



香港國際社會服務社
天水圍(北)綜合家庭服務中心

地址：天水圍天悅邨服務設施大樓2至3樓
一般查詢電話：2446 1223 傳真：2446 3313
電郵：tswnifsc@isshk.org 網址：www.isshk.org



香港國際社會服務社天水圍北綜合家庭服務中心



<https://www.youtube.com/channel/UCZUXEgPpFXNyuhruWvSVDxA>



FACEBOOK



YOUTUBE

2021年7至9月
活動推介

健康家庭
愛自己

*活動名額先到先得，所有活動不設電話留位

*活動查詢電話：2446 8603



友·心人

義工服務活動花絮



4月26日與義工聚會，大家一同玩遊戲「拳擊氣球」，做做運動~



義工於4月份的香薰消毒搓手液製作活動中自製了酒精搓手液，並鼓起了勇氣，踏出第一步，在疫情中分享愛心，為社區有需要的人送上消毒搓手液。當中義工都感受到分享有餘的滿足及快樂，更有小義工在送贈活動中增強了自信心。

髮 友·心人之義工剪髮服務 (A)

IFSC-TSW-180821-WC



日期：2021年8月18日 (星期三)

時間：上午10：00至11：30

地點：元朗仁愛堂龍韶雅長者日間護理中心

對象：中心已登記及曾接受過剪髮訓練的義工+仁愛堂龍韶雅長者日間護理中心長者

收費：免費

名額：義工3人+接受剪髮的長者10人(由仁愛堂龍韶雅長者日間護理中心招募)

報名日期：現已接受報名 (透過二維碼進入網頁報名)

內容：邀請曾接受過剪髮訓練的義工為日間護理中心的老友記提供義務剪髮服務，並藉此關顧有需要的長者，義工又可回饋社會及貢獻社區。

負責職員：社工麥太

髮 友·心人之義工剪髮服務 (B)

IFSC-TSW-090921-WC



日期：2021年9月9日 (星期四)

時間：上午10：00至11：30

地點：明愛天悅長者中心

對象：中心已登記及曾接受過剪髮訓練的義工+明愛天悅長者中心長者

收費：免費

名額：義工5人+接受剪髮的長者15人(由明愛天悅長者中心招募)

報名日期：現已接受報名 (透過二維碼進入網頁報名)

內容：邀請曾接受過剪髮訓練的義工為長者中心的老友記提供義務剪髮服務，並藉此關顧有需要的長者義工又可回饋社會及貢獻社區。

負責職員：社工麥太



「友·心人義工生命故事」

義工 郭先生
撰文 社工賴先生

不知不覺間，自2012年起，郭先生已在本中心擔任烹飪班義務導師長達9年多！他負責教授親子烹調各式各樣的美味小食。他回憶幼年時因家境不太好，要時常幫忙媽媽做飯，有了數次煮食經驗後，備受家人的讚賞，漸漸培養了他對烹飪的濃厚興趣。直至現在，每逢家庭聚會，他也會擔任大廚，為家人做飯。

他還記得第一次擔任義務導師是教授製作朱古力心太軟。當時他擔心面對人群發聲，幸好有社工在場協助，讓活動順利完成，擁有了首次義教的難忘經歷。在太太的鼓勵下，他持續擔任中心烹飪班的義務導師。現在的郭先生已擁有豐富的教班經驗，並可主持大局，而且越來越認同健康和家人的重要性。透過活動，他向大家分享烹飪心得，讓參加家庭發掘烹飪的樂趣以及享用美食的歡樂！

他的食譜和製作成果得到小朋友和家長們欣賞，這是讓他努力鑽研新食譜的最大動力，務求讓自己的廚藝更加精湛。他表示烹飪是自己的興趣，在教授的同時亦可感受他人的開心，助人助己，何樂而不為！





