



石籬天主教小學
2023-2024 年度通告第(360)號
學習支援計劃-「關愛自己」家長療癒舒壓小組

敬啟者：

透過藝術及靜觀活動，讓家長在療癒的氣氛下關顧自己，建立對個人的情緒察覺、接納及表達能力，從而提升家長的身心健康。透過小組凝聚家長互相支持的力量，舒緩親職壓力，調整親子溝通與互動。詳情如下：

日期	2024 年 4 月 29 日、 5 月 6、13、20 日 (逢星期一，共 4 節)
時間	早上 8:30-10:00 (每節 1 小時 30 分鐘)
地點	學校 G12 室
對象	一至六年級懷疑或已確診患有特殊學習需要學生之家長(約 8-10 人)
內容	呼吸練習、馬賽克手作、禪繞畫等靜觀及藝術元素；小組分享等
講者	香港青年協會青苗計劃註冊社工
費用	全免
備註	1. 如上述活動當日上午七時天文台仍然懸掛 8 號或以上颱風信號，或紅色、黑色暴雨警告信號仍然生效，又或教育局宣佈停課時，上述活動將會改期，家長無須回校。 2. 參加者請穿著舒適服飾(避免穿著裙子)及整潔襪子出席小組。 3. 參加者請預留時間出席四節小組以擁有整全的小組感受與得著。 4. 活動相片將會於學校網頁或社交媒體上發佈及作內部分享或檢討用途。

敬請 台端填妥回條，並於 4 月 25 日前交回喬慧儀主任彙辦。如有查詢，歡迎致電 24203186 聯絡喬慧儀主任。

此致
貴家長



梁汝輝校長謹啟
二零二四年四月二十二日

回條

敬覆者：

頃閱 貴校 2023-2024 年度通告第(360)號，有關「學習支援計劃-『關愛自己』家長療癒舒壓小組」事宜，已知悉有關內容。

* 本人 有興趣參加上述家長小組。

本人 未克參加上述家長小組。

此覆
石籬天主教小學

_____ 班 學生姓名：_____ ()

家長簽署：_____

家長姓名：_____

家長聯絡電話：_____

日 期：_____

*請在適用的內加上✓