



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](mailto:mail@jcctm.edu.hk)

家長通告 2024-2025/373  
乘風破浪之旅-情緒抗逆力小組

敬啟者：

為提升學生對於情緒和壓力的關注，本校為中一及中二有情緒需要的學生安排小組訓練，提升學生的情緒抗逆力。小組透過富趣味性的遊戲以及實證為本的訓練活動，讓學生掌握有效的應對問題及情緒的技巧，從而提升自我效能感及情緒彈性、建立社交支援。活動詳情如下：

日期：	5 月 12 日、5 月 19 日、5 月 26 日、6 月 2 日、6 月 9 日(星期一)
時間：	12:30-13:40
地點：	本校 112 室
費用：	全免
備註：	必須穿著整齊的校服或體育服；

如有查詢，請致電 2461 1555 與李偉誠主任或張海倫老師聯絡。

此致  
貴家長

裘錦秋中學(屯門)

陳月平校長謹啟

二零二五年五月六日