

## 有關「運用正念思考以管理情緒」家長講座舉行事宜

因疫情關係，原本於 12 月 8 日舉行的家長講座改為網上影片播放模式，家長可按下方的連結觀看影片。影片中介紹不同的方法讓各位家長放鬆心情。如家長有任何問題，可致電 2465 2881 聯絡社工室。

講者簡介：

### **鄭詠欣姑娘**

註冊社工。曾從事幼兒工作。熟知幼兒成長需要及對幼兒教育有研習。善於和家長分享兒童的發展要素及注意事項、教導家長引導兒童成長的竅訣。現為東華三院「家·長·愛」學院社工，負責家長教育工作，與家長一同探討孩子的成長需要。

講座以 2 段短片形式發放：

網址：

1. [https://youtu.be/u\\_KwOxeV8f4](https://youtu.be/u_KwOxeV8f4)
2. <https://youtu.be/pc3ZCVPmhMA>

以上 2 段短片將於 2 月 8 日下架