



獻主會溥仁小學家長教師會

Po Yan Oblate Primary School P.T.A.

會訊

第三十七期 2024年6月

地址：九龍樂善道15號

電話：23823474

傳真：23834403

電郵：

poyan@poyan.edu.hk

代主席心聲

大家好，光陰似箭，歲月如梭，我認識溥仁已經將近 10 年了，慶幸能當上代主席，感謝余校長、曾副校長和教職員的支持和幫助，令家教會順利舉辦各項活動，當然少不得熱心的家長義工們，有賴他們的積極參與和支持，令家教會活動錦上添花。

在未來的日子，家教會繼續以家、校溝通的橋樑為定位，透過緊密聯繫，讓校長、老師、家長及學生攜手建立互相關懷、互相幫助的校園文化，以締造一個健康和諧的校園。最後，衷心希望大家積極投入家長義工團隊和踴躍參與家教會舉辦的活動，一齊實踐「家校合作」，陪伴我們的孩子在「溥仁」這個大家庭快樂地成長！

祝大家身心康泰，生活愉快！

家長教師會代主席

沈詠儀



沈詠儀 女士

第十四屆家長教師會會員大會

本年度家長教師會周年會員大會已於2023年12月22日假本校禮堂進行。會上，依次由余詩慧校長致歡迎詞，第14屆家長教師會代主席沈詠儀女士進行會務報告及本年度各項活動的預告，司庫何嘉敏老師作財務報告，與會家長為一些議題表決。適逢聖誕節，家長教師會特別準備聖誕禮物送給每位學生，亦安排了家長抽獎活動，令本屆的周年會員大會的氣氛更為熱烈。



家長新春團拜暨 「中華傳統美食製作家長工作坊」 及「新春加甜顯愛心」

為了共賀新春，家長教師會以往都會舉辦新春團拜活動。由於過去數年的疫情限制，已有三年暫停舉辦此活動。隨著疫情的過去，本年的新春團拜已於2024年2月22日舉行。這次的復辦，意義很大。活動目的是希望透過團拜，給與家長互相祝賀的機會，並進行聯誼活動。



當天家長參加了「中華傳統美食製作家長工作坊」，一起學習製作雪花酥；這是一款簡單易做、口感香甜的節日小吃。在製作過程中，家長們專注投入，互相協作。他們仔細掌握每個步驟，熟練地揉捏、翻拌、包裝，最終完成了一盒盒精美香甜的雪花酥。製作完畢後，家長安排了「新春加甜顯愛心」活動，家長親自將製作好的雪花酥送到課室給學生享用，學生們收到這份禮物都顯得十分高興呢！為增添當日的歡樂氣氛，委員們還預備了豐富的禮物作團拜抽獎。大家在一片歡樂聲中度過了一個既溫馨又輕鬆的下午！



2023至2024年度家長講座

「父母是孩子最好的教練」講座



今年的新春活動非常豐富，包括「家長講座」、「中華傳統美食製作家長工作坊」、「新春加甜顯愛心」及「家長新春團拜」。

當天的家長講座主題是「父母是孩子最好的教練」，講者是陳敏兒女士（善別輔導員、演藝人、沙維亞專業輔導認證輔導員、6A家庭教育培訓導師、家長匯習創會會長）。這次的講座讓家長明白溝通的重要性，認識有效的溝通方式，從而與伴侶和孩子之間建立和諧的溝通。當天參與的家長們無不全神貫注地聆聽，並積極提問互動，充分表達了對講座內容的濃厚興趣。講座內容豐富，為家長們帶來了許多有價值的育兒經驗和教育理念。家長們紛紛表示，這次講座讓他們開闊了眼界，增強了育兒信心，獲益良多。

