

致：各編輯及記者
日期：2022年2月18日



小息 9³/₄：謝謝老師行動 為全港十萬名教職員打打氣 加減乘除基金、香港輔導教師協會、聖雅各福群會 聯手發起 疫情下送贈心情補給 呼籲各界攜手支持

疫情嚴峻，一眾教職員謹守崗位、及時應變，竭力為學童提供網課、學習跟進及心靈健康照顧，同時更須返校當值，看顧回校學生及維持學校基本運作，工作量、壓力甚至感染風險倍增。教育乃是眾人之事，加減乘除基金、香港輔導教師協會及聖雅各福群會聯手發起「小息 9³/₄：謝謝老師行動」，夥拍多間機構包括本地心靈療癒品牌「Dustykid 塵」、鴻福堂網上平台「自家 ON!」、社交媒體「Meta」、教育科技平台「Preface」等，推出線上線下全方位活動，與全港近十萬名中學、小學及幼稚園的教職員同心同行，在疫情下為他們帶來小息及一點甜。



疫情下教師的「啱氣」時刻

由實體課轉到網課，早前疫情放緩時短暫恢復實體課，再到最近學校重回網課的步伐，每次轉變不止家長和學生需要調適，疫情下每天辛勞工作長達十數小時的教職員也需要支援。我們設計的「小息 9³/₄」（九又四分之三），是希望用窩心的行動關心教職員，提供一道無形的傳送門前往心情補給站，提醒教職員同樣需要「啱氣」的小息時間，「啱氣」後再向忙碌的工作出發。

Dustykid®

香港輔導教師協會主席、中學校長何玉芬博士表示：「疫情嚴峻，全港教職員承受着前所未有的挑戰：深知學生的需要及家長的期望，教學未敢鬆懈；應對疫情的急劇轉變，不少同樣身為家長的教育同工，生活疲於奔命；工作時數及壓力的增加，對教師身心靈產生負面的影響。感激各界全力支持小息 9³/₄行動，為教職員打氣，並將關懷和愛傳揚出去，在風雨間發放正能量。」

全方位關顧教師身心靈健康

行動首階段會為教職員送出由鴻福堂集團贊助的草本健康飲品，以及由「Dustykid 塵」精心創作的打氣故事、訊息及網上素材如 WhatsApp 貼圖、桌布等，呼籲大眾下載一同為教職員打氣。及後，聖雅各福群會將舉行專為教師設計之網上工作坊、放鬆短片、WhatsApp 輔導專線、打氣平台等，全面關懷教職員於疫情期間的身心靈健康。



聖雅各福群會副總幹事張達昌先生說道：「疫情下本會利用線上線下平台，為有壓力及情緒需要的人士作身心社靈支援。而『小息 9³/₄：謝謝老師行動』是一個窩心的項目，除了為教職員打氣外，期望透過各項專業支援，提醒他們要適時放下工作稍作休息，並在有需要時尋求協助。」

呼籲各界參與 疫情下「讓愛傳出去」

「小息 9¾」會牽頭陸續推出更多具創意及窩心之活動，包括元宇宙打氣會、「教師小息包」義購行動等，誠邀各界不同伙伴加入一同支援，共襄善舉，將這份關懷傳揚至教職員及社會更多人士，如醫護人員、前線社工等。如有興趣了解更多，歡迎聯絡加減乘除基金。

加減乘除基金聯合創辦人兼行政總監陳俊濠先生表示：「疫情下，我們需要互給互足的精神。透過策劃小息 9¾，教職員可感受到有溫度的關懷，各界以跨界別的合作貢獻所長。在這特殊的時刻，提醒大家不忘加點關愛，減少憂愁，聯乘抗疫，除去隔膜。」冀各機構及有心人士積極支持，讓「小息 9¾：謝謝老師行動」的精神延續，支援更廣大社群。

