

活力晴報封面設計比賽23-24
網上我至like大獎 嚴心怡

活力晴報

2025年5月-8月

第54期



報名日

2025年5月7日開始



網上報名
QR code

YOU
DARE!



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

活力家庭坊 (綜合家庭服務)



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department



如果你正為準備子女的膳食而苦惱或者想學習更多創意料理，以提升子女對飲食的興趣，歡迎你來一同學習新煮意，大家互相交流烹飪心得及分享入廚樂趣！

家長創新煮意

FE2507D4G11

日期	3, 8, 10, 15/7/2025 (逢星期二&四)	備註： ★活動需先留名，再由負責社工確認參加資格；如報名人數眾多，將以抽籤方式決定名單。 ★需自備食物盒；缺席者不獲補發該堂物資。
時間	早上10:00-11:30	
地點	本中心活動室	
對象	家長（育有就讀小四或以下子女優先）	
名額	8位	
費用	♥會員 \$40 ♥非會員 \$80	
負責職員	註冊社工 郭舒遲姑娘	

讓孩子在輕鬆活潑的氣氛中，跟著故事專員進入故事世界，搭配多元有趣的主題遊戲或手工藝製作，在邊玩邊學的氣氛中，提升對生活中的各種認知。



兒童故事天地

FE2505D1G10

日期	9, 16, 23, 30/5/2025 (星期五)	備註： ★缺席者不獲補發該堂物資；歡迎插班。 ★出席四堂者可獲獎勵證書及小禮品乙份。 ★參加本活動兒童的家長，可優先參加「兒童照顧者-自我關懷(1)」(FE2505D1G19)
時間	下午17:00-17:45	
地點	本中心活動室	
對象	4-6歲兒童	
名額	8人	
費用	免費	
負責職員	註冊社工 郭舒遲姑娘	

健康生活系列

體驗運用芳香及聲音
(頤鉢)的紓壓之旅，
感受“純粹休息”
帶給你的療癒。

身心舒泰之旅

FE2505P2P07

日期及時間	實體活動：16/5 (星期五) 上午 9:30-11:30 網上活動：26/5 (星期一) 上午 9:30-10:30
地點	本中心
對象	有照顧子女壓力的人士
名額	20人
費用	免費
負責職員	註冊社工 容樂敏姑娘、 侯俊先生、李永健先生

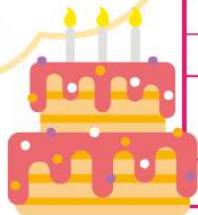


5-8月生日會

FE2507P4P13

日期	25/7/2025 (星期五)
時間	傍晚5:30-7:30
地點	本中心
對象	5-8月生日之會員及其家屬會員
名額	30人
費用	♥ 生日者 \$20 ♥ 非生日者 \$30
負責職員	活動助理Simon哥哥、Jack哥哥

5-8月生日之會員
一同慶祝及聚會



親子範堂



以網上廣播形式錄製童話故事，過程中認識配音工作、說話表達方法，加強親子溝通及相處。參加者作品經專業後期製作後將發佈於中心網上廣播平台（Apple Podcast、Youtube及Spotify）

「廣」說童話

FE2507D4G14

日期	21/7、28/7、4/8、11/8/2025（逢星期一，共4節）	
時間	下午 3:00-5:00	★ 備註： 參加者需出席所有課堂及參與最少一個童話錄音，可獲得出席証書。
地點	本中心	
對象	新來港人士或對廣東話配音有興趣之5-11歲兒童及家長	
名額	12-14人（6個家庭，每個家庭最少一大一小報名）	
費用	免費	
負責職員	註冊社工 容樂敏姑娘	

誠邀本中心義工協助製作天然蚊膏，轉贈關懷予社區上的前線工作人員（保安、清潔工友）。

前線工作人員關懷活動 2025(5-6月)



