

活動費用全免

「家天地」季訊

2025年10-12月

南馬鞍山綜合家庭服務中心

地址：新界沙田馬鞍山恆安邨恆安社區中心5樓

活動查詢電話：2630 3797 詢問處電話：3579 8654



『同行共『創』・愛聚沙田』



照顧者支援

健康的家庭能夠互相支持，以協助家人解決眼前的困境。可是，當我們遇到長期的困難，包括年幼的子女確診特殊需要、年老的家人有健康困擾、家庭的經濟支柱遇到不可預知的情況等，我們也可能會受到精神或情緒困擾。照顧者也需要重視自己的需要，喲一喲氣，充一充電，讓家庭一同走得更遠。

本中心活動：

家長互助小組

與童思藝語基金心義行服務社合辦的SEN家長互助小組，至今已是第三年，一眾的家長透過舉辦的活動彼此支持，同時讓子女於不同的訓練小組或戶外活動中發揮所長。



照顧者小組

本中心舉行了照顧者互助小組、透過不同支援活動，如放鬆小組、義工活動、理財學習、輔助器具認識、休閒站，支援照顧者的不同需要。本年度會員亦隨隊參觀賽馬會照顧者中心及「A家」樂齡科技教育及租賃服務中心，盼望擴展照顧者的支援網絡。

家長互助小組參加者感言

參加完小組，聽到大家既分享，我先知道我的小朋友唔係咁差。

第一次知道呀仔原來有自閉症，我真係好傷心，因為我唔知依樣係咩黎，好驚呀仔唔會有改善。

我個仔好中意去心義行的戶外活動，去到又有人幫我睇住，自己又有得放下心，佢既表現同老師講佢係堂上的表現好唔同。

本季活動報名詳情如下：

- 每一個家天地家庭**最多可選報3項活動**，如發現選報多於3項活動（除特別註明外），其今季的報名資格將會被取消。
- 請於**2025年9月12日或之前**，將填妥的報名表以隨附的中心郵籤並貼上足夠郵費寄回（日期以郵戳為準，欠郵資的信件恕不接受）或交回中心的收集箱。
- 中心將於2025年9月15日抽出各活動的中籤者，結果將於翌日張貼於地下大堂的展板上，**會員亦可掃描本中心的二維碼查閱抽籤結果**。各中籤者會有專人於活動舉行最少一星期前另行通知，沒有中籤者則不會再作通知。餘下名額可於2025年9月16日上午9:00起，親身前往本中心報名，先到先得。



溫馨提示：為免浪費資源，請各會員準時出席各項已報名的活動！

如未能出席活動，請盡早通知負責職員，以便安排候補會員補上。

小組活動

以下兩個活動只能選報一個

家點泰味道暨中秋月餅烹飪小組

編 日	號：DG-15-2526
期	3/10/2025 - 31/10/2025 (10/10/2025除外) (逢星期五)
時 間	上午10：00 - 中午12：00
對 象	18歲或以上家天地會員
容 容	美食令人飽腹，使人感到滿足。親手製作食物，與家人分享，更賦予食物多一重意義，「家」點溫暖。適逢中秋節，一起製作傳統的中式月餅，把家好月圓的味道帶回家中。另外，由義務導師蔡先生教授三款泰式風味小食（蝦餅、泰式鳳爪及班蘭千層糕）。參加者學習製作技巧後，讓家中的餐桌，多點泰味道。
名 額	8人
地 點	五樓烹飪室
負責職員	劉詩敏姑娘



家庭味食上海篇

編 日	號：DG-21-2526
期	7/11/2025 - 28/11/2025 (逢星期五)
間	上午10：30 - 下午12：30
象	18歲或以上家天地會員
容	從專注製作食品的過程，暫時放下日常的煩惱，與組員愉快製作食品及享受美食，並把小食製作技巧帶回家中，為家庭加點美味元素。由義務導師余女士教授。透過四節小組，分享如豆沙鍋餅、鍋貼、紅油抄手等的做法。
名 額	8人
地 點	五樓烹飪室
負責職員	凌俊欣姑娘



