

聖公會基德小學

致學生家長函-----「做個健康快樂父母」身心靈減壓工作坊

敬啟者：

現今的家長不但需要兼顧不同的角色，更要應付家庭裡各樣需要，長期積壓了很多負能量，可能影響家中成員之間的日常相處。為了提高家長對其身心靈健康的關注，舒緩管教和家庭壓力，從而促進正面的親子關係；本校學校社工舉辦「做個健康快樂父母」身心靈減壓工作坊。現誠邀 貴家長參加，有關詳情臚列如下：

日期	時間	地點
2019 年 1 月 2 日 (三)	下午 1 時 45 分至 3 時 15 分	圖書館
2019 年 1 月 9 日 (三)		
2019 年 1 月 16 日 (三)	上午 10 時至 11 時 30 分	禮堂

內 容：介紹身心靈健康模式、體驗減壓練習、認識培養或舒緩情緒的方法等

負 責 人：陳澤杰先生(學校社工)和劉芷蕎姑娘(實習學校社工)

現請 貴家長填妥回條，並於二零一八年十二月十八日或之前交予班主任為荷。如有查詢，歡迎致電 2320-3077 與學校社工陳澤杰先生或實習學校社工劉芷蕎姑娘聯絡。

此致

貴家長



校長 _____

林結儀

主曆二零一八年十二月十五日

2018 年度上學期 112

回 條

(訓輔組)

敬覆者：接獲有關「做個健康快樂父母」身心靈減壓工作坊函，本人知悉一切。

本人* 會 / 不會 參加「做個健康快樂父母」身心靈減壓工作坊。

此覆

聖公會基德小學林校長

() 年級 () 班

學生姓名：_____ ()

家長簽署：_____

家長姓名：_____

主曆二零一八年十二月 () 日

*請刪去不適用部分

*請班主任於十二月十九日或以前，將報名參加之回條交給杰 sir 或實習社工劉姑娘跟進。