義工生命故事 徵稿



初心，是最大的力量。
初心令義工靠著信念與堅持，
面對疫情，仍繼續愛，生命影響生命！
我們希望透過義工分享自己的生命故事，
喚起做義工的初心，共同努力把愛傳遞！



內容（可作參考）

- 什麼時候開始做義工？
- 是什麼經歷令你成為義工？
- 成為義工前，你是怎樣的？
- 成為義工後，你覺得生命/人生觀/生活有什麼改變？
- 過往最深刻/感人的義工服務是什麼？
當中你有什麼想法和感受？
- 對未來參與義工服務有沒有一些展望/目標？



如有興趣，請透過二維碼進入網頁報名





友·心人

義工服務



我們相信義工有很多潛能，有待發掘和發揮！來年，我們展望與你一起在義工生活有新的嘗試和體驗，把義工愛人的精神、義工的正能量和活力帶進社區，感染身邊有需要的人，讓愛充滿社區~！

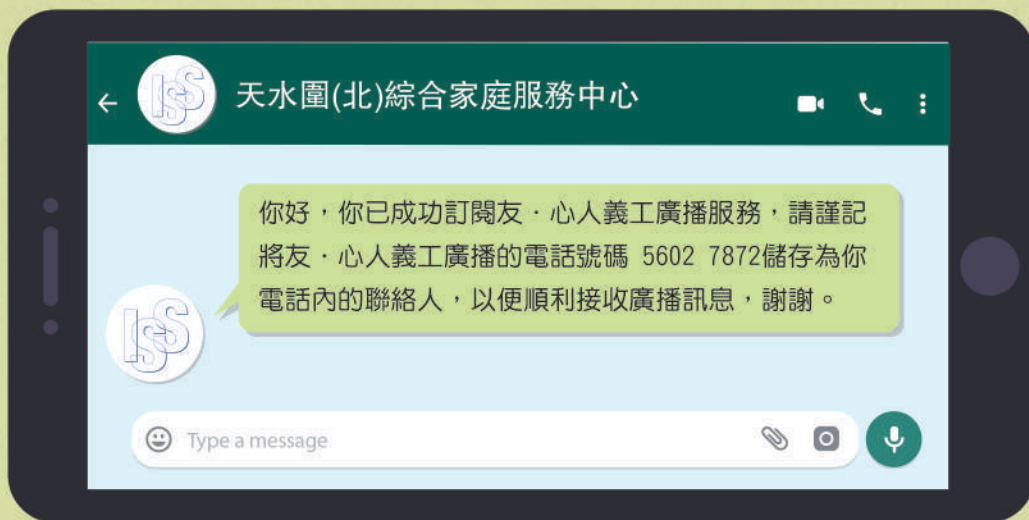
義工登記方法如下：

透過個別活動二維碼進入網頁報名

<https://forms.gle/HTtc6SYm5k9hjJPS6>



歡迎加入我們友·心人義工大家庭。如閣下完成登記後便會收到以下一則訊息。



該電話號碼發放中心的不同類型的義工服務，敬請期待！

我們會用 WHATSAPP 宣傳所有義工服務及活動，敬請留意~

家務指導服務

本中心家務指導服務已經開始了！

家庭指導員可以從旁指導你：

- 自我照顧
- 處理家務
- 照顧孩子或其他家庭成員

服務對象：

欠缺料理家務或照顧幼兒的家長。
因身體或情緒狀態而未能應付家務、照顧幼兒的家長。
有需要接替料理家務或照顧幼兒的家庭成員，例如因家庭事故、或家人入院。
除上述情況外，個案社工認為基於個案不同原因而需要這項服務的個人及家庭。

申請途徑：

服務使用者可經個案社工向本中心查詢及轉介。

費用：全免



協助服務使用者重新擁有
整齊清潔的家居



輔導產婦享受健康
有營開心的月子生活



帶動家庭照顧者為自己
及家人烹飪有營美食



透過製作不同型狀
餃子，改善小朋友
願意吃菜和肉。星
星、花花和心型
一口餃子，很美味！

解決幼兒厭食挑食問題，
輔導家長烹飪兒童餐膳的技巧

花開誰知道？

如果你到訪過中心，有沒有留意到窗邊的走廊放滿了綠色植物，曬着溫暖自然的日光呢？其中兩盆蘭花，分別是我於一年及兩年前在年宵市場買回家中的年花。一盆是小小的漸變粉紫色蘭花，另一盆是斑點紫蝴蝶蘭，近看好像一個個笑臉。

