社會福利署
Social Welfare Department

政府資助計劃
Government-funded programme

天水圍綜合家庭服務中心

中心季訊

2026年11月-2027年3月



宗旨

天水圍綜合家庭服務中心以「兒童為重、家庭為本、社區為基礎」的理念，協助個人及家庭發展潛能，透過善用社會資料，加強個人和家庭的抗逆力，有效地預防及應付各種問題和挑戰，並共同建立一個互助，和諧及共融的社區。



服務內容

- 輔導服務
- 小組活動
- 社區教育
- 義工服務
- 互助網絡
- 親子共導閣
- 親子玩具閣
- 書籍、報紙及雜誌閱讀

活動及小組報名須知

會員申請

- 中心推行會員申請制度，會員證以家庭為單位，每個家庭只獲發一張會員證，憑中心發出之會員證，可使用中心的設施及報名參加中心的活動及小組；
- 會員證申請人須持有香港身份證，提交申請時須填寫「會員證申請表」，並出示：
  1. 其及其家庭成員的個人身份證明文件之正本或副本
  2. 住址證明
- 如申請人未滿18歲，必須由家長或監護人前來辦理。

申請退會

- 會員欲退會，會員證上顯示之成年家庭成員須填寫「會員退會申請表格」，並將會員證一併交還中心註銷；
- 中心會於10個工作天內核實退會申請，並註銷該會員證，而會員資料會於2年後銷毀。

活動及小組報名須知

- 請留意活動及小組對象和備註事項，如未能符合資格者，其報名將被作廢，恕不另行通知；
- 活動及小組只限成功獲得名額的會員參加，不得轉讓、更改或調動；
- 所有親子活動及小組，如舉行當日父母或子女任何一方缺席，均會被即時取消參加資格；
- 參加者應善用中心資源和珍惜參加活動及小組的機會，出席所有成功獲得名額的活動及小組。如參加者沒有在活動前一天的中心辦公時間內通知中心職員無法出席活動，或相同情況在小組中出現兩次或以上，下一季的活動及小組報名將被安排在後補名單上；
- 中心保留更改活動及小組資料及取消活動及小組的權利；
- 所有中心活動及小組照片，只作推廣用途。如參加者不願意拍照，請在拍照時通知中心職員。

查詢及意見

如對活動及小組有任何查詢或意見，可親臨或致電3565 5780與中心職員聯絡。



會籍及會員更新

中心會員證的有效期將於2027年3月31日屆滿。所有會員證持有人須於2027年1月4日起親臨中心申請續證，新會員證的有效期至2030年3月31日為止。詳情如下：

(i) 會員證（會籍）有效期為3年，申請人必須帶備原證親臨中心辦理續證申請手續，成功申請續證人士，其會員證（會籍）將由上一個有效到期日延長3年，並將獲發新證一張，而原證須交還中心註銷；

(ii) 如需要增刪會員證（會籍）內家庭成員，須填寫「會員更新表格」，出示其及其家庭成員的個人身份證明文件之正本或副本，並將獲發一張新會員證，原證則須交還中心註銷；

(iii) 如需更新其他會員資料，會員證顯示之成年家庭成員須填寫「會員更新表格」。

活動及小組報名程序

事項	日期及時間	內容
遞交報名表格	2026年10月5日（星期一） 上午9時15分至 中午12時45分、 下午2時15分至7時45分 及 2026年10月6日（星期二） 上午9時15分至 中午12時45分、 下午2時15分至4時45分 （請於上述時間報名， **毋須提早排隊確認**）	♥ 每張會員證最多可報4項活動及4項小組。 **實體報名** ♥ 會員可親臨中心出示有效的會員證報名； ♥ 若會員未能親身報名，可由親友代辦，但必須出示有關會員有效的會員證；否則，恕不辦理。 **QR Code報名** ♥ 會員可用智能手機掃描中心季訊上的QR Code，打開連結的網頁後報名； ♥ 會員必須在活動登記申請表輸入會員編號、中文或英文姓氏和名字、性別、出生年份和月份及聯絡電話，閱讀免責聲明，並剔選「本人確認以上提供的資料正確無誤及已閱讀免責聲明」； ♥ 詳情請查閱第6頁。
公開抽籤	2026年10月13日 （星期二）上午10時	♥ 於中心活動室按各活動及小組名額抽籤，歡迎出席，逾時不候。
公佈抽籤結果及剩餘名額	2026年10月20日 （星期二） 中心開放時間	♥ 成功獲得名額的會員毋須進行確認手續。 **實體查閱抽籤結果** ♥ 會員可自行於中心佈告板查閱抽籤結果，恕不另行通知。 **QR Code查閱抽籤結果** ♥ 會員可用智能手機掃描以下QR Code查閱結果。 TSWIFSC - Result
餘額活動報名	2026年10月23日 （星期五）起 中心開放時間	♥ 會員必須親臨中心出示有效的會員證報名； ♥ 以先到先得形式進行，額滿即止； ♥ 請確保參加的活動及小組不會重疊； ♥ 中心保留最終決定權。

