循道愛華村服務中心
社會福利部
Methodist Epworth Village Community Centre
Social Welfare

社區工作部
Community Work Unit

本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest

心花放

2026年10月至2027年1月活動

活動報名注意事項

「心花放」活動報名須知

1. 報名時請注意活動推行日期及時間，以免相撞，一經報名不得退款。
2. 凡已報名之項目，不得轉讓其他人或改報其他項目。
3. 除因活動更改時間，否則不作另行通知，請依時出席。
4. 活動只准持有「心花放」會籍的會員報名。

「心花放」及「青少年綜合服務隊」會籍

1. 如「開心券」或會籍逾期，請先向「心花放」負責職員預約時間進行續會手續。
2. 家庭會籍成員只包括申請人及其配偶和子女。

網上登記活動報名安排

1 網上登記活動	2 結果通知	3 報名及繳費
8月28日上午10:00 至 9月4日晚上10:00	9月8日 至 9月9日	9月10日 至 9月12日
• 網上填寫個人資料及活動登記表格 • 每個家庭只需填寫一份活動登記表格 • 若活動登記人數超出名額，會以抽籤形式處理	• 職員會以whatsapp或電話通知成功申請的參加者 • 若沒有收到通知，則代表是次報名申請未能成功 • 未能成功申請活動將會自動撥入後備名單	• 成功申請的參加者請於此期間前往中心報名或網上繳交費用 • 若於指定時段內沒有繳交費用，則作放棄名額處理，名額由後備名單補上

活動登記表格 請掃描

公開報名 9月17日

以先到先得形式報名

服務處資料

柴灣道100號後座四樓419室

2245 1709 / 5627 5207 / 5326 8937

cwu@mevcc.org.hk

朱文懿姑娘、張潔盈姑娘

開放時間

	一	二	三	四	五	六
10:00-1:00	活動節數	活動節數			活動節數	活動節數
2:00-6:00	活動節數	活動節數	✔	✔	✔	活動節數
7:00-10:00			活動節數			

＊ 服務處會於開放時間提供：
櫃位服務、電話查詢及活動報名服務

開心券及電子券

會員將有兩項活動報名津貼：

1 增設「心花放電子券」
- 供會員報名參加心花放之活動
- 金額將劃一全額家庭$200、半額家庭$100
- 本年度電子券的有效期為1/4/26至31/3/27
- 必須持有效會籍方可使用電子券

2 原有實體「開心券」
- 只能報名參加愛華青少年綜合服務隊之活動

心花放家庭會籍

入會資格：

- 有0至18歲子女的家庭
- 收入在全港家庭收入中位數75%或以下，或領取綜援、書簿津貼等
- 居住在港島東區（北角至小西灣）

活動報名付款方式

1. 於開放時間內辦公室 (柴灣道100號後座四樓419室)：
填妥報名表格及繳交費用；

2. 為方便報名，現新增設網上付款方式 (只限報心花放活動)：
請先以電話或訊息聯絡計劃負責職員確定活動報名情況，
待職員確定活動有足夠名額及計算需付金額後，
職員會提供轉帳資料，請以「轉數快」方式繳交費用。

主辦：

循道愛華村服務中心
社會福利部
Methodist Epworth Village Community Centre
Social Welfare

資助：

兒童事務委員會
Commission on Children

童行有你
WALK WITH KIDS

政府資助計劃
Government-funded programme

兒童福祉及發展資助計劃－由兒童事務委員會贊助
在此刊物或物品上／活動內表達的任何意見、研究成果、結論或建議，並不代表香港特別行政區政府或兒童事務委員會的觀點。

Fun Day & Mid Autumn Fun Fair

愛在中秋共融嘉年華

19/9/2026(SAT)
1:00pm - 4:00pm

FREE 費用全免

中華傳道會劉永生中學(柴灣新廈街323號)
CNEC Lau Wing Sang Secondary School
(323 San Ha Street, Chai Wan)

