

中心資訊

- (一) 本中心的網上學習室已重新對外開放，並新增親子座椅，適合父或母親陪同小孩一同上網，歡迎市民使用。
- (二) 報名事項：
1. 每月的第二個星期日為冰仔教育活動中心報名日，有意者可於當日早上十時開始在本中心報讀下個月開辦的興趣班。
 2. 為方便廣大市民報讀中心之課程，已增加三個報名地點，分別是成人教育中心、語言推廣中心及終身學習服務站。因此興趣班的餘額可在冰仔教育活動中心的報名日（即每月第二個星期日）之翌日逕往下列中心報名。
 - 成人教育中心
 - 地址：澳門祐漢看台街313號翡翠廣場3樓
 - 報名時間：星期一至星期六上午10時至晚上10時
星期日上午10時至下午6時
 - 電話：28422780 傳真：28422784
 - 語言推廣中心
 - 地址：澳門美麗街31號德記商業大廈3樓
 - 報名時間：星期一至星期六上午10時至晚上9時
 - 電話：28400211 傳真：28400615
 - 終身學習服務站
 - 地址：澳門得勝馬路12號B
 - 報名時間：星期二至星期六上午11時半至晚上7時半
 - 電話：28569440 傳真：28530774
 3. 若課程分為初班、中班及高班，學員只須在報讀初班時按規定的時間報名，而中班及高班將會由本中心職員通知報名日；升讀中班及高班之學員有優先報名的權利，只是在有餘額時，才招收非本班學員。
 4. 所有工作坊、講座均可在每季初到本中心及上述三個地點報名。
 5. 報名時必須出示澳門身份證。

徵稿

教育暨青年局於二零零零年開始，出版了一本名為《百分百家長》的期刊，目的是推廣家長教育的理念，為家長提供有關教養子女的技巧和知識，報導與孩子教育及健康有關的最新資料，提升家長們教導子女的能力。如各位有任何與上述題材有關之內容或想和其他家長分享經驗或心聲，歡迎大家踴躍投稿。投稿人請以簡潔易明的文字為原則，字數以500—800字為限。文稿請寄至冰仔濠景花園24-26座地下冰仔教育活動中心，或傳真：28841290，或電郵caet@dsej.gov.mo。投稿者請留下真實姓名及聯絡方法，並請註明「百分百家長」雜誌收。*若各家長想對辛勞的老師們表謝意，也歡迎您們投稿。

親職教育

有「☺」標誌之教育活動將計算為「積極家長獎勵計劃」之積分

日期	名稱：孩子學甚麼好—多元智能親子平行小組 ☺
4月22日 至 5月20日 逢星期日 下午3時 至 5時	內容：學業成績在眾多家長心目中往往佔著重要的地位，但亦是親子關係中致命的破壞者，因此希望透過小組協助家長明白多元智能的重要性，並對兒童各種才能加以發掘及培養。除學業以外還有很多值得兒童學習的東西，所以培育孩子多方面的智能，互相配合互補不足，孩子的成長就更理想。同時亦可透過此小組增進親子之間的感情，建立親密的關係，在父母的支持下，令兒童知道自己是擁有很多不同的才能，只是有待發展而已。每節均設有親子時間。
共五節	講者：實習社工陳淑儀小姐(兒童組)、李嘉輝先生(家長組) 對象：8至10歲之兒童及其家長 名額：10對親子(一位家長攜同一名小孩) 費用：全免

