

目錄

- P.2 中心服務介紹
- P.3 中心活動場地及輔導設施
- P.6 會籍升級
- P.7 小樹苗家庭成長園地
- P.8 中心活動報名及登記流程
- P.9 「愛同行」親子義工活動
- P.11 澳門循道衛理聯合教會社會服務處賣旗籌款活動
- P.12 「賞月你在一起」-親子中秋共融同樂日
- P.13 小會員生日會
- P.14 家庭生活教育系列
- P.19 童夢助燃計劃
- P.25 兒童成長及興趣發展
- P.26 2025「活現彩虹」婦女義工
- P.27 婦女活動
- P.31 澳門堂7-9月活動
- P.32 澳門循道衛理聯合教會澳門堂
- P.33 為生命加點甜
- P.34 分享站
- P.35 非暴力溝通決定家庭和諧的關鍵
- P.36 活動花絮
- P.42 惡劣天氣安排

中心開放時間

星期一至星期五：上午10:30 - 下午6:30

星期六：上午9:30 - 下午5:30

逢星期日及公眾假期休息

以下節日，中心暫停開放，敬請留意！

10月1日	星期三	中華人民共和國國慶日
10月2日	星期四	中華人民共和國國慶日翌日
10月7日	星期二	中秋節翌日
10月29日	星期三	重陽節
11月3日	星期一	追思節補假
12月8日	星期一	聖母無原罪瞻禮
12月20日	星期六	澳門特別行政區成立紀念日
12月22日	星期一	冬至補假
12月24日	星期三	聖誕節前日
12月25日	星期四	聖誕節

中心服務簡介

中心簡介

澳門循道衛理聯合教會社會服務處建華家庭服務中心為一所基督教服務機構，於1989年開始為本澳居民提供服務，並於1997年4月遷入黑沙環。

本中心服務透過以家庭為核心，以更整全及適切的服務回應各家庭的需要，陪伴各家庭一同成長，並與社區合作，攜手為本澳市民建構健康及積極人生。

中心宗旨

本著基督博愛的精神，服務社區，見證基督真理。

服務目標

為本澳家庭提供多元化服務，促使其發揮功能，提昇家庭凝聚力，促進家庭聯繫，從而建立和諧的家庭關係。

服務對象

本澳家庭

服務內容

- ◆ 個人及家庭輔導、諮詢及資源轉介
- ◆ 積極人生加油服務計劃
- ◆ 家庭生活教育
- ◆ 「活現彩虹」婦女義工組
- ◆ 「愛同行」親子義工組
- ◆ 兒童成長支援服務
- ◆ 童夢助燃計劃
- ◆ 單親網絡互助服務
- ◆ 「小樹苗」家庭成長園地

中心活動場地及輔導設施

中心致力向本澳市民提供家庭生活教育、關懷婦女活動、義工服務等，並為個人及家庭提供專業的輔導服務，如對本中心服務感興趣或家庭正在面對困境，歡迎親臨或致電與我們聯絡。



中心外牆



中心外牆



建華大廈十三座地下D舖



建華大廈十四座地下C舖



中心外牆



小樹苗家長資源閣



中心前台



兒童圖書閣



多功能活動室



言語治療室



輔導室



遊戲治療室



輔導室



輔導室



多功能活動室



澳門堂 (建華大廈第8座)
崇拜聚會/活動大廳

會籍升級

為答謝各位會員一直對本中心的支持及熱愛，本中心自2024年1月1日起，修訂會員有效期由原定1年制改為**3年制**，本年度入會及續會者均可享有此項福利。切勿錯過哦！

入會手續

- 親臨中心填寫會員申請表
- 出示有效身份證明文件

入會方式及有效期

個人會員
12元

6歲以上便可申請成為個人會員。
(未滿18歲之申請者須由監護人簽名。)

家庭會員
(推薦)
20元

*直系家屬為一家庭單位，最多6人為限

會籍升級：有效期由登記日起至36個月為限。



*本中心保留最終決定權及解釋權。



澳門循道衛理聯合教會社會服務處
建華家庭服務中心
Secção de Serviço Social da Igreja Metodista de Macau
Centro de Apoio À Família "KIN WA"



小樹苗

家庭成長園地

服務內容

諮詢及輔導服務

家庭生活教育

早期初步辨識及轉介

家長資源閣

家長支援計劃

兒童成長訓練及活動

服務對象

- 被評估為有特殊需要之0-3歲幼兒及其家庭；
- 懷疑有特殊需要之0-6歲兒童及其家庭。

服務簡介

當家長發現子女在成長發展或學習能力方面出現差異，會感到擔心及焦慮，在照顧及管教子女時承受著不少壓力。本服務旨在讓家長在情緒、資源、管教及訓練等方面得到支援，減輕心理負擔，協助子女健康愉快地成長。

** 中心定期推出新活動，詳情請留意宣傳刊物。

** 經濟援助或社會福利計劃受託家庭，可減免部份活動費用。

聯絡方法

地址 | 澳門黑沙環海邊馬路建華大廈十四座地下C舖

電話 | 2845 2769

傳真 | 2845 2700

電郵 | kinwa@mmss.org.mo

網址 | www.mmss.org.mo



澳門特別行政區政府
社會工作局
GOVERNO DA RAEM
INSTITUTO DE AÇÃO SOCIAL

7 部分活動經費

澳門循道衛理建華家庭服務中心

歡迎親臨或致電向常值社工查詢

中心活動報名及登記流程

09月05日(五)上午10:30開始 至 09月15日(一)

