

救世軍田家炳學校通告

敬啟者：

有關「CHILL 好心情之旅」全校精神健康活動事宜


為促進學生與家長的身心健康，並推動校園關愛文化，本校聯同救世軍新界東綜合服務及救世軍青年、家庭及社區服務拓展組合辦「CHILL 好心情之旅」。活動以輕鬆有趣的體驗與放鬆環節，讓學生學習正面舒壓方法，同時讓家長關顧自我，提升心理健康，共建和諧家庭。活動詳情如下：

日期：	2026 年 6 月 10 日（星期三）																																							
時間：	上午 9:00 至 下午 12:55																																							
地點：	救世軍田家炳學校																																							
當日安排：	<ul style="list-style-type: none"> ● 全體學生須穿著體育服回校參與活動。 ● 不用帶課本，只需帶備學生手冊、功課、文具、顏色筆、水壺、小食盒、餐具及個人物品。 ● 按正常時間回校及放學，第一至第七節將進行精神健康活動，其他安排維持不變。 																																							
學生活動：	<p>各級將輪流參與三項主題活動</p> <p>➤ 活動 A: 彼此關顧好心情 *小一至小二同學將以親子組合形式進行活動* (透過團隊遊戲學習合作、支持與關懷，共同完成任務。)</p> <p>➤ 活動 B: 平靜自己好心情 (透過觀賞情緒主題影片及製作減壓小手作，學習以正面方式處理情緒。)</p> <p>➤ 活動 C: 體藝舒暢好心情 (以體驗運動攤位舒緩壓力，完成後可換領爆谷及減壓小禮物。)</p>																																							
家長活動：	<p>除小一及小二家長可參與第一場活動 A「彼此關顧好心情」，與孩子一同進行團隊遊戲外，學校亦特別安排兩個時段共四節的家長減壓活動，歡迎所有家長報名參與。每個時段均同時進行兩項活動，每項活動約一小時。安排如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 第一場活動:(時間為上午 9:00-10:05) <table border="1" data-bbox="359 1272 1401 1359"> <thead> <tr> <th>活動編號</th> <th>對象</th> <th>地點</th> <th>內容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>A</td> <td>小一、二家長</td> <td>地下籃球場</td> <td>親子團隊遊戲</td> </tr> </tbody> </table> ● 第二場活動(時間為上午 10:25 - 11:30) <table border="1" data-bbox="359 1426 1484 1556"> <thead> <tr> <th>活動編號</th> <th>對象</th> <th>地點</th> <th>內容</th> <th>名額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>2a</td> <td rowspan="2">所有家長</td> <td>學生活動中心</td> <td>進行放鬆伸展活動(一)</td> <td>30 人</td> </tr> <tr> <td>2b</td> <td>英文室</td> <td>製作減壓小手作(一)</td> <td>30 人</td> </tr> </tbody> </table> ● 第三場活動(時間為上午 11:50 - 12:55) <table border="1" data-bbox="359 1624 1484 1753"> <thead> <tr> <th>活動編號</th> <th>對象</th> <th>地點</th> <th>內容</th> <th>名額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3a</td> <td rowspan="2">所有家長</td> <td>學生活動中心</td> <td>進行放鬆伸展活動(二)</td> <td>30 人</td> </tr> <tr> <td>3b</td> <td>英文室</td> <td>製作減壓小手作(二)</td> <td>30 人</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> ● 第一場活動 A「彼此關顧好心情」每位學生只限一位家長參與。 ● 第二及第三場活動每節名額為 30 人，如報名人數超出名額，將以公平抽籤方式選出參與家長。 ● 請參與學生活動中心伸展放鬆活動的家長穿著輕便舒適的運動服裝出席，以便活動順利進行。 ● 請各位參加家長於活動開始前 10 分鐘到達場地，以便辦理報到及準時開始活動。 				活動編號	對象	地點	內容	A	小一、二家長	地下籃球場	親子團隊遊戲	活動編號	對象	地點	內容	名額	2a	所有家長	學生活動中心	進行放鬆伸展活動(一)	30 人	2b	英文室	製作減壓小手作(一)	30 人	活動編號	對象	地點	內容	名額	3a	所有家長	學生活動中心	進行放鬆伸展活動(二)	30 人	3b	英文室	製作減壓小手作(二)	30 人
活動編號	對象	地點	內容																																					
A	小一、二家長	地下籃球場	親子團隊遊戲																																					
活動編號	對象	地點	內容	名額																																				
2a	所有家長	學生活動中心	進行放鬆伸展活動(一)	30 人																																				
2b		英文室	製作減壓小手作(一)	30 人																																				
活動編號	對象	地點	內容	名額																																				
3a	所有家長	學生活動中心	進行放鬆伸展活動(二)	30 人																																				
3b		英文室	製作減壓小手作(二)	30 人																																				

是次活動之所有開支，全數由政府「一筆過家長教育津貼」支付，誠邀家長踴躍參與，並請於 **5月27日(星期三)或之前** 回覆電子通告。所有成功報名的家長將於6月1日(一)或之前收到通知。

此外，活動需要家長義工協助場地及活動支援，誠邀有意協助的家長加入，一同推動家校合作與精神健康教育。***惟擔任家長義工者將負責協助學生活動，未能參加家長活動，敬請留意***。如有查詢，請聯絡呂美儀副校長或陳謹書主任。

此致
各家長

校長  謹啟
李安迪



主曆二零二六年五月二十一日
請保留此通告，以便查閱。

TKP2025-560-呂副校長

回 條

(有關「CHILL 好心情之旅」精神健康活動事宜，請於5月27日或以前回覆)

敬覆者：

本人已詳閱二零二六年五月二十一日發出之通告，本人*：

將參與是次活動(請選出最多2項活動):

活動編號:A「小一及小二親子活動-彼此關顧好心情」

活動編號:2a

活動編號:2b

活動編號:3a

活動編號:3b

願意擔任家長義工(註：家長義工將協助學生活動，未能參加家長精神健康活動。)

未能參與是次活動

此覆
救世軍田家炳學校

學生姓名： _____
班 別： _____
家長簽署： _____
家長姓名： _____
聯絡電話： _____

主曆二零二六年五月 日

*請在適當的□內加✓