最新消息

中心已推出活動及小組QR Code報名及公佈抽籤結果。QR Code與實體報名及公佈抽籤結果的日期、時間和程序一致。會員亦可如常親臨中心報名及查閱抽籤結果。

QR Code報名使用教學：

1. 會員可開啟智能手機中的QR Code條碼掃描器。
2. 掃描視窗對準中心季訊上活動／小組的QR Code，打開連結的網頁。
3. 在活動登記申請表上輸入個人資料並提交，即完成報名程序。

QR Code報名須知：

- 會員必須在活動登記申請表輸入會員編號、中文或英文姓氏和名字、性別、出生年份和月份及聯絡電話，閱讀免責聲明，並剔選「本人確認以上提供的資料正確無誤及已閱讀免責聲明」。
- 成功提交活動登記申請表只代表完成報名，不代表成功獲得名額。
- 參加者所提供的個人資料，將用於處理有關活動／小組之報名事宜及其他相關的用途。中心可能會向其他合辦、協辦團體或獲指派負責處理有關活動／小組事宜的人員，披露這些資料。
- 參加者有權按照〔個人資料（私隱）條例〕所規定，要求查閱或改正填寫於活動登記申請表的個人資料。這些要求可以向中心提出。
- 中心保留活動／小組安排之最終決定權，參加者不得異議。

活動回顧







心靈探索之藝術療癒

參加者很享受製作不同藝術品的過程。在過程中，他們進入平靜的狀態，療癒心靈。

手繪星球燈

參加者發揮創意，別出心裁，繪畫出充滿個人特色的星球燈。星球燈可作小擺設或小夜燈之用。











蝶古巴特拼貼「面紙盒」

參加者利用美麗的餐紙巾圖案拼貼實用的面紙盒。在過程中，專注當下忘卻了生活煩惱。





2026年11月–2027年3月
小組及活動介紹

個人成長系列

太極拳初探　編號：26112703G-01

小組

日　　期：2026年11月3、10、17（星期二）及18日（星期三），共四節

時　　間：下午2時30分至3時30分

地　　點：活動室

對　　象：區內成人

內　　容：透過學習楊式太極拳24式，鍛鍊身體，舒緩生活壓力。

名　　額：8人

負責職員：楊姑娘



太極拳初探

心靈綠洲　編號：26112703G-02

小組

日　　期：2026年11月6、13、20及27日（逢星期五，共四節）

時　　間：上午10時30分至11時30分

地　　點：活動室

對　　象：區內成人

內　　容：透過園藝活動，舒緩日常生活壓力，促進身心健康。

名　　額：8人

負責職員：區姑娘



心靈綠洲

書法初探 編號：26112703G-03

小組



日　　期：2026年11月6、13、20及27日
（逢星期五，共四節）
時　　間：上午10時30分至11時30分
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過學習書法技巧，鼓勵放慢生活節奏，培養平和心境，舒緩生活壓力。
名　　額：8人
負責職員：畢姑娘

創意靜心 編號：26112703G-04

小組



日　　期：2026年11月6、13、20及27日
（逢星期五，共四節）
時　　間：下午2時30分至3時30分
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過藝術活動，使參加者放鬆及舒緩壓力。
名　　額：8人
負責職員：洪姑娘

和諧粉彩心靈充電小組 編號：26112703G-05

小組



日　　期：2026年11月26、12月3、10及17日
（逢星期四，共四節）
時　　間：上午10時30分至11時45分
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過粉彩繪畫，引導參加者放鬆心情，在色彩中找回平靜與自在。
名　　額：8人
負責職員：黃先生

冬日手作小組　編號：26112703G-06

小組

日　　期：2026年12月3、10、17日（星期四）及12月18日（星期五），共四節
時　　間：下午2時30分至4時
地　　點：活動室
對　　象：區內婦女
內　　容：透過製作以冬季為主題的手作，鼓勵發揮創意，放鬆身心，在冬日裏感到溫馨。
名　　額：8人
負責職員：司徒姑娘



