



香港國際社會服務社  
深水埗（南）綜合家庭服務中心

# 服務通訊

2026年4-6月

## 實體及網上報名日期

4月活動報名日期：2026年3月20日（星期五）

5月活動報名日期：2026年4月17日（星期五）

6月活動報名日期：2026年5月22日（星期五）

地址：九龍深水埗南昌邨南昌社區中心高座地下  
電話：2386 6967 傳真：2386 3231  
電郵：sspsifsc@isshk.org 網址：www.isshk.org



中心Facebook網頁



中心Whatsapp頻道

生活繁忙都市，我們常被壓得喘不過氣，一切彷彿灰灰暗暗。唯我們相信，縱使生活逼人，仍有不少值得擁抱的幸福。多擁抱幸福，那怕只有短短一刻，也足夠為生活增添力量，為生命畫上動人色彩。有見及此，我們推廣「擁抱一刻」(Embrace)理念，讓大家擁抱美好一刻，美好的一刻可以屬於自己、屬於家庭，也可以屬於鄰里社區。

本中心於2026年1月初進行了服務聚焦小組，了解服務使用者的服務需要及經驗。聽取大家意見後，本中心於新財政年度(2026-2027)，重點以「健康Body Health」，「放鬆Relaxation」及「探索Exploration」推行家庭教育及活動，密切留意。



健康一刻

## 健康有營糖水推薦

一碗滋潤的糖水，能帶來的滿滿的幸福。今天要分享的「雙色番薯糖水」，製作簡單、適合一家大細食用，一齊來試下啦！



雙色番薯糖水



## 材料：

紫心番薯240克、  
黃心番薯240克、  
薑4片、黑糖20克、  
清水4碗



## 處理番薯：

將紫心與黃心番薯洗淨，  
削去外皮，切成適口大小  
的塊狀。



## 準備薑片：

薑洗淨去皮，切成薄片備用。

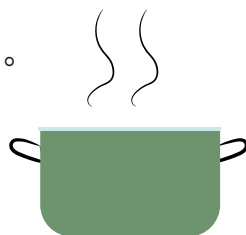
## 煮製糖水：

鍋中倒入清水，開大火煮至沸騰。

- 加入番薯塊與薑片，再次煮滾後轉為慢火。
- 蓋上鍋蓋，慢火煮約20分鐘，直至番薯軟熟。

## 調味完成：

加入黑糖，輕輕攪拌至完全溶解，即可熄火。



## 資料來源：

衛生署長者健康服務-低糖鴛鴦番薯糖水

[https://www.elderly.gov.hk/doc/recipes/Low-sugar\\_Purple\\_and\\_Yellow\\_Sweet\\_Potato\\_Sweet\\_Soup\\_TC.pdf](https://www.elderly.gov.hk/doc/recipes/Low-sugar_Purple_and_Yellow_Sweet_Potato_Sweet_Soup_TC.pdf)