「小息 9¾：謝謝老師行動」詳情：

目的：	向教職員送上有溫度的關懷，關注他們身心靈的需要，呼籲各界為大家打打氣！	
對象：	全港幼稚園、小學、中學教職員，合共約十萬名	
日期：	2022 年 2 月 18 日 啟動	
行動資訊：	心情補給網  https://agentofchange.hk/littlebreak934	Facebook 打氣專頁  連結
登記方法：	教職員按此連結 http://tiny.cc/littlebreak943form ，填寫報名表格，以獲得一系列線上線下支援	
機構：	發起機構： 加減乘除基金、香港輔導教師協會、聖雅各福群會 創作伙伴： Dustykid 塵 共享伙伴： 鴻福堂自家 ON! 社交媒體伙伴： Meta 教育伙伴： Preface	

重點支援教職員活動

機構	線上	線下
鴻福堂 草本補給站	- 送出 100,000 支草本健康飲品 ¹ 予教職員「飲支茶啲吓氣」 - 登記方法：教職員由即日至 3 月 8 日期間，填寫此連結之報名表格 http://tiny.cc/littlebreak943form ，成功登記後，可憑鴻福堂網上平台「自家 ON!」發出的電子換領券，於鴻福堂指定分店領取飲品。	
Dustykid 塵	- 創作《見字疏肝》心情補給站故事連載 - 設計桌布、WhatsApp 貼圖供分享 - 全力支持各項目創作及宣傳設計	
聖雅各福群會	- 「教·聊癒」WhatsApp 專線支援 (5162-9176) 作情緒及健康評估 - 「教·輕鬆」短片頻道供自我放鬆 - 「教·自在」網上工作坊(如中醫食療甜品班、和諧粉彩等)，學習放下煩憂，關愛自己 - 「教·思發展」專業培訓，在疫情下多方面發展及進修	- 社工專業評估及支援 - 短期輔導跟進 - 提供家庭醫生或中醫治療服務 - 連繫不同社會資源

¹ 憑電子換領券可到指定鴻福堂分店換取草本健康飲品一支，包括以下口味 (條款及細則請參閱電子換領券)：
 羅漢果飲品：羅漢果味甘性涼，有潤喉清肺、清熱解暑和生津止渴等功效。
 夏枯草飲品：夏枯草味道甘甜可口，能清火明目及減輕因燥熱引致之身體不適。
 銀菊露飲品：銀菊露有清熱明目之效，讓你雙眼回復明亮，精神更加集中。
 清肺解毒飲：清熱解毒、化痰止咳，適合咽喉不暢、肺熱和燥熱上火人士。(3 月初推出)

機構	線上	線下
加減乘除基金	<ul style="list-style-type: none"> - 策劃元宇宙教師打氣會 - 行動網站及專頁發放打氣訊息 - 與 Dustykid 協作每週心靈小息報，發送給教職員 	<ul style="list-style-type: none"> - 發起「教師小息包」(內含打氣小食、飲品、心靈書籍及其他產品)、「學校小息箱」義購(義購詳情稍後公佈) - 於全港策劃「心情補給站」
Preface	<ul style="list-style-type: none"> - Preface 網上科技教育工作坊，助教師認識最新科技議題，了解科技如何提升教學效能 - Preface 專業培訓，在疫情下提供嶄新科技教育進修體驗 	<ul style="list-style-type: none"> - 教師憑電子優惠券及教員證於 Preface Coffee and Wine 所有分店惠顧可享飲品七折優惠²

有關加減乘除基金

加減乘除基金成立於 2015 年，是一註冊慈善機構、香港社會服務聯會之機構會員及 Meta 官方社會公益及網絡安全伙伴，矢志紓解香港的社會問題，多年來獲得社會各界的鼎力合作，共同紓解民困，協助弱勢社群。有見社會議題推進總是受礙於公眾意識、停留於專屬圈子的限制，難以達至規模化的影響力，我們成立全新的「加減乘除」創作室，透過公眾教育及道員、跨界別合作及物資支持等具創意的介入策略，成為業界推動議題改變的引擎。網站：www.agentofchange.hk / Facebook 專頁：[www.fb.com/agentofchange.hk](https://www.facebook.com/agentofchange.hk)

