



## 香港中文大學校友會聯會陳震夏中學 家長教師會 2014-15 年度 通告(五)

各位親愛的家長：

你們好！今年的『公益金新界區百萬行 2015』剛於周末 3 月 15 日舉行了，本會繼承去年參加『公益金新界區百萬行 2014』取得的佳績，再接再厲，再度參加。當日得到了家教會委員、家長和同學合共 21 人，一同參與，合共籌得善款港幣\$4,005。在此，多謝各位家長的慷慨解囊，鼎力支持，才能有如此佳績。日後，本會將會繼續參與這些有義意的社會公益活動。

早前，原定於 3 月 8 日舉行的 2014-15 親子大旅行，因人數不足而取消的關係，本會決定於 2015 年 5 月 17 日再度舉辦，今次旅行的主題是尋找香港歷史足跡文化之旅，參觀的景點分別為港島區的伯大尼博物館 → 香港大學本部大樓 → 上環文武廟 → 上環永利街，從而認識香港早期的歷史及文化；希望各位家長踴躍參加。藉此難得的機會，與其他家長互相交流，除互通訊息外，更可從不同渠道了解 貴子女的校園生活。即將舉辦的會務及活動詳情，臚列於下，以供細閱。

祝生活愉快！

第八屆常務委員會  
二零一五年三月十八日

### (一) 家長講座：如何舒緩日常工作壓力及失眠

本會今次有幸邀請的講者為鍾英娥註冊中醫師。鍾女士是一名資深中醫師，亦是社會福利處社區活動合作伙伴的中醫顧問；擅於湯水保健食療及穴位按壓，對都市人常見的工作壓力及失眠等病症，都能得以舒緩。今次講座，機會難逢，歡迎家長或親子一同參加。詳情如下：

日期：2015 年 5 月 16 日（星期六）

時間：下午 2：30 — 4：30

地點：學校七樓(一)號演講室

講者：鍾英娥註冊中醫師

費用：全免

內容：透過湯水保健食療及穴位按壓，從而舒緩家長日常工作壓力及學生學業壓力

### (二) 2014 - 15 親子大旅行 - 尋找香港歷史足跡文化之旅 『黃金素魚翅撈飯粵菜』一天遊

炎夏將至，很快又到考試的時候。家長教師會除了舉辦講座為你們減壓之外，亦希望各位家長和子女在忙碌的生活節奏下，忙裏偷閒，才能輕鬆地面對你們的工作和學業所帶來的壓

力，因此本會將於 5 月 17 日(星期日)舉辦有益身心的親子大旅行，行程為港島區路線。

- 日期： 2015 年 5 月 17 日 (星期日)
- 集合時間： 上午 8:30 (學校地下雨天操場)，9:00 出發 (逾時不候)
- 解散時間： 下午 5 時 (學校操場)
- 名額： **120 位**
- 費用： 原價\$130 (大小同價)
- 會員價： **\$110 (只限首四位家庭成員)**
- 繳費日期： 2015 年 4 月 15 日 (星期三) 及 2015 年 4 月 16 日 (星期四)
- 繳費時間： 下午 12:30 - 下午 1:30
- 繳費地點： 家長教師會服務台 (設於地下校務處外牆大電子屏幕下之臨時設施)
- 備註： 1. 團費已包括導遊小費、交通費、遊戲及午膳費用；每位團友 85 歲以下包 10 萬元平安保險。  
2. 所有學生必須由家長陪同參加，亦歡迎家長本人參加。  
3. 一經繳費，除因不能成團而取消外，一概不設退款。  
4. 如集合前一小時，天文台懸掛 8 號或以上風球或黑色暴雨訊號，團隊可改期出發。

### 行程

集合出發 → 前往參觀【伯大尼博物館】(外圍) → 午餐  
【黃金素魚翅撈飯】 → 【香港大學本部大樓】 → 【上  
環文武廟】 【上環永利街】 → 遊畢回程送返集合點

|      |          |       |       |        |       |        |         |        |          |
|------|----------|-------|-------|--------|-------|--------|---------|--------|----------|
| 九    | 八        | 七     | 六     | 五      | 四     | 三      | 二       | 一      | 黃金素魚翅撈飯宴 |
| 絲苗白飯 | 醬皇掛爐燒鴨半隻 | 蒜茸炒雜菜 | 乾蔥豆豉雞 | 燒汁南海魚柳 | 菠蘿咕嚕肉 | 西芹鳳片蝦仁 | 黃金素魚翅撈飯 | 錦繡一品拼盤 |          |

## 【 回條 1/2 】

(煩請於三月二十三日交回班主任)

敬覆者：本人已知悉上列有關家長教師會通告(五)之事宜，並就有關事項回覆如下：

※ 請在適當方格內加上 “✓” 號及填上有關資料：

|                            |                              |                             |   |
|----------------------------|------------------------------|-----------------------------|---|
| <b>家長講座之<br/>如何舒緩壓力及失眠</b> | <input type="checkbox"/> 不參加 | <input type="checkbox"/> 參加 | 家長講座：『如何舒緩壓力及失眠』<br>2014年5月16日 (星期六)<br>下午2:30 - 4:30<br><br>家長 __ 人，學生 __ 人，共 __ 人 |
| <b>2014 - 15 親子大旅行</b>     | <input type="checkbox"/> 不參加 | <input type="checkbox"/> 參加 | 請先細看報名辦法，並填寫後頁之報名表。   |

\* 註：活動參加人數如超過名額，本會將以抽籤形式決定。

學生姓名：\_\_\_\_\_

班 別：\_\_\_\_\_ 學號：( )

家長姓名：\_\_\_\_\_

家長簽署：\_\_\_\_\_

手提電話：\_\_\_\_\_

住宅電話：\_\_\_\_\_

(參加者必須填寫，以便聯絡)

聯絡方法： WhatsApp  短訊  致電

## 【 回條 2/2 】

## 『 2014 - 15 親子大旅行 』報名表

報名辦法：

1. 先填好報名回條，根據取錄先後次序，將有專人通知於 **2015 年 4 月 15 日及 16 日到校繳費**。
2. 如參加人數超出名額，將以抽籤形式決定。
3. 首四位家庭成員會獲優先取錄，如有餘額，將留給非家庭成員之參加者。
4. 未有接獲通知交費者，自動撥歸後備名單；並會於出發前不少於一星期通知交費。
5. 如有任何問題，可致電教家會熱線查詢 6980 1960。

| 參加者資料  | 姓名 | 與學生關係 | 費用    |
|--------|----|-------|-------|
| 本校學生   |    | 學生本人  | \$110 |
| 家庭成員   |    |       | \$110 |
| 家庭成員   |    |       | \$110 |
| 家庭成員   |    |       | \$110 |
| 非家庭成員  |    |       | \$130 |
| 非家庭成員  |    |       | \$130 |
| 參加人數共： | 人  | 合共費用： | 元     |

\*註：1) 如參加人數超過名額，本會將以抽籤形式決定。

2) 如參加人數不足 60 人，以致不能成團，活動將會取消。已繳交之費用會安排退款。

學生姓名：\_\_\_\_\_

班 別：\_\_\_\_\_ 學號：( )

家長姓名：\_\_\_\_\_

家長簽署：\_\_\_\_\_

手提電話：\_\_\_\_\_

住宅電話：\_\_\_\_\_

(參加者必須填寫，以便聯絡)

聯絡方法： WhatsApp  短訊  致電