



各位家長：

「鬆一鬆」減壓之旅(此活動回應學習宗旨的共通能力、健康的生活方式)<sup>#</sup>

為了提升學生的情緒智力，讓學生透過靜觀練習和與大自然的接觸放鬆身心，尋找生活中的樂趣，並培養積極的生命價值觀，本校輔導組與駐校社工共同舉辦了「鬆一鬆」減壓之旅的活動。現 貴子女獲推薦參與是次活動，詳情如下：

活動日期：	2025年2月24日(星期一)		
集合及解散地點：	錦上路西鐵站	活動地點：	錦田鄉村俱樂部
集合時間：	上午9時	解散時間：	下午4時
負責老師：	葉德莉老師、社工陳鈞儀姑娘		
費用：	活動費用全免，學生需自備交通費用		
服飾：	整齊運動服		
注意事項：	學生若因事或身體不適而缺席活動，必須向陳鈞儀姑娘請假；		

閣下如同意 貴子女參與是次活動，煩請填妥回條，並於2025年2月21日(星期五)或之前把回條交回陳鈞儀姑娘。如有疑問，請致電2404 5506與陳鈞儀姑娘查詢。

校長



(陳耀明)

2025年2月19日

✂

STM/ECA127\_24-25

「鬆一鬆」減壓之旅回條

南屯門官立中學

陳校長：

本人同意/不同意\* \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_班\_\_\_\_號)參加「鬆一鬆」減壓之旅活動，並申明其身體狀況健康正常，適宜參與是次活動。

家長簽署： \_\_\_\_\_

家長姓名： \_\_\_\_\_

家長聯絡電話： \_\_\_\_\_

學生聯絡電話： \_\_\_\_\_

2025年2月 \_\_\_\_\_ 日

\*請刪去不適用者

#中學教育的七個學習宗旨：

國民和全球公民身份認同、寬廣的知識基礎、語文能力、共通能力、資訊素養、生涯規劃及健康的生活方式