可惜，兩盆蘭花都於農曆年後落了花，我自問沒有恒心照顧下去，想放棄了。於是，連續兩年我都把年花送到中心「寄養」，交托中心清潔姐姐料理。清潔姐姐是眾人心目中的「植物救星」，曾拯救一棵又一棵綠色的生命。種蘭花是不可澆水太密，也不可忘記澆水。花凋謝了，剩下葉子，仍是有生命。成長無法加速，只可靜待開花。

休眠了兩年的漸變粉紫色蘭花，與休眠了一年的斑點蝴蝶蘭，竟然都同時在今年三月開始含苞待放半開了！直到四、五月，花兒全然盛開，很漂亮啊！在走廊上，我再次與當下蘭花的生命邂逅，心中不禁感恩讚美。生命就如花開花落，難免會遇到失落與挫折，例如病痛、離婚、因疫情突然被解僱、所愛的人過世等等，但日子總會過去。我們要**好好地愛自己，好好地過好每一天，好好地等待**，在過程中找「救星」，可能是你生命的同行者，或者是引導你解決問題的資源，選擇中庸可行的方式過日子，圓滿的結果也許是指日可待。



李陳凱茵姑娘

夏日甜品 @ 「愛自己」小錦囊

夏天來了! 今期「愛自己」小錦囊 讓你與家人分享食譜, 「楊枝甘露」是夏天的消暑良品, 酸酸甜甜, 冰冰涼涼, 吃完心情舒暢。疼愛自己, 疼愛家人, 尤其是美美的媽媽們, 快快製作給家人享受吧!

楊枝甘露



材料

芒果	4個
金柚	2-3瓣
西米	80克
椰奶	100 毫升
花奶	200 毫升
益力多	4枝
冰糖	40克
清水	200 毫升

製作方法：

1. 先煮西米，水滾後下西米大火煮 5分鐘，熄火加上蓋焗 20分鐘至透明，取出後放入冰水浸片刻，撈起備用；
2. 冰糖加入200毫升清水放入鍋中以小火煮溶，放涼備用；
3. 金柚剝皮，拆肉成絲備用；
4. 芒果去皮去核，一半取出果肉切粒；另一半放入攪拌機打成芒果泥，備用；
5. 將西米、冰糖水、椰奶、花奶、芒果泥、芒果粒及益力多拌勻；再放入果肉拌勻，放入雪櫃雪凍即可食用。

中心活動花絮

活力太太俱樂部



親子行山日



親子清新小花環



夫婦開心迎佳節



齊心共獻 · 優質服務

本中心現正準備檢視服務質素標準內的政策和程序，歡迎本社的同工、服務使用者、合作機構或其他有關人士提出寶貴意見，以助我們進一步改善服務。

這些服務標準與大家息息相關，包括以下四大範圍：

資料提供

- ▶ 服務資料
- ▶ 檢討及修訂
- ▶ 紀錄管理

對使用者的服務

- ▶ 進入及離開服務
- ▶ 服務使用者的需要

服務管理

- ▶ 職務及責任
- ▶ 人力資源
- ▶ 計劃、評估及收集意見
- ▶ 財政管理
- ▶ 法律責任
- ▶ 安全的環境

服務使用者的權利

- ▶ 知情的選擇
- ▶ 私人財物
- ▶ 私隱及保密
- ▶ 申訴
- ▶ 免受侵犯

現時的政策和程序詳列於本中心的資料手冊，可到本中心閱覽。

提供意見的途徑

- ▶ 與本中心聯絡
- ▶ 致電、親臨或以書信方式聯絡本中心之服務質素標準工作委員會
電話：2446 1223
傳真：2446 3313
電郵：tswnifsc@isshk.org
地址：天水圍天悅邨服務設施大樓2至3樓

