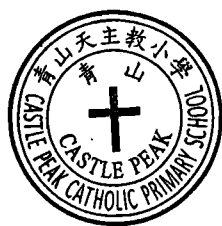


「舒緩壓力伸展運動」家長工作坊

敬啟者：家長每天不辭勞苦照顧孩子，甚或要面對生活上的壓力，的確有時會感到身心疲累。有見及此，本校邀請了屯門區家庭及兒童福利協調委員會舉辦「舒緩壓力伸展運動」家長工作坊，期望家長透過不同伸展招式及呼吸練習，減輕肌肉疲勞及柔軟身體，達至放鬆身心的效果。工作坊詳情如下：

- 日期： 7/11/2022(星期一)
 時間： 上午 9：00 - 10：30
 形式： 本校兩天操場
 對象： 20 位家長
 費用： 全免
 備註：
 1. 家長宜穿著輕便服裝及合適運動鞋。
 2. 如參加人數超逾限額，本會將以抽籤決定。抽籤結果將於活動舉行前透過 Eclass 通知成功參與活動的家長。
 3. 家長進入校園必須符合「疫苗通行証」的要求。
 4. 如有垂詢，歡迎致電 2457 4634 與學校社工梁桂裳姑娘聯絡。

此致
 貴家長台鑒



青山天主教小學

校長 Wang Yuman 謹啟
 (王玉嫻)

主曆二零二二年十月十七日

079/2223 /E

<回條>

「舒緩壓力伸展運動」家長工作坊

敬覆者：本人已知悉有關「舒緩壓力伸展運動」家長工作坊之內容及安排，現回覆

- * 樂意出席，共 _____ 位家長。
 未克出席是次家長工作坊。

此覆
 青山天主教小學校長

() 班學生姓名： _____ ()
 家長姓名(正楷)： _____
 家長簽署： _____
 聯絡電話： _____

備註：請在 內填上 ✓ 號