

## 樂天達人--親子平行小組

孩子在日常生活會否容易擔心和焦慮，出現行為問題和情緒困擾等情況？本小組讓家長和兒童學習建立正面情緒，促進身心健康，達至積極的生活態度。

目的：運用平衡小組的工作手法，透過同時介入家長及子女的系統，並配以「歸因理論」及「人際心理治療理論」作為治療介入手法，以提升有焦慮情緒的學童社交動力、情緒管理及面對逆境的能力

對象：居住或就讀於中西區 9-12 歲面對情緒及心理困擾的兒童及其家長

內容：

| 形式  | 日期                   | 次數 | 時間                |
|-----|----------------------|----|-------------------|
| 小組  | 23/3/12-11/5/12(逢週五) | 8  | 晚上 8:00 - 9:30    |
| 黃昏營 | 14/4/12(星期六)         | 1  | 下午 3:00 - 9:00    |
| 日營  | 6/5/12(星期日)          | 1  | 上午 9:00 - 下午 4:00 |

費用：\$100(每對親子)

備註：1. 負責社工於活動開始前將安排面見，面見時間於報名後電話通知

2. 報名時先登記，費用於面見後才繳交

查詢：請電 2816 8027 與鄭姑娘聯絡



## 關心身邊人--親子義務工作體驗計劃

### Family Volunteer Training Programme

負責人：李樹嫻 / 收費：每家庭\$30

透過活動能讓家庭成員認識區內的獨居長者的生活情況和需要，另於工作坊裡學習如何關心慰問長者之溝通技巧，在服務日當天藉著食物包送暖行動探訪長者，讓長者感受到義工們對他的愛與分享。

| 形式  | 日期            | 次數 | 時間                  | 地點               | 對象 | 名額  |
|-----|---------------|----|---------------------|------------------|----|-----|
| 工作坊 | 2012年6月16日(六) | 1  | 下午 2:30<br>至 4:00   | 本中心<br>活動室       | 家庭 | 20人 |
| 服務日 | 2012年6月23日(六) | 1  | 上午 10:00<br>至 12:00 | 本中心及<br>探訪西區獨居長者 |    |     |

# 家庭活動 Family Programs



## 親子行山樂--親子郊遊系列

### Family Day Trip

負責人：李美珊

透過大自然，希望大家學懂放下生活的忙憂。在大自然裡可以好似自己“家”一樣，慢慢去傾訴心中的話語；濃濃地表達自己的情感；厚厚地擁抱身邊既人，把所有愛你盡情地釋放吧！

| 日期           | 時間                    | 地點          | 集合時間/<br>地點   | 解散時間/<br>地點   | 內容                  | 收費    | 備註                                   |
|--------------|-----------------------|-------------|---------------|---------------|---------------------|-------|--------------------------------------|
| 3月18日<br>(日) | 上午9:00<br>至<br>下午4:30 | 西貢海下<br>至灣仔 | 上午8:45<br>科士街 | 下午4:30<br>科士街 | 遊覽海下生態，野外烹飪，於無敵海景午餐 | \$80  | 午餐：<br>免治牛肉<br>焗飯、香草<br>烤魚、蒜蓉<br>娃娃菜 |
| 4月15日<br>(日) | 上午9:00<br>至<br>下午4:30 | 大潭水塘<br>至石澳 | 上午8:45<br>科士街 | 下午4:30<br>科士街 | 大潭港環山抱擁的內港及爛泥灣的風光   | \$120 | 已包<br>午餐                             |
| 5月20日<br>(日) | 上午9:00<br>至<br>下午4:30 | 龍門郊<br>遊徑   | 上午8:45<br>科士街 | 下午4:30<br>科士街 | 沿途俯瞰青衣及荃灣一帶景色       | \$120 | 已包<br>午餐                             |

## 親子健康廚房(親子小組)

### Parent-child Parallel Group

負責人：冼慧儀 / 收費：親子二人價\$100

透過烹製健康美食，增強小朋友與家長間之彼此溝通。過程中，讓家長同時掌握更多親職教育，促進和諧家庭關係。

| 形式  | 日期       | 時間              | 地點    | 內容                     | 對象                      | 名額  |
|-----|----------|-----------------|-------|------------------------|-------------------------|-----|
| 工作坊 | 5月19日(六) | 下午2:30<br>至4:00 | B304室 | 主題：親親母親<br>製作：雞蛋船+雜果賓治 | 4至6歲<br>小朋友<br>及其家<br>長 | 10人 |
|     | 5月26日(六) |                 |       | 主題：作息規律<br>製作：湯圓+卜卜脆   |                         |     |
|     | 6月2日(六)  |                 |       | 主題：情緒管理<br>製作：奇趣餅+果凍   |                         |     |