



Colégio de Santa Rosa de Lima - Secção Chinesa

Rua de Santa Clara, N.º 21, Macau

聖羅撒女子中學中文部

校址：澳門南灣家辣堂街 21 號 電話：28713702

2025/2026

家點愛家長系列活動之「爸媽情緒療癒有方法工作坊」(中學部)

敬啟者：為促進家長的自我關顧，能在工作及家庭間重建生活的平衡、照顧自己的情緒，從而提升親子間的關係，本校輔導處特舉辦「爸媽情緒療癒有方法工作坊」，現誠邀本校中學家長參與。工作坊內容包括特邀心聆家庭教育及輔導中心的黃嘉琪導師進行講座分享，以及家長情緒療癒的體驗工作坊，透過專注於創造手作的過程達到減壓、放鬆及提升愉悅感，期望家長能在工作坊中增進自我關顧的方法，享受情緒療癒的時光。活動詳情如下：

對象：中學家長

日期：2026 年 2 月 14 日(星期六)

時間：上午 9:30 至 11:30

地點：本校千禧堂

備註：家長可穿著輕便服裝，以便活動進行。

敬請 貴家長於 2026 年 2 月 11 日(星期三)或之前填妥覆函。

此致

貴家長先生

覆函 (剪下交返)



✂

敬覆者： 貴校 2026 年 2 月 6 日有關「家點愛家長系列活動之『爸媽情緒療癒有方法工作坊』(中學部)」通告已知悉。

本人 1 位家長出席 / 2 位家長出席 / 未能出席(請用✓號)(註：父 / 母 / 父母 / 監護人：_____)。

此覆

聖羅撒女子中學中文部

聯絡電話：_____ 家長簽名：_____

學生姓名：_____ 班級：_____ 學號：_____ 2026 年 2 月 ___ 日