

心花放

2026年7至9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

4月18日上午10:00
至
4月29日晚上10:00

- 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

2

結果通知

5月5日
至
5月6日

- 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

3

報名及繳費

5月7日
至
5月9日

- 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



5月18日

以先到先得形式報名

服務處資料

開放時間

 柴灣道100號後座四樓419室

 2245 1709 / 5627 5207 / 5326 8937

 cwu@mevcc.org.hk

 朱文認姑娘、張潔盈姑娘、高榕禧姑娘

	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：

增設「心花放電子券」

1

- 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。

仲夏夜· (0002-0052/26) 石澳燒烤歡樂祭

「記住要共最靠的人分享每個夜晚」

仲夏夜，與你的摯愛藉遊戲、家庭任務和燒烤，
點燃屬於你們家庭的幸福火花，分享難忘一夜。



特別優惠

成功邀請合資格新朋友加入
「心花放」計劃及報名此活動，
其朋友和您的家庭即可以
優惠價 **\$20/人** 報名



08/08/2026
(星期六)



集合地點
愛華服務處
解散地點
石澳泳灘



下午3:00至
晚上9:00



\$50/人

備註：

1. 此活動不可使用「心花放」電子券
2. 費用已包括去程車費及燒烤費用
3. 新朋友必須符合「心花放」的會員資格。

(0002-0036/26)
**開學加油站：
圍爐邊爐派對！**

28/08/2026 (五)

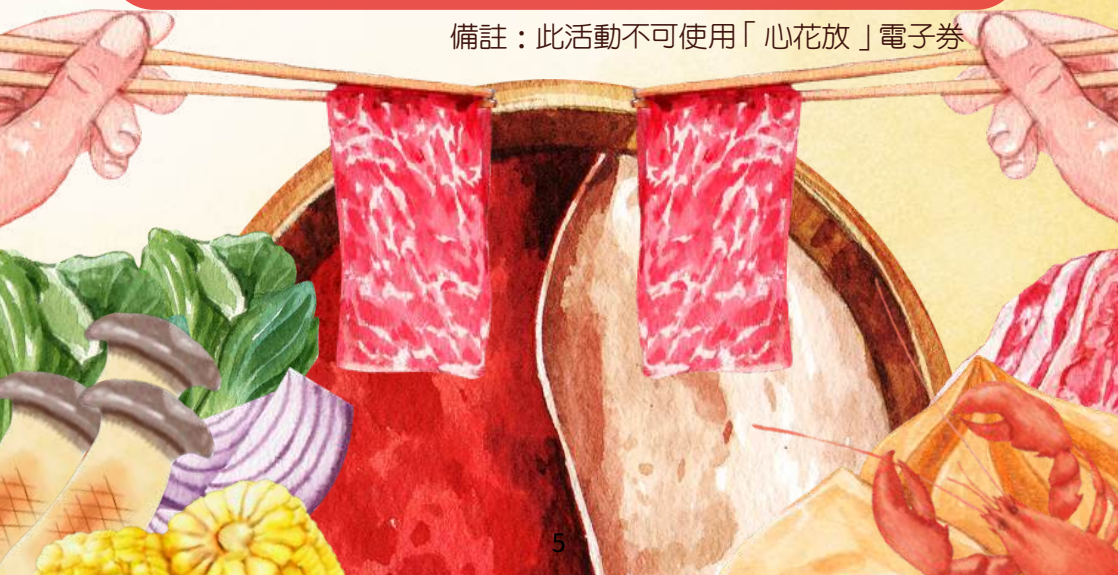
下午6:00至晚上9:00

\$40/人

愛華服務處

抓緊暑假的尾巴，誠邀大家齊來打邊爐，
為新學期注入滿滿正能量，一同迎接精彩新挑戰。

備註：此活動不可使用「心花放」電子券



(0002-0053/26)

南丫島

「CHILL」住行



延續暑假的興奮心情迎接開學月，同大家一齊去離島散散心，驅走開學的緊張心情，為自己打打氣！

06/09/2026 (日)

上午09:00至下午5:00

💰 按金\$50/人 (出席活動後退回按金)

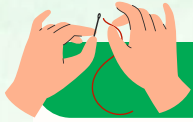
📍 集散地點：中環4號碼頭子

👤 對象：「心花放」親子

備註：

1. 此活動不可使用「心花放」電子券。
2. 活動費包括來回船票及午膳費用。
3. 活動尚在申請階段，如未能獲批資助，此活動將取消。

家庭康樂活動



一針一線親子樂

日期：27/06至18/07/2026 (共4節，逢六)
時間：上午10:30至11:30
費用：\$10/人
地點：愛華服務處
對象：「心花放」親子
(子女須為升小三或以上兒童)
名額：12人
負責：福利助理 — 高榕禧姑娘

