

## 「幸福婚姻篇－由婚前準備開始」講座

Seminário “Capítulo de casamento feliz – a partir da preparação premarital” ☺

5月13日星期四晚上7時半至10時

SE10-0026

內容：婚姻是兩個來自不同家庭、不同經驗的人組合而成。大家對婚姻的期望、對自己和對方角色的要求亦會存在期望。是次講座教授參加者怎樣以有效的溝通方式表達自己。亦使參加者明白美滿姻緣需要由自己出發，不斷的自我調整，尋找樂趣，用智慧來營造具有愛及包容的氣氛。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師  
對象：家長  
名額：60人  
費用：全免  
地點：氹仔教育活動中心

## 「關注孩子的妒忌及投訴心理」講座

Seminário “Preocupar com o psicológico de ciúme e de queixa das crianças” ☺

5月19日星期三晚上8時至10時

SE10-0027

內容：妒忌心是一個較為複雜的心理狀態，當中包括憤怒、委屈、不信任及怨恨等。正確地處理妒忌心，對兒童成長極為重要。由於兒童期的妒忌心態十分明顯，一般會作出投訴或直接採取報復行為。這次講座主要探討兒童期妒忌心的成因，協助家長運用正確的情緒管理技巧，用「愛」去化解妒忌和怨恨，成為有效管理「愛與恨」的新一代。

講者：澳門心理學會韓衛主席

對象：家長  
名額：60人  
費用：全免  
地點：氹仔教育活動中心  
備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」小組，讓家長可安心聽講座，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。

## 「共享入廚樂，端午節包粽製作」工作坊

Workshop para pais e filhos “Como fazer comida típica da Festa de Barco de Dragão” ☺

5月29日星期六下午3時半至5時半（龍舟組）

WK10-0015

6月5日星期六下午3時半至5時半（屈原組）

WK10-0019

內容：端午節是紀念中國古代偉大愛國詩人屈原的節日，每逢此日家家都吃粽應節。工作坊將示範包粽子的方法，參加者還會親自動手做，享受「做中學」的樂趣。

講者：澳門製造業總工會何錦鴻先生

對象：5至8歲兒童及其家長  
名額：10對親子（一位家長攜同一名小孩）  
材料費：40元  
地點：氹仔教育活動中心

## 「0-6歲兒童多面體－語言發展知多少？生活自理有規有矩」講座

Seminário “Poliedro das crianças de 0 a 6 anos - quanto você sabe sobre o desenvolvimento da língua? Existem regras para o auto-cuidado da vida” ☺

6月3日星期四晚上8時至10時

SE10-0032

內容：兒童在各個語言發展階段，均有不同的溝通需要，作為家長應該怎樣和子女有效溝通？本講座將介紹0至6歲兒童在語言發展上的里程碑，以及有關的語言障礙問題，並介紹如何在日常生活中，促進其語言能力的發展及培養生活自理能力。

講者：前幼稚園副校長黃燕儀小姐  
對象：家長

名額：60人  
費用：全免  
地點：氹仔教育活動中心  
備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」小組，讓家長可安心聽講座，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。

# 親職教育系列活動

## 「與小寶貝愛的初體驗」親子按摩工作坊

Workshop de massagem para pais e filhos “A primeira experiência de amor com o pequeno bebê” ☺

6月19日星期六下午5時至7時

WK10-0016

內容：嬰兒按摩可鎮靜嬰兒神經，有寧神安睡作用，對腸胃消化，排泄驅風，刺激肌肉機能，提升免疫力等亦有幫助；更可促進親子溝通，瞭解寶寶的身體語言。工作坊將講解按摩的理論及示範技巧，並讓每位家長即場練習。

導師：何鳳兒護士

對象：0至9個月嬰兒及其家長

名額：10對親子（一位家長攜同一名嬰兒）

費用：每個家庭10元

地點：氹仔教育活動中心

備註：嬰兒須於工作坊前1小時用餐，家長請自備1條大毛巾

## 「幸福婚姻篇－破解七年之癢」講座

Seminário “Capítulo de casamento feliz – resolver o problema da coceira do sétimo ano” ☺

6月24日星期四晚上7時半至10時

SE10-0033

內容：從充滿浪漫的戀愛步行到婚姻，除了體會彼此的優點，亦瞭解到對方的缺點。結婚久了，難免喪失新鮮感，當情感的關係到了一個疲憊的狀態，往往忽略對方的感受。是次講座針對婚姻“七年之癢”的問題，讓參加者明白維繫婚姻是需要接受彼此最真實的一面，那麼，一個新的、真實的關係就會得以建立。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：家長

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心

備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」小組，讓家長可安心聽講座，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。

## 「給孩子締造美好的童年」講座

Seminário “Criar uma infância maravilhosa para as crianças” ☺

7月15日星期四晚上8時至10時

SE10-0034

內容：童年是孩子的黃金時期，也是發展親子關係的關鍵期，愉快的童年幫助子女建立健全的人格，對其一生有正面的影響。講座將幫助家長瞭解如何陪伴孩子渡過輕鬆愉快的童年生活，以及發展良好親子關係的方法。

講者：前幼稚園副校長黃燕儀小姐

對象：家長

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心

備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」小組，讓家長可安心聽講座，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。

## 「活力多fun」親子瑜珈工作坊

Workshop de Ioga para pais e filhos - “Vitalidade muito divertido” ☺

7月17日星期六下午5時至7時

WK10-0017

內容：通過遊戲方式教授親子瑜珈，讓孩子和家長在愉快情境中一起學習，不但使身體健康，更促進親子間的情感交流和互動。嬰兒身體特有的柔韌性與成人互相配合，使親子瑜珈變得更富趣味性及容易掌握。

講者：何鳳兒護士

對象：3至9個月嬰兒及其家長

名額：10對親子（一位家長攜同一名嬰兒）

費用：每個家庭10元

地點：氹仔教育活動中心

備註：嬰兒須於工作坊前1小時用餐，家長請自備1條大毛巾

## 「如何處理三代間的管教問題」講座

Seminário “Como lidar com os problemas de disciplina entre as três gerações” ☺

7月22日星期四晚上7時半至10時

SE10-0035

內容：由於世代不同，在教養的文化也存在差異，當三代的家庭擁有不同的管教觀念，年幼的小孩將無所適從；而祖父母在管教上出現較多的溺愛行為，缺乏與父母管教態度的一致性。講座將分析三代教養的差異，怎樣克服導致三代間的情感隔閡及衝突的方法。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：家長

名額：60人

費用：全免

地點：氹仔教育活動中心

備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」小組，讓家長可安心聽講座，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。

