

陳廷三教授的教子方程式

本學年第一場全校家長講座於2018年12月2日在慈幼中學舉行，邀請了香港陳廷三教授再度來澳，講題為「愛子方程式？敢於成為子女情感世界的導師」，雖然地方遠了，但不減父母愛子之心，出席家長有近七十位，陳教授以幽默風趣的手法，表達了愛子實在是沒有方式的，每個孩子都不同，家長不可以照搬人家的方法來教育子女，要因人而異；講座結束後，家長們有著不同的收穫、感悟與期盼。特別是前一天學校派了成績表，家長們反應講座的時間非常吻合，有助反思自己的教子方法，是否為了“求學為了求分數”？是否存在有“贏在起跑線上”的思維？是否有真正關心子女的學習興趣在哪？“人生規劃”是否不重要呢？自己是否同意講者的想法？



潤唇膏工作坊不單滋潤媽媽的嘴唇，更深層潤澤了媽媽的心



本課程在2019年1月19日星期六上午舉辦，再次由張正妍小姐擔任導師。經過一小時的制作，剛好是團團放學的時刻，媽媽們都急不及待把容杯內的各種混合天然材料為團團的皮膚即時補給，場面溫馨感人；彷彿眼前這小淘氣，已將媽媽的心徹底被溶化。這潤唇膏工作坊不單滋潤媽媽的嘴唇，更深層潤澤了媽媽的心。

- 2019.04.13 家教會手藝工作坊五——仿真黏土多肉植物班
- 2019.04.14 全校講座：如何提升青少年的抗逆能力——凌葉麗嫻
- 2019.04.19 深圳親子科學園交流團
- 2019.04.27 親子世遺圖書館之旅
- 2019.04.28 家教會圖書閣講座：閱讀與青年成長——林玉鳳
- 2019.05.11 家教會手藝工作坊六——母親節花束工作坊

活動預告



澳門粵華中學
Yuet Wah College, Macau

澳門得勝馬路18號
18, Estrada da Vitoria, Macau
電話 (Tel): (+853) 2831 5484
傳真 (Fax): (+853) 2833 9302

鳴謝：本會會訊、參觀活動及講座皆獲教育暨青年局
教育發展基金贊助部分經費
澳門粵華中學家長教師會會訊督印：陳文彬校長
編輯委員會：王國強、伍助志、陳聰



澳門粵華中學家長教師會
Parents' and Teachers' Association of Yuet Wah College, Macau

2019年3月第22期



香港親子大旅遊



粵華中學家教會於2018年12月16日（星期日）舉辦親子旅遊，這次活動內容包括參觀香港鐵路博物館及大埔林村樹屋田莊歷奇活動。香港鐵路博物館展示了香港鐵路交通的歷史和發展。館內陳列舊火車站大樓、51號柴油電動機車、窄軌蒸氣火車頭、博物館辦公室及歷史車卡等。大埔林村樹屋田莊提供有益身心的野外活動，例如信任天梯、同心圓、樹屋歷奇活動等，考驗孩子們的膽量和讓他們了解合作的重要性。是次活動不但加強了親子關係，還拓展視野、增加課外知識，讓大家度過了一個非常愉快和有意義的假日。

第十三屆粵華中學家長教師會就職典禮



本屆家教會就職典禮於2月24日上午十時在第三次幹事會結束後隆重舉行，本屆幹事會規模為歷屆之冠，共有39位幹事組成。職禮由劉佩雲家長擔任主持，陳文彬校長及王國強會長先後向各位理監事會成員頒發委任狀，儀式簡單而隆重。



父母如何看待及面對自己和孩子的情緒壓力

2019年1月27日上午，粵華中學家長教師會邀請張仕娟女士到學校禮堂進行“父母如何看待及面對自己和孩子的情緒壓力”講座。張仕娟女士是正念資深導師，國際非暴力溝通中心非暴力溝通認證培訓師候選人，梅村正念學院正念導師培訓畢業生，「正念喜悅生活」創辦人。

張仕娟女士分享了自己的人生經歷，講述自己如何從單身媽媽的沮喪中，振作起來渡過艱難時期，並同女兒一起成長為快樂的人的過程。她提出語言可以表達愛，但也可以成為施加情緒暴力的工具：父母日常的說話，可以傷害孩子於無形。張女士在此工作坊透過介紹「非暴力溝通」及「正念」等概念，以及用瑜伽等放鬆的動作平靜情緒，幫助父母學習平靜、放鬆身心，從語言暴力、情緒角力中解脫出來，掌握愛的溝通，改善親子關係。



粵華、鮑小、慈幼三校家教會齊賀豬年興旺

一年一度的春茗團拜於2019年2月24日上午假小禮堂舉行，本會邀請了鮑思高粵華小學家教會共18位代表出席，另外亦邀請了慈幼學校家教會施美娟會長一起參與這次鮑思高大家庭的聚會，本次活動由康樂部籌劃，蔣偉虹幹事擔任司儀，在陳文彬校長、黎慧芬校長、王國強會長及周可環會長致辭後，先來一個大合照，大伙兒急不及待享用由黃少紅部長悉心安排的美食，同場加插一場猜燈謎遊戲，由李麗虹幹事主持，氣氛相當熱鬧，共有十位幸運兒獲得了小禮品。在團拜結束前，一位重量級嘉賓登場，李益僑助理校監為大家致辭及祝福，最後由龔抗行副校長及伍志校助引領鮑小家長參訪校園及本會圖書館。



“擁抱愛——第九屆社區性教育推廣活動”的啟動儀式於12月1日下午在友誼廣場舉行，正式揭開為期三個月性教育推廣活動。本會被邀請舉辦一場以性教育為題的工作坊，得到澳門黏土手工藝推廣協會的蕭玉儀導師指導，設計了一套兒童人體的輕黏土筆記簿，其理念是由家長協助小朋友一起在筆記簿上砌出兒童的身體，讓小朋友從中認識身體重要的部位，再為其穿上衣服，非常有創意及貼題，難怪大受現場家長的歡迎。其間教育暨青年局松柏生局長及梁慧琪副局長等嘉賓到場打氣。本次活動由康樂部承辦，感謝黃少紅、葉瑜平、李麗虹、劉佩雲及蔡靜瑜家長協助。

兒童人體筆記簿——推廣性教育，由家庭做起



未成年人法律責任暨法律系升學與就業

2019年2月23日上午圖書館舉辦了“未成年人法律責任暨法律系升學與就業”講座，由何金明律師主講。何律師為大家介紹了家庭綱要法、家暴法、民法中有關未成年人的法律責任，詳細說明了是十四周歲、十六周歲的歸責問題，並且介紹澳門法律就業範疇，包括公共法律體系、私人機構以及自由執業等。講座後多位家長向何律師提問，大家更清晰地了解父母與子女之間的法律權責，期盼可以舉辦一場全校學生講座，藉以加強“仔仔”的法律知識及對未來攻讀法律學系有更明確的目標。



骨骼保健常識

2019年1月26日上午圖書館舉辦了“骨骼保健常識”講座，由澳門科技大學醫院臨床醫學博士、骨外科專業譚文成醫生主講。譚醫生為大家介紹了骨科常見病，如頸椎退化性關節炎、五十肩、網球手、媽媽手等症狀的診斷及治療，並且介紹澳門醫生的就業範疇，包括公共醫療系統、民間醫療機構以及社會服務設施。講座後多位家長向譚文成醫生提問一些骨骼常見病或者舊傷的治療方法，譚醫生一一回答，大家滿載而歸。

