

家長義工團活動

家長義工團舉辦親職教育系列講座

為了推動親職教育在澳門的發展，讓家長們能更有效地教養他們的子女，培養未來的一代，家長義工團將邀請香港資深社會工作者姚鳳女士，主持下列親職教育系列講座及分享會。名額各為40人，地點教育暨青年局元晦堂。

「樂與家中老共育家中寶－如何與長輩相處及協調教養子女方式」講座

4月19日星期六下午2時半至4時半

SE08-0014

許多新一代的家長都有自己教養子女的模式，而這些模式往往跟長輩所認知的不同或產生矛盾，甚至破壞彼此關係。透過講座，可以基本瞭解長輩的心態，從而認識如何與長輩相處溝通，並有效地向他們表達及協調子女教養方式。

講者：香港資深社會工作者姚鳳女士

對象：家長（歡迎攜同長者一起參與）

費用：全免

備註：出席長者將獲贈紀念品一份（請於報名時指出長者姓名）



「用心伴成長－與孩子輕鬆渡過反叛期」講座

4月19日星期六晚上7時半至9時半

SE08-0015

“我的女兒本來很乖巧，但現在好像變成另外一個人”、“兒子不願意和我講話，無法知道他的內心世界，怎麼辦？”子女進入反叛期，大部分家長都覺得非常煩惱。是次講座幫助參加者瞭解青少年的特質，明白他們行為背後的真正原因，並掌握有效的溝通方式，從而踏出改善親子關係的第一步。

講者：香港資深社會工作者姚鳳女士

對象：10至18歲兒童及青少年之家長

費用：全免



「教孩子是賞心樂事」家長分享會

4月20日星期日上午10時至12時半

GM08-0024

教養孩子需勞心勞力，但能與孩子融洽相處，確是一件賞心樂事。是次分享會主題為「假期中的孩子」，藉著分享交流會，讓家長與姚鳳女士直接對話交流，諮詢教養孩子的意見，同時歡迎討論及分享其他教養子女的經驗。

講者：香港資深社會工作者姚鳳女士

對象：家長

費用：全免



「家長義工心得」分享會

5月14日星期三晚上7時至9時

GM08-0058

活動目的為加強家長義工團的凝聚力，讓義工們交流及分享過去參與活動的經驗和心得，以及總結工作成效，並藉此讓新舊義工們彼此認識，共同展望未來的發展路向。聚會中由家長義工及匯才慈善會（澳門）的義工培訓導師分享義務工作的心得。

活動形式：互相認識及分享、聚餐

對象：家長義工及有興趣人士

名額：40人

費用：全免



「親子茶藝雅敘」工作坊

5月25日星期日下午2時半至4時半

WK08-0021

通過認識茶的歷史、茶葉種類、泡茶方法、中國人飲茶的風俗禮儀外，更讓孩子泡茶給家長品嚐，既可令孩子學習孝親之道，又可增進親子關係，讓家庭充滿歡樂。

講者：澳門茶藝協會曾志揮先生

對象：5歲或以上兒童及其家長

名額：20個家庭（每個家庭2至4人）

費用：全免

備註：建議參加者穿著中國傳統服裝，活動將選出「最佳特色服裝獎」



「主教山兒童中心」探訪活動

6月21日星期六下午2時半至4時

OVT08-0013

活動目的為瞭解主教山兒童中心成立意義及運作模式，亦向中心的殘疾兒童送上溫情與祝福。

活動形式：探訪、送贈禮物

對象：家長義工團成員、有興趣人士（歡迎親子齊參與）

名額：25人

地點：主教山兒童中心（澳門西望洋鮑公馬路22號）

備註：集合時間及地點將另行通知



有「」標誌之教育活動將計算為「積極家長獎勵計劃」之積分
詳情請瀏覽氹仔教育活動中心網站：<http://www.dsej.gov.mo/caet/>



家長義工團活動

「家長義工培訓」課程



5月19日至7月7日逢星期一
晚上7時至9時共8節

課程內容包括家庭義務工作基礎概念、活動設計、籌備活動、宣傳方法、主持活動技巧、義務工作實踐及活動評估等等。學習方式包括講座、工作坊、小組討論及遊戲等，每位參加者均有實踐練習之機會，並策劃及組織社會服務及親子遊戲或活動，由各自組成之專責小組給予意見及協助推行活動。