香港國際社會服務社
天水圍(北)綜合家庭服務中心
服務質素標準工作委員會
2021年5月3日



家庭活動

親子美味廚房(一)之芒果糯米糍

IFSC-TSW-100721-KL

日期：2021年7月10日(星期六)

時間：下午2：30至4：30

地點：本中心二樓義仁軒及廚房

對象：家庭(最少一名家長及一名6歲以上子女參加)

收費：每位\$20

名額：4個家庭(須滿3個家庭參加才舉行)

報名日期：現已接受報名

內容：由義務導師郭先生及義工秀雲，教授家長與子女同心製作芒果糯米糍，增加親子溝通及合作的機會。

負責職員：賴先生

備註：請自備食物盒

親子美味廚房(二)之士多啤梨班戟

IFSC-TSW-070821-KL

日期：2021年8月7日(星期六)

時間：下午2：30至4：30

地點：本中心二樓義仁軒及廚房

對象：家庭(最少一名家長及一名6歲以上子女參加)

收費：每位\$20

名額：4個家庭(須滿3個家庭參加才舉行)

報名日期：2021年6月28日(星期一)上午9：15開始接受親臨報名

內容：由義務導師郭先生及義工秀雲，教授家長與子女同心製作士多啤梨班戟，增加親子溝通及合作的機會。

負責職員：賴先生

備註：請自備食物盒

親子LEGO工作坊

	(1) IFSC-TSW-240721-JW	(2) IFSC-TSW-140821-JW
日期：	2021年7月24日(星期六)	2021年8月14日(星期六)
報名日期：	現已接受報名	2021年6月28日(星期一) 上午9：15開始接受親臨報名

時間：上午10：30至11：30

地點：本中心二樓展藝閣

對象：4對親子(須滿3對親子參加才舉行)

名額：只限一位6至8歲兒童及一位家長

費用：每對親子\$40

內容：是次工作坊讓家長與小朋友一起完成一件LEGO小模型，讓家長體驗專心陪伴小朋友的樂趣和重要性。

負責職員：胡姑娘

備註：活動後每對親子可獲送LEGO一盒



親子繪本閱讀工作坊

CPP-IFSC-TSW-300721-YIU(A)



日期：2021年7月30日(星期五)

時間：上午10：45至中午12：00

地點：本中心三樓小禮堂

對象：區內親子(父或母親及一名3至9歲學童)

收費：免費(每個家庭可獲發相關故事圖書乙本)

名額：10對親子

報名日期：現已接受報名(透過二維碼進入網頁報名)(名額有限，先到先得)

內容：透過分享與情緒管理有關繪本，學習情緒管理，促進親子正向互動，並讓親子輕鬆體驗閱讀樂趣。

負責職員：姚姑娘

備註：-此計劃由滙豐香港社區夥伴計劃2020贊助

-此活動由安徒生會童話夢工場舉辦

-如疫情反覆，小組將改為ZOOM進行

-活動後於專頁分享參與工作坊心聲，每個家庭可獲發\$100書券乙張

親子立體故事書製作工作坊

CPP-IFSC-TSW-300721-YIU(B)



日期：2021年7月30日(星期五)

時間：下午2：30至4：00

地點：本中心三樓小禮堂

對象：區內親子(父或母親及一名3至9歲學童)

收費：免費(包相關圖書及立體書製作物資)

名額：10對親子

報名日期：現已接受報名(透過二維碼進入網頁報名)

(名額有限，先到先得)

內容：透過分享經典童話，促進親子以故事及立體書製作，促進親子正向互動，讓親子輕鬆體驗閱讀樂趣，並學習主題訊息。

負責職員：姚姑娘

備註：-此計劃由滙豐香港社區夥伴計劃2020贊助

-此活動由安徒生會童話夢工場舉辦。

-如疫情反覆，小組將改為ZOOM進行

-活動後於專頁分享製成品，每個家庭可獲發\$100書券乙張



親子小手作

IFSC-TSW-100821-190821-WNW

日期：2021年8月10日至19日 (逢星期二及四)(共4節)