家長活動 - 「中文大學華南草藥園導賞團」 及「The Edible Projects X 秀樺廚房」

四月是一年中最好的月份，冬天的寒冷逐漸褪去，春天的氣息越來越濃鬱，大自然開始呈現萬物復甦的景象。故此，本校特別安排「中文大學華南草藥園導賞團」活動，讓家長可以放鬆身心，感受大自然生活的寧靜及美好。活動中除了向家長介紹以魚菜共生種植系統培植的中草藥外，還安排家長參與培苗及自製蚊香工作坊。導賞後，家長乘搭專車至社企餐廳「The Edible Projects X 秀樺廚房」進行慈善實習午餐。是次午餐專為有特殊學習需要的青年人安排實習場景，在不同的餐飲崗位服務客人，以建立自信。午餐期間，導師介紹如何協助有特殊學習需要的青年發揮潛能，融入社群及職場，對建立共融社會貢獻一分力。



家長瑜珈班



為令家長學習放鬆心情，本校特別誠邀家長義工Jennifer Yim為家長舉辦瑜珈班，希望為家長安排「ME TIME」時間，並透過瑜珈增強肌肉彈性與關節活動度，使生活中的壓力轉化為活力，從而令身心放鬆，達致身、心、靈平衡。

是次活動主題環繞初級瑜珈，練習由淺入深，提升家長對身體覺知以及穩定性，為體位法打好基礎，亦希望藉着瑜珈，讓家長進一步提升他們的身體質素。家長們都表示活動十分有趣呢！



家長帆船體驗活動暨『照片療法』家長工作坊



為建立家長義工的團隊精神，並促進高效友善溝通，本校與SAILABILITY HONG KONG LIMITED協辦家長帆船體驗活動。活動由專業教練教授有關駕駛帆船的知識和技巧，並協助及指導遵守水上安全守則。家長們表示活動刺激兼具挑戰性，學校能為家長安排此一次活動，實在難得。

同時，是次活動中亦與LEX CENTRE協辦「照片療法」家長工作坊，家長透過照片療法體驗自我連結，與自己內心進行對話，並在過程中探索教養中的優勢與挑戰。



家長們認真聆聽教練講解

家長桌遊工作坊

桌上型益智遊戲(Tabletop game)，簡稱「桌遊」。除富趣味性外，還可以培養孩子不同的能力，如專注力和溝通能力等。為讓家長體驗「桌遊」的樂趣，本校舉辦了「家長桌遊工作坊」，讓家長認識不同種類的「桌遊」，建立新的興趣，並於閒暇與子女一同進行「桌遊」，以提升親子關係。



家長義工



獻主會溥仁小學
陸運會頒獎典禮

本校能成功為家長及學生舉辦不同的活動，實有賴家長義工的協助，發揮家校合作的精神。家長的參與，除了可增加對學校的了解外，提升家長對學校的歸屬感，還可增進親子溝通和幫助學生投入校園生活。因此，本校鼓勵家長積極擔任家長義工，在不同的層面參與服務學校及社區。本年度，家長義工服務包括：準備聖誕禮物及新春福袋、協助聖誕遊藝會表演生化妝、協助籌辦「童仁樂融融」攤位、參與親子賣旗活動、陸運會家長義工隊、家長工作坊義務家長導師、協助圖書館各項館務等。

在此，謹代表家教會、學校及學生們感謝各位家長義工所付出的時間及努力！

圖書推介 - 李少英老師

本學年，圖書館共購買兩批主題圖書，包括「正向教育」及「學習多樣性」主題圖書。正向教育圖書較受高年級學生歡迎，其中，《深夜中的月光食堂》、《守護公寓的和平！》和《滾滾豬大富翁》最受六年級學生喜愛。三本圖書的內容都貼近生活，帶領小讀者跨越圖像繪本，引導他們輕鬆閱讀字數較多的少年小說。請掃描二維碼，欣賞閱讀大使為大家介紹上述圖書。



好書推介：《滾滾豬大富翁》
程詩海(6B)



好書推介：《深夜中的月光食堂》
羅兆天(6C)



學生在圖書館專心閱讀正向教育圖書



學習多樣性圖書展覽



老師指導同學閱讀「橋樑書」



正向教育主題圖書