

## 《4Rs 精神健康約章》合作伙伴機構活動／計劃 (11.3.2024)

以下是相關合作機構就《4Rs 精神健康約章》的四個範疇所提供的免費與推廣學生及教師的精神健康相關的校本活動：

主辦機構名稱：香港紅十字會

	校本活動名稱	推行時段及活動性質	內容簡介	對象	相關網站連結	查詢	「4Rs」範疇（「✓」顯示相關「4Rs」範疇）
1.	「應對青少年自我傷害及自殺等相關行為」網上講座	第一場講座 (Zoom)：2024年8月28日下午4時至5時  第二場講座 (Zoom)：2024年11月27日下午4時至5時	本講座主要講述與青少年建立連結及信任關係的技巧，及進行自殺風險評估的方法。	全港中小學教師及家長	報名連結： <a href="https://forms.office.com/r/CAyjf6f3tE">https://forms.office.com/r/CAyjf6f3tE</a>	聯絡人：陸小姐  查詢電話： 2507 7757  電郵地址： <a href="mailto:fiona.luk@redcross.org.hk">fiona.luk@redcross.org.hk</a>	<input type="checkbox"/> 休息(Rest) <input type="checkbox"/> 放鬆(Relaxation) <input type="checkbox"/> 人際關係(Relation) <input type="checkbox"/> 抗逆力(Resilience) <input checked="" type="checkbox"/> 其他： 應對青少年自我傷害及自殺等相關行為
2.	「應對青少年自我傷害及自殺等相關行為」教材套	教材套，可供下載	教材套包括兩個主要檔案，分別是簡報（PowerPoint）檔案和簡報檔使用說明短片。內容涵蓋了分辨自殺危機先兆、進行初步的自殺危機評估方法，以及提供由本會製作的「情緒開箱」短片系列連結。	全港中小學教師及家長	<a href="https://www.redcross.org.hk/en/PSS/training_kit.html">https://www.redcross.org.hk/en/PSS/training_kit.html</a>	聯絡人：陸小姐  查詢電話： 2507 7757  電郵地址： <a href="mailto:fiona.luk@redcross.org.hk">fiona.luk@redcross.org.hk</a>	<input type="checkbox"/> 休息(Rest) <input type="checkbox"/> 放鬆(Relaxation) <input type="checkbox"/> 人際關係(Relation) <input type="checkbox"/> 抗逆力(Resilience) <input checked="" type="checkbox"/> 其他： 應對青少年自我傷害及自殺等相關行為

	校本活動名稱	推行時段及活動性質	內容簡介	對象	相關網站連結	查詢	「4Rs」範疇（「✓」顯示相關「4Rs」範疇）
3.	YTT 青少年心理支援服務	心理教育攤位，可在放學後時段舉行	團隊會為學生進行簡短的心理測驗和心理教育，有個別需要的會轉介本會的輔導服務跟進。	全港高小及中學生	<a href="https://www.redcross.org.hk/tc/PSS/youthmh_talk.html">https://www.redcross.org.hk/tc/PSS/youthmh_talk.html</a>  <a href="https://esurvey.redcross.org.hk/likesurvey/index.php/468869?lang=zh-Hant-HK">https://esurvey.redcross.org.hk/likesurvey/index.php/468869?lang=zh-Hant-HK</a>	聯絡人：張小姐 查詢電話：2514 2280 電郵地址： <a href="mailto:florence.cheung@redcross.org.hk">florence.cheung@redcross.org.hk</a>	<input type="checkbox"/> 休息(Rest) <input type="checkbox"/> 放鬆(Relaxation) <input type="checkbox"/> 人際關係(Relation) <input checked="" type="checkbox"/> 抗逆力(Resilience) <input type="checkbox"/> 其他： <hr/>