

SALESIAN ENGLISH SCHOOL
16 Chai Wan Road, Hong Kong
Tel.: 2560-2134, 2884-3581
Website: <http://www.ssshk.edu.hk>



慈幼英文學校
香港柴灣道十六號
電話：二五六〇二一三四，二八八四三五八一
網址：<http://www.ssshk.edu.hk>
通告編號: 24/25-241

敬啟者：

有關網上情緒支援資源事宜

公開考試是人生中一個挑戰，對高中同學來說，面對中學文憑試期間難免感到擔心、焦慮和徬徨。有見及此，輔導組搜集了部份網上應對文憑試舒緩壓力資源，期望同學在課餘時間也有機會認識應對考試壓力和焦慮情緒的方法和部份減壓策略。相關資料連結如下：

<https://sites.google.com/ssshk.edu.hk/counseling/>



如有需要，同學也可向學校輔導組老師和社工尋求協助，負責老師和社工相關資料如下：

學生情緒支援：

輔導組：嚴焯倫老師 (307A 室)

社工：

陳姑娘 (312A 室) (逢星期二及四)

謝姑娘 (312B 室) (除星期三外)

何姑娘 (312A 室) (逢星期一及三)

生涯規劃支援：

生涯規劃組：梁曉彤老師 (615 室)

生涯規劃熱線: 4428 4524

此致
貴家長



副校長(學生成長)
李栢安 謹啟

二零二五年一月二十三日