



International
Social Service
HONG KONG BRANCH
香港國際社會服務社

4月 - 6月

2025

活動 推介

香港國際社會服務社
天水圍(北)綜合家庭服務中心

📍 天水圍天悅邨服務設施大樓2至3樓

☎ 2446 3313 📞 2446 1223

✉ tswnifsc@isshk.org

🌐 www.isshk.org



可由此QR Code
查詢FB帳號

📘 香港國際社會服務社天水圍(北)綜合家庭服務中心

請注意

由2022年1月起本中心活動推介將改為電子版本推出方式如下

- 於機構網頁內 <http://www.isshk.org> 瀏覽
- 於本中心 Facebook
- 香港國際社會服務社 天水圍(北)綜合家庭服務中心 瀏覽 Whatsapp 接收
- 如欲以 Whatsapp 收取電子版活動推介請透過右方二維碼進入網頁登記



4月

一

二

三

四

五

六

日

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

友心人義工
10:00AM-11:30AM

11

12

13

14

15

老友義工隊
10:00-11:00
友心人義工
9:30AM-11:00AM

16

17

18

19

20

21

22

老友義工隊
10:00AM-11:00AM

23

24

25

26

走向大自然
9:00AM-12:30AM

27

28

29

老友義工隊
10:00AM-11:00AM

30

5月

一

二

三

四

五

六

日

1

2

3

4

5

6

老友齊來義工隊
10:00AM-11:00AM

7

8

9

10

排水繞道
導賞團
9:15AM-12:15AM

11

12

13

14

15

友心人義工
10:00AM-11:30AM

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

6月

一

二

三

四

五

六

日

1

2

3

細膽跑步樂
9:15AM-10:30AM

4

5

男士羽毛球
7:00PM-9:00PM

6

7

8

9

10

11

12

友心人義工
10:00AM-11:30AM
男士羽毛球
7:00PM-9:00PM

13

14

15

16

17

18

19

男士羽毛球
7:00PM-9:00PM

20

親子開心羽毛球
2:00PM-4:00PM

21

22

23

24

25

友心人義工
9:30AM-11:00AM

26

男士羽毛球
7:00PM-9:00PM

27

28

29

30

戶外活動

IFSC-TSW-010425-310326-EVA

「足」動人生支援小組 第十五期

專業教練會每月兩次分享及教授跑步技巧，以跑步的活動保持身心健康，鍛鍊身體及個人毅力。從跑步過程中發掘個人潛能，與隊友互相欣賞、分享、溝通，建立健康的人際關係。小組亦會繼續挑戰各區不同跑步比賽。(參加者必須給予有關的身體情況，以確定參加之適切性。)

2025年4月1日
至
2026年3月31日
(逢星期二)
公眾假期除外

9:15AM-10:30AM

📍 天水圍天瑞路2號天水圍運動場/
運動場門外空地/其他

對象	有意藉健康運動習慣，提升個人情緒，建立健康生活習慣之人士。
收費	以每位每月收費\$30 (本社將會發回正式收據)
名額	20位 (須滿6位參加才舉行)
報名日期	現已接受親臨報名
負責職員	社工 蔡姑娘及劉姑娘





細嚙跑步樂

專業教練為參加者分享、教授正確跑步姿勢，糾正跑姿。

2025年6月3日
(星期二)

9:15AM-10:30AM

 天水圍天瑞路2號天水圍運動場/
其他

對象	有意學習跑步活動的人士
收費	免費
名額	25 位 (須滿 6 位參加才舉行)
報名日期	2025年3月6日(星期四)下午2:15分開始接受 報名(透過二維碼進入網頁報名)
負責職員	社工 蔡姑娘及劉姑娘



親子活動

IFSC-TSW-010425-280226-YIU



2025-26 國際社親子讀書會

透過定期舉行以親子為對象的繪本聚會，以及延伸活動深化繪本訊息，並希望分享親子共讀的技巧及進行培訓，讓參加者享受親子共讀。另外提供借書服務，讓家長能借書回家以進行親子共讀。

