

香港賽馬會社區資助計劃

耆菁跨代愛生命服務

計劃宗旨

以多元化的活動體驗，讓青少年學習情緒管理、聆聽與溝通，提升抗逆力，強化精神健康，並透過與長者互動，實踐所學，促進長青兩代交流，達致彼此關懷及扶持。

「青年大使培訓」

- 成長探索工作坊
- 訓練營
- 跨代工作坊
- 校園成果展

「精神健康教育講座」

- 正向管教技巧
- 聆聽與溝通
- 情緒認知
- 防止自傷與自殺
- 壓力的處理

費用全免

本計劃全年均接受報名申請
歡迎致電2515 1357（黃姑娘）查詢計劃詳情。
申請者填妥報名回條後請傳真至2898 4463 或
電郵至coun2@samaritans.org.hk。

主辦機構

撒瑪利亞會
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



香港賽馬會慈善信託基金



耆菁跨代愛生命服務



活動詳情

1. 「青年大使培訓」*

對象：15歲或以上全日制學生

人數：每組約30人

成長探索工作坊

約1.5小時 共6節

- 情緒認知、聆聽與溝通技巧訓練

+

1次訓練營



跨代工作坊

約1.5小時 共4節

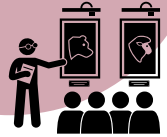
- 籌辦跨代交流活動，與長者互相關懷及扶持，實踐所學提升兩代精神健康
- 可相約進行上門探訪



「精神健康週」展覽及攤位

約1星期

- 於校內展出培訓過程和成果
- 向朋輩宣揚精神健康訊息



2. 「精神健康教育講座」*

對象：家長及教師

人數：不限

講座主題

- 正向管教技巧
- 壓力的處理
- 防止自傷與自殺
- 聆聽與溝通
- 情緒認知

報名方法：

填妥後頁報名回條，傳真至2898 4463 或
電郵至 coun2@samaritans.org.hk。

如有任何查詢，請致電2515 1357與黃姑娘聯絡。

*因應新型冠狀病毒的疫情發展，活動有機會改為以其他形式進行。



香港賽馬會社區資助計劃

耆菁跨代愛生命服務

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：_____

「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：_____

「精神健康教育講座」

對象：家長 / 教師 (請刪除不適用者)

主題： 正向管教技巧

(可多選) 情緒認知

壓力的處理

聆聽與溝通

防止自傷與自殺

首選：_____ 年 _____ 月 上／下午 (約 _____ 時至 _____ 時)

次選：_____ 年 _____ 月 上／下午 (約 _____ 時至 _____ 時)

人數：_____

請將回條傳真至 2898 4463 或電郵至 coun2@samaritans.org.hk。