

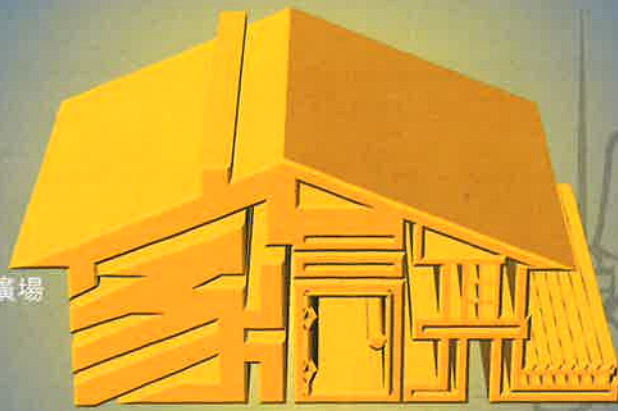
第一百一十一期 二零一七年七月

觀塘牛頭角道189號牛頭角上邨中央廣場

電話：2342 2245

傳真：2709 0456

電郵：fsu@ktmss.org.hk



循道衛理觀塘社會服務處 家庭及學校服務



編者的話

夏日炎炎正好眠？在炎炎夏日，不妨在假期時跟孩子一起動動手，製作透心涼的小食和甜品，為這炎夏帶來多一份清涼和蜜意。



捉、觸、祝

你今日讚咗未？

試回想一下：你通常會在什麼時候主動留意和回應孩子的一舉一動？是孩子在梳化上蹦蹦跳跳時，還是他安座於飯桌吃飯時？每個家長都想「教」好孩子，故此，管教的焦點往往容易集中在孩子要改善的行為上，卻因此忽略了孩子的好行為，管教中欠缺了「讚賞」，孩子的好行為反而會越來越少。

作為家長，時刻提醒和教導孩子要有好行為似乎成了一個生活習慣，每事都「唔好…要…」：「唔好跳跳紫、唔好嘈、唔好煩我」、「要坐定定、要自己刷牙、要自己執書包」……但當孩子真的坐定定自己吃飯、在你做家務時安靜地做自己的事、幫你挽東西、與你分享食物、自動自覺把已完成的功課放入書包時，你有即時讚賞他嗎？若家長的關注集中在改善孩子不理想的行為上，孩子從家長身上接收到的訊息就是：爸爸媽媽經常責罵我，看來我真是個不乖的孩子，什麼都做不好；又或者是：我乖巧時，爸爸媽媽又不會理會我、不讚我，我不乖時反而會即時關注我，那麼我為什麼要乖呢？

孩子重視家長對他的每一個回應，健康的回應能讓孩子正面的看待自己。家長的讚賞和關注對孩子來說是很重要的肯定，使孩子對自己的表現和能力感到被重視，亦令孩子有動力繼續做好自己。有效的讚賞能令孩子理解什麼行為是父母欣賞的，當他們做到好行為並得到讚賞時，也可以令他們更相信自己的能力，學會去欣賞自己。

欣賞孩子你有法：

即時：孩子有理想行為時，要立刻給予讚賞，讓他們感到你的關注，加深他對理想行為的印象。

具體：把欣賞孩子的表現具體表達出來，例如：「多謝你幫媽咪挽東西，令我輕鬆好多」、「玩完玩具會自己執番好，好有手尾」，若凡事都說「叻啦、乖啦」只會令孩子感到被敷衍。

表情：面帶笑容的望著孩子，讓他感到你真誠的讚賞。

有時候，不用言語讚賞，家長對孩子的一個微笑、一個點頭、一個擁抱、一個掌聲，對孩子而言也許勝過千言萬語。

不要吝嗇你的讚賞，更不要輕看每個讚賞孩子的機會。細心留意與孩子的生活點滴，你總會找到他的亮點，亦讓孩子從你的讚賞中看到自己的光芒！



夏日涼浸浸

夏天快到了，在淡淡夏日、悠長的暑假裏跟孩子一同下廚，製作涼浸浸的夏日甜品和小食吧！

雞絲粉皮

材料：

- 粉皮 1包
- 雞柳 5-6條
- 青瓜 1條
- 芝麻醬 適量



1. 將粉皮放入滾水中煮15分鐘至軟身及透明。撈起放入冰水冷卻後，瀝乾水份備用。
2. 雞柳放入滾水中煮15分鐘至熟透，搥絲備用。
3. 青瓜切絲備用。
4. 把粉皮、青瓜絲、雞絲依次序放在碟上，淋上芝麻醬即可享用。



