

2025年

8 至 9 月

活動介紹

2025年辦公時間：逢星期二至六

上午 9:30 - 12:30 下午 1:00 - 5:00

服務預約及活動登記電話

電話:

403-233-8763

WhatsApp / WeChat

587-432-5370

電郵:

calgary@ccmcanada.org

中信卡城中心地址：209,108 3 AVE SW (唐人街五豐商場二樓)



中心網頁 ▲

精神健康

- ◆ 疼痛知多點 免費 粵語網上課程
- ◆ 「表達有意，藝術有時」(九) 網上課程
- ◆ 給家中照顧者「亞省醫療系統使用指南」免費網上講座
- ◆ 「照顧認知障礙症患者」錦囊 免費講座
- ◆ 「家、友」小組 - 給照顧精神或長期病患的您

社區參與

- ◆ 卡城華埠嘉年華

特殊需要

- ◆ 繁星表達藝術創作室 (第十期)
- ◆ 家長關懷網上免費小組
- ◆ FSCD華語家庭及服務聯絡員
- ◆ PDD 申請及續約支援服務
- ◆ 專業輔導服務

長者服務

- ◆ 「腦」當益壯 - 長者網上粵語免費小組
- ◆ 國語友誼小組 - 長者網上國語免費小組

輔導服務

- ◆ 專業輔導服務
- ◆ SYMBIS*專業婚前輔導服務

靈命成長

- ◆ 屬靈導引
- ◆ 中信書室

支援教會

- ◆ 「用心聽」
合辦：卡城華人宣道會城南堂

2025「Fun Fun 中需要你」網上籌款活動

由即日起 至 9月30日

籌款目標：\$120,000

協助中心籌募2025年營運經費 \$120,000，確保中心能繼續為困苦人，提供完善的全人關懷服務。

支持方法: 1) 您踴躍捐款，支持中心職員完成籌款項目! 或
2) 您以個人名義參加 或 以團隊名義參加 網上報名，
自選一項籌款項目，並尋找捐款人支持您！



▲ 籌款網頁

卡城華埠嘉年華

攤位遊戲及服務資訊；實行將中心帶到人群。

日期：8月16日 (星期六)

時間：上午11:00 - 下午7:00 期待與你見面！

「表達有意，藝術有時」(九) 網上課程 (國、粵)

本期工作坊將引導參加者探索那些難以言說的內在衝突與心理內耗——例如：困頓、混亂、無知、疏離、乏味、委屈或虛偽等情緒經驗。

我們將從簡單的創作開始，逐步深入內心深處。透過藝術表達的可能性，勇敢地面對生活中的不容易，在創作的歷程中，或許能夠觸及那一點點的自由、寧靜、明辨、親密、創意、平等與真誠。

表達藝術為我們提供一個平台、一個機會，以及一段彼此分享與連結的共同時光。

日期：9月10日 - 12月3日 (隔週星期三，共7堂)

時間： 上午 10:30 - 12:00 加拿大山地時間
上午 9:30 - 11:00 加拿大西岸時間
下午 12:30 - 2:00 加拿大東岸時間

費用：\$70(限收6人)設有低收入人士\$35名額1名，需經審核，先到先得

導師：Irisz Zhuang 荷蘭藝術學院畢業，於香港從事藝術創作及教育十多年，資深表達藝術導師。現正修讀表達藝術博士學位。

 網上
Zoom


▲ 網上報名

疼痛知多點 免費 粵語網上課程

學習如何有效控制疼痛 (每週一次 免費 粵語網上課程) 為經歷慢性病症人士提供控制疼痛的知識、技巧及支持。

參加者必須年滿17歲及住在卡加利

日期：8月2日 - 10月11日
(逢星期六，9月6日除外，共10節)

時間：上午10:00 - 12:00

請預先登記！


 網上
Zoom


▲ 網上報名

PAIN BC™

用心聽 合辦：卡城華人宣道會城南堂

一個實際、貼地的基督徒靈命培育之旅。

透過短講、討論、分享、功課及實踐，讓學員學習以「聆聽」：

- 看見自己 ● 與家人、朋友建立愛的關係
- 與神更加親近 ● 長大成「人」

14小時網上課程，分7個星期舉行，
每星期2小時，限收10人

日期：9月4日-10月16日 (逢星期四) 共7堂

時間：晚上 7:00 - 9:00 (加拿大山地時間)

導師：Queenie Hui 中信卡城及愛城中心主任、屬靈導師、註冊社工

費用：全免 (教會全數資助)

截止報名日期：2025年8月21日

 網上
Zoom


▲ 網上報名

**只限卡城華人宣道會
城南堂會眾參加。**

輔導服務 (國、粵、英)

一個專業、有完善監察及督導的輔導團隊，為亞省及沙省人士提供個人、家庭、及賭博問題輔導，由專業輔導員接見，每次約60分鐘，面談將預約在網上或在中信中心進行，內容絕對保密。

費用：每次\$45，有保險或資助每次\$120

「腦」當益壯網上免費小組 (粵語)

歡迎 60 歲以上人士參與

ZOOM 會議號碼：850-2802-4511

會議密碼：888

逢星期五 上午10:00 - 12:00

「多動腦筋；記憶日增」。透過新聞、信息、健腦活動、中醫講座、健康資訊、及簡單伸展運動，不斷活化腦細胞，提高大腦機能，增加身心靈健康。

8月1日 閒話家常

8月8日 懷舊金曲巡禮

8月15日 福音信息 (Becky Wong)