2025年4月
至
2026年2月

(擬定每季一次聚會，共四次，
詳情在群組內公佈)

4:30PM-6:00PM

本中心或區內社區中心
(裝修期間地點有待通知)

對象	3歲或以上親子
收費	免費
名額	20對親子
報名日期	2025年3月6日下午2:15開始接受報名 (透過二維碼進入網頁報名)
負責職員	社工 姚姑娘
備註	1. 如欲享用本中心之繪本借用服務，必須登記為讀書會會員。 詳情請留意圖書館借書注意事項。 2. 如有興趣報名參與讀書會內之活動，可在報名網頁內勾選加入群組，了解最新活動及聚會資訊。 3. 完成三次或以上之繪本聚會，將獲發繪本乙本以茲鼓勵。



國際社親子共讀圖書站注意事項:

1. 必須登記為讀書會會員才可借書。
2. 會員可於逢星期一、四上午9:00至下午5:00至中心借書。
3. 由於資源有限，每名會員每次可借 3本繪本/ 書包一個
4. 借書時間為1個月，如還書時遇上公假，將會順延還書日期。
5. 借走書籍前請檢查書籍是否損壞或書包內書籍是否齊全，如還書時職員發現書籍有人為損毀或遺失、長期遲還，將有機會追究責任或照價賠償。
6. 本社保留借書的最終決定權。



PAGE

03

IFSC-TSW-200625-AF



親子開心羽毛球 (試後多謝篇) 2025



新學年，家長和子女將面對新的挑戰，做下運動，一起加油鬆一下吧！

2025年6月20日(星期五)

2:00PM-4:00PM



天水圍區 康文署體育館

對象	家庭 (須年滿七歲以上小童及其家人)
收費	免費
名額	14位(共須滿6位參加才舉行)
報名日期	2025年3月6日(星期四)下午2:15開始接受報名 (透過二維碼進入網頁報名)
負責職員	社工 方先生
備註	請穿著運動衣服及鞋、請自備球拍(如有)及食水。 最終場地地點會於6月16日通知參加者。 如因沒有場地可供租借，活動將會延期或取消。



IFSC-TSW-050625-260625-AF

Men's Time 男士羽毛球運動小組

生活再忙，也要有自己的Me Time! 放下平日角色，對自己好一點，享受羽毛球!

2025年6月5日、6月12日、6月19日
及6月26日 (逢星期四，共四節)

7:00PM-9:00PM



天水圍區 康文署體育館

對象	18歲或以上有興趣男士
收費	免費
名額	8位(須滿6位參加才舉行)
報名日期	2025年3月6日(星期四)下午2:15開始接受報名 (透過二維碼進入網頁報名)
負責職員	社工 方先生
備註	請穿著運動衣服及鞋，及自備球拍和水。 最終場地地點會稍後通知參加者。如因沒有場地可供租借，活動將會取消。



義工活動



友心人剪髮義工服務(1)

邀請曾接受過剪髮訓練的義工，為長者中心提供義務剪髮服務，讓義工回饋社會。

2025年4月10日
(星期四)

對象 曾接受過本中心訓練的剪髮義工及明愛天悅長者中心長者

收費 免費
名額 義工4位及25位長者(須滿6位參加才舉行，由明愛天悅長者中心招募)

10:00AM-11:30AM



明愛天悅長者中心

報名日期 現已接受親臨報名
負責職員 社工 黃姑娘

IFSC-TSW-100425-WNW

友心人剪髮義工服務(2)

邀請曾接受過剪髮訓練的義工，為長者中心提供義務剪髮服務，讓義工回饋社會。

2025年4月15日
(星期二)

對象 曾接受過本中心訓練的剪髮義工及元朗仁愛堂龍韶雅長者日間護理中心長者

收費 免費
名額 義工3位及20位長者(須滿6位參加才舉行，由元朗仁愛堂龍韶雅長者日間護理中心招募)