溫馨提示：

- 可按喜好加入不同的材料，例如：火腿絲、蟹柳絲、紅蘿蔔絲。
- 加上芝麻及花生碎可增添香口感。

大小廚師一「齊」煮

「齊話事」：孩子創意無限，在烹飪過程中也許會提出一些新奇的想法，家長不妨跟孩子一同創作，也許會有新驚喜。

「齊動手」：孩子所搥的雞絲，用膠刀切的青瓜絲、用棍子壓出來的餅碎也許未如大人般細緻，但他們耐心的參與，為製作食物所花的心思才是最細膩的。一齊煮一齊收拾，讓孩子學習分擔家務。

「齊分享」：美食出爐，愉快輕鬆地享受美食，跟孩子談天說地。

「齊欣賞」：過程中，發掘孩子的能力，你會發現……創意、細心、耐心、整潔、有力、幽默還是……？

Oreo奶昔

材料：

- Oreo餅乾 8塊
- 牛奶 半盒
- 雲尼拿雪糕 1杯



1. 把Oreo餅乾放入密實袋內，用棍子把餅乾壓碎。
2. 把餅碎、牛奶、3/4杯雪糕放入杯內，用匙羹攪伴至材料混合。
3. 放上雪糕球後即可享用。





走出抑鬱——同譜家庭協奏曲(第六期/第七期)

- 服務目的**：及早識別及介入服務對象，以便提供適時適當的服務；藉表達藝術活動協助受情緒困擾的家長及其子女提升正面思考的能力及提升親子關係重燃他們對生命的盼望；透過推行義工服務，提升參加者的效能感。
- 服務對象**：觀塘區5-12歲學童(有情緒或行為問題的兒童可獲優先考慮)及懷疑有抑鬱症或焦慮症，或有情緒困擾的家長
- 費用**：每對親子\$100
- 參加方法**：申請者可在本中心詢問處領取申請表，填妥後親身、郵寄到本中心或傳真至2709-0456或經機構或學校轉介。
- 備註**：負責社工將與申請者進行個別面見，參加者必須經過評估及甄選。如對活動有任何疑問，歡迎致電2342-2245與負責社工林姑娘或李姑娘聯絡。

親子表達藝術系列

項目	第六期		第七期		節數	對象
	日期	時間	日期	時間		
家長表達藝術小組	2017年 7月:11,13,18, 20,25,27 8月:1,3,8,10,15, 17,22,24,29,31 9月:2 (逢星期二、四)	下午4:00-5:30	2017年 9月:30	下午4:00-5:30	共18節	家長
兒童繪本創作小組 兒童社交小組			10月:7,14,21 11月:4,11,18,25 12月:2,9,16			兒童
親子表達藝術小組 親子義工組 服務日及畢業展			2018年 1月:6,13,20,27 2月:3 (逢星期六)			親子

個別兒童遊戲治療

詳情：計劃亦為有需要的兒童提供個別遊戲治療。申請者請留意上列的參加方法。
費用：\$200 (共十節)



服務表現監察制度專訊

SQS12: 「尊重服務使用者被知會的服務選擇權利」指引

- 為回應服務使用者於暑假期間的需要，中心開放時間將於17/7/2017-31/8/2017期間有所改動；
- 1/9/2017-2/9/2017恢復原來的開放時間；
- 而4/9/2017-9/9/2017為暑期活動後休假，中心暫停開放，至11/9/2017開始恢復原來的開放時間，詳情見下：

中心開放時間(暑期時段：17/7/2017-31/8/2017)

時間	星期					
	一	二	三	四	五	六
10:00am — 2:00pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2:00 — 6:00 pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓
6:00 — 10:00 pm	✗	✓	✗	✓	✓	✗

*星期日及公眾假期休息

中心開放時間

時間	星期					
	一	二	三	四	五	六
10:00am — 2:00pm	✗	✗	✗	✗	✗	✓
2:00 — 6:00 pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓
6:00 — 10:00 pm	✓	✓	✗	✓	✓	✓

