

五邑司徒浩中學  
家長教師會通告第五號 (2024 - 2025)  
家長講座

敬啟者：

本會將於十二月舉行家長講座，詳情如下：

主題	日期及時間	活動地點	報名費	內容
提升身心健康 舒緩壓力	2024年12月7日 (星期六) 10:00am - 12:00nn	本校禮堂	\$50元 (出席家庭可 於當天退回 費用)	1. 中醫身心靈病因病機概述 2. 座式經絡瑜伽及穴位按壓 3. 中醫膳食調理

壓力困擾不少都市人，面對緊張的工作，令人情志不舒，肝氣鬱結，容易發脾氣及失眠。當遇上壓力，作為家長，又應該怎樣做呢？本會希望透過講座，協助各位家長舒解壓力，保持身心健康。

是次講座由**陳偉雄先生**主講。他是一位資深的註冊物理治療師，從事物理治療師超過 39 年，持續參與專業及社會義務工作。同時，陳先生亦擁有香港大學中醫全科學士，並獲得多個專業認可證書資格，從事中醫行業超過 16 年，為香港中西醫結合醫學會及四際中醫藥研究學院會員，主治範圍包括肌筋疼痛症，中醫治療情志病，抗衰老養生調理等。

有意參加者請填妥以下回條，連同報名費每人\$50元，於十一月八日（星期五）或之前交回負責老師。請用現金或劃線支票支付，支票抬頭為「**五邑司徒浩中學家長教師會**」，支票背面寫上學生姓名、班別及活動名稱。名額 20 對親子，先到先得，敬請踴躍支持。如有任何查詢，請致電 2340 5916 與樊凱琳老師(內線：922)或余佩蘭老師(內線：972)聯絡。

此致

貴家長

家長教師會主席

羅佩詩啟

二零二四年十一月一日

✍

回 條

敬覆者：

本人知悉有關**家長講座**，本人\*參加 / 不參加是項活動。

	出席人數
家長	
子女	
總數	

此覆

家長教師會主席

學生姓名：\_\_\_\_\_ 班別：\_\_\_\_\_ 學號：\_\_\_\_\_

家長姓名：\_\_\_\_\_ 家長簽署：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_ 手提電話：\_\_\_\_\_

(請清楚填寫電話，以便在特殊情況下能聯絡家長)

二零二四年十一月\_\_\_\_日

\*請刪去不適用者