



敬啟者：

為了促進家長的身心健康，並加強家校之間的聯繫與支援，本校社工將舉辦兩項「身心健康系列的活動」。我們誠邀各位家長暫時放下繁重的家務與工作，透過手作與運動舒緩生活壓力，並建立正向能量，從而成為孩子成長最強大的後盾。其詳情如下：

活動名稱	「織」出一片靜：小袋子編織坊	「伸」展身心：舒壓瑜伽體驗
活動內容：	透過一針一線的規律動作，練習專注與正念，親手製作一個獨一無二的手作袋，感受靜心的力量。	在專業指導下，透過呼吸與溫和的伸展，排解身體積壓的疲勞，重新找回身心的平衡與自在。
活動日期：	2026年5月27日(三)	2026年6月17日(三)
活動時間：	上午10時正至中午12時正	下午3時正至4時正
小組地點：	學校108室	學校101室(致遠軒)
名額：	12位家長	12位家長
活動對象：	本校學生家長(名額有限，先到先得)	
費用：	全免	
負責人：	輔導主任鄧卓明老師，學校社工顏曉彤姑娘	
備註：	成功報名的家長將會於活動一星期前收到短信確認報名	

現請 台端於回條上註明是否有興趣參加有關活動，請簽回回條交予顏曉彤姑娘。如有垂詢，歡迎致電本校2320 4557與鄧卓明老師／顏曉彤姑娘聯絡。

此致
貴家長

校長



謹啟

2026年5月12日



【回條】25366《家長聚樂園》小組

請於5月15日或之前於網上回覆

敬覆者：

來函備悉，本人將會參加以下《家長聚樂園》活動事宜。

- 《「織」出一片靜：小袋子編織坊》
- 「伸」展身心：舒壓瑜伽體驗
- 本人不會參加《家長聚樂園》活動事宜

此覆
基協中學羅校長

家長簽署：_____

聯絡電話：_____

學生姓名：_____

班 別：_____ 學號：_____

2026年____月____日