

服務 / 主辦	單位	服務 / 活動 / 計劃名稱	日期 及 時間	地點	活動及計劃內容 / 服務重點	備註
明愛家庭服務	明愛東頭綜合家庭服務中心	劃出靜觀人生	2018年9月14日 - 10月5日 (逢五) 7:30-9:30pm	中心	讓參加者體驗「靜觀」，透過劃畫及其他體驗式活動，瞭解自己的身心需要，學習好好照顧自己及善巧地回應現實的難題和生命的各種挑戰，並抱持平靜的心境，積極投入生活	
明愛家庭服務	明愛香港仔綜合家庭服務中心	笑著開學『愛笑瑜珈』減壓工作坊	2018年9月18日(二) 9:30-11am	中心活動室	1. 認識「愛笑瑜珈」(Laughter Yoga) 2. 歡笑中體會笑如何促進身心健康和減壓 3. 如何促進孩子的入學適應及平衡親子的情緒	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心	家庭如何塑造你?	2018年9月20日 - 10月11日 (逢四) 10-11:30am	中心	家庭，既能夠令你提升自尊，也可以令你埋沒自信，你願意給自己一個機會，從一個新角度演繹你和你的家庭，讓自己有一份新體會嗎? 內容： 1. 認識何謂原生家庭及其重要性 2. 繪畫個人家庭圖 3. 討論原生家庭對個人成長的影響	
明愛職業訓練及教育服務	明愛屯門馬登基金中學	共融活動	2018年9月21日(五)	學校	新來港學童互相認識	
明愛家庭服務	明愛香港仔綜合家庭服務中心	「活在當下 — 細看此刻的我」講座	2018年9月21日(五) 7:30-9:15pm	中心活動室	1. 膝關節保健和運動 2. 一般治療方法，全膝關節置換 3. 護膝運動 4. 了解心中願、心中結	
明愛家庭服務	明愛香港仔綜合家庭服務中心	「愛童行」親子平行小組	2018年9月21日 - 10月26日(逢五) 7:30 - 9pm	中心活動室	兒童組：1. 協助兒童認識自己在離異家庭中獨有的情緒，並學習如何正面的表達 2. 讓兒童了解自己的角色，從而學習避免夾在父母的衝突中 家長組：1. 協助父母認識和處理自己面對離異與生活轉變的情緒及影響 2. 引導父母了解孩子的負面情緒 3. 讓父母學習協助孩子以正面方式表達情緒及需要	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	共賞同一月光下	2018年9月22日(六) 1-10pm	西貢戶外康樂中心	1. 擴闊離異家庭的家長及小朋友的體驗，及享受家庭樂 2. 反思家長的衝突對小朋友造成的影響	
明愛家庭服務	明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心	「兒童為本」親子遊戲治療 - 家長訓練課程	2018年10月4日 - 12月6日 (逢四，共10節課程及1節實習) 9:30-11:45am	中心	1. 認識遊戲對穩定兒童情緒的功能及重要性 2. 掌握親子遊戲治療的概念及技巧 3. 介紹具治療功能的玩具 4. 實習親子遊戲時間	
明愛家庭服務	明愛香港仔綜合家庭服務中心	親親孩子音樂之旅 (第4期)	2018年10月4日 - 11月8日 (逢四) 10-11:30am	中心活動室	1. 認識孩子的發展與能力 2. 了解音樂與幼兒成長發展的關連 3. 透過音樂增進親子關係	
明愛家庭服務	明愛粉嶺綜合家庭服務中心	「生命園圃」之情緒減壓婦女小組 (I)	2018年10月4、11、18、25日及 11月1、8、15、22日 (逢四) 10-11:30am	中心	生命路途裡，總有高低起伏，精神容易處於壓力及緊張狀態，以致身心疲累，影響生活質素。園藝治療是透過園藝活動，如花卉及蔬果種植、乾花手工藝等，令參加者獲得社交、情緒、身體、認知、精神及創意方面的益處 內容：伸展練習、呼吸練習、栽種植物、組合盆栽、花葉拓印、壓花活動	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心	愛德喜 (第6期)	2018年10月4日 - 12月20日 (逢一及四)及12月21日(五) 10:15 - 11:30am	中心	內容：1. 品格故事 2. 親子活動 3. 親子唱遊 4. 茶點 形式：1. 透過培養 24 個品格強項建立孩子自理能力、責任自律、團體精神及社交能力 2. 以親子形式進行，家長在課節參與引導幼兒學習，並在日常生活中實踐正面品格	
香港明愛	各服務單位	慈善抽獎券	2018年10月5日 - 11月29日	明愛轄下單位及全港多個地點	為明愛各項服務(包括教育、醫療及社會工作)籌募經費，請大家多多支持!	