# 中心架構圖

## Organization Chart

### 行政總裁 Chief Executive

邱浩波先生  
Mr. Stephen YAU

### 服務總監 Director of Programme

湛國榮先生  
Mr. CHAM Kwok Wing Kerin

### 助理服務總監 Assistant Director of Programme

楊鳳玲女士  
Ms. YEUNG Fung Ling

#### 活動幹事 Programme Worker

曾堯棠先生  
Mr. Tsang Yiu Tong

#### 文員 Clerk

李少春女士  
Ms. LI Shaochun

#### 辦公室助理 Office Assistant

張綺雯女士  
Ms. CHEUNG Yee Man

#### 活動助理 Programme Assistant

袁梁焯女士  
Ms. YUEN Leung Wai

周子樂先生  
Mr. CHOW Tsz Lok

#### 少數族裔地區大使 Ethnic Minority District Ambassador

Ms. SHAHID Iram

#### 社會工作員 Social Worker

蔡天任先生  
Mr. CHOI Tin Yam

鄧欽文女士  
Ms. DENG Qinwen

馮曉勁女士  
Ms. Fung Hiu King

關藝寧女士  
Ms. GUAN Yining

鄧霽蔚女士  
Ms. TANG Pui Wai

謝姝睿女士  
Ms. XIE Shurui

#### 高級社會工作員 Senior Social Worker

凌秀密女士  
Ms. LING Sau Mat

#### 家務指導員 Family Aide Worker

李雨珊女士  
Ms. Lee Yue Shan

#### 社會工作員 Social Worker

趙銀菊女士  
Ms. CHIU Ngan Kuk

高上婷女士  
Ms. GAO Shangting

侯剛健先生  
Mr. HAU Kong Kin

何樂宜女士  
Ms. HO Lok Yee

郭文緯先生  
Mr. KWOK Man Wai

李創鑫先生  
Mr. LI Chong Hing  
Anthony

蘇奕嘉女士  
Ms. SU Yijia

譚枝妍女士  
Ms. TAM Chi Yin

鄧青雲女士  
Ms. TANG Ching Wan

夏一紅女士  
Ms. XIA Yihong

楊瑞麟先生  
Mr. YEUNG Sui Lun

## 中心服務宗旨

協助區內人士面對個人及家庭問題，認識及尋找解決問題的方式，從而維繫家庭的完整，並促進家人及人際間的和諧。

## 服務目標

- 提升個人及家庭解決問題的能力
- 加強及鞏固家庭功能，促進家庭和諧
- 聯繫區內資訊，建立互助社區

## 服務對象

居於深水埗以南居民（詳情請向本中心職員查詢）

## 服務形式

家庭輔導組	家庭支援組	家庭資源組
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 輔導服務</li><li>2. 治療性小組</li><li>3. 危機介入</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 短期輔導服務</li><li>2. 轉介服務</li><li>3. 互助小組</li><li>4. 發展小組</li><li>5. 親子活動</li><li>6. 支援小組</li><li>7. 家務指導服務</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 家庭支援計劃</li><li>2. 大堂服務</li><li>3. 家庭生活教育</li><li>4. 諮詢服務</li><li>5. 義工發展</li><li>6. 康樂及社區服務</li></ol>

## 申請接受和退出服務

### 申請接受服務

- 致電、郵寄、電郵或傳真至本中心
- 親臨本中心向當值職員查詢
- 部分小組／活動可透過網上報名
- 由其他機構轉介

### 退出服務

- 當服務計劃的工作完成後，服務便會終結
- 服務使用者可以在任何階段自願退出服務

## 小組及活動報名事宜

1. 除個別小組／活動特別註明網上報名外，其他活動只接受親身前來本中心報名。中心報名活動開始日期見封面頁。
2. 除個別小組／活動註明外，名額有限，先到先得。
3. 負責社工會於小組／活動開始前一星期通知成功報名人士，未獲通知者當落選論。
4. 負責社工會按小組／活動需要，開設WhatsApp群組作聯絡之用；小組／活動結束後將關閉該群組。
5. 如本中心發現同一參加者報名同一時段進行的兩個或以上小組／活動，本中心將有權取消該參加者的所有報名資格，並會由本中心個別通知影響人士。
6. 本中心將定期於Facebook專頁及WhatsApp頻道更新及發佈最新活動資訊，歡迎大家加入及追蹤本中心Facebook專頁及WhatsApp頻道。

# 颱風及暴雨警告之班組及活動安排



天氣情況	中心服務	室內進行之班組／活動		水上活動	戶外活動
		學童	成人		
<b>T1</b> 1號風球／雷暴警告	✓	✓	✓	✗	○
<b>L3</b> 3號風球	✓	○	○	✗	✗
<b>8</b> SE 東南 8號風球或以上	✗	✗	✗	✗	✗
 黃色暴雨	✓	✓	✓	✗	○
 紅色暴雨	✓	✗	○	✗	✗
 黑色暴雨	未開放則停止開放， 已開放則繼續開放	已開始則繼續進行， 未開始則取消／延期		✗	✗

