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	明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心	培育子女成為抗逆小先鋒 家長講座	2019年3月22日(五) 10-11:30am	中心	孩子從小開始要面對沉重的考試及升學壓力，在成長路上亦會遇到無數不同的困難，是次講座將講解父母應如何幫助孩子提升抗逆能力，讓孩子能夠勇於接受挑戰，正面處理壓力，積極面對挫折。 內容: 1. 認識建立孩子抗逆能力的要素 2 . 培養孩子抗逆力及樂觀感的管教技巧 3. 在生活中建立孩子正向人生觀	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	「從不完美的成長到身心解離」 公開講座	2019年3月23日(六) 2:30-4:30pm	荃灣城門道9號9樓	成長塑造我們的現在，陶造我們的性格、情感取向和思想模式。每個人的成長也總有不盡完美的部份，迫使我們在未能成熟應付之前，面對重大的挑戰。身心解離是我們在未能成熟應付，卻要面對重大挑戰時自然產生，保護自我可繼續生存的對應方式。此保護機制可伴隨我們成長，一方面保護我們，另一方面卻障礙我們與自己、別人和社會連繫	
明愛家庭服務	明愛黃耀南中心	讓音樂同行交流夜 明愛黃耀南中心20週年分享晚會	2019年3月23日(六) 7:15-9:30pm	葵青劇院黑盒劇場	藉著音樂交流和分享，以肯定戒毒人士的成長和改變。並透過頒發嘉許獎狀予成功維持操守的戒毒者，給以鼓勵	
明愛特殊教育服務	明愛樂群學校	40周年校慶暨開放日	2019年3月29日(五) 10am-12:30pm	明愛樂群學校		
明愛其他社會工作服務	明愛賽馬會照顧者資源及支援中心	靜觀減壓工作坊	2019 年 3 月 30 日 (星期六) 10am - 1pm	明愛專上學院9樓	照顧家人有時會感到壓力，照顧者會變得焦慮、緊張，負面的行為往往會影響我們的情緒健康和人際關係。 靜觀是指有意識地、不加批判地、留心當下此刻而升起的覺察力。這份覺察力可以讓我們以開放及接納的態度與當下的經驗相處，並作出善巧的選擇和回應。	
明愛職業訓練及教育服務	明愛元朗陳震夏中學	天主教四旬期清貧宴	2019年4月10日 (三)	明愛元朗陳震夏中學	鼓勵同學感受貧富的差別，藉此提醒學生反思個人生活態度	
明愛職業訓練及教育服務	明愛聖若瑟中學	社區服務體驗日	2019年4月12日(五) 9am-晚上	本校 青衣社區 深水埗 石硤尾	組織全校大型服務活動，師生舉行「長者學堂」，探訪弱能人士、獨居長者及露宿者，又嚮應惜食與關懷，組織剩菜回收行動等	
明愛家庭服務	香港仔明愛家庭綜合服務	「越難．越愛」 夫婦衝突處理工作坊	2019年4月13日(六) 2:30-5:30pm	中心	1. 認識夫婦衝突的常見現象及背後原因 2. 了解自己與伴侶遇上衝突時的應對模式與態度 3. 學習處理衝突竅門	
明愛家庭服務	明愛東頭綜合家庭服務中心	情緒自療系列之 「重建希望之樹」體驗工作坊	2019年4月17至5月29日 (逢三) (除1/5假期外) 9:30am-12nn	中心	1. 體驗個人成長和文化的關係 2. 檢視個人面對壓力的應對方法 3. 從痛苦、失控、無力到覺察、自主、釋放	
明愛家庭服務	明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心	「不再壞心情」幼兒沙遊小組 及家長工作坊	2019年4月26日至5月24日 (五) 7-8:15pm	中心	時常聽到家長表示孩子情緒不好，時常發脾氣，都不知如何處理。那麼，參加沙遊(Sand Play)，讓孩子透過與沙子一起遊戲，可放鬆心情之外，也能容易地將內心的情緒、感受、壓力一同表達出來，重整孩子內心的情緒。形式 ：沙盆、音樂創作等。(負責社工會於小組前及最後一節面見家長傾談兒童的情況)	
明愛家庭服務	香港仔明愛家庭綜合服務	「相約星期一」 已婚夫婦 / 退休夫婦雙月會	2019年5月6日(一) 9:30-11:30am	中心	透過雙月會形式，以愛惜自己、珍視伴侶為主題，學習放鬆方法，分享婚姻之道，保持內在美、外在美	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	精神健康急救證書課程	2019年5月7-28日(逢二) 7-10pm	荃灣城門道9號9樓	1. 精神病的基礎認識：抑鬱症、焦慮症、物質濫 用及重性精神病 2. 精神問題及危機出現時的徵狀及介入方法 3. 精神健康急救的重點工作，如何防止問題進一步惡化及如何為當事人提供支援 4. 社區資源的簡介及如何協助當事人尋求專業治療服務及運用合適資源	對象：有興趣增加對情緒病及精神病的認識，尤其是懷疑身邊有這些困擾的人士。不適合正飽受情緒病困擾的人士
明愛學前教育及扶幼服務	明愛啟幼幼兒學校 明愛鯉魚門幼兒學校 明愛油塘幼兒學校 明愛翠林幼兒學校	『童心看世界II』聯校親子 互動劇	2019年5月23日(星期四)	明愛堅道社區中心	創作『童心看世界II』親子互動劇場，讓兒童與家長一同感謝天父的愛及表達對世界的關愛	
明愛青少年及社區服務	明愛賽馬會德田青少年綜合服務	Green Saturday 綠色星期六	2019年開始每月最尾的星期六 (12:00nn-2:00pm)	中心偶到處Green Zone	過去幾次的活動, 感恩一班家長能放下追逐, 以身作則去為小朋友展現何謂生活的價值, 陪伴子女一起製作小手工, 參與兒時遊戲, 以致看一場中心播放的電影, 當中給予小朋友的心靈力量遠比學習多個課程來得重要.也希望愈來愈多家庭能接受這個氛圍, 讓歡笑喜樂的聲音取代哭與責罵!	