



2024/2025 年度 通告(259)

家長身心靈健康系列(4)-家長茶藝舒壓工作坊

敬啟者：

家長的身心靈健康是子女全面發展的重要基礎，涵蓋身體、心理、社會和情緒等方面。故本校訓輔組於本年度特意推出一系列的「家長身心靈健康」活動，旨在聚集家長共同參與，分享和學習保持身心靈健康的各種策略。這些活動不僅促進家長之間的交流，還能加強家庭支持系統，建立積極的家庭環境，從而為兒童的健康成長提供更有力的保障。有關工作坊的詳情如下：

活動目的：	透過認識和體驗茶藝，家長能夠培養專注力，並享受泡茶和品茶所帶來的寧靜，以達致身心放鬆。
活動內容：	<ul style="list-style-type: none">➤ 認識茶的背景與益處➤ 認識自己的體質與茶飲選擇➤ 認識健康飲茶指南➤ 體驗泡茶及品茶
日期：	21/3/2025 (五)
時間：	上午10時至11時30分
地點：	學校禮堂
對象：	全校家長
名額：	20名(如報名人數超過名額，將以抽籤方式決定)
費用：	全免
負責人：	學校社工羅文靜姑娘
講者：	高級茶藝師 簡美儀小姐
備註：	<ol style="list-style-type: none">1. 取錄名單將於3月20日或之前透過eClass家長程式通知家長。2. 請家長保留此通告，留意工作坊日期及時間。3. 講座以廣東話進行。4. 此講座為家長學院課程，參加者可獲得3分。本學年尾結算時，如家長獲得12分或以上，將獲頒發證書，以作嘉許。5. 每位參加者均可獲贈紀念品乙份。

請 貴家長於19/3或以前填妥回條，以便辦理。如有查詢，請致電26702297與學校社工羅文靜姑娘聯絡。

此致

貴家長

粉嶺公立學校校長



余美賢 謹啟

2025年3月14日

2024/2025 年度 通告(259)

家長身心靈健康系列(4)-家長茶藝舒壓工作坊回條

學生姓名: _____ ()

班 別: _____ 班

敬覆者：

本人 參加 / 不參加 貴校於 3 月 21 日舉辦之家長茶藝舒壓工作坊。

此覆

粉嶺公立學校校長

家長姓名: _____

家長簽署: _____

聯絡電話: _____

二零二五年 月 日

*請在適當的 內加 ，並於 3 月 19 日或之前填妥電子通告。

負責老師：學校社工羅文靜姑娘