



保良局百周年李兆忠紀念中學
第十八屆家長教師會
【2026年咖啡品嚐減壓工作坊】通告



敬啟者：

本會感謝家長的積極支持。為促進家校合作，分享親子教育的策略和經驗，並舒緩家長壓力，本會舉辦以下活動。詳情如下：

活動項目	活動日期	活動時間	活動地點	活動內容簡介	對象	名額/費用
咖啡品嚐 減壓工作坊	2026年5月 6,13,20,27日 (星期三)	10:00 - 11:00	學校 105室	分享子女成長 經歷，並放鬆 身心	本校家長	10位家長 費用全免 截止報名： 5月3日

備註：如報名人數過多，會抽籤處理。請自行登入校網，查閱抽籤結果。

現誠邀家長踴躍參與以上活動，有意參加者可透過以下連結報名：

咖啡品嚐減壓工作坊 2026 報名表格 https://docs.google.com/forms/d/18UIPtKXYBMYJru-IMehinvIWZGYThoKus30XjkQvDg0/edit	
--	---

此致
貴家長

保良局百周年李兆忠紀念中學
第十八屆家長教師會主席
阮彭照光女士 謹啟

二零二六年四月二十九日