

活動名稱：	<雨後放晴>家長情緒管理小組
日期 / 時間：	8/10、15/10、22/10、29/10、5/11及12/11/2026 (逢星期四) 共6節 上午10:00 - 中午12:00
地點：	本中心
活動目的：	透過活動認識自我及處理問題方法應用
內容：	透過認識及運用認知行為治療法： 1. 探索壓力的來源 2. 認識自我及自身家庭的影響 3. 認識及運用理性情緒治療法 4. 如何處理衝突及憤怒的情緒 5. 處理子女行為問題的方法及應用 備註： 此活動由防止虐待兒童會社工協辦。 (1) 小組前會安排與參加者以電話面談
參加者：	管教困難的家長
費用：	免費
負責職員：	劉海丹先生
聯絡電話：	2435 4421 / 2435 3931
主辦機構：	社會福利署北青衣綜合家庭服務中心

活動名稱：	「心靈畫語」藝術治療小組
日期 / 時間：	8/10、15/10、22/10及29/10/2026 (逢星期四) 共4節 下午2:30-4:00
地點：	本中心
活動目的：	透過活動培養正向心理及舒緩壓力
內容：	透過不同表達藝術的媒介，引導參加者學習正面的精神健康資訊及培養正向心理的技巧；以及透過輕鬆自在的藝術創造，讓參加者可以暫時放下日常生活的壓力，放鬆心情。
參加者：	區內照顧者及居民
費用：	免費
負責職員：	謝寶怡姑娘
聯絡電話：	2435 3932 / 2435 3931
主辦機構：	社會福利署北青衣綜合家庭服務中心

活動名稱：	「型」出正能量：正向心理小組
日期／時間：	2/11、9/11、16/11及23/11/2026 (逢星期一) 共4節 上午10:00 - 11:30
地點：	本中心
活動目的：	透過活動掌握家庭溝通的轉念技巧及舒緩壓力
內容：	以MBTI (16型人格測驗) 作為媒介，結合正向心理學，透過探討日常生活例子、小組互動及手工製作，協助參加者發掘自身優點、掌握家庭溝通的轉念技巧，從而舒緩生活壓力，建立社區互助網絡。
參加者：	區內照顧者及居民
費用：	免費
負責職員：	曹錦歆姑娘
聯絡電話：	2435 3935 / 2435 3931
主辦機構：	社會福利署北青衣綜合家庭服務中心

活動名稱：	「心連心」夫婦關係成長小組
日期／時間：	30/11、7/12、14/12 及 21/12/2026 (逢星期一) 共4節 上午11:00 - 12:30
地點：	本中心
活動目的：	透過活動協助夫婦學習衝突管理與溝通技巧
內容：	本小組以「哥特曼模式夫婦治療」為基礎，透過練習、小組互動及短講，協助夫婦學習衝突管理與溝通技巧，增進夫婦關係。
參加者：	60歲以上的夫婦
費用：	免費
負責職員：	梁綠詠姑娘
聯絡電話：	2495 8863 / 2435 3931
主辦機構：	社會福利署北青衣綜合家庭服務中心

活動名稱：	聖誕節慶手工班
日期／時間：	1/12、3/12、8/12及 10/12/2026 (逢星期二、四) 共4節 上午10:00 - 11:30
地點：	本中心
活動目的：	製作擺設及鞏固家庭關係
內容：	透過製作滿有祝福寓意的聖誕節裝飾擺設，為家人在節日送上祝福、表達愛與關懷，鞏固家庭關係。
參加者：	區內居民
費用：	免費
負責職員：	張美蘭姑娘
聯絡電話：	2436 0267 / 2435 3931
主辦機構：	社會福利署北青衣綜合家庭服務中心