



裘錦秋中學(屯門)
Ju Ching Chu Secondary School (Tuen Mun)

地址：香港屯門楊青路 28 號

Address: 28 Yeung Tsing Road, Tuen Mun, Hong Kong

網址 Web site: <http://www.jcctm.edu.hk> 電話 Tel.: (852)-2461 1555 傳真 Fax: (852)-2464 6161 電郵 E-mail: mail@jcctm.edu.hk

家長通告 2025-2026/063

「平行心間計劃」— 身心健康大使訓練

敬啟者：

本校正參與由賽馬會慈善信託基金推行的「賽馬會平行心間計劃」，目的旨在改善香港中學生心理健康狀況。貴子女將參與由賽馬會(校園版)平行心間計劃及由新生精神康復會主辦之「身心健康大使訓練」，旨在培訓他們於校內進行有關身心健康自我管理的分享，並持續在校園內推廣身心健康，詳情如下：

日期	2025 年 10 月 4 日	上午 9 時 30 分至下午 4 時 30 分 (1 小時自費午膳時間)
	2025 年 10 月 11 日	上午 9 時 30 分至下午 1 時 30 分 (不設午膳時間)
地點	本校 311 室	
活動內容：	制定維持身心健康的計劃、學習活動帶領技巧、學習個人經歷分享技巧	
備註：	1. 活動期間將會拍攝照片及影片，用作活動紀錄及計劃宣傳之用 2. 活動會為身心健康大使設立 WhatsApp 社群，用作活動聯絡之用 3. 請穿著整齊體育服回校進行活動	

如有查詢，請致電 2461 1555 與楊仲翹老師聯絡。

此致
貴家長

裘錦秋中學(屯門)

陳月平校長謹啟

二零二五年九月二十二日