✓ = 活動／服務照常進行

✗ = 活動／服務取消、立即停止（延期與否，負責職員將個別通知活動參加者）

○ = 視乎情況而定

## 颱風及暴雨過後安排



安排 八號風球／黑色暴雨除下	上午班組 及活動	下午班組 及活動	晚上班組 及活動
早上六時前	照常進行	照常進行	照常進行
早上十一時前	取消	照常進行	照常進行
下午三時前	取消	取消	照常進行

## 注意事項



- 有關取消／恢復班組及活動安排，以天文台宣布為準。
- 家長可以就子女本身安全自行決定參加與否。
- 當天文台宣布在未來數小時內懸掛八號或更高風球，或將會發出黑色暴雨警告訊號，中心之所有班組及活動將全部取消。當此情況下取消之各班組及活動，均不會獲補課或退款。
- 中心酌情處理——如天氣惡劣，負責同事與服務總監商討，決定當日活動取消或延期進行。
- 如對活動有任何查詢，請致電2386 6967與本中心職員聯絡。

# 活動花絮

## ★ DIY手工天然護膚品小組

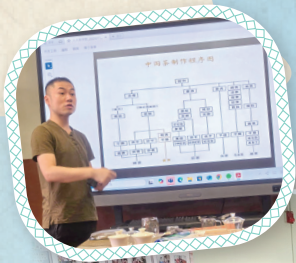


## ★ K-pop選段體驗——what is love



## ★ 「成長節奏」兒童表達藝術活動





## ★ 人人有茶飲



## ★ 媽媽放空時光小組



## ★ 家庭支援計劃活動——以曲會友賀新年



## ★ 日霜及潤唇膏製作工作坊



## ★ 新年裝飾·水苔蘭花





## 潤手霜及紫草萬用膏製作工作坊



## 輕鬆自在酒精畫





# 「錢」家樂「道」——親子理財平衡小組



# 皮革小袋DIY



# 長幼共聚家添愛 (啟思小學學生探訪長者)



# 2026年4-6月小組或活動

## 實體及網上報名日期

4月活動報名日期：2026年3月20日（星期五）

5月活動報名日期：2026年4月17日（星期五）

6月活動報名日期：2026年5月22日（星期五）

所有活動報名時間由以上日期上午九時正開始

## 實體報名活動

### DIY手工天然護膚品小組(A)

Relaxation  
放鬆

在繁忙的生活中，大家都需要喘息的空間。是次小組透過學習製作含有天然精油的天然護膚品，從而放鬆心情及減壓。製作的天然護膚品包括洗面泡、妝前化妝水、日霜、精華、兩用面膜晚霜、潤手霜、潤唇膏及紫草萬用膏。活動內容既能滋潤肌膚，又能調適心情，讓參加者的身心都獲得滋養與放鬆。

日期：2026年4月14、15、21、22日（星期二及三）

時間：上午10:00-11:30

地點：中心一樓活動室

對象：有興趣人士（未曾參加的優先）

名額：8人

費用：全免

負責社工：鄧青雲姑娘

備註：1. 參加者可獲自家製作的8款護膚品(15-30ml)

2. 實體活動



# 中醫義診暨健康推廣日

(合辦：香港健康協會)

