



新聞稿

即時發放

靈躍計劃「4 x 4 接力賽」慈善籌款活動新聞稿

靈躍計劃舉辦的「4 x 4 接力賽」慈善籌款活動進行得如火如荼，活動的成功有賴企業、學校、政府部門、社區和活動合作伙伴的熱烈支持和積極參與，如深培中學、天主教郭得勝中學、龍翔官立中學等。社會各界對時下青少年，特別是「處於不利條件青少年」- 「具特殊學習需要」、「遇到決擇障礙的尖子」、「低動機青年」、「隱蔽青年」因而有更多的認識和更深入理解，而所得的善款將為 2015-16 學年的青少年心理教育服務做足準備。

「4 x 4 接力賽」為 2015 – 2016 學年的「師友計劃 心伙相傳」打響頭炮，以精心設計的活動（小小心意工作坊、到訪非牟利機構、慈善義賣、「堆沙·堆心」）引領青少年正面導航，讓社會各界擔當青少年的友師，在活動上通過互動來增進青少年的自信和自我效能感，引導他們對身邊的人和事提高興趣，啟發他們提升動力，並以自身的力量和優勢貢獻社會。

「4 x 4 接力賽」的設計亦蘊含著對不同青少年的心理教育元素，在活動的過程中得以重燃和提升青少年的動力和抗逆力，激發他們日後持續追求目標的慾望和力量。

「4 x 4 接力賽」中師友計劃和青少年的心理教育的元素為青少年打了一支強心針。「小小心意工作坊」：手工拉糖工作坊就是其中一個活靈活現的例子。時間和溫度是拉糖的重要因素，錯失合適的時機便會前功盡廢。學生起初未能掌握當中的技巧，在拉糖的過程遇上大大小小的挫折，如糖膠溫度不足便會凝固，繼而未能砌出圖案。「糖果師」教學生遇到挫折時不要輕易放棄，並協助他們進行「搶救」，糖最後仍可成功地拉出。「糖果師」的鼓勵和幫助使學生明白「堅持不放棄」的道理，也讓他們反思日常生活中遇到挫敗時應有的反應。

「4 x 4 接力賽」只是「師友計劃 心伙相傳」的開始，靈躍計劃在此誠邀社會各界對「師友計劃 心伙相傳」給予支持，讓青少年可全面地探索「個人」、「家庭」、學校（職場）和「社會」的各個因素之間互相促進、依存和影響的關係，再因應各種選擇而規劃實現目標的藍圖，為未來鋪上康莊大道。



「4x4 接力賽」活動詳情

活動名稱	日期	內容
「小小心意工作坊」：環保心活	4 月至 7 月	透過玻璃球小盆景製作，推動綠色「心活」，並帶出心理環保的信息
「小小心意工作坊」：手工拉糖工作坊	4 月至 7 月	透過製作手拉糖，讓青少年明白堅持的重要性
「小小心意工作坊」：夏日展關愛·環保在心活	4 月至 7 月	關愛長者，付出時間和愛心製作天然有機風濕酸痛膏予地區中心的長者，展現關愛，體現心理環保
「小小心意工作坊」：同心同行	4 月至 7 月	與青少年共同參與 3D Art 工作坊，擔當學生的同行友師，引導他們發揮創意及提升他們的解難能力
「天際 100 香港觀景台」參觀	7 月	除為新同學在開學前拉近大家的距離外，亦開拓了學生的眼界，提高他們對新事物的興趣
農莊參觀	7 月	透過農莊參觀和種子種植，讓學生對生涯規劃和心理環保有更深入的認識
心意慈善義賣	8 月	增加社會人士對於「處於不利條件青少年」的關注
堆沙友誼邀請賽	8 月	來自不同行業的友師與青少年共同創造沙雕，青少年明白只要他們願意付出及有足夠的指導，他們亦可以達成目標

主辦機構



贊助單位 (排名不分先後)



支持單位



電話: (852) 3152-2260

傳真: (852) 3168-2570

電郵: info@leapofmind.hk

地址: 香港上環文咸東街 93 號文樂商業大廈 2 字樓 A 室 / 香港中環昭隆街 9 號觀銀中心 16 字樓 B 室



關於靈躍計劃

靈躍計劃於 2010 年創立，屬非牟利慈善組織。靈躍計劃為社會大眾提供預防性服務，致力透過心理教育、全人教育、工作坊及公眾活動等，推廣心靈健康的重要性，提升個人心理質素及建立快樂生活。我們以社企形式為有需要人仕及不同組織，包括學校、社福機構、社區及工商界提供多元化的心理輔導服務，促進大眾在「個人、家庭、(學校)職場、社會」全方位平衡。本會的課程收入會用作資助受情緒困擾的基層家庭，接受心理教育或心理輔導之用，惠及社群。

傳媒查詢

聯絡人：Mr. Stephen Lau

電話：(852) 3152-2265 電郵：Consult3@leapofmind.hk

傳真：(852) 3168-2570 網址：www.leapofmind.hk