

SMART 爸爸俱樂部

培育子女成長，爸爸擔任非常重要的角色。若子女有發展障礙，爸爸的育兒壓力便更沉重了。「SMART 爸爸俱樂部」，鼓勵父親們互相分享感想及交流育兒心得，發揮自強、助人助己的精神，而使命方面包括; Support (支持): 爸爸在俱樂部中能夠獲得支持及鼓勵 Mutual Aid (互助): 促進爸爸之間互相分享及幫助 Resource (資源): 滙聚資源，爸爸掌握育兒知識及技巧 Tender (親切): 爸爸俱樂部像一個大家庭，給爸爸親切和溫暖的感覺。

爸爸活力行動篇

痛症 ByeBye 治療班

負責職員:張姑娘

活動編號	日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
(HFPRC-23-00022)	二月篇 25/2/23 (六) 下午 5:00- 6:00	海富家長資源中心 或 ZOOM 網上平台	中心家長(爸爸出席優先)	10 名	\$50	背痛?腰痛?肌肉崩緊?足底筋膜發炎 不想繼續讓痛症纏繞，一定要想法處理，治療班可以改善肌肉耐力不足、柔韌度不足而導致身體上的各種問題，為自己的身體打打氣，同痛症說再見。 導師: 註冊痛症專員及伸展治療師 備註: 家長可選擇實體或 ZOOM 上課，請在報名表上註明。
(HFPRC-23-00023)	三月篇 25/3/23 (六) 下午 5:00- 6:00			10 名	\$50	
(HFPRC-23-00024)	四月篇 29/4/23 (六) 下午 5:00- 6:00			10 名	\$50	
(HFPRC-23-00025)	五月篇 27/5/23 (六) 下午 5:00- 6:00			10 名	\$50	