下午6:30期間接受登記，

登記方式可選擇：

電話

2845 4036 或
2845 2769

網上登記



或

親臨由中心
職員協助登記

登記四步曲：

- 第1步 可先透過電話/網上登記，成功登記後會有訊息通知
- 第2步 本中心將於**09月19日(五)**進行抽籤及中籤結果通知
- 第3步 中籤結果將以短訊形式通知中籤者
- 第4步 中籤者收到通知後便可在通知之指定日期前來繳費

報名須知：

1. 會員證如已過期，可到本中心辦理續會手續；
2. 如本身為非會員，可於報名時到本中心辦理入會手續；
3. 請**小心核對各活動/小組日期及時間**，以免所報活動/小組時間相撞或重覆；
4. 除中心決定取消/更改相關活動/小組時間外，**所有活動一經繳費，恕不提供退款**；
5. 名額不可轉讓他人或轉換其他活動/小組；
6. 因天氣關係而取消活動/課程，請參閱【惡劣天氣安排】資料；
7. 如遇特殊情况，中心將保留更改活動內容或日期等權利；
8. 在活動期間會進行拍攝，只供紀錄/活動推廣之用途，或會刊登在宣傳刊物內，中心保留公開使用及分享參加者活動相片之權利。如有特別情況，歡迎向本中心職員或在報名表格上提出有關之狀況申請；
9. 請參加者保留活動收據直至整個課程完結。

愛同行親子義工活動

7-12月服務
時數前20名
親子義工優先
參與

愛同行親子義工內地服務行動：

兩日一夜深圳親子遊

活動編號：KW2578

- 目的：**認識深圳社會服務，探訪服務對象及進行交流。
- 名額：**20人（約10對親子）
- 對象：**2025年度已錄取之親子義工；7-12月服務時數達10小時或以上。
- 費用：**會員200元/位
- 負責同事：**Chinie姐姐（註冊社工）、Lemon哥哥（註冊社工）
- 備註：**1. 報名此活動需同時出席事前會及服務行動，敬請留意！
2. 本次活動將前往內地，參加者請留意證件有效日期。

事前會

- 內容：**講解活動行程及注意事項、探訪事前準備
- 日期：**11月29日（六）
- 時間：**02:00p. m. -03:00p. m.
- 集合地點：**建華活動中心多功能室

親子兩日遊

- 內容：**探訪交流、滑雪體驗
- 日期：**12月6-7日（六、日）
- 時間：**08:30a. m.
- 集合地點：**珠海拱北口岸

12月6日（六）

12月7日（日）

上午	08:30珠海拱北口岸集合	參觀【深圳科技館】
	參觀南頭古城景點	
下午	參訪社會服務機構	深圳世界之窗-阿爾卑斯冰雪世界
		18:30珠海拱北口岸解散
晚上	入住酒店	

- 行程將提供包括首日午膳，晚膳，翌日早膳及午膳；
- 活動行程僅供參考，活動將根據實際情況作出改動，本中心將保留最終決定權。

愛同行親子義工義務工作培訓 - 了解SEN兒童需要

活動編號：KW2579

- 目的：**了解特殊學習兒童的需要，實踐社區共融。
- 內容：**趣味體驗，義務工作培訓
- 名額：**約15對親子（30人）
- 對象：**全體2025年度已錄取之親子義工
- 日期：**10月25日（星期六）
- 時間：**02:00p. m. -03:30p. m.
- 集合地點：**澳門堂（建華大廈第八座地下A舖）
- 費用：**全免
- 負責同事：**Lemon哥哥（註冊社工）、Chinie姐姐（註冊社工）
- 主講同事：**小樹苗家庭成長園地-珊姑娘（註冊社工）



澳門循道衛理聯合教會社會服務處 賣旗籌款活動

活動編號：KW2580

- 目的：**為特殊需要兒童、失智症長者、智障人士服務籌募經費。
- 內容：**賣旗籌款
- 對象：**活現彩虹義工、愛同行親子義工
- 日期：**2025年10月26日（星期日）

時段	義工集合時間	賣旗時間
1. 全日	09:30a. m.	10:00a. m. -06:00p. m.
2. 上午	09:30a. m.	10:00a. m. -01:30p. m.
3. 下午	02:00a. m.	02:30p. m. -06:00p. m.

集合地點：循道衛理建華家庭服務中心

賣旗區域：黑沙環/祐漢/關閘區

費用：全免

負責同事：徐姑娘（註冊社工）

備註：義工們可按自身時間分開報名不同時段，敬請留意！

主辦

澳門循道衛理聯合教會社會服務處
建華家庭服務中心
Serviço de Serviço Social da Igreja Metodista de Macau
Centro de Apoio à Família - TSM Macau

小樹苗
家庭服務中心

贊助

澳門特別行政區政府
社會工作局
GOVERNO DA RAEM
INSTITUTO DE AÇÃO SOCIAL

家有智愛·家庭生活教育系列

「賞月你在一起」- 親子中秋共融同樂日

2025年9月28日(日) | 建華家庭服務中心

活動時間：10:30-13:00；14:00-17:30 ● 對象：本澳家庭及市民

目的

適逢中秋佳節，透過中秋同樂日，促進社區連結，讓市民認識本中心及「小樹苗」家庭成長園地服務。同時藉活動推廣對特殊學習需要兒童的認識與接納，共建多元共融、關愛互助的社區環境。

