

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」改以網上進行

敬啟者：

因應冠狀病毒病疫情持續不穩定，政府昨天宣佈 1 月 14 日(星期五)或之前，幼稚園及中小學停面授課堂至農曆新年假結束，因此，早前報名參加「親子靜觀瑜伽工作坊」的家長及學生(見<e246>)，我們決定會改以網上進行，如仍未報名工作坊但有興趣的親子，亦可於當天透過以下網上連結，登入參加活動，活動資料如下。：

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
內容：	親子靜觀活動(五感遊戲、靜觀進食、靜觀伸展、靜觀呼吸等.....)
講者：	香港青年協會青苗計劃 資深社工 石秀雲姑娘
日期/時間：	2022 年 1 月 22 (星期六)/ 上午 9:30-11:00
對象：	小一至小三家長及學生長
備註：	請預備：輕便服裝、提子乾數粒、紙巾一張
網上連結 (Zoom)：	https://us02web.zoom.us/j/83289359681?pwd=QmZ2MU5laTVKT1E0NGd0SkE2bUgwZz09 會議 ID：832 8935 9681 密碼：488699

注意事項：

1. 是次工作坊會以網上的形式_Zoom 進行，家長需預先下載 Zoom 軟件。
2. 參加的家長當天請提早 5 分鐘進入 Zoom 的連結，即上午 9 時 25 分。
3. 在工作坊前，請先在「個人設定」以 貴子女的班別及中文全名作用戶名稱，如 2A 陳小文。
4. 如對活動有任何查詢，可致電 5802 2400 聯絡學校社工 王姑娘。

此致

貴家長台鑒

校長

黃德才

謹啟

二零二二年一月十七日