



華英中學家長教師會

「親子正念調香按摩體驗」

各位家長：

香氣與觸覺是最能直接表達心意的語言，透過一場芬芳調香旅程，讓香氣成為親子溝通的橋樑，再經由雙手的溫度，滋養彼此。為此，本校德育及公民教育組聯同本校家長教師會邀請了專業調香按摩師 Sue Chiu 為我們舉辦一場「親子正念調香按摩體驗」，詳情如下：

- 日期：30/4/2025 (三)
時間：18:30 – 20:30
地點：華英中學祈禱室(M10)
授課語言：廣東話
人數：30 人 (親子 2 人一組/共 15 組)
內容：請參考所附海報
費用：每對親子\$300/組 (原價\$580/組，學校資助\$280)
截止報名日期：4 月 4 日
注意事項：
(1) 每個家庭只能讓一位家長及一位子女參與；
(2) 名額有限，先到先得；
(3) *參加者需事先透過子女繳費，如已報名家庭有事未能出席，恕不安排退款；
(4) 如總報名人數少於 10 個家庭，此活動將會取消。

如有任何有關「親子正念調香按摩體驗」之查詢，可致電 27607772 與唐欣怡老師或蔡原銀老師聯絡。

*成功報名後，老師將聯絡 貴子弟並安排有關繳費。

華英中學家長教師會主席 羅國基 敬約

二零二五年三月二十五日

「親子正念調香按摩體驗」

回條

本人為中_____級_____班學生（姓名）_____（班號：_____）之家長。

本人

- * 報名參加於4月30日(三)舉辦的「親子正念調香按摩體驗」活動
- 未克出席上述活動

*（請在適當內加上✓號）

家長姓名：_____

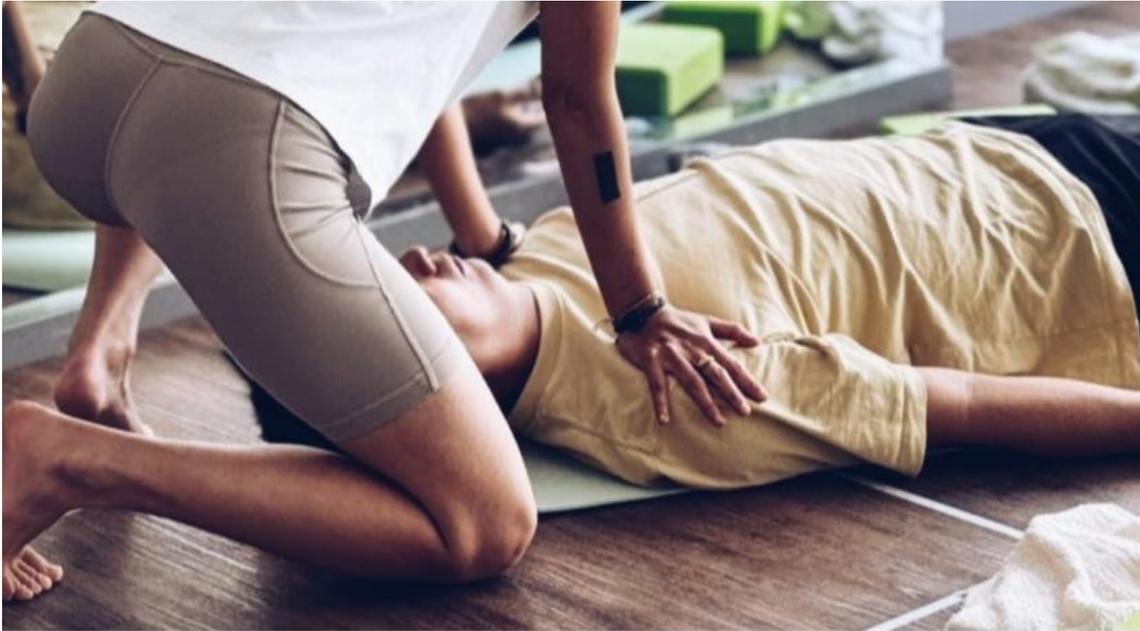
家長簽署：_____

聯絡電話：_____

(報名參加此活動的家長才需填寫)

日期：_____

#本校不提供車位給出席本次活動的家長使用，敬請垂注。



《以香療身 · 以手傳心》 親子正念調香按摩體驗

香氣與觸覺是最能直接表達心意的語言，透過一場芬芳調香旅程，
讓香氣成為親子溝通的橋樑，再經由雙手的溫度，滋養彼此。

日期：30/4/2025

時間：18:30-20:30

地點：華英中學祈禱室

教學語言：廣東話

人數：30人（2人一組 / 15組）

費用：\$580 / 組（每對親子\$300，學校資助\$280）

| 體驗流程 |

- 【聞香】淺談精油香氣與身心情緒之關係
- 【讀身】淺談身體的語言 - 身體痛症 VS 傾聽內在及療癒方法
- 【調香】指導調製身體療癒按摩油（15ml）
- 【按摩】手法指導帶領親子互相按摩正念感受

*已包括調香材料，按摩環節將安排在椅子上進行。

導師：Sue Chiu @aboutsuesays.



aboutsuesays.



| 體驗目的 |

透過多元的天然香氣導入自然打開身心五感，放下父母子女角色身份片刻，利用精油媒介了解關係需要進行對談，交流調製屬於彼此的專屬味道，帶領雙方親手為彼此的身體，進行一場輕鬆並具深度的按摩時光，傳遞關愛、尊重、孝德的身語意。

| 體驗特色 |

- 【香氣翻譯】有別主流調香主要講授精油療效，更會解說香氣存在於日常之中的文化故事及生活關連，令精油知識有趣淺記易懂。
- 【身心覺察】特別融入瑜伽呼吸及正念靜心指引，貫穿整場精油調香及伸展放鬆的設計之內，有效令體驗時間內，除帶來香氣外來的愉悅感，亦同時得到有效的情緒的整頓和內在連結。
- 【互動回憶】著重過程的深刻度 - 相較大眾一般對香味配方及按摩手法的「好與壞、對與錯」，更藉此傳遞「獨特、尊重彼此感受」的意識，學習輕鬆溝通調節的方法，有利滋養關係。

| 體驗收穫 |

精油及撫觸伸展手法的知識，以及了解身體對於香氣喜好的反應，能將所學所感，帶回日常求學及家庭中應用，有利整頓身心情緒和諧。



aboutsuesays.