日期	名稱：「理財精英」親子工作坊 ☺
4月28日 星期六 下午3時 至 4時半	<p>內容：自小培養孩子養成正確的金錢價值觀念，是非常重要的，但要讓他們瞭解抽象的金錢意義，的確不容易。工作坊將讓家長通過講故事的方式向孩子訴說金錢的趣味由來，引用關愛故事的情節來建立子女無價的價值觀；亦可透過親子角色扮演遊戲來模擬買賣，認識金錢的作用。</p> <p>講者：余慧珊社工 對象：小學生及其家長 名額：10對親子（一位家長攜同一名小孩） 費用：全免</p>
日期	名稱：「發揮孩子創意」—親子藝術工作坊 ☺
4月29日 至 5月20日 逢星期日 上午10時 至 11時半 共四節	<p>內容：家長是誘導孩子發展創意及潛能的重要影響人物，本工作坊專為家長與小朋友一同進行想像畫、立體造型、撕貼畫及金屬線造型等藝術創作活動，不但使家長與小朋友建立更親切的親子關係，同時也藉此提高小朋友的觀察、想像及創作的的能力。</p> <p>講者：陳玉芳老師 對象：4至6歲兒童及其家長 名額：10對親子（一位家長攜同一名小孩） 費用：全免 材料費：50元</p>
日期	名稱：「愛護你的靈魂之窗」親子眼保健工作坊 ☺
5月5日 星期六 下午3時 至 5時	<p>內容：健康是孩子學習與生活的首要條件，尤其是我們的眼睛，要擁有健康的雙眼，必須要從小懂得保護。本工作坊將簡單介紹眼睛的構造、近視與假性近視，讓參加者瞭解影響視力的因素；並教授如何做眼保健操，讓大眾養成每天練習的好習慣。</p> <p>講者：吳葉茂醫生、劉嘉寶護士 對象：小學生及其家長 名額：10對親子（一位家長攜同一名小孩） 費用：全免</p>
日期	名稱：「如何紓緩子女課業壓力」講座 ☺
5月11日 星期五 晚上8時 至 10時	<p>內容：現代的孩子面對著許多壓力，其中最大的部份是來自沉重的課業壓力。本講座將介紹如何利用繪畫展現兒童的內心世界、課業壓力包括哪三部分、紓緩子女課業壓力的方法以及營養餐單、如何提高子女的智力潛能等。讓家長在面對子女的課業壓力時，能以有效的方法紓緩。</p> <p>講者：鮑嘉燕老師 對象：家長 名額：30人 費用：全免</p>
日期	名稱：「EQ高高高，培養孩子成為情緒的小主人」講座 ☺
5月17日 星期四 晚上8時 至 10時	<p>內容：家庭是情緒教育的實習場所，父母要協助孩子學懂控制自己的情緒，首要的條件是父母學習管理自己的情緒，否則情緒教育便難以開展。講座將透過不同的遊戲、講解及分享，讓家長們面對及處理自己的情緒，然後更有效地與子女溝通，並從中教導孩子學習如何控制自己的情緒，從而培養他們成為情緒的小主人。</p> <p>講者：陳炳敏社工 對象：家長 名額：20人 費用：全免</p>

日期	名稱：「培育小寶寶健康成長」講座 ☺
5月25日 星期五 晚上8時 至 10時	內容：為人父母者均盼望自己的BB能健康、活潑地成長，父母如何協助幼兒成長和學習，對幼兒日後成長有著莫大的關係。是次講座內容主要講解初生至三歲幼兒的智能、語言、大小肌肉、社交等每階段的發展特徵，並介紹一些能發展幼兒能力的遊戲和玩具，藉此解答家長在教養年幼兒子女時所遇到的困難。 講者：李詠賢校長 對象：嬰幼兒家長、準家長 名額：30人 費用：全免
日期	名稱：「怎樣處理子女沉迷上網和電腦遊戲」講座 ☺
6月8日 星期五 晚上8時 至 10時	內容：在資訊網路發達的時代，青少年沉迷上網和電腦遊戲的現象已成為不容忽視的問題。若父母只禁止孩子接近，不但無法收到成效，反而可能造成更大的代溝，事先的預防及觀察才是最重要的一環。本講座將向家長逐一分析及解答以上問題，並提供一些幫助子女安全上網的建議。 講者：鄭耀忠先生 對象：家長 名額：30人 費用：全免
日期	名稱：「與青少年子女零距離溝通」講座 ☺
6月15日 星期五 晚上8時 至 10時	內容：講座將以形象化的形式，讓青少年的家長透過扮演不同的身份角色，去瞭解自己在不同環境下，有著不同的觀點角度，用以認識親子間許多不同的想法，從而減少不必要的矛盾，並介紹一些處理親子衝突的方法，讓參加者能體驗及練習有關技巧，從而運用於日常生活當中。 講者：梁偉林社工 對象：10至15歲兒童及青少年之家長 名額：30人 費用：全免
日期	名稱：「共享入廚樂，端午節包粽製作」親子工作坊 ☺
6月16日 星期六 下午2時半 至 4時半 (屈原組) 6月17日 星期日 上午10時半 至 12時半 (龍舟組)	內容：端午節是紀念中國古代偉大愛國詩人屈原的節日，為甚麼每逢此日家家都吃粽應節呢？工作坊將講述端午節的故事，介紹各地方用不同的材料包粽，並示範包粽子的方法，參加者還會親自動手做，享受「做中學」的樂趣。 講者：陳賀喜老師 對象：5至8歲兒童及其家長 名額：每組10對親子（一位家長攜同一名小孩） 費用：全免 材料費：30元
日期	名稱：「與小寶貝的親密接觸」親子按摩工作坊 ☺
6月23日 星期六 下午5時 至 晚上8時	內容：嬰兒按摩可鎮靜嬰兒神經、有寧神安睡的作用、對腸胃消化、排泄、驅風、刺激肌肉機能、提升免疫力等亦有幫助；更可促進親子溝通，瞭解寶貝的身體語言。工作坊將講解按摩的理論及示範技巧，並給予每位家長即場練習及督導。 講者：何鳳兒護士 對象：0至9個月嬰兒及其家長 名額：10對親子（一位家長攜同一名嬰兒） 費用：全免 備註：嬰兒須於工作坊前1小時用餐，家長請自備1條大毛巾。