體驗工作坊

「小星的大月餅」 繪本及月亮燈創作 親子工作坊		燈籠齊齊賞！ 親子燈籠制作工作坊		美味共你賞！ 親子糕點工作坊		發揮你所賞！ 親子黏土手作工作坊	
A班		A班		A班		A班	
時間：10:00-11:00 對象：3歲至4歲12個月兒童及其父/母 地點：建華第7座地下B舖 收費：\$30/對		時間：10:30-11:15 對象：4-6歲兒童及其父/母 地點：建華第13座地下D舖 收費：\$30/對		時間：14:30-15:30 對象：4-6歲兒童及其父/母 地點：建華第7座地下B舖 收費：\$50/對		時間：14:30-15:15 對象：4-6歲兒童及其父/母 地點：建華第13座地下D舖 收費：\$30/對	
B班		B班		B班		B班	
時間：11:30-12:30 對象：5歲以上兒童及其父/母 地點：建華第7座地下B舖 收費：\$30/對		時間：11:30-12:15 對象：7-12歲兒童及其父/母 地點：建華第13座地下D舖 收費：\$30/對		時間：16:00-17:00 對象：7-12歲兒童及其父/母 地點：建華第7座地下B舖 收費：\$50/對		時間：15:30-16:15 對象：7-12歲兒童及其父/母 地點：建華第13座地下D舖 收費：\$30/對	

*所有工作坊設定為2人收費，如新增參加者將會按活動費用另外加收款項
*當日出席之成人必須為兒童之父或母
*所有成品圖片只供參考

由即日起可掃描右方二維碼進行登記，本中心於9月8日將公佈中籤名單，並以短訊聯絡中籤者報名及繳費。



共賞大抽獎！

9月28日 10:30-13:00；14:00-17:30設有攤位遊戲，當日出席活動的參加者，集滿蓋章後可參加抽獎活動。將有機會抽中精美禮品，禮物豐富，歡迎市民來臨參與。



地址：澳門黑沙環海邊馬路建華大廈14座地下C舖 查詢電話：2845 4036 / 2845 2769 (林生 / 琳姑娘)

本中心保留最終決定權

小會員生日會

(10-12月)

活動編號：KW2581

目的：藉生日會慶祝小會員生日的誕生、學會感恩及珍惜，促進親子關係。

內容：親子遊戲、生日會

對象：4 - 12歲兒童及其父或母

名額：26人

日期：11月22日(星期六)

時間：2:00p. m. -3:30p. m.

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$20/位（10-12月生日的小會員免費），非會員\$40/位

負責同事：May姐姐、Ice姐姐

備註：該季生日之小朋友及其父或母報名。



家長生日會

7-12月

活動編號：KW2582

目的：透過生日聯歡會，加強家長間的交流溝通，提升凝聚力。

內容：小遊戲、甜品製作、到會美食、慶祝生日

對象：會員

名額：25人

日期：11月1日(星期六)

時間：2:30p. m. -4:00p. m.

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$30/位（7-12月生日的家長會員免費），非會員\$60/位

負責同事：May姐姐、Lemon哥哥（註冊社工）

備註：

1. 凡準時出席者可獲精美小禮物一份；
2. 同一時段設有Happy Saturday 6-10歲兒童活動，歡迎家長一同為兒童登記。（參看季刊P. 25頁）



Snowy Night

冬日派對

活動編號：KW2583

目的 透過聚餐及各項體驗活動，感受溫馨的冬日暖意，加強中心會員與中心的連繫。

內容 聚餐、親子遊戲、攝影區、工作坊及大抽獎。

對象 中心會員(領取經援及三類弱勢家庭優先參與)

名額 60人

日期 12月12日(星期五)

時間 5:00p.m.-9:00p.m.

地點 M2 KITCHEN

費用 2歲或以下會員免費；
3-11歲會員\$50/位；
12歲或以上的會員\$100/位

負責同事 CHINIE姐姐, LEMON哥哥, MIKO姐姐, 淑雯姐姐

備註 為保障中心會員之權益，截至2025年9月1日前的中心會員方可參與。

歡迎以經典、
復古元素打扮
出席!

現場設有：

享受豐盛自助餐



「人生四格」即影即有



兒童彩繪



經典復古主題場景攝影區



驚喜滿滿大抽獎



*人生四格及兒童彩繪需現場輪候，由工作人員派籌，先到先得，額滿即止。

登記聚餐時可同步登記以下工作坊!

手工沙畫蠟燭工作坊

內容：手工沙畫蠟燭製作

對象：成人會員

時間：第一場

5:00p.m.-6:00p.m.

第二場

7:00 p.m.-8:00p.m.

名額：10位/每場



(蠟燭示意圖)

親子冬日小蛋糕製作

內容：親子在小蛋糕上進行冬日主題裝飾。

對象：4-12歲兒童及其父或母

時間：5:00p.m.-6:00p.m.

名額：10對



(蛋糕示意圖)

親子拇指琴體驗工作坊

內容：由親子義工帶領，一同學習拇指琴的彈奏方式及學習彈奏曲目《小星星》。

對象：4-12歲兒童及其父或母

時間：7:00p.m.-8:00p.m.

名額：10對

備註：中心會提供每對親子一個拇指琴進行體驗。



(拇指琴示意圖)

心盛同行小組：

活出豐盛人生、重新發現生活的喜悅與意義！

活動編號：KW2584

目的 透過多元藝術主題方式，培養正向情緒，探索幸福的五個面向。

內容

第1節
啟動幸福感之起點

幸福拼貼畫、
感恩三件事。

第3節
連結與陪伴：
人際支持的力量
成長故事交流、
禪繞吊飾創作。

第2節
好心情練習簿：
發現生活中的喜悅
快樂記事本、
藍曬環保袋手工藝體驗。

第4節
活出價值與意義：
給未來的自己
綜合多元藝術創作、
回顧及展望。

對象 有興趣人士

名額 12人

日期 10月10日至10月31日（逢星期五；共四節）

時間 11:00 a.m. - 12:00 p.m.

