



家長通告 2023-2024 年度第 A035e 號

## 「多關懷·添幸福」大行動

敬啟者：

校園是一個促進學生全人發展，體現照顧、關懷、互相支持及互相尊重的地方。學校一直以全校參與的模式照顧學生成長上不同的需要，努力為學生建構堅韌牢固的安全網。過去數年的疫情為社會帶來前所未有的挑戰，學生在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，尤其是在開學後面對測考，學生面對的壓力更不容忽視。

為營造接納和關愛的文化，以及加強學生的適應力和抗壓力，積極面對個人成長的挑戰，學校在 11 月開展「多關懷·添幸福」大行動，以加強學生對精神健康的認知，致力提升學生、教師及家長的精神健康，增加學生精神健康的保護因素及減少風險因素。有關活動如下：

- (一) 課室張貼「多關懷、添幸福」海報
- (二) 派發「多關懷、添幸福」小錦囊卡給有需要的學生
- (三) 操場放置「關注兒童情緒健康 123」展板
- (四) 舉行「關注兒童情緒健康 123」有獎問答遊戲
- (五) 舉行關愛生日會
- (六) 播放「多關懷、添幸福」短片
- (七) 小息舉辦精神健康攤位遊戲
- (八) 全校推行「Give me 5」活動
- (九) 全校派發「減壓·冷靜」卡
- (十) 每班在課室壁報張貼「心聲樹」

家長與老師應協助學生明白，壓力和不如意事無可避免，了解適合自己的紓緩情緒方法，不讓負面情緒累積才是最重要的。以下家長資訊已上載學校網頁-家教會-家長資訊，鼓勵家長瀏覽相關資訊，為自己及子女作好準備。

- (一) 「在家·好精神」家長「守門人」系列
- (二) 「關愛孩子好精神」家長教育系列-小冊子
- (三) 「守護孩子精神健康 預防青少年自殺」家長便覽

此致

貴家長

校長：\_\_\_\_\_ 謹啟

(李慧苑)

(負責老師：劉欽龍副校長)

二零二三年十一月二十七日