



鄧 肇 堅 維 多 利 亞 官 立 中 學
家 長 教 師 會

(家教會24/25-01)

會址：灣仔愛群道5號

電話：2573 6962

各位家長：

家長講座

本會一直積極推廣家長精神健康的重要性，很多人都說要關顧孩子和學童的精神健康，其實父母的精神健康也很需要得到關注。愛孩子的同時，別忘了愛自己。因此本會將於11月5日（星期二）舉辦EQ及壓力管理工作坊。

有關工作坊的詳情如下：

主題：	EQ及壓力管理工作坊
內容：	讓家長認識情緒的本質與發展元素，了解什麼是情緒智能及如何提升情緒智能，從而面對及管理壓力，讓家長掌握如何協助子女正確處理壓力。
導師：	聖雅各福群會 灣仔綜合家庭服務中心社工
日期：	2024年11月5日（星期二）
時間：	晚上5:30至7:00
地點：	本校201室（2/F）
名額：	15位家長
費用：	免費

請於11月1日（星期五）或之前回覆。若有任何查詢，請致電2831-7746 蔡詠妍老師或2831-7763 雲大冠老師。

主席

潘頌德

二零二四年十月二十五日

回 條

(家教會講座24/25-01)



潘主席：

本人已知悉有關11月1日的家長講座事宜，並會/不會*出席。出席人數：_____

學生姓名：_____ (班 號)

家長姓名：_____

家長簽名：_____

聯絡電話：_____

*請刪去不適用者

二零二四年 月 日