費用:免費

負責同事:彭先生

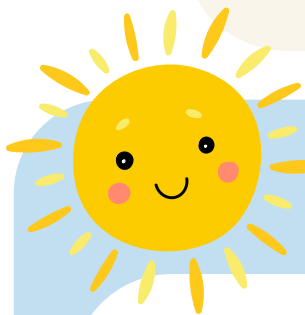


內容:

學習利用竹枝紮製，配以親自裝飾設計，
親子合力完成獨特而別具意義的燈籠。



親子關係系列



戶外探索同樂日

目的

透過戶外活動體驗，讓孩子嘗試新挑戰，
學習自我控制、情緒調節和專注，
創造親子互動的愉快回憶。



日期: 22/11/2025 (星期六)

時間: 上午9:00 - 下午5時

集合地點: 本中心

對象: 懷疑或確診有特殊學習需要的兒童及照顧者
(必須一名成人陪同一名小朋友參與)

名額: 30人

費用: 全免

負責同事: 鍾先生



內容

1. 共融遊樂場探索: 屯門共融遊樂場設玩水區、彈床、攀爬設施及沙池等，讓孩子自由玩樂。
2. 團體互動遊戲: 透過合作遊戲促進親子互動。
3. 燒烤活動: 前往大欖任食燒烤場，享受美食與輕鬆時光。





揚

SEN Shine

光計劃結業禮

將於今年12月份舉辦。

各位曾經參與計劃嘅家長，

請密切留意我哋宣傳，

一同參與啦！