

Joy · 種生命

~生命教育講座~

系列	講座題目	內容	合適對象
欣賞生命	愛·挑戰	培養學生積極、欣賞自己的態度，學習在逆境與挫折當中，仍能保持希望，以正面、樂觀的心情來迎接困難。	中一至中三學生
尊重生命	愛·成長	近年校園及網絡欺凌情況日益嚴重，學生遇上欺凌若不懂處理，可能會造成情緒困擾及心靈傷害。此講座會讓學生認識何謂欺凌及理解欺凌行為所帶來的後果，並探討應對方法，提醒學生互相尊重、和諧相處的重要性。	中一至中三學生
尊重生命	愛·壓力	在新高中學制及成長轉變下，學生所面對的壓力越來越沈重。此講座除會教授簡單減壓方法，並讓學生們明白精神健康的重要性，減輕出現情緒困擾的機會。	中四至中六學生
探索生命	愛·生命	透過回答人生三問：「你的生命意義何在？你的人生目標是什麼？你應該如何生活？」讓學生及早為自己作生涯規劃，訂定屬於自己的未來。	中四至中六學生

- 每節講座約 1 小時，每次收費\$1,000。
- 歡迎學校安排 100 人或以上同學參與。
- 學校教師、社工或教育同工如有興趣安排上述講座，歡迎致電 3511 6938 與本會職員陳潔靈小姐聯絡。同時，我們亦可按個別學校的需要，度身設計合適之服務。

Joy · 種生命

~義工探訪體驗~

- 目標: 1. 讓學生有機會關顧曾有自殺想法的長者，並透過兩者的互動交流，擴闊同學的視野，反思生命。
2. 讓學生體驗幫助社會上有需要的組群，培養關愛身邊人的文化。

項目	內容	服務對象
1. 探訪前預備簡介	包括 1 小時探訪前預備簡介。內容包括：香港長者自殺情況、義工的角色、探訪基本技巧及態度、探訪流程及與長者溝通應注意事項。	中三或以上學生
2. 外出探訪體驗	每 3 - 4 名同學一組，分組上門探訪有情緒困擾的長者；探訪後小組解說 (Debriefing)。	

個案區域包括：九龍東、九龍西及荃葵區長者

每節義工探訪體驗約 5 小時。當中包括：探訪前預備簡介、外出探訪體驗及探訪後小組解說 (Debriefing)

收費：

學生人數	收費	備註
25 名學生以下	\$2,000	費用包括：導師簡介及事後解說、事後解說場地(如有需要)、探訪禮物。 *交通安排由學校負責(自行公共交通工具/旅遊巴)
25-50 名學生	\$4,000	
51-100 名學生	\$6,000	
100 名學生以上	\$8,000	

備註：

1. 以上為活動設計初定大綱，有關內容及時間安排，歡迎老師提出意見。
2. 初定探訪形式為上門探訪服務使用者，但亦有機會安排到院舍或長者中心作探訪。
3. 服務使用者現正接受「生命熱線」的預防長者自殺服務，本服務透過社工和義工定期上門探訪及電話慰問、多元化的互助關懷小組活動、社區教育講座及活動等，紓緩情緒受困或有自殺念頭長者的情緒，以降低其自殺風險。

■ 學校教師、社工或教育同工如有興趣安排上述體驗活動，歡迎致電 2382 3055 與本會職員梁永棠先生聯絡。同時，我們亦可按個別學校的需要，度身設計合適之服務。

賽馬會「愛生命」計劃

~教師/家長培訓講座~

項目	內容	服務對象
1. 「及早解困」 教師/家長培訓講座	提供學生情緒困擾的徵狀、行為等資訊，讓教師/家長掌握如何及早識別及支援情緒受困的學生/子女。	教師/家長
2. 「躍動身心靈」 教師/家長培訓講座	面對學生/子女成長的挑戰或情緒受困，教師/家長如何透過正念來照顧自己的身心，以重建關係及和諧氣氛。	教師/家長
3. 「抗逆同行」 教師/家長培訓講座	認識何謂抗逆力。 教師/家長協助學生/子女培養抗逆力的方法。 支援情緒受困的孩子的原則。	教師/家長

- 每節講座時間為 1 – 2.5 小時。
- 此講座承蒙香港賽馬會慈善信託基金撥款捐助，費用全免。
- 學校如有興趣參與上述講座或任何查詢，歡迎致電 3511 6909 與本會社工郭佩盈姑娘聯絡。

致：「生命熱線」陳潔靈小姐

傳真：2382 2004

中學生命教育培訓 2020-2021 申請表格

可選多於一個項目：

「Joy·種生命」計劃				
項目	年級	參加人數	擬舉辦日期及時間	收費
生命教育活動 (每次講座約 1 小時，每次收費\$1,000；探訪收費因參加人數而定*。)				
1. 愛·挑戰				\$
2. 愛·成長				\$
3. 愛·壓力				\$
4. 愛·生命				\$
5. 義工探訪體驗				\$
總數				\$

賽馬會「愛生命」計劃			
項目	對象	參加人數	擬舉辦日期及時間
教師/家長培訓講座 (此講座承蒙香港賽馬會慈善信託基金撥款捐助，費用全免)			
1. 「及早解困」教師/家長培訓講座			
2. 「躍動身心靈」教師/家長培訓講座			
3. 「抗逆同行」教師/家長培訓講座			

機構資料	
學校名稱：	_____
學校地址：	_____ 傳真：_____
聯絡人姓名：	_____ 職銜：_____ 所屬科目：_____
聯絡電話：	_____ 聯絡電郵：_____

*備註：1/ 請填妥表格並傳真至 2382 2004，本中心收到後將與聯絡人確認相關安排。

2/ 我們亦可按個別學校的需要而度身設計合適之服務，歡迎致電與我們聯絡。