時間：上午10：00至11：00

地點：本中心二樓會議室

對象：家庭(最少一名家長及一名6歲以上子女參加)

收費：每位\$20

名額：10人

報名日期：現已接受親臨報名

內容：讓家長與子女一起製作簡單小食及發揮創意製作特色小飾物。

負責職員：黃姑娘

兒童及青少年活動

智叻英語小一適應小組

IFSC-TSW-200721-290721-WNW

日期：2021年7月20至7月29日 (逢星期二及四，共4節)

時間：上午10：00至11：00

地點：本中心二樓會議室

對象：升小一學童

收費：每位\$20

名額：10人

報名日期：現已接受親臨報名

內容：以活學形式學習英語，協助學童適應小一英語水平，學習愛自己。

負責職員：黃姑娘

探索桌遊

IFSC-TSW-190721-290721-CL

日期：2021年7月19、22、26及29日（逢星期一及四，共4節）

時間：上午10：00至11：00

地點：本中心二樓義仁軒

對象：6至9歲兒童

收費：每位\$20

名額：6人

報名日期：現已接受親臨報名

內容：透過不同類型的桌上遊戲，鍛鍊腦筋，訓練合作性。讓參加者從遊戲中學習。

負責職員：劉姑娘



好「友」型 - 乒乓球小組

IFSC-TSW-020821-230821-JY

日期：2021年8月2、9、16及23日(逢星期一，共4節)

時間：下午3：30至5：45

地點：天水圍天柏路體育館(於本中心二樓集合及解散)

對象：8至12歲兒童

收費：每位\$40

名額：10人(須滿6人參加才舉行)

報名日期：2021年6月28日(星期一)上午9：15開始接受親臨報名

內容：透過學習乒乓球活動，發展多元才能，認識新朋友。並鼓勵父母於假日安排運動時間，催化親子體育的概念，促進親子關係。

負責職員：邱先生

備註：請自備八達通乘坐交通工具

乒乓小球王友誼賽

IFSC-TSW-300821-JY

日期：2021年8月30日(星期一)

時間：下午3：30至5：45

地點：天水圍天柏路體育館(於本中心二樓集合及解散)

對象：8至12歲兒童

收費：每位\$20

名額：8人(須滿6人參加才舉行)

報名日期：2021年6月28日(星期一)上午9：15開始接受親臨報名

內容：透過舉行乒乓球友誼賽，切磋球技，學習以正面的態度面對成敗。

負責職員：邱先生

備註：請自備八達通乘坐交通工具

成人活動

大笑瑜伽支援小組

IFSC-TSW-120421-210322-EVA



日期：2021年4月12日至2022年3月21日(每月一次，星期一) (共12節)

2021年：7月19日、8月23日、9月13日、

2022年：1月24日、2月14日、3月21日

時間：上午10:00至11:00

地點：本中心三樓小禮堂

對象：成人

收費：免費

名額：40人(須滿6人參加才舉行)

報名日期：現已接受報名(透過二維碼進入網頁報名)

內容：由社工及天水圍居民組成此小組，與大家一起以熱身、體適能及大笑瑜伽，建立開心互助平台。

負責職員：蔡姑娘

備註：1. 此為全年活動(只須報名一次) 2. 孕婦不宜參加此小組

預防子女誤入危險藥物陷阱

IFSC-TSW-050721-KK



日期：2021年7月5日(星期一)

時間：晚上7:15至8:45

地點：本中心三樓小禮堂

對象：育有11歲以上至成年子女之家長

收費：免費

名額：20人(須滿6人參加才舉行)

報名日期：現已接受報名(透過二維碼進入網頁報名)

內容：青少年步入青春期，對未接觸過的事物感到好奇，加上朋輩影響、抗疫鬱悶、工作或學業的壓力等，家長們實在需要「知己知彼」，才能更早發現青少年世界裡的危機。本中心邀請基督教香港信義會-天朗中心社工分享以上資訊，並套以真實個案處理作例子，讓家長們能更深入了解子女現況及求助途徑。

