

佐敦道官立小學

2024-2025 年度

「家長學生・好精神一筆過津貼」運用報告

目的：利用「家長學生・好精神一筆過津貼」舉辦「家長學生好精神日」，以提升家長及學生的精神健康。

統籌：余麗霞副校長、葉婉瑜老師、楊燕盈老師

目標	推行策略	成功準則	評估方法	時間表	負責人	開支	檢討
● 促進家長及學生之身心健康，減輕壓力	● 舉行親子工作坊（例如：製作仿皮革、香薰和中國繩結等），讓家長及學生學習紓解壓力，以及認識鍛鍊身心靈的方法。	70%家長同意工作坊活動內容有助他們及其子女提升身心健康	● 問卷調查 ● 觀察 ● 訪談	P.1-5 家長日 (21/02/2025) 當天舉辦「家長學生好精神日」	社工	\$20,000	● 根據問卷調查顯示，100%家長認同工作坊能有效幫助他們放鬆，減輕壓力。 ● 根據社工及教師觀察，家長與學生在工作坊中表現非常投入和享受，並能從製作過程中加強溝通，從而建立學生良好的親子關係。 ● 從訪談中，不少家長表示感謝學校安排是次活動，讓他們有機會與子女一起透過親子活動紓解壓力，並表示會再次參與類似的活動。

讓家長和學生認識與精神健康相關的知識	- 設立精神健康資訊站，讓家長及學生透過攤位和展板，加強對精神健康的認知，以適時照顧自己的身心健康 - 印製「打氣卡」鼓勵家長，並讓家長獲得減壓方法。	70%家長同意精神健康資訊站有助他們學習與精神健康相關的知識及技巧					- 根據問卷調查，100%的家長同意精神健康資訊站增進了他們對精神健康的了解，亦能幫助他們學習如何照顧自己的身心健康。 - 家長們亦同意資訊站能讓他們明白關注身心健康的重要，並能讓他們獲取有效資訊。 - 根據社工觀察，家長們在攤位遊戲中能與孩子作出互動，從中學習如何減壓。
				總開支：		\$20,000	
				津貼餘款：		\$0	

總結：

本年度舉辦「家長學生好精神日」總共有135位家長及其孩子一起參與。

從問卷回應數據及家長訪談所見，家長們對「家長學生好精神日」親子工作坊的整體評價非常滿意。工作坊和健康精神展覽有效提升了家長們對精神健康的認知和重要性，讓他們能夠放鬆並獲得有價值的知識。家長們亦期望能再次參加類似的活動。