★ 備註：義工只需協助製作天然蚊膏

義辦事系列

FE2505P4P06

天然蚊膏製作義工

日期	16/5/2025（星期五）
時間	上午9:00-11:30
地點	本中心
對象	本中心義工
名額	6人
費用	免費
負責職員	註冊社工 容樂敏姑娘

透過每月一次的聚會，一同體驗以家庭為本的活動，包括：影家庭照、啣花朱古力餅乾、體驗新興運動、到運動場館打羽毛球及做夏日飲品等，學習正向思考，增進溝通與互動。



緣路 有里-家庭為本小組

FE2505D4G21

日期	9/5、13/6、11/7、12/9/2025（逢星期五；共4節）
時間	晚上 7:00 - 8:15
地點	本中心活動室
對象	低收入家庭優先
名額	10個家庭（最多30人）
費用	每個家庭50元正
負責職員	註冊社工 麥又文姑娘



備註：

- 是次小組與香港路德會傳恩堂合作，其義工團隊將參與其中，協助推行活動。
- 每個參加家庭需先繳付\$50元按金，出席所有節數後將獲發\$50元超市現金券。



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

活力家庭坊 (綜合家庭服務)



社會福利署資助服務
Subsidized Service by the Social Welfare Department



/ 適合小一至小四同學 /



FE2505E1G17-00

FE2505D1G18-00

兒童英語拼音體驗班 派對小食研習班(家長活動)

*拼音班由合資格英語拼音老師教授，同時由香港路德會傳恩堂導師帶動進行預備大食會

每個參加家庭需先繳付\$50元按金，出席所有節數後將獲發\$50元超市現金券

網上報名 



拼音班 - 2025年5月17日(六) (P1-P2) 早上10-12

2025年5月24日(六) (P3-P4) 早上10-12

重聚日1- 2025年5月30日 (五) 晚上6-7:30(中心-包餐)

重聚日2 - 2025年6月1日 (日) 早上10:00 - 下午1:00 (傳恩堂)

傳恩堂聚會點：港鐵藍田站D1出口，左轉沿茜發道往上行到達帳篷入口

中心地址：觀塘翠屏道3號9樓 (活力家庭坊)

查詢電話：23180028 (紅姑娘、麥姑娘)

中心介紹

基督教家庭服務中心(CFSC)為香港一間致力支援及促進家庭功能的社會福利機構，自1954年創立以來，一直為東九龍區居民提供不同類型服務。60多年來，因應社會的改變與需要，本會不斷更新原有服務，同時亦拓展新的工作方向。迄今，本會已發展成為一間多元化的社會服務機構，涵蓋多個服務範疇。

活力家庭坊(綜合家庭服務)秉承機構使命，致力為觀塘區居民提供一站式綜合家庭服務，服務以「兒童為重、家庭為本，社區為基礎」，協助個人及家庭解決困難、鞏固家庭功能及建立社區互助網絡。

服務質素標準(SQS)

在管理及提供服務方面，本中心備有「服務質素標準」以確保服務應具備的質素水平。以下便是十六項服務質素標準的範疇：

SQS 1 服務資料	SQS 9 安全環境
SQS 2 檢討及修訂政策及程度	SQS 10 申請及退出服務
SQS 3 運作及活動紀錄	SQS 11 評估服務使用者的需要
SQS 4 職務及責任	SQS 12 知情的選擇
SQS 5 人力資源	SQS 13 私人財產
SQS 6 計劃、評估及收集意見	SQS 14 私隱和保密
SQS 7 財政管理	SQS 15 申訴
SQS 8 法律責任	SQS 16 免受侵犯

會員申請手續

- 1 帶備身份證親臨中心辦理手續或網上登記成為會員。
- 2 如申請家庭會員必須寫清楚家庭會員之中英文姓名、出生日期，以便核對資料。
- 3 凡遺失會員證(實體/電子會員證)，會員須盡快報失及補領。補領會員證為\$10，以作行政費用。
- 4 會籍有效期為兩年，會員於會籍完結兩個月前才可以開始辦理續證手續；如於其他時間內遺失會員證，則需以補領處理。