識得溝通諸事皆順小組

編 日	號：TG-6-2526
期	13/10/2025 - 3/11/2025 (逢星期一)
間	上午11：30 - 下午1：00
象	家天地會員
容	小組透過復古版9型人格及最新潮流MBTI 16型人格，配合情緒導向框架，協助組員提升溝通和情緒管理技巧，讓組員在溝通上諸事皆順。
名 額	8人
地 點	五樓小組活動室
負責職員	劉晉延先生



盒子坊 - 簡約篇

編 日	號：DG-16-2526
期	13/10/2025 - 20/10/2025 (逢星期一)
間	上午10：00 - 中午12：00
象	18歲或以上家天地會員
容	讓參加者以藝術創作方式裝飾小盒子，為自己送上一份獨一無二的禮物
名 額	8人
地 點	一樓活動室
負責職員	黃麗君姑娘
備 註	1. 參加者請自備電風筒 2. 未曾參加過「盒子坊」系列活動的會員會被優先錄取



愛笑瑜伽 CLUB

編 日	號：DG-17-2526
期	28/10/2025 - 25/11/2025 (18/11/2025除外) (逢星期二)
時 間	上午10：30 - 11：30
對 象	家天地會員
容 容	由大笑瑜伽導師帶領，用「笑」練習腹式呼吸，同時加入拉伸動作，增加參加者運動機會，藉此放鬆心情，舒緩壓力
名 額	15人
地 點	一樓活動室
負責職員	陳佩伶姑娘



「爸媽學堂」- 全腦教養兒童課程

編 日	號：TG-7-2526
期	27/10/2025 - 21/11/2025 (逢星期一及星期五，共8課)
時 間	上午10：00 - 中午12：00
對 象	18歲或以上家天地會員區內家長會員 (育有幼稚園和初小學生家長優先)
容 容	課程由本署臨床心理學家和社工帶領，讓父母認識兒童腦部發展的需要，明白他們的情緒和行為反應，從而調較教養方式，好讓兒童健康快樂地成長。
名 額	10人
地 點	一樓活動室
負責職員	許家柄姑娘
註	1. 參加者於組前將接受約20-30分鐘的組前面談，以了解現時管教情況。 2. 參加者出席8成或以上可獲精美禮物一份及出席證書。 3. 活動由社會福利署臨床心理服務課（二）、保護家庭及兒童服務課（沙田）、南馬鞍山綜合家庭服務中心合辦。



「好好照顧自己」- SEN 家長支援小組

編 日	號：DG-18-2526
期	6/11/2025、13/11/2025、20/11/2025 (星期四) 21/11/2025 (星期五) 4/12/2025、11/12/2025 (星期四)
時 間	上午10：00 - 中午12：00
對 象	SEN 家長會員
容 容	有別於過往「好好照顧自己」小組，今季小組除了伸展和自我關懷外，更邀請到社署臨床心理學家，透過虛擬現實（VR）技術的運用、探討育兒心得。
名 額	10人 (4個名額預留給童思藝語心義行服務社會員)
地 點	一樓活動室
負責職員	劉詩敏姑娘
註	1. 參加者須接受組前電話訪談確認是否取錄 2. 參加者必須出席全部四節小組 3. 完成小組的參加者，獲得禮物一份 4. 活動由童思藝語心義行服務社、社會福利署臨床心理服務課（二）、南馬鞍山綜合家庭服務中心合辦。



「扭氣球·傳心意」氣球義工培訓小組

編 日	號：DG-19-2526
期	8/11/2025 - 29/11/2025 (逢星期六)
間	上午10：30 - 中午12：00
象	18歲或以上家天地會員
容	色彩繽紛又造型多變的氣球，總是帶來歡樂。四節扭氣球小組由義務導師Rebecca教授，讓大家學習簡單且有創意的氣球造型，並分享義工心得。鼓勵大家成為中心的氣球義工，透過氣球向社區人士傳遞快樂及正面訊息。
名 額	20人
地 點	一樓活動室
負責職員	劉詩敏姑娘
註	曾參與中心的氣球義工活動的家天地會員優先



以下四項興趣小組(「沈導師」書法中級班、
水墨畫初級班、水墨畫進階班、快樂南馬唱)
(最多只可選報兩項)