9:30AM-11:00AM



元朗仁愛堂龍韶雅
長者日間護理中心

報名日期 現已接受親臨報名
負責職員 社工 黃姑娘

IFSC-TSW-150425-WNW

友心人剪髮義工服務(3)

邀請曾接受過剪髮訓練的義工，為長者中心提供義務剪髮服務，讓義工回饋社會。

2025年5月15日
(星期四)

對象 曾接受過本中心訓練的剪髮義工及明愛天悅長者中心長者

收費 免費
名額 義工4位及25位長者(須滿6位參加才舉行，由明愛天悅長者中心招募)

10:00AM-11:30AM



明愛天悅長者中心

報名日期 現已接受親臨報名
負責職員 社工 黃姑娘

PAGE
05

IFSC-TSW-150525-WNW

友心人剪髮義工服務(4)

邀請曾接受過剪髮訓練的義工，為長者中心提供義務剪髮服務，讓義工回饋社會。

2025年6月12日
(星期四)

10:00AM-11:30AM



明愛天悅長者中心

對 象	曾接受過本中心訓練的剪髮義工及明愛天悅長者中心長者
收 費	免費
名 額	義工4位及25位長者(須滿 6位參加才舉行，由明愛天悅長者中心招募)
報 名 日 期	現已接受親臨報名
負 責 職 員	社工 黃姑娘

IFSC-TSW-120625-WNW

友心人剪髮義工服務(5)

邀請曾接受過剪髮訓練的義工，為長者中心提供義務剪髮服務，讓義工回饋社會。

2025年6月25日
(星期三)

9:30AM-11:00AM



元朗仁愛堂龍韶雅
長者日間護理中心

對 象	曾接受過本中心訓練的剪髮義工及元朗仁愛堂龍韶雅長者日間護理中心長者
收 費	免費
名 額	義工3位及20位長者(須滿 6位參加才舉行，由元朗仁愛堂龍韶雅長者日間護理中心招募)
報 名 日 期	現已接受親臨報名
負 責 職 員	社工 黃姑娘

IFSC-TSW-250625-WNW

老友齊來義工隊

參加義工一起學習當義工之技巧及策劃不同的義工服務，
一起發揮個人力量，貢獻社區。

2025年4月15日、
4月22日、
4月29日及5月6日
(逢星期二，共四節)

10:00AM-11:00AM



待定

對 象	長者
收 費	免費
名 額	8位
報 名 日 期	2025年3月6日(星期四)下午2:15分開始接受報名(透過二維碼進入網頁報名)
負 責 職 員	社工 黃姑娘(歐陽太)



IFSC-TSW-150425-060525-TW

抽籤活動

走向大自然 IFSC-TSW-260425-KL



離開家裡吸收一下大自然氣息，讓自己有多一口喘息。

2025年4月26日(星期六)

9:00AM-12:30AM

大欖涌水塘及屯門彩虹橋

對象	有興趣人士
收費	免費
名額	8位 (須滿 6位參加才舉行)
報名日期	活動將於2025年3月6日下午2:15 開始至3月20日接受登記(透過二維碼進入網頁登記)，於2025年3月21日進行活動抽籤，抽籤後負責職員將聯絡中籤者，落選者將不獲通知，中籤者須於2025年3月28日或之前到本中心二樓繳交費用，逾期則視為放棄名額，3月29日起接受後備名額繳交費用
負責職員備註	社工 賴先生 請出席者自備八達通、食水及防晒用品 請出席者穿著運動服及運動鞋(包腳跟腳指)



元朗排水繞道導賞團 IFSC-TSW-100525-KL

元朗排水繞道是一條在元朗市以南的大型排水道，總長約 3.8 公里。透過導賞讓參加者了解元朗排水繞道的運作，在減低水浸風險時也同時著重保育工作。

2025年5月10日(星期六)

