

# 親職教育系列活動

「蛻變中的親子關係」家長座談小組 Grupo de simpósio de pais - "A relação entre pais e filhos está em metamorfose"

4月23日起逢星期四下午4時至6時（共5節）

GM09-0031

與家長分享培育成長中青少年的困惑及共同探討怎樣進入青少年的內心世界。導師與參加者共同探討家庭意見分歧時的解決方法重點；讓參加者深入體會表達、澄清、聆聽、與包容的重要事項；學習藉著自我的內在調解，把「對立」的關係轉變為「互相欣賞」的局面。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：青少年及其家長

名額：40人

地點：德育中心（澳門台山新街利達新邨三樓）



「如何抵抗媒體的誘惑」講座 Seminário - "Como se resistir à tentação dos meios de comunicação"

5月14日星期四晚上7時半至10時

SE09-0034

在這個資訊發達的年代，兒童及青少年很容易接觸到各樣的傳媒，例如電視、電台、報章、雜誌及互聯網等媒體。廣告不斷宣傳擁有或使用名牌產品代表成功、美麗和快樂。此外，傳媒每天發放著五花八門的資訊，當中包含有真亦有假。身為家長的您，怎樣協助子女面對無孔不入的媒體資訊的影響呢？

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：兒童及青少年的家長

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心

備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」小組，讓家長可安心聽講座，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。



「共享入廚樂，端午節包粽製作」親子工作坊

Workshop para pais e filhos sobre como fazer comida típica da Festa de Barco de Dragão

屈原組 5月16日星期六下午3時半至5時半

WK09-0018

龍舟組 5月23日星期六下午3時半至5時半

WK09-0019

端午節是紀念中國古代偉大愛國詩人屈原的節日，每逢此日家家戶戶都吃粽應節。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：澳門製造業總工會何錦鴻先生

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

地點：氹仔教育活動中心



「我是身體的主人—教孩子學習自我保護」講座

Seminário - "Sou o dono do meu corpo - ensinar as crianças a aprender a auto-protecção"

5月22日星期五晚上8時至10時

SE09-0035

孩子是弱小及容易受傷害的一群，做父母的當然想盡辦法保護自己的子女，但事實卻不可能24小時把孩子放在身邊呵護，因此只有從小培養他們保護自己的能力，才是遠離危險的可行之策。部分專家同意，3歲大的孩子應該開始認識自己的身體，同時還要幫他們建立「身體自主權」的觀念，讓他們曉得自己是身體的主人。是次講座將讓家長學習如何引導孩子認識及保護自己的身體，並在引導過程中有效促進親子溝通和互動。

講者：張少愉資深社工

對象：3至7歲兒童的家長（可攜同子女參與）及教師

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心



# 親職教育系列活動

「青少年怎樣看待性和戀愛」講座 Seminário - "Os jovens como se tratam o sexo e amor"

6月11日星期四晚上7時半至10時

SE09-0036

怎樣形容性和愛的關係？有愛才會有性、有愛未必要有性、你愛我就一定要有性。專家形容性和愛就如吃忌廉和麵包一樣，有人只愛吃忌廉，有人要兩者一起吃；每人可選擇不同的口味。家長不可能代子女就愛情作出選擇，但是，關心子女幸福的家長又情難禁地作出干預。青年人怎樣看父母的表現呢？家長又可以怎樣做呢？

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：青少年的家長

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心



「與小寶貝的親密接觸」親子按摩工作坊 Workshop de massagem para bebés

6月13日星期六下午5時至7時

WK09-0020

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）

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心

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



「0至6歲兒童語言發展及生活自理能力培養」講座

Seminário - "O desenvolvimento de linguagem e a formação de capacidade de auto-cuidado das crianças de 0 a 6 anos de idade"

6月17日星期三晚上8時至10時

SE09-0037

兒童在各個語言發展階段，均有不同的溝通需要，作為家長應該怎樣和子女有效溝通？本講座將介紹0至6歲兒童在語言發展上的里程碑，以及有關的語言障礙問題，並介紹如何在日常生活中，促進其語言能力的發展及培養生活自理能力。

講者：前幼稚園副校長黃燕儀小姐

對象：0至6歲嬰幼兒家長

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心

備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」小組，讓家長可安心聽講座，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。



「陪伴孩子渡過愉快的童年」講座 Seminário - "Acomyrpanhar as crianças a passar a sua infância feliz"

7月3日星期五晚上8時至10時

SE09-0038

童年是孩子的黃金時期，也是發展親子關係的關鍵期，愉快的童年能幫助子女建立健全的人格，對其一生有正面的影響。講座將幫助家長瞭解如何陪伴孩子渡過輕鬆愉快的童年生活，以及發展良好親子關係的方法。

講者：前幼稚園副校長黃燕儀小姐

對象：8歲或以下兒童的家長

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心

備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」小組，讓家長可安心聽講座，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。





# 親職教育系列活動

「活力多fun」親子瑜珈工作坊 Workshop de Ioga para pais e filhos - "Vitalidade muito divertida"

7月11日星期六下午5時至7時

WK09-0021

通過遊戲方式教授親子瑜珈，讓孩子和家長在愉快情境中一起學習，不但使身體健康，更促進親子間的情感交流和互動。嬰兒身體特有的柔韌性與成人互相配合，使親子瑜珈變得更富趣味性及容易掌握其互動技巧。

講者：何鳳兒護士

對象：3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

地點：氹仔教育活動中心

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



「從心出發—探討青少年心理發展」講座 Seminário - "Partir do coração - explorar o desenvolvimento psicológico dos jovens"

7月16日星期四晚上7時半至10時

SE09-0039

您是否為子女們我行我素的叛逆行為感到煩惱與不安，却又不知如何是好？家長要有深厚的功力，站在子女的角度來看，瞭解他/她們的內心世界，亦要有適當權威，以身作則，假若親子之間已發展至水火不容的勢頭，我們可以怎樣打破僵局呢？

講座介紹如何建立和諧溫馨的親子關係，以及陪伴子女們一起健康、快樂地成長的秘訣。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：兒童及青少年的家長

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心



## 家長義工團活動

### 家長義工團招募新成員

為了擴大家庭義工團的隊伍，使更多有興趣的家長及熱心的社會人士能加入這個組織，中心現正招募新的義工團成員，查詢及報名請致電：2884-1284黎小姐。

# 氹

仔教育活動中心家長義工團，在以下日期於語言推廣中心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。

〔GM09-0020〕4月23日（星期四晚上8時至10時）

主題：與青少年子女談心

（導師：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師）☺

〔GM09-0044〕5月29日（星期五晚上7時至9時）

主題：媒體文化與孩子成長

（導師：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師）☺

〔GM09-0045〕6月26日（星期五晚上7時至9時）

主題：小寶寶牙牙學語

（導師：前幼稚園副校長黃燕儀小姐）☺

〔GM09-0046〕7月31日（星期五晚上7時至9時）

主題：伴你成長之愉快身與心

（導師：善牧中心譚梓寧服務發展專員）☺

「親子茶藝雅敘」工作坊 Workshop - "Reunião de Arte de Chá para pais e filhos"

5月30日星期六下午2時半至4時半

WK09-0022

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，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

地點：氹仔教育活動中心

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」

