

第十四屆家教會委員選舉

第二十五次會員大會暨第十四屆家教會委員選舉已於2024年10月25日（星期五）假學校禮堂順利舉行。同場邀請了馬興國先生主講座：「情緒識別與支援：助你理解子女的內心世界」講座。

選舉結果如下：

職位	家長姓名
主席	梁靜雯
文書	陳妮
財政	王銀銀
康樂	許文翎
聯絡	王雅君
總務	李幸敏

全體家教會委員會齊心協力支持學校各方面發展，令在校子女在一個良好的環境下，愉快學習，健康成長。



馬先生分享如何理解子女的內心世界



候選人與籌委會合照



校長感謝上任委員



新任主席感謝大家支持



新一屆家長教師會大合照



校長感謝大家出席



家長與老師言談甚歡



會員大會正式開始



投下神聖的一票



點票進行中

活力充「沛」能量滿滿

為提升多元發展，家長教師會於本學年分別舉辦「親子體適能同樂日」、「親子伸展訓練班」「大笑瑜珈工作坊」，邀請專業教練帶領家長和學生參與活動，除了提升體適能和柔軟度，還以大笑舒緩壓力；從運動中提升親子關係，增強免疫力能令體魄健康，提升心情能建立正面積極的人生態度。

親子體適能同樂班

為提升親子關係，建立正面積極的人生態度，家教會於12/11/2024(星期二)舉辦親子體適能同樂班，讓家長和學生以體適能形式參與活動，從運動中提升親子關係，增強體魄健康。

記得將歡樂傳播給身邊的人



為生活注入更多笑聲

全個活動室充滿快樂的笑聲

親子伸展訓練班

為增進親子之間的互動與聯繫，透過簡單的伸展運動，促進孩子的柔韌性與平衡感，增強柔軟度和減低受傷機會，讓家長與孩子共同享受健康與快樂的時光。

大家準備好鬆一鬆



家長資源中心開放時間及網址

想知道更多家長教師會的活動資訊，可瀏覽我們的網址：
<http://www.cpc.edu.hk/ptamain.htm>



活力充「沛」能量滿滿

家人互相扶持



專業導師講解

你對腳拉得好直啲！

英姿被攝實錄



舉起手振奮雙臂

一起飛向健康



Are you ready?

我們齊齊喊「河床有三隻蝦，哈哈！」

大笑瑜珈工作坊

為關顧家長的精神健康，建立正面積極的人生態度，家教會於2025年1月10日舉辦「大笑瑜珈減壓班」，透過笑聲促進身心健康，達到減壓、增強免疫力和提升心情的效果。

大笑帶來健康與快樂

分享歡樂是必須的



鬆開脖子的壓力

保持這個姿勢10秒

伸展身體，保持柔軟



多做拉筋更健康

提升肢體表現



張沛松紀念中學
CHANG PUI CHUNG MEMORIAL SCHOOL

會訊2024-2025

家長教師會

通訊地址：新界將軍澳運隆路3號

電話：2704 7002

傳真：2623 7885

親子一日遊

親子旅行

為了使家長、老師、學生能共同享受旅遊的樂趣，以及加強彼此的溝通，家長教師會於二零二四年九月二十八日舉辦親子旅行。

當日行程豐富，首先出發到昂船洲軍營駐香港部隊展覽中心參觀，展覽中心以「夢起東方」為主題，並由講解員帶領導賞「中國夢」、「強軍夢」、「香江衛士」3個主題展廳和裝備模型展示區，細心講解展品背景和發展。

接著前往馬灣公園及馬灣東灣泳灘享受美景；開心午膳後再向半山區進發，分別參觀警隊博物館及太平山頂，大家都盡興而歸。



山頂開心大合照



認識新時代中國歷史



軍事模型展覽



體驗中華文化



夢起東方：中國夢·強軍夢



場館內師生家長開心合照



警隊博物館前合照



經典交通警車



夢起東方

拆彈專家裝備

愛國愛家 傳統傳承

家長積極參與學校舉辦的各項活動，除了增進家校互動，也讓家長與同學一起提升正面價值，營造正向氛圍。



家校團隊團結一致



認真參與國旗升旗禮



升旗禮即將開始



中文周協助派發雪米糰



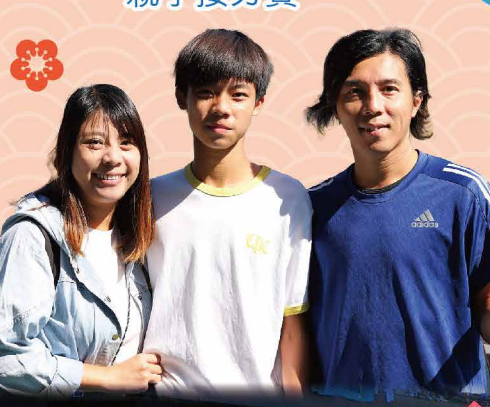
各隊親子組合



召集區等候



親子接力賽



賽道上比拼



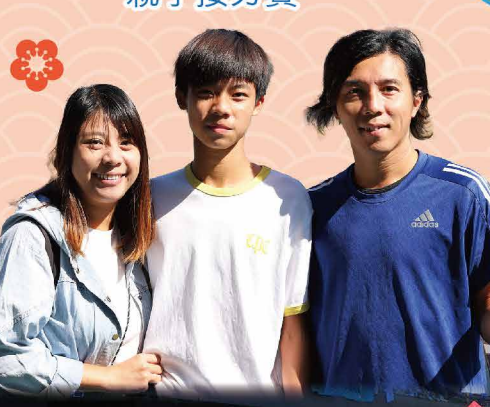
召集區等候



認識中國傳統文化



國慶升旗禮家長區



召集區等候



感謝媽媽的辛勞



小小心意卡

母親節獻上心意卡



檢查清楚是否清潔乾淨

認真了解評分標準

各班代表夾道相迎



感謝家長代表擔任評判

自我增值

根據教育局通函第48/2024號，教育局向每所公營學校發放一筆過家長教育津貼，以協助學校啟動有系統的校本家長教育課程或活動。學校可運用了這項津貼啟動及舉辦有系統的家長教育課程，並建立正向家長教育文化。



體驗新一代手機遊戲

學習如何減低玩手机而引起的磨擦

認識太空油家長講座

了解太空油帶來的禍害



支援特殊學習需要講座

家長主動了解更多

謝博士回應家長的提問



正念親子教養法

重拾親子間的心靈關係

講者舉出常見誤解

謝博士以心分享



香薰知識及應用體驗

香薰減壓與香薰手作

不同顏色的香薰瓶

針對不同需要的香薰



不同款式，功效大不同

青少年與互聯網的關係

健康使用互聯網

了解青少年對異性相處的困惑