

基督教宣道會康怡堂有限公司
C&MA Kornhill Alliance Church Ltd



家庭服務中心
FAMILY SERVICES CENTRE

活動通訊

2026年10月-2027年1月

地址：香港鰂魚涌基利路9號太明樓地下
WhatsApp查詢：9 5 3 4 6 9 9 4

電話：2516 5113
電話：2516 5123

中心簡介

基督信仰除了讓人認識耶穌為世人釘十字架犧牲帶來救贖外，其實也啟迪我們如何在神所賜美善的人生中，在日常勞碌外，享受上帝創造的美麗事物。「我所見為善為美的，就是人在神賜他一生的日子吃喝，享受日光之下勞碌得來的好處，因為這是他的分。神賜人資財豐富，使他能以吃用，能取自己的分，在他勞碌中喜樂，這乃是神的恩賜。」（傳道書五:18-19）

本中心成立的目標，也是為了讓我們能在人生中活得健康快樂。除了過去在輔導服務上協助情緒有需要或家庭關係有困難的人士重建健康生活外，近年中心也提供各類有益身心的活動，讓我們能與不同的參加者一起發掘美善，藉藝術興趣、健體運動、知性講座等，參加者能學習在社群交誼中建立美善積極的人生。

於2026年1月開始，本中心與道風山基督教叢林靈修部合作推行「靈修導引事工」，期望幫助信徒及坊眾了解自己的同時，亦認識神更多，活出美好的生活素質，如耶穌基督所說：「我來了，是要叫羊（人）得生命，並且得的更豐盛。」

（約翰福音10：10下）

堂主任張偉昌牧師



中心服務

心靈培育及發展

1. 心靈及人際關係培育：個人成長、情緒管理及壓力處理等。
2. 成長小組：透過不同的活動，了解自己過去的經歷如何塑造個人性格、信念及價值觀等。
3. 個人興趣發展。



輔導服務

服務內容：

心理輔導、婚姻／家庭輔導

- 對象：康怡堂會友、教牧或神學生
- 費用：每月總收入1%，最低收費\$150，最高\$1000

婚前輔導（準夫婦）

- 對象：康怡堂會友、教牧或神學生
- 每節收費：\$400
- 每節時間：1.5－2小時
- 每個案大概 6 至 9 節

以上輔導服務，必須電話預約





靈修導引事工 (SPIRITUAL DIRECTION MINISTRY)

讓靈歸回上主！
讓心安放在祂手中！

服務內容

靈修導師 (Spiritual Director) 藉著聆聽、交談及禱告，與受導者一同察驗上帝的心意，以及幫助受導者在各種生活經驗中，更敏銳於上帝的工作與引導。同時，靈修導師亦會引導受導者透過個人省察，更加認識自己，並與上帝建立更密切的關係，在日常生活中也更多經驗上帝的同在，活出信仰的生命。

目的

1. 深化與上主愛的關係
2. 識辨上主的旨意
3. 移除成長的障礙
4. 活出基督的生命

服務時間

星期一及三

上午9:30 - 下午5:00

(午膳時間: 12:30 - 1:30)

及星期日

下午2:00 - 4:30

2516 5113

本服務必須電話預約

宣道會康怡堂

地址：

香港鰂魚地涌

基利路9號

太明樓地下

(太古地鐵站B出口)

費用：每節收費：\$600

(如有需要，可以申請減費)

宣道會康怡堂家庭服務中心 靈修導師

- 潘桂蓮姑娘
- 許子韻姑娘

道風山基督教叢林 聯繫靈修導師

- 王比年姑娘
- 黃雪梅姑娘

表達藝術減壓與自癒工作坊 凝視心中的微光：一場溫柔的內在對話

生活好沉重，你的心有多久沒好好休息了？✨
「當言語變得貧乏，讓藝術成為溫柔接住你的力量。」

有些話說不出口，但藝術會懂。
無需任何繪畫或藝術底子，這是一場與心靈對話的旅程。
在這裡，透過色彩與律動釋放焦慮；
在安全的空間裡，沒有美醜對錯，只有最真實的你。
溫柔接納自己，啟動內在的自癒力。
🌱 把心找回來，邀請你報名一起踏上這趟旅程。

