

啟基學校家長教師會
二零二一至二零二二年度 第十號 通告
爸爸媽媽繪本分享會：善待自己

親愛的啟基家長：

考試將至，相信各位爸媽都處於高度準備狀態替子女安排溫習；考試過後，PTA文康組將會舉辦今學年最後一次爸媽鬆一zone系列。今次，講者會以繪本及互動活動進行分享，希望跟大家一起分享如何「善待自己」。

善待自己與情緒復原有密不可分的關係。為人父母，每天都為孩子操心，然而忽略了欣賞自己、獎勵自己，對自己展現善意，給自己一點甜。爸媽須要選擇合適自己的步調，才可昂首步向每一天，輕輕鬆鬆迎接新挑戰。

活動詳情如下：

節目：爸媽鬆一zone系列之爸爸媽媽繪本分享會：善待自己

日期：2022年7月14日 星期四

時間：10:00am-12:30pm

地點：啟基學校藝術樓301視藝室

語言：粵語

名額：5至15位家長（如人數不足，本會有權取消活動）

費用：全免（名額有限，先到先得）

講者：全力愛創辦人兼現任義務總幹事林何佩儀女士及全力愛義工團隊

截止報名日期：2022年7月12日 星期二

備註：

1. 是項活動只限家教會會員參加，但歡迎非會員即時申請入會參加（請在學校網頁下載[入會申請表格](#)，請連同入會費一張支票，支票抬頭請註明「啟基學校家長教師會」。經班主任交本會會籍組辦理）。
2. 『疫苗通行證』已在學校實施，請各參與者確保符合相關要求。同時，本會強烈建議各參與者回校前自行完成快速抗原測試。
3. 本會將於活動期間為學員及製成品拍照，以作PTA及全力愛紀錄或宣傳用途。

有興趣參加以上活動的家長，請於2022年7月12日星期二或之前，填妥電子表格報名：

<https://forms.gle/ZcK1xuxucspEiz5L6>

如對活動有任何查詢，請致電PTA文化及康樂組家長委員 Clara Tai 9250 2999。

此致
貴家長

啟基學校家長教師會主席



劉偉強 謹啟

二零二二年六月二十八日