



各位家長：

「心靈又電」家長鬆一鬆互助小組

本校將與香港學生輔助會-正向人生自學計劃合作舉辦「心靈又電」家長鬆一鬆互助小組，旨在透過運動伸展、靜觀、正向思維等方式的鬆一鬆時間，讓家長可以在小組中學習減壓的方法，幫助家長舒緩在日常教養子女的壓力，建立彼此的支援網絡。小組的內容如下：

活動名稱	「心靈又電」家長鬆一鬆互助小組
日期	7/12、14/12、4/1、11/1、18/1、25/1、1/2 (星期四)
時間	上午 9:30-11:00
目的	<ul style="list-style-type: none"> ■ 小組內容包括： ■ 運動伸展、靜觀、正向思維
講座語言	廣東話
對象	全校家長
名額	15 位家長(若家長無故缺席將影響日後參與家教會活動之機會，敬請留意)
地點	地下活動室
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>若參加人數超過上限，名額將會以抽籤方式決定，屆時由校方代表及家教會代表共同進行</u> 2. 入選結果會作個別通知 3. 活動名額有限，請儘早報名 4. 出席全部 7 節小組的參加者可獲得額外 3 個「福小正向家長學院」學分 5. 活動如有需要修訂，學校有最終決定權

請家長於 21-11-2023 (星期二) 或以前填妥本電子通告回條，如有查詢，請致電聯絡學校社工古燕玲姑娘。(家長出席每節可獲「福小正向家長學院」學分 1 分)

主席 黃劍青

二零二三年十一月十四日

2023/24 家長教師會通告第 (E025) 號

回 條

黃主席：

「心靈又電」家長鬆一鬆互助小組

本人已經詳細閱讀家長教師會通告第 E05 號，並清楚明白其內容。

本人 * 樂意參加「心靈又電」家長鬆一鬆互助小組。

未克參加以上小組。

() 班學生 _____ () 家長簽署：_____

聯絡電話：_____ 家長姓名：_____

二零二三年十一月 _____ 日

*請在適當 加