導師：黃明珠 Pearl

WCI 國際認證表達藝術輔導應用執行師（初級）

圖咭應用國際認可執行師（"ICICP"）

日本和諧粉彩正指認可導師

日期：10月3,10,17,24日(星期六)

時間：上午10:00至12:00

地點：華蘭分址

人數：4-8人

收費：\$300



常見問題準備

面試禮儀

自我介紹技巧

衣著儀容

升中 面試 指南

導師姓名：Miss Wong

具多年中學教學經驗，同時亦是兩孩子之母，
剛陪伴孩子順利過渡升中關鍵期

日期：10月3,17日 (星期六)

時間：上午11:00－12:00

地點：太明樓

對象：小五及小六準備升中的同學

名額：4-8人

費用：全期\$100

Vincent同你齊面試

掌握技巧 自信應對

面試應對技巧、正音正字、小組實習

導師：蔡誌恩 Vincent

前有線及無綫新聞主播、

節目主持及活動司儀

日期：10月3, 10, 17, 24日（六）

時間：下午2:00—3:00

地點：太明樓

對象：中三至中六對提升面試的自信心
有興趣的同學

名額：4-12人

費用：全期\$200

常見題目

自我介紹



讚美操

健健康康的跳跳跳
跳出喜樂的讚美操
使人青春又有活力

由宣道會康怡堂姊妹Yoko
及資深領操員分享舞步，
體驗感恩喜樂的讚美操。

感恩

有愛

日期：逢星期四（公眾假期除外）

時間：上午10:00－11:30

地點：華蘭分址

對象：對讚美操有興趣或追求健康的成年人

名額：25人（未信主朋友優先）

費用：每季\$100（1月、5月及9月收生）



重新得力讚美操

讚美操是結合音樂,舞蹈
及呼吸吐納的健身運動,
能使全身筋骨舒展,
促進身心靈健康。

身心靈健康
是最重要

日期：10月8日-12月17日 (逢星期四)

時間：下午1:00－1:45

地點：華蘭分址

對象：追求健康的成年人

名額：4-20人

費用：全期\$100

輕輕鬆鬆拉筋班

提倡慢活及

還原基本步：深呼吸 + 提升大腿力

* 關注身體的反應

* 關注日常生活的姿勢

導師：Rebecca

中國香港體適能總會徒手體適能助理導師

城市健康事工 (UHM) 導師：頌讚十二式、正形健膝操



筋長一寸
命延十年

A 班：10月7,14,21,28日 (三)

B 班：11月4,11,18,25日(三)

C 班：12月2,9,16,23日(三)

時間：下午2:30 – 3:30

地點：太明樓

名額：4-12人

每期費用：\$120

D 班：10月10,17,24,31日(六)

E 班：11月7,14,21,28日(六)

F 班：12月5,12,19日,1月2日(六)

時間：上午11:30 – 12:30



桌遊真多FUN

桌遊能訓練全面的思考能力，開發邏輯思維，有益身心。透過賽後檢討更能讓心智及個人修養成長。

導師：Rebecca (本堂會友)

桌遊愛好者,喜歡與人鑽研及分享桌遊樂趣

A 班：10月6,13,20,27日 (二)

B 班：11月3,10,17,24日 (二)

C 班：12月1,8,15,22日 (二)

時間：下午2:30－3:30

地點：太明樓

名額：4-12人

每期費用：\$120

TABLE TENNIS

乒乓球訓練班

日期：

A班 - 10月6, 13, 20, 27日 (二)

B班 - 11月3, 10, 17, 24日 (二)

C班 - 12月1, 8, 15, 29日 (二)

D班 - 27年1月5, 12, 19, 26日 (二)