會員福利、會員商戶優惠

請參考中心網頁最新資訊



報名及注意事項 小組/活動報名手續安排

- 1 歡迎參加者親臨本中心報名，填寫報名表格時，請小心填寫所參加的活動名稱。除需留名甄選及抽籤的活動外，收費活動均採用先到先得方式取錄，額滿即止。
- 2 中心大部份活動均設有會員收費優惠。如欲以此優惠價報名活動，必須在報名前成為中心會員。並需於報名日前親臨中心或經網上辦理申請。(如未能出示有效會員証，恕未能以會員價報名活動。)
- 3 個別活動設有網上登記，此類活動需經抽籤後確認取錄。有關網上登記詳情，請使用封面之二維碼以作了解。
- 4 請預留足夠時間完成報名手續。(視乎當天報名情況而定)

服務內容

輔導服務

- 個人及家庭輔導
- 小組治療
- 危機處理

支援服務

- 家庭生活教育及活動
(親子、管教、婚姻生活)
- 義工培訓及服務
- 教育、支援及互助小組
- 家庭指導服務
- 專題支援服務

社區資源服務

- 諮詢
- 資源閣
- 網絡點
- 轉介合適社區資源及專業服務

會員制度



個人會員

18歲以上即可登記

費用全免



家庭會員

可連同五名直系親屬登記

費用全免



電子會員登記

會籍留意事項 入會後，如果需要新增或減少家庭成員、或退出會籍，請到中心辦理申請手續。

地址：九龍觀塘翠屏道三號九樓

電話：2318 0028

傳真：2753 6627

網站：<https://cfsc.org.hk/fe>

電郵：famcoun@cfsc.org.hk

本中心服務範圍：

翠屏南北邨、和樂邨、雲漢邨、祥和苑、
曉麗苑、寶珮苑、月華街、康寧道、
協和街、輔仁街、物華街、瑞和街等。

中心開放時間

(星期日及公眾假期休息)

時段 / 星期	一	二	三	四	五	六
9:00 - 13:00	♥	♥	♥	♥	♥	♥
13:00-14:00		午膳時間 (不開放)				
14:00-17:30	♥	♥	♥	♥	♥	
17:30-20:00		♥		♥	♥	



9F TURNRIGHT

九樓嘢嘢

Podcast / START n°2



Listen on
Apple Podcasts



Spotify



YouTube

颱風及暴雨警告安排

當香港天文台於小組或活動舉行前**2小時**宣佈懸掛
颱風及暴雨警告訊號，本中心之服務將安排如下：

小組/活動/中心安排	一般雷暴警告 黃色暴雨/一號風球	紅色暴雨/ 三號風球	黑色暴雨/ 八號風球或以上
室內小組或活動	✓	✓★	
戶外小組或活動	✓★	✗	✗
中心開放	✓	✓	

如對安排有任何疑問，
可親臨或致電
2318 0028
向中心職員查詢。

★本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，將作另行通知。
同時，參加者可自行決定是否出席活動，而在此情況下缺席者均不獲退款。若小組或活動因
天氣關係而取消，本中心將會盡量安排另日舉行，或按比例退款予參加者。

退款手續安排

- 1 凡由本中心取消之活動，本中心將以電話通知參加者辦理退款手續，參加者請攜帶活動收據及身份證到中心辦理退款手續。（*如參加者在通知後一個月內仍未辦理退款手續，視作放棄退款。）
- 2 如參加者因其個人理由退出已報名之活動，一概不獲退款安排。

