

中華傳道會劉永生中學  
第 25 屆家長教師會通告 (第 8 號)

敬啟者：

茲有下列事項敬告 貴家長，祈予垂注：

1. 「保持專注·不再迷「網」」減低手機沉迷獎勵計劃

每位學生均想成績進步，專心學習，追尋夢想。但過度花時間在手機或網上活動均會減弱學生時間管理能力。家長教師會與家長團契聯同校內聖經科為了鼓勵同學以默想聖經減低手機沉迷，現進行一獎勵計劃，若同學能在指定活動時間(28/3-27/4)內保持專注或默想聖經累積達某一時數，將會獲得家教會的獎勵禮物。有興趣參加的同學可透過以下校本 APP 報名參與，家長亦可以用同樣的校本 APP 加以鼓勵自由子女，參與詳情及示範會即時在家長日由班長協助介紹。

(網址：<https://lws-phone-detox-devotion-v31.netlify.app/>)



## 2. 『保持專注·不再迷「網」減低手機沉迷親子講座及頒獎活動』

為了讓家長學懂如何協助子女擬定學習時間表及上網相關時限，並鼓勵子女善用手機或互聯網執行學習計劃，本校家長教師會、中華傳道會柴灣堂家長團契合辦以下親子講座，歡迎家長參加，詳情如下：

地點：本校 2 樓 English Café 或 G02 室

日期及時間	親子講座內容	分享嘉賓
5 月 8 日(五) 晚上 7 時 30 分至 9 時正	<b>不再迷「網」減低手機沉迷</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 校本 APP 手機成癮的軟件介紹及其他「保持專注」APP</li><li>● 如何使用同理心玩手機的協議與子女擬定具體專注學習及善用手機時限計劃</li></ul>	盧維中副校長
5 月 16 日(六) 下午 2 時 30 分至 4 時正	<b>網絡社交與網絡欺凌</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 如何教導子女處理網絡社交及網絡欺凌問題</li></ul>	資深社工 吳浩希先生 所屬機構： 香港家庭福利會 職位：高級經理 (青少年服務)

## 3. 減壓工作坊 - 馬賽克燈臺

本會與中華傳道會柴灣堂將於 2026 年 5 月 23 日舉辦家長減壓工作坊 - 馬賽克燈臺，活動詳情如下：

日期：2026 年 5 月 23 日(六)

時間：上午 10 時至中午 12 時

地點：劉黎明醫生學生活動中心

導師：本校社工王潔雲姑娘

材料費用：\$20/位(原價\$50/位，另外\$30 材料費由教育局全額資助)

名額：30 位 (先到先得，網上系統回覆時間為準)

簡介：透過創作馬賽克燈臺的過程，達至療癒和紓壓的效果

懇請家長在 2026 年 4 月 6 日(星期一)或以前透過 GRWTH 回覆此通告。

此致  
貴家長

中華傳道會劉永生中學家長教師會

主席：\_\_\_\_\_ (羅欣兒女士)

副主席：\_\_\_\_\_ (盧維中副校長)

2026 年 3 月 28 日

「家長教師會」回條 (第 8 號)

(4 月 6 日 (星期一) 或之前將或之前透過 GRWTH 回覆)

本人已知悉「家長教師會」通告 (第 8 號) 各項事宜。

2. 『保持專注·不再迷「網」減低手機沉迷親子講座』

A. 不再迷「網」減低手機沉迷-親子講座

本人  不參加

參加 **不再迷「網」減低手機沉迷**

2026 年 5 月 8 日(五) - 晚上 7 時 30 分至 9 時正

(參加人數：\_\_\_\_\_位)

B. 網絡社交與網絡欺凌-親子講座

本人  不參加

參加 **網絡社交與網絡欺凌**

2026 年 5 月 16 日(六) - 下午 2 時 30 分至 4 時正

(參加人數：\_\_\_\_\_位)

3. 家長減壓工作坊 - 馬賽克燈臺

本人  不參加

參加 **家長減壓工作坊 - 馬賽克燈臺**

2026 年 5 月 23 日(六) - 上午 10 時至中午 12 時

(現繳交\_\_\_\_\_元 (\$20 x 參加人數：共\_\_\_\_\_位)

家長/監護人姓名：\_\_\_\_\_ 簽名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

學生姓名：\_\_\_\_\_ 班別：\_\_\_\_\_ 班號：\_\_\_\_\_

家長聯絡電話：\_\_\_\_\_ (有意參加活動者請填寫聯絡電話)