



修心旅程 — 親子心理健康互動網站

為了提昇中學生的精神健康，香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心於2006年已開展一系列的精神健康課程，目的是發展中學生的均衡教育，在個人成長與人際關係等範疇，為青少年注入正能量。

為此，家庭與學校合作事宜委員會特別邀請香港大學，舉辦名為「修心旅程 — 親子心理健康互動網站」的分享及討論會，旨在了解家長及青少年的需要，並配合家校合作的模式，藉以減輕生活的壓力，提昇親子的溝通技巧。有關詳情如下：

日期：	2010年11月29日（星期一）
時間：	下午7時
地點：	中華基督教會桂華山中學（香港北角雲景道62號）
資料簡介：	<p>香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心根據認知行為治療的理論，以校本學習模式於不同中學推行了為期兩年的中學生精神健康計劃，受惠人數已超過一千人。由於現今網上學習是不可或缺的元素，研究中心希望透過這新學習模式推廣心理健康。</p> <p>是次的分享及討論會由香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心主持，希望探討家長對青少年心理健康的理解，鼓勵青年人與家長透過網上學習平台，共同經歷修心旅程，配合理論和實踐，讓家長和學生認識自我，共同成長。</p>
內容：	<ol style="list-style-type: none"> 1. 簡介計劃內容 2. 家長對青少年心理健康的理解 3. 討論心理健康互動網站的重要元素

有興趣參加的家長，請填妥以下回條，並於2010年11月12日或以前傳真至2710 9970 / 2391 0470。如有查詢，請致電3698 4376與家校會秘書處聯絡。（名額有限，先到先得）

回條：修心旅程 — 親子心理健康互動網站

傳真：2710 9970 / 2391 0470

聯絡人姓名：_____先生/女士 聯絡電話：_____

參加人數：_____位（包括聯絡人）

我希望電郵收到「教育局」及「家庭與學校合作事宜委員會」所舉辦的活動資料，我的資料如下：電郵地址：_____

我是一位* 校長/老師/社工/家長(中學/小學/幼稚園/其他_____)

* 請刪去不適用者