



〈「校園・好精神」加強推廣校園精神健康資訊〉

敬啟者：

疫情過後，學生回復正常的學習和社交生活時，仍需時間逐步適應各種轉變，尤其是在開學後各樣課業及測考，面對的壓力不容忽視。教育局推出以下一系列措施，家校攜手合作，一起守護學生的精神健康。現將相關資訊臚列如下，敬希查照。

項目	連結
「在家・好精神」 家長「守門人」系列	https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/support-programme/s/parent-workshop-on-gatekeeper-training.html
「在家・好精神」 家長「守門人」短片系列	https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/promotion-at-the-universal-level/parent-zone/100.html
「關愛孩子好精神」 家長教育系列 — 小冊子 (簡介不同精神病患，包括抑鬱症和焦慮症)	https://sense.edb.gov.hk/tc/types-of-special-educational-needs/mental-illness/resources/pamphlets/index.html
「守護孩子精神健康 預防青少年自殺」家長便覽	https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/promotion-at-the-universal-level/parent-zone/68.html
家長講座(Zoom 軟件網上實時形式進行) 日期：2023 年 11 月 22 日(三) 時間：晚上 7 時正至 9 時正 主辦單位：由教育局、家庭與學校合作事宜委員會、十八區家長教師會聯會及各區地區校長聯會合辦	詳情見附件一
家長講座(實體形式進行) 日期：2023 年 12 月 9 日(六) 時間：上午 10 時 30 分至下午 12 時 30 分 地點：五旬節聖潔會永光書院 (地址：九龍橫頭磡龍翔道 155 號) 主辦單位：由教育局、家庭與學校合作事宜委員會、十八區家長教師會聯會及各區地區校長聯會合辦	詳情見附件二

敬希 貴家長積極參與活動。請填妥以下回條，於十一月二十日前將回條交回班主任。

此致

貴 家 長

聖公會李福慶中學校長

謹啟

吳幼美

二零二三年十一月十七日

回條

檔案編號：23127

(學生家長須於十一月二十日或前交回班主任)

敬覆者：

本人已知悉〈「校園・好精神」加強推廣校園精神健康資訊〉事宜。

此覆

聖公會李福慶中學校長

家長簽署

家長姓名

學生姓名及學號

班別

：_____
：_____
：_____()_____
：_____

二零二三年十一月 日

網上及實體家長講座

1. 家長講座（網上實時形式進行）

為加強家長支援子女，教育局將舉辦以下的網上家長講座，家長可由本年 11 月 9 至 17 日報名參加，報名連結如下：

<https://forms.gle/NMvX9kbiP7965rat5>



日期： 2023 年 11 月 21 日（星期二）[小學] 及 22 日（星期三）[中學]

時間： 晚上 7 時至 9 時

模式： 透過 Zoom 軟件網上實時形式進行

對象： 家長

時間	題目	主講機構
19:00-19:15	簽到	
19:15-20:00	識別和支援有精神健康需要的學童的有效措施及個案分享	賽馬會青少年情緒健康網上支援平台 - 「Open 喻」
20:00-20:45	青少年對生命的迷思	香港撒瑪利亞防止自殺會
20:45-21:00	答問環節	

2. 家長講座（實體模式進行）

為加強家長支援子女，教育局將舉辦以下的家長講座，家長可由本年 11 月 9 至 12 月 3 日報名參加，報名連結如下：

<https://forms.gle/gQt6mwFKeyYzTpQi9>



日期： 2023 年 12 月 9 日（星期六）
 時間： 上午 10 時 30 分至下午 12 時 30 分[中學] 及
 下午 1 時 30 分至 3 時 30 分[小學]
 地點： 五旬節聖潔會永光書院（九龍橫頭磡龍翔道 155 號）
 對象： 家長

中學場次時間	題目	講者
10:15-10:30	簽到	
10:30-11:30	靜觀教養	賽馬會「樂天心澄」 教育心理學家 關匡宏先生
11:30-12:15	平靜應對孩子的成長風暴	浸信會愛羣社會服務處 臨床心理學家 紀正楠先生
12:15-12:30	答問環節	

小學場次時間	題目	講者
13:15-13:30	簽到	
13:30-14:30	靜觀教養	賽馬會「樂天心澄」 教育心理學家 關匡宏先生
14:30-15:15	裝備孩子逆風成長	浸信會愛羣社會服務處 臨床心理學家 林綸蕙女士
15:15-15:30	答問環節	