地點 建華活動中心多功能室

費用 會員\$80/位，非會員\$160/位

負責同工 陳姑娘（註冊社工）

Time Together 親子時光便利店

-親子時間管理工作坊

活動編號：KW2585

目的 提升兒童及家長對時間管理的認識與技巧，協助兒童學習如何合理安排日常作息與活動時間。同時讓家長了解孩子在時間使用上的困難與需要。

內容 互動討論、親子遊戲、親子實踐規劃時間表

對象 6-10歲兒童及其父或母

名額 5對

日期 11月15日（星期六）

時間 02:00p.m. - 03:30p.m.

地點 建華活動中心多功能室

費用 會員\$100/對；非會員\$200/對

負責同事 Lemon哥哥（註冊社工）

備註 當日出席之成人必須為兒童之父或母，否則不接受報名

報名及出席工作坊之親子參加者，
可獲得可視化計時器一份
（協助兒童培養時間管理習慣）。
圖片僅供參考。

參考Johari Window理論，
了解親子之間不為人知的時間小習慣！

歡迎光臨！情緒怪獸 -親子工作坊

活動編號：KW2586

- 目的** 透過學習情緒辨別及表達，接納情緒的出現，促進親子間情緒溝通及共感能力，連結彼此。
- 內容** 繪本共讀、親子遊戲、刺繡燙印體驗。
- 日期** 11月8日（星期六）
- 時間** 02:30p.m.-04:00p.m.
- 對象** 6-8歲兒童及其父或母
- 名額** 8對
- 地點** 建華活動中心多功能室
- 費用** 會員\$100/對；非會員\$200/對
- 負責同事** Chinie姐姐（註冊社工）
- 備註** 凡出席活動可獲贈刺繡公仔製作材料，在活動過程完成作品後帶走。



（圖片僅供參考）

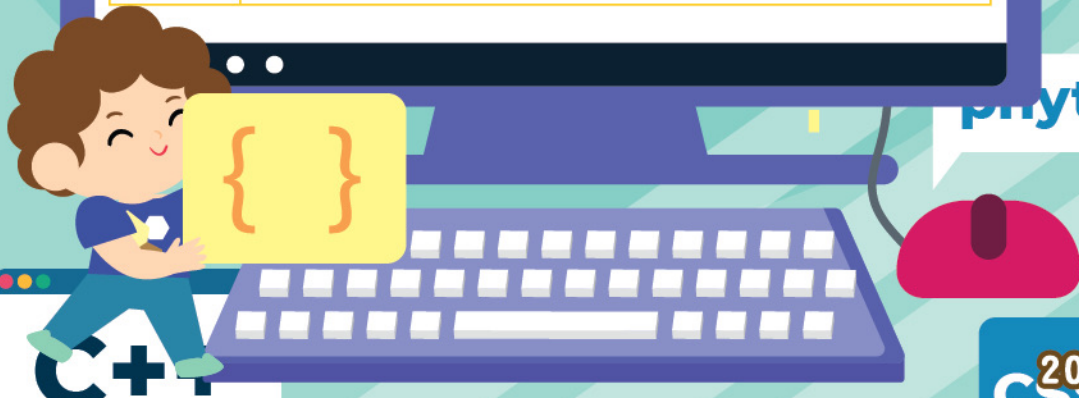
編程設計師 -STEM編程班

活動編號：KW2587

- 活動內容** 學習入門編寫電腦程式，以及了解機器人的組成和結構，掌握基礎的指令按鍵設計，加強兒童邏輯運算能力。
- 日期** 11月15、22、29日；12月6日（逢星期六）
- 時間** 03:30p.m.-05:00p.m.
- 對象** 9-12歲兒童
- 名額** 10人
- 地點** 建華活動中心多功能室
- 費用** 會員\$240/位；非會員\$480/位
- 負責同事** Chinie姐姐（註冊社工）
- 導師** 具豐富STEM教育經驗及研發導師。
- 備註**
1. 課堂將備有基本設備供參加者使用進行，參加者亦可自備IPAD參與課堂。
 2. 課程內容會按小朋友程度作調整。



第一堂	萬奇機器人的基本瞭解及模塊學習
第二堂	機器人也能畫畫？（學習形狀、角度、創意與編程的結合）
第三堂	機器人運動會（一）-田徑大賽（運用編程指令進行顏色的辨認及路線規劃）
第四堂	機器人運動會（二）-籃球比賽（用編程控制機器人投籃）



6-7歲：
探索興趣
提升自信

童夢助燃計劃

English in Everyday Life (October Session)

活動編號：KW2588

活動內容：製作簡易茶點、訓練英語表達能力、角色情景扮演等。

日期：10月6、13、20、27日（逢星期一）

時間：05:00p.m.-06:30p.m.

對象：6-7歲兒童

名額：10人

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位；非會員\$480/位

負責同事：Chinie姐姐（註冊社工）

導師：Miss Cheong - 具小幼教師資格，擁有多年學校教育經驗，並帶領英語朗誦班。

備註：課程內容會按小朋友程度作調整。



	Cooking Time	Topic
Lesson 1	Sandwich	Hello! My Name Is...
Lesson 2	Fruit Cup	What's In My House?
Lesson 3	Soda Drink	Amusement Park
Lesson 4	Yogurt Bowl	Go Hiking

English in Everyday Life (November Session)

活動編號：KW2589

活動內容：製作簡易茶點、訓練英語表達能力、角色情景扮演等。

日期：11月10、17、24日、12月1日（逢星期一）

時間：05:00p.m.-06:30p.m.