對象：成年人

訓練內容：

學習握板,步法,

發球/接發球,

上/下旋球,

擊球及拉弧圈球等

時間：晚上8:00~10:00

地點：太明樓

名額：6-8人

每期費用：\$120

活動將優先開放予
未信主朋友報名
歡迎弟兄姊妹帶同
新朋友一同參加！

導師：譚永勝教練

2026香港乒乓球總會 球會聯賽第六級別9月份團體冠軍戰

2025東區賀回歸全運乒乓球比賽 先進組季軍

2025理工大學校友乒乓球比賽 四強

前和記黃埔集團 單打亞軍 雙打冠軍

前國際貨櫃碼頭 單打冠軍 雙打冠軍



茶「道」

中華文化博大精深，飲茶文化更是其最。
透過泡茶的過程，學習茶的知識，理解喝茶的茶道文化。
嗜茶更可感受自在寧靜，感覺和體驗大自然創造的美好。

導師：Linda Yiu（本堂會友）

日期：11月6,13,20,27日（五）

時間：下午 2：30－4：00

地點：太明樓

名額：4-5 人（只接受未曾報讀過的學員）

費用：全期 \$100

邀您一起品茶！



我要向山舉步

秋高氣爽，最好相約三五知己遠離繁囂；
登高遠足。舒展筋骨之餘，更可欣賞大自然奇妙的創造。

領隊：杜景文（本堂會友）

對象：對行山有興趣人士（請量力參加）

名額：10人

FSC26-36A

鯉魚門石礦場

日期：6/11/2026（星期五）

需時：大約1.5小時

集合地點：油塘地鐵站A2出口

集合時間：上午9:30

難度：*（5*****最難）

費用：\$ 20（自備車費）



Happiness

FSC26-36B

大潭督水塘

日期：18/11/2026（星期三）

需時：大約1.5小時

集合地點：西灣河地鐵站A 出口

集合時間：上午10:00

難度：*（5*****最難）

費用：\$ 20（自備車費）



備註：

- 本活動採取先到先得方式報名，名額有限，額滿後將列入候補名單。如已報名者未能出度，請儘早通知本中心，以便安排等候候補參加者。報名時必須提供可接收WhatsApp訊息的聯絡電話，以便我們聯絡及發放通知。
- 攜帶足夠食水、小食、帽、行山杖、穿著行山裝束。
- 登山遠足，有一定的危險性；對參加者的體力，亦有一定的要求；請量力參加。
- 出發前兩小時，如天文台懸掛三號或以上風球，紅雨、黑雨警告等，當日行程取消，不另通知。



職場人生 與生涯規劃

SHOW



導師：梁鐵鋒 Wilson
(香港大學工商管理畢業,30多年
跨國上市公司管理、招聘及前線培訓)
導師：蔡誌恩 Vincent
(前幕前工作者,多元跨界工作經驗)

日期：11月7,14,21,28日(六)

時間：下午2:30-4:00

地點：太明樓

對象：職場新鮮人、轉職探索者
開放交流、共創前路

名額：4-12人

費用：\$200

斷，捨，離 與人生整理

工
作
坊

活在香港這大都市，追求物慾享受與成就成為不少人花上一生時間尋求的方向，到歲月流逝，學習放下堆積滿屋的物件、東西、紀念品卻是總結人生最美好的功課。

活在香港這大都市，追求物慾享受與成就成為不少人花上一生時間尋求的方向，到歲月流逝，學習放下堆積滿屋的物件、東西、紀念品卻是總結人生最美好的功課。

此斷，捨，離工作坊幫助你學習放下不需留戀的事物，為你人生整理出最重要的記憶，並一生念的人與故事。

日期：2026年11月14, 28日, 12月12日

2027年1月2, 16, 30日(共六課)

時間：周六早上10:30-12:30

地點：華蘭分址 名額：6-8人 費用：\$300

工作坊導師：張偉昌牧師
(仁愛堂受訓人生整理師)



冠軍
1st



花緣·花意

透過工作坊讓你發揮創意，領略藝術的韻味，提升心靈美感，讓花藝融入生活當中，不僅給生活帶來大自然的美感，同時各種作品所展示的內涵能美化環境、淨化心靈並傳遞着大自然美意的信息。

導師：Shirley (多年日式花藝訓練
並參與本堂花藝組服事)

對象：對鮮花及植物有興趣人士

日期：11月14,21日 及
12月5日,12日(星期六)