冬日手作小組

節日花環工作坊　編號：26112703P-01

活動

日　　期：2026年12月4日（星期五）
時　　間：下午2時30分至4時
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過創作節日花環，鼓勵參加者發揮創意，享受輕鬆愉快的時間。
名　　額：8人
負責職員：司徒姑娘



節日花環工作坊

快樂聖誕手作　編號：26112703P-02

活動

日　　期：2026年12月5日（星期六）
時　　間：下午2時30分至4時
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過手作扭扭棒聖誕樹，放鬆身心，感受聖誕氣氛，一同迎接聖誕節。
名　　額：8人
負責職員：司徒姑娘



快樂聖誕手作

小組

開心瑜伽班2026 編號：26112703G-07

日　　期：2026年12月7、14、21及28日（逢星期一，共四節）
時　　間：下午2時30分至3時30分
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過瑜伽運動掌握放鬆身心的秘訣，從而舒緩壓力。
名　　額：8人
負責職員：楊姑娘



活動

人工智能系列：我的AI老師 編號：26112703P-03

日　　期：2027年1月5日（星期二）
時　　間：下午2時30分至4時
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：帶領參加者輪流與AI互動提問生活問題，分享使用心得，最後討論AI如何幫助日常生活。
名　　額：8人
負責職員：李先生



小組

愉快學鉤織　編號：26112703G-08

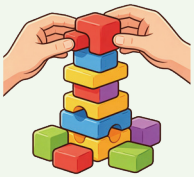
日　　期：2027年1月8、15、22及29日（逢星期五，共四節）
時　　間：上午10時至11時30分
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：全神貫注於學習鉤織，從而放鬆身心，舒緩生活壓力。
名　　額：8人
負責職員：黃姑娘



活動

健腦樂紛紛A班　編號：26112703P-04

日　　期：2027年1月14日（星期四）
時　　間：上午11時至中午12時
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過進行不同的健腦活動及遊戲，訓練認知及記憶力，維持大腦健康。
名　　額：8人
負責職員：楊姑娘
備　　註：健腦樂紛紛A班及B班內容相同（只可選其一）



活動

健腦樂紛紛B班　編號：26112703P-05

日　　期：2027年1月14日（星期四）
時　　間：下午2時30分至3時30分
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過進行不同的健腦活動及遊戲，訓練認知及記憶力，維持大腦健康。
名　　額：8人
負責職員：楊姑娘
備　　註：健腦樂紛紛A班及B班內容相同（只可選其一）

賀年擺設手作　編號：26112703P-06

日　　期：2027年1月16日（星期六）
時　　間：下午2時30分至4時
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過製作賀年擺設，發揮創意，放鬆心情，感受新年的氣氛。
名　　額：8人
負責職員：司徒姑娘



桌上遊戲體驗班　編號：26112703P-07

日　　期：2027年1月19日（星期二）
時　　間：下午2時30分至4時
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：一同體驗簡單桌遊，由帶領者逐步示範規則，先團體練習再小組競賽，過程中鼓勵分享生活經驗，營造輕鬆歡樂氛圍。
名　　額：8人
負責職員：李先生



蝶古巴特拼貼袋　編號：26112703P-08

日　　期：2027年2月27日（星期六）
時　　間：下午2時30分至4時
地　　點：活動室
對　　象：區內成人
內　　容：透過製作蝶古巴特拼貼袋，享受輕鬆愉快的手作時間，放鬆身心。
名　　額：8人
負責職員：司徒姑娘



婦女創意手作　編號：26112703P-09

日　　期：2027年3月8日（星期一）
時　　間：下午3時至4時30分
地　　點：活動室
對　　象：區內婦女
內　　容：透過製作滴膠掛飾，放鬆身心，紓緩壓力，鼓勵參加者與家人分享製成品，表達對家人的關愛。
名　　額：8人
負責職員：司徒姑娘



家庭支援系列

小組

「好心晴」女士小組　編號：26112703G-09

日　　期：2027年2月12、19、26 及3月5日
（逢星期五，共四節）
時　　間：上午10時至11時30分
地　　點：活動室
對　　象：區內已婚女士
內　　容：學習應對婚姻衝突的方法及改善與伴侶及子女的關係。
名　　額：8人
負責職員：謝姑娘



活動

甜品親親　編號：26112703P-10

日　　期：2027年2月13日（星期六）
時　　間：上午11時15分至中午12時30分
地　　點：家政室
對　　象：區內6歲或以上的親子
內　　容：透過一起學習製作西米布甸，讓親子表達愛意，為家庭增添和諧氣氛。
名　　額：5對親子
負責職員：畢姑娘
備　　註：一位家長只可攜一名子女報名參加