負責職員：陳先生

備註：本小組設有5個後備名額

親子理財秘笈

IFSC-TSW- 090721-KK



日期：2021年7月9日(星期五)

時間：上午10:00至11:30

地點：本中心三樓小禮堂

對象：育有中、小學子女之家長

收費：免費

名額：30人(須滿6人參加才舉行)

報名日期：現已接受報名(透過二維碼進入網頁報名)

負責職員：陳先生

內容：作為家長或多或少有感子女會有「買米不知米貴」的時候，金錢概念對仍在求學階段的青少年來說，可能是十分抽象。那家長能如何教育子女學習理財方法和健康的金錢觀？本中心邀請到曾於多間金融機構任職高層的資深財金顧問及理財專家李錦博士(Edmond)，教授家長如何讓子女從小培養良好的理財習慣和建立正確的金錢觀。

講者李錦博士簡歷：

教育博士，香港教育大學兒童及家庭教育碩士，香港大學金融碩士，墨爾本大學經濟學士

30年金融經驗，前投資銀行董事，證券策略師

主講超過200場「親子、理財」講座及研討會

理財啓苗聯合創辦人

著有親子理財暢銷系列《理財錦囊》，《從一元開始》及《從父母開始》

2007年成立「社聯－頌慈基金」，幫助超過3000名長者

如欲更深了解講者，可參加以下網址：

<https://www.childfinancialeducation.org/>

<https://www.facebook.com/childfinancialeducation/>

夫婦香薰初體驗

IFSC-TSW-140821-FT

日期：2021年8月14日(星期六)

時間：下午3:00至5:00

地點：本中心三樓小禮堂

對象：有意學習如何滋潤婚姻的夫婦

收費：每對夫婦\$50

名額：6對夫婦

報名日期：2021年6月28日(星期一)上午9:15開始接受親臨報名

內容：讓夫婦學習調配香薰按摩油，配合頭、肩、頸部的簡單按摩手法，為配偶按摩。使夫婦能在休閒活動中，輕鬆寫意共處，增添兩人間的生活情趣，滋潤婚姻。

負責職員：鄧姑娘

備註：活動完結後，參加者可獲送1樽10ml 香薰按摩油

「兩代同行育兒孫」- 中間人篇

IFSC-TSW-030921-240921-CC

日期：2021年9月3日至24日(逢星期五，共4節)

時間：晚上7:30至9:00

地點：以zoom形式進行

對象：男士

收費：免費

名額：8人(須滿6人參加才舉行)

報名日期：現已接受報名(透過二維碼進入網頁報名)

內容：作為妻子及母親之間的「中間人」，面對她們在管教上的分歧，實在是束手無策。因此，小組透過講解、短片、討論等手法讓男士們學習協調家中不同成員的關係，以兒童福祉為本，促進多代家庭姻親共職的互補、分工和合作，以建立和諧家庭關係。

負責職員：陳佳妮姑娘(林太)

備註：訓練課程由香港家庭福利會「婆媳緣·祖孫情」多代家庭教育及支援計劃社工教授。



喜·樂羽毛球

IFSC-TSW-080921-271021-KML



日期：2021年9月8日至10月27日
(逢星期三，除9月22日) (共7節)

時間：上午10:00至12:00

地點：天水圍體育館

對象：區內居民

收費：免費

名額：12人 (須滿6人參加才舉行)

報名日期：現已接受報名 (透過二維碼進入網頁報名)

內容：隨著暑假結束，子女回到校園上課，是時候讓
大家重拾「Me Time」！活動讓參加者藉著恆
常球類活動認識新朋友及鍛鍊身體！

負責職員：關先生

備註：小組設有6個後備名額



男士中醫講座

IFSC-TSW-110921-KL



日期：2021年9月11日(星期六)

時間：下午2:30至4:00

地點：本中心三樓小禮堂

對象：18歲或以上人士

收費：免費

名額：20人

報名日期：現已接受報名

內容：由有豐富經驗的中醫師講解及分析男士體質的分類，並會介紹那些湯水和體質是互相
配合，教導大家如何調理身體，讓自己和家人在這疫情中身體更健康。

負責職員：賴先生

心「晴」加油站

IFSC-TSW-230921-211021-WC

日期：2021年9月23、30日、10月7、21日 (逢星期四，共4節)