攤位遊戲
Game booth

表演活動
Performance

特式小食
Snack bar

DIY Workshop
手作工作坊

Gift
精美禮物

如有查詢,歡迎與我們聯絡。

2558 0708

循道愛華村服務中心
社會福利部
Methodist Epworth Village Community Centre
Social Welfare

社區工作部
Community Work Unit

本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest

(F0008/2026/0023)

迪士尼家庭樂

July 17

11/10/2026（日）

$50/人

*此活動不可使用開心券

集合時間：上午9:30

集合地點：愛華服務處 及 耀東服務處

*費用只包括去程之交通，樂園自行解散，並請自行安排餐膳

秋日到臨，一家人齊齊到樂園遊玩，
共享遊樂設施，建立親密家庭回憶。

1.因條款所限，所有參加者必須同時入園，不設自行入園安排

2.必須親子一同報名，直系家庭成員為兄弟姐妹及父母/監護人

3.每家最多可申請四個名額

4.此活動為本單位與愛華青少年綜合服務隊合辦，
心花放計劃之會員請經社區工作部報名

5.非八月「暢遊迪士尼」之參與家庭優先

鳴謝：勵志生命教育協會送出迪士尼門票

離職同工...

大家好，我是高姑娘。不經不覺與大家認識了四年，我即將告別目前的崗位了～

回想這四年來的點點滴滴，無論是中心日常、小組交流、還是戶外活動，都成了珍貴的回憶。看著大家的改變，是我這幾年工作中最好的收穫。

由衷感謝大家一直以來的信任、包容與支持，讓我在這段旅程中收穫了很多溫暖。祝願大家在未來的日子裡生活愉快、開心順利！

希望大家繼續支持中心的活動，有緣再見！

家長活動

媽咪身心減壓班 (9-10月:P0008/2026/0041) / (11-1月:P0008/2026/0042)

9-10月
日期：16/09至28/10/2026（共7節，逢三）
費用：$455/人

11-1月
日期：04/11/2026至13/01/2027
(共8節，逢三) (02/12、23/12、30/12暫停)
費用：$520/人

時間：上午10:30至中午12:00
地點：耀東服務處
對象：「心花放」家長
名額：10人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：
藉拉筋動作和靜觀，促進身體健康和減輕壓力。

備註：
1. 2-6/2026舊生可獲優先報名。

「藝術·自在玩」家長小組 (10-11/26) (P4001/2026/0427)

日期：08/10、22/10、5/11及19/11/2026
（共4節，逢四）
時間：上午09:30至11:30
費用：$80/人
地點：愛華服務處
對象：「心花放」家長
名額：8人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
平日家中大小事務，往往已消耗你不少心力，甚至忘記了自己的需要。歡迎你到來，好好放鬆，展開探索關懷自己的旅程。

Soul Good ·Chill住煮！媽媽圍爐小組 (10/26:P0008/2026/0024)

日期：09/10至30/10/2026（共4節，逢五）
時間：上午10:00至中午12:00
費用：$120/人
地點：愛華服務處
對象：「心花放」家長
名額：8人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
有好吃的東西就有好心情！而有一班一同分享的朋友，快樂可以Double Up！邀請一同分享美食，一同分享快樂。

織織復織織-髮飾編織班 (愛華:P0008/2026/0026) (耀東:P0008/2026/0043)

愛華服務處
日期：02/11至23/11/2026（共4節，逢一）

耀東服務處
日期：09/10至30/10/2026（共4節，逢五）

時間：上午10:00至11:00
費用：按金$50/人(出席3節或以上可獲退回)
對象：「心花放」家長
名額：5人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘、張潔盈姑娘

內容：
由街坊導師教授簡單鉤織的技巧，讓大家投入於編織的時光，忘掉煩惱絲。完成小組，將會獲得一個編織髮圈和髮夾。

備註：
1. 導師為「給自己的情紓」劏房照顧者支援計劃的街坊導師

Soul Good · 永生花花藝工作坊 (P0008/2026/0044)

