



Family Connections Centers

家庭聯繫中心的存在是為了發展強大健康的家庭，並建立Portola和Excelsior區蓬勃發展的社區。家庭聯繫中心提供機會讓不同背景的人一起共同合作，分享文化，價值觀，知識以及資源。

PORTOLA CENTER
2565 San Bruno Ave.
San Francisco, CA 94134
415.715.6746

EXCELSIOR CENTER
5016 Mission St.
San Francisco, CA 94112
415.333.3856

www.fccenters.org

多種語言項目 · 檢定教師和富經驗職員 · 免費或按收入收費

早期兒童教育

FIRST STEPS 是一個供有6-36個月孩子的家庭的每月遊戲組。家長／照護者和他們的孩子互動，以建立健康的親子和親連關係。孩子在遊戲組中學到社交、情緒和認知技能，以及發展友誼。由專業教師領導，活動包括自由遊戲、讀寫文化、手工藝、舞蹈、圈聚時間、小吃等。

POP N' PLAY 是將運動、音樂和閱讀融入活動的遊戲小組，並創造一個有趣的學習空間。課程的訪客包括圖書館員、舞蹈老師和藝術家。免費報名。

我們獲得許可証的學前班 是一項基於學術和遊戲的計劃，支持孩子表達他們的創意，發展他們的社交情感、數學和識字技能，並為幼兒園做準備。



讀寫文化

早期讀寫文化提供一個歡樂和參與的環境，供家長／照護者學習策略，在家支援他們的孩子和增加他們使用工具的自如。

朗讀是我們計劃的一個重要部份。一名讀寫文化的專家、教師或本地的圖書館員主持每個星期的坐在膝上閱讀的活動。朗讀包括唱歌、書本、押韻、動作／舞蹈，以及美術和手工藝，參與兒童和家長／照護者的語言及讀寫文化的發展。

在Family Connections, 我們周圍都是關心和愛。

—Cecilia, 9歲



幼兒園 - 五年級

HOMEWORK CLUB 家課會是一個一至五年級的課後計劃，強調讀寫文化和學業。計劃提供小吃、戶外遊戲、家課協助，以及充實的活動包括烹飪、美術和運動等。

我們的暑期學業充實計劃為幼稚園至五年級的孩子提供活力充沛的學業課程，包括加固讀寫文化和數學能力，以及令人興奮的康樂和美術活動。兒童從動手的活動以及每個星期的外出活動，探索美術和科學、體育和康樂、自然和書本。

成為 Family Connections 群體的一份子，我們整個家庭都感到幸福。我們兩名女兒從 Family Connections 出色的計劃成長。

—May L., 家長





家庭支援

個案管理服務社區。一名專責的倡議工作者，和家長／照護者合作，訂定個別化的服務計劃以走向穩定。

免費尿布 家庭關係中心為有需要的家庭提供尿布。

食物補助計劃 我們的食物補助計劃適用於面臨糧食不安全問題短缺的家庭。我們為每個家庭提供新鮮農產品和其他食物。

教育講習會包括不同的專題，幫助家長／照護者學習他們孩子的发展階段、在家促進入學就緒的策略、申請學校、正面行為、以及在學校為他們的孩子爭取權益、家庭經濟穩定等。

家長顧問委員會是一個供家長／照護者分享有關社區資源、回饋項目和服務、計劃群體活動、在社區為家長爭取權益，以及培養領導能力的論壇。

親子之道班幫助家長／照護者鼓勵孩子的正面行為，和加強他們的關係。在此以證據為基礎的互動計劃中，家長學習如何改善他們孩子的合作、減少行為不檢和減少家長壓力的方法。

我們的懷孕前系列是由護士，助產士與職員主持的講習會和動手課程，幫助母親健康懷孕和學習照顧健康嬰孩的最佳方法。參與者將收到自理和嬰孩護理的物品。

每周支援小組為家長／照護者提供機會，通過講習會、簡報會和文化活動，討論關注、分享提示和探索親子之道以及兒童發展等專題。



健康和福祿

預防疾病講習會和診所，由一名公共健康護士及其他服務者領導，提供多種專題講座，包括災難應變準備、預防感冒、取得定期健康檢本之重要，和傳染病等。

每星期的運動班，提供給家長／照護者，而他們的孩子則同時參與我們眾多計劃樂在其中。課程包括瑜伽、太極、普拉提等等。

在健康飲食，營養和烹飪班，參與者學習為他們家庭準備健康、好味和可負擔的膳食。此課程包括動手的烹飪示範，品嚐和帶回家的工具等。

此難以置信的支援，使我們的家庭持續回來。不論在我們生活發生什麼，Family Connections均在這裡幫助我們，我們的孩子和我們的孫兒女。

—Flora C., 祖母



社區

社區活動在一個安全的，令人感到受歡迎的環境，提供機會讓家庭社交、交誼、分享文化和歡樂！這些活動包括美術和手工藝、遊戲、娛樂和小吃。