「沈導師」書法中級班

編 日 時 對 內	號：EG-13&14-2526 期：8/10/2025 - 3/12/2025 (逢星期三) (除29/10/2025外) 間：上午10:45 - 中午12:00 象：18歲或以上家天地會員 容：書法是中文書寫的一門藝術，以身、心、神相配合，既是陶冶性情，養身的一種鍛鍊，也是表達自己的方式。 參加者需自備以下用品： 1. 毛筆 (兼毫筆) 2. 墨水 (黑色) 3. 墨碟 額：18人 點：一樓活動室 負責職員：鄭耀星先生、許家柵姑娘 義務導師：沈德華先生 備註：必須曾經參加本中心以往舉辦的「沈導師」書法初級班，並達75%出席率。
-----------------------	--

水墨畫初級班

編 日 時 對 內	號：EG-15-2526 期：4/11/2025 - 25/11/2025 (逢星期二) 間：下午2:00 - 3:15 象：18歲或以上家天地會員 容：水墨畫是中國繪畫的代表，利用水與墨配合繪畫技巧，就能繪畫出栩栩如生的畫作。 參加者需自備以下用品： 1. 毛筆 (狼毫筆、羊毫筆、勾線筆各一支) 2. 墨水 (黑色) 3. 中國畫顏料 (基本五色) 4. 調色碟 額：12人 點：一樓活動室 負責職員：鄭耀星先生、許家柵姑娘 義務導師：盧燧冰女士 備註：1. 必須曾經參加本中心以往舉辦的「水墨畫入門班」，並達75%出席率； 2. 不能同時參加「水墨畫進階班」。 3. 優先錄取未有參加過2025年7-9月「水墨畫初級班」或「水墨畫進階班」的會員。
-----------------------	--

水墨畫進階班

編 日 時 對 內	號：EG-16-2526 期：4/11/2025 - 25/11/2025 (逢星期二) 間：下午3:30 - 4:45 象：18歲或以上家天地會員 容：水墨畫是中國繪畫的代表，利用水與墨配合繪畫技巧，就能繪畫出栩栩如生的畫作。 參加者需自備以下用品： 1. 毛筆 (狼毫筆、羊毫筆、勾線筆各一支) 2. 墨水 (黑色) 3. 中國畫顏料 (基本五色) 4. 調色碟 額：12人 點：一樓活動室 負責職員：鄭耀星先生、許家柵姑娘 義務導師：盧燧冰女士 備註：1. 必須曾經參加本中心以往舉辦的「水墨畫進階班」，並達75%出席率； 2. 或曾經參加本中心以往舉辦的「水墨畫初級班」(不包括由2024年11月份才開始加入初級班的會員)，並達75%出席率； 3. 不能同時參加「水墨畫初級班」。 4. 優先錄取未有參加過2025年7-9月「水墨畫初級班」或「水墨畫進階班」的會員。
-----------------------	--

快樂南馬唱

編 日 時 對 內	號：EG-17-2526 期：3/11/2025 - 24/11/2025 (逢星期一) 間：下午2:30 - 3:45 象：18歲或以上家天地會員 容：唱歌能有效減低生活的壓力及煩惱，暫時放下生活急速的步伐，一同歌唱昔日金曲，讓組員暫時忘憂，享受唱歌帶來的樂趣。
名 地 點 負 責 職 員 義 務 導 師 備	額：22人 點：一樓活動室 負責職員：黃德升先生、許家柵姑娘



家天地活動

參觀「綠在沙田」

編 日 時 對 內	號：DP-42-2526 期：10/10/2025 (星期五) 間：下午2:30 - 3:30 象：家天地會員 容：透過參觀「綠在沙田」，鼓勵參加者在日常生活當中實踐綠色生活，認識社區上的環保資源
名 地 點 負 責 職 員 義 務 導 師 備	額：20人 (一半名額預留給照顧者互助小組組員) 點：綠在沙田室 負責職員：陳靜瑜姑娘 備註：1. 本活動與綠在沙田合辦。 2. 參加者請穿著舒適服飾，以便走動。 3. 參加者需於下午2:15於港鐵石門站A出口集合，再一起步行前往機構 (石門安平街10號)，路程約10分鐘。 4. 活動完結後，會直接在機構解散。



