

敬啟者：

UpPotential「青少年關愛計劃」家長及學生培訓工作坊事宜  
(三年級學生適用)

本校參加由 UpPotential「無限潛能」與「香港護理專科學院」舉辦的「青少年關愛計劃」，目的在於推廣以自助技巧達致身心健康發展的功效。學生將會透過參與於校內進行的「互動講座」、「培訓工作坊」、「技巧練習課堂」，以及運用校園網上身心健康平台，加強對自助技巧的認識與應用，以正面思想面對挑戰，並把自助技巧作為關愛他人的工具，助己助人，以正能量建造美好人生，促進社會和諧。

全體三年級學生將會參加「Zoom 技巧練習課堂」，於 2021 年 9 月至 2022 年 3 月內六次成長課時段內進行。此外，2021 年 9 月 16 日(星期四)起一連三次將舉行由班主任主領的家長及學生「培訓工作坊」，現誠邀有興趣協助進行「技巧練習課堂」的家長及學生參加，學生及家長經培訓後將成為「潛能小教練」，於「技巧練習課堂」中幫助學生學習自助技巧。現將「培訓工作坊」的詳情臚列如下，敬希垂注。

培訓工作坊安排詳情：

日期：2021 年 9 月 16 日(星期四)、2021 年 9 月 21 日(星期二)、2022 年 3 月 16 日(星期三)

時間：下午 2:10-3:40(共 1.5 小時)

上課形式：Zoom 網上課堂

費用：全免

內容：1. 簡介 UpPotential「無限潛能」及網上平台內容  
2. 登入網上平台程序  
3. 簡介六課節的「技巧練習課堂」內容，並播放技巧示範短片  
4. 由 UpPotential 工作人員協助參加者練習自助技巧。

備忘：1. 請詳閱背頁之 UpPotential「無限潛能」與「香港護理專科學院」的簡介。  
2. 上述的家長「培訓工作坊」將列入本年度的「家長學堂」計劃內，學分為 5 分。

如有查詢，請致電 2432 2789 與劉寶珊主任聯絡。

此致  
貴家長



校長  謹啟  
張昌明

二零二一年九月十三日

【回 條】

35

敬覆者：來函(通告二零二一年度第三十五號)有關 UpPotential「青少年關愛計劃」家長及學生培訓工作坊事宜已悉。

本人 \*  樂意  
           不擬  
敝子弟 \*  樂意  
           不擬

參加於 2021 年 9 月 16 日開始舉行的 UpPotential「青少年關愛計劃」家長培訓工作坊。

此覆  
聖公會何澤芸小學校長

\_\_\_\_\_ 班學生 \_\_\_\_\_ ( )

家長 \_\_\_\_\_ 謹覆

二零二一年 月 日  
\*請在□內加✓表示意願  
(在電子系統內回覆)

## 有關 UpPotential 「青少年關愛計劃」機構簡介：

1. UpPotential 「無限潛能」  
網站: [www.uppotential.com](http://www.uppotential.com)

UpPotential「無限潛能」於 2007 年創立，是一個網上自助學習的身心健康平台，目的是為男女老少在不同生命的階段中，能夠處理因壓力太多、負荷太重而產生不同情緒困擾的狀況，達致身心健康。網站上提供的服務和應用的方法適合普羅大眾，不需要具專業知識，有需要的人士都能使用。我們的使命是透過教育提倡自助技巧，達到增強自我意識和及早預防的功效。

2. The Hong Kong Academy of Nursing Limited 「香港護理專科學院」  
網站: <http://www.hkan.hk>

HKAN「香港護理專科學院」於 2011 年 10 月成立，是一個獨立機構，負責組織、監察、評估及評核所有護理專科培訓課程，並監督持續專科護理教育。

「香港護理專科學院」規管護理人員專業操守，以維護公眾獲得安全優質醫療服務的權利。

