粉嶺公立學校
新界　粉嶺　粉嶺村
FANLING PUBLIC SCHOOL
FANLING VILLAGE FANLING N.T.
2670 2297
2673 6429
傳真：2668 5371

2026/2027 年度 通告(100)

家長身心靈健康系列(3)- 製作擴香石 X 處理孩子網上成癮的技巧工作坊

敬啟者：

家長的身心靈健康是子女全面發展的重要基礎，涵蓋身體、心理、社會和情緒等方面。上學年「家長身心靈健康系列」活動深受歡迎，減壓成效顯著，因此學校訓輔組於本年度繼續舉辦「家長身心靈健康系列」活動，旨在聚集家長共同參與，分享和學習保持身心靈健康的各種策略。這些活動不僅促進家長之間的交流，還能加強家庭支持系統，建立積極的家庭環境，從而為兒童的健康成長提供更有力的保障。

學校社工將舉辦製作擴香石 X 處理孩子網上成癮的技巧工作坊。有關工作坊詳情如下：

目的：	透過擴香石手作體驗幫助家長紓壓放鬆，並藉由角色代入與互動，深入了解網絡對孩子的吸引力及成癮原因，提供實用陪伴策略與現實替代方案，攜手陪伴孩子健康成長。
內容：	● 製作擴香石 ● 手機成癮互動工作坊
日期：	16/11/2026（一）
時間：	下午1時30分至3時30分
地點：	學校STEM ROOM
對象：	全校家長
名額：	20 名(如報名人數超過名額，將以抽籤方式決定)
費用：	全免
負責人：	駐校社工張鎧嵐姑娘
備註：	1. 此乃家長學院課程之項目，參加家長可獲學分 3 分，本學年尾結算時，如家長獲得 15 分或以上，將獲頒發證書，以作嘉許。 2. 取錄名單將於 11 月 2 日或之前透過 eClass 家長程式通知家長。 3. 請家長保留此通告，留意工作坊日期及時間。 4. 講座以廣東話進行。

鼓勵家長積極參與上述活動並於 10 月 27 日或以前簽妥電子回條。如有查詢，請致電 2670 2297 與駐校社工張鎧嵐姑娘聯絡。

此致

貴家長

粉嶺公立學校校長

2026 年 10 月 20 日　　余美賢 謹啟

2026/2027 年度 通告(100)(回條)

家長身心靈健康系列(3)- 製作擴香石 X 處理孩子網上成癮的技巧工作坊

學生姓名:_____(　)

班　　別: _____

敬覆者：

本人已知悉有關家長身心靈健康系列(3)- 製作擴香石 X 處理孩子網上成癮的技巧工作坊

本人 * ☐ 有意參與是次活動。

* ☐ 無意參與是次活動。

此覆

粉嶺公立學校校長

家長簽署：_____

家長姓名：_____

聯絡電話：_____

二零二六年　　月　　日

*請在適當☐內加“✓”。

負責人：駐校社工張鎧嵐姑娘

(請於 10 月 27 日或之前簽妥電子回條)