

活动名称:	身心灵研习 - 减压瑜伽班 (7月份)
日期 / 时间:	2/7、9/7、16/7及23/7/2026 (逢星期四) 共4节 下午2:30 -3:30
地点:	本中心
活动目的:	透过活动舒缓压力及焦虑
内容:	瑜伽有助身心灵调养, 促进血液循环, 让身体感觉越来越好, 从而减少压力和焦虑。 备注: 参加者需要能在瑜伽垫上进行活动 (站及坐)
参加者:	区内居民
费用:	免费
负责职员:	张美兰姑娘
联络电话:	2436 0267 / 2435 3931
主办机构:	社会福利署北青衣综合家庭服务中心

活动名称:	身心灵研习 - 减压瑜伽班 (8月份)
日期 / 时间:	6/8、13/8、20/8及27/8/2026 (逢星期四) 共4节 下午2:30 - 3:30
地点:	本中心
活动目的:	透过活动舒缓压力及焦虑
内容:	瑜伽有助身心灵调养, 促进血液循环, 让身体感觉越来越好, 从而减少压力和焦虑。 备注: 参加者需要能在瑜伽垫上进行活动 (站及坐)
参加者:	区内居民
费用:	免费
负责职员:	张美兰姑娘
联络电话:	2436 0267 / 2435 3931
主办机构:	社会福利署北青衣综合家庭服务中心

活动名称:	「保护儿童免受伤害」暨中心服务推广日
日期 / 时间:	27/8/2026 (星期四 共4节 下午2:30 - 4:00)
地点:	本中心
活动目的:	推广及介绍中心服务
内容:	透过设置流动服务推广站, 介绍中心服务和推广保护儿童信息, 提升大家保护儿童的意识, 并为有需要的居民提供家庭咨询服务, 宣扬和谐家庭精神, 以及识别有服务需要的家庭。
参加者:	区内居民
费用:	免费
负责职员:	劳书翹姑娘
联络电话:	2435 1915 / 2435 3931
主办机构:	社会福利署北青衣综合家庭服务中心

活动名称:	身心灵研习 - 减压瑜伽班 (9月份)
日期 / 时间:	3/9、10/9、17/9、24/9/2026 (逢星期四) 共4节 下午2:30 – 3:30
地点:	本中心
活动目的:	透过活动舒缓压力及焦虑
内容:	瑜伽有助身心灵调养，促进血液循环，让身体感觉越来越好，从而减少压力和焦虑。 备注：参加者需要能在瑜伽垫上进行活动 (站及坐)
参加者:	区内居民
费用:	免费
负责职员:	张美兰姑娘
联络电话:	2436 0267 / 2435 3931
主办机构:	社会福利署北青衣综合家庭服务中心

活动名称:	祖孙同行
日期 / 时间:	15/9/2026 (星期二) 上午11:00 – 下午12:30
地点:	本中心
活动目的:	透过活动分享相处之道及处理问题方法应用
内容:	1)认识在离异家庭中成长的小朋友的需要，作为祖父母/外祖父母可以如何支持孙/外孙，建立正面的夸代家庭关系 2)过来人分享与孙/外孙相处 备注：此活动与家福中心协办。
参加者:	离异家庭祖父母/外祖父母
费用:	免费
负责职员:	马颖诗姑娘
联络电话:	2435 6079/ 2435 3931
主办机构:	社会福利署北青衣综合家庭服务中心