



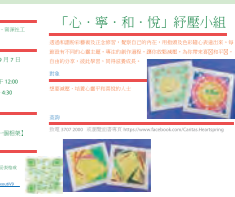


服務	單位	服務 / 活動 / 計劃名稱	日期及時間	地點	活動及計劃內容 / 服務重點	備註
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	「載愛搖籃」:「愛·由心出發」 推廣活動及填色繪畫比賽	2020年5月10日至7月17日	中心、荃灣港鐵書廊	曼陀羅繪畫創作的黑線和留白·可以投射我們內心的思緒、感受和矛盾·具有抒發和淨化的作用·面對與我們生命中有重要關連的人物·潛意識就會呈現出來·抱持「信任」、「希望」和「愛」的態度·療愈的程式便可啟動。	
明愛職業訓練及教育服務	明愛粉嶺陳震夏中學	震夏人 正能量包	2020年6月至7月	學校	疫情影響下·停課不停學·視藝科於網上教導學生設計WhatsApp sticker·以正能量圖像配以鼓勵字句·互相表達關懷及支持·從而展現明愛震夏人的六個素質·包括:堅毅、關愛、誠信、珍惜、勤學及尊重。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛翠林幼兒學校	「親子愛·同歡樂」	2020年6月中至7月	待定	駐校社工與老師舉辦親子手工藝工作坊·鼓勵親子溝通與互動·促進親子關係。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛聖方濟各幼稚園	邁向小一新里程	2020年6月中至7月	學校	兒童快將升上小學·在學習環境、生活習慣方面皆有所轉變·透過一連串循序漸進的適應活動·關顧兒童、家長升學的心理健康·建立兒童對升學的期盼·增強自信心·幫助兒童有正面積極的態度迎接小學生活。	
明愛安老服務	明愛香港仔長者中心	膝痛管理講座	2020年6月2、9、16及23日(二) 10:30-11:15am 11:45am-12:30pm	中心	了解膝關節痛的種類、成因、預防及簡單測試。 在完成講座後·可預約進行詳細測試及參與活動計劃。	
明愛安老服務	明愛鄭承峰長者社區中心 (深水埗)	深中'粵'有你	2020年6月13日(六) 9:30am-4:30pm	深水埗區各屋邨及私樓長者家中	透過端午佳節·為獨居、兩老及隱蔽長者送上關顧。	
明愛家庭服務	明愛蘇沙伉儷 綜合家庭服務中心	「綠絲帶關懷大使」端午親善探訪	2020年6月18日(四) 9:30am-12:30pm	中心	臨近端午·透過送贈DIY節慶小手工·將小心意送給有需要的家庭·表達關懷暖意·讓被訪者感受到人間有情·提升社區的正能量。此外·義工亦可藉探訪·發揮助人助己、互助互愛的精神·將「感」恩化作行動。	
明愛安老服務	明愛鄭承峰長者社區中心 (深水埗)	父母慶雙親活動	2020年6月27日(六) 2:30-5pm	中心	於父母親節期間與會員共聚·慶祝節日·向他們表示關愛之情。	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	「載望系列」: 「載思閣」資源介紹分享會 (Tea Party)	2020年7月3日(五) 3:30-5:30pm	中心小禮堂	1. 介紹對「兒童為本」親職教育的資源 2. 促進離婚前後人士建立正面生活的目標及情緒動力	
明愛職業訓練及教育服務	明愛馬鞍山中學	惜別晚會	2020年7月7日(二)(暫定)	學校禮堂	透過惜別晚會·讓學生學懂反思一年的宿舍生活表現·飲水思源·與家長分享成果。學生藉此感謝學校、宿舍導師及職員的悉心教導·讓他們健康成長。	
明愛安老服務	明愛賽馬會照顧者資源及支援中心	細聽身體的呼喚	2020年7月9至30日(逢四) 2:30-4pm	中心	您有靜下來細心傾聽身體的呼喚嗎?照顧者常忙得不可開交·忽略了身體發出的警號。本活動將採用靜觀模式·以開放及接納的態度·與您一同傾聽身體對您說的話·並作出溫柔的回應。	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	「載望系列」: 和孩共處親職成長空間 Hope space	2020年7月10日至11月3日 (逢五) 3:30-5:30pm	中心小禮堂	1. 介紹Snyder希望感(Hope)的理論·協助離婚人士學習訂立可行親職教育的目標、生活方案和動源; 2. 每次活動有不同的主題及資源介紹; 3. 透過分享和討論帶動參加者彼此學習及互相支援·家長可以連續或間斷參與·探討因離婚而帶來對子女的影響、生活適應和衝突處理等。	
明愛家庭服務	明愛蘇沙伉儷 綜合家庭服務中心	「愛的瑜伽」夫婦小組	2020年7月10、17、24及31日(五) 7:30-9:30pm	中心	夫婦透過學習雙人瑜伽·從身體接觸和互動·增進夫婦溝通和親密感。	
明愛職業訓練及教育服務	明愛胡振中中學	第九屆胡振中盃小學籃球邀請賽	2020年7月11日(六) 8:30am-4:30pm	學校	透過活動讓學生學習如何照顧及關愛參加比賽的小學生。同學們需要與小學的老師和學生有良好的溝通·協助他們準時到達比賽場地·途中也會介紹一下同學們在胡振中的生活點滴·讓小學生能更了解中學的生活。如果小學生在比賽中不幸受傷·同學們也會加以照顧及安撫他們·協助他們重新振作。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	Kids For Kids兒童英語伴讀暑期班	2020年7月11日至8月8日 (逢六·共五節) 10-11:15am	學校	此計劃與童協基金會合辦·由一班來自國際學校或社區的義工用英語帶領遊戲、手工藝及以小組形式與孩子閱讀英文繪本故事。	

