

香港公教婚姻輔導會 婚姻調解服務處

不離不棄 – 離異家庭子女支援計劃

# 閒情系列：齊來拉拉筋舒展身與心



透過人體運動自我修復原理，減輕疲勞，預防肌  
腱之勞損，並教授處理壓力引起之肩頸背痛方法

**Exercise is medicine**

對象：面對分居／離婚的人士

費用：每位 \$20

導師：香港大學運動及管理中心

**Active Health Clinic 專業教練**

電話查詢：鄭瑞連姑娘(婚姻輔導員)

日期：2019年11月2日(星期六)

時間：上午11:00 — 下午1:00

地點：本會婚姻調解服務處

觀塘翠屏(北)邨翠樟樓 M2 層 101-105 室

可帶回辦公室及  
家裏持續練習！



報名辦法：填妥以下報名表 或 網上報名

(<https://forms.gle/tT9BaH88VoRHpluF6>)

電話：2782 7560

網址：[www.coparenting.org.hk](http://www.coparenting.org.hk)



# 「閒情系列」 - 齊來拉拉筋舒展身與心

## 報名表 (2019 年 11 月 2)

資料內容，絕對保密。

姓名:		配偶/前配偶姓名:	
性別:	年齡:	學歷:	職業:
地址:			
電話:		電郵地址:	
子女姓名:		性別	年齡
子女姓名:		性別	年齡
參加小組的原因及期望:			
能夠出席活動前面談: <input type="checkbox"/> 能夠 / <input type="checkbox"/> 不能夠			
現金 / 寄上劃線支票: 金額\$		支票號碼:	
銀行名稱:			
從何處得知本活動:			
報名方法: 請填妥報名表, 連同劃線支票 (抬頭: 香港公教婚姻輔導會) 親臨或寄回本會婚姻調解服務處報名			
<p>《個人資料(私隱)條例》聲明</p> <p>香港公教婚姻輔導會尊重閣下所提交的個人資料, 並會確保所有個人資料都根據《個人資料(私隱)條例》所載的規定妥善保存及適當使用。本會將使用閣下所提交的個人資料(包括閣下的姓名、住址、流動電話號碼、住宅電話號碼、電郵地址)進行服務宣傳及慈善籌款推廣用途, 但我們在未得到你的同意之前不能如此使用你的個人資料。請在本文最後部份表示你是否同意如此使用你的個人資料, 如閣下反對有關做法, 請於以下方格加上✓號, 以便本會跟進。</p> <p><input type="checkbox"/> 本人 不同意 香港公教婚姻輔導會使用本人個人資料傳遞服務通訊、活動宣傳及慈善籌款募捐之用。</p> <p><input type="checkbox"/> 本人 同意 香港公教婚姻輔導會使用本人個人資料傳遞服務通訊、活動宣傳及慈善籌款募捐之用。</p>			
<p>簽署: _____ 姓名(全寫): _____ 日期: _____</p>			
<p>1) 名額以收妥費用作實。</p> <p>2) 如有需要, 參加者可申請減免報名費用。</p> <p>3) 若活動舉行三個小時前天文台懸掛八號風球或黑色暴雨警告訊號, 當日活動將會取消。活動日期、地點將另行通知。</p> <p>4) 除活動取消或改期外, 已繳費用概不退回。</p> <p>5) 已報名者, 不可轉讓或替代。所有缺席當自動棄權處理。</p> <p>6) 已報名者, 不可隨意轉換課程/活動日期。</p>			
<p>電話: 2782 7560 傳真: 2385 3858</p> <p>地址: 九龍觀塘翠屏(北)邨翠樟樓 M2 層 101-105 室</p> <p>電郵: <a href="mailto:coparenting@cmac.org.hk">coparenting@cmac.org.hk</a> 網址: <a href="http://www.coparenting.org.hk">www.coparenting.org.hk</a></p>			