

嗇色園主辦可銘學校  
有關「校園·好精神」網站簡介  
(通告第 066 / 2021 號)

致各位一至六年級學生家長：

本校一直致力為學生提供良好的學習環境，讓學生健康快樂地成長。為鼓勵家長及學生以積極的態度面對壓力和困難，教育局推出的「校園·好精神」網站，能為家長及學生提供有關精神健康的多元化資訊。

網站內包括由教育局教育心理學家提供的一系列推廣校園精神健康的教育資源，歡迎家長透過二維碼到訪「校園·好精神」網站的「家長教室」專頁，瀏覽有關精神健康及提升子女抗逆力的資訊內容，當中包括：自我關懷小貼士、如何在考試期間關心和鼓勵子女等，內容有助舒展身心，促進親子溝通，紓緩壓力情緒。



臨近考試，本校為鼓勵學生積極面對考試，用心溫習，為每位同學送上一份小禮物，為大家打打氣!



如對上述資訊有任何疑問，請致電 2445 0101 與本校社工方嘉欣姑娘聯絡。

校長 譚鳳婷 謹啟  
二零二一年十一月二日



# 學生園地

歡迎同學透過二維碼到訪「校園·好精神」網站的「學生園地」專頁，瀏覽多元化的精神健康資訊，例如自我關懷小貼士、如何輕鬆準備考試等。



## 有事想找人傾訴?



同學可以找老師或學校社工傾訴，亦可透過二維碼下載社區資源及求助熱線。



# 家長教室



歡迎家長透過二維碼到訪「校園·好精神」網站的「家長教室」專頁，瀏覽多元化的精神健康資訊，例如自我關懷小貼士、如何在考試期間關心和鼓勵子女等。



如懷疑子女有精神健康問題怎麼辦？



家長可以找老師或學校社工尋求協助，亦可透過二維碼下載社區資源及求助熱線。