樂眠無憂 - 睡眠健康講座

編 日 時 對 內	號：DP-43-2526 期：17/10/2025 (星期五) 間：下午3:00 - 4:00 象：家天地會員 容：透過講座，讓參加者認識有關健康睡眠的知識，提升參加者對睡眠的關注和認識。 **是次活動與賽馬會樂眠無憂計劃合辦**
名 地 點 負 責 職 員 義 務 導 師 備	額：20人 點：一樓活動室 負責職員：陳靜瑜姑娘



光影交織：夫婦共創工作坊

編 日 時 對 內	號：DP-44-2526 期：1/11/2025 (星期六) 間：上午10:30 - 12:30 象：家天地夫婦會員 容：參加者使用毛絨條一同製作鈴蘭花氣氛燈，透過互動、交流，創造出「精心時刻」。
名 地 點 負 責 職 員 義 務 導 師 備	額：6對夫婦 點：一樓活動室 負責職員：凌俊欣姑娘



冬日保健有辦法講座

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員

號：DP-45-2526
期：6/11/2025 (星期四)
間：下午3:00 - 4:00
象：家天地會員
容：透過講座，讓參加者認識冬日保健方法，提早預防寒冬，為冬季來臨做好準備。
** 是次活動與長者安居協會 - 一線通平安鐘合辦**

額：20人
點：一樓活動室
負責職員：陳靜瑜姑娘



和風藝術創作 x 中心會員聚會

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員

號：DP-46-2526
期：13/11/2025 (星期四)
間：下午2:30 - 4:30
象：15歲或以上家天地會員
容：
1. 一年一度的中心會員聚會，將會由藝術創作開始，以會員意見調查作結，以供本中心來年預備更多適合會員的活動及服務。
2. 參加者於課堂上會學習「和風藝術創作 Yumelogo Art」，透過自己勾勒線條，以設計一幅獨一無二的畫作。
3. 為答謝中心會員提供意見，參加者將獲精美小禮物一份。
** 是次活動不計算在每季可抽籤前報名的3項活動之中**

額：20人
點：一樓活動室
負責職員：許家柄姑娘、丘麗英姑娘



護老錦囊：「壓力處理 - 認識家中護理者的精神壓力」

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員

號：DP-47-2526
期：2/12/2025 (星期二)
間：上午10:00 - 11:00
象：家天地會員
容：由衛生署「長者健康服務沙田區長者健康外展分隊」的護士為大家講解作為護理者所面臨的精神壓力及分享應對方法。

額：20人
點：一樓活動室
負責職員：劉詩敏姑娘



親子粵劇體驗日

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員

號：DP-48-2526
期：6/12/2025 (星期六)
間：上午10:00 - 中午12:30
象：家天地親子會員 (家長及最多兩位5歲或以上的子女)
容：由粵劇導師楊淑嫻女士帶領義工們示範及講解，讓家長與子女一同參與，了解粵劇的基本技巧，一嘗穿上戲服的滋味及拍照留念，讓親子一同度過歡樂的假日。

額：10個家庭
點：一樓活動室
負責職員：陳佩伶姑娘



貴族松療癒時光 - DIY聖誕花環

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員

號：DP-49-2526
期：13/12/2025 (星期六)
間：上午10:30 - 11:45
象：18歲或以上家天地會員
容：利用不同的花材製作一個屬於自家製的聖誕花環，透過活動建立正面親子經驗，感受植物花材 (如：貴族松) 帶來的治癒。

額：10人
點：一樓活動室
負責職員：丘麗英姑娘



水晶月餅DIY

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員

號：DP-56-2526
期：26/9/2025 (星期五)
間：上午10:30 - 下午12:30
象：18歲或以上家天地會員
容：由義務導師余女士教授參加者一同製作水晶月餅，專注過程、享受美味、輕鬆減壓，並把小食製作技巧帶回家，為家中增添節日元素。

額：8人
點：五樓烹飪室
負責職員：凌俊欣姑娘



聖誕樹夢工廠：親子手作樂

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員

號：DP-50-2526
期：13/12/2025 (星期六)
間：下午2:30 - 4:30
象：家天地親子會員
容：(一位家長及一位就讀小學的子女)
參加者使用毛絨條一同製作聖誕樹，透過活動培養參與者的耐心和細心，以及解決問題的能力，促進親子之間的交流、合作和精緻的陪伴。

