

停課期間，大家都要關注自己的精神健康和個人成長，因此，德育及公民教育科建議大家參與一個「停課不停愛-心意卡設計」活動。此活動是優質教育基金於 2019/20 學年，委託香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心(中心)推展「共建卓悅校園」的主題網絡計劃的一部分。在延遲復課期間，中心設計了一系列的網上活動和教材，提升教師和學生精神健康及個人成長。

「停課不停愛-心意卡設計」詳情：

- 下載心意卡 ([初小篇](#)一至三年級) ([高小篇](#)四至六年級)
- 完成心意卡後，建議學生為作品拍下相片，以[留言方式上載到以下平台](#)及發送至 lpk@ts.edu.hk，為更多的人打氣加油！
- 若未能製作心意卡，亦鼓勵你們以不同的方式關心別人，例如：致電給長者、發訊息給朋友等等，然後把自己關懷人的經歷或小故事，以[留言方式上載到以下平台](#)，以激勵更多的人傳播愛與關懷！
- 凡參加的同學亦可得到小禮物一份，以示獎勵。鼓勵同學踴躍參與。