

上水宣道小學
「家長學生・好精神」一筆過津貼運用計劃
2024 至 2025 年度

1. 目標：

- 1.1. 支援家長照顧學生的精神健康
- 1.2. 促進學生和家長的精神健康
- 1.3. 家長和學生能認識管理壓力以及提升身心健康的方法

2. 財政預算

	項目	受惠對象/人數	舉行日期	預算開支（\$）
1.	舉辦關注家長精神健康講座 邀請專業人士(精神科醫生、社工) 到校主持講座，讓家長能認識及更關注自己精神健康情況，向家長分享一些基本處理的基本技巧及介紹轉介服務。	全校家長	2024-2025	7,000
2.	舉辦精神健康親子工作坊	全校家長及學生	2024年12月-2025年6月	7,000
3.	派發家長打氣包 在家長日向家長(以家庭為單位)「家長打氣包」以支持、鼓勵家長，更讓家長多留意子女的精神健康。「打氣包」內物品有：家長自我關顧錦囊、辨識子女精神健康錦囊、打氣咭、小禮物(例如茶包、菓仁包等)。	全校家長	2024年12月	6,000
總計				20,000

3. 負責科組/同工：_____李曉彤_____