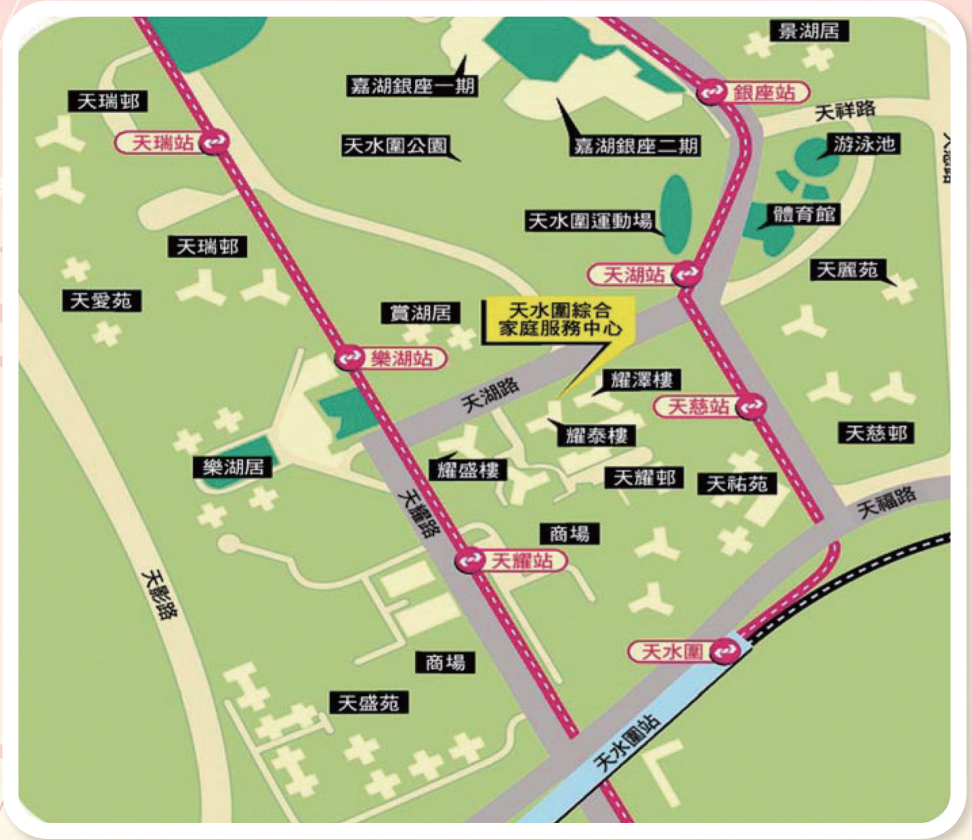


颱風、雷暴及暴雨警告訊號下本中心應變措施及安排：

當時情況	中心開放	班／組活動及其他室內活動	戶外活動
雷暴警告 	照常開放	照常舉行	照常舉行（除預計天氣惡化外）
黃色暴雨警告 			取消
紅色暴雨警告 			取消
黑色暴雨警告 	暫停開放	延期／取消	取消
一號風球 	照常開放	照常舉行	照常舉行（除預計天氣惡化外）
三號風球 			取消
八號風球或以上 	暫停開放	延期／取消	取消

1. 如黑色暴雨警告在中心開放前發出，中心將不會開放。但如黑色暴雨警告在中心開放期間發出，中心仍會照常開放。
2. 在戶外活動進行前兩小時仍懸掛三號或以上颱風訊號、黃色、紅色或黑色暴雨警告訊號，所有戶外活動將會取消。
3. 當天文台除下八號風球或黑色暴雨警告訊號後三小時，中心運作及所有室內活動回復正常，唯戶外活動取消。
4. 使用服務人士，請於颱風及暴雨期間，留意天氣情況，以決定是否出席本中心的活動。
5. 如有關活動（如營地）需使用其他機構之場地，中心需按照該機構在惡劣天氣時之安排。
6. 如參加者對班、組及活動安排有任何疑問，請致電3565 5780查詢，一切以本中心最後決定為準。

中心位置



開放時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日及公眾假期
上午9:00 - 下午1:00	😊	😊	😊	😊	😊	😊	休息
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	😊	✕	✕	😊	✕	✕	

社會福利署
Social Welfare Department

天水圍綜合家庭服務中心

地址：天水圍天耀邨耀泰樓地下A翼及B翼
電話：3565 5780　　傳真：2475 0986
網址：www.swd.gov.hk

印刷品