日期：03/11至24/11（共4節，逢二）
時間：上午10:00至11:30
費用：按金$50/人(出席後可獲退回)
地點：耀東服務處
對象：「心花放」家長
名額：5人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

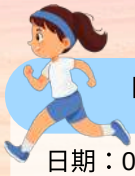
內容：
日常生活的急促步伐，可能讓你感到疲憊，邀請你專注當下，一同體驗用永生花製作不同的小手作。

備註：
1. 活動正申請「香港堂關懷慈惠款」，如未能獲批，活動將會取消

「Chill」級亂舞！ (P0008/2026/0036)

日期：05/11至26/11/2026（共4節，逢四）
時間：上午10:30至11:30
費用：免費
地點：耀東服務處
對象：「心花放」家長
名額：8人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：
想動動手動動腳，但又怕室外又熱又落雨的天氣？不如結合運動與遊戲，一同用Switch玩《Just Dance》，既可以做運動，亦可以一同放鬆，邀請你在歡笑聲中一起展開運動旅程！



「Chill」Fit媽咪系列：「媽」住跑 (11月/26:P0008/2026/0045)

日期：06/11至27/11/2026（共4節，逢五）
時間：上午10:00至11:00
費用：免費
地點：筲箕灣至西灣河海旁
對象：「心花放」媽媽
名額：8人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：
暫時放低生活的壓力，由零開始，按照自己的步伐，慢慢建立起運動的習慣。與不同街坊動起來，放鬆身心，認識不同的街坊朋友。

備註：
1. 請穿著運動服裝及運動鞋
2. 請自備飲用水

健康知多啲：鼻敏感 (P0008/2026/0027)

日期：07/12/2026 (一)
時間：上午10:00至中午12:00
費用：免費
地點：愛華服務處 或 筲箕灣潮人生命堂
對象：「心花放」家長
名額：20人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
不少人經常出現流鼻水、鼻癢、打噴嚏等鼻敏感症狀，嚴重影響睡眠和日常生活。到底鼻敏感能否根治？藥物及日常生活習慣又可以如何舒緩症狀？講座由香港大學藥理及藥劑學系註冊藥劑師主講，與大家解構鼻敏感及社區藥房資訊！

備註：
1. 活動與香港大學藥理及藥劑學系合作

「Chill」Fit媽咪系列：「羽」你同行 (12月/26:P0008/2026/0046)

日期：08/12至22/12/2026（共3節，逢二）
時間：上午10:00至中午12:00
費用：$45/人（出席2堂或以上可獲退回$30）
地點：小西灣體育館
對象：「心花放」家長
名額：12人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：
短暫拋低生活的煩惱，與不同街坊一起運動，放鬆身心，強身健體，認識不同的街坊朋友。

備註：
1. 請穿著運動服裝及運動鞋
2. 請自備飲用水，建議自備球拍
3. 此活動不可使用電子券
4. 活動場地正在申請中，相關資料或有機會更改，敬請留意

「Chill」Fit媽咪系列：山野郊遊悠 (12月/2026年:P0008/2026/0047)

日期：10/12至17/12/2026（共2節，週四）
時間：上午9:00至下午1:00
費用：免費
地點：港島龍躍徑及龍脊
對象：「心花放」媽媽
名額：10人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘、朱文懿姑娘

內容：
天氣清涼時，正好去郊外親親大自然。除了可以遠離煩囂，享受優美的景色外，更可以與三五知己互相分享，盡訴心中事。

備註：
1. 請穿著合適運動服裝
2. 請自備飲用水及防曬用品

家庭康樂活動

情緒放大鏡 - 親子情緒學堂 (P0008/2026/0028)

日期：03/10至24/10/2026 (共4節，逢六)
時間：上午09:30至10:30
費用：$10/人
地點：愛華服務處
對象：「心花放」親子
（子女須為K3至小二兒童）
名額：10人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
透過互動遊戲帶領親子認識各種情緒，學習辨識與表達內心感受。同時，分享正面壓力的實用小妙招，助親子建立健康溝通橋樑，共同用愛與理解化解情緒小風暴。

