



聖雅各福群會**童心堡**成立於 2025 年 3 月，由社會福利署資助，旨在加強對有需要的兒童及家庭提供專業支援，提升家庭照顧的能力。

服務對象及地區

經由社會福利署保護家庭及兒童服務課 (港島及離島) 社工轉介的家庭

辦公時間	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
09:00 - 13:00 14:00 - 18:00	○		○	○		○
13:00 - 21:00		○			○	

星期日及公眾假期休息

聯絡我們

電話：(852) 3619-5123

傳真：(852) 3619-5022

電郵：cschildpro@sjs.org.hk

地址：灣仔軒尼詩道302-308號

集成中心1802-1806室

網址：<http://childpro.sjs.org.hk>



服務通訊

Newsletter

童心堡

保護兒童支援服務

2025
OCT-DEC

vol.03





服務內容



教育及家庭增潤活動

舉辦親子互動活動，培養正向親子關係和溝通



家居探訪

定期到戶，提供管教技巧和教養兒童的實務建議



伴你同行 StandbyU

透過傾聽、關懷、陪伴等支援，減輕照顧者在管教或照顧子女上面對的壓力



小組及個人課程

舉辦小組課程，促進兒童復元及提升照顧者管教效能



臨床心理及專業護理支援

臨床心理學家及護士提供專業諮詢、短期心理治療或評估

目錄

02		服務內容
03		服務內容及目錄
04		活動總覽
05		活動總覽
06		活動詳情
07		活動詳情
08		活動詳情
09		活動詳情
10		報名方式及備註、 惡劣天氣下中心 服務安排
11		StandbyU
12		服務背景 服務對象及地區 辦公時間 聯絡我們

家長及照顧者活動

正向管教系列

個別面授

- CI1 認識青少年潮流文化
- CI2 預防及處理孩子網上沉溺問題
- CI3 如何處理手足衝突？兄弟姊妹相處之道

小組形式 (可提供證書)

- CG1 星譜同行：了解自閉症譜系孩子的需要及教養技巧
- CG2 心靈「承·接」：從接納與承諾手法提升自我心理彈性

性教育系列

個別面授

- AI1 網絡陷阱揭秘及預防
- AI2 談「性」說愛：從戀愛三角建立親密與界線的關係
- AI3 如何與子女談性

小組形式

- AG1 網絡「性」教育

生活技能系列

個別面授

- BI1 建立健康理財習慣
- BI2 掌握有效的時間管理策略
- BI3 如何培養小孩自理能力

小組形式

- BG1 愛自己・養生小組

情緒系列

個別面授

- DI1 認識自己情緒及覺察練習
- DI2 認識孩子的情緒徵兆及需要
- DI3 親子溝通「愛之語」

小組形式 (可提供證書)

- DG1 憤怒處理 x 靜觀親職
- DG2 從遊戲進入孩子的世界

親子活動

活動總覽

舒鬆工作坊系列

- E1 「薰·享」平靜
- E2 尋找你的心流 – 舒壓瑜珈
- E3 和諧粉彩：親子「蜜」碼
- E4 Christmas Party!
- E5 親子郊遊遊

家FUN系列

- F1 捕夢網製作
- F2 親子桌遊樂
- F3 甜蜜窩夫製作
- F4 打機戶戶送
- F5 礦香石製作

* 以上活動會以到戶形式進行 *

活動詳情

家長及照顧者活動

AG1 性教育系列：網絡「性」教育

提升家長對現今青少年網上交友陷阱的認識，了解當子女遇到網上危機時，作為家長可以如何陪伴子女面對。

- 第一節：了解青少年的需要及網上潮流文化
- 第二節：網絡陷阱揭秘
- 第三節：如何與子女談性
- 第四節：家長如何支援正遇到危機的子女

對象

家長 / 照顧者

日期及時間

2025年
11月7, 14,
21, 28日
(逢星期五)

晚上
7:00-9:00

負責職員

陳先生
(註冊社工)

BG1 生活技能系列：愛自己·養生小組

家長在照顧孩子的同時，也要照顧自己。女性的健康需要細心呵護，而定期健康檢查是預防疾病的關鍵。

- 第一節：從中西醫角度，認識女性生理週期與自我照護 (包括花茶體驗)
- 第二節：婦科常見疾病預防與篩檢 (如乳癌、子宮頸癌、骨質疏鬆等)
- 第三節：心理健康與壓力管理，分享香薰治療有關資訊及精油體驗
- 第四節：營養與運動

對象

家長 / 照顧者
(25-70
歲女士)

日期及時間

2025年
10月9, 16,
23, 30日
(逢星期四)

上午
10:30-12:00

負責職員

張姑娘
(註冊護士)