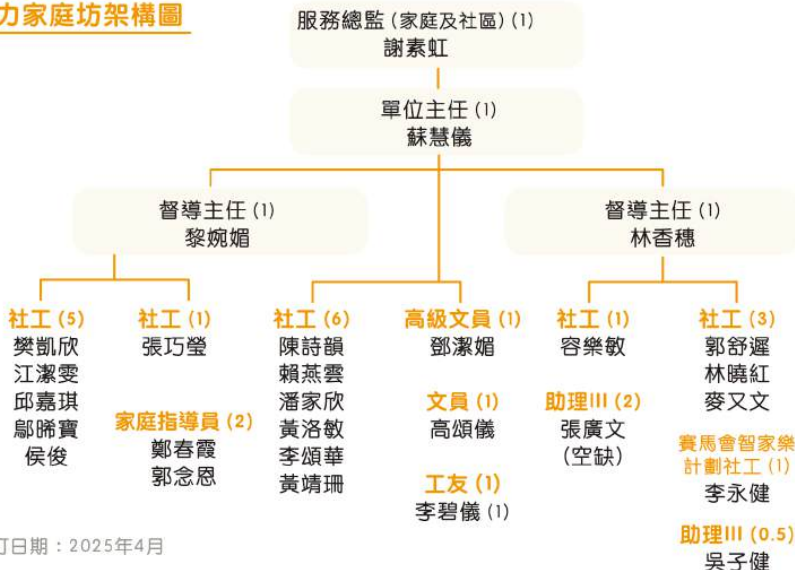
相片及錄像聲明

除社區活動外，本中心於活動時所拍攝的相片或錄像，均會在每次活動前向參加者說明拍攝之用途。本中心有可能把有關相片或錄像公開展出、刊登或播放，以作宣傳服務之用。若參加者不希望於活動中被拍攝或將有關資料作其他用途，歡迎參加者向負責職員反映，職員樂意作出有關的安排。

報名及注意事項 報名取錄政策及活動運作安排

- 1 如參加者報錯課程/活動/小組(非該課程/活動/小組之對象)，本中心不會安排退款及不能自行轉讓參加者參加該課程/活動/小組。(部份活動需要證明以核實參加者資格，如果報名後發現其所報資料失實，中心有權拒絕其參加該項活動，已繳費用亦不獲退回。)
- 2 一經取錄，參加者必須依時出席，中心將不再作電話提醒。如因事未能出席小組/活動，其參加資格亦不得轉讓予他人。
- 3 凡活動對象為低收入家庭人士，中心均以政府公佈最新一季的「家庭住戶每月收入中位數」作指標。凡低於上述中位數的家庭人士，均符合低收入家庭人士資格報名，請於報名時出示最近的家庭入息證明。而領取綜援人士必須出示相關證明如綜援通知書件、醫療費用豁免證明書等，以作證明。
- 4 為了不打擾其他參加者，在一般情況下，活動/小組開始後半小時將謝絕參加者進場。
- 5 為了有效運用資源，參加者若有兩次或以上出席小組/活動少於一半節數/時間，其於下季之小組/活動之報名將被安排入後備之列。小組/活動舉行前兩星期內，如仍有餘額，中心將致電參加者前來交費，才作正式取錄其報名。

活力家庭坊架構圖



中心大廳展覽區 更新咗啦!

活動回顧



1. 活動照片簿
分享活動精彩時刻

邀請大家來欣賞～ 早前舉辦的「古靈精怪看世界」親子平衡小組圓滿結束！特意在今期的中心展覽區中，展示組員作品 & 活動回顧相片簿。枱面上擺設了不同素材，延續小組「遊戲治療」精神希望教育幼童家庭的親子！大家快來看吧！



2. 遊戲世界

歡迎索取遊戲紙，
親子一齊玩遊戲



4. 植物世界作品展覽



3. 動物世界

歡迎索取，親子一同
創作獨特的蜥蜴手工



5. 食物世界

小零包裝有教導可以
對家人說的愛語

6. 育兒小貼士

歡迎索取，遊戲治療
為本的育兒錦囊



最後，梗係唔少得推薦街坊參加
下期「幼童親子樂園」嘅活動
對象以小學四年班或以下兒童及家長為主

更換前

不合格隔氣
漏水 有臭味 傳播病毒



更換後

有閥門隔氣
安全 保障健康



FE252505P5P04

愛無阻「隔」(A)

免費更換隔氣喉服務

由路德會傳恩堂安排專業水喉師傅協助處理(只限觀塘區劏房)