額：6對親子
點：一樓活動室
負責職員：凌俊欣姑娘



以下三項戶外活動（休閒漁業綠色垂釣體驗日、活力親子日：走進自然與歷史 及「理財有方」—參觀投委會理財教育體驗館）(最多只可選報兩項)

休閒漁業綠色垂釣體驗日

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員
註：

號：DP-51-2526
期：25/10/2025 (星期六)
間：下午1:00 - 6:00
象：18歲或以上家天地會員
容：由漁民導師帶領，認識綠色垂釣及香港仔漁船文化體驗，探索鴨脷排及香港仔避風塘的迷人景色之餘，亦能參與船釣活動，感受船釣樂趣。

額：18人
點：鴨脷排及香港仔避風塘
負責職員：陳佩伶姑娘
註：
1. 集合及解散地點：恆安社區中心地下大堂
2. 集合時間：下午1:00，逾時不候
3. 是次活動將有旅遊巴接送參加者來回
4. 當日活動不包括午膳，參加者請自備飲用水



活力親子日：走進自然與歷史

編
日
期
間
象
容

名
地
額
點
負責職員
註：

號：DP-55-2526
期：8/11/2025 (星期六)
間：上午9:15 - 下午5:30
象：家天地親子會員 (每位家長最多帶兩位子女)
容：探索香港的法定古蹟、一級歷史建築與歷史最悠久的公園，了解獨特的歷史及文化遺產。鼓勵親子家庭一起參與，增加交流及共同體驗創造美好的回憶。

額：57人
點：前中區警署大館、香港賽馬會復修軍火庫及香港動植物公園
負責職員：陳佩伶姑娘、凌俊欣姑娘
註：
1. 集合及解散地點：恆安社區中心地下大堂
2. 集合時間：上午9:15，逾時不候
3. 是次活動將有旅遊巴接送參加者來回
4. 當日活動不包括午膳，參加者請自備飲用水



社區活動

「理財有方」—參觀投委會理財教育體驗館

編 日 時 對 內	號：DP-52-2526 期：21/11/2025 (星期五) 間：上午9:00 - 中午12:00 象：家天地會員 容：透過參觀投委會理財教育體驗館，感受嶄新沉浸式學習體驗，提高投資理財能力。透過參與各種互動遊戲，邊玩邊學投資理財知識。
名地 負責職員 備	額：25人 點：投委會理財教育體驗館（荃灣南豐紗廠） 註：1. 集合及解散地點：恒安社區中心地下大堂 2. 集合時間：上午9:00，逾時不候 3. 是次活動將有旅遊巴接送參加者來回 4. 當日活動不包括午膳，參加者請自備飲用水 5. 此活動由投資者及理財教育委員會協助舉辦

(以下活動不用報名)

關懷社區行動 - 服務諮詢站（廣源邨）

編 日 時 對 內	號：DP-53-2526 期：25/11/2025 (星期五) 間：下午2:30 - 4:00 象：有興趣人士 容：透過中心服務介紹、即時諮詢及招募「家天地」會員、向區內有需要家庭介紹地區資源及服務。
名地 負責職員 備	額：不限 點：廣源邨 負責職員：凌俊欣姑娘、陳靜瑜姑娘

長者上門暫託服務

由香港賽馬會慈善信託基金資助的「賽馬會友『伴』同盟護老者支援計劃」，合資格的護老者申請獲批後，可以得到6個月的免費暫託長者服務，暫託內容包括陪伴、簡單運動、認知遊戲等，由接受訓練的義工提供服務。有關沙田區的申請，可以聯絡負責機構基督教香港信義會社會服務部，電話9436 1381。



2025年10月至12月家天地展板及影帶主題

展板主題：快樂科學
負責職員：鄭婷婷姑娘

影帶主題：親子溝通
負責職員：陳昊珊姑娘

觀賞主題影帶後，如填寫感想，
可獲贈紀念品一份，
數量有限，送完即止。
(每位參加者，每月限提交一份感想)



「家天地」活動報名須知

- 本中心活動只限持有有效的「家天地」會員證會員報名。如需續證/未有「家天地」會員證者，請於報名前到本中心辦理相關手續。
- 18歲以下人士參加本中心的戶外活動，必需由家長陪同（特別註明除外）。
- 所有以家庭為對象的活動，必須多於一名家庭成員一同報名參加。
- 活動一經報名，名額不可轉讓他人，否則會被取消資格。如有需要，職員可要求參加者出示身份證明文件以作核實身份之用。
- 如活動有特別註明參加者類別，例如家長、照顧者或育有特別教育需要人士等，本中心有權查證參加者身分以確認活動參與資格。
- 除特別註明外，所有活動不設「託兒」服務。