親子烘焙樂 (愛華:P0008/2026/0029) (耀東:P0008/2026/0048)

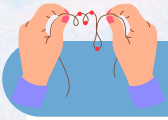
<u>愛華服務處</u>
日期：03/10至24/10/2026 (共4節，逢六)

<u>耀東服務處</u>
日期：07/11至28/11/2026 (共4節，逢六)

時間：上午10:30至中午12:30
費用：$120/家
對象：「心花放」親子（每家不多於3人)
名額：12人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘、 張潔盈姑娘

內容：
由街坊導師教授親子製作不同的甜品，包括：牛油蛋糕、朱古力布朗尼、芒果千層餅蛋糕及紅豆熱香餅，與家人一同享受甜蜜蜜的烘焙時刻。

備註：
1. 導師為「給自己的情紓」劄房照顧者支援計劃的街坊導師



親子手工樂 (P0008/2026/0030)

日期：31/10至21/11/2026 (共4節，逢六)
時間：上午10:00至11:30
費用：$60/家
地點：愛華服務處
對象：「心花放」親子（每家不多於3人）
名額：12人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
平日與孩子各自有各自的忙碌，難以靜靜的相處？邀請你們前來，將專注力重新放在對方身上，一同創作，一同分享，重拾優質親子時光。

備註：
1. 活動會製作皮革、馬賽克燭台、扭扭棒花及波波燈

展館式聖誕尋尋樂 (P4001/2026/0475)

日期：19/12/2026 (六)
時間：時段A：下午2:30至3:30 或
時段B：下午4:00至5:00
費用：$10/人
地點：愛華服務處
對象：「心花放」親子
名額：20人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
愛華服務處化身多個趣味展館，跟過去一年曾參與服務的你找尋共同回憶。展館包括年度回憶展區、家庭禮物製作區、家庭趣味遊戲區、溫馨照相區、影片輕食區。讓愛華跟你和家人沉浸於不同特色區域回憶、分享與祝福未來。

備註：
1. 此活動不可使用開心券及電子券
2. 報名時請選擇參與時段
3. 3歲以下不佔座位免費
4. 家庭禮物材料以2人為一單位

聖誕親子聯歡會 (P4001/2026/0543)

日期：23/12/2026 (三)
時間：晚上7:00至9:30
費用：$50/人
地點：耀東服務處
對象：「心花放」家庭
名額：20人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：
又到聖誕！又到聖誕！一年一度的聖誕派對，我們準備了各式各樣的遊戲活動，與親子同樂！

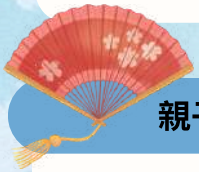
備註：
1. 此活動不可使用開心券及電子券
2. 費用已包括膳食

Soul Good ·親子心靈拉筋體驗 (P0008/2026/0032)

日期：29/12/2026 (二)
時間：上午10:00至中午12:00
費用：按金$50/人(出席後可獲退回)
地點：愛華服務處 或 戶外場地
對象：「心花放」親子
名額：20人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
讓親子一同放下電子產品，慢下來…一同經歷正念拉筋，感受彼此間的支持和內心的需要，讓「陪伴」變得實在及有溫度。

備註：
1. 活動正申請「香港堂關懷慈惠款」，如未能獲批，活動將會取消



親子動手迎新春 (P0008/2026/0050)

日期：21/01至28/01/2027 (共2節，逢四)
時間：晚上7:30至8:30
費用：$40/家
地點：耀東服務處
對象：「心花放」親子（每家不多於2人)
名額：12人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：
又到新年，來一同動手做手作，將富有新春元素的製成品放於家中，「家」添一點節日氣氛！

爸爸親子活動

Daddy X Kids 放假齊玩Switch (P0008/2026/0033)

