

打鼓嶺嶺英公立學校
通告 2018062 號
開心學堂 — 「壓力層層疊」講座家長講座

敬啟者：

管教孩童，為父母帶來不少情緒，影響親子關係。本年度學校參與了明愛向晴軒「心命種籽心靈創傷社區支援計劃」，藉著計劃中一系列的講座及工作坊，協助家長了解自身情緒、情緒如何影響親子關係及提升家長管理情緒的能力，第二場講座內容如下：

- (一) 講座日期：2018年11月12日(星期一)
- (二) 講座時間：上午10時15分至上午11時45分
- (三) 講座地點：本校禮堂
- (四) 講座內容：
 - 1. 認識壓力對身心靈的影響
 - 2. 良性壓力與惡性壓力
 - 3. 睡眠與情緒
 - 4. 簡單減壓方法
 - 5. 壓力之代代相傳

- (一) 集散地點：上水彩園邨行車入閘口前方
- (二) 集合時間：上午9時30分
- (三) 回程時間：中午12時正
- (四) 對象：本校學生家長(名額：60人)
- (五) 車費：每位\$20(一經報名，車費將從學生智能繳費戶口中扣除)
- (六) 備註：如香港天文台發出紅色及黑暴雨警告訊號，或正懸掛八號或以上風球時，不論當時天氣如何，活動將自動取消。

請家長填妥下列回條，於**2018年11月5日(星期一)或之前**交回班主任辦理。如有查詢，請致電26598839與李依穎姑娘聯絡。

此致
各位家長

校長：_____ (朱國強)

2018年11月1日

----- ✂ ----- 回 ----- 條 ----- ✂ -----
通告 2018062 號

開心學堂 — 「壓力層層疊」講座家長講座

敬覆者：

本人已知悉上述通告內容，並

* 出席 開心學堂—「壓力層層疊」家長講座，將 自行 / 乘坐校車到校。

未克出席 開心學堂—「壓力層層疊」家長講座。

此覆
打鼓嶺嶺英公立學校朱校長

() 班 學生姓名：_____ ()
家長姓名：_____
家長簽署：_____
日期：_____

註：*號表示請在適當的內加上✓號。