

尊敬的家長及監護人：

對許多學生來說，從小學過渡到中學可能是既富挑戰性又複雜的。功課量和學校環境的改變、不同的朋友、新的社交壓力及責任加重等方面的憂慮，有時候可能使到這段時間似乎令人不知所措。

溫哥華都會基督教女青年會 (YWCA Metro Vancouver) 認識到，對在過渡到中學的學生有需要給予支持，並且經過與溫哥華學校局和素里學校區磋商之後，為 7 年級學生制訂了創新的課後項目。

為應對 Covid-19 (新冠肺炎)，基督教女青年會青少年教育項目 (YWCA Youth Education Programs) 現時正通過 Zoom 以在網上提供。我們邀請 7 年級學生參加每星期一次的網上課後項目，培養技能應付在中學的健康關係、作出決定及自尊等問題。在與其學校和社區內的其他 7 年級學生聯繫的同時，學生可學習如何保持健康、管理壓力、結識新朋友、解決衝突及其他。

實時網課將會通過 Zoom 進行，每次 30 至 45 分鐘。參加這個項目，毋須繳費。以下是項目主題。

星期	項目主題
1	開場白及歡迎
2	媒體訊息
3	價值觀及身分認同
4	健康的友誼
5	健康的生活及壓力管理
6	閉幕及慶祝
額外網課	中學答問小組

除了實時網課之外，參加者也可參加任選的獨立活動，以支持他們在項目中的學習。家人將會獲得 *Family Chat-Time Booklet* (家人聊天時間小冊子)，裏面有討論問題和資源，可供在家中一起探究。

欲查詢詳情或註冊，請聯絡我們：youth@ywcavan.org，或瀏覽 ywcavan.org/grade7register