



平安福音堂富山社會服務中心
地址：九龍富山邨富禮樓地庫二層1-2號
電話/WhatsApp：2351 6559 傳真：2726 5570
電郵：ctr@fspec.org.hk
網址：https://fspec.org.hk/



會訊108 2025年7-8月

中心30周年健康講座系列

服務宗旨

本中心隸屬富山平安福音堂，成立於1995年，為政府認可非牟利志願團體。本著基督耶穌捨己愛人的精神，關注人身心靈整全的需要，提供社區所需的服務，竭盡全力實踐基督耶穌的教訓，愛人如己，讓人認識基督耶穌是神。

快速新陳代謝飲食

點解有人食極都唔肥，

有人食少少都唔瘦？

點解有人又做運動又自己煮都唔瘦？

有人無時間做運動怎樣可以瘦？

怎樣可以輕輕鬆鬆食住瘦？

日期：9月14日(日)

時間：下午2:00-3:00

講員：黃麗寶女士

(April Wong是資深營養師、
健營物理治療及營養中心創辦人)



讓情緒化為家中溫馨的互動

以情緒取向治療並腦神經的理論，

察覺並轉化家人情緒之互動，

成為人際美好的共情與溝通

日期：9月28日(日)

時間：下午2:00-3:00

講員：鄧忠衛先生

(個人、婚姻及家庭治療師。
專長情緒治療及夫婦輔導)

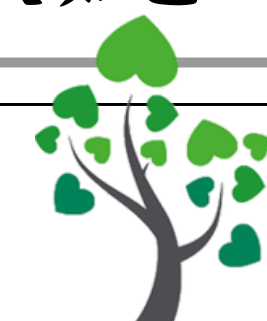


三十周年 家·年華

日期：2025年9月7日

時間：下午2:00-4:15

活動地點：富山邨平台及中心



健康站

18/7 高血壓

高血壓在慢性疾病中排行第一位，能有效控制血壓，可減低中風的風險

★下一期 15/8 痛風症

痛風是一類會造成關節疼痛和腫脹的關節炎，能夠早期診斷、治療並改變生活方式，痛風是可以控制的

時間：上午10:30-11:30

講員：李煥媚女士 (退休護士)

#對象不限 #完全免費 #須報名參加

成人乾粉彩班

日期：8/7、22/7、5/8、12/8、19/8

(1/7、15/7、29/7暫停) (星期二，共5堂)

下一期：9/9、16/9、21/10、28/10、4/11

(23/9、30/9、7/10、14/10暫停) (5堂)

時間：上午11:00-12:30

對象：有興趣成人，無須懂畫畫

名額：4-9人

費用：每期5堂\$100(包括材料)



歡迎查詢及報名

綜合創意畫班

教授運用不同顏料如：水彩、粉彩、木顏色、蠟筆等繪畫，提高學生對色彩運用技巧、加強對空間概念及手眼協調的能力。利用不同的物料，製作具創意的美術作品。



對象：6-12歲學生

班費：\$600 (6堂)

時間：逢星期六

上午10:15-11:30 (75分鐘)

名額：5-8人(最少5人開班)

備註：

1. 由視藝老師教授；
2. 提供材料及用具，自備濕毛巾、圍裙及手袖；
3. 由於是長期班組，現就讀學生優先報名，並於第5堂繳付下一期班費留位。報讀新生先留名；
4. 不設請假補堂安排

課餘託管班

協助有需要的家庭照顧孩童，給與功課輔導、檢查功課、遊戲及閱讀等，定期設有生命教育時段，以增強學童的正能量。

日期：3/9/2025至30/6/2026

(逢周一至五)

時間：下午3:45-6:15 (2.5小時)

對象：小一至小六學生

名額：每班6-8名

費用：每月\$1,390



婦女研經小組

歡迎參加認識基督信仰
逢周三上午10:30-11:45

*每月第三個周三暫停

慕道崇拜

內容：詩歌、見証及訊息分享
日期：20/7、17/8、24/8、31/8
(星期日)

時間：上午10時

地點：教會副堂

歡迎對基督教信仰感興趣的朋友參加



香港基督少年軍 第222分隊

初級組推行成功章獎章計劃，共分為六級，每半年完成一級，每級課程分為靈性、社交、體能和教育四部份進行，希望培養隊員服從、虔誠、紀律及自愛等良好質素。

時間：逢星期六下午3:00-5:00

對象：7至10歲學童

隊費：每年\$300

備註：1.新隊員均可豁免中心會費，正式入隊才需要做制服及繳交隊費
2.分隊不定期招收新隊員

痛症舒緩(拉筋班)

透過正確伸展活動，改善身體狀態

日期：逢星期六

7月5、12及19日 (3堂) (26/7暫停)

8月2、9、16、23及30日 (5堂)

地點：本中心

時間：下午3:00-4:30

費用：7月\$300；8月\$500

備註：如班組未滿才接受單堂或

試堂報名，每堂\$120

導師：邱教練Winnie

PFA體適能基礎證書

IPTFA運動按摩治療師 (一級)

IPTFA伸展治療師

IPTFA銅級專業康體私人教練

TOTALFIT DEFENSE

LEVEL 1 COACH



中心開放時間(7至8月)

逢周一至五 10:15am-6:00pm

逢周六 10:15am-1:00pm

星期日及公眾假期休息

特別休假/更改開放時間通告

以下日期，中心全日休息

1/7為公眾假期；

28-30/7為教會夏令會假期；

- 25/8至29/8開放時間更改為9:15am-1:00pm