



有關「愛的摩摩搽」親子按摩工作坊

敬啟者：本校將與香港青年協會的專業導師合作，於 2026 年 5 月 8 日（星期五）晚上舉行「愛的摩摩搽」親子按摩工作坊，讓在職家長及子女一同舒緩壓力，以及增強彼此的關係。此外，適逢 5 月 10 日為母親節，一個為感謝母親而慶祝的節日，更值得在這溫馨節日中與孩子共渡親子時光。工作坊教授家長與兒童規律性按摩的手法、按摩活動如何幫助大腦及神經系統降低兒童的壓力及焦慮，以及有效的學習方法。

「愛的摩摩搽」親子按摩工作坊詳情如下：

日期：	2026 年 5 月 8 日（星期五）
內容：	了解按摩及親子按摩的好處，學習按摩手法及體驗親子按摩，從而提升兒童專注力和穩定情緒，教導兒童學會尊重自己及其他人。
時間：	晚上 7:00 –8:30 (請 6:45 到達禮堂)
地點：	學校禮堂
名額：	15 對親子 (如參加者人數眾多，將抽籤決定)
備註：	學生需穿著整齊體育服出席工作坊

敬請 貴家長於 4 月 30 日前填妥電子回條，及確認傳送回條予校方辦理。如對以上活動有任何查詢，歡迎致電 2491-0256 與駐校社工鍾穎琪姑娘聯絡。

此致
貴家長

黃啟倫校長 謹啟

二零二六年四月二十三日