服務	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	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	「九型人格」夫婦相處工作坊2020	2020年7月11日(六) 2:30-5:30pm	中心小禮堂	讓參加者在有趣的氣氛下與配偶更為知己知彼。(特色：設有不同型格人士預先錄影片段作分享，讓參加者可以更掌握型格特性。)	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	身心靈整合健康工作坊	2020年7月11日(六) 10am-12:30pm	中心	最近一年，香港受著社會事件及疫症之影響，使很多人身心靈都很疲累，精神亦容易緊張。正因外在環境動盪不安，我們更需要提升覺察身心靈的狀況，並促進其健康。誠邀你一齊來好好照顧自己！ 內容： 1. 「壓力」與「身心靈整合健康」 2. 簡單易學的身心練習 3. 照顧心靈的活動	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛沙田幼兒學校	「童心繪本創作」兒童活動	2020年7月中	學校	老師帶領各班兒童延伸不同的學習主題創作繪本，讓兒童運用圖畫和文字表達創作故事的內容。培養兒童應用文字的興趣。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛香港崇德社幼兒學校	親子活動: Papa Zone	2020年7月18日(六)	學校	藉著親子活動建立爸爸與子女間良好的親子關係，以及增強家長對育兒的認識。	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	「心連繫愛相隨」夫婦創藝工作坊	2020年7月25日(六) 2-5pm	中心小禮堂	透過不同的創意藝術活動，一起重塑婚姻關係，再思生活中相處的點滴，重拾彼此間的親密。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	「週末閒情」夫婦趣味系列 1. 夫婦藝術之旅「和諧粉彩」初體驗	2020年7月25日(六) 2:30-4pm	中心	活動由本中心註冊園藝治療師帶領，讓參加者與伴侶藉著植物及創意，一起為家居營造和諧的中秋節日氣氛。	
明愛家庭服務	明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心	樂伴童行-正向品格兒童小組	2020年7月29日、 8月5、12及19日(三) 10:30am-12nn	中心	從小培養樂觀及有效的情緒管理對每一個孩子都非常重要，正向的人生態度能幫助孩子面對生活中的挑戰和困難。本小組希望可以讓參加者學習情緒管理方法，轉化個人負面情緒，並且能接納自己，建立樂觀及正向的品格。 1. 認識情緒，學習有效情緒管理 2. 學習欣賞自己 3. 培育助人精神	
明愛家庭服務	明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心	親子科學實驗室	2020年8月1日(六) 9:30am-12:30pm	中心	爸爸媽媽陪同下，小朋友參與有趣的科學實驗，從而增進親子關係，一同學習科學精神。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	相愛到白頭	2020年8月5日至9月9日 (逢三，共六節) 10-11:30am	中心	透過不同活動，改善夫婦彼此間的溝通。回顧昔日共同經歷的大小事，重拾婚姻的甜蜜。	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	「生活瑜伽班」(十二)	2020年8月6日至9月24日 (逢四)(共8節) 7:30-9pm	中心	此課程透過不同練習建立正確的生活理念和態度。內容包括學習各種不同的體位法、瑜伽呼吸法、瑜伽飲食法、深層放鬆和正向思維分享等。課程有助學員強化胸肺功能及使筋骨柔韌性更好，達致放鬆自己、舒緩壓力、身心和諧的效果。	歡迎自備瑜珈蓆，本中心亦可提供。請帶備襪子、大毛巾或外套。 
明愛安老服務	明愛賽馬會照顧者資源及支援中心	好好愛自己	2020年8月7至28日(逢五) 10:30am-12nn	中心	您有多久沒對自己說「我愛您」？照顧者常把專注力放在被照顧者上，卻忘了好好照顧自己。本活動旨在提升愛自己的意識，並學習愛自己的方法，建立愛自己的習慣。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛油塘幼兒學校	家長懇談日	2020年8月15日(六)	學校	加強家長與學校的聯繫，讓家長更深入知悉兒童在家庭與學校的情況。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛翠林幼兒學校	家長日暨美麗的回憶分享會	2020年8月中旬至下旬	待定	透過家校緊密的溝通與分享，讓家長更明瞭孩子的學習表現、需要及學校的教學特色，並掌握有效的方法培育孩子。	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	「心·寧·和·悅」紓壓小組	2020年8月17日至9月7日 (逢一)(共4節) A: 10am-12nn; B: 2:30-4:30pm	中心	透過和諧粉彩藝術及正念修習，覺察自己的內在，用指頭及色彩隨心表達出來。每節設有不同的心靈主題，專注的創作過程，讓你放鬆減壓，為你帶來喜悅和平靜，自由的分享，彼此學習，同得滋養成長。	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	「與痛共舞」體驗工作坊	2020年8月21日(五) 7:30-9:30pm	中心	日積月累的壓力及勞損，再加上社會事件及疫情之影響，致令人身體不適，情緒受影響，心靈亦疲乏困倦。導師會帶領參加者透過多元化活動來覺察自己身心需要，以提升自我照顧及舒緩痛楚的能力，達至身心放鬆及平衡狀態。	參加者請穿著輕便衣服及襪子。 