時間：上午10：00至11：00

地點：本中心二樓會議室

對象：婦女

收費：每位\$20

名額：8人 (須滿 6人參加才舉行)

報名日期：2021年6月28日(星期一)上午9：15開始接受親臨報名

內容：透露自製護膚品及簡單花藝的創作，提供平台，讓參加者在緊張忙碌的生活中有另一種新的體驗及嘗試，幫助他們建立新的興趣及減壓方法，有助提升參加者的能力感及自我滿足，平衡情緒。

負責職員：麥太

『至叻靚太』小組

IFSC-TSW-230921-131021-FT/YM

日期：2021年9月23日、30日、10月7日、13日
(逢星期三，10月7日星期四除外)(共4節)

時間：上午9：30至11：00

地點：本中心三樓小禮堂

對象：已婚女士

收費：每位 \$20

名額：10人(須滿 6人參加才舉行)

報名日期：2021年6月28日(星期一)上午9：15開始接受親臨報名

內容：小組以藝術治療手法呈現太太們的內心世界以及婚姻中的甜酸苦辣，在一個舒適的空間中反思生活與婚姻關係，繼而達到放鬆、釋懷、改變與重新的心境，為太太們打氣。

負責職員：鄧姑娘及何太

「足」動人生支援小組第十一期

IFSC-TSW-060421-290322-EVA

日期：2021年4月6日至2022年3月29日
(逢星期二) (共 24節)

時間：上午9：15至10：30

地點：天水圍天瑞路2號天水圍運動場/ 雨天則於天水圍天瑞路63號天暉路體育館緩步徑進行

對象：有意藉健康運動習慣，提升個人情緒，建立健康生活習慣之人士。

收費：以每位每月收費\$30

名額：20人 (須滿6人參加才舉行)

報名日期：現已接受親臨報名

內容：專業教練會每月兩次分享及教授跑步技巧，以跑步的活動保持身心健康，鍛鍊身體及個人毅力。從跑步過程中發掘個人潛能，與隊友互相欣賞、分享、溝通，建立健康的人際關係。小組亦會繼續挑戰各區不同跑步比賽。

(參加者必須給予有關的身體情況，以確定參加之適切性。)

負責職員：蔡姑娘及劉姑娘

細嚐跑步樂

IFSC-TSW-070921-EVA



日期：2021年9月7日(星期二)

時間：上午9：15至10：30

地點：天水圍天瑞路2號天水圍運動場/
雨天則於天水圍天瑞路63號天暉路體育館緩步徑進行

對象：有意學習跑步活動的人士

收費：免費

名額：25人(須滿6人參加才舉行)

報名日期：現已接受報名(透過二維碼進入網頁報名)

內容：專業教練為參加者分享、教授正確跑步姿勢，糾正跑姿。

負責職員：蔡姑娘及劉姑娘

足動人生支援小組相片回顧



中心資訊

服務宗旨：我們本著專業的服務精神，為有需要人士及家庭提供「一站式」及「多元化」的綜合家庭服務。

收費：- 諮詢及個案服務：免費。

- 小組、活動及其它服務：視乎個別活動而定，詳情請參閱有關宣傳物品。

有關空氣質素健康指數安排：當空氣質素健康指數達10+ 屬“嚴重”健康風險時，中心舉辦之戶外活動將會取消或暫停。

當颱風及暴雨警告生效時之班組及活動安排：

天氣情況	中心服務	室內進行的班組/活動			水上活動	戶外活動
		兒童及青少年活動		成人/家庭活動		
		幼稚園學生活動	中、小學生活動			
一號風球/ 雷暴警告	✓	✓	✓	✓	×	視乎情況而定
三號風球	✓	×	✓	✓	×	×
八號風球或以上	×	×	×	×	×	×
黃色暴雨	✓	✓	✓	✓	×	視乎情況而定
紅色暴雨	✓	×	✓	✓	×	×
黑色暴雨	×	×	×	×	×	×

