

「家長學生，好精神一筆過津貼」計劃書 2024/25

範疇	策略/措施	簡介及目標	監察 / 評估方法	2024/25 預算
i. 舉辦與推廣學生及家長精神健康相關的親子或家長活動	舉辦工作坊，增進家長和子女溝通	利用親子減壓活動(如靜觀/藝術/郊遊/運動等)，增進家長和子女溝通，讓家長和子女在掌握放鬆身心靈的練習，提升處理壓力的能力	參與紀錄 實踐分享	HK\$ 12,000
ii. 推廣學生及家長精神健康的資訊、出版刊物或提供資源平台	透過內聯網或電子通告，向家長發相關資訊	讓家長可以獲得更多有關精神健康資訊，從而在處理孩子的情緒時能有適當的技巧	資訊紀錄	—
iii. 提供與家長學習精神健康相關的知識及技巧的課程或培訓	舉辦以精神健康相關知識及技巧為主題的家長課程或講座	讓家長能及早察覺和紓緩孩子的壓力，亦能關顧自身的精神健康	活動紀錄及成效檢視	HK\$ 8,000
			總計	HK\$ 20,000