視察喉管：2025年5月17日(六) 下午2:30-5:30

服務日期：2025年5月24日(六) 下午2:30-5:30

重聚日：2025年6月1日(日) 早上10-下午1 (傳恩堂)

 師傅講解



 網上報名



傳恩堂聚會點：港鐵藍田站D1出口，左轉沿茜發道往上行到達帳篷入口

中心地址：觀塘翠屏道3號9樓 (活力家庭坊)

查詢電話：23180028 (容姑娘)

特備活動

稍後將開放網上登記平台！
敬請留意會員群組資訊！

MAMarket 中心開放日

2025年

7月12日

(星期六)

中午12:00
|
下午4:30



活動內容：

免費美甲・証件相拍攝
幼童衣物、文具交換平台・
美味茶點
適合大人細路齊趁墟！
費用全免！

負責職員：容樂敏姑娘

分享/交換一句在育兒路上觸動到你的時刻/說話：

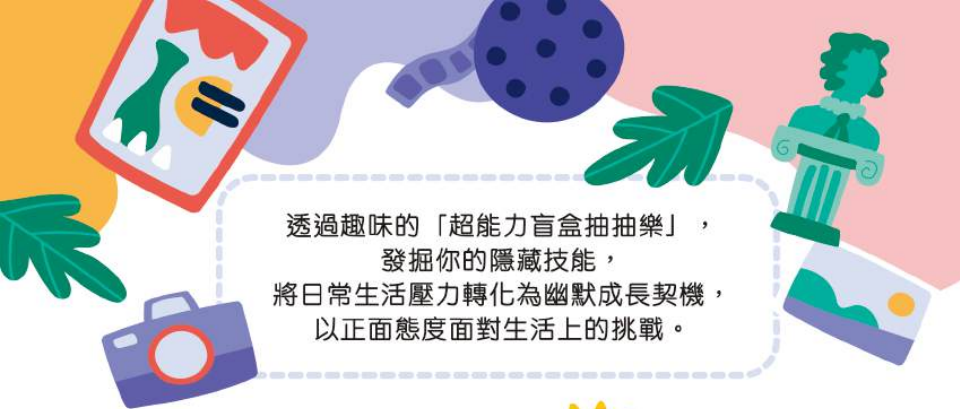
「里」
賞金句

加油 🤗

錫自己 🥰

抖下啦 😊

寫「里」賞金句，歡迎交回中心接待處這張打氣字條卡
將會轉送予到其他家長，為他們在親職育兒路上打打氣！



透過趣味的「超能力盲盒抽抽樂」，
發掘你的隱藏技能，
將日常生活壓力轉化為幽默成長契機，
以正面態度面對生活上的挑戰。

2025年度

開心媽咪組 (早上)



FE2504MIG01

日期	11/7/2025 (星期五)
時間	上午 9:30-11:00
地點	本中心
對象	育有18歲以下子女的單親婦女
名額	20人
費用	♥會員 全免 ♥非會員 \$10
負責職員	註冊社工 林曉紅姑娘

★ 備註：
如需託兒，可於報名時填在表格上，以便安排託兒服務。

2025年度

開心媽咪組 (晚上)



FE2504MIG02

日期	4/7/2025 (星期五)
時間	晚上 19:00至20:30
地點	本中心
對象	育有18歲以下子女的單親婦女
名額	20人
費用	♥會員 全免 ♥非會員 \$10
負責職員	註冊社工 林曉紅姑娘

★ 備註：
如携同子女出席，
5-11歲子女必須同時
參加FE2504MIG03
2025輕鬆兒童組。

育有4歲或以下子女，
如需託兒，請於報名
表上列明，以便安排
託兒服務。



身為兒童照顧者每天營營役役照顧孩子，十分辛勞。誠邀你稍作休息，一同透過以下的體驗活動，自我關懷，尋找身心靈的歇息：**手蠟（舒緩觸摸）、礦香石（關愛呼吸）、拉筋運動（給自己慈心）、夏日營養飲品（靜觀飲食）**

