

「疫」境同行計劃

全港小學開始網課，小朋友多咗時間喺屋企，不如同仔女一齊參加「情緒童盟短片拍攝比賽」，拍吓短片，仲有機會拎埋豐富嘅獎品。如果驚諗唔到 idea，可以去下面嘅 link 睇下，隨時靈感滿天飛。

  報名方法：登入網上報名表格連


結 <https://forms.office.com/r/i5HfF5ut1J>

- ◇ 百變情緒卡，邊玩邊學情緒 <https://fb.watch/anLvP0r0K4/>
- ◇ 3 個健康情緒方程式 <https://bit.ly/3HHQ5s5>
- ◇ 疫情下如何紓緩父母的管教壓力 <https://bit.ly/3JSc14n>
- ◇ 童你身心樂教材套下載網

站 <https://www.poleungkuk.org.hk/cys/happykids/>


 報名日期：即日至 2022 年 1 月 20 日(截止時間為香港時間 23:59)

 遞交短片日期：2022 年 1 月 21 日至 3 月 10 日(截止時間為香港時間 23:59)

 所有符合比賽要求及成功遞交短片的參加者，均獲發「比賽參與證書」(電子證書)

 獎項：

- 團體組別及個人組別，各設冠、亞及季軍，共 6 個獎項
- 特別大獎：「最高參與度團體大獎」、「最佳親子演繹大獎」、「最佳創意大獎」及「觀眾最喜愛大獎」，共 4 個獎項

 獎品：得獎者可獲超市禮券及嘉許證書乙張

冠軍：超市禮券總值 2,000 元

亞軍：超市禮券總值 1,500 元

季軍：超市禮券總值 1,000 元

其他獎項：各獲超市禮券總值 1,000 元



影片主題：正向情緒紓緩及正面親子溝通方法

片長：2-6分鐘，中英文均可 | **對象：**全港小學生、家長及地區中心

參賽組別：團體組別 - 經學校或地區中心報名，個人組別 - 小學家長個人報名

獎項及獎品

團體組別及個人組別各設有冠軍、亞軍及季軍
另設「最高參與度團體大獎」、「最佳親子演繹大獎」、「最佳創意大獎」及「觀眾最喜愛大獎」各1名
所有遞交符合要求短片的參加者均可獲「比賽參與證書」

得獎者可獲超市禮券及嘉許證書乙張

冠軍：超市禮券總值 2,000元
亞軍：超市禮券總值 1,500元
季軍：超市禮券總值 1,000元
其他獎項：各獲超市禮券總值1,000元

報名日期：即日起至2022年1月20日
遞交短片日期：2022年1月21日至3月10日
評審短片日期：2022年3月15日至4月17日
結果公佈日期：2022年4月下旬

報名方法：線上報名

團體組別之報名代表或個人組別之參加者必須為年滿18歲之成年人
填妥參賽表格後，參加者將會收到確認電郵及遞交短片之詳細資料

比賽細則及
網上報名表



主辦



資助機構



執行單位



☎ 2277 8478謝先生 及 2277 8395鄒小姐
✉ sgsproject@poleungkuk.org.hk
📘 保良局學生輔導服務 🔍

「疫」境同行計劃

1. **Lego** 親子迷宮遊戲

https://m.facebook.com/2045590445766511/posts/2582279745430909/?notif_id=1582941605568726¬if_t=scheduled_post_published&ref=notif

2. 親子一齊下廚

https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=2586149455043938&id=2045590445766511

3. 快樂減壓球

<http://bit.ly/2TM3Yzp>

4. 放鬆能量球與聯想按摩法

<https://www.facebook.com/2045590445766511/posts/2592185177773699/>

5. 心靈樽製作與呼吸練習

https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=2592138017778415&id=2045590445766511

6. 禪繞畫

<http://bit.ly/2VYDAE6>

7. 動物響板

<https://bit.ly/39IZtAe>

8. 甜心吐司

<https://bit.ly/3brjFC7>

保良局學生輔導服務

「疫」境同行計劃

9. 桌上遊戲 - **imagine** 火柴的幻想

<https://bit.ly/3arpKhL>

10. 親子溝通錦囊—善用親子時間篇

<https://bit.ly/3ahhU9B>

11. 親子溝通錦囊—時間管理篇

<https://bit.ly/2xBlahJ>

12. 咳嗽禮儀

<https://bit.ly/2xPrHqo>

13. 復課適應小錦囊

https://www.youtube.com/watch?feature=youtu.be&v=AnI98Pd9_v0&app=desktop