

【北山堂基金「正向居家小錦囊」】

疫情持續，全港學校宣布在 3-4 月停課，無論是家長或學童，都面對着前所未有的挑戰。北山堂正向教育團隊相信，在逆境和挑戰面前，人有回彈的資源和靈活性，若有效配合正向心理學的實證及科學知識，也能夠達至健康與幸福（well-being）。

基於以上信念，團隊製作了一系列「正向居家小錦囊」（PosEd Strategies Playbooks）：

- ✓ 結合正向心理學實證理論
- ✓ 緊貼大家居家情境
- ✓ 提供簡單、易用的建議及練習
- ✓ 包含即印即用的素材
- ✓ 免費報名參與網上互動環節

對象：歡迎學校老師、家長分享，與孩子共同學習和實踐

網址：<https://www.positiveeducation.org.hk/playbook/>