

港九街坊婦女會孫方中小學
家長講座：孩子的考試壓力與精神健康

288e 號通函

敬啟者：

為加強家長對精神健康的意識，幫助家長能更有效支援孩子面對壓力時的策略和方法。本校特邀請實習教育心理學家舉辦「孩子的考試壓力與精神健康」家長講座。讓家長了解子女在面對壓力時的身心反應，以提供相應的支援，讓子女在日常生活中能夠保持良好的狀態，健康地學習和面對挑戰。現誠邀 閣下參與，有關活動詳情如下：

活動名稱	家長講座：孩子的考試壓力與精神健康
講者	實習教育心理學家
日期	2024 年 5 月 19 日（星期一）
時間	上午 8:30-10:00
地點	學校禮堂
內容	➤ 覺察子女面對壓力時的身心反應 ➤ 認識支援子女應對壓力的策略與方法 ➤ 加強家長對精神健康的意識
費用	全免
對象	P4-P6 學生之家長
備注	請報名參與的家長於活動當日 8:20 到達學校禮堂。

如欲參加活動，請於 **5 月 9 日（星期五）或之前** 填妥回條。如有任何疑問或查詢，歡迎與學生支援主任容志華老師聯絡（電話：2661 8896）。

此致
貴家長台照

校長：蔡惠儀 謹啟
二零二五年五月二日

回條

288e 號通函

家長講座：孩子的考試壓力與精神健康

敬覆者：本人已知悉學校 288e 號通函之內容， 本人將*

- ☐ 會 參加上述家長講座。
☐ 不會 參加上述家長講座。

此覆
港九街坊婦女會孫方中小學校長

學生姓名：_____
班 別：_____()
家長姓名：_____
家長簽署：_____
日 期：二零二五年__月__

*請於適用的□上✓

負責老師：容志華老師