日期：2026年4月19日（星期日）  
2026年5月17日（星期日）  
2026年6月14日（星期日）

時間：下午2:30 - 5:15

地點：本中心一樓

費用：全免

負責社工：蔡天任先生、鄧霽蔚姑娘或何樂宜姑娘



## 中醫義診

對象：獨居／雙老長者、癌症患者、傷殘人士、領取綜援／長者生活津貼／傷殘津貼／在職家庭津貼／學生資助計劃

內容：

- 中醫診脈處方（受眾需自行配藥）
- 針灸
- 傷科痛症診療
- 經穴通衡理療、護理指導

名額：75人

備註：

1. 必須先向本中心登記，額滿即止
2. 實體活動



## 社區健康服務

對象：社區人士

內容：

- 頸肩肌筋勞損檢查
- 經穴通衡理療

名額：75人

備註：

1. 必須先向本中心登記，額滿即止
2. 實體活動

## 正念・瑜伽・家點愛—— 系列課程

Relaxation  
放鬆

正念與瑜伽密不可分，練習正念瑜伽能夠有效提升個人身心靈狀態，並和內在自我、外在世界更好地相處。是次課程由認證導師帶領參加者體驗正念瑜伽完整八週課程及日營活動。

\*參加者需全程參加。

- 日期：**簡介會：2026年4月23日  
八週課程：4月30日、5月7、14、21、28日、6月4、11、18日  
日營：7月2日（星期四）
- 時間：**簡介會及課程：10:00-11:30；  
日營：10:00-15:00
- 地點：**中心一樓活動室
- 對象：**成人（如有身心狀況請提前說明）
- 名額：**10人
- 費用：**全免
- 負責社工：**夏一紅
- 備註：**1. 實體活動  
2. 社工將個別聯絡報名者最後確定參加名單

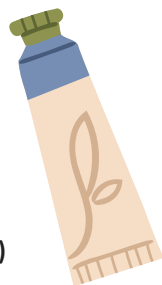


## 洗面泡及潤手霜製作工作坊

Relaxation  
放鬆

透過學習製作含有天然精油的潤手霜及紫草萬用膏，從而放鬆心情及減壓。

- 日期：**2026年4月24日（星期五）
- 時間：**下午2:30-4:00
- 地點：**中心一樓活動室
- 對象：**有興趣人士
- 名額：**8人
- 費用：**全免
- 負責社工：**鄧青雲姑娘
- 備註：**1. 參加者可獲自家製作的洗面泡及潤手霜(30ml)  
2. 實體活動



## 手中線心中情

Relaxation  
放鬆

通過縫製皮革銀包，輕鬆一刻，度過歡樂時光。

日期：2026年4月28日（星期二）  
 時間：上午10:00-11:30  
 地點：中心一樓家政室  
 對象：區內婦女（從未參加過的優先）  
 名額：10位參加者 費用：全免  
 負責社工：高上婷姑娘  
 備註：1. 實體活動



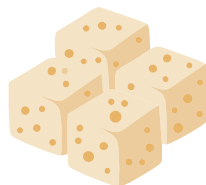
2. 皮革材料顏色可能存在不同，若未能選到心儀顏色，敬請諒解。

## 雪花酥your love烘焙工作坊

Expression  
表達

這年母親節邀請您一同製作香脆的雪花酥，用甜蜜滋養身心，好好感謝自己！

日期：2026年5月5日（星期二）  
 時間：上午10:00-12:00  
 地點：中心一樓家政室  
 對象：區內有興趣的婦女  
 名額：12人 費用：全免  
 負責社工：古曉欣姑娘（實習社工）  
 備註：實體活動



## 春日頌歌——春頌選段舞蹈小組

Body Health  
健康

春頌是一段漢唐風格的舞蹈，通過花的姿態和俏皮的舞姿，歌頌春天的到來。春頌選段大約40秒，是一段非常好看且有活力的舞蹈。歡迎大家一起參加到舞蹈活動中，一起體驗春日的明媚。

（參與小組可在結課時拍攝專屬的舞蹈片段及獲得一套舞蹈服裝）

日期：2026年5月6、13、20、27日（星期三）  
 時間：上午10:00-12:00  
 地點：中心一樓活動室  
 對象：18歲以上社區人士  
 名額：8人 費用：全免  
 負責社工：鄧欽文姑娘  
 備註：1. 實體活動 2. 不需要舞蹈基礎



