

## 服務對象：

1. 不熟習料理家務或照顧幼兒的家長。
2. 因身體或精神健康問題而未能應付家務及照顧幼兒的家長。
3. 有需要接替料理家務或照顧幼兒的家庭成員，例如因家庭發生事故、或家長入院等。
4. 除上述類別，亦包括個案社工認為基於不同原因而需要這項服務的個人及家庭。



## 服務形式：

由家務指導員親臨服務對象的家中或於本中心，提供有系統的短期訓練。

## 申請及退出服務：

### 1. 申請服務：

個案社工可於辦公時間，致電中心查詢及填寫轉介表格，服務使用者需接受「需要評估」。

### 2. 退出服務：

服務使用者完成訓練計劃，或個案社工可向家務指導督導社工提出終止服務，我們會妥善處理。

## 服務時間：

時間 \ 星期	一	二	三	四	五	六	日
9:00am   12:30pm	✓	✓	✓	✓		9:00am   1:00pm	
1:30pm   5:00pm	✓	✓	✓	✓	11:00am   8:00pm		

星期日及公眾假期休息

地址：灣仔石水渠街 85 號 12 字樓

電話：2835 4342

傳真：2833 9940

(可向家務指導督導社工查詢，以作轉介)



聖雅各福群會  
灣仔綜合家庭服務中心

# 家務指導服務

你有否遇到家務、煮食、  
自我照顧或幼兒照顧的  
疑難？

家務指導服務可教你！



## 服務宗旨：

本著「以人為本」的宗旨，透過適切的服務，協助家庭發揮正面的功能。

## 服務目標：

透過短期有系統的指導，協助有需要人士學習及掌握一些持家及照顧兒童的技巧，以增強他們自我照顧或獨立處理家務的能力。

## 服務內容：

- 1. 自我照顧技巧訓練：**  
教授及指導個人在飲食、衛生、衣著、洗濯清潔等方面的技巧。
- 2. 家庭照顧技巧訓練：**  
教授及指導安排家務及處理整個家庭在煮食、洗濯及清潔等方面的持家技巧。
- 3. 幼兒照顧技巧訓練：**  
教授及指導幼兒的各項生活照顧及家居活動安排的技巧。

## 費用：

全免（需自備材料費或交通費）

# 分享家務智慧，提升生活技能！

### 遇疑難？

家庭入息有限，又要照顧孩子的營養，真難！

### 可教你！

家務指導員可以和你一起預算家庭的開支，介紹一些慳錢而營養豐富的菜式，讓你一家都有均衡的飲食。

### 遇疑難？

離婚後，單親家長不懂得照顧及教導幼小的孩子，又沒有人可幫忙……

### 可教你！

我們能教你照顧幼兒的技巧，例如餵哺、洗澡、幼兒生病時的照顧等，務求你可以獨立地照顧孩子。



### 遇疑難？

爸爸媽媽要工作，青少年子女需要負責煮飯，但又不曉得，怎算？

### 可教你！

我們可以教你煮不同的餸菜，選購材料，注意家居安全等。

### 遇疑難？

大病剛好，沒有信心照顧自己及打理家務，怎辦？

### 可教你！

家務指導員會幫忙你學習及重溫獨立生活及家務的技巧，建立信心。