有關香港輔導教師協會

香港輔導教師協會成立於 1959 年，宗旨是為所有前線的中學輔導及升學輔導老師提供支援(註冊慈善團體名稱：「香港輔導教師協會有限公司」)。多年來，我們致力向會員學校(現每年中學會員數目為四百間)的輔導及升學輔導老師提供支援和專業培訓，促進生涯規劃教育、學生輔導及全人發展工作。

有關聖雅各福群會

聖雅各福群會於 1949 年創辦，最初於石水渠街北帝廟的一個偏廳開始兒童工作(聖雅各兒童會)，及至 1963 年在堅尼地道建成六層高會所，提供兒童及青少年服務、長者服務及復康服務。1987 年，該會位於石水渠街的總會大樓落成，服務更趨多元化。該會在 1990 年開辦第一個灣仔區以外的服務單位，隨後陸續在不同地區開拓新服務；單位主要分佈於港島北岸，從西環寶翠園至柴灣興華邨。近年，由於需求殷切，該會在九龍及新界亦設立不同服務。現時，福群會在全港有 67 個服務點，每年服務 290 萬人次。服務對象包括：幼兒、學童、青少年、成年人、家庭、長者及復康人士等。

機構網址：<https://sjs.org.hk>

有關 Dustykid

Dustykid 塵 – 每晚在社交媒體分享治癒心靈的塵漫畫，在本地及海外已累積逾 96 萬粉絲。塵漫畫以簡潔文字談生命，讓讀者對號入座，希望能成為大眾的成長夥伴。2014 年開始出版書籍，在線上及網下出版了超過 50 本心靈書籍，包括兒童學習卡和故事書系列，盼大人與小孩都能在塵陪伴下，培養出健康的身心靈。用心創作，塵作品大受歡迎，作者陳塵並於 2020 年及 2021 年獲選為香港書展年度作家，是對出版質素的一大肯定。

Dustykid 塵品牌建立了親民的形象，正面的訊息備受不同機構愛戴，先後跟 Google、Canon、Dyson、加減乘除基金、香港輔導教師協會、聖雅各福群會、撒馬利亞防止自殺會、香港紅十字會等不同機構合作，是本地推廣心靈健康的代表。

有關 Preface

教育科技公司 Preface 致力為全球兒童、成人、企業和學校提供個人化的科技教育體驗。公司總部位於香港，設有東京和倫敦分部，業務包括屢獲殊榮的編程平台 Preface Coding 和生活概念空間 Preface Coffee & Wine，並將創新科技知識融入全球學習者的日常生活之中，提供無縫學習體驗。如欲了解更多資訊，請參閱：www.preface.ai

² 只限非酒精類飲品並須於 31/3/2022 或之前使用。

有關鴻福堂集團

鴻福堂創立於 1986 年，於2014年7月在香港聯合交易所有限公司主板上市(股份代號：1446)，為一間推廣健康飲食概念的現代化企業，35年來提供多元化的無添加健康產品。目前，集團於香港共有超過120家自營零售店，按零售網絡計算，鴻福堂為全港最大中式草本產品零售商。為把握中國內地龐大消費市場的增長潛力，集團向第三方零售商及分銷商銷售保鮮飲品，覆蓋多個中國內地城市。集團於2021年建立鴻福堂「自家ON!」電子消費平台，為消費者帶來更方便及更安心的購買選擇。

集團網站：www.hungfooktong.com

自家ON!網站：<https://jikaon.hungfooktong.com/>



HUNGFOOKTONGFANS

- 完 -

傳媒聯絡

加減乘除基金 (行動策劃)

陳俊濠先生 William

聯合創辦人兼行政總監

電話: 2960 5050

電郵: william@agentofchange.hk

香港輔導教師協會 (教師聯繫)

何玉芬博士 Esther

主席

電話: 9461 7900

電郵: hoyukfan@gmail.com

聖雅各福群會 (專業支援)

列淑華女士 Sara

高級傳訊主任

電話: 2596 2715 / 6295 9397

電郵: sara.lit@sjs.org.hk

鴻福堂集團企業公共關係部

Agnes Luo

電話: 3651 2197

電郵: agnesluo@hungfooktong.com.hk