

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	恩遇 - 明愛失胎支援中心	愛。在記憶中找「您」 - 夫婦小組	2024年3月8、22日及4月12日 (逢五, 共三節) 7:30-9:30pm	中心活動室	有否想過可以同伴侶一齊製作一本獨一無二紀念寶寶的手作本子? 由製作及設計封面、內頁紙張到最後的訂裝都是由你們親手完成, 還可以跟伴侶一同學習相惜相通之道呢? 想參加活動就要趕快報名啦!	
明愛安老服務	明愛元朗長者社區中心 (天澤中心)	耆兵靚湯暨靚湯速遞	2024年3月13日、4月24日 及5月29日 (逢三, 共三節) 1:30-3pm	中心 - 樂趣廊及歡聚園	由長者義工主理, 讓會員能享用湯水, 提升對中心的凝聚力及增加會員之間的聯繫。透過送湯服務, 關心區內患病長者、隱蔽長者及獨居長者, 讓長者獲得適切支援及關懷, 從而增加對中心的歸屬感。	
明愛安老服務	明愛馮黃鳳亭安老院	復活節歡欣同樂日	2024年3月28日(四) 3-4pm	院舍	慶祝復活節來臨, 讓院友及家人共聚歡度這個普世歡騰之節日, 一同玩樂和製作彩繪福蛋。	
明愛安老服務	明愛利孝和護理安老院	靈性探訪 - - 教會義工探訪院友 - 義工探訪失明院友	2024年3月30日(六)及5月25日(六) 9:30-10:30am	院舍	教會義工到院探訪失明院友, 讓失明院友聚會、互相慰問及支持。表達社區對失明人士的關愛。	
明愛安老服務	明愛荃灣日間護理中心	有趣復活蛋 DIY	2024年4月2-3日(二及三) 10:30am-1pm	中心	蛋, 象徵生命的誕生。透過製作復活蛋及講解, 讓會員了解復活節慶祝習俗以及復活節起源, 以增添節日氣氛。	
明愛康復服務	明愛樂善耆	BEATBOX 智多星	2024年4月3日至24日、 5月8日、22日至29日 (逢三, 共七節) 4:15pm-5:45pm	中心	邀請 BEATBOX (節奏口技) 導師, 連同中心言語治療師, 舉辦一個另類的社交溝通音樂小組。運用 BEATBOXING 音樂拍子, 配合同伴的節奏, 改善參加者的專注力和社交合作能力, 運用有趣的口肌活動, 嘗試改善說話清晰度, 並且鼓勵成員展現音樂才華, 增加自信心。	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	六色積木齊齊玩(親子活動)	2024年4月5日(五) 4-5pm	中心	內容: 1. 培養社交合作 2. 訓練專注力 3. 促進創意	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	「生活瑜伽班」(四月份)	2024年4月5日至26日 (逢五, 共四節) 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提升筋骨柔韌性, 達致放鬆自己、舒緩壓力、身心和諧的效果。	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	拉近你與我的心靈距離 - 夫婦小組	2024年4月5日至26日 (逢五, 共四節) 7:30-9:30pm	中心	透過藝術表達之方式, 讓你與我可察覺自己的心靈面貌之餘, 並能更清晰地認識彼此內心需要及渴求。幫助彼此更有智慧地選擇與自己及伴侶的相處之道。	
明愛康復服務	明愛樂揚家長資源中心	大埔一日遊	2024年4月6日(六) 9am-5pm	集合地點: 葵芳新都會廣場 活動地點: 大埔 鐵路博物館及綠匯學苑	香港鐵路博物館位於舊大埔墟火車站, 是一座風格獨特的金字頂中國傳統建築。綠匯學苑是舊大埔警署, 以推廣永續及低碳生活。是次活動早上會到綠匯學苑參觀及參加扎染工作坊, 下午先到鐵路博物館參觀, 及後到大埔海濱公園遊覽。	
明愛康復服務	明愛樂越家長資源中心	春季去哪兒——流水響水塘	2024年4月6日(六) 10am-4pm	集合地點: 明愛樂越家長資源中心 活動地點: 流水響水塘	踏入春季, 在春暖花開的日子, 與孩子到郊外呼吸新鮮空氣, 感受大自然的氣色(活動已包來回中心旅遊巴)。	對象: 5歲或以上之 兒童及其家庭會員 費用: 每位 \$40 報名電話: 36193977
