

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 下午 1:30-3:30 家長情緒教練培訓課程 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：_____