

# 家校齊合作 迎接新學年

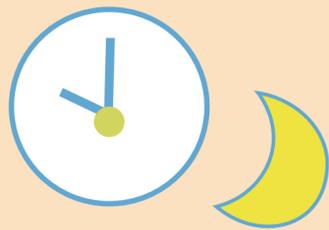
## 開學前後 8<sup>個</sup> 家長錦囊



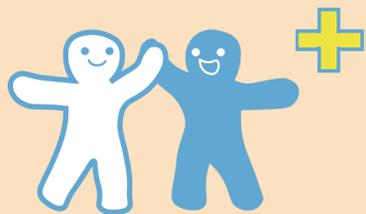
### 假期完結前

### 開學初期

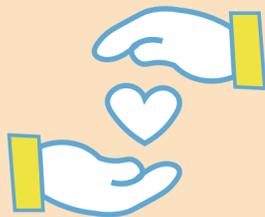
1 建立常規



2 鼓勵社交



3 調節情緒



4 主動關心



5 聆聽感受



6 共同解難



7 給予肯定



8 適時放鬆



賽馬會青少年情緒健康網上支援平台

「Open 喺 - 開學期間限定心事台」

2022年8月25日至9月30日24小時在線



[www.openup.hk](http://www.openup.hk)



hkopenup



9101 2012



## 致各位家長：

新學年開始，學生需要面對不同的轉變及挑戰，有些學生可能會感到壓力或困擾。為協助家長了解子女在適應新學年的需要，教育局製作了「家校齊合作 迎接新學年」的家長錦囊及電子提示卡，讓家長透過合適的方法陪伴子女迎接新學年。

教育局與賽馬會青少年情緒健康網上支援平台「Open 喻」協作，於2022年8月25日至9月30日設立24小時「Open 喻 - 開學期間限定心事台」，幫助學生面對開學適應所產生的情緒困擾。有關資料已載於家長錦囊及電子提示卡。

祝各位及你們的子女在新學年  
一切順利、身心健康！

教育局  
二零二二年八月



了解更多：



校園女子精神  
Mental Health  
@ School  
mentalhealth.edb.gov.hk

