




《勤有功、戲更有益！親子關係工作坊》講座

敬啟者：

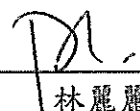
本會將舉辦「勤有功、戲更有益！」親子關係工作坊講座。活動詳情如下：

目標	透過遊戲方式，由家長鼓勵子女一同參與運動，促進親子關係，提升身心健康。	
日期：	21-05-2021(星期五)	
時間：	11:00am - 12:30pm	
地點：	學校禮堂	
內容：	疫情下高達百分之九十五的中小學，不能達到世界衛生組織建議的每天運動六十分鐘，久坐不動及持續長期靜態看電視或電腦的情況激增，容易攝取過多能量而加劇肥胖問題。肥胖兒童因體重負荷過大而影響骨骼關節及下肢的正常發育生長，不利健康。兒童及青少年的運動行為，隨着社會文化轉移而改變。以往小孩可以自由到公園或球場玩耍的文化甚少再現了，現今一切運動行為都由家長主導安排，所以家長需要肩負起孩子參與運動的健康責任，才能夠健康成長。	
適合年級：	全校家長	
費用：	全免	
導師：	<p>雷雄德博士</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 香港浸會大學體育、運動及健康學系副教授 ➢ 許士芬博士體康研究中心副主任 ➢ 於多份報章撰寫專欄文章，從實證科學角度談各類型的運動及健康資訊 ➢ 擔任香港運動醫學及科學學會秘書，與醫護界的專家致力從運動醫學及科學角度探討不同的體育範疇，研究通過科學化訓練的方法，提升鍛鍊成效 ➢ 曾參與電視節目<學是學非>導師嘉賓 	
注意事項及查詢：	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 歡迎家長支持並抽空出席以上活動，並於5月7日(星期五)或以前簽妥回條。 ➢ 凡有興趣參加的家長需要<u>連同\$20的保證金及回條一併交回</u>。<u>\$20保證金將於講座當天發還</u>。如繳付保證金後當晚未能出席的家長，其保證金將會納入資助家教會日後活動經費，敬請留意。 ➢ 如有任何查詢，歡迎致電家長教師會主席林麗麗女士(5116 5690)或鄭雁詩主任(2606 2363)聯絡。 	

此致
各家長會員

第八屆家長教師會主席

2021年5月5日

 謹啟
林麗麗女士

《勤有功、戲更有益！- 親子關係工作坊》講座

20/21-019

(收回條日期：6-7/05)

敬覆者：本人已知悉家長教師會舉辦的活動，並

- 擬出席「勤有功、戲更有益！」親子關係工作坊講座
出席家長人數共()人，並繳付\$20保證金。
- 無暇參與其中

此覆

班別：_____ 學號：_____

保良局王賜豪(田心谷)小學

學生姓名：_____

第八屆家長教師會

家長簽署：_____

註：請在適當加號

聯絡電話：_____