日期：30/12/2026 (三)
時間：晚上7:30至9:00
費用：免費
地點：愛華服務處
對象：「心花放」爸爸及子女
名額：8人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
藉聖誕節假期，邀請爸爸和孩子來大玩Switch遊 (如：Sports、Overcooked等)，考考你們的合作性和默契！

備註：
1. 歡迎媽媽一同參與

Daddy X Kids IPSC實用射擊體驗 (P0008/2026/0034)

日期：16/01/2026 (六)
時間：下午2:30至4:30
費用：$20/人
地點：愛華服務處
對象：「心花放」爸爸及子女
（子女須就讀小五或以上）
（每家最多2人）
名額：8人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
有沒有想過自己也是神槍手？活動讓你體驗真實氣槍射擊，考驗眼界和技術之餘，更考驗你和拍擋的默契！機會難得，邀請爸爸和你一同挑戰啦！

義工服務

「心花放」計劃鼓勵大家走進社區，持續地參與不同種類的義工服務。藉義工服務除了可以連結社區，發揮互助互愛精神外，更可以發掘和發揮個人潛能。本計劃除下列已安排的義工服務外，更不時有其他的義工服務，如欲收到相關資訊，請將我們的電話加入手機的電話簿內，以確保能收到資訊。
(愛華：5627 5207｜耀東：5326 8937)

Fun Day X 中秋同樂日義工服務 (P4001/2026/0423)

日期：19/09/2026 (六)
時間：中午12:30至下午4:30
費用：免費
地點：中華傳道會劉永生中學
對象：「心花放」親子（子女須為小四或以上)
名額：10人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
「愛華要人」！邀請大家擔任義工，協助嘉年華的運作，包括：帶領攤位遊戲、人流管理及維持活動秩序等。

海岸清潔保衛隊 (P4001/2026/0424)

日期：17/10/2026 (六)
時間：下午2:00至4:00
費用：免費
地點：石澳泳灘
對象：「心花放」親子（子女須為小四或以上)
名額：10人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
海灘上的垃圾千奇百態，破壞視覺亦破壞生態！邀請大家親身參與清理工作，讓大自然回復潔淨。

愛華託管茶點義工組 (11-12月/26年:P0008/2026/0037)

日期：06/11至18/12/2026 (共4節，隔週五)
時間：上午10:00至11:30
地點：愛華服務處
對象：「心花放」家長
名額：8人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
週五來中心大展廚藝，為中心的託管小朋友預備美食。

升級改造DIY！環保紙包飲品盒工作坊 (P4001/2026/0425)

日期：21/11/2026 (六)
時間：下午2:30至4:00
地點：愛華服務處
對象：「心花放」親子
名額：12人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
運用雙手將舊物變成新物，為紙包飲品盒創造第二「人生」，體現從源頭減廢！保護地球，你我有責！

暖笠笠冬至送暖大行動 (P4001/2026/0426)

日期：19/12/2026 (六)
時間：上午9:30至11:30
地點：愛華服務處及區內長者中心
對象：「心花放」親子
名額：12人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
邀請義工們藉帶領遊戲和唱歌，將愛和溫暖帶給區內長者，彼此渡過一個暖笠笠的冬至和聖誕。

耀東託管茶點義工組 (11月/26年) (P0008/2026/0051)

日期：13/11至27/11/2026 (共2節，隔週五)
時間：上午11:30至下午1:00
地點：耀東服務處
對象：「心花放」家長
名額：8人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：
週五來中心大展廚藝，為中心的託管小朋友預備美食。

迎新春揮春義工服務 (P0008/2026/0052)

日期：22/01至29/01/2027 (共2節，逢五)
時間：上午10:00至11:30
地點：耀東服務處
對象：「心花放」義工
名額：8人
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：
新春將至，邀請義工們一同寫揮春及製作拓印揮春後，並轉贈至社區人士，一同感受春節的節日氣氛！

加入whatsapp社群，
即時獲得計劃有關資訊

循道愛華-心花放計劃❤️💐
WhatsApp 社群