兒童照顧者-自我關懷 1

FE2505D1G19

日期	9、16、23、30/5/2025（逢星期五；共4節）
時間	下午 5:00-5:45
地點	本中心
對象	其子女參加「兒童故事天地」(FE2505D1G10)之家長優先 其他兒童照顧者，可先填報名表留名
名額	10人
費用	免費
負責職員	註冊社工 麥又文姑娘

備註：- 小組可插班，歡迎隨時加入。

- 若報名者的子女不參加「兒童故事天地」(FE2505D1G10)活動，則需要等待工作人員確認後方可進行報名。

兒童照顧者-自我關懷 2

FE2506D1G20

日期	6、13、20、27/6/2025（逢星期五；共4節）
時間	下午 5:00-5:45
地點	本中心
對象	其子女參加「樂郁HUG感統遊戲室」(FE2506D2G13)之家長優先
名額	10人
費用	免費
負責職員	註冊社工 麥又文姑娘

備註：- 小組可插班，歡迎隨時加入。

- 若報名者的子女不參加「樂郁HUG感統遊戲室」(FE2506D2G13)活動，則需要等待工作人員確認後方可進行報名。

透過製作健康菜色，學習健康飲食的智慧，
增加親子之間的互動和溝通能力，
一同建立有質素的家庭生活！



食。家 親子烹飪班

FE2505D2G08

日期	3, 10, 17, 24/5/2025 (星期六)
時間	早上 09:45-11:00
地點	本中心活動室
對象	幼兒親子 (4-6歲兒童及家長優先)
名額	5對親子
費用	♥ 會員 \$40 ♥ 非會員 \$80
負責職員	註冊社工 郭舒遲姑娘

備註：

- ★ 活動需先留名，再由負責社工確認參加資格；如報名人數眾多，將以抽籤方式決定名單。
- ★ 需自備食物盒；缺席者不獲補發該堂物資。

透過烹飪及與家人分享自製食物，
讓兒童學習個人自理及
對家人的愛與關懷。



兒童煮場

FE2505D1G09

日期	3, 10, 17, 24/5/2025 (星期六)
時間	早上11:15-中午12:15
地點	本中心活動室
對象	小學生 (就讀小一至小四的兒童)
名額	8人
費用	♥ 會員 \$40 ♥ 非會員 \$80
負責職員	註冊社工 郭舒遲姑娘

備註：

- ★ 活動需先留名，再由負責社工確認參加資格；如報名人數眾多，將以抽籤方式決定名單。
- ★ 需自備食物盒；缺席者不獲補發該堂物資。

幼童親子樂園



與你分享著名畫家小米最新著作《不管怎樣，今天我決定要快樂》，一起用彩繪藝術紓發面對生活大小逆境的情感。

「我決定快樂」創意彩繪

FE2506D1G12

日期	6, 13, 20, 27/6/2025(逢星期五; 共4節)
時間	上午10:00-11:30
地點	本中心活動室
對象	18歲以上人士
名額	10人
費用	♥ 會員 \$40 ♥ 非會員 \$80
負責職員	註冊社工 郭舒遲姑娘

備註:

★活動需先留名，再由負責社工確認參加資格；如報名人數眾多，將以抽籤方式決定名單。

★缺席者不獲補發材料

透過多元體能活動與多元化器材，讓孩子在有趣好玩的遊戲中「放電」，從而增強孩子的感統發展！每堂的尾聲均邀請家長一同參與，學習親子按摩，提升親密感。



樂郁Hug 感統遊戲室

FE2506D2G13

日期	6, 13, 20, 27/6/2025(逢星期五; 共4節)
時間	下午17:00-18:00
地點	本中心
對象	4-6歲兒童
名額	10人
費用	♥ 會員 免費 ♥ 非會員 \$20
負責職員	註冊社工 郭舒遲姑娘

備註:

★活動需先留名，再由負責社工確認參加資格；如報名人數眾多，將以抽籤方式決定名單。

導師資歷

SEN運動教練證書 (TGUK英國資歷架構)
運動手法按摩治療師
健身教練

