

香港公益金全港挺直護脊校園計劃

計劃目的

- ✧ 重視學童脊骨神經健康發展，推動學校在校園建立護脊文化及增進脊骨神經認知
- ✧ 提升學界對兒童脊骨護理及健康的關注；輔助老師及家長掌握兒童脊骨神經健康的知識
- ✧ 改善及預防兒童脊骨錯位及培養良好的護脊習慣
- ✧ 建立及推廣「脊骨護理從小做起」文化

本會提供以下免費服務：

費用全免

	服務	對象	內容	時間
1	年度護脊材套送贈	全校	按學校師生人數分發護脊校園橫額、護脊操單張及護脊操海報。	8月下旬
2	護脊校園學校會員系統	校長及負責老師	護脊校園學校將獲編配登入名稱及密碼，登入 http://school.ccf.hk ，享用服務。 系統功能包括活動資訊欄、護脊教育資源、護脊材料分享及文件上下載功能。	全年適用
3	校園巡禮	校長及負責老師	由本會董事或執行幹事到校講解推動護脊校園的成效和技巧。	45分鐘
4	各類到校護脊活動	學童	職員到校為學童以不同題目講解各類護脊知識，包括：學習護脊操、理想姿勢、護脊運動、護脊遊戲等 (正式加入成為護脊校園後，會另附相關活動報名表，詳情可向職員查詢)	45-120分鐘不等
5	SPINE 網上護脊學習平台	全校	瀏覽連結： ccf.hk/spinelearning ，定期上載護脊資訊影片，包括：護脊一分鐘、護脊運動鍛鍊、脊醫話你知 歡迎免費訂閱：兒童脊科基金 Youtube頻道   	全年適用
6	學童脊科保健計劃	2-16歲學童	連結： ccf.hk/sscp 服務內容包括：脊骨神經健康短講、護脊運動及體態脊骨檢查。 學校亦可組團到本中心參與。	60分鐘
7	兒童脊科義診計劃	綜援/書簿全津學童	校方可轉介學童到本會挺直脊科中心參與免費(綜援)/特惠收費(全津)脊骨檢查及脊科護理服務。	全年適用
8	護脊材套借用	全校	免費借用易拉架、攤位遊戲物資，如：大型地上桌遊或護脊轉轉樂，適合於開放日或聯歡會展示及玩樂。	全年適用
9	學校護脊材套訂購	全校	提供護脊材套訂購，如文儀用品、護脊配對遊戲、大型地上桌遊等，學校可按校本需要訂購，如訂購滿\$1500 可安排免費送貨。	全年適用
10	聯校教師護脊培訓班	教師/教職員/家教會委員	由註冊脊醫講解脊骨構造及常見成人痛症、脊骨神經與兒童整體健康的關係、姿勢決定健康、簡易脊骨體態檢測法、護脊運動及護脊操教授、分組檢查等。	8月或12月下旬 2.5小時

校方配合：

- ✓ 在校內懸掛護脊校園橫額、張貼海報及派發護脊校園單張給全體師生
- ✓ 鼓勵參與本會的護脊活動及學童脊科保健計劃，電郵護脊活動花絮至本會存檔作紀錄
- ✓ 自行舉辦護脊活動(如:啟動禮)
- ✓ 鼓勵於早會或體育課推行護脊操
- ✓ 鼓勵參與全港挺直籌款活動或支持賣旗活動
- ✓ 鼓勵加入本會超連結到學校網頁

服務成果：

年份	成果
✧ 2008 - 2010	獲優質教育基金撥款推行「護脊校園」計劃，成效卓越
✧ 2011	獲選由優質教育基金舉辦的「學與教博覽2011」之分享團體，服務得到肯定和讚賞
✧ 2013	推行全港護脊行動，巡迴在全港五區進行脊骨檢查日，讓更多社區人士受惠
✧ 2014 ✧ 2016 ✧ 2019	「世界脊骨日」推廣活動得到「世界脊骨神經醫學聯合會」頒發國際性的獎項
✧ 2017	得到香港公益金撥款支持，繼續為全港學校提供更全面的護脊訊息
✧ 2020	服務擴展至全港221間幼稚園及143間小學，共364間學校
✧ 2021	榮獲2019年社聯最具成效中小型非政府資助社會服務機構獎
✧ 2022	「世界脊骨日」推廣活動得到「世界脊骨神經醫學聯合會」高度讚揚； 新增服務點：挺直脊科中心（元朗）

參與計劃校長分享：

我們學校支持兒童脊科基金的活動，透過專門及多元化的護脊活動，大大提高家長、學生及老師的護脊知識。

前聖愛德華天主教小學
馮立榮校長

持之以恆地推廣護脊文化，對兒童身體健康發展是十分重要。

瑪利諾神父教會學校(小學部)
校長吳偉文博士

兒童脊科基金提供專業有效率的支援；全校學生對護脊操感到十分有趣，常常不知不覺做起來。

順德聯誼總會屯門梁李秀娛幼稚園
郭桂梅校長

自2008年已開始參加「護脊校園計劃」，為本校學童提供「脊科保健」、「脊骨檢查及調整」、「兒童脊科義診計劃」、並為本校師生舉辦護脊工作坊，讓更多人關注兒童脊骨健康，提升大眾認識脊骨神經的重要性。希望每一位學生得到脊骨保健，免受脊骨錯位干擾，享有健康挺直的人生。

九龍塘天主教華德學校
王伯基校長



「香港公益金全港挺直護脊校園計劃」申請表

請填妥以下表格於2023年9月30日(星期六)前電郵至info@ccf.hk或傳真至2388 7213。

本校同意參加「香港公益金全港挺直護脊校園計劃」並已詳閱計劃內容，將致力與各老師和家長攜手推動護脊文化，促進學童脊骨神經健康。

(一) 推薦來源 (如適用)

推薦人姓名(推薦 貴校參加此計劃之校長): _____

推薦學校名稱: _____

(二) 校園資料

學校名稱: _____ 校長姓名: _____

學校電話: _____ 學校WhatsApp(如適用): _____ 學校傳真: _____

學校電郵: _____ 學校地址: _____

*負責老師姓名: _____ (職位: _____)

手提電話: _____ (☐ 樂意接收護脊資訊) 聯絡電郵: _____

教職員總人數: _____ 學生總人數: _____ 班數: _____ 禮堂容納人數(如適用): _____

貴校從什麼途徑得知此計劃?(請別選以下項目)

- | | | | |
|---|---|-------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ 從本會網頁得知 | ☐ 年報分享 | ☐ 友校推薦 | ☐ 挺直脊科中心服務使用者 |
| ☐ 護脊大使推薦: _____ (請註明) | ☐ 家教會成員介紹: _____ (請註明) | | |
| ☐ 從參與本會中心活動得知: _____ (請註明) | ☐ 其他: _____ (請註明) | | |

(三) 參與本會服務意向

*本校有興趣參與及了解以下服務，請與負責老師聯絡(可別選多個項目)

- | | |
|---|---|
| ☐ 到校護脊活動 (對象: 學童/教師/家長/親子) | ☐ 護脊材套 |
| ☐ 學童脊科保健計劃 (脊骨體態檢查) | ☐ 護脊社區推廣 (如: 賣旗) |



本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest

