



致CDC朋友：

大家好！臨近熱鬧的節慶時期，我們希望藉著新一期通訊與大家分享CDC近來的工作，以及為您送上最近的SEN錦囊文章和活動預告！

在10月31日，由兒童事務委員會轄下的兒童福祉及發展資助計劃撥款資助的「CDC 童心共融同樂日」已圓滿舉行！我們很高興見到現場許多家庭都踴躍參與手藝工作坊、遊戲攤位和家長講座。如果想重溫活動詳情，請按[此](#)。

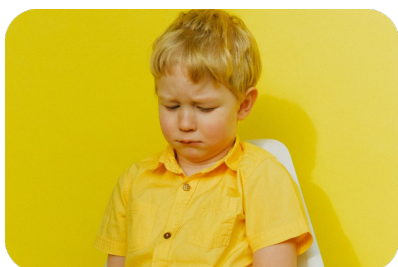
此外，我們亦已寄出2021/22年度的CDC家長問卷。如果您是CDC家長，記得在2021年12月17日前填妥問卷！家長的寶貴意見對CDC的未來發展路向相當重要，因此我們相當重視家長對CDC服務的體驗和意見。

祝閣下身體健康、生活愉快！  
CDC團隊



## **一覺睡天光！——如何幫助孩子好好入睡？**

許多研究顯示，充足的睡眠有助孩子健康成長，因為它能夠改善行為問題、增強記憶力、注意力、學習力和促進整體的身心健康。



## **如何通過認知行為治療提升情緒管理能力？**

理解何謂認知行為治療 (Cognitive Behavioural Therapy)，以及家長如何能實踐有關知識，提升孩子在控制情緒和行為方面的能力。

# 活動預告

- 12月3日 - [「兒童早期介入」研討會](#)
- 12月4和11日 - [家長+幼兒瑜伽小組班](#)
- 12月6和13日 - [無障礙瑜伽 \(椅子/ 輪椅\)](#)

想了解更多SEN活動詳情，請瀏覽[未來活動概覽](#)。如對上述活動感興趣，可自行填妥[網上表格](#)作報名之用，或電郵至[connect@cdchk.org](mailto:connect@cdchk.org)。

## 立即捐款支持

閣下的捐助能支持我們服務更多有需要的家庭！



Website



Facebook



Instagram



YouTube

Copyright © 2021 The Child Development Centre, All rights reserved.

The Child Development Centre · 4/F, Prime Mansion, 183-187 Johnston Road, Wan Chai, Hong Kong

明德兒童啟育中心 · 香港灣仔莊士敦道183-187號德業大廈4樓