明愛安老服務	明愛荃灣日間護理中心	世界花期知多少	2024年4月10日(三) 1:15-2:15pm	中心	全年四季都有不同花類開花, 而一些花需在指定的月份才能欣賞。透過舉辦花期問答比賽, 讓會員在娛樂時也能學習新的知識。	
明愛康復服務	明愛樂揚家長資源中心	我的手沖咖啡	A組: 2024年4月11日至25日 (逢四, 共三節) 10-11am B組: 2024年5月2日至16日 (逢四, 共三節) 10-11am	中心	手沖咖啡是將熱水澆在咖啡粉上, 並透過濾紙、濾杯, 萃取出咖啡液的咖啡沖泡方式, 而每個人沖出來的咖啡都是獨特的, 具有不同層次的味道。手沖咖啡適合無論初接觸者或愛好者, 因醇香的咖啡較易入口, 同樣也可慢慢沖調出合適自己的咖啡味道, 以滿足不同人的口味。此小組會介紹咖啡豆處理的方式、手沖技巧, 以及提供平台讓參加者練習手沖出自己的咖啡。	對象: 家長會員 費用: 每位 \$60 報名電話: 36110861
明愛家庭服務	明愛屯門綜合家庭服務中心	夫婦道場網上加強版	2024年4月12日至5月3日 (逢五, 共四節) 7:30-8:30pm	Zoom	婚後夫婦關係變得理所當然, 戀愛感減少, 漸成家人, 失卻起初之感。一系列修煉攻略深入了解夫婦的內在需要, 並提供實務小點子以鞏固二人關係。	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	色式相關	2024年4月13日(六) 2-5pm	中心	通過性格透視® 專業評估工具, 讓夫婦加強自我發掘及加深對對方的認識, 從而促進彼此了解, 改善相處模式, 減少對彼此的傷害。	

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
明愛康復服務	明愛樂越家長資源中心	心靈拼貼探索之旅	2024年4月17及24日 (逢三, 共兩節) 10-11:30am	中心	透過直覺的剪貼圖片製作自己的心靈拼貼圖卡, 並且藉着分享時間整理思緒, 發掘自己的內在資源以應對生命中的種種難關。	對象: 家長會員 費用: 每位 \$40 報名電話: 36193977
明愛職業訓練及教育服務	明愛華德中書院	生涯規劃——潛能發展訓練班 (魔術 / 咖啡拉花訓練)	2024年4月17日至5月22日 (逢三, 共四節) 2-3:20pm	學校	提供多元的技能探索活動, 發展學生不同的潛能。	
明愛安老服務	明愛深水埗改善家居及社區照顧服務	減壓擴香石工作坊	2024年4月19日(五) 10-11:30am	中心	製作永生花擴香石, 讓護老者專注寧靜的時間, 以舒緩照顧壓力。	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	鬆·啡	2024年4月20(六) 10:30am-12:30pm	中心	認識及學習手沖咖啡, 並與社工交流身心放鬆心得。	
明愛安老服務	明愛馮黃鳳亭安老院	迷你黏土(美食)製作	2024年4月22日(一) 2:30-3:30pm	院舍	親友和院友一起按個人喜好和創意製作黏土, 利用不同顏色的黏土製作出各款精緻又像真的迷你美食。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛打鼓嶺幼兒學校	回收小達人	2024年4月25日(四) 10-11:30am	環境保護署 - 環保園	帶領幼兒班兒童到環保園的訪客中心及塑膠回收教育中心, 認識不同的廢物處理方法和學習如何減少廢物的產生。	
明愛安老服務	明愛利孝和護理安老院	父母親節 - 溫馨團圓全家福	2024年4月27日(六) 2:30-4:30pm	院舍	為院友及家人拍攝家庭相活動, 讓院友與家人有團聚的機會, 感受家人的關愛, 為父母親節留下美好的回憶。	