內容：
透過「升級再造」概念，家長與孩子將共同學習基礎針線技巧，將舊布料轉化為實用的杯墊與卡套。活動不僅能培養孩子的專注力與惜物觀念，更能在一針一線間增進親子情感，帶走獨一無二的溫暖作品。



情緒放大鏡 - 親子情緒學堂 (0002-0046/26)

日期：14/07至18/08/2026 (共6節，逢二)
時間：上午10:00至11:00
費用：\$10/人
地點：愛華服務處
對象：「心花放」親子
(子女須為升K3至升小三兒童)
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，分享正面紓發壓力的實用小技巧，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。



親子理財建築師 (愛華:0002-0034/26) (耀東:0002-0049/26)

日期：17/07至07/08/2026 (共4節，逢五)
時間：上午11:30至午12:30
費用：\$10/人
地點：愛華服務處 或 耀東服務處 (選一)
對象：「心花放」親子
(子女須為升小二至升中一兒童)
名額：各服務處12人
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘、張潔盈姑娘

內容：
透過互動遊戲，讓親子學習不同理財概念，包括：辨識「想要」與「需要」、「貨比三家」的聰明消費技巧，從而建立正確金錢觀，提升親子溝通，共同規劃家庭理財小藍圖！



親子廚房 – 南亞風情篇 (0002-0050/26)

日期：24/07至14/08/2026 (共4節，逢五)

時間：下午3:00至4:30

費用：\$40/人

地點：愛華服務處

對象：「心花放」親子

名額：12人 (每家不多於3人)

負責：福利助理 — 高榕禧姑娘

內容：

活動邀請心花放親子一同動手，炮製東南亞風味小食，透過認識食材及合作烹調，體驗不一樣的文化！



親子收納好EASY! (0002-0051/26)

日期：29/07至19/08/2026 (共4節，逢三)

時間：下午4:00至5:00

費用：\$20/人

地點：耀東服務處

對象：「心花放」親子

(子女須為升小二至升小六兒童)

名額：12人

負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：

家裡的整潔不只單單靠父母，只要讓小朋友經歷一同動手整理的樂趣，收納可以是愉快的體驗。透過遊戲，讓親子學習到收納概念，從而提升親子收納的動機，增進親子溝通及互動，一同整理家中不同的塵封角落！



親子動手做皮革 (P4001/2026/0161)

日期：29/07/2026 (三)

時間：晚上7:30至9:00

費用：\$80/家

地點：愛華服務處

對象：「心花放」親子

(子女須為升小四至升中一兒童)

名額：12人

負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：

透過一同製作心形鎖匙扣，培養親子建立互相欣賞和鼓勵，締造有愛家庭。

備註：

1. 每個參與家庭將獲一份材料
2. 每個家庭最多一位家長及兩位子女



親子芒果班戟製作 (P4001/2026/0162)

日期：19/08/2026 (三)

時間：晚上7:30至9:00

費用：\$80/家

地點：愛華服務處

對象：「心花放」親子

(子女須為升小二至升中一兒童)

名額：12人

負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：

親子合力製作芒果班戟，一同渡過甜蜜蜜的暑假。

備註：

1. 每個參與家庭將獲一份材料
2. 每個家庭最多一位家長及兩位子女

家長活動



慢活心靈早餐會 (0002-0054/26)

日期：07/09至21/09/2026 (共3節，逢一)

時間：上午9:30至11:00

費用：\$30/人

地點：愛華服務處

對象：「心花放」媽媽

名額：8人

負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：

「早餐吃得好，一天心情好！」鼓勵妳先關顧自己，再關顧他人。吃個早餐、聊聊天，從慢節奏中尋回內心平和，為疲憊的心靈充電後，再面對開學月的挑戰。



「Chill」Fit媽咪系列：「羽」你同行(9月/2026年) (0002-0055/26)

日期：08/09至29/09/2026 (共4節，逢二)

時間：上午10:00至正午12:00

費用：\$60/人

(出席2堂或以上可獲退回\$40)

地點：小西灣體育館

對象：「心花放」家長

名額：10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. 請帶備球拍
3. 請自備飲用水
4. 此活動不可使用「心花放」電子券
5. 場地仍在申請中，敬請留意。



刺繡小時光 (0002-0056/26)

日期：09/09至30/09/2026 (共4節，逢三)

時間：上午10:30至11:30

費用：\$20/人

地點：耀東服務處

對象：「心花放」媽媽

名額：8人

負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

內容：

透過簡易刺繡，專注在針線上，將你從每天的生活壓力中抽離。活動將會於咭紙上嘗試不同的簡易刺繡方法，製作不同款式的小咭片為自己打打氣，讓身心放鬆之餘，亦為自己製作一份小禮物。