對象：6-7歲兒童

名額：10人

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位；非會員\$480/位

負責同事：Chinie姐姐（註冊社工）

導師：Miss Cheong - 具小幼教師資格，擁有多年學校教育經驗，並帶領英語朗誦班。

備註：課程內容會按小朋友程度作調整。



	Cooking Time	Topic
Lesson 1	Hamburger	Let's Go Shopping!
Lesson 2	Cupcake	Weather And What I Wear
Lesson 3	Lemon Tea	What's In A Zoo?
Lesson 4	Maltose Cookies	Go Traveling

6-7歲：
探索興趣
提升自信

童夢助燃計劃

小小說書人 (10月班)

活動編號：KW2590

活動內容：以繪本形式學習中文文法要素、故事創作及口語表達訓練。

日期：10月8、15、22日；11月5日（逢星期三）

時間：05:00p.m.-06:30p.m.

對象：6-7歲兒童

名額：10人

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位；非會員\$480/位

負責同事：Chinie姐姐（註冊社工）

導師：黃老師-具中文教育學歷及教學經驗導師

備註：課程內容會按小朋友程度作調整。



	語文學習主題	創作及口語表達題目
第一堂	自我介紹詞語、人物名詞	由小朋友創作「自己介紹」。
第二堂	名詞、數量詞	設計「我的購物清單」。
第三堂	動物擬聲詞	根據聲音配圖，創作「聲音故事」。
第四堂	形容詞（熱、紅、兇猛）	總結前節學習內容，綜合創作故事。

小小說書人 (11月班)

活動編號：KW2591

活動內容：以繪本形式學習中文文法要素、故事創作及口語表達訓練。

日期：11月12、19、26日；12月3日（逢星期三）

時間：05:00p.m.-06:30p.m.

對象：6-7歲兒童

名額：10人

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位；非會員\$480/位

負責同事：Chinie姐姐（註冊社工）

導師：黃老師-具中文教育學歷及教學經驗導師

備註：課程內容會按小朋友程度作調整。



	語文學習主題	創作及口語表達題目
第一堂	身體名詞、比喻句	小朋友創作一隻寵物，並用所學詞語進行描述。
第二堂	物件擬聲詞、天氣形容詞	小朋友化身小小氣象員，口述「天氣」故事。
第三堂	顏色形容詞、直接抒情	創作屬於自己的魔法花，講出花朵顏色、特性及小故事。
第四堂	祈使句、動詞（幫、給）	小朋友分享一個「幫助別人」小故事，進行角色扮演。

8-9歲：
生活應用
自主學習

童夢助燃計劃

Speak Up, Little Stars! (October Session)

活動編號：KW2592

活動內容：製作簡易茶點、訓練英語表達能力、角色情景扮演等。

日期：10月9、16、23、30日（逢星期四）

時間：05:00p.m.-06:30p.m.

對象：8-9歲兒童

名額：10人

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位；非會員\$480/位

負責同事：Chinie姐姐（註冊社工）

導師：Miss Cheong - 具小幼教師資格，擁有多年學校教育經驗，並帶領英語朗誦班。

備註：課程內容會按小朋友程度作調整。



	Cooking Time	Topic
Lesson 1	Sandwich	Introducing Myself
Lesson 2	Fruit Cup	Ordering Food At A Restaurant
Lesson 3	Soda Drink	My Hobbies
Lesson 4	Yogurt Bowl	My Holiday And Travel

Speak Up, Little Stars! (November Session)

活動編號：KW2593

活動內容：製作簡易茶點、訓練英語表達能力、角色情景扮演等。

日期：11月6、13、20、27日（逢星期四）

時間：05:00p.m.-06:30p.m.

對象：8-9歲兒童

名額：10人

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位；非會員\$480/位

負責同事：Chinie姐姐（註冊社工）

導師：Miss Cheong - 具小幼教師資格，擁有多年學校教育經驗，並帶領英語朗誦班。

備註：課程內容會按小朋友程度作調整。



	Cooking Time	Topic
Lesson 1	Hamburger	My Daily Routine
Lesson 2	Cupcake	Asking About Time and Days
Lesson 3	Lemon Tea	Feeling Sick
Lesson 4	Maltose Cookies	Taking the Bus or Train

8-9歲：
生活應用
自主學習

童夢助燃計劃

喜閱說書人 (10月班)

活動編號：KW2594

活動內容：以繪本形式學習中文文法要素、故事創作及口語表達訓練。

日期：10月10、17、24、31日（逢星期五）

時間：05:00p.m.-06:30p.m.

對象：8-9歲兒童

名額：10人

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位；非會員\$480/位

負責同事：Chinie姐姐（註冊社工）

導師：黃老師-具中文教育學歷及教學經驗導師

備註：課程內容會按小朋友程度作調整。



	語文學習主題	創作及口語表達題目
第一堂	抽象名詞（運氣、希望）	創作與幸運相關的故事內容，進行口語分享。
第二堂	動詞、情感形容詞（怕、緊張）	分享「勇敢經歷」故事，並敘述出感受。
第三堂	擬聲詞、反義詞、褒貶義詞	學習改編繪本故事結局。
第四堂	家居名詞、方位詞	設計一間自己的房子，描述房間的結構與功能。

喜閱說書人 (11月班)

活動編號：KW2595

活動內容：以繪本形式學習中文文法要素、故事創作及口語表達訓練。

日期：11月7、14、21、28日（逢星期五）

時間：05:00p.m.-06:30p.m.

