

## 計劃詳程

2009/0288(修訂版)

## 一. 機構名稱

青年會書院

## 二. 機構背景

本校青年會書院位於馬鞍山恆安村，是一所政府資助的文法中學，學生約有一千二百人，全校教職員約有八十位。本校之機構背景為香港中華基督教會，本會乃於一九五二年創辦，秉承「非以役人，乃役於人」的基督精神，致力培育青少年建立健全的品格及正確的價值觀念，使其獲得德、智、體、群、靈五育之均衡發展，發揮他們的潛能及領袖才能，增進青年人的公民意識和對社會的責任感，從而服務社群。

## 三. 計劃理念

在八十年代中期，國際上提出了健康促進學校的概念。九十年代初期，世界衛生組織（WHO）西太區開始積極倡導健康促進學校行動。健康促進學校是一個有完整意義的新概念，它是指通過學校及學校所在社區成員的共同努力，提供能促進並保護學生健康的、全面的、積極的經驗，讓學生和老師在生理上和心理上健康地成長。本校根據 1995 年世界衛生組織成員國的指引，訂立了四個標準範疇，以成立、改善及持續推行健康學生的學校，內容包括：促進學生身體健康和促進學生精神情緒健康兩方面，以改善學生的健康。

## 四. 計劃目標

協助學生建立全面健康的生活方式，包括體格和精神情緒的健康。

## ● 短期目標

1. 協助學生認識身心靈健康的整全性。
2. 協助學生管理並紓緩壓力。
3. 協助學生注意飲食均衡，特別提倡食水果的重要性。
4. 支援受精神情緒困擾的學生接受個人輔導。

## ● 長期目標

1. 為學生一個創造一個健康的學校生活。
2. 促進學生群體的凝聚，建立互相關愛的文化。
3. 學生能建立飲食均衡和平日多運動的生活，並學習保持身心靈健康和個人成長的方法。

## 五. 對計劃的需要及申請人的能力

### 1. 建立健康的生活方式

本校三成多的學生的多來自綜援家庭或全免學費的低收入家庭，因經濟的原因，家庭多不注重水果對學生健康的重要性，故本計劃希望透過設立水果日，以推廣這方面的信息。

### 2. 本校學生成長支援的需要頗大

本校很多學生來低收入家庭，因此得到成長上的支援較少，在小學期間多未能建立積極健康的生活模式，在入讀本校後，不論在個人成長，與朋輩相處或精神情緒方面的支援也頗為有需要。

現況：本校有特殊學習需要的學生約四十人，社工及輔導老師要處理的輔導個案亦達九十宗，本年度獲政府書補津貼全免人數：122 半免人數：323 共 445 (41%)

### 3. 不單補救性工作有需要，其他發展性及預防性工作亦希望能幫助學生建立面健康的生活方式。

## 六. 計劃對象

全校學生一千零九十四位

## 七. 預期受惠人數

全校學生一千零九十四位

## 八. 與其他機構協作

本校將計劃以合作方式與馬鞍山聖公會合辦青年抗逆訓練營，其餘項目由輔導組以及現有社工與新聘社工合作舉行。

## 九. 進行時期

2010年10月至2011年9月

## 十. 計劃內容及時間表

透過聘請一名全職社工，統籌推行以下兩方面的計劃

## A. 促進學生身體健康

項目	施行日期	內容及過程	受惠人	目的	合辦部門
1. 設立健康日，水果日等推廣項目	2010年10月 健康日及水果日 2011年4月 水果日	設立健康日包括早操、升國旗、公益金便日、水果日、健康檢查站	全校 1000 人	認識身心靈健康的整全性 協助學生注意飲食均衡，特別提倡食水果的重要性	健康校園組 體育組 德育及公民教育組 學生會
2. 在校內舉辦“藥物”講座	2010年10月 及 2011年4月	在校內舉辦講座 講座內容為藥物教育講座，約 45'一節，分別於高低年級週會舉行	高年級週會舉行共 550 人 低年級週會舉行共 450 人	認識濫用藥物對身心的害處	健康校園組 訓導組 個人輔導組
3. 舉辦青年抗逆訓練營	2010年12月 至 2011年7月	舉辦兩日一夜青年抗逆訓練營，內容有歷奇訓練、團體合作、認識打機以外有益活動等等	30 位學生參加 初中生為主， 以沉迷打機的學生為主	透過歷奇訓練，增強學生的抗逆力和自信心	與馬鞍山聖公會及本校社工共同合辦
4. 成長新動力 班主任課	2010年10月	中一 7 次，中二 8 次 每次 80 分鐘 介紹如何建立健康的生活及健康的情緒生活等課題	S.1 144 人 S.2 200 人	介紹建立健康生活的方法	與衛生署及本校輔導組共同合辦