時間：下午2:00- 4:00

地點：太明樓

名額：4 - 5 人

費用：全期 \$350 (已包材料費)

備註：帶備花剪、圍裙(如有)

12月5日將製作小型聖誕將臨環

齊來從心出發，去構思，
編寫你的心靈花園



基督教與中國傳統

宗教文化淺談



簡介：宗教信仰都是導人向善？但不同宗教對待人處事，如何塑造人生品格，以至對生死都有不同的理念及解說。此課程分享中國主要宗教及基督教對人生之理解及特點，並藉參觀基督教與中國文化結合之建築，認識本色化宗教更多。

導師姓名：張偉昌牧師(道學碩士及神學研究碩士) 地點：華蘭分址

課堂日期及時間：2026年10月7, 14, 21日(周三)晚上7:30-8:45

對象：對認識中國傳統宗教及基督教有興趣之人士

報名QR Code



- 1 儒家道德觀 vs 基督信仰之成聖觀
- 2 道教之成仙 vs 基督信仰與神合一
- 3 佛教之苦罪觀 vs 受苦基督及十字架神學

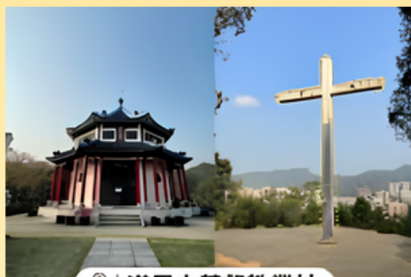
參觀聖公會聖馬利亞堂

日期:26年10月17日早上10時



參觀黃竹坑天主教聖神修院

日期:26年10月1日下午3時



道風山基督教叢林



道風山靈修日工作坊

日期:26年10月31日(六)9am-5pm

主題:明心省我的靈性塑造

費用:\$220(包營費,膳費及導師費用)



香港基督少年軍第354分隊

香港基督少年軍成立於1959年，為基督教制服團體，致力培育3-21歲之兒童及青少年。透過基督教教育和領袖培訓，栽培青少年從小建立正面思想和良好品格。



報名表



時間：逢星期五晚上7:30－9:00（公眾假期除外）

地點：宣道會康怡堂（基利路9號太明樓地下）

對象：幼稚級低班至小學三年級（幼級組）

小四至小六年級學生（初級組）

費用：\$350（2025年9月至2026年6月）

（隊員制服及配件需另外購買）

查詢：2516-5123（隊牧張牧師或副隊牧黃姑娘）

基督少年軍網址：<https://www.bbhk.org.hk/index.php>



教會活動

信仰研討班

為有興趣認識基督教信仰的朋友而設。

透過彼此生命分享研讀聖經，認識基督教信仰三大核心問題：

耶穌是誰？
耶穌為何而來？
跟從耶穌有何意義？

誠邀慕道及初信人士參加，一同探索生命的意義：

- 對象：慕道或初信人士
- 時間：逢星期日上午11：00-12：15
或逢星期二上午10：15-11：30（公眾假期除外）
- 地點：宣道會康怡堂
（鰂魚涌基利路太明樓副堂2號室）



