



# 基督教香港信義會信義中學

家長教師會通告 17010 《第十八屆優質家長進修學院第四次講座》

13/2/2018

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，創辦至今已到第十八屆。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。

本屆優院的第四次講座以「香薰減壓工作坊」為題，與家長一起探討自己的身體及情緒狀態，並學習如何運用香薰療法舒緩情緒，從而達致減壓效果。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：二零一八年三月八日（星期四）  
時間：下午七時三十分至九時三十分  
地點：基督教香港信義會真理堂（窩打老道五十號）  
主題：「香薰減壓工作坊」  
內容：1. 探討自己的身體及情緒狀態

2. 學習如何運用香薰療法舒緩情緒，達致減壓效果

講者：香港青少年服務處 鄭慧齡女士（資深社工）

鄭女士現為註冊社工，現時主力為有特殊學習需要的學生、中小學家長及教師提供專業支援服務。鄭女士於大學期間報讀香薰治療的興趣班，並自始對香薰治療產生濃厚興趣。為了增進香薰治療的知識，鄭女士亦積極進修，並於2015年獲得英國IFA頒發的香薰治療師文憑。現時，她亦正在修讀國際認可的專業精油治療師高級文憑課程，期望可以將所學用於社會服務中。過去一年，鄭女士曾舉辦不同以香薰治療為題的小組及工作坊，如教師減壓工作坊、香薰油DIY工作坊、香薰減壓家長小組等。

費用：每位二十元（父母一同參加只收一位費用）

回條交回學校，費用請於講座當天繳交。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 譚少珊 謹啟  
譚少珊女士

二零一八年二月十三日



[回條]（家長教師會通告 17010 《第十八屆優質家長進修學院第四次講座》）

（必須於二月二十六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「香薰減壓工作坊」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：\_\_\_\_\_

二零一八年 月 日

聯絡電話：\_\_\_\_\_