## 「Chill」級自在關懷小組

Relaxation  
放鬆

照顧別人時，係時候好好照顧自己啦！一齊來食吓、傾吓、玩吓（輕鬆遊戲、手工藝、小食製作等），享受當下，學習溫柔善待自己，實踐自我關懷。

日期：2026年5月6、13、20、27日、6月3日（星期三）  
時間：上午10:00-11:30  
地點：中心一樓家政室  
對象：18歲或以上的照顧者、家長  
名額：10人  
費用：全免  
負責社工：陳遠珊姑娘（實習社工）  
備註：實體活動



## 手中線心中情2.0

Relaxation  
放鬆

通過縫製皮革銀包，輕鬆一刻，度過歡樂時光

日期：2026年5月7日（星期四）  
時間：上午10:00-11:30  
地點：中心一樓家政室  
對象：區內婦女（從未參加過的優先）  
名額：10位參加者  
費用：全免  
負責社工：高上婷姑娘  
備註：1. 實體活動  
2. 皮革材料顏色可能存在不同，若未能選到心儀顏色，敬請諒解。



## 婦女手工小組

Relaxation  
放鬆

通過製作各類手工製品，放鬆自我，度過歡樂時光

日期：2026年5月12、14、19、21日（星期二、四）  
時間：上午10:00-11:30  
地點：中心一樓家政室  
對象：區內婦女  
名額：10位參加者  
費用：全免  
負責社工：高上婷姑娘  
備註：1. 實體活動  
2. 手工材料顏色可能存在不同，若未能選到心儀顏色，敬請諒解。



## 舊物物語——藝術表達活動

你是否有一件物品，可能是一份特別的禮物，可能是一個長期跟隨你的日常物件，也可能是承載這一段特別故事的小物件。對於這些舊物，我們都有一種特殊的情懷。舊物物語的活動將以你的一件特別的舊物為主題，可以為其畫畫，作詩或者任何藝術的創作，由此加深你和物件獨特的鏈接。

**E**xpression  
表達

日期：2026年5月29日（星期五）  
 時間：上午10:00-12:00  
 地點：中心一樓家政室  
 對象：18歲以上社區人士  
 名額：10人  
 費用：全免  
 負責社工：鄧欽文姑娘  
 備註：實體活動

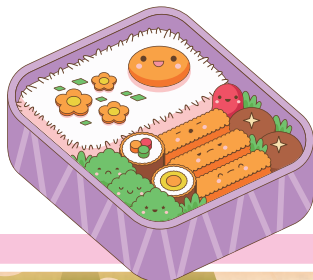


## 日式卡通造型便當 製作小組

**R**elaxation  
放鬆

透過利用簡單食材學習製作可愛卡通造型便當為孩子製作驚喜，促進親子關係。

日期：2026年6月2、9、16、23、30日（星期二）  
 時間：上午10:00-11:30  
 地點：中心一樓家政室  
 對象：家長  
 名額：8人  
 費用：全免  
 負責社工：古曉欣姑娘（實習社工）  
 備註：實體活動



## 日霜及兩用面膜晚霜製作 工作坊

Relaxation  
放鬆

透過學習製作含有天然精油的日霜及潤唇膏，從而放鬆心情及減壓。

日期：2026年6月5日（星期五）

時間：上午10:00-11:30

地點：中心一樓活動室

對象：有興趣人士

名額：8人

費用：全免

負責社工：鄧青雲姑娘

備註：1. 參加者可獲自家製作的日霜及兩用面膜晚霜(20-30ml)  
2. 實體活動



## DIY手工天然護膚品小組(B)

Relaxation  
放鬆

在繁忙的生活中，大家都需要喘息的空間。是次小組透過學習製作含有天然精油的天然護膚品，從而放鬆心情及減壓。製作的天然護膚品包括洗面泡、妝前化妝水、日霜、精華、兩用面膜晚霜、潤手霜、潤唇膏及紫草萬用膏。活動內容既能滋潤肌膚，又能調適心情，讓參加者的身心都獲得滋養與放鬆。

