



社會福利署  
Social Welfare Department

# 「家天地」季訊

活動費用全免

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，咁一咁氣，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會辦的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緊，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，自己又有得散下心，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

編號：DG-15-2526  
日期：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  
內容：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、泰式鳳爪及斑蘭千層糕）。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

編號：DG-21-2526  
日期：7/11/2025 - 28/11/2025（逢星期五）  
時間：上午10:30 - 下午12:30  
對象：18歲或以上家天地會員  
內容：從專註製作食品的過程，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

編號：TG-6-2526  
日期：13/10/2025 - 3/11/2025（逢星期一）  
時間：上午11:30 - 下午1:00  
對象：家天地會員  
內容：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

編號：DG-16-2526  
日期：13/10/2025 - 20/10/2025（逢星期一）  
時間：上午10:00 - 中午12:00  
對象：18歲或以上家天地會員  
內容：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

編號：DG-17-2526  
日期：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  
內容：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

編號：TG-7-2526  
日期：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）  
內容：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：許家桐姑娘  
備註：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. 參加者出席八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

編號：DG-18-2526  
日期：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  
內容：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  
備註：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

編號：DG-19-2526  
日期：8/11/2025 - 29/11/2025（逢星期六）  
時間：上午10:30 - 中午12:00  
對象：18歲或以上家天地會員  
內容：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  
備註：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

編號: EG-13&14-2526  
日期: 8/10/2025 - 3/12/2025 (逢星期三) (除29/10/2025外)  
時間: 上午10:45 - 中午12:00  
對象: 18歲或以上家天地會員  
內容: 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) 4. 書畫墊  
2. 墨水 (黑色) 5. 宣紙  
3. 墨碟  
名額: 18人  
地點: 一樓活動室  
負責職員: 鄭耀星先生、許家枬姑娘  
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

編號: EG-15-2526  
日期: 4/11/2025 - 25/11/2025 (逢星期二)  
時間: 下午2:00 - 3:15  
對象: 18歲或以上家天地會員  
內容: 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) 5. 書畫墊  
3. 中國畫顏料 (基本五色) 6. 宣紙 (尺寸: A3)  
4. 調色碟  
名額: 12人  
地點: 一樓活動室  
負責職員: 鄭耀星先生、許家枬姑娘  
義務導師: 盧燦冰女士  
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

編號: EG-16-2526  
日期: 4/11/2025 - 25/11/2025 (逢星期二)  
時間: 下午3:30 - 4:45  
對象: 18歲或以上家天地會員  
內容: 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) 5. 書畫墊  
3. 中國畫顏料 (基本五色) 6. 宣紙 (尺寸: A3)  
4. 調色碟  
名額: 12人  
地點: 一樓活動室  
負責職員: 鄭耀星先生、許家枬姑娘  
義務導師: 盧燦冰女士  
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

編號: EG-17-2526  
日期: 3/11/2025 - 24/11/2025 (逢星期一)  
時間: 下午2:30 - 3:45  
對象: 18歲或以上家天地會員  
內容: 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。  
名額: 22人  
地點: 一樓活動室  
負責職員: 黃德升先生、許家枬姑娘



## 家天地活動

### 參觀「綠在沙田」

編號: DP-42-2526  
日期: 10/10/2025 (星期五)  
時間: 下午2:30 - 3:30  
對象: 家天地會員  
內容: 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  
名額: 20人 (一半名額預留給照顧者互助小組組員)  
地點: 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

編號: DP-43-2526  
日期: 17/10/2025 (星期五)  
時間: 下午3:00 - 4:00  
對象: 家天地會員  
內容: 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\*\*  
名額: 20人  
地點: 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

編號: DP-44-2526  
日期: 1/11/2025 (星期六)  
時間: 上午10:30 - 12:30  
對象: 家天地夫婦會員  
內容: 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」。  
名額: 6對夫婦  
地點: 一樓活動室  
負責職員: 凌俊欣姑娘





## 冬日保健有辦法講座

編日時對內 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\*\*

名額：20人  
地點：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

編日時對內 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。  
\*\*是次活動不計算在每季可抽籤前報名的3項活動之中\*\*

名額：20人  
地點：一樓活動室  
負責職員：許家枬姑娘、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」

編日時對內 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。

名額：20人  
地點：一樓活動室  
負責職員：劉詩敏姑娘



## 親子粵劇體驗日

編日時對內 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。

名額：10個家庭  
地點：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

編日時對內 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，透過活動建立正向親子經驗，感受植物花材 (如：貴族松) 帶來的治癒。

名額：10人  
地點：一樓活動室  
負責職員：丘麗英姑娘



## 水晶月餅DIY

編日時對內 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，為家中加添節日元素。

名額：8人  
地點：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

編日時對內 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。

名額：6對親子  
地點：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

編日時對內 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。

名額：18人  
地點：鴨脷排及香港仔避風塘  
負責職員：陳佩伶姑娘

備註：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

編日時對內 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。

名額：57人  
地點：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

備註：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





## 「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。



名地負責備

額：25人  
點：投委會理財教育體驗館（荃灣南豐紗廠）  
員：陳靜瑜姑娘  
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9：00，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

## 社區活動

（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。

名額：不限  
地點：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

1. 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。
2. 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）。
3. 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。
4. 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。
5. 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。
6. 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？

1. 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。
2. 18歲以下申請者請由家長/監護人陪同申請。
3. 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。
4. 如有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。
5. 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。
6. 如有個人資料需要更改，請即通知本中心職員。
7. 會員證不得轉借別人使用。
8. 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

1. 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。
2. 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。
3. 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。
4. 如因天氣惡劣、參加者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。
5. 請參加者準時出席各活動，逾時不候。
6. 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	✓	✓	✗	✗	
紅色暴雨警告	✓	✗	✗	✗	
黑色暴雨警告	✗	✗	✗	✗	
雷暴警告	✓	✓	按天氣情況而定	✗	
<b>T1</b> 一號戒備訊號	✓	✓	✓	✗	
<b>3</b> 三號強風訊號	✓	✓	✗	✗	
<b>8</b> 八號或以上颱風訊號	✗	✗	✗	✗	

### 備註:

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。
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。
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。
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。
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。
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。

## 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」**  
**南沙田綜合家庭服務中心「家天地」**  
**北沙田綜合家庭服務中心「家天地」**

地址：馬鞍山耀安邨耀欣樓地下A及B翼  
 地址：沙田上禾輦路1號沙田政府合署8樓  
 地址：沙田禾輦邨厚和樓4樓平台

電話：3590 6029  
 電話：2158 6593  
 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：新界沙田馬鞍山恒安邨恒安社區中心5樓

(中心郵籤)

(如郵寄，請剪下並貼於信封上)



印刷品

