

新界鄉議局元朗區中學 2024/25學年
運用「校園・好精神一筆過津貼」財政報告

2023/24-2024/25津貼金額：\$60,000 (直至2024年8月31日結餘：\$47,960)

項目編號	項目名稱及內容	預期目標	監察／評估	開支
1	精神健康講座(30/5/2025) <ul style="list-style-type: none"> 精神健康講座 (講者:汪嘉佑精神科醫生) 主題「面對壓力，應對考試焦慮」 	<ul style="list-style-type: none"> 透過講座，讓同學了解情緒健康方面的寶貴知識，加強管理情緒的實用技巧，幫助同學提升心理素質。 	<ul style="list-style-type: none"> 講座不僅提升了學生的心理素質，還促進了他們對心理健康的認識。講座幫助他們理解情緒管理的重要性，並學到實用的情緒管理技巧，有助他們應對考試壓力。 	\$3,624
2	舉辦「健康校園週」活動 (21-28/2/2025)(聯同全人發展組一同合辦) <ul style="list-style-type: none"> 攤位遊戲活動 靜觀工作坊 午間歌神 體感運動遊戲體驗 電影欣賞 健康大使宿營 美食嘉年華(租用爆谷機、棉花糖機) 	<ul style="list-style-type: none"> 透過活動及遊戲，提升學生對精神健康問題的認知和關注度，建立良好的心理調適方式，促進自身精神健康的維護，及讓同學了解精神疾病的症狀和預防措施。 	<ul style="list-style-type: none"> 「健康校園週」舉辦了多項與精神健康相關活動，內容豐富有趣，參加人數踴躍，學生積極參與。總體而言，活動促進了學生的心理及精神健康意識，並增強抗逆力。 	\$7,200
3	工作坊及活動體驗 <ul style="list-style-type: none"> DSE 減壓工作坊(14/10/2024) (\$2,260) 網絡與情緒健康關係工作坊(7/10/2024) (\$3,260) 學生抗逆力工作坊(21/11/2024)(\$3,260) 溝通技巧工作坊及戲劇體驗(30/4/2025)(\$5,000) 成長新動力工作坊(29/8/2025)(\$3,356) 	<ul style="list-style-type: none"> 透過一系列工作坊，提升學生的心理健康，社交、溝通技能，幫助學生放鬆情緒、調節心緒，學習情緒管理技巧以應對 DSE 考試及日常壓力，並加強他們的抗逆力。 	<ul style="list-style-type: none"> 參加者積極參與活動。活動成功提升學生的精神健康意識，幫助他們學習管理情緒，增強抗壓能力和人際溝通技巧。活動亦有助學生減輕考試焦慮，增強他們的自信心和面對逆境的韌性。 	\$17,136

項目編號	項目名稱及內容	預期目標	監察／評估	開支
4	中四及中五級義工訓練及服務 義工訓練工作坊 <ul style="list-style-type: none"> • S.4: 26/3/2025, 3/4/2025 • S.5: 6/2/2025 義務工作實踐日 <ul style="list-style-type: none"> • S.4: 22/4/2025 • S.5: 25/2/2025 	透過義工訓練及體驗式活動，幫助學生學習情緒調節技巧，培養同理心和團隊合作精神，增強自我覺知與面對挑戰的信心，從而適應高中生活，提升抗逆力和社會責任感。	活動提升學生的自我價值感、社會責任感、同理心、人際溝通技巧，抗壓能力，以及精神健康。	\$20,000
總開支金額				\$47,960
津貼餘款				\$ 0