同步設有網上視像聚會。

請以QR Code 報名。

教會活動google form

* 歡迎隨時參加，查詢請聯絡張偉昌牧師 *





基督教宣道會康怡堂有限公司

C&MA Kornhill Alliance Church Ltd

太明樓

主日崇拜

早 堂 上午 9:00

午 堂 上午 11:00

周六崇拜

星期六 晚上 6:30

初小崇拜

星期日 上午 11:00

幼兒崇拜

星期日 上午 11:00

長者團

星期四 上午 10:15

少年崇拜

星期日 上午 11:00

少年團

星期日 上午 11:30

初職團

星期日 下午 1:30

若谷（職青）

星期六 下午 4:00

華蘭中心

團組

摩利亞團（夫婦） 每月第一個星期五 晚上 8:00

以諾團（成人） 每月第四個星期六 下午 4:00

基督少年軍 星期五 晚上 7:30

另有青年、夫婦及家庭等不同小組，
如欲參與，請聯絡教會牧職同工。

家庭服務中心



地址：太明樓地下



電話：2516-5113

教會辦公室

地址：華蘭中心2樓03室

電話：2516-5123

報名須知

1. 中心現階段只接受現金, 轉數快(FPS號碼 118638915)或支票付款。
銀行名稱: 上海商業銀行, 公司名稱「基督教宣道會康怡堂有限公司 / C&MA KORNHILL ALLIANCE CHURCH LTD」, 付款記錄註明學生姓名。
2. 課程名額有限, **報名手續須於繳費後作實, 未繳費者將不當作完成登記**。為確保您能被取錄, 請於完成 Google Form 報名登記後, 立即繳交相關費用, 並透過 WhatsApp 將**付款記錄寫上姓名、電話及所報讀課程編號, 發送至以下電話: 9534 6994**。
3. 如因個人理由缺席或退出活動, 不會安排補課, 費用亦不能退回。
4. 如截止報名後, 人數不足而取消活動, 可退回已繳費用。
5. 如活動因惡劣天氣(參閱惡劣天氣安排)取消, 中心將安排部份或全數退款。(視乎活動是否已預早繳交未能退回之費用或已購買相關材料)
6. 如活動因惡劣天氣(參閱惡劣天氣安排)改期, 參加者未能在更改後的日期出席, 可退回費用, 唯最終活動有機會因人數不足而取消。(參考第3點退款安排)
7. 活動以實名報名, 不得轉換予其他人出席。
8. 各班組活動以首次報名及未信主參加者優先, 若因班組額滿而未能錄取, 將會安排退款。所有班組活動將於開課日期前2星期截止報名。
9. 本中心暫不定時開放, 如需**親身報名及繳費**, 請先聯絡家庭服務中心, 電話: 2516 5113/2516 5123。
10. 報名可填寫Google Form。
11. 經濟困難家庭可申請本會資助, 詳情請與中心同工了解。
12. 收集個人資料聲明:
*閣下提供個人資料, 只用於舉辦今次聚會活動的行政需要及有關的統計用途上, 當今次聚會活動及有關統計工作完結後, 我們將不再保留所持閣下的個人資料, 予以銷毀。如願意中心保留閣下資料, 請於下列聲明表達意願。



報名表格

宣道會康怡堂
家庭服務中心

活動報名表

日期：

姓名：

性別： 男 / 女

聯絡電話：

本堂會友： 是 / 否

年齡：

☐

10歲以下

☐

10 - 20歲

☐

21 - 30歲

☐

31 - 40歲

☐

41 - 60歲

☐

61歲或以上

是否同意中心保留本人資料以便接收日後活動通訊。

☐

同意

☐

不同意

編號

班組名稱

費用

FSC		
FSC		
FSC		
總數		

以下資料由家庭服務中心填寫

收款簽名：

共收款項：\$

日期：

付款形式： 現金 / 支票



惡劣天氣安排

懸掛風球、暴雨警告信號下之活動安排

天氣 (懸掛風球訊號)	中心開放 安排	中心內講座/小組及室內活動 (如活動進行前2小時仍懸掛)	戶外活動 (如活動進行前2小時仍懸掛)
1號風球訊號	照常開放	照常	請聯絡中心
3號風球訊號	照常開放	照常(兒童活動除外)	取消或延期
8號或以上風球訊號	暫停	取消或延期	取消或延期

天氣 (暴雨警告)	中心開放 安排	中心內講座/小組及室內活動 (如活動進行前2小時仍懸掛)	戶外活動 (如活動進行前2小時仍懸掛)
黃色暴雨警告	照常開放	照常	請聯絡中心
紅色暴雨警告	照常開放	取消或延期	取消或延期
黑色暴雨警告	暫停	取消或延期	取消或延期

【家庭服務中心】

地址：香港鰂魚涌基利路 9 號太明樓地下
(太古站B出口)
電話：2516 5113
(本中心暫不定時開放)

【華蘭分址】

地址：香港鰂魚涌華蘭路20號華蘭中心2樓03室
(太古站D1出口 或 鰂魚涌站A出口)
電話：2516 5123 (辦公時間)

聯絡我們