CG1 正向管教系列：

星譜同行：了解自閉症譜系孩子的需要及教養技巧

讓家長了解自閉症譜系孩子的特質，認識孩子的需要，並裝備合適的教養技巧。同時透過聚集一眾育有自閉症譜系孩子之家長，共建互助空間。

- 第一節：認識自閉症譜系，破解迷思與謬誤
- 第二節：了解孩子的特質與需要
- 第三節：家庭內支援孩子的方式
- 第四節：回應孩子情緒的方法

對象

家長 / 照顧者

日期及時間

2025年
11月5, 12,
19, 26日
(逢星期三)

上午
10:30-12:00

負責職員

潘姑娘
(註冊社工)

CG2 正向管教系列：

心靈「承接」：從接納與承諾手法(ACT)提升自我心理彈性

讓家長認識 ACT 當中六大核心過程，幫助家長更能接納自己與子女的特性，以更有彈性的心理質素教養子女。同時，釐清及以行動實踐自己的教養價值觀。小組共有四節，內容如下

- 第一節：認識「ACT」及探討親職的困難
- 第二節：了解親職上的想法和感受
- 第三節：探索自我價值觀及其對親職的影響
- 第四節：對教養的覺察及承諾教養行動

對象

家長 / 照顧者

日期及時間

2025年
10月3, 10,
17, 24日
(逢星期五)

下午
7:00-9:00

負責職員

施姑娘
(註冊社工)

DG1 情緒系列：憤怒處理 x 靜觀親職

讓家長認識憤怒情緒，融合靜觀於親子關係上，以提昇覺察力，學習在忙碌的親職生活中找到呼吸空間，從而改善情緒和親子關係。

- 第一節：認識憤怒情緒，包括憤怒時的身體、思想和行為反應，過分憤怒的後果及如何適當地處理憤怒
- 第二節：認識靜觀親職，練習靜觀呼吸和靜觀伸展
- 第三節：認識行動模式與同在模式，練習三分鐘呼吸空間、身體掃描和靜觀步行
- 第四節：學習自我關懷及如何與孩子的情緒協調

對象

家長 / 照顧者

日期及時間

2025年
10月4, 18日
11月1, 15日
(隔星期六)

下午
2:00-3:30

負責職員

黃姑娘
(臨床心理學家)

DG2 情緒系列：從遊戲進入孩子的世界

讓家長認識遊戲對孩子成長及發展的重要性，了解孩子的社交、情感需要，並分享親子遊戲技巧，促進親子關係建立。小組共有四節，每節設有家長講座及親子互動時間。

- 第一節：認識遊戲對孩子成長及發展的好處
- 第二節：提升孩子自我管理能力技巧分享
- 第三節：在家實踐兒童為本遊戲技巧
- 第四節：認識孩子的五大心理需要

對象

家長 / 照顧者及子女

日期及時間

2025年
12月23, 27,
30日
2026年1月3日
(逢星期二、六)

上午
10:00-12:00

負責職員

張姑娘
(註冊社工)

活動詳情

親子活動

E1 「薰·享」平靜

透過天然香薰精油，為緊張焦慮的情緒帶來一絲平靜。利用多種天然香薰精油，調配一支屬於自己的按摩油，並由工作員帶領下學習按摩技巧，以達致身心放鬆。

對象

12歲或以上人士

日期及時間

2025年
10月25日
(星期六)

上午
11:00-12:30

負責職員

陳姑娘
(註冊社工)

E2 尋找你的心流 - 舒壓瑜珈

透過簡單入門的瑜珈式子，讓照顧者關注自身需要，學習放鬆身心，連結身我，重尋屬於自己的Me Time。透過體驗呼吸練習，簡單入門的瑜珈動作學習放鬆身體，將注意力重投自身。

對象

18歲或以上人士

日期及時間

2025年
10月18日
(星期六)

上午
11:00-12:30

負責職員

潘姑娘
(註冊社工)

E3 和諧粉彩：親子「蜜」碼

透過運用乾粉彩、手指繪畫的方法，以達致放鬆的藝術治癒的效果。親子在過程中互相幫助，培養家長和孩子的好溝通方式，促進親子關係。

對象

家長及6歲或以上子女

日期及時間

2025年
10月4日
(星期六)

上午
11:00-12:30

負責職員

施姑娘
(註冊社工)

E4 Christmas Party!

