

1. 活動背景：

- ★ 面對新冠肺炎的影響下，全港的中小學都要停實體課，家中的小朋友需在長輩或父母的陪同下，參與學校的網上課程。很多家庭在疫情影響下也減少外出活動。
- ★ 代代有愛系列活動，能提供足不出戶的家庭活動，促進親子間、長孫間的關係，使家庭更加融洽、健康和開心快樂！
- ★ 另外，受疫情影響，家庭的隔代或親子間亦增加接觸的機會，過程中有時難免會產生摩擦，特別在祖輩照顧孫兒上，或溝通上會出現一些不順暢。

2. 活動目的：

- ★ 透過代代有愛系列活動之在家運動工作坊，促進各家庭成員在居家內可建立良好的家庭生活習慣。
- ★ 藉著計劃，促進祖輩/父母在照顧孫子女/子女的技巧，可促進長輩或父母在管教或帶領小朋友的過程中充滿愛，及使與孫子女/子女溝通過程更順暢。

3. 活動內容：

【代代有愛工作坊：有效管教和照顧幼兒的秘方】

講者：李慧蘭女士，香港首位華籍家長教練，從事家長教育及青少年發展工作逾 25 年，認可 NLP 執行師、九型性格認可導師，註冊正面管教家長認證講師。

內容：

- 疫情期間，如何更有效協助子女/孫兒們參與學校的網上課程，以及運用適當管教技巧令親子、祖孫間更融洽相處。
- 工作坊將分享有效管教和照顧幼兒的秘方。

活動對象：幼稚園/初小學生及其祖輩/父母

活動日期：4/1/2021(星期一)

活動時間：下午 4 時—下午 5 時

參加形式：Zoom & Facebook 直播

Zoom ID: 895 5876 9199

✓ <https://us02web.zoom.us/j/89558769199>

✓ <https://www.facebook.com/gafhk/live>

【代代有愛：祖孫/親子@「愛律動 身體好」工作坊】

內容：

- 邀請祖孫組合，配合「代代有愛」兒歌比賽得獎音樂，展示運動操，透過淺白的方法，帶領參加者於家中進行 20 分鐘運動。
- 在面對新冠肺炎的影響下，由長輩/父母帶領下，每天在家中建立良好的日常親子運動及習慣，促進彼此關係，使大家能更互相關愛對方。

活動對象：幼稚園/初小學生及其祖輩/父母

現可以視頻重溫【代代有愛：祖孫/親子@「愛律動 身體好」工作坊】

✓ <https://www.facebook.com/gafhk/videos/vb.748162518626348/992842964575044/?type=2&theater>