8月22日 變更新冠疫苗接種計劃
(亞省醫療服務局多元性社區聯絡員 侯瑤吟姑娘)

8月29日 港樂 · 講樂：紀念顧嘉輝

9月5日 閒話家常

9月12日 感恩聚餐

9月19日 《我想身體健康》系列: 飛蚊症

9月26日 再次站起來 (Becky Wong)

家中沒有網絡，可以通過家居電話加入會議。

国语友谊网上免費小组 (普通话)

欢迎 60 岁以上人士参与

ZOOM 会议号码：871-6096-7427

会议密码：888

每个星期四 上午 10:00 - 12:00

透过新闻、学习实用英文，福音和健康资讯分享等活动，认识本地文化，结交新朋友，扩宽社交圈子，大家互相支持鼓励，增添生活姿彩。

8月7日 中国通史系列

8月14日 最荒凉的加拿大小镇

8月21日 变更新冠疫苗接种计划
亚省医疗服务局多元性社区联络员 (侯瑶吟姑娘)

8月28日 《花间绽放》: 从自然野趣到庭院艺术

9月4日 感恩聚餐

9月11日 当北美遇上法式风情

9月18日 僑僑族使徒: 富能仁

9月25日 延缓长者失能的饮食营养策略

家中没有网络，可以通过家居电话加入会议。

特殊需要

「繁星表達藝術創作A室」(第十期)

專為有特殊需要的成年人而設
英語為主(粵語/普通話輔助)

內容： 極具彈性，按參加者的需要而定，可包括風景畫、
創意文字、陶藝創作、流體畫體驗、浮水畫體驗等等。
歡迎初學者甚至零基礎，但對藝術有興趣的有特殊
需要 的成年人參加。

目的：在輕鬆創意下增強

1) 自我表達及欣賞 2) 成功感 3) 社交技巧

日期：7月11日 - 9月5日 (8月29日除外，逢星期五，共8節)

時間：下午1:30 - 3:00

收費：\$120 另加藝術物料費\$80 (限收5人)
(設低收入人士半費名額1名，需經審核)

地點： 中信卡城中心 (華埠五豐商場二樓)

導師： Wing Leung (表達藝術導師、中信事工統籌)



▲ 網上報名

PDD 申請及續約傳譯服務

提供中英文傳譯和資訊支援：

1. 申請 Persons with Developmental Disabilities program (PDD)
2. 申請 Assured Income for the Severely Handicapped (AISH)
3. 協調申請 Guardianship and Trusteeship (監護和託管)

查詢收費並服務詳情，歡迎致電中心。

低收入家庭半費，需經審查。

FSCD華語家庭及服務聯絡員 (國、粵、英)



協助了解及申請服務、諮詢及轉介。

家庭及個人輔導 (國、粵、英)

專為FSCD家庭而設，由註冊社工接見。面談將預約在網上或中信中心，每次約60分鐘，內容絕對保密。

費用：按政府資助金額

特殊需要

家長關懷網上免費小組 (國、粵)



9月活動

「感覺統合」講座 Part 2 (粵語)

(合適ASD及ADHD孩子的父母)

- 了解自閉症和過度活躍症孩子的感覺需要
- 認識如何在家居空間制造感覺統合訓練的機會和技巧

日期： 9月23日(星期二)

時間： 上午10:00 - 11:30

講員： Rosita Yip (香港註冊職業治療師，
有超過15年與有特殊需要兒童訓練的經驗)

網上
Zoom



▲ 網上報名

中信愛城中心 網上服務，歡迎參與

請致電或WhatsApp 587-982-8111

登記亦可電郵至edmonton@ccmcanada.org

給家中照顧者「亞省醫療系統使用指南」 免費講座 (粵語)



本講座專為長期病患者或長者的家人而設，
目的在於協助你：

- 增加對亞省醫療系統內不同護理設施的認識
- 明白護理中各專業人員的工作範疇
- 與護理人員會面及溝通作出最佳準備
- 獲取支援照顧者的資源及使用方法

日期： 9月11日 (星期四)

時間： 晚上6:30 - 8:30

網上
Zoom



▲ 網上報名

「照顧認知障礙症患者」錦囊 免費講座 (粵語)



您有親人患上認知障礙症嗎？

您是他的主要照顧者嗎？

你在努力應付他的病情和醫療護理服務時，是否感到
困惑、不知所措和孤立無援？或許您嘗試過自己進行
研究，但找到正確的資訊並不容易。此講座將為
您提供所需的正確資訊、指導和技巧：

- 認知障礙症的症狀及預期的變化
- 在家照顧的有效策略
- 與病患者如何有效溝通
- 照顧者的自我保健

日期： 8月9日 (星期六)

時間： 上午10:00 - 12:00

網上
Zoom



▲ 網上報名

「家、友」網上小組 給照顧精神或長期病患者的您 (粵語)

照顧長期或精神病患者的艱辛只有同路人才能體會。
與同路人透過小組一起歇息、彼此分享、交流資訊，
是照顧者「充電」的最佳方法！費用全免。

「家、友」小組內容輕鬆及多樣化

日期： 每月逢第三個星期六 (12月除外)

時間： 上午10:00 - 11:30

導師： Cecilia Chan 加拿大認可輔導員，
輔導治療師，中信精神健康事工統籌

網上
Zoom



▲ 網上報名

SYMBIS®專業婚前輔導服務

包括專業評估和婚前輔導，為你長久的婚姻作更好地準備。

費用： 每節\$70(有保險或資助每節\$180) / 90分鐘
(另加評估工具費用)