## B. 促進學生精神和情緒健康

項目	施行日期	內容及過程	受惠人	目的	合辦部門
1. 校外義工服務計劃	2010年10月至 2011年6月	訓練中四中五的學生成為義工領袖，協助帶領中一的學生參與義工服務。內容有到樂群智障學校協助照顧智障學生，協助帶領該校學生旅行等。到區內探訪老人家，作家居清潔等等	中四五學生 40人 中一學生 80人	透過校外義工服務，提高學生同理心，使學生培養良好的價值觀	德育及公民教育組 個人輔導組
2. 舉辦電玩跟進小組，協助學生建立健康人生的生活模式	2010年10月至 2011年9月	社工直接帶領小組，協助學生建立健康人生的生活模式，離開“打機”的沉迷行為 計劃中安排 6 次聚會，每次 45 分鐘 內容有檢討個人生活習慣、明白沉迷打機的對個人和家人的影響、健康平衡的生活方式、與及立志時刻等等	約 12 位初中 沉迷“打機” 學生	小組協助學生建立健康人生的生活模式	個人輔導組
3. 個人情緒支援服務	2010年10月至 2011年9月	社工直接處理學生輔導個案	全校學生	直接輔導有即時需要的學生，協助現有社工分擔現有的學生個案	個人輔導組
4. 在校內舉辦“壓力”講座	2010年10月至 2011年9月	在週會時間舉行講座 講座內容為“認識壓力對新心的影響”，約 45' 一節，分別於高低年級週會舉行	高年級週會舉行共 550 人 低年級週會舉行共 450 人	在校內舉辦講座，提高年青人認識“如何處理壓力”	德育及公民教育組 個人輔導組

## 十一. 財政預算

## A. 一般開支

項目	說明	申請金額	學校支出
1. 全年設立一次健康日及一次水果日	水果日 1200 人購置水果 @2 x 1200 學校支出水果日費用及健康日獎品	\$0	\$2400
2. 校外義工服務計劃	支出交通費及雜項由學校承擔	\$0	\$1000
	小計	\$0	\$3400

## B. 服務開支

1 在校內舉辦兩次講座	第一次講座費用由基金贊助 第二次講座由費用學校支出	\$800	\$800
2. 舉辦青年抗逆訓練營	兩日一夜訓練營食宿及訓練費 300@x 30 學生 [\$300x30x(0.5+0.5x11%+0.25x30%)] 學校支出其他工作人員費用及雜項	\$5670	\$1200
	小計	\$6470	\$2000

## C. 員工開支

5. 社工薪酬	@22985 x 12 (包括 MPF) 學校於來年負責支出該同工第二年的薪酬	\$275,820	\$275,820
	小計	\$275,820	\$275,820
總計:		\$282,290 \$282,300 (上調至百位)	\$281,220

## 十二. 資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃 (註)
現階段不適用				

註：供學校／團體／其他計劃使用(請提供在計劃結束後會接收被調配的資產的部門／中心的詳情，以及預計有關資產在活動中的使用情況)。

## 十三. 遞交報告時間表

本校承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

計劃管理		財政管理	
報告類別及涵蓋時間	報告到期日	報告類別及涵蓋時間	報告到期日
計劃總結報告 -1/10/2010 - 30/9/2011	31/12/2011	財政總結報告 1/10/2010 - 30/9/2011	31/12/2011

## 十四. 計劃成果

## ● 計劃產品

透過這個計劃之心聲集，以宣揚此計劃理念在校內的實踐經驗，讓同業們得以借鑒，讓更多學校及師生能受惠。

- 計劃成效
  - ◇ 協助學生認識身心靈健康的整全性。
  - ◇ 協助學生管理並紓緩壓力。
  - ◇ 協助學生注意飲食均衡，特別提倡食水果的重要性。
  - ◇ 支援受精神情緒困擾的學生接受個人輔導。

- 產品成果推介

透過這個計劃之心聲集，以宣揚此計劃理念在校內的實踐經驗，讓同業們得以借鑒，讓更多學校及師生能受惠，促進社會工作及教育兩界之專業的協作，從而促進社福界及教育界「以生命影響生命」的信念予實踐結合之啓蒙。

- 產品/成果商品化和潛力：

- ◇ 透過這個計劃之心聲集，以宣揚此計劃理念在校內的實踐經驗，讓同業們得以借鑒，讓更多學校及師生能受惠，促進社會工作及教育兩界之專業的協作，從而促進社福界及教育界「以生命影響生命」的信念予實踐結合之啓蒙。

## 十五. 計劃評鑑

- 檢討方法

1. 學生問卷

- ◇ 收集學生對計劃的感受和意見

2. 同工短評

- ◇ 撰寫對此計劃的短評，包括對該計劃的成效檢討。

3. 拍攝

- ◇ 拍攝每階段成果，作為完成目標的證據。

- 表現指標及成效衡量

- 1 參與學生的出席率

統計參與所有活動的自願出席率為 70% 以上。

2. 工作人員在計劃前後對教師的評估

- ◇ 參與學生有 70% 或以上對各項目有正面的評價。
- ◇ 參察大部份的參與者有正面的反應。

## 十六. 計劃成效延續

獲得優質教育基金贊助後，校董會會參考專家的意見，透過母會香港中華基督教青年會對推廣學生全面健康的生活方式，作相應的撥款支持，讓計劃成效得以延續。

本校原有的學校社工由母會中華基督教青年會社工部提供及支援，現計劃新聘的社工亦由本校母會負責訓練和支援，透過母會這方面的安排，新聘的社工和原有的學校社工在工作方面會合作得更緊密和順利。

本計劃的期限雖然只有一年，但母會香港中華基督教青年會已通過撥款支持第二年的預算開支，使本計劃得以延續，而兩位社工在母會的支援下將展開最少二年的合作，希望這計劃能最少延續兩年。