



家長智 Net

<https://www.parent.edu.hk/>

# 家長關注的主題

- ▶ 親子關係
- ▶ 品格培養
- ▶ 教育與學習
- ▶ 身心健康
- ▶ 生涯規劃
- ▶ 家校合作
- ▶ 正向家長運動
- ▶ 教育資訊
- ▶ 家長教育活動資訊站



# 最新資訊/推薦項目

最新資訊

熱門項目



**《社區守護盾：青少年篇》反恐漫畫書**

2025年10月20日  
中學 小學 幼稚園 品格培養 專家教路  
國家安全 態度與價值觀



**親子密碼**

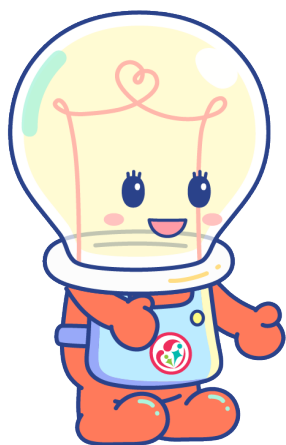
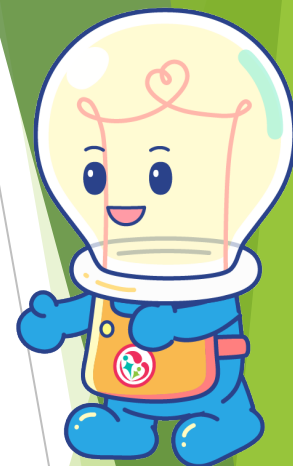
親子密碼 - 趣味引導學習心

2025年10月17日  
中學 小學 幼稚園 品格培養 教育與學習  
教養 親子密碼 關愛與管教



**Light家庭健康教室 - 失眠的成因及處理方法**

2025年10月10日  
中學 小學 幼稚園 身心健康 壓力 心態  
成長與發展



推薦項目



**家長錦囊**

提升子女的身心健康

家長錦囊 - 提升子女的身心健康

2025年03月13日  
中學 小學 幼稚園 正向家長運動(下載區) 親子關係 身心健康 成長與發展 正向 錦囊 關愛與管教



**Light家庭**

精神健康小錦囊

親子小手工—「Light家庭精神健康小錦囊」

2024年09月06日  
中學 小學 幼稚園 身心健康 壓力 心態 情緒

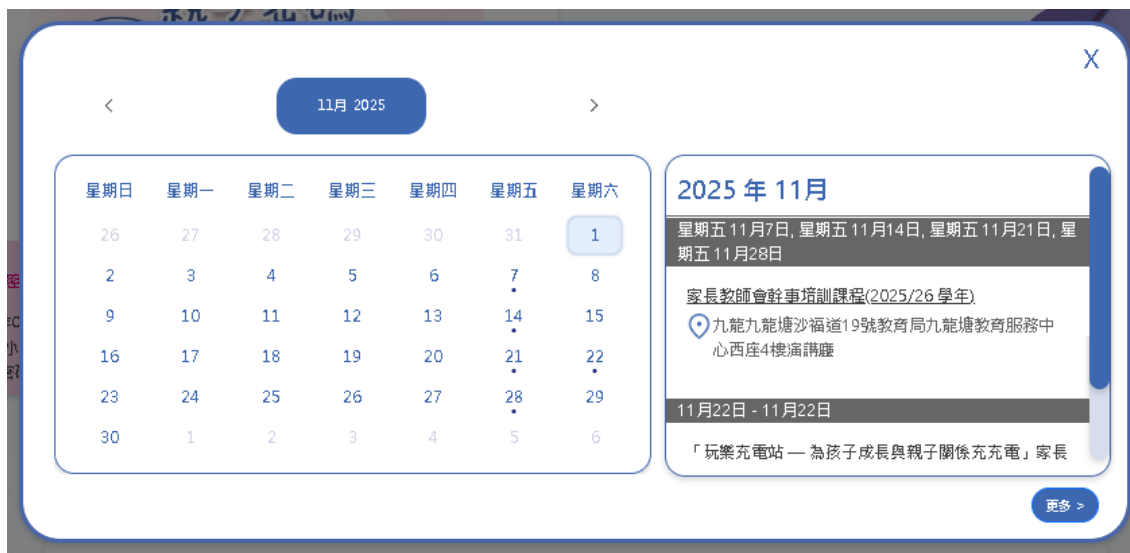
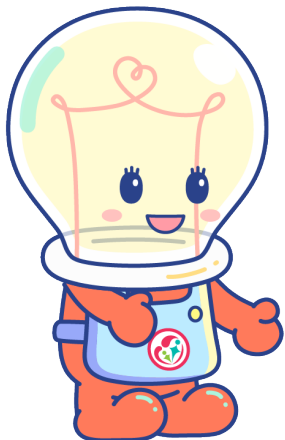


**感恩列車 - 感恩十站之旅**

感恩列車 - 感恩十站之旅

2024年11月26日  
中學 小學 身心健康 心態

# 活動行事曆



透過主頁右下角的行事曆按鈕，讓家長可以更快地獲得不同的教育活動資訊

# 家長教育活動資訊站

- ▶ 提供由政府機構和本地專上院校舉辦的家長教育課程和活動資料、報名連結



家長可透過分類功能選取活動地區、類型、對象和主辦機構等，以揀選合適活動



# 「家長智Net」電子通訊訂閱功能

- 「家長智Net」設有電子通訊訂閱功能
- 家長可以到以下網址登記訂閱服務,便可透過電郵獲得「家長智Net」的最新資訊:

<https://www.parent.edu.hk/smart-parent-net/about-us/e-newsletter>



訂閱



我們歡迎你登記接收「家長智Net」的電子通訊,請輸入你的電郵。系統會發送一封電郵至所提交的電郵地址。透過該電郵內的連結認證後,即可收到與「家長智Net」有關的訊息。

電郵地址

你可以隨時取消訂閱。如有任何查詢,請聯絡我們: [parented@edb.gov.hk](mailto:parented@edb.gov.hk)。

☐ 所提供的資料只會用於處理申請訂閱「家長智Net」電子通訊的有關事宜,如欲了解資料用途詳情,請參閱我們的私隱政策。

同意及訂閱

訂閱「家長智Net」,  
即可每月接收電子通訊!

# 快速連結

- ▶ 透過快速連結，家長可以更方便獲取不同類型的教育資訊





# 文章/短片介紹

## 文章

- ▶ 生涯規劃與精神健康
- ▶ 放手不放棄：成為孩子最堅強的後盾
- ▶ 如何提升子女溝通能力
- ▶ Light家庭健康教室 -失眠的成因及處理方法

## 短片

- ▶ (影片)冷靜對待頑皮孩子
- ▶ (影片)【同理・童理】幼兒家長講座系列「與孩子好好溝通」：如何成為高EQ的家長？
- ▶ (影片)童行抗壓 - 呼吸放鬆法







正向家長運動  
Positive Parent Campaign

## 各類活動



「堅韌同行系列－親子滿FUN打油詩創作大賽」

2025年09月25日

壓力 心態 態度與價值觀 成長與發展 正向 溝通 正向家長運動(活動) 活動及研討會 中學 其他 小學 幼稚園



「堅韌同行系列－用心種 在心中」親子家庭活動

2025年05月02日

態度與價值觀 教養 正向 關愛與管教 正向家長運動(下載區) 正向家長運動(活動) 親子關係 身心健康 小學 幼稚園



「堅韌同行系列－用心種 在心中」活動

2025年05月02日

態度與價值觀 教養 正向 溝通 正向家長運動(下載區) 正向家長運動(活動) 親子關係 身心健康 小學 幼稚園



(影片) 活動重溫：「健康家庭齊起動系列－家庭至Fun同樂日暨頒獎禮」

2025年03月07日

成長與發展 教養 正向 玩樂 影片 正向家長運動(活動) 親子關係 身心健康 中學 小學 幼稚園



## 各類資源



「堅韌同行系列－用心種 在心中」親子家庭活動

2025年05月02日

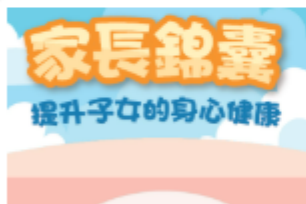
態度與價值觀 教養 正向 關愛與管教 正向家長運動(下載區) 正向家長運動(活動)  
親子關係 身心健康 小學 幼稚園



「堅韌同行系列－用心種 在心中」活動

2025年05月02日

態度與價值觀 教養 正向 溝通 正向家長運動(下載區) 正向家長運動(活動) 親子關係  
身心健康 小學 幼稚園



家長錦囊－提升子女的身心健康

2025年03月13日

成長與發展 正向 錦囊 關愛與管教 正向家長運動(下載區) 親子關係 身心健康 中學  
小學 幼稚園



「Light家庭」通訊程式表情圖像貼圖包(復活節、母親節、父親節篇)

2024年03月31日

正向 資源 正向家長運動(下載區) 中學 小學 幼稚園

# 「家長智Net」Facebook、Instagram專頁及YouTube頻道



- ▶ 透過社交媒體發放「家長智Net」的最新家長教育資訊和活動，為家長提供更快、更新、更多元的教育資源和支援。

歡迎各位『讚好 / Like』、『追蹤 / Follow』和向身邊家長朋友『分享 / Share』以下社交媒體平台！



- ▶ Facebook專頁：

<https://www.facebook.com/parents.edu.hk>

- ▶ Instagram專頁：

<https://www.instagram.com/parents.edu.hk>



- ▶ YouTube頻道：

<https://www.youtube.com/@smartparentnet>

完

