

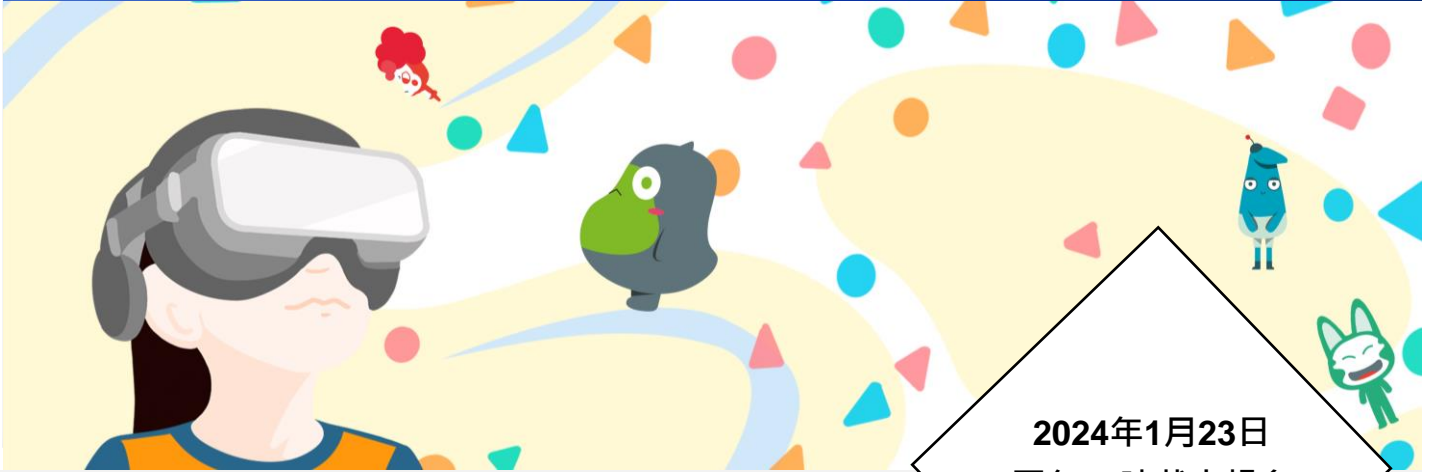


F1WPD017W  
(代幣課程)

課程 / 基礎程度

# 精神健康急救 (關懷青少年版)課程 參觀日

超正常研究室社工 吳先生



2024年1月23日  
正午12時截止報名

## 預期學習成果

完成本課程後，學員應能：

1. 提升對精神健康相關的社區資源的認識
2. 指出精神健康預防服務的重要性
3. 增強同理心和社會意識



## ◆ 課程簡介

為促進青少年精神健康，香港心理衛生會推出為期三年的「Chill Lab超正常研究室」計劃，透過與科技互動，幫助青少年認識情緒及透過解決問題來提高自我效能及全人發展。

「Chill Lab超正常研究室」設立本港首個實驗性青年精神健康遊戲空間，使青少年能夠利用「虛擬實境(VR)體驗區」體驗焦慮與抑鬱的感覺和徵狀；在「擴增實境(AR)體驗區」認識情緒管理的方法；此外，亦可在「真人圖書館」聽取朋輩支援工作者分享自身復元的故事。

詳情可參閱以下超正常研究室網站：

<https://www.chilllab.org.hk/%e9%9d%92%e5%b0%91%e5%b9%b4%e6%83%85%e7%b7%92%e9%ab%94%e9%a9%97%e9%a4%a8/>

## ◆ 日程表

日期	時間	地點
2024年2月16日(星期五)	下午2時30分 - 下午4時30分	九龍觀塘茶果嶺道81號 茜草灣鄰里社區中心4樓 超正常研究室 ( <a href="#">地圖</a> )

## ◆ 適合對象

- 2023/24 學年就讀中三至中六的學員 (年滿15歲或以上)
- 名額：30名
- \* 先到先得，額滿即止

## ◆ 證書

學員必須達到以下要求方能完成此課程，並獲發電子證書：

- 出席課堂；及
- 積極參與課堂活動

## ◆ 先備知識

本課程並無特別要求

## ◆ 講授語言

粵語

鳴謝：精神健康諮詢委員會



查詢



3940 0101



programme@hkage.org.hk