

2025年

10至11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

- ◆ 紓緩治療與安寧療護：「照顧者支援」免費講座 (粵語)
- ◆ 紓緩治療與臨終關懷：「照顧者支援」免費講座 (普通話)
- ◆ 「精神復元」技能學習 免費網上小組
- ◆ 「家、友」網上小組
給照顧精神或長期病患的您 (粵語)

生活技能

- ◆ 初中英語提升

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

特殊需要

- ◆ 「繁星表達藝術創作室」(第11期)
- ◆ 特殊需要兒童 家長偷閒服務
- ◆ 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

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

「精神復元」技能學習 免費網上小組 (粵語)

為期六個月，每星期一節，特別為受抑鬱或焦慮困擾的人士而設。小組以目前最多循証醫學支持的辯証行為治療為藍本，協助組員逐步學習重建精神健康的技能，包括「專注當下」、「痛苦耐受」、「情緒調節」及「人際效能」。

日期：2026年1月29日至6月19日 (逢星期四)

時間：上午10:30 - 下午12:30

導師：Ann Kan (加拿大註冊輔導員、加拿大註冊賭博輔導員、中信卡城中心義務輔導員)；

Diana Yiu (中信義務輔導員，亞省註冊社工)

報名人士需經審核，並現正接受持續輔導，以增強康復成效

網上
Zoom



▲ 網上報名

初中英語提升 (英語為主 粵語輔助) 小班及單元教學，適合正就讀Grade 9的學生 一個全年的英語課程，現正招收11-12月學生。

提升初中子女讀、寫、聽、講英語的信心及能力；

日期：11月15/22/29日 及 12月6/13日 (星期六)

時間：上午10:30 - 12:00

地點：中信卡城中心 209,108 3 AVE SW (唐人街五豐商場二樓)

費用：\$100 包括課堂材料及練習

低收入家庭半費\$50 名額兩名，需經審核

導師：Ida Leung 擁有超過廿年英文教學經驗



▲ 網上報名

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

屬靈導引 (粵語)

很多基督徒經歷的上帝是冷漠、遙遠及威嚴；禱告也是乏味及孤單。屬靈導師透過定期一對一會面，與你同行這尋求上帝之路，幫助你認識路標，邁向主溫柔地向你敞開的懷抱，進深與神、與他人及與自己的關係。

收費：每次\$35 (每次約60分鐘)

卡城中信書室

「幽谷萌芽：從精神病患深處茁壯而出」加拿大中信最新出版，作者蔡偉文醫生藉著十個扣人心弦的同行故事，讓我們看見即使是深陷精神病的患者，亦能幽谷萌芽，茁壯而出，結出美麗的花朵。

9折優惠：每本\$17 (連稅)

特殊需要

特殊需要兒童 - 家長偷閒服務 (國、粵、英)

讓我們照顧您 5-11 歲 有特殊需要的子女，您可有悠閒的下午！活動精心策劃，務求使孩童在歡樂及愛心督導下學習：

- 社交技能 • 溝通技巧 • 自理方法 • 結交朋友

可自由選擇參加日期及次數

日期：2025年9月 - 11月 (逢星期六，10月4日 除外)

時間：下午12:45 - 3:45

- 收費：
- 按照 FSCD合約所批「偷閒服務」(Respite) 時價\$20及
 - 活動物料費：每人每節(3小時) \$10 (家長自付)
 - 非FSCD但低收入家庭可申請特別優惠。

需經甄選、及自備小食飲品

服務地點：中信卡城中心

地址：209,108 3 AVE SW (唐人街五豐商場二樓)



▲ 網上報名

「繁星表達藝術創作室」(第11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：9月26日 - 11月14日 (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

特殊需要

家長關懷網上免費小組 (國、粵)



10月活動

如何在網上處理費用報銷？

FSCD - Online Claims Reimbursement

日期：10月28日(星期二)

時間：早上10:00 - 11:30

講員：Yan Leung (FSCD 華語聯絡員)

網上
Zoom



▲ 網上報名

11月活動

特殊需要家庭的財務與退休規劃

網上
Zoom

您是否正在為有特殊需要的家庭成員規劃財務、稅務及退休問題而感到困惑？歡迎參加我們即將舉行的工作坊，幫助您掌握這些關鍵的財務議題，為您的家庭打造更穩定的未來！

內容：1. 殘障稅務優惠 (Disability Tax Credit, DTC)、註冊殘障儲蓄計劃 (Registered Disability Savings Plan, RDSP) 等財務支持機制。

2. 特殊需要家庭的退休規劃建議

日期：11月25日(星期二)

時間：早上10:00 - 11:30

講員：Mr. James Liu (特許專業會計師, CPA)



▲ 網上報名

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。

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。

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

「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。

10月3日 閒話家常**10月10日** 《我想身體健康》系列: 三高**10月17日** 福音信息 (Becky Wong)**10月24日** 勇敢走出去 (Jackyle Law)**10月31日** 《爆谷一周》系列: 蔡瀾**11月7日** 閒話家常**11月14日** 《我想身體健康》系列: 柏金遜症

11月21日 肌肉流失與健康
(亞省醫療服務局多元性社區聯絡員 侯姑娘)

11月28日 逾越中的恩典 (Jackyle Law)

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)

歡迎 60 歲以上人士參與

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。

10月2日 中国通史系列**10月9日** 走进潮州领略古城韵味**10月16日** 《美丽中国·自然》系列**10月23日** 香飘万家:煎炒烹炸**10月30日** 伯格理宣教士-苗族宣教**11月6日** 一生必驾~西藏**11月13日** 成为一位跟随耶稣者~戴继宗牧师**11月20日** 《自然的力量》系列**11月27日** 感受诗意江南~扬州

家中没有网络，可以通过家居电话加入会议。

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

紓緩治療與安寧療護：「照顧者支援」 免費講座 (粵語)

協助你認識：

1. 紓緩治療和臨終關懷的概念
2. 臨終常見的徵兆及其症狀的管理方法
3. 臨終親人和照顧者的需要
4. 如何承擔照顧臨終親人的角色
5. 在紓緩治療中的溝通技巧
6. 哀傷情緒對我們的影響

日期：10月4日（星期六）

時間：上午10:00 - 12:00



網上
Zoom



▲ 網上報名

紓緩治療與臨終關懷：「照顧者支援」 線上 免費講座 (普通話)

協助你認識：

1. 紓緩治療和臨終關懷的概念
2. 臨終常見的徵兆及其症狀的管理方法
3. 臨終親人和照顧者的需要
4. 如何承擔照顧臨終親人的角色
5. 在紓緩治療中的溝通技巧
6. 哀傷情緒對我們的影響

日期：11月22日（星期六）

時間：上午10:00 - 12:00



線上
Zoom



▲ 網上報名

「家、友」網上小組 給照顧精神或長期病患的您 (粵語)

照顧長期或精神病患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)