✓活動/服務照常進行

×取消、立即停止或延期進行

颱風及暴雨過後活動安排				
八號風球/ 黑色暴雨除下	活動安排	上午班組	下午班組	晚上班組
	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
	下午四時前	取消	取消	照常進行

注意事項：

1. 颱風及暴雨生效時或過後之有關活動安排，以天文台宣佈為準。
2. 家長可就子女個人安全自行決定參加與否。
3. 當天文台宣佈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。

報名及活動須知

1. 活動設有報名日，日期將刊登於活動推介，當日以派籌形式進行，每人獲派及使用一個籌號報名，每個籌號只可報兩個活動，可選擇為他人報名。當完成報名程序後，可排隊重新拿取一個籌號。報名者須確實報名表上所填的資料無訛及沒有遺漏，本中心不接受任何未填妥之活動報名表及有權不接受其報名。
2. 14歲以下兒童及青少年報名活動，可由其家長代為報名。
3. 本中心之活動/課程不設留位及電話報名，不接受任何轉讓或轉換。
4. 所有收費活動，本中心將發回正式收據。請保留收據，直至活動/課程完結，並請於課程/活動期間帶備收據。
5. 中心只接受現金繳費，報名時請自備輔幣，壹仟圓紙幣恕不接受。
6. 若因參加人數不足，本中心有權更改或取消該活動，請保留收據以備日後退款之用。如非因本中心改期或取消活動，恕不安排退款。若參加者欲辦理退款，請事前致電該活動的負責職員預約時間親臨本中心辦理。當活動改期或取消至14個工作天後，參加者仍未辦理退款手續，作自動放棄論，本中心日後亦不會再為該參加者安排退款。
7. 報名前請留意活動及課程開始日期及時間，本中心不另行通知。日期及時間如有相撞，本中心恕不負責。
8. 活動期間所拍攝的照片，部份會用作本社宣傳及出版等用途。如有異議，請以書面通知本中心。
9. 參加者提供的資料將會用作申請本社服務、活動聯絡、紀錄、通訊、服務推廣、籌募及收集意見等用途。根據個人資料(私隱)條例，參加者有權查閱及改正本機構所保存有關參加者的資料。如有任何疑問包括要求查閱或改正資料，請聯絡有關職員或服務總監。如參加者反對本社將參加者的個人資料作為上述之用途，煩請以書面通知本社。
10. 活動所有資料，以宣傳單張及海報作準。本中心保留一切更改之權利。
11. 特殊情況下本中心有權更換導師、活動時間及地點。
12. 本中心職員可按需要，要求參加者提供身份證明，以核對參加者之身份。
13. 活動/課程不可由別人代替或帶親友旁聽。
14. 請愛護本中心各項設備，重視課堂秩序，尊重導師，遵守本中心各項規定，否則本中心有終止其參加活動之權利，一切費用恕不退還。
15. 因颱風及暴雨影響而被取消之戶外活動不會安排改期；而取消之室內活動/課程將會安排改期及另行通知。
16. 如有任何爭議，本中心擁有最終決定權。



香港公益金
THE COMMUNITY CHEST
會員機構 MEMBER AGENCY

時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午9:00 - 下午1:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午1:00 - 下午2:00	午膳時間					
下午2:00 - 下午5:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午5:00 - 晚上8:00					✓	

✓ 中心開放時間 (星期日及公眾假期休息)

中心個案輔導服務範圍包括：
天悅邨、天逸邨、天恆邨、
天富苑、天頌苑、俊宏軒、慧景軒



- 閣下提供的資料將會用作申請本社服務、活動聯絡、紀錄、通訊、服務推廣、籌募及收集意見等用途。根據個人資料(私隱)條例，閣下有權查閱及改正本機構所保存有關閣下的資料。如有任何疑問包括要求查閱或改正資料，請聯絡有關職員或服務總監。
- 如閣下反對本社將閣下的個人資料作為上述之用途，煩請以電話通知本社。