明愛風信子行動 年輕媽媽支援及發展服務

如果有一日，你嘅小朋友走嚟問你呢個問題，

你又會點答呢？

你換不換？

如果上帝拿一個更好的我，來換我，

漫畫出處：WaWaWiWaCOmicS

漫畫出處：WaWaWiWaCOmicS

「請舉出一個感受到父母的愛的記憶。」

這個記憶，與「花錢」有任何關連嗎？

與我們聯絡

年輕媽媽聚腳點@葵涌：
新界葵涌大連排道 132-134 號
TLP132，一樓 1B 室

年輕媽媽聚腳點@富泰：
新界屯門富泰邨美泰樓地下一號

3582 4471 / 9756 3229

3107 0315

hyacinth@caritassws.org.hk

明愛風信子行動-年輕媽媽支援及發展服務

caritas_hyacinth

督印人：嚴嘉文　非賣品

Project Hyacinth 風信子行動

年輕媽媽聚腳點@葵涌

活動通訊 Newsletter

2021年10月至2022年1月

October 2021 – January 2022

傅德蔭基金有限公司 Fu Tak Iam Foundation Limited

鳴謝

本會非常感謝傅德蔭基金有限公司對明愛風信子行動 - 年輕媽媽聚腳點@葵涌的贊助

活動回顧

幼稚園入學講座

情侶組

護士諮詢站

性教育大使入校分享

瑜珈班

泰拳及情緒舒緩班

<社區教育>年輕媽媽分享

風信子於香港浸會大學擔任分享嘉賓，勇敢分享自己的親身經歷，讓各位同學感受年輕媽媽的堅毅。

感謝兩位年輕媽媽的分享，令我深深感受做媽媽的辛酸和偉大！要在眾人面前分享自己的故事實屬不容易，非常佩服你們的勇氣！因著你們的分享，令我們更明白媽媽服務使用者的需要和優勢，亦使我們反思服務的限制和不足，有助我們未來成為更好的社工！

生小朋友從來不容易，特別作為尚年輕的你們，才有當初如此決定。年輕生小朋友並不是錯，只是時代及文化轉變關係，令生兒育女的年齡不斷推後，當點仍是父母對小朋友的責任。觀看昨日你們的分享，可聽出你們是有承擔的人，對自己及子女盡責，希望你們可以繼續努力！

你們的分享讓我看見你們對孩子，對生命的肯定，是我也無法十分堅定及肯定地作出的決定。相信這感動的決擇雖犧牲了你的青春，並需為孩子付上所有，但會在孩子的青春和成長裡有著最珍貴回應。謝謝你們坦誠直率的分享。

要面對身邊不同聲音和眼色的確不容易，要繼續努力，身邊還有很多支持你的家人。

Your story and your feelings not only enriched my knowledge in the setting, but also aroused my reflection in my life and at the same time provided tremendous enlightenment in the social work services

我有說話要對妳說…

育兒學堂

之前提到，加固對寶寶的口腔發展十分重要，加固時爸媽們需要注意以下食品：

雞蛋

含有豐富的蛋白質、鐵質、膽固醇和多種維他命，對於寶寶腦部的發展有一定的幫助。但蛋白的成份容易誘發人體過敏，所以初期最好只吃蛋黃。建議最好每天只吃一隻蛋黃，進食太多會令寶寶不能好好吸收營養。

蜂蜜

很多專家都建議2歲以下的寶寶盡量避免食蜂蜜，因為蜂蜜不可經過烹調，而蜂蜜裏含有的細菌有可能誘發寶寶患腦膜炎。

花生及豆類

花生雖含有大量的蛋白質，但在外國有很多對花生及豆類過敏的案例，嚴重者甚至會死亡。

在添加副食品的過程中，爸媽都喜歡選擇加入海鮮去烹調稀粥。有調查顯示，兒童有機會對魚類和海鮮出現不同程度的過敏，尤其是螃蟹、龍蝦和蚌類等。另一個常見情況是寶寶可能會被魚骨刺啃到，所以烹調魚類時要確保沒有魚骨。

海鮮

資料來源：荷花親子網

<冒險・探索>
BB相展

家同親子

九龍一家親

BB按摩班

我們邀請導師教授媽媽們按摩技巧，按摩班可以增加同彼此間互動和感情，充實親子時間，對BB的心理和生理發展都有正面的影響。

新手媽媽預備班

以產前產後護理、坐月、初生照顧、整炒米茶等為題，為各位新手媽媽提供全方面的知識，亦會製作奶嘴鍊送給ＢＢ！其中一堂會有產前產後瑜珈班，讓媽媽們認識自己的變化。之後更會邀請護士或助產士解答媽媽們各種疑問，陪伴各位度過孕期。

親子伴讀訓練
（於深水埗OneSky舉行）

此活動會教媽媽和ＢＢ一起閱讀，透過不同感官去閱讀圖書，令親子閱讀更加有趣。所有完成2節小組的親子，可獲贈繪本兩本。

性格透視® 工作坊

性格透視分為四種個性，分別為：
綠色探究型、金色組織型、藍色真我型及橙色多謀型。

透過「性格透視」活動連同藝術及手工製作，讓媽媽們更了解自己，藉此增加媽媽們對於人際相處及管教上的理解。

Christmas Party

又到了每年歡度聖誕的節日，去年我們只能以ZOOM和大家慶祝，今年恢復實體派對，期待和大家見面！^^

今年仍然分兩區舉行派對：

九龍聖誕派對 和 荃葵聖誕派對

當日除了有遊戲和抽獎環節外，更會由媽媽們親自設計親子遊戲，歡迎大家扮靚靚，全情投入節日氣氛！

職業培訓發展

醫護行業

如有興趣投身醫護行業、想了解行業晉升前景的媽媽，透過這次課程，除了可以認識醫護行業知識外，更會提供面試技巧、基本文書處理等技能，讓媽媽們裝備好自己。

採耳

採耳是最近興起的職業，不少YouTuber都實測指好舒服，我們緊貼潮流，讓媽媽體驗採耳課程。除了會介紹行業入門門檻和按摩手法外，更可讓媽媽們了解自由工作者的工作範疇和行業發展。

活動預告

＊活動形式和日期因應疫情或會有所變動，最終定案將由社工個別通知。