服務 / 主辦	單位	服務 / 活動 / 計劃名稱	日期 及 時間	地點	活動及計劃內容 / 服務重點	備註
明愛職業訓練及教育服務	明愛馬鞍山中學	民安隊訓練	2018年10月9日(二)	民安隊總部	中一級同學將參與民安隊訓練,學習紀律及服務他人的精神	
明愛家庭服務	明愛香港仔綜合家庭服務中心	有教無「慮」情緒管理家長小組	2018年10月9-30日(二) 9:30-11am	中心活動室	1. 增強家長覺察自身內在情感,學習放鬆及提升管理情緒的能力 2. 學習有效管教技巧,提高個人能力感,以正向態度與孩子相處	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心	家長講座 - 從繪本中給孩子生命教育	2018年10月12日(五) 10-11:30am	中心	孩子就像一株幼苗,需要健康的土壤,才能茁壯成長。沒有人能夠保證天色常藍,但家長卻可擔當「農夫」的角色,每天灌溉小樹苗的心田,哪怕有朝一日風雨來臨,幼苗仍然有足夠的力量,昂然面對一切。生命教育正是重要一環 內容:從繪本中教導家長如何有效、正確地給孩子生命教育	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心	夫婦生活情趣 - 夫婦綠色原創坊	2018年10月12日(五) 7-9pm	中心	這是個欣賞自然美、增進自我能力感、培養夫婦婚姻關係、促進親密感一身心靈契合和提升夫婦真誠對話的機會! 內容:自然呼吸練習、夫婦園藝製作(幸福玻璃瓶)	
明愛家庭服務	明愛粉嶺綜合家庭服務中心	起舞吧!	2018年10月12、19、26日及 11月2日(逢五) 10-11:15am	中心	婦女面對的生活壓力實在不少,快樂的指數也越來越低。透過學習簡單舞步,讓大家可以放下煩瑣的事務,趁機減壓,鬆一鬆,享受跳舞所帶來的樂趣和舒暢,為疲累的身軀重新注入活力	
明愛家庭服務	明愛東頭綜合家庭服務中心	秋日之婚姻藝術	2018年10月12日 - 11月16日(五) 7:30-9pm	中心	透過結伴參與藝術活動,增進溝通和情緒表達,滋養伴侶關係。 內容包括製作面譜、自畫像及陶泥 (活動與明愛賽馬會思達計劃 - 男士社交及情緒支援服務主辦)	
明愛職業訓練及教育服務	明愛元朗陳震夏中學	發展學生潛能計劃	2018年10月19-20日 (五、六)	西貢	中五級同學於中四時經歷了5日4夜的外展訓練後,現在重返營地,與導師一同檢視及反思過去一年的進展	
明愛社會工作服務部		「美好家庭建構美好社會 - 實踐與展望」研討會	2018年10月20日-21日 (六、日)	明愛專上學院	為慶祝香港明愛65周年而舉辦的研討會,榮幸邀請到三位知名學者:大衛瓊斯教授、馬鳳芝教授以及馬麗莊教授擔任主講嘉賓,發表專題論文。另有超過60位講者會透過工作坊和分組研討會介紹服務模式及分享工作經驗。藉著他們的深層演譯,與會者定能把握這個寶貴機會,交流心得,以環繞家庭為重心的服務,用創新的意念建構新的服務和工作模式	
明愛職業訓練及教育服務	明愛聖若瑟中學	全方位學習日	2018年10月26日(五)	於不同地點進行	全校師生投入不同形式的學習活動,內容多姿多采,以班為單位進行遊覽、歷奇訓練或燒烤,提升班會團結精神	
明愛家庭服務	明愛朗天計劃	積極生活小組(第18期)	2018年10月31日-11月28日 (逢三) 7:30-9:30pm	中心	小組特別為希望對抗「性侵犯他人問題」的男士而設,學習面對自己的念頭、內心誘因與助長行為,檢視「性」在生活中的位置與角色,擺脫問題纏擾,並增強改變的動力	
香港明愛	學校、堂區、明愛單位及團體	慈善賣物會 - 港島區 - 屯門區 - 九龍區 - 長洲區 - 荃灣區 - 沙田區	2018年11月4日(日) 10am - 6pm 10am - 5:30pm 2018年11月11日(日) 10am - 6pm 10am - 5pm 2018年11月18日(日) 10am - 6pm 10am - 5:30pm	銅鑼灣維多利亞公園 鄉事會路屯門文娛廣場 界限街花墟公園 龍仔村明愛陳震夏郊野學園 沙咀道遊樂場 源禾路源禾遊樂場	明愛賣物會於11月4日開始,一連三個星期在港、九、新界六個地區舉行。由多間學校、堂區、團體和明愛單位協作參與的賣物會,不但是個陪伴不少朋友成長的活動,更是老幼咸宜的家庭同樂日。除了別具特色的攤位遊戲、新增的DIY工作坊、更有多款禮品可供選購;小朋友玩得高興、家長又可盡情購物! 大家一同享受假日的樂趣,滿載而歸!	
香港明愛		慈善抽獎券攬珠儀式	2018年11月29日(四) 4:30pm	堅道2號明愛大廈 公眾會堂	明愛籌款委員會主席、贊助人及明愛服務委員會委員將擔任攬珠儀式的嘉賓。得獎結果將於12月5日刊登於英文虎報、星島日報及明愛網頁	
香港明愛		聖誕曲奇愛心義賣	2018年12月		是次義賣由工銀亞洲全力贊助,籌得所有善款將用於明愛的各項服務 (查詢:3589 2528)	
明愛之友		「樂韻心曲同感恩」 慈善粵曲晚會	2018年12月10日(一) 7:30pm	香港演藝學院 歌劇院	粵曲慈善晚會除了得到聖瑪加利大堂粵曲班的教友熱心參與,並邀請到多位嘉賓紅伶為籌款獻唱,亦同時慶賀明愛成立65周年,希望大家一起獻出愛心!	