



基督教香港信義會信義中學

家長教師會通告 21003《第二十二屆優質家長進修學院第一次講座》

21/9/2021

ELCHK Lutheran Secondary School ELCHK Lutheran Secondary School ELCHK Lutheran Secondary School ELCHK Lutheran Secondary School

敬啟者：

優質家長進修學院（簡稱「優院」）有賴各位家長多年的支持，創辦至今已到第二十二屆。走入青少年的內心世界，協助家長了解青少年的心態行為，從而方便父母管教子女，共創家長子女雙贏局面，是優院的宗旨。

本屆優院的第一次講座以「沉迷上網與時間管理」為題，與家長一起探討青少年沉迷上網的原因，如何協助子女避免沉迷網絡，與及如何協助子女提升自我及時間管理，建立健康生活規律。盼望台端能撥冗出席，因著我們攜手的努力，願孩子們能獲得最大的益處！

日期：二零二一年十月七日（星期四）

時間：下午七時三十分至九時三十分

地點：網上舉行（透過 ZOOM 軟件，會議編號：430-993-6029；密碼：278022）

主題：「沉迷上網與時間管理」

- 內容：
1. 探討青少年沉迷上網的原因。
 2. 探討如何協助子女避免沉迷網絡。
 3. 探討如何協助子女提升自我及時間管理，建立健康生活規律。

費用：每位二十元（父母一同參加只收一位費用）

講者：香港遊樂場協會 FEEL3 青少年網絡危機支援服務 項目主任 尹潔燕姑娘

回條交回學校，費用可與回條一併交回。如已於中一迎新日繳交費用，亦請在回條列明。

此致

貴家長

副主席 梁冠芬 謹啟

梁冠芬校長

主席 李婉儀 謹啟

李婉儀女士

二零二一年九月二十一日



【回條】（家長教師會通告 21003《第二十二屆優質家長進修學院第一次講座》）

（必須於九月二十四日或以前交回班主任轉交校務處岑小姐收）

敬啟者：本人將 參與 / 不參與「沉迷上網與時間管理」講座。

出席人數 _____ 位 姓名：_____ 姓名：_____

*費用 20 元已在中一迎新日繳付

學生姓名：_____

家長簽署：_____

班 別：_____ ()

家長姓名：_____

二零二一年 _____ 月 _____ 日

聯絡電話：_____