日期：2026年6月10、11、17、18日（星期三及四）

時間：上午10:00-11:30

地點：中心一樓活動室

對象：有興趣人士（未曾參加的優先）

名額：8人

費用：全免

負責社工：鄧青雲姑娘

備註：1. 參加者可獲自家製作的8款護膚品(15-30ml)  
2. 實體活動



## 穴位按摩美容

Body Health  
健康

通過穴位按摩及靜觀體驗，達到美容保健的效果

日期：2026年6月16日（星期二）  
時間：上午10:00 - 11:30  
地點：中心一樓會議室  
對象：區內婦女  
名額：10位參加者  
負責社工：高上婷姑娘  
備註：實體活動

費用：全免



## 「鬆」下壓力·鬆餅製作工作坊

齊來鬆一鬆！透過製作鬆餅，學習享受放鬆時刻，鬆走壓力。

Relaxation  
放鬆

日期：2026年6月24日（星期三）  
時間：上午10:00 - 12:00  
地點：中心一樓家政室  
對象：區內有興趣的家長及婦女  
名額：12人  
負責社工：陳遠珊姑娘（實習社工）  
備註：實體活動，需自備食物盒

費用：全免



## 玩中滋養孩子成長——家長遊戲工作坊

「玩具是兒童的字，遊戲是他們的語言」。本工作坊將帶領家長體驗遊戲的作用及對孩子的獨特意義並付諸實踐。

活動將提供部分資助，支持家長在家實踐，創造遊戲的氛圍，滋養彼此、栽培孩子成長。

Connection  
聯繫

日期：2026年6月25日、7月9日（星期四）  
時間：上午10:00 - 11:30  
地點：中心一樓會議室  
對象：12歲或以下孩子的家長  
名額：10人  
負責社工：夏一紅姑娘  
備註：實體活動

費用：全免



# 網上報名活動

## 畫出心聲：爸媽親職療癒美術團

是時候為心靈進行大掃除了！讓我們以輕輕鬆鬆的步伐與一眾家長學習親職和自我照顧的技巧～

\*不用有任何畫畫技巧也可以參加～

\*參加5節或以上會獲贈精美療癒禮品乙份

#活動包括靜觀、繪畫及角色扮演等小遊戲及體驗活動。

日期：2026年4月13、20、27日、5月4、11、18日（星期一）

時間：上午9:15-10:30

地點：中心一樓家政室

對象：育有12歲或以下子女的家長

名額：8人

費用：全免

負責社工：鄧珈汶姑娘（實習社工）

備註：實體活動



網上報名QR code

Exploration  
探索

## 管教指南針：爸媽親職導賞團

父母與孩子相處之間，或許會感到迷失、無奈、甚至感到挫敗。坊間有唔同嘅管教策略，眾說紛紜，但係自己身上都好似唔work，並經常困於衝突與失望的漩渦中……

有依個感覺嘅你，並唔係孤單一人，請參與我地導賞團，透過活動與討論，一齊重新認識自身作為父母嘅角色，並學習欣賞管教旅程中的高山低谷。

日期：2026年4月13、20、27日、5月4、11、18日（星期一）

時間：上午10:30-11:45

地點：中心一樓活動室

對象：育有12歲或以下子女的家長

名額：8名

費用：全免

負責社工：莫家傑先生（實習社工）

備註：實體活動



網上報名QR code

Exploration  
探索

## 「頭腦精明」中醫及情緒健康講座

Body Health  
健康

1. 邀請中醫師介紹頭痛及常見痛症及檢測；
2. 穴位按摩基本及耳穴點
3. 左右腦運動情緒舒緩



日期：2026年4月30日（星期四）  
 時間：上午10:00-12:00  
 地點：中心一樓會議室  
 對象：18歲或以上人士  
 名額：20人  
 費用：全免  
 負責社工：郭文緯先生  
 備註：實體活動