安老服務	明愛賽馬會恩暉苑 暨陸陳淑穎長者日間護理中心	Sweet Sunday	2024年5月1日(三)	中心	為護老者及長者安排週末優質相處時間, 上午為共同活動時間, 包括講座及活動, 增加雙方的親密感, 下午會安排平行小組, 讓長者及護老者可以有同輩支持時間, 減輕相處壓力及釋放負面情緒。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛打鼓嶺幼兒學校	慳水小達人	2024年5月2日(四) 10-11:30am	水務署 - 水知園	帶領高、低班兒童到水知園參觀, 讓兒童透過展品、現場示範及互動遊戲, 了解水資源相關的資訊。	
明愛安老服務	明愛荃灣日間護理中心	明荃大畫家	2024年5月3日(五) 1:15-2:15pm	中心	讓會員運用塑膠彩繪畫出類似油畫的效果, 並透過水分來稀釋, 再創作出水彩的效果, 以學習不用的繪畫方法, 培養個人興趣。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛油塘幼兒學校	大熊貓跡中尋	2024年5月3日(五) 2-4:00pm	香港海洋公園學院	認識中國大熊貓的居住環境及認識四川動物各種身體特徵與棲息地之關係。	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	「生活瑜伽班」(五月份)	2024年5月3日至31日 (逢五, 共五節) 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提升筋骨柔韌性, 達致放鬆自己、舒緩壓力、身心和諧的效果。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛香港太平洋獅子會 幼兒學校	原途有你 -- 靜觀育兒家長小組	2024年5月6日至27日 (逢一, 共四節) 2:30-4:30pm	學校	透過學習「靜觀育兒」的理念, 幫助參加者檢視管教壓力對自己的影響、提升自我覺察能力和自我調節的能力。	
明愛安老服務	明愛富亨苑	媽媽, 有你真好	2024年5月9日(四) 2-4:15pm	院舍地下及一樓大飯堂	透過佈置場地、集體遊戲和品嚐特色食物等活動, 與院友共同慶祝母親節, 感受節日的氣氛	
明愛康復服務	明愛樂越家長資源中心	畫吓甜品·嘆吓甜品	2024年5月9日至5月30日 (逢四, 共四節) 10-11:30am	中心	水彩創作有助放鬆及抒壓, 淺嚐甜點則使人喜悅。讓我們一起用水彩繪畫甜品, 然後品嚐美味的蛋糕, 輕輕鬆鬆聊天, 享受 Good Morning!	對象: 家長會員 費用: 每位 \$80 報名電話: 36193977
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣)	媽媽 I LOVE YOU	2024年5月10日(五) 7:30-9pm	Zoom	1. 網上親子遊戲 2. 親子製作花藝 3. 愛的表達	
明愛安老服務	明愛荃灣日間護理中心	感恩母親節 2024	2024年5月10日(五) 1-2:30pm	中心	透過舉辦一年一度的母親節活動, 讓中心的母親們感受各位的祝福, 感謝她們為家庭付出的愛和關懷。	
明愛安老服務	明愛麗閣長者中心	護老甜蜜新天地	2024年5月19日(日) 10am-12nn, 2:30-4:30pm	中心	透過聚會, 暫緩護老者照顧壓力, 讓護老者有短暫的休息; 同時身心靈工作坊讓護老者自行或與長者共同參與, 共享護老甜蜜時光, 促進精神健康, 提升彼此情感連結。	
明愛康復服務	明愛樂揚家長資源中心	療癒和諧粉彩工作坊	2024年5月21日至6月25日 (逢二, 共六節) 10am-12nn	中心	和諧粉彩源於日本, 是一種療癒心靈的藝術, 透過簡單的工具及繪畫方法, 讓不同年齡、有繪畫基礎的人士, 也可輕易創作美麗的畫作, 喚起每個人內在的藝術特質。活動讓家長有一個舒適的空間, 專注投入繪畫當下, 放下壓力與煩惱。	對象: 家長會員 費用: 每位 \$180 報名電話: 36110861
明愛職業訓練及教育服務	明愛華德中書院	國民教育: 雲南世界文化遺產 及生態保育遊學團	2024年5月27日至6月1日(一至六)	雲南麗江、香格里拉	帶領學生前往雲南麗江和香格里拉進行考察, 加深學生對中國世界文化遺產、少數民族的風俗及生態保育發展的認識, 提升學生的國民身份認同及建立民族自豪感。	