適逢聖誕佳節，透過手作及遊戲活動增加親子相處的時間及促進親子關係，一同感受節日氣氛。

對象

家長及3歲或以上子女

日期及時間

2025年
12月23日
(星期二)

下午
3:00-5:00

負責職員

邱姑娘
(註冊社工)

E5 親子郊遊遊

透過漫遊山徑及親子合作遊戲，讓小朋友體驗與人相處，學習如何克服困難。參加者透過參與定向活動，擴闊視野，吸收陽光，提升正能量。

活動地點：柏架山道自然徑
集合地點：鯉魚涌地鐵站
解散地點：寶馬山(小馬山)

備註：

1. 參加者須穿著輕便運動服、攜帶足夠食水、小量乾糧及防蚊用品
2. 需自備車費
3. 路徑全程3小時；約6公里，難度兩星(以五星為最高)
4. 活動前請進食早餐
5. 參加者事前需簽回健康評估問卷

對象

親子

日期及時間

2025年
12月20日
(星期六)

上午 10:00 -
下午 1:00

負責職員

陳先生
(註冊社工)

F1 捕夢網製作

透過編織捕夢網的活動，探索情感的層面，促進親子之間的理解與連結。

對象

親子

負責職員

施姑娘
(註冊社工)

F2 親子桌遊樂

工作員到戶帶領家庭成員一同玩桌上遊戲，協助發展解難、合作與溝通能力；亦有助促進家庭互動，創造美好回憶。

對象

親子

負責職員

張姑娘
(註冊社工)

F3 甜蜜窩夫製作

透過親子共同製作甜品及分享成果，享受親子愉快時光，有助促進親子關係。

對象

親子

負責職員

劉姑娘
(註冊社工)

F4 打機戶戶送

工作員到戶與家庭或子女透過益智有趣的Switch遊戲，促進家庭正面溝通及互動，一同渡過愉快時光。

對象

親子

負責職員

陳先生
(註冊社工)

F5 礦香石製作

透過製作香薰礦香石及調配屬於自己的香氣，為空間增添自然芳香，以達致身心放鬆。

對象

12歲或以上人士

負責職員

陳姑娘
(註冊社工)

家FUN
系列
(Caseworker
上門提供)



- 1 本中心之服務對象為港島及離島區家庭，正接受社會福利署保護家庭及兒童服務課社工跟進之兒童及家庭
- 2 如您為本中心的服務對象，歡迎向您的社工查詢及報名
- 3 如欲了解本中心的服務及活動，歡迎在辦公時間致電本中心 3619-5123 與職員查詢
- 4 報名費用 - 全免



參加者需知：

本中心通知參加者確認成功報名小組及活動時，會一併確認活動之場地及時間安排，如有更改，會盡早作出通知
如有任何查詢，歡迎致電本中心與當值社工聯絡
暫托服務：家長在參與本中心活動/小組時，如需要暫托子女的安排，可提早向中心提出申請，本中心因應人手及情況提供協助

轉介社工需知：

本通訊之小組及活動，可因應整體參加者的需要、招募情況，作出內容、時間、地點的調節，歡迎交流意見
以上活動之活動編號 (如AI1, AG1) 供轉介同工填寫轉介表之用
如有任何查詢，歡迎致電本中心與當值社工聯絡

APPLY NOW

惡劣天氣下中心服務安排：



	室內活動		戶外活動	
	家長活動	子女活動/ 親子活動	家長活動	子女活動/ 親子活動
一號戒備信號	✓	✓	✓	✓
三號強風信號	✓	X	X	X
八號或以上暴風信號	X	X	X	X
「極端情況」	X	X	X	X
黃色暴雨警告信號	✓	✓	X	X
紅色暴雨警告信號	✓	X	X	X
黑色暴雨警告信號	X	X	X	X

備註：

✓ = 照常舉行 X = 活動取消

- 1 中心內舉行之活動，若進行期間發出紅色或黑色暴雨警告信號，參加者應留在安全地方暫避，有關活動將繼續進行。
中心以外舉行之活動，若進行期間發出紅色或黑色暴雨警告信號，參加者應留在安全地方暫避，有關活動將會暫停。
- 2 如八號或以上暴風信號/「極端情況」/黑色暴雨警告信號在中心開放前懸掛，中心將停止開放，懸掛期間所有活動及服務取消；中心運作會於八號或以上暴風信號/「極端情況」/黑色暴雨警告信號除下後兩小時內恢復正常。
- 3 星期一、三、四、六：若下午2時或以後才取消八號或以上暴風信號/「極端情況」/黑色暴雨警告信號，當日下午中心將停止開放。
星期二、五：若晚上6時或以後才取消八號或以上暴風信號/「極端情況」/黑色暴雨警告信號，當日晚上中心將停止開放。

伴你同行 StandbyU

旨在減輕照顧者在管教或照顧子女上面對的壓力，內容包括：



傾聽與關懷

陪伴及傾聽家長和照顧者的困難與壓力



陪伴及護送

陪診、出席會議、護送子女上學 / 訓練課程



促進家庭關係

陪伴外出親子活動、參與家庭聚會、娛樂活動



申請社區資源

陪伴申請社區資源、社會福利服務等



小組 / 課程延伸活動

可提供個別支援或到戶指導，加強參加者的實踐與應用

因應每個家長及孩子的獨特需要，童心堡歡迎轉介社工和家長與我們共同協商，按需要提供個別適切的支持與陪伴服務。