對象：8-9歲兒童

名額：10人

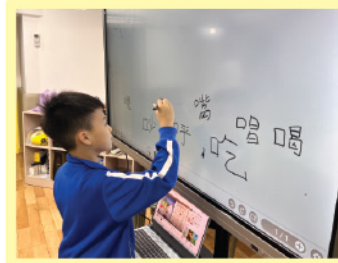
地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位；非會員\$480/位

負責同事：Chinie姐姐（註冊社工）

導師：黃老師-具中文教育學歷及教學經驗導師

備註：課程內容會按小朋友程度作調整。



	語文學習主題	創作及口語表達題目
第一堂	程序副詞（首先、然後）、連接詞	口述「我的日常安排」，練習時間順序結構。
第二堂	集合名詞、成語	創作「大家合作完成任務」故事，分段講述。
第三堂	比喻句、環境詞語	描述「我理想的休憩空間」，並口述原因與故事。
第四堂	情緒形容詞、內在感受詞語	選擇一個情緒角色，介紹情緒角色。

兒童成長及興趣發展

活動名稱：Happy Saturday-DIY聖誕水晶球掛飾

活動編號：KW2596

目的：製作具有個人特色的手工，啟發兒童的藝術創作力。

內容：學習製作水晶球掛飾

對象：6-10歲兒童

名額：12人

日期：11月1日（星期六）

時間：02:30p.m. - 04:00p.m.

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$20/位，非會員\$40/位

負責同事：Ice姐姐



圖片只供參考

活動名稱：卡通森林-和諧粉彩興趣班

活動編號：KW2597

目的：透過學習粉彩技法和訓練對圖片的觀察力，從而繪制出四幅不同的畫。

內容：運用粉彩繪制畫作

對象：6-8歲兒童

名額：12人

日期：11月8日-11月29日（逢星期六；共四節）

時間：04:00p.m. - 05:00p.m.

地點：建華活動中心多功能室

費用：會員\$240/位，非會員\$480/位

負責同事：Ice姐姐

負責導師簡介：多多姐姐 - 多年從事藝術教學工作及多次獲得藝術相關的獎項

備註：1. 凡報名出席至少3節之參加者可獲得收納畫冊一份。

2. 課程內容會按小朋友程度作調整。



禮物圖片只供參考

2025「活現彩虹」婦女義工

全年招募



如有意加入婦女義工
請掃描QR CODE登記。

活動目的

讓婦女能發展所長，促進其個人在不同方面的發展，了解並肯定其自身價值，並讓其在義務工作實踐的過程中，發揮睦鄰友愛的精神，共同構建和諧社區。

活動對象

活現彩虹婦女義工

負責同事

袁姑娘、琳姑娘

10-12月

- 「守望愛」義工服務行動 × 7次
- 聚會 × 1次
- 嘉許禮 × 1次

「活現彩虹」婦女義工
2025活動時間表

- ◆ 義工活動的計分方式將會以**出席時數**形式計算，其中以**10分鐘**為計算單位，有彩虹的活動為會計算出席時數的義工活動
- ◆ 為配合義工多元化發展服務，本年度將分設兩個組別，分別為：
 - ★ 牡丹組：於建華家庭服務中心參與義工服務**三年或以上**的彩虹義工；
 - ★ 玫瑰組：於建華家庭服務中心參與義工服務**三年以下**的彩虹義工。
- ◆ 若義工活動**出席時數達22小時或以上**，將獲邀出席年末之「活現彩虹」義工嘉許禮，以作鼓勵，詳情可向負責社工查詢。

* 本中心將保留計劃更改之權利

總時數計算方法 = A+B

(A)有彩虹標誌活動 彩虹

(B)婦女發展活動（如興趣班、講座等）

均可計算時數

上限8小時

婦女活動

微景花園物語 - 婦女興趣班

活動編號：KW2598

目的 透過學習花藝微景觀，讓婦女放鬆身心。

對象 婦女

名額 10人

日期 10月9日至10月30日（逢星期四；共四節）

時間 02:30p.m. - 04:00p.m.

地點 建華活動中心多功能室

費用 會員\$240/位，非會員\$480/位

負責同事 Ice姐姐

負責導師簡介 具花藝教學經驗及認證導師

第一節	學習插檯花-學習花材選擇、剪裁技巧及色彩搭配
第二節	微景觀（茶壺款式）-以茶壺造型容器製作迷你植物景觀
第三節	微景觀（圓瓶款式）-打造層次豐富的小型生態瓶
第四節	花束製作-學習花束包裝技巧及花材搭配方法



花材會因季節作調整
圖片只供參考

婦女活動

慢慢。心呼吸

- 婦女動感減壓小組

活動編號：KW2599

目的 提升婦女對壓力與情緒的覺察，了解簡單放鬆技巧釋放壓力，促進心理彈性與正向行動。

內容 放鬆伸展，運動減壓，趣味情境扮演

對象 婦女

名額 10人

日期 11月6日至11月27日（逢星期四；共四節）

時間 02:30p.m. - 03:30p.m.

地點 建華活動中心多功能室

費用 會員\$80/位，非會員\$160/位

負責同事 林生（註冊社工）



第一節	身體察覺活動，身體排壓操
第二節	情緒小劇場，壓力釋放練習
第三節	壓力減敏練習，動態承諾牆
第四節	制作我的減壓錦囊，回顧小組內容

婦女活動

活動名稱：「守望愛」義工服務行動-欣頤居

活動編號：KW25100

- 目的：**透過義工服務的實踐，讓婦女義工發揮所長，為有需要的人士提供義剪服務。
- 內容：**為欣頤居的院友提供義剪服務
- 對象：**活現彩虹義工
- 額：**10人
- 期：**11月8日(星期六)
- 間：**02:45p. m. -05:30p. m.
- 地點：**欣頤居
- 費用：**全免
- 負責同事：**琳姑娘(註冊社工)、袁姑娘(註冊社工)
- 備註：**需要參與2023-2025年度的剪髮培訓班及有剪髮經驗義工優先參與。



