

五邑司徒浩中學通告 2025/2026 年度第 15A 號

健康關懷大使培訓計劃

敬啟者：

為提高學校師生對健康議題的關注和認識，本校與香港中華基督教青年會藍田會所合辦健康關懷大使培訓計劃，透過多元化的活動，例如：健康急救證書課程、團隊活動、體驗式學習、角色扮演、小組討論等，協助學生認識健康並培養關愛校園文化。學生將成為健康關懷大使，並在校內策劃及推行健康推廣活動，宣揚健康的重要性，共建友善的校園環境。貴子弟已入選，有關培訓計劃的詳情如下：

課程	健康關懷大使培訓計劃
日期及時間	9 月至 12 月，詳情見附件一。

現特奉函 台端，誠邀 貴子弟參加，請叮囑 貴子弟注意自身安全及聽從老師指示。請於九月十日（三）或之前回覆此通告。如有任何問題，請致電 2952 9019 與學生支援組主任邱敏詩老師（內線 967）或健康生活教育組主席葉永寶老師（內線 930）聯絡。

此致

貴家長

校長

啟

二零二五年九月五日

--<

回 條

（通告 2025/2026 年度第 15A 號）

敬覆者：

* ☐ 本人 同意 敝子弟參加「健康關懷大使培訓計劃」，並鼓勵子女積極參與。

* ☐ 本人 不同意 敝子弟參加「健康關懷大使培訓計劃」。

此覆

馮校長

家長簽署：_____

班別：_____ 學號：_____ 學生姓名：_____

二零二五年_____月_____日

*請在適當☐加上「✓」

日期	時間		活動內容	地點
9 月 27 日 星期六	9:00-12:30		精神健康急救證書課程	YMCA 藍田會所
10 月 4-5 日 星期六、日	宿營	2 日 1 夜宿營	活動簡介、互相認識、溝通及社交技巧、 團隊建立	營地
9 月 24 日 10 月 8、15 日 逢星期三	午膳時間	30 分鐘	義工訓練及籌備	學校
11 月 19、24 日	午膳時間	30 分鐘	校內精神健康推廣攤位	學校
11 月 29 日 星期六	週末	4 小時	戶外活動：社區服務	藍田區
10 月 13、20、27 日 11 月 3、10、17 日 逢星期一	16:00-17:30	1.5 小時	We'll De-stress Well 去去壓力走工作坊 -表達藝術(三節) -擴香石(三節)	學校
10 月 21 日 11 月 4、11、18 日 12 月 2、9 日 逢星期二	16:00-17:30	1.5 小時	We'll Healthy Well 動出安多酚工作坊 -Yoga (三節) -躲避盤(三節)	學校
10 月 17、24、31 日 11 月 7、14、21 日 逢星期五	16:00-17:30	1.5 小時	Chill 聚腳點 聚腳點提供自助自療工具，如：禪繞畫、 油粉彩、和諧粉彩等等，讓有需要的學生 自由使用。	學校
10 月 22 日 11 月 5、12、19 日 12 月 3、10、17 日 逢星期三	午膳時間	30 分鐘	午間精神健康推廣	學校
12 月 22 日	16:00-17:00	1 小時	活動總結及分享(小食)	藍田會所