9:15AM-12:15AM

元朗排水繞道

對象	家庭 (最少一名家長及一名4歲以上子女參加)
收費	免費 (包旅遊車)
名額	16位 (須滿 6位參加才舉行)
報名日期	活動將於2025年3月6日下午2:15 開始至3月20日接受登記(透過二維碼進入網頁登記)，於2025年3月21日進行活動抽籤，抽籤後負責職員將聯絡中籤者，落選者將不獲通知，中籤者須於2025年3月28日或之前到本中心二樓繳交費用，逾期則視為放棄名額，3月29日起接受後備名額繳交費用
負責職員備註	社工 賴先生 請出席者自備八達通、食水及防晒用品 請出席者穿著運動服及運動鞋(包腳跟腳指)



活動花絮

親親家庭羽毛球

新學年，家長和子女將面對新的挑戰，
做下運動，一起加油鬆一下吧！



兔兔關愛隊

陪伴兔兔放風玩耍，協助清潔他們的家！



趣味迷你腸仔包

讓小朋友親身體驗製作食物的樂趣!



芳療產品工作坊

親手製作獨一無二的專屬芳療產品，
抒緩身心健康



對性騷擾說不

性騷擾分為兩類

不受歡迎的行為

任何人——向別人提出不受歡迎的性要求或獲取性方面好處的要求；或向另一人作出其他不受歡迎並涉及性的行徑，而一名合理的人在顧及所有情況後應會預期該另一人會因該行徑感到受冒犯、侮辱或威嚇。

營造在性方面具敵意的環境

任何人如自行或聯同其他人作出涉及性的行徑，而該行徑對另一人造成有敵意或具威嚇性的環境，例如說有關性的笑話或展示淫穢的照片。

不論遭受性騷擾的是女性還是男性，也不論作出有關行為人士性別為何，性騷擾都是違法行為。

應對性騷擾

- 1 如果你覺得夠安全-可以直接告訴騷擾者其行為令你感到不舒服，要求立即停止。
- 2 你可以記錄事發日期、時間、地點、證人、騷擾者的言行，以及你當時的感受和反應。有些經歷會對人造成精神創傷，日後難以記起當中的細節，筆錄事件詳情有助將來處理。
- 3 你可以將事件告訴輔導員或你信任的人，他們在情緒上支持你，建議你怎麼處理事件，都會對你好有幫助，你不需要自己一個人去面對。
- 4 你也可以向公司、機構或學校的管理層提出投訴-如果事件涉及刑事罪行，你可以報警求助。
- 5 你可以在事件發生後的12月內-向平等機會委員會投訴。
- 6 你還可以尋求法律意見-在事件發生後的24個月內 • 向區域法院提出訴訟，透過民事訴訟索償。

你可以選擇做以上一項、幾項甚至全部都做。無論你在怎樣的選擇，記得在過程中尋求支持。如果你需要更多建議，可瀏覽平等機會網站 <https://www.eoc.org.hk/zh-hk>

你亦可向社工查詢/尋求協助。



香港國際社會服務社 天水圍(北)綜合家庭服務中心

地址:天水圍天悅邨服務設施大樓2至3樓

電話:2446 1223 傳真:2446 3313

電郵:tswnifsc@isshk.org

服務宗旨:我們本着專業的服務精神,為有需要的人士及家庭提供「一站式」及「多元化」的綜合家庭服務

友愛同行計劃

我們歡迎你!

本計劃有賴一班熱心的「友愛大使」協助,組織成社區照顧及支援網絡。以外展形式接觸那些需要支援,但又不願意接受服務或者不知如何求助人士。

友愛大使大招募

申請人需符合下列條件方可登記成為友愛大使:

- 曾經歷類似困難的服務使用者/前使用者或對於本綜合家庭服務中心的介入及支援服務有正面經驗。
- 願意主動接觸服務對象,協助連結本綜合家庭服務中心服務或各項社區支援服務。

已登記友愛大使,每年度須主動接觸服務對象,協助連結本綜合家庭服務或各項社區支援服務,否則其登記將於下一年度註銷。

如有興趣成為友愛大使的朋友,可透過右方QR Code連結進行登記,之後本計劃同工會跟你進行聯絡。



我們正進行2024-2025年度友愛大使重新登記。

登記連結

閣下提供的資料將會用作申請本社服務、活動聯絡、紀錄、通訊、服務推廣、籌募及收集意見等用途。根據個人資料(私隱)條例,閣下有權查閱及改正本機構所保存有關閣下的資料。如有任何疑問包括要求查閱或改正資料,請聯絡有關職員或服務總監。
如閣下反對本社將閣下的個人資料作為上述之用途,煩請以書面通知本社。

2024年12月編印

齊心共獻 · 優質服務

本中心恆常準備檢視服務質素標準內的政策和程序，歡迎本社的同工、服務使用者、合作機構或其他有關人士提出寶貴意見，以助我們進一步改善服務。

這些服務標準與大家息息相關，包括以下四大範圍：

資料提供

服務資料

檢討及修訂

紀錄管理

對使用者的服務

進入及離開服務

服務使用者的需要

服務管理

職務及責任

人力資源

計劃、評估及收集意見

財政管理

法律責任

安全的環境

服務使用者的權利

知情的選擇

私人財物

私隱及保密

申訴

免受侵犯

現時的政策和程序詳列於本中心的資料手冊，可到本中心閱覽。

提供意見的途徑

- ◆ 與本中心聯絡
 - ◆ 致電、親臨或以書信方式聯絡本中心之服務質素標準工作委員會
- ☎ 2446 1223
- ☎ 2446 3313
- ✉ tswnifsc@isshk.org
- 🏠 天水圍天悅邨服務設施大樓2至3樓



香港國際社會服務社
天水圍(北)綜合家庭服務中心
服務質素標準工作委員會
2025年2月

中心資訊

服務宗旨

我們本著專業的服務精神，為有需要人士及家庭提供「一站式」及「多元化」的綜合家庭服務。

收費

諮詢及個案服務：免費。
小組、活動及其它服務：視乎個別活動而定，詳情請參閱有關宣傳物品。

有關空氣質素健康指數安排

當空氣質素健康指數達10+屬“嚴重”健康風險時，中心舉辦之戶外活動將會取消或暫停。

當颱風及暴雨警告生效時之班組及活動安排

天氣情況	中心服務	室內進行的班組/活動			水上活動	戶外活動
		兒童及青少年活動		成人/家庭活動		
		幼稚園學生活動	中、小學生活動			
一號風球/ 雷暴警告	●	●	●	●	✗	視乎情況而定
三號風球	●	✗	●	●	✗	✗
八號風球 或以上	✗	✗	✗	✗	✗	✗
黃色暴雨	●	●	●	●	✗	視乎情況而定
紅色暴雨	●	✗	●	●	✗	✗
黑色暴雨	✗	✗	✗	✗	✗	✗

注

● 活動/服務照常進行

✗ 取消、立即停止或延期進行

1. 颱風及暴雨生效時或過後之有關活動安排，以天文台宣佈為準。
2. 家長可就子女個人安全自行決定參加與否。
3. 當天文台宣佈在未來數小時內懸掛八號或更高風球，或將會發出黑色暴雨警告訊號，中心之所有班組及活動將全部取消。



時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午9:00 - 下午1:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午1:00 - 下午2:00						
下午2:00 - 下午5:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午5:00 - 晚上8:00					✓	

✓中心開放時間 (星期日及公眾假期休息)

閣下提供的資料將會用作申請本社服務、活動聯絡、紀錄、通訊、服務推廣、籌募及收集意見等用途。根據個人資料(私隱)條例，閣下有權查閱及改正本機構所保存有關閣下的資料。如有任何疑問包括要求查閱或改正資料，請聯絡有關職員或服務總監。

如閣下反對本社將閣下的個人資料作為上述之用途，煩請以書面通知本社。