婦女活動

活動名稱：「守望愛」服務行動-探訪台暉長者服務中心

活動編號：KW25102

- 目的：**台暉長者中心於2023年新落成，透過服務讓義工認識及了解台山區的長者服務，促進義工對澳門的長者服務的了解。
- 內容：**參訪及認識機構、了解長者服務及與長者進行互動遊戲等。
- 對象：**婦女義工
- 額：**15人
- 期：**11月29日(星期六)
- 間：**03:00p. m. -04:30 p. m.
- 地點：**台暉長者服務中心
- 費用：**全免
- 負責同事：**袁姑娘(註冊社工)、琳姑娘(註冊社工)
- 備註：**義工需自行前往探訪地點集合(地址：澳門台山社屋-台暉樓)



活動名稱：婦女義工聚會

活動編號：KW25101

- 目的：**加強婦女義工團體凝聚力，編織支援網絡，鼓勵義工持續投入義務工作。
- 內容：**透過義工聚會，加強義工們之間的聯繫，讓其能交流義工實踐之經驗。
- 對象：**活現彩虹義工
- 額：**15人
- 期：**12月6日(星期六)
- 間：**11:00a. m. -12:30p. m.
- 地點：**建華家庭服務中心
- 費用：**全免
- 負責同事：**琳姑娘(註冊社工)、袁姑娘(註冊社工)



活動名稱：「守望愛」義工服務行動-冬日送上一點愛

活動編號：KW25103

- 目的：**藉著聖誕佳節，透過義工為區內有需要之人士提供慰問及生活物品，送上溫暖。
- 內容：**包裝物品、探訪
- 對象：**活現彩虹義工
- 額：**10人
- 期：**12月9日(星期二)
- 間：**02:30p. m. -04:30p. m.
- 地點：**建華活動中心多功能室
- 費用：**全免
- 負責同事：**袁姑娘(註冊社工)、May姐姐





澳門循道衛理聯合教會 澳門堂活動



活動名稱：繽紛星期六

活動編號：KW25104

目的：讓孩子參與群體活動，學習與人溝通合作，建立團隊精神。

內容：以小隊比賽形式，參與各項樂趣無窮的玩兒。

對象：6-10歲小朋友

名額：8人

日期：11月1日(星期六)

時間：3:15p.m. - 4:45p.m.

地點：建華大廈第8座地下A舖澳門堂

費用：\$20/位(包茶點)

負責同事：劉姑娘



活動名稱：親子冬日遊

活動編號：KW25105

目的：讓家長與孩子走出城市，享受親子同遊的溫馨時光，增進彼此交流與文化體驗。

內容：唐家古鎮得天獨厚自然環境，同遊共樂園；數不清的歷史建築與名人，參觀留學生展館；遊走繽紛市集及享用農家菜。

對象：親子

名額：10對(一大一小)

日期：12月27日(星期六)

時間：2:30p.m. - 8:30p.m.

集散地點：拱北關口7-11便利店

活動地點：珠海唐家古鎮

費用：\$100/對(包旅遊車，晚餐及保險)

負責同事：劉姑娘



如對上述活動有任何查詢，歡迎致電 **2837 0336**
與澳門堂同事劉姑娘或潘姑娘聯絡！

澳門循道衛理聯合教會澳門堂

澳門循道衛理聯合教會澳門堂聚會

聚會	日期	時間	對象
主日崇拜	逢星期日	上午10:30	成人
兒童主日學	逢星期日	上午10:30	小學生
基督少年軍	逢星期六	下午3:00	小學生及中學生
祈禱會	逢第一週日	上午9:00	成人
建華團契	逢第二及第四週六	晚上8:00	成人
成人小組	逢星期四	上午10:00	長者
提摩太小組	逢第四週日	上午11:30	高小及初中學生
ELF青年小組	逢第二及第四週五	晚上7:30	高中、大專及職青

辦公時間

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午 9:00 - 12:30		✓	✓	✓	✓	✓	主日崇拜
下午 2:00 - 5:00		✓	✓	✓	✓	✓	下午 2:00 - 4:00

地址：黑沙環建華大廈第八座地下A舖
電話：2837 0336

f 澳門循道衛理聯合教會澳門堂



澳門堂



劉家莉會更

最近透過一套名為《你是好孩子》的日本電影，獲得了一份深深的啟發與亮光，想與大家分享這份觸動。

電影透過幾個身處低谷的人物，描繪出一場場平凡卻動人的生命相遇。一位患有初期失智症的獨居婆婆，與每天經過她家門口的自閉症小男孩不期而遇；一位與女兒相依為命的母親，與另一位處境相近的媽媽展開了理解與扶持的連結；一位面對頑皮學生感到無助的新手教師，幸得一位溫暖而有經驗的同事同行指引。

電影細膩地描寫了人與人之間的接觸：從最初的不解到後來的理解、從摩擦到欣賞、從自我防衛到真誠剖白。這些改變，都來自有人願意在急促的生活中停下腳步，多一分留意、多一分傾聽，讓困在困局中的生命悄悄染上一絲甜味。

在這個講求「快、靚、正」的社會裡，我們的節奏似乎越走越快：公司趕業績、家長工時長；學生拼成績、督課社如便利店，總有一間在你附近。

最近路過一個社福機構，看到他們的宣傳橫額寫着：「風雨後，不一定有晴天；但遇困境，有我們聆聽。」這句話令我久久不能忘懷。

是啊，人的困境從不是一天就能解決，人的力量也未必偉大。但只要我們願意為他人停下來，願意為一個生命加一點甜，他們就可能多一份力量、多一分希望，也許有一天，就真的能走出困境。