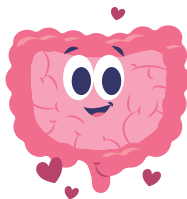
網上報名QR code

## 「腦腸一軸」馴得好

Connection  
聯繫

1. 腦腸軸是什麼？養生達人分享腸道健康與睡眠息息相關；壓力會造成腸胃不適，反之腸道健康也會影響腦部及睡眠。
2. 點樣先可以馴好啲？從情緒調節角度關注個人睡眠狀況；分享睡眠經驗及研究成果，提升個人睡眠質素。

日期：2026年5月8、15、22、29日（星期三）  
 時間：上午10:15-11:45  
 地點：本中心  
 對象：18歲或以上有興趣人士  
 名額：12人  
 費用：全免  
 負責社工：郭文緯先生  
 備註：實體活動



網上報名QR code

## 慈歷王之「創意藝術同樂日」

Relaxation  
放鬆

一眾來自「慈」幼英文學校的大哥哥大姐姐，將帶着滿滿創意，前往南昌邨展開奇妙歷險！

活動當日，小朋友除咗可以參與多款充滿活力嘅小遊戲，互相認識、齊齊合作之外，仲會一齊動手創作屬於自己嘅藝術作品——香氣滿滿嘅擴香石，每一件都獨一無二。

希望透過今次活動，小朋友可以喺遊戲中發揮想像力，用顏色講故事，用手感受創作嘅樂趣，一同度過開心又充滿驚喜嘅周六早上！所有參加者都會帶走自己親手整嘅小藝術品，留住一份美好回憶。

日期：2026年4月18日（星期六）  
時間：上午10:30-12:00  
地點：中心一樓活動室  
對象：小學生  
名額：12人  
費用：全免  
負責社工：侯剛健社工（猴子叔叔）  
備註：實體活動



（圖片僅供參考）



網上報名QR code

## 慈歷王之「糕手在人間」

Relaxation  
放鬆

一眾來自慈幼英文學校的大哥哥大姐姐將會前往南昌社區中心，召集一班喜愛甜品的小朋友，玩輕鬆有趣的暖場小遊戲，再一齊製作簡單又可愛的小甜品（例如迷你杯裝甜品、水果杯或簡單無火甜點），既訓練小朋友的解難能力、手眼協調以及運用小手肌的能力，又一起體驗「糕手」創作的樂趣！

現誠邀喜愛甜品、願意一齊動手嘗試的小朋友加入「糕手」行列，Let's go, Let's糕, Let's Go！

日期：2026年4月25日（星期六）  
時間：下午2:30-3:45  
地點：中心一樓家政室  
對象：小學生  
名額：12人  
費用：全免  
負責社工：侯剛健社工（猴子叔叔）  
備註：實體活動



（圖片僅供參考）



網上報名QR code

## 慈歷王之「港島大歷險」

一眾來自「慈」幼英文學校的大哥哥這次將化身為「慈歷王」帶領小朋友前往港島展開精彩歷險！當日會進行多項互動小遊戲和任務挑戰，一起探索城市的故事與美景，並考驗大家的觀察力、協作力和勇氣。

現誠邀勇敢、活潑、充滿好奇心又開朗的小朋友一同加入「慈歷王歷險隊」，一齊出發探索港島的秘密，成為真正的小小歷險王！

日期：2026年5月9日（星期六）

時間：上午10:00 - 下午5:00

集合及解散地點：中心一樓活動室

活動地點：香港島

對象：小學生

名額：12人

費用：全免（包括交通及午餐）

負責社工：侯剛健社工（猴子叔叔）

備註：實體活動



（圖片僅供參考）



網上報名QR code

## 油光異彩，繪畫靜心小組

在油畫棒與紙張的摩挲聲中，進入專注的靜心時光。我們將帶你輕鬆體驗疊色、混色等技法，無需基礎。目的不在畫技，而在於透過色彩與當下的筆觸，達到內心的沉澱與療癒。一起在創作中安放自己。