如何成為「家天地」會員？

- 凡香港居民，只須填妥申請表並出示申請者的身份證明文件即可成為會員。
- 18歲以下申請者請由家長/監護人陪同申請。
- 報名費用全免，會員證的有效日期印在該證上，有效期過後該會員資格將自動取消。
- 如有效期內希望退出會員，可以親臨本中心辦事處與職員辦理。
- 本中心會員可同時使用沙田區其他「家天地」的設施及參加其活動，亦可免費收到所屬中心的「家天地」季訊。
- 如有個人資料需要更改，請即通知本中心職員。
- 會員證不得轉借別人使用。
- 請愛護公物，與職員合作。如刻意破壞公物，或對其他人士造成滋擾或威脅，本中心有權取消其會員資格。

免責聲明

- 請參加者提供正確的個人資料，資料絕對保密，只用作本中心核實身份及聯絡之用，並不會轉交他人。
- 個別活動會有體力消耗或危險，請參加者考慮自己的能力及身體狀況，決定是否適合參加。
- 患有心臟病、氣管問題或其他敏感症狀人士，在參加戶外活動時須參考當日空氣質素健康指數。
- 如因天氣惡劣、參加人數不足等的特別情況，本中心將會考慮取消活動，請參加者留意本中心的特別通知。
- 請參加者準時出席各活動，逾時不候。
- 本中心保留活動安排之最終決定權，參加者不得異議。



“中心開放時間”

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午9：00 - 1：00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午2：00 - 5：00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午5：00 - 8：00	✓	休息	✓	休息	休息	休息

(星期日及公眾假期休息)

在颱風及暴雨警告下之安排



暴風或暴雨	中心開放	室內活動	陸上戶外活動	水上戶外活動	備註：
黃色暴雨警告	✓	✓	✗	✗	1. 在戶外活動進行時，改掛3號或以上颱風訊號、黃色、紅色或黑色暴雨警告，本中心將即時取消所有戶外活動，並盡快安排參加者返回本中心。
紅色暴雨警告	✓	✗	✗	✗	2. 在戶外活動進行前兩小時，懸掛3號或以上颱風訊號、黃色暴雨警告，所有戶外活動將會取消。
黑色暴雨警告	✗	✗	✗	✗	3. 在戶外活動進行前四小時，發出紅色或黑色暴雨警告，所有戶外活動將會取消。
雷暴警告	✓	✓	按天氣情況而定	✗	4. 在室內活動進行前兩小時，懸掛8號或以上颱風訊號、紅色或黑色暴雨警告，所有室內活動將會取消。
T1 一號戒備訊號	✓	✓	✓	✗	5. 如黑色暴雨警告在中心開放前發出，中心將不會開放，直至黑色暴雨取消後兩小時內重開。但如果暴雨警告在中心開放期間發出，中心仍會照常開放。
L3 三號強風訊號	✓	✓	✗	✗	6. 受颱風、暴雨或雷暴影響而未能舉行的活動，本中心職員會盡快作出安排。
▼8 八號或以上颱風訊號 SE 東南	✗	✗	✗	✗	

沙田區其他「家天地」的地址及電話

本中心的會員亦可同時使用沙田區其他綜合家庭服務中心「家天地」的設施及參加他們舉辦的活動。

北馬鞍山綜合家庭服務中心「家天地」

地址：馬鞍山耀安邨耀欣樓地下A及B翼

電話：3590 6029

南沙田綜合家庭服務中心「家天地」

地址：沙田上禾輦路1號沙田政府合署8樓

電話：2158 6593

北沙田綜合家庭服務中心「家天地」

地址：沙田禾輦邨厚和樓4樓平台

電話：3168 2906



社會福利署
Social Welfare Department

郵票

南馬鞍山綜合家庭服務中心

地址：新界沙田馬鞍山恆安邨恆安社區中心5樓

(中心郵籤)

(如郵寄，請剪下並貼於信封上)

印刷品