講者：澳門心理治療協會羅寶珍小姐、陸嘉洋先生

對象：有志成為家長義工的人士

名額：25人

費用：全免

地點：教育暨青年局元晦堂

父母教養心得分享會

5月30日及6月27日

氹仔教育活動中心家長義工團，在每月最後一個週五晚上8時至10時，於中心一樓綜藝室舉辦父母教養心得分享會，與家長共同分享教養子女的經驗，歡迎各位踴躍參加，查詢及報名請致電：2884-1284。

5月30日主題：與青少年子女溝通

6月27日主題：自律的孩子



家長義工團招募新成員

(招募日期由4月1日至5月16日)

為了擴大家長義工團的陣容，使更多有興趣的家長及熱心的社會人士能加入此一團隊，中心現正招募新的義工團成員，並於5月起提供義工培訓課程，透過培訓提升學員帶領及組織活動的能力與技巧。

詳情請瀏覽本中心網頁<http://www.dsej.gov.mo/caet>

公民教育

幼兒世界展繽紛

5月10日至6月14日逢星期六下午3時至4時半 (A班)

ITE08-0276

7月5日至8月9日逢星期六下午3時至4時半 (B班)

ITE08-0278

興趣班分六個不同的主題，包括：親愛一家人、健康的孩子、愛國愛澳、齊心合力、救救地球及小水點的旅程。透過遊戲、故事、角色扮演、美勞等活動提高孩子的公民意識，加強對澳門的歸屬感及責任感，擴闊視野和思考空間，培養積極的態度，建立正確的價值觀。

講者：黃寶珍老師

對象：3至5歲兒童

名額：16人

報名費：50元

材料費：30元

至叻小人類

5月11日至6月22日逢星期日下午4時15分至5時45分 (A班)

ITE08-0277

7月13日至8月17日逢星期日下午4時15分至5時45分 (B班)

ITE08-0279

興趣班分六個不同的主題，包括：充滿信心的小孩、愛心大使、我一定做得到、我是友善的好朋友、誠信的天使及歡樂大合併。透過視像媒體、互動遊戲及故事，以輕鬆有趣的活動培養孩子的五種健康之心：悅心、愛心、誠心、信心及恆心。

講者：梁劍楓老師

對象：4至7歲兒童

名額：16人

報名費：50元

材料費：30元

親職教育

「孩子說謊怎麼辦」講座

5月8日星期四晚上7時半至10時

SE08-0034

是次講座透過從孩子的角度出發，瞭解他們的內心、渴望與願望，藉此探討孩子們的說謊行為、背後的引發動機與原因等。並幫助家長瞭解當孩子說謊時，父母應有的態度與可採用的回應方法。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：6至12歲兒童的家長

名額：40人

地點：教育暨青年局元晦堂



「共享入廚樂，端午節包粽製作」親子工作坊

5月31日 星期六下午3時半至5時半（屈原組）

WK08-0022

6月7日 星期六下午3時半至5時半（龍舟組）

WK08-0023

端午節是紀念中國古代偉大愛國詩人屈原的節日，每逢此日家家都吃粽應節。工作坊將示範包粽子的方法，參加者還會親自動手做，享受「做中學」的樂趣。

講者：澳門製造業總工會梁樹成先生

對象：5至8歲兒童及其家長

名額：10對親子（一位家長攜同一名小孩）

材料費：40元



「對孩子施以獎罰的藝術」講座

6月5日星期四晚上7時半至10時

SE08-0036

調整孩子的行為可以通過「獎」與「罰」兩個渠道實踐，但許多家長對「獎」、「罰」的採用往往感到難以掌握。是次講座幫助家長分辨「獎勵」與「懲罰」的不同形式與作用，認識施用獎罰孩子前，要先清楚其目的。同時幫助家長透過4種不同獎罰模式的運用，適當地給予或消除有效的刺激物，增強子女良好的行為及減少其負面的行為，從而達到獎罰有理的目的。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：4至12歲兒童的家長

