



Touchstone Family Association
Strengthening Family • Building Community

和心圈

心安自在 和樂同心

為列治文家庭提供8週免費家長成長小組

✿ 在支持與關懷中同行 ✿

這是一個同行支持的家長小組，在安全的氛圍中分享經驗、一起學習正面溝通，促成更健康、和諧的家庭關係。

小組焦點

- ✿ 加強伴侶和家庭溝通
- ✿ 認識家庭相處模式
- ✿ 學習正面情緒管理
- ✿ 建立健康的規律與界線
- ✿ 探索自我認同與核心價值
- ✿ 認識青春期的轉變
- ✿ 支援孩子建立健康的朋輩關係
- ✿ 協助養成健康的螢幕習慣
- ✿ 重建親子間的信任
- ✿ 描繪長遠的家庭和諧計畫

Group Details

- 🕒 星期四早上10點至12點
- 📅 2025年10月 30日 -- 12月18日
- 📍 210 - 3031 Viking Way, Richmond, BC V6V 1W1
- 💬 國語或粵語

Contact Us:



Amy Chan
註冊臨床心理輔導員
直線電話: 604.207.5034
電郵地址: achan@touchfam.ca

Joey Tam
註冊臨床心理輔導員
直線電話: 604.207.5050
電郵地址: jtam@touchfam.ca



<https://touchstonefamily.ca/>