



主辦機構



捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER

致校長 / 輔導主任 / 駐校社工：

撒瑪利亞賽馬會跨代關愛生命計劃

根據世界衛生組織 (WHO) 資料顯示，每年約有 80 萬人自殺身亡，平均每 40 秒就有一个人自殺。在 15-29 歲群體當中，自殺更是第二大死因。在香港，65 歲或以上的長者自殺數字一直高居榜首，而 15-24 歲青年自殺個案自 2014 年起有持續上升的趨勢，致電本熱線求助的青年人及長者數字亦有所增加。再者，近月爆發的新冠肺炎疫情引致全球大流行，社會不斷面對資源困乏的恐慌，而在減少社交接觸下，青少年缺乏了朋輩支援，困於家中的長者甚至陷入社交孤立的狀態。各種憂慮及社交距離所帶來的精神壓力，無疑是情緒病及精神創傷的引爆點。

本會在 2020 至 2022 年間將推行「賽馬會擁抱生命系列」之「撒瑪利亞賽馬會跨代關愛生命計劃」，以提升青年人的心理質素及關愛長者為本，連結兩代，達致跨代交流，共同關注精神及心靈健康。是項計劃將培訓青年大使認識情緒，建立同理心，學習聆聽與溝通，繼而策劃跨代工作坊，服務長者。同時，青年大使在完成培訓後將於校內舉辦「精神健康週」展覽，藉以宣揚精神健康訊息。

本計劃由香港賽馬會慈善信託基金捐助推行，**免費**為 貴院校提供青年大使培訓，目標是招募有可能面對情緒困擾的青少年，讓他們在培訓中學習與情緒共處、展開溝通以及促進長青交流，從而建立他們良好的精神健康狀態。

附上有關計劃的宣傳海報及詳情，如有興趣，歡迎 貴校負責人填寫報名表格，傳真至 2898 4463 或致電 2515 1357 與王姑娘或周姑娘聯絡，謝謝！

謹祝
工作順利

撒瑪利亞會
營運總監

鄭頌 謹上
二零二零年五月二十五日

附件：宣傳海報，活動詳情及報名表格

撒瑪利亞賽馬會跨代關愛生命計劃

活動詳情

對象：15 歲或以上全日制學生

人數：每年 2-3 組，每組約 30 人

活動	內容	所需時間
培訓	包括 6 節的情緒認知及溝通技巧訓練，以及 1 次日營/兩日一夜訓練營。	共 6 節 約 2.5 小時
跨代工作坊	受訓後的青年大使將向長者提供 4 節有關精神健康的工作坊活動。青年大使將參與活動設計及籌劃，本計劃的輔導員及項目主任將會從旁指導並負責聯絡長者中心。	共 4 節 約 1.5 小時
「精神健康週」展覽 及 畢業禮	青年大使將於校內展出培訓過程中所得到的領受，分享面對情緒及建立良好精神健康的心得，向朋輩宣揚正向心理。	約 1 星期

報名方法：

填妥後頁的報名回條，傳真至 2898 4463 或電郵至 coun1@samaritans.org.hk。如有任何查詢，請致電 2515 1357 與王姑娘或周姑娘聯絡。



主辦機構



捐助機構



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心·同步·同進 RIDING HIGH TOGETHER

致： 撒瑪利亞會 (聯絡電話：2515 1357)
王灝安姑娘
周梓琦姑娘

撒瑪利亞賽馬會跨代關愛生命計劃

報名回條

學校 / 團體名稱：_____

地址：_____

聯絡人姓名：_____ 職位：_____

聯絡電話：_____ 傳真：_____

電郵：_____

遞交日期：_____

擬參與時間及人數：(名額有限，欲報從速！)

「青年大使培訓計劃」

首選：_____ 年 上 / 下學期 (約 _____ 月 至 _____ 月)

次選：_____ 年 上 / 下學期 (約 _____ 月 至 _____ 月)

人數：_____

請將回條傳真至 2898 4463 或電郵至 coun1@samaritans.org.hk。



賽馬會 JOCKEY CLUB
擁抱生命系列
EMBRACE LIFE SERIES

撒瑪利亞賽馬會 跨代關愛生命計劃

參加者招募

#社會共融

#情緒支援

#提升抗逆力

#分享愛

青年大使

- 15歲或以上的全日制學生
- 富責任心，願意主動聆聽和幫助情緒受困的人
- 承諾積極參與全期訓練，其後在學校推動情緒健康訊息
- 操流利廣東話優先

計劃宗旨

計劃以多元化的活動體驗，讓青年和長者了解情緒困擾的成因，學習情緒管理，強化精神健康，並促進長青兩代互相學習、關懷與扶持，從而達致跨代共融。

長者小組

- 來自本地長者中心或院舍的60歲或以上長者
- 願意接受義工探訪
- 有情緒困擾跡象者優先

活動內容

每期活動內容包括：

6節
成長探索培訓

訓練營

+

8節
跨代工作坊

校園成果展

青年大使

活動內容

每期活動內容包括：

8節
正向治療工作坊

+

4節
跨代工作坊

長者小組

費用全免

報名方法及查詢

本計劃全年均接受報名申請，歡迎致電2515 1357(王姑娘)、2515 0423(周姑娘)或電郵至 po1@samaritans.org.hk 查詢計劃詳情及索取報名表。

撒瑪利亞會

主辦機構 Organised by

The Samaritans
24 Hour Multi-Lingual
Suicide Prevention Services
24小時中文及多種語言防止自殺服務

捐助機構 Funded by



香港賽馬會慈善信託基金

The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER