

新界鄉議局大埔區中學  
「家長學生·好精神一筆過津貼」  
2024/2025 學年計劃書

活動範疇	相關活動	活動目標	參與對象	舉行時間	預計活動費用
1. 舉辦與推廣學生及家長精神健康相關的親子或家長活動。	家長/親子減壓工作坊，如靜觀、瑜伽伸展或花藝等放鬆活動	為家長提供減壓方法，讓家長和學生適時放鬆，懂得關顧自己的精神健康，加強親子關係。	全校家長及學生	下學期	\$20,000
2. 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。	精神健康家長講座	讓家長了解精神健康的相關知識及技巧，引導家長有效地識別及支援子女精神健康。	全校家長	2024年10月	

負責老師：蕭藹儀老師