

校園好精神活動 2024-2025

負責組別：輔導組

資金來源：〈校園。好精神一筆過津貼〉

	日期	活動	對象
1.	2023 年 10 月- 2024 年 1 月	情緒管理小組 I	p. 1-3 10 人
2.	2024 年 2 月- 2024 年 5 月	情緒管理小組 II	p. 1-3 10 人
3.	2024 年 10 月- 2024 年 12 月	和諧粉彩小組 I	p. 1-3 15 人
4.	2024 年 12 月	4Rs 書籤	p. 1-6 800 人
5.	2024 年 12 月	4Rs 不倒翁手工立體卡	p. 1-6 800 人
6.	2025 年 2 月- 2025 年 5 月	4Rs 精神好健康小組	p. 4-6 15 人
7.	2025 年 2 月- 2025 年 5 月	童來快樂舞蹈小組	p. 1-3 13 人

校園好精神活動 2024-2025

負責組別：輔導組

資金來源：<校園好精神一筆過津貼>及<家長教育課程一筆過津貼>

日期	活動	時段	對象
10.2024 起	<精神健康職場約章>計劃：每月提供精神健康支援服務的資訊，鼓勵尋求協助	全學年	全校師生及職工
13.11.2024 三	4Rs 資訊壁報 + 4Rs 沖氣不倒翁（校門）	全學年	全校師生及職工
22.11.2024 五	羅姑娘 4Rs 信息分享： 1<4Rs 沖氣不倒翁>	早會	全校師生
29.11.2024 五	羅姑娘信息分享： 1 簡介<4Rs 精神健康活動 24/25> 校長 4Rs 信息分享： 1 介紹「4Rs 自我照顧路線圖」校長獎勵計劃 2 送贈<4Rs - Relationship（人際關係）>填色紙	早會	全校師生
20.12.2024 五	羅姑娘 4Rs 信息分享： 1 送贈 4Rs 宣傳書籤	早會	全校師生及職工
3.1.2025 五	羅姑娘信息分享： 1<4Rs 影片播放 + 4Rs 不倒翁立體咭送贈>活動宣傳	早會	全校學生
	4Rs-Relax 影片播放 + 4Rs 不倒翁立體咭（Relax 款）派發	午息	全校學生
10.1.2025 五	4Rs-Rest 影片播放 + 4Rs 不倒翁立體咭（Rest 款）派發	午息	全校學生
17.1.2025 五	4Rs-Relationship 影片播放 + 4Rs 不倒翁立體咭（Relationship 款）派發	午息	全校學生
20.1.2025 一	4Rs-Resilience 影片播放 + 4Rs 不倒翁立體咭（Resilience 款）派發	午息	全校學生
23.1.2025 四	「4Rs 精神健康」親子四格漫畫創作比賽	下學年	全校學生及家長
2.2025-5.2025	4Rs 精神健康學生小組	導動課	15 學生
2.2025-5.2025	童來快樂舞蹈小組	導動課	13 學生

校園好精神活動 2024-2025

負責組別：輔導組

資金來源：〈校園好精神一筆過津貼〉及〈家長教育課程一筆過津貼〉

日期	活動	時段	對象
24. 3. 2025	<<4Rs 精神健康約章>> X 香港海洋公園動物探索精神健康同樂日	早上	30 名 P. 4-6 級學生
29. 4. 2025 二- 6. 5. 2025 二	P. 1-2<<4Rs 扭蛋機>> + 4Rs 不倒翁填色 宣傳 P. 1-2 扭蛋活動	午餐	P. 1-2 各班 10 名學生
13. 5. 2025 二- 20. 5. 2025 二	P. 3-4<<4Rs 扭蛋機>> + 4Rs 不倒翁創作 宣傳 P. 3-4 扭蛋活動	午餐	P. 3-4 各班 10 名學生
27. 5. 2025 二- 3. 6. 2025 二	P. 5-6<<4Rs 扭蛋機>> + 東南西北 4Rs 摺紙仔 宣傳 P. 5-6 扭蛋活動	午餐	P. 5-6 各班 10 名學生
5. 2025 - 7. 2025	不倒翁填色及創作展覽	下學年	全校學生
13. 6. 2025 五	「4Rs 精神健康」親子四格漫畫創作比賽 頒獎禮	早會	全校學生及家長
13. 6. 2025 五	「4Rs 自我照顧路線圖」 校長獎勵計劃 頒獎禮	午息	全校學生