

### 「健康教育·行動起來」課程合作啟動儀式 校長致辭

2025年4月26日

香港恒生大學 袁炳濤校園 何善衡教學大樓 4/F 馮堯敬堂

高永文醫生、蕭英傑會長、各位嘉賓、合作夥伴、教育同仁、各位同學：

大家好！很高興今天齊聚香港恒生大學，共同見證由知識交流學院與大灣區醫療專業發展協會攜手合辦的「健康教育·行動起來」課程合作計劃啟動禮。在此，我謹代表主辦方向所有關心健康教育的夥伴們致以最誠摯的歡迎與感謝。

以「博學篤行」為校訓，恒生大學一直採用獨特的「博雅+專業」教育模式。「博雅」教育旨在培養學生在21世紀的地球村能自由地思考和茁壯成長。我們的目標是透過培養學生的可轉移核心能力，如明辨思維、創新力量、人際溝通/協作、人文關懷、道德推理和社會責任，賦權他們追求志向，這尤其體現在大學的共同核心課程中。「專業」是指恒生大學很多學位課程都包含專業學科元素，裝備學生掌握在未來從事所選專業所需的可轉移能力、專業精神和操守，令他們能夠自信地應對未來生活/工作中的複雜挑戰，並獲得滿足感。

而今天「健康教育」的主題亦正是「博雅」教育中的重要一環。在這個數位化高速發展的時代，我們發現：

- 屏幕時間增加，但人際連結卻在減少
- 生活節奏加快，慢性病卻開始年輕化
- 資訊爆炸增長，但心理健康知識仍顯不足。

這些現象告訴我們，健康教育已不再只是傳授知識，而是要培養身心健康的能力。過去，恒生大學投放資源支援師生的身心健康，例如提供：

- 個人輔導及諮詢服務
- 臨床心理學家的心理治療
- 心理健康工作坊、朋輩導師計劃等個人成長項目等等。

今日稍後，我們將透過「知識交流學院」這個終身學習平台，介紹更多「健康教育·行動起來」課程合作計劃的獨特之處。

很榮幸今天我們匯聚了資深的教育工作者，熱心的社區夥伴，具社會責任的企業，和醫療專業機構。我要特別感謝幾位重要夥伴：

- 首先，是以實際行動支持本校的高永文醫生，您多次蒞臨指導，見證著我們的成長
- 還有，伍時豐博士、林美玲醫生、和劉健恆博士。他們稍後會就「情緒健康教育」議題分享專業見解
- 以及，所有默默付出的合作機構代表。

通過跨界協作，我們不僅要傳遞知識，更要培養身心健康的能力，讓每個人成為「自己健康的 CEO」。

展望未來，我誠摯呼籲：

同學們：從今天起，將課堂所學的轉化為日常實踐，當一位健康生活的先行者；

教育工作者：我們一同努力，以身作則，成為健康生活的引路人；

合作夥伴：請繼續與我們攜手，為「健康教育」編織一個更堅實的支持網絡。

各位朋友，健康教育不是一場短跑，而是一場需要世代接力的馬拉松。今天，我們在這裡種下一顆種子，期待未來將獲得一個身心平衡的生命，一個充滿活力的組織和一個真正健康永續的社會。

現在，我榮幸宣布：「健康教育·行動起來」課程合作計劃正式啟動！

接下來，讓我們以熱烈掌聲，歡迎 高永文醫生為我們致辭。

謝謝大家！