

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學

家長教師會

致：各家長

日期：11-09-2018

由：家長教師會主席

通告編號：PTA01/2018-2019

事：「家長加油站」交流會

家長教師會將舉辦「家長加油站」交流會，我們希望透過是項活動，讓家長和校方能有機會輕鬆交談，互相勸勉，協助子女愉快、健康地成長。本學年第一次加油站詳情如下：

|    |   |
|----|---|
| 日期 | 20-09-2018 (星期四)  |
| 時間 | 下午 12:45-1:30 午膳<br>下午 1:30-3:30 家長情緒教練培訓課程<br>東華三院賽馬會「家·加愛」中心社工負責 (備註) |
| 地點 | 家長教師會資源室／學生活動中心 (307 室)   |
| 費用 | 本會提供午膳，費用全免。  |

- 備註 —— 目標及內容
- 以澳洲所研發、具科學實證的 Tuning in to Teens 「家長情緒教練」課程為藍本。
  - 介紹四大類型親子教育風格，協助家長處理親子衝突。
  - 透過瑜伽式子及正念練習 (呼吸、身體掃描等)，協助家長舒展筋骨和覺察自己的身體需要，舒緩生活壓力。
- 參加家長宜穿著運動服裝。
- 本課程共四節，餘下三節上課時間待確定後再以通告通知全校家長。

歡迎家長踴躍參加，請填妥回條並交回班主任。如有問題，請電 3705 1835 向何淑英老師或 2640 4968 向吳恩榮副校長查詢。

回 條

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學家長教師會主席：

有關 貴會通告 PTA01/2018-2019 【「家長加油站」交流會】，本人已知悉。

本人  參加是次(20-09-2018)加油站。姓名：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

參加人數合共：\_\_\_\_\_ 名

因事未能參與。

學生姓名：\_\_\_\_\_

班 級：\_\_\_\_\_ ( )

家長姓名：\_\_\_\_\_

家長簽名：\_\_\_\_\_

與學生關係：\_\_\_\_\_