

聖公會主愛小學(梨木樹)
2024-2025 年度「校園·好精神一筆過津貼」計劃

2023-2024 年度結餘： \$60,000.00

本校將舉辦以下活動及購買以下物品：

項目編號	活動項目及內容	預期目標	對象	推行時間	監察/評估	財政預算	實際支出	剩餘金額
1.	設立「精神健康角」	營造輕鬆關愛的校園空間，幫助學生釋放壓力，照顧自己的情緒需要，適時減壓。	P.1-6	全年	使用紀錄	\$2,750		
2.	舉辦學生靜觀減壓工作坊	讓學生學習專注當下，破除情緒或念頭不斷重覆而引起的煩惱，提升對壓力的適應力，溫柔對待自己。	P.1-6	3-4 月	問卷調查	\$14,400		
3.	舉辦學生和諧粉彩工作坊	透過有趣而簡單的藝術，為學生提供一個舒壓及快樂的創作空間，讓學生有一段忘憂的繪畫時間，從而釋放心中的壓力。	P.1-4	5 月	問卷調查	\$38,250		
4.	舉辦愛心小天使活動	透過活動表達對別人的關懷和支持，增加學生的幸福感。。	P.1-6	1 月	問卷調查	\$1,000		
5.	舉辦教師減壓工作坊	透過瑜伽或拉筋動作，緩解教師的工作壓力及工作帶來的痛症。	教師	13/11/24	問卷調查	\$3,600		