

文理書院(香港)

2023-2025 年度「校園·好精神一筆過津貼」運用計劃及報告

	範疇	策略	預期目標	實行日期	對象	預計開支(\$)	實際開支(\$)	成效
I.	精神健康 (2023/24)	利用一筆過津貼於 2023/24 年度舉辦「精神健康日」	通過不同舒壓活動，協助全校學生以積極的態度應對壓力及面對困難，並適時關懷自己及照顧自己的身心健康。	6/2/2024	全校	\$30,000.00	\$28,093.40	<p>學生普遍表示「精神健康日」內的活動多元化，當中包括： (1) 初中班際閃避盤比賽、(2) 高中班際「牛頭王」比賽、(3) 自組 3 打 3 籃球比賽、(4) 藝術治療工作坊 5 項、(5) 電影欣賞、(6) 攀石、沿繩下降、(7) 電子競技室、(8) 桌遊室、(9) 歌唱室、(10) 乒乓球等，能使他們達到舒壓果效。</p> <p>由於「精神健康日」內的活動多為合作性活動，要求學生在參與活動的同時與同學溝通及合作。因此，學生在活動後感到同伴的支持和溫暖，達致自我關懷和關懷別人的效果，從而增加幸福感。</p> <p>另外，「精神健康日」安排在大節前進行活動倍感輕鬆。</p>

	範疇	策略	預期目標	實行日期	對象	預計開支(\$)	實際開支(\$)	成效
II.	精神健康 (2024/25)	利用一筆過津貼於 2023/24 年度舉辦「精神健康日」	通過不同舒壓活動，協助全校學生以積極的態度應對壓力及面對困難，並適時關懷自己及照顧自己的身心健康。	2025 年 2 月	全校	\$30,000.00		

2023-24 津貼撥款	\$60,000.00
2023-24 實際開支	\$28,093.40
2023-24 津貼餘款	\$31,906.60
2024-25 預計開支	\$30,000.00
2024-25 預計餘款	\$1,906.60