智慧生活 齊同行

註冊社工：琳姑娘

科技快速發展，不少人覺得自己跟不上腳步，但其實，科技也可以是貼心的生活幫手，只要一步一步慢慢學習，就能為生活帶來許多便利與樂趣。

以下是推介的實用科技工具，簡單易學，生活好幫手。

科技工具	功能簡介
 「一戶通」App 澳門政府推出的一站式服務平台	電子身份證、申請在生證明、查看政府最新消息、節省排隊時間、自行處理日常及社會事務等。
 微信	傳送相片給家人、朋友，直接用語音說話不用輸入文字；與外地家人視像通話，維繫關係好輕鬆；加入群組，與朋友分享資訊等。
 「我的健康2.0」	查詢醫療記錄、預約看醫生、記錄血壓血糖、藥物提醒等。
網購程式	購買日用品、衣物、廚具，比較不同牌子的商品等，方便又快捷。

在網上世界，保護自己都是重要的一課：

安全守則	詳細說明
保護個人資料	切勿在網上透露身份證號碼、銀行帳號、密碼等個人資料，不要拍照上載重要證件至社交平台。
小心可疑訊息與連結	收到陌生人傳來的訊息或連結，不要隨便點擊、小心假冒政府或銀行的詐騙網站。
有疑問時要尋求協助	可向家人、社工或熟悉科技的朋友查詢、亦可親身到政府部門核實資料或查詢。
設定手機或應用程式的密碼	啟用手機鎖屏、指紋或面容辨識，保障私隱、定期更新密碼，避免使用生日、電話號碼等易猜的密碼。
學會辨識假新聞	不輕信網上流傳的資訊，應查看來源或向可靠人士求證，不要隨便轉發誇大的新聞。

齊來學習科技，融入電子化的社會，查詢資訊、自己做決定、自己聯絡親人，加強對生活的掌控感。

非暴力溝通決定家庭和諧的關鍵

註冊社工 徐姑娘

家是一個讓人感到安全、被愛和被接納的避風港。家「和」不但有助於每位家庭成員的身心健康，也能提升整體的幸福感和生活質素。但在現實層面上，學業及生活各項繁瑣事務帶給我們不同程度的壓力，家庭每位成員的性格處事方式不同，維繫家庭和諧並非理所當然，是需要理解、耐性與用心經營。

非暴力溝通 (Nonviolent Communication, NVC) 由美國心理學家馬歇爾·盧森堡 (Marshall Rosenberg) 提出，是一種促進理解、共情和合作的溝通方式。非暴力溝通的核心在於通過真誠表達需求和關心他人的需求，來減少衝突、促進良好關係。

非暴力溝通的四個要素：

1 觀察 (陳述事實)

非暴力溝通的第一步是要區分客觀事實與主觀詮釋，盡量客觀地描述所見的人、事和物，避免任何評價。

「最近每次你經常上課打瞌睡，我也有數次嘗試提醒你早些休息」
(觀察)

2 感受 (陳述重視)

辨識並表達自己的感受是非暴力溝通中的重要一環，讓對方能更清楚理解我們的內在情緒。

「我感到擔心，也有點無力，因為我很在意你的身體健康和學習狀況」
(感受)

3 需求 (重視價值)

清晰地表達自己的需求，促進彼此的理解，建立健康的溝通模式。

「我希望你能有足夠的休息，不但讓你白天有精神，也對你的身體發育有幫助」
(需要)

4 請求 (滿足需要)

非暴力溝通的最後一個步驟是具體地提出請求，而這個請求必須是可行的行動，而不是模糊的期望。

「你要嘗試今晚開始每天睡滿6到8小時嗎？我們也可以一起想辦法調整你的作息」
(請求)

透過非暴力溝通的四步驟，幫助家庭成員在溝通中減少衝突，使雙方的需求都能被聽見並得到尊重，並讓每一位家人知道自己的價值。

活動花絮

愛同行親子義工服務行動-探索澳門城市大學



愛同行親子義工服務行動-參訪駿居庭



4-6月小會員生日會



活動花絮

7-9 月小會員生日



1-6月家長生日會



Happy Saturday 治癒石英砂DIY工作坊



活動花絮

Happy Saturday-DIY 五穀粽子畫



綜合藝術創作興趣班



香薰療癒花園-婦女興趣班



活動花絮

「守望愛」服務行動-參訪永利關愛生命體驗館



護腰有道-婦女健康教育講座



共築關懷網-婦女健康教育講座



活動花絮

咿咿呀呀學說話-言語治療家長工作坊



璀璨心語-婦女自我形象小組



健康守護指南-嬰幼兒常見疾病與預防工作坊



活動花絮

童夢助燃計劃-兒童潛能提昇班(中文、英文、科學主題)



惡劣天氣安排

	中心開放	室內活動 (12歲以上人士)	室內活動 (12歲以下兒童)	戶外活動
1號風球/ 黃雨警告 1T	✓	✓	✓	✓
3號風球/ 紅雨警告 3L	✓	✓	✗	✗
黑雨警告 黑	✓	✗	✗	✗
8號或以上風球 8▽9△10+	✗	✗	✗	✗

- 活動/課程開始前2小時警告除下照常舉行。
- 如風球、暴雨及雷暴警告在活動進行期間發出，室內之班組活動會繼續進行，戶外活動則即時停止。

活動進行
 活動取消或延期

備註：

- 本中心將以參加者安全作為首要考慮，按實際天氣情況決定活動是否如常舉行，參加者亦可視乎天氣情況自行決定是否出席。
- 若因天氣關係而取消活動/課程，本中心不作退款或補堂。
- 戶外活動會視乎合作機構或實際場地安排之情況而決定是否改期，如另定日期後，參加者不能出席，本中心將不會退回款項。

*最後本中心將保留更改活動內容之權利。