

浸信會永隆中學家長教師會
2024-2025 年度家長減壓工作坊

敬啟者：

為協助家長舒緩壓力，提升身心靈健康，改善個人心理和生活質素以達至提升家長正向管教能耐，本會將於 2025 年 1 月舉辦以下的家長減壓工作坊。誠邀 閣下參加，詳情如下：

課程名稱	<p>禪繞畫班</p> 
日期、時間及地點	<p>17/01/2025 (星期五) 09:30-11:00 地下家長資源中心 (G03 室)</p>
課程介紹	<p>禪繞畫源自美國，為近年十分流行的療癒藝術。禪繞畫課程具有高品質又有文藝復興風格的特色。工具簡單，技巧不高深，只需要一枝筆就能夠創作，任何人都能易學易懂。透過研習禪繞藝術，可與內在心靈溝通，學習用更佳方式善待自己。</p>
課程費用	<p>按金 \$100 (將於出席並完結課程後即場退回) *課程費用全數由家長教師會津貼</p>
導師	Zenus x MindHub Academy 導師
人數	每班 20 人
家長學堂學分	2 分

備註：

1. 若報名人數眾多，本會將以抽籤形式決定入選名單，抽籤結果將於 10/1(五)公佈。
2. 本會將以短訊形式，通知入選的家長於 13/1(一)或 14/1(二) 11:45-13:20 到學校地下家長資源中心(G03 室)辦理確認報名手續及繳費，家長亦可委託子女代為辦理。
3. 如未能於上述時間繳費者作放棄論。名額將由候補補上。
4. 為便利家長之間的交流，敬請參與活動的家長不要攜同子女出席，不便之處，請見諒。

此致

貴家長

浸信會永隆中學家長教師會主席



張濛恩謹啟

二零二五年一月二日



S24180

敬覆者：頃閱來函，知悉有關 2025 年 1 月舉行之家長減壓工作坊事宜。

本人意願如下：

決定參加

參加(✓)	課程名稱	課程費用
	禪繞畫班	\$100 (按金)

聯絡資料如下：

家長姓名	聯絡電話(手提)

未克參加

此覆

浸信會永隆中學家長教師會主席

學生姓名：_____

班別：_____ 班號：_____

家長姓名：_____

家長簽署：_____

二零二五年一月____日