

討論 2020-21 年度節日慶祝及重大日子紀念活動專責小組活動建議 –  
聖誕節認識情緒展覽計劃

**背景、現況及關注**

聖誕節過去一直被認為是家庭歡聚，親朋相聚的喜慶日子。但同時間，也有很多孤單的人士，獨自一人渡過聖誕節日。在這種歡喜節日氣氛下，情緒問題反而成為值得關注的問題。感到悲傷難過是一種正常的情緒，強求正能量往往是拔苗助長，反之更重要是正視自己的情緒，從而採取適當的方法去處理，對受情緒困擾的人尤其重要。

**建議**

與區內團體及非政府機構合作，鼓勵東區居民參加是項活動。

目的：透過舉辦認識情緒的展覽，令參加者明白遇到悲傷的情緒十分平常，不用因此而擔心自己，反而應該學習如何正確處理自己悲傷的情緒，從而走出困境，迎接未來的生活。

活動內容：

1. 收集故事
2. 舉辦認識情緒的展覽

費用：10 萬元

舉辦日期：12 月

服務對象：東區居民

**徵詢意見**

請各小組成員考慮是否接納撥出 10 萬元，由本小組與非政府機構合辦是項節日慶祝有關的社區參與活動，並授權東區民政事務處邀請區內及區外團體遞交計劃書。

文件發起人：鄭達鴻

2020 年 10 月