


「如何令孩子有覺好瞓？」家長講座

家長照顧特殊需要的孩子遇到很多挑戰及壓力，特別面對孩子有睡眠問題時，家長的壓力更大。因此，同心家長會特邀請兒科專科醫生舉辦此講座，一齊拆解睡眠問題的密碼，讓家長認識了解睡眠的問題及解決方法，減輕家長的照顧壓力。活動詳情如下：

| | |
|--------|--|
| 活動編號： | SWD-HHPA2023-FLPRC-24-00073 (現場實體) SWD-HHPA2023-FLPRC-24-00074 (網上) |
| 日期： | 2024年5月23日(星期四) |
| 時間： | 上午10:00 - 中午12:00 |
| 內容： | <ul style="list-style-type: none">➢ 關於睡眠的知識，例如睡眠的功能和質量➢ 一般出現在兒童(尤其是自閉症或其他特殊需要兒童)的睡眠問題及所帶來的影響➢ 引致睡眠問題的可能成因(其中包括過敏性鼻炎、睡眠窒息症等)➢ 如何協助孩子安睡及改善睡眠質素  |
| 名額及形式： | 現場實體: 60名 / *網上: 100名 (先到先得，額滿即止) *中心將於活動前三天以 WhatsApp 向參加網上講座之家長發放 Zoom 連結 |

- 講員：兒科專科醫生李民瞻教授 [資歷:香港中文大學醫學院助理院長(學生事務)、兒科主任、兒科教授、香港兒科卓越中心 (HK HOPE) 總監]
- 對象：育有特殊需要尤其是自閉症及過度活躍症的孩子之家長
- 地點：觀塘海濱道133號萬兆豐中心11樓L室協康會總辦事處專業教育及發展學會
- 費用：全免
- 報名：請於2024年4月30日(星期二)前填妥以下回條交予所屬中心報名
- 備註：家長如有查詢，可致電2656 6211與粉嶺家長資源中心主任王姑娘聯絡
*惡劣天氣的特別安排：倘若天文台於分享會舉行當日發出八號或以上熱帶氣旋警告信號/黑色暴雨警告信號，分享會將會取消。

「如何令孩子有覺好瞓？」家長講座 報名表

SWD-HHPA2023-FLPRC-24-00073 (現場實體) / SWD-HHPA2023-FLPRC-24-00074 (網上)

[截止報名日期: 2024年4月30日(星期二)]

本人欲參加2024年5月23日(星期四)上午舉辦的「如何令孩子有覺好瞓？」家長講座

選擇參與形式：現場實體 網上 (請在正方格內“✓”選形式)

本人資料如下：

兒童姓名：_____ 所屬中心：_____ 會員編號：_____

家長姓名：_____

可用作 WhatsApp 聯絡之手提電話號碼*(必須填寫)：_____

日期：_____