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，更有些即時或臨時的義工服務，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)



社區分享愛·長者探訪義工服務 (8/2026) (0002-0035/26)

日期：14/08至21/08/2026 (共2節，逢五)
時間：上午11:00至正午12:00
費用：免費
地點：愛華服務處及區內長者中心
對象：「心花放」家庭
名額：不限
負責：註冊社工— 朱文懿姑娘

內容：
誠邀你們化身愛心義工，與長者玩趣味遊戲、及製作簡單手工。用溫暖和愛編織歡笑回憶！

日期	內容
14/8(五)	構思探訪內容
21/8(五)	推行義工服務



「心花放」計劃宣傳大使 (0002-0037/26)

日期：11/09/2026 (五)
時間：下午3:00至4:30
地點：柴灣區
對象：「心花放」家長
名額：不限
負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：
邀請「心花放」家長成為宣傳大使，在柴灣區派發計劃宣傳單張，將「心花放」的愛分享予其他家庭。



中秋送暖長者義工探訪(耀東) (0002-0057/26)

日期：12/09至19/09/2026 (共2節，逢六)
時間：上午10:30至11:30
費用：免費
地點：耀東服務處及區內日間護理中心
對象：「心花放」家庭
名額：不限
負責：註冊社工— 張潔盈姑娘

內容：
誠邀大家於中秋節前夕擔任義工，與區內長者玩遊戲及表演，分享節日氣氛及歡樂，藉中秋佳節送贈溫暖！

日期	內容
12/9(六)	構思探訪內容
19/9(六)	推行義工服務

兒童及青少年活動



動手做皮革 (P4001/2026/0163)

日期：15/07至19/08/2026 (共6節，逢三)

時間：下午2:15至3:15

費用：\$120/人

地點：愛華服務處

對象：「心花放」升小四至升中一兒童

名額：8人

負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：

由學習打孔、縫製及打磨等，一手一腳製作屬於自己的皮藝品（包括：證件套、鑰匙扣及卡片套），除了培養參加者的專注和耐性，更有滿滿的滿足感！



暑期英文功課輔導班 (愛華:0002-0067/26)(耀東:0002-0047/26)

愛華

日期：16/07至20/08/2026(共6節，逢四)

時間：下午3:00至4:00

地點：愛華服務處

耀東

日期：17/07至21/08/2026(共6節，逢五)

時間：下午3:00至4:00

地點：耀東服務處

費用：\$180/人

對象：「心花放」升小一至升中一兒童

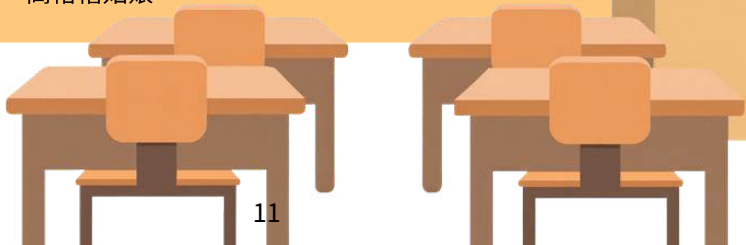
名額：兩服務處各7人

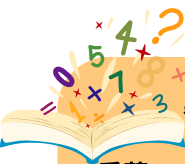
負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

福利助理 — 高榕禧姑娘

內容：

專為「心花放」學生解決暑期英文功課難題，由導師指導完成功課並進行重點溫習。在輕鬆的學習氛圍中鞏固知識，助孩子充滿信心迎接新學年。





暑期數學功課輔導班 (愛華:0002-0068/26)(耀東:0002-0048/26)

愛華

日期：16/07至20/08/2026(共6節，逢四)

時間：下午4:00至5:00

地點：愛華服務處

耀東

日期：17/07至21/08/2026(共6節，逢五)

時間：下午4:00至5:00

地點：耀東服務處

費用：\$180/人

對象：「心花放」升小一至升中一兒童

名額：兩服務處各7人

負責：註冊社工 — 張潔盈姑娘

福利助理 — 高榕禧姑娘

內容：

專為「心花放」學生解決暑期數學功課難題，由導師指導完成功課並進行重點溫習。在輕鬆的學習氛圍中鞏固知識，助孩子充滿信心迎接新學年。



英語唱遊小天地 (0002-0033/26)

日期：17/07至21/08/2026 (共6節，逢五)

時間：上午10:00至11:00

費用：\$120/人

地點：愛華服務處

對象：「心花放」升K2至升小一兒童

名額：10人

負責：註冊社工 — 朱文懿姑娘

內容：

透過輕快律動與趣味歌唱，讓兒童輕鬆掌握英文詞彙。同時學習社交技巧與建立自信心，一同快樂成長！

