

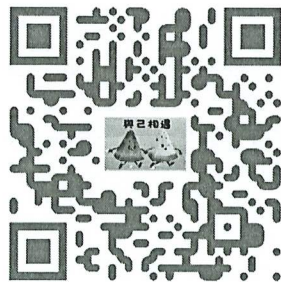
獅子會蔣翠琼中學
2024-2025 年度 家長通告(021)
「與己相遇家長共修小組」

敬啟者：

作為家長，必定關心子女成長的身心發展，例如交友、學業、上網等；面對不同的擔心，家長可能會無從入手，又或尋求不同的方法與子女溝通、解決，可是往往未必得到積極的回應或相應的效果。有見及此，學校社工將舉辦共 7 節的家長小組，希望透過靜觀體驗等不同活動，令家長學習覺察自己的情緒變化，以及情緒背後所隱藏的需要，舒緩管教及生活上的壓力；同時建立家長間互相支援的網絡，讓家長學習自我關懷，從而改善親子關係，望 貴家長能踴躍參與。有關家長小組詳情如下：

日期： 2024 年 11 月 16 日、11 月 30 日、12 月 14 日、
2025 年 1 月 11 日、2 月 8 日、3 月 1 日、3 月 22 日
(共 7 節，全星期六)
時間： 上午 11:00 至下午 12:30
地點： 學校 411 室
活動內容：呼吸練習、靜觀活動、頌鉢放鬆體驗等
活動人數：8 至 10 人

如 貴家長有意參與，請於 2024 年 11 月 11 日(一)或之前掃瞄下方二維碼填寫表單。小組名額有限，能夠出席節數越多的家長將優先考慮。如成功報名，稍後將有專人聯絡。如有查詢，歡迎致電 2614-7938 與周嘉慧副校長或學校社工陳文偉先生聯絡。



<https://forms.gle/JPoTtKPgDqxFrQrK7>

此致
貴家長



郭銳涵校長

2024 年 11 月 6 日