

海怡寶血小學

二零二一至二零二二年度 親子靜觀瑜伽工作坊事宜

敬啟者：

本校一向關心學生成長，重視家校合作。為提升親子關係，支援子女在成長上的需要，我校邀請了香港青年協會青苗計劃 資深社工石秀雲姑娘，為家長安排了「親子靜觀瑜伽工作坊」，費用全免。

資料如下：

| 親子靜觀瑜伽工作坊 | |
|-----------|---|
| 目的： | 1. 建立對個人情緒的覺察、接納、調適及表達能力 2. 提升回應孩子情緒的能力 3. 強化親子間的連繫及溝通，提升親子關係 |
| 日期/時間： | 2022 年 1 月 22 (星期六) / 上午 9:30 - 11:30 |
| 地點： | 地下大會議室 |
| 對象： | 家長及學生長 (一個家庭只安排一位家長出席) |
| 人數： | 12 對 |
| 內容： | 親子靜觀瑜伽 |

備註：

1. 活動請準備舊毛巾仔兩條作抹手用途，及穿著運動或較輕便服裝；請帶備足夠防疫用品。
2. 請於 1 月 14 日(五)或之前，點選電子通告的有關選項。由於名額有限，如參加人數超過名額，將以抽籤形式決定。無論抽籤成功與否，學校會於 11 月 19 日或之前，透過 Eclass Parent App 通知已報名的家長有關安排。如有任何查詢，可與馮淑敏副校長聯絡。

此致
貴家長台鑒

校長

黃德才

謹啟

二零二二年一月十一日

通告<e246>