

機靈家族

BE A SMART NET FAMILY

計劃簡介

「機靈家族」為東華三院心瑜軒的一項推廣幼兒健康使用電子屏幕產品的預防教育計劃。隨著時代進步，兒童使用電子屏幕產品的情況愈趨普遍，因過度使用電子屏幕產品所帶來的影響為兒童及家長帶來各種影響與挑戰。透過社區教育、小組活動及個別輔導服務，為家長提供不同方面的支援，包括提升家長認知、管教技巧、為幼兒家庭建立健康生活習慣及促進親子關係，以達致及早預防兒童網絡成癮及促進健康使用電子屏幕產品，建立健康生活。

孩子飛往了手機星球？
作為家長，我們就一起乘坐火箭，
前去找找他們，重新連繫！



Contact Us

聯絡我們



香港灣仔駱克道193-197號
東超商業中心15樓



2827 1000



2877 9559



icapt@tungwah.org.hk



東華三院心瑜軒



<https://icapt.tungwahcsd.org>





東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

心瑜軒

Integrated Centre on
Addiction Prevention & Treatment

服務內容

預防教育

- 「手機星人」的繪本工作坊
- 「手機星人的一天」互動工作坊
- 「孩子來自手機星球」家長講座
- 「與手機星人靜靜心」親子靜觀遊戲小組
- 「與手機星人來創作」親子藝術小組

發展及支援

- 「手機星人的爸媽」親職工作坊
- 「與手機星孩子連繫」親子溝通技巧工作坊

個別輔導

WeTalk網上視像個別諮詢

請即網上登記



費用全免!
FREE!

教養技巧鎖匙

親子布偶

時間管理
齒輪

溝通電池

快樂社交晶片

目標

推廣針對幼兒的數碼親職教育

提升育有年幼子女的家長對過度使用電子
屏幕產品的關注，加強管教效能及信心

促進正向的親子互動

建立優質的親子時間，
預防家長及兒童依賴使用電子屏幕產品

建立幼兒家庭的健康生活

提倡多元化的線下生活，維持幼兒家庭的
身心靈健康，減低網絡成癮的風險

服務對象

育有2-6歲幼兒的家長

2-6歲幼兒

服務特色

幼稚園/幼兒園到校服務

多元化介入媒介
兒童繪本、藝術創作、親子靜觀...

家長為本的支援

小組與家長互助網絡