

筲箕灣官立小學

家長學生·好精神一筆過津貼計劃表

目的：家長學習與精神健康相關的知識及技巧，掌握及早識別子女出現早期精神健康問題徵兆的技巧，認識管理壓力和提升身心健康的方式，並強化子女的正向思維。

負責組別：升中及家校合作組

負責人：韓海霞主任、楊亨詠老師

全期津貼：\$20,000

學年	活動名稱	對象	時間	成功準則	評估方法	統籌	預算開支
2023/24	「家長學生·好精神」 家長講座系列一之 學習與精神健康相關的知識及 技巧	全校家長	約 1.5 小時	70%家長同意講座內容 有助他們學習與精神健 康相關的知識及技巧	問卷調查、 觀察	升中及 家校合 作組及 社工	\$4500
2023/24	「家長學生·好精神」 家長講座系列二之 掌握及早識別子女出現早期 精神健康問題徵兆的技巧	全校家長	約 1.5 小時	70%家長同意活動內容 有助他們掌握及早識別 子女出現早期精神健康 問題徵兆的技巧	問卷調查、 觀察	升中及 家校合 作組及 社工	\$4500
2024/25	「家長學生·好精神」 家長講座系列三之 認識管理壓力的方式	全校家長	約 1.5 小時	70%家長同意活動內容 有助他們認識管理壓力 的方式	問卷調查、 觀察	升中及 家校合 作組及 社工	\$4000
2024/25	「家長學生·好精神」 家長講座系列四之 提升身心健康的方式	全校家長	約 1.5 小時	70%家長同意活動內容 有助他們提升身心健康的 方式	問卷調查、 觀察	升中及 家校合 作組及 社工	\$3000

2024/25	「家長學生·好精神」 家長講座系列五之 強化子女的正向思維	全校家長	約 1.5 小時	70%家長同意活動內容 有助他們強化子女的正 向思維	問卷調查、 觀察	升中及 家校合 作組及 社工	\$3000
2023/24 及 2024/25	升中講座及抗壓分享會	P. 6 家長	約 1.5 小時	70%家長同意分享會有 助為升中的學生抗壓。	問卷調查、 觀察	升中及 家校合 作組及 社工	\$0
2023/24 及 2024/25	製作升中抗壓鼓勵卡	P. 6 學生	/	70%家長同意鼓勵卡上 的內容有助升中的學生 抗壓。	問卷調查、 觀察	升中及 家校合 作組及 社工	\$1000

預計開支合共\$20,000