

地址：九龍觀塘功樂道九十號
電話：2343 5059
傳真：2304 4668
電郵：ktklgss@edb.gov.hk
網址：<http://www.ktklgss.edu.hk>



ADDRESS : 90 KUNG LOK ROAD
KWUN TONG KOWLOON
TEL : 2343 5059
FAX : 2304 4668
E-MAIL : ktklgss@edb.gov.hk
WEBSITE : <http://ktklgss.edu.hk>

觀塘功樂官立中學

KWUN TONG KUNG LOK GOVERNMENT SECONDARY SCHOOL

通告編號:032 (2024/2025)

2024-2025 年度

「為你加加油」食療紓壓家長工作坊

各位家長：

家長是孩子的重要守護者。孩子在成長的不同階段，面對轉變中的挑戰和逆境時，有機會感到困擾和無助。為加強家長對子女的支援，協助孩子面對考試壓力，掌握紓壓技巧，融合教育組及家長教育組合辦「為你加加油」食療紓壓家長工作坊，讓家長認識有助紓壓及放鬆心情的食療知識，建立健康飲食的習慣，提升健康，從食療方面照顧自身及孩子的需要。詳情如下：

日期：	2024 年 12 月 6 日(星期五)
時間：	下午 3 時 30 分至 4 時 30 分
地點：	禮堂
對象：	中一至中六家長
名額：	50 人（如報名人數超過活動名額，將以抽籤決定）
語言：	粵語
活動內容：	1. 導師分享健康飲食資訊，提供有助紓壓或放鬆心情的食療知識。 2. 協助家長建立健康飲食的習慣，紓緩壓力，提升健康。 3. 完成活動後，家長將取得食譜以便日後參考。
費用：	全免

請家長於 2024 年 11 月 28 日(星期四)或之前透過家長通訊應用程式(eClass Parent App)回覆。如有任何查詢，請致電 2343 5059 與家長教育組鄧少興老師聯絡。

校長



嚴淑貞

二零二四年十一月二十五日

家長亦可在本校網頁「家長通告」欄翻閱本通告(網址：www.ktklgss.edu.hk)

TSH/家長教育組

通告編號：032 (2024/25)

「為你加加油」食療紓壓家長工作坊
回條

嚴校長：

本人已知悉事情，並會* 參加 / 不參加 「為你加加油」食療紓壓家長工作坊。

家長簽名：_____ 學生姓名：_____
家長姓名：_____ 班別及班號：_____ ()
家長電話：_____

*請刪去不適用者

二零二四年____月____日

TSH/家長教育組