

## 「好心情」計劃 2019-2020

### 計劃目標：

「好心情」計劃旨在以多介入層次全方位提升學生的抗逆力及精神健康，促進他們學習、社交及生活環境的適應，也提高支援學生成長的有關人士(家長及老師)對學生精神健康需要的認識及掌握跟進輔導技巧。

### 內容簡介：

「好心情」計劃內的活動涵蓋不同級別同學的需要，包括中一中二成長小組、中二義工計劃、師兄師姐計劃、中五壓力管理小組及中六壓力管理講座。除了學生活動，計劃亦會舉辦家長心理健康講座、家長互助工作坊及老師培訓。

### 活動相片 (2018-2019)：

#### 初中成長計劃

##### 計劃開幕禮：



林副校、老師和家長一同出席開幕禮以鼓勵學生積極參與計劃。

##### 初中成長計劃中一中二聯合宿營：



中一中二同學一起同心協力跨過橫樑。

## 中二義工計劃



中二同學很有耐性地教婆婆玩 BINGO。

## 師兄師姐計劃

師兄師姐團隊訓練營：



師兄師姐於營內進行不同的訓練，以建立團隊默契。

師兄師姐校內活動:



師兄師姐以功課輔導及遊戲等不同的形式協助中一同學適應新校園生活。

## 中五壓力管理小組

中五鬆一鬆營:

