

活動名稱:	親子樂：植物小星球
日期/時間:	23.7.2026 (四) / 下午2:30至3:30
地點:	本中心活動室
活動目的:	透過園藝活動，讓家長與子女共同合作完成作品，藉此促進彼此互相溝通，增進彼此之間的連繫。
內容:	學習、體驗
參加者:	區內6至10歲兒童及其家長
費用:	全免
負責職員:	樊嘉盈姑娘
聯絡電話:	2499 1094
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心

活動名稱:	壓力知多少小組
日期/時間:	4.8.2026 (二)、11.8.2026 (二)、18.8.2026 (二)、25.8.2026 (二) / 下午2:30至3:30
地點:	本中心活動室
活動目的:	透過認識壓力的來源，學習各種減壓方法及放鬆練習。
內容:	舒壓、體驗
參加者:	區內人士
費用:	全免
負責職員:	文婷姑娘
聯絡電話:	2413 4763
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心

活動名稱:	繪本小達人
日期/時間:	8.8.2026 (六) / 下午2:30至3:30
地點:	本中心活動室
活動目的:	透過介紹適合孩子年齡閱讀的繪本，做做小手工，讓小朋友享受閱讀的樂趣。
內容:	分享，體驗
參加者:	區內4至6歲兒童
費用:	全免
負責職員:	蘇美歡姑娘
聯絡電話:	2439 4604
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心

活動名稱:	增潤婚姻關係工作坊
日期/時間:	5.9.2026 (六) / 下午3:00至4:30
地點:	本中心活動室
活動目的:	透過夫妻互動，改善溝通及增進婚姻關係。
內容:	體驗、分享
參加者:	區內夫妻
費用:	全免
負責職員:	萬寶瑜姑娘
聯絡電話:	2413 9137
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心

活動名稱:	「擁抱孩子 重拾歡笑」家長治療小組
日期/時間:	7.9.2026 (一)、14.9.2026 (一)、21.9.2026 (一)、28.9.2026 (一)、5.10.2026 (一)、12.10.2026 (一)、26.10.2026 (一)、2.11.2026 (一) / 上午10:00至中午12:00
地點:	本中心活動室
活動目的:	想和孩子拉近關係，重拾歡笑? 此活動希望透過「理性情緒治療法」，與家長一同認清壓力來源，探索處理衝突的技巧，和學習維繫子女關係的有效方法。
內容:	學習、體驗、舒壓
參加者:	區內家長
費用:	全免
負責職員:	吳志遠先生
聯絡電話:	2439 0436
主辦機構:	社會福利署西荃灣綜合家庭服務中心