名額：40人

舉辦地點：教育暨青年局元晦堂



「與小寶貝的親密接觸」親子按摩工作坊

6月21日星期六下午5時至7時

WK08-0024

嬰兒按摩可鎮靜嬰兒神經、有寧神安睡作用、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，瞭解寶寶的身體語言。工作坊將講解按摩的理論及示範技巧，並讓每位家長即場練習。

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）

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



「做個絕世好爸」講座

7月18日星期五晚上8時至10時

SE08-0039

心理學家對於父親角色作出不少分析，發現多項影響人生的因子，均與父親的角色及其教養方式有關；一些重要心理特質的培養，由父親擔任可達事半功倍的效果，但是這項工作具有關鍵期，必須在孩子青春期之前完成。透過是次講座，讓家長們盡早瞭解父親角色的重要性，讓父親們以適當而有效的方式參與子女教養工作，亦讓母親們明白有哪一些工作，應由父親主管較為合適。

講者：澳門心理學會韓衛先生

對象：家長

名額：40人

備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲興趣班」，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。



有「」標誌之教育活動將計算為「積極宗長獎勵計劃」之積分
詳情請瀏覽氹仔教育活動中心網站：<http://www.dsej.gov.mo/caet/>



「認識老人癡呆症及預防方法」講座

5月27日星期二晚上8時至10時

SE08-0035

現今社會人口迅速老化，患老人癡呆症的人士逐漸增多，及早發現、及早治療，令患者可得到最佳的治療效果，保持最佳的生活質量，同時也可以減輕家屬及社會的負擔，本次講座將會講解老人癡呆症的症狀、併發症，常見的情緒行為問題及治療護理方法，能讓更多市民深入瞭解有關疾病的內容及最新的進展。

講者：張列女醫生

對象：15歲或以上人士

名額：40人

費用：全免

穴位按摩保健培訓初班

6月21日至8月23日逢星期六

下午2時半至4時半共10節

ITE08-0284

導師將深入淺出地教授學員一般醫學常識；中醫養生的重要實用性；中醫基礎理論(一)(二)；認識經絡之學說及初步能掌握穴位按摩的認識及技巧，經絡與穴位等內容。

講者：許宜固中醫師

對象：15歲以上或有興趣人士

名額：30人

費用：100元

講義費：10元

實務穴位按摩保健培訓班

6月21日至8月23日逢星期六

下午4時45分至6時45分共10節

ITE08-0285

按摩是中華醫術的一個重要組成部分，具保健和治療雙重功效，自古至今深受大眾的歡迎，更是現代家庭保健養生之道。內容包括：按摩的基本知識；人體骨骼、關節、肌肉的知識；按摩常用的經絡穴位及取穴方法；全身按摩的施術程序及實務；十種常見病的按摩保健治療方法；課程總結。目的是推廣家庭自我按摩保健，提高健康素質。

講者：許宜固中醫師

對象：完成穴位按摩保健高班之學員

名額：30人

費用：100元

講義費：10元

「不是老人專利－小心骨質疏鬆症」講座

6月24日星期二晚上8時至10時

SE08-0037

骨質疏鬆症絕對是隱形殺手，如待有徵狀出現時，病情已頗嚴重，故年輕時要為儲存骨質做好準備工夫。最近一項新數據顯示，65歲以上長者中，八成以上屬骨質密度偏低。可是，並不表示年輕及中年人士可以掉以輕心。要預防骨質疏鬆症，宜應及早從飲食入手，攝取足夠的鈣質。究竟哪些食品及飲品需怎樣配合才可補鈣呢？除了注意飲食之餘，亦應做哪些運動，減少骨質流失？講座將一一為大家介紹。

講者：鏡湖醫院內分泌專科郭耘醫生

對象：15歲或以上人士

名額：40人

費用：全免

「淺談隱形視力殺手－青光眼」講座

7月8日星期二晚上8時至10時

SE08-0038

青光眼是一種致盲性眼疾，更是一種容易被忽略的無聲視力殺手，認識青光眼，對我們的靈魂之窗－眼睛的保健甚為重要。講座將介紹什麼人容易患青光眼？青光眼的早期症狀；現代青光眼的檢查方法；青光眼的最新治療介紹與及青光眼患者須知等。

講者：眼科羅冰玉醫生

對象：15歲或以上人士

名額：40人

費用：全免