日期：2026年5月5、8、12、15日（星期二、五）

時間：上午10:00 - 12:00

地點：中心家政室

對象：十八歲或以上人士

名額：8人

費用：全免

負責社工：謝姝睿姑娘

備註：實體活動



（圖片僅供參考）



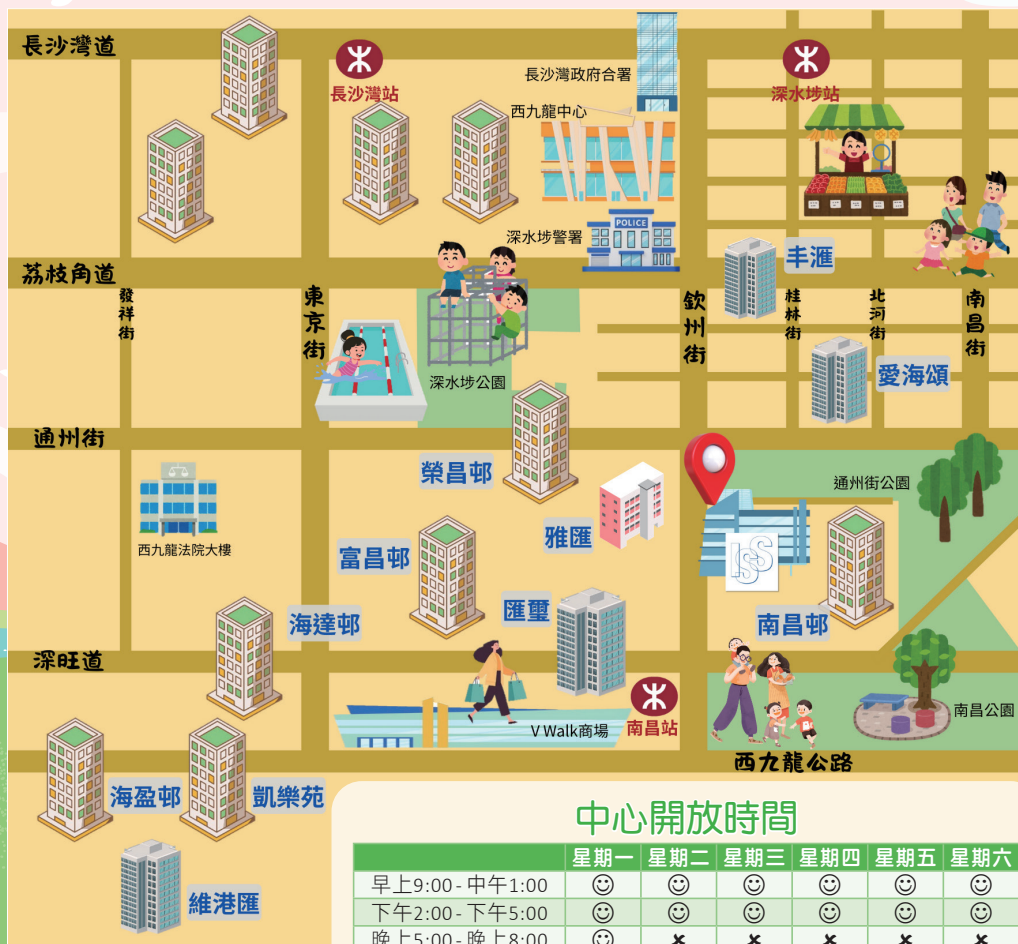
網上報名QR code



香港國際社會服務社  
深水埗(南)綜合家庭服務中心

1	POSTAGE PAID HONG KONG PORT PAYE 中國香港 郵資已付	PERMIT NO. 特許編號 06295

寄



### 中心開放時間

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早上9:00 - 中午1:00	☺	☺	☺	☺	☺	☺
下午2:00 - 下午5:00	☺	☺	☺	☺	☺	☺
晚上5:00 - 晚上8:00	☺	✗	✗	✗	✗	✗

☺=開放時間    ✗=中心休息，另星期日及公眾假期中心休息。