Bathany Ngai

From: 慈慧幼苗 <info@healthyseed.org>
Sent: Thursday, 30 September, 2021 9:35 AM
To: Bathany Ngai
Subject: 慈慧幼苗夏日精選回顧!

如未能閱讀此電郵，請按此處

慈慧幼苗 HEALTHY SEED
羅鷹石慈慧基金 創始贊助
Founded by LO YING SHEK CHI WAI FOUNDATION

只要緊貼我們的互動資源平台**Facebook專頁**、**Instagram賬戶**、**YouTube頻道**及網站**http://healthyseed.org**，即可掌握最新的育兒資訊！讓你隨時隨地接收專業、正向及實用的育兒知識，輕鬆建立良好親子關係，為孩子的一生打好基礎！

今期焦點

捉緊夏天的尾巴，慈慧幼苗夏日精選回顧 ！

雖然香港已立秋，但天氣仍非常炎熱，各位家長和小朋友也要多加留意，避免身體不適。慈慧幼苗為你提供全方位消暑資訊，從醫學護理、日常生活，到健康食譜，一應俱全，內容豐富又實用！

小孩比成人更易中暑

資料提供：香港大學名譽助理教授劉慧思醫生

紅眼症高峰期　小朋友易中招

資料提供：眼科專科醫生周伯展

掌握3大要點　孩子搭車無扭計

資料提供：衞生署家庭健康服務

冰凍健康甜點之選　希臘乳酪鮮果雪條

資料提供：加拿大營養學家伍雅芬

強勢主打

嬰兒哭聲大解碼

初生嬰兒常以哭聲表達需要，家長可嘗試觀察他們每個狀況和反應，從而回應寶寶，讓他們感到滿足和被愛。立即觀看衞生署親子易點明網站提供的方法，安撫嬰兒情緒。

品格管教

親子伴讀好時光：
讀繪本學品格 —《我想要贏！》

孩子坐不定　如何入手教德育？

孩子在成長中，總按自己喜好行事，未懂得顧及

如果家長發現小朋友「輸唔起」、「一定要贏」，無需太擔心，這是成長路上常見的表現。慈慧幼苗教育主任（資深註冊社工）吳彩輝姑娘為大家介紹繪本《我想要贏！》，一起看看從書中得到什麼啟示吧！

多元智能配合運動賽事元素
培養孩子堅毅精神

近日全城捲起運動熱潮，很多家長和孩子一同觀看精彩賽事，又鼓勵孩子參加不同運動。香港心理學會臨床心理學組註冊臨床心理學家朱嘉麗建議家長，透過運動比賽，再配合多元智能中的三大元素，培養小朋友永不放棄的精神！

他人感受，又喜歡和家長唱反調。兒童繪本作家李嘉敏建議用繪本和角色扮演遊戲，引導小朋友學習正向觀念，學會與其他人相處。

【育兒鬆一Zone】
自己事情自己做　責任同步Level Up

家長過分縱容小朋友，任何事都服務周到，反而會養成「衣來張手，飯來張口」的壞習慣。慈慧幼苗教育主任（資深註冊社工）吳彩輝姑娘解釋，家長應由生活中小事教導小朋友「自己事情自己做」的道理，從中令小朋友學習肩負責任感，培養良好品格！

精選內容

處理分離焦慮方法

紓緩升小孩子緊張情緒實戰方法

小朋友由幼稚園升上小學，面對全新的學習環境，難免緊張或擔心。香港心理學會臨床心理學組註冊臨床心理學家、香港衞生署認可臨床心理學家名冊會員陳潔冰提供應對方案，讓家長參考，協助孩子順利過渡！

適切方法　輕鬆化解Trouble Two

很多人形容兩歲小朋友踏入「Trouble Two」反叛期階段，不聽從指示、大吵大鬧，令家長非常頭痛。慈慧幼苗教育主任（資深註冊社工）黃家嘉姑娘提供4大要點，化解孩子「Trouble Two」！

「在家玩什麼系列」之玩味文具：三寶系列

文具除了是學習的必需品，亦可以成為親子遊戲的主角。智樂兒童遊樂協會「好玩爸媽」團隊Flora媽媽和Keziah教大家利用文具「三寶」，轉

幼童上學哭鬧，如何處理？怎樣才可讓兩歲孩子「無淚」過渡沒有爸媽相伴嘅校園生活？各位新手父母，立即閱讀文章，了解更多由香港小童群益會服務總監王美玲姑娘提供的小貼士！

6大範疇　全面啟發孩子潛能

每個小朋友都潛藏不同天賦，但要他們發揮一技之長，不是一朝一夕能做到。家長可以如何發掘孩子的潛能呢？ 防止虐待兒童會提供六大要點，幫助家長激發小朋友的獨特潛能，自信、快樂地成長！

藝術家教路　自製環保x傳統兔仔燈籠

中秋節過後，大家是否儲存了很多盛載水果的透明膠盒在家，掉棄怕不環保，留下又不知有何用途？家長不妨和小朋友一起觀看影片，由藝術家譚卓文教大家循環再用這些膠盒，製作環保又可愛的小兔燈籠！

化成極具創意的親子遊戲，讓你和孩子共渡快樂時光！

活動資訊

《準爸媽湊B實戰教室》 建立親密親子關係

慈慧幼苗於8月首次舉辦《準爸媽湊B實戰教室》家長工作坊，吸引十三位家長，包括準爸媽及照顧者參與，場面熱鬧。慈慧幼苗教育主任（資深註冊社工）李淑輝姑娘除了分享照顧嬰兒的心得，包括餵奶、掃風、換片、抹面、洗澡、洗頭、處理發燒、餵藥及哭鬧的技巧，更要求每位參加者即場「實習」，從而傳授如何從照料嬰兒的過程中，建立親密的親子關係，讓家長從嬰兒出世開始建立孩子的安全感，以及開心和深厚的親子感情。

活動報名

【視像平台教學】家長講座

《孩子情緒疏導》家長講座讓家長學習專業ACT方法，找出孩子出現負面情緒的原因，幫助孩子控制及疏導情緒。立即報名講座，了解更多有關ACT方法的知識！

有關「慈慧幼苗」

「慈慧幼苗」由羅鷹石慈慧基金創始贊助於2014年成立，是一所致力拓展0至6歲幼兒培育及發展的慈善機構，透過專業的家長教育培訓課程及互動資源平台等服務，教育公眾正確的育兒知識，帶動社會重視家庭的心理健康，啟導幼兒建立正向思維與正面價值觀，從而締造理想的社會環境。截至 2020年，受惠的兒童、家長、社工、教育工作者及專業同工等人士逾37, 000人，受惠團體及機構超過400個。

更多專業育兒資訊　盡在互動資源平台

立即登記成為會員　參加家長教育活動

地址：香港灣仔港灣道23號鷹君中心G01舖

電話：(852) 2185 7106 | WhatsApp：(852) 5402 1404

電郵：info@healthyseed.org | 網址：http://healthyseed.org

取消訂閱 | 會員登記