*星期日及公眾假期休息

颱風及暴雨警告期間中心及戶外活動安排

	室內	戶外
雷暴警告	✓	✓✱
一號風球	✓	✓✱
三號風球	✓	✗
八號風球或以上	✗	✗
黃色雨警告訊號	✓	✓
紅色暴雨警告訊號	✓	✗
黑色暴雨警告訊號	✗	✗

- ✓—照常舉行
- ✗—取消或延期
- ✱—水活動必須終止

註：
1)原則上所有室內外活動均視乎實際情況作出安排
2)此表適宜活動舉行前三小時作參考用



2017年7月至9月活動預告

活動名稱	日期及時間	活動目的	活動內容	地點	對象	負責社工	費用
烏卒卒創作工作坊 (上午) AFD-17/P001 (親子平行兒童組)	17/7、24/7、31/7 (逢星期一) 10:10a.m-11:10a.m (共3節)	1. 促進親子間的了解 2. 提升親子關係	親子繪畫及親子手工	本中心	升K3至 升小二兒童 及其家長 (10對親子)	吳世濠先生 (世濠哥哥) 林艷嫦姑娘 (哈哈姑娘)	免費
烏卒卒創作工作坊 (上午) AFD-17/P002 (親子平行家長組)							
烏卒卒創作工作坊 (下午) AFD-17/P003 (親子平行兒童組)	17/7、24/7、31/7 (逢星期一) 2:00p.m-3:00p.m (共3節)	1. 促進親子間的了解 2. 提升親子關係	親子繪畫及親子手工	本中心	升K3至 升小二兒童 及其家長 (10對親子)	吳世濠先生 (世濠哥哥) 林艷嫦姑娘 (哈哈姑娘)	免費
烏卒卒創作工作坊 (下午) AFD-17/P004 (親子平行家長組)							
「玩具洗乜用錢買」 家長工作坊 (A) FLE -17/P005	23/8、24/8、25/8 (星期三、四、五) 11:10a.m-12:10p.m (共3節)	透過體驗自製玩具， 激發家長創意點子。	透過環保物料、日常 家居用品自製玩具。	本中心	幼稚園及 小學生家長 (10名)	李佩虹姑娘 (虹虹姐姐)	免費
「玩具洗乜用錢買」 家長工作坊 (B) FLE -17/P006	23/8、24/8、25/8 (星期三、四、五) 12:30p.m - 1:30p.m (共3節)	透過體驗自製玩具， 激發家長創意點子。	透過環保物料、日常 家居用品自製玩具。	本中心	幼稚園及 小學生家長 (10名)	李佩虹姑娘 (虹虹姐姐)	免費
「每周一電」 FLE-17/P007	13/7、20/7、27/7 (逢星期四) 10:00am - 12:00pm (共3節)	透過欣賞三部有關孩 子學習、個人成長及 親子關係的電影，開 闊家長的視野。	13/7 本地電影 《五個小孩的校長》 20/7 亞洲電影 《小孩不笨2》 27/7 亞洲電影 《我的馬拉松》 每堂欣賞一部影片， 再共同分享感受	本中心	家長 (10名)	陳志美姑娘	\$30
升級再造環保達人 FLE-17/P008	4/8、11/8、18/8 (逢星期五) 10:10a.m-11:10a.m (共3節)	讓家長認識升級再造 (upcycling)的概念， 減少日常生活的浪費。	升級再造(upcycling)， 將家中隨手可得的廢 物加工大變身，成為 有用的日用品	本中心	家長 (10名)	吳采珊姑娘	免費

備註：

- 暑期活動截止遞表日期：10/5/2017(下午6:00前)
暑期活動抽籤日結果公佈：11/5/2017(上午11:30公開進行抽籤、下午6:00前公佈抽籤結果)
暑期活動會員優先報名日：14/5/2017(中午12:00-下午5:00)
- 家長小組系列不設兒童暫托服務
- 低收入及綜援人士及家庭免費，需要先交全費作按金，出席率達75%者，可於完成活動之後14天內，主動憑收據正本向負責活動同事退回全數按金，逾期不作退款

