



生命教育系列：個人態度、信念和價值觀

簡樸生活 — 愈少愈快樂 (F1LES009T)

生命就像一段旅程，充滿著意想不到的奇蹟！本講座為學員提供一個反思個人與自身、他人、社會以至整個世界的聯繫的機會。學員可以從中探索生命教育中的四個方向，即「認識生命」、「欣賞生命」、「尊重生命」和「探索生命」(教育局，2016)，重新發掘生命這份珍貴禮物的意義。

你有沒有想過怎樣才是「豐盛的人生」？是否要賺到相當的金錢，才稱得上是「豐盛的人生」？當大部分人都在拼命賺錢，以換取一份安全感時，若我們不以金錢為擇業的首要考慮，堅持自己的理想，不顧慮世俗眼光，那將會是怎樣的人生？「快樂」、「金錢」和「物質生活」又有甚麼關係？以上問題的答案取決於我們的價值觀，以及能否掌握真實的自我。是次生命教育系列的嘉賓將會分享另類生活哲學，介紹「簡樸生活」——一種對自己好、對環境好的生活方式，並探討快樂、簡樸與環保等議題。希望學員能從中得到啟迪，反思快樂是甚麼，從而為自己的生活方式開關更大的聯想和創造空間。

講座主題簡介

系列主題簡介

生命教育系列旨在跟學員探討一系列情意教育主題，例如自我概念、自我管理、個人態度、信念和價值觀、情緒管理、生涯教育、人際技巧與溝通能力、領袖才能，以及問題解決技巧與抗逆能力(教育局，2015)，藉此回應資優學生的發展需要。每次講座都會邀請不同專業人士、舊生與年輕的資優人士來分享他們的故事，讓學員從中獲得啟迪。

活動種類

講座

講員

莫皓光先生

莫皓光，外號「野人」，畢業於香港大學後，立志推廣綠色自然的簡樸生活，深信返璞歸真、回歸自然可以讓人更開心自在。「野人」九年前選擇搬到山邊居住，闢地耕作，燒柴煮飯，過着很多人羨慕的自在生活，在大自然這個寧靜怡人，遠離繁囂的好地方，反思城市生活的荒謬，重新審視快樂的定義，做回「自己」。「野人」十多年前創立社會企業「自然脈絡」，透過不同活動推廣簡樸生活，多年來帶領過萬名參加者體驗自然，努力為社會撒播綠色的種子。

對象



- 只限於 2020 至 2021 學年中一至中六香港資優教育學苑學員
- 名額：40 名
- * 先到先得

講授語言



粵語

預期學習成果

完成本講座後，學員應能：

1. 從不同角度了解自己，肯定生命中美好的地方；
2. 以積極正面的心態，面對生命中遇到的困惑與選擇；
3. 反思生活的真義，珍惜擁有，實踐自己理想的生活方式。

截止報名日期

2021 年 7 月 2 日正午 12 時

日程表



日期	2021 年 7 月 6 日 (星期二)
時間	下午 5 時至晚上 7 時 (請於下午 4 時 45 分前登記)
地點	香港資優教育學苑 403 室

備註

準備及注意事項：

1. 如報名人數不足，學苑有權取消課程。
2. 為配合課程發展的需要，香港資優教育學苑職員會在個別課堂進行觀課、拍攝/攝錄上課實況或/及保留學生作品作為示例，以供教學評估、研究或/及公開展示用途。
3. 本課程或會因應 2019 冠狀病毒病疫情發展及香港教育局有關面授課程的最新的公布而改期或轉為網上課程。請密切留意香港資優教育學苑發出的電郵通知及網上通告。
4. 倘若受到惡劣天氣影響，課堂安排以「惡劣天氣下學生課程/活動的安排」為準。詳情可瀏覽學苑網站：

<https://www.hkage.org.hk/b5/students/important-information/bad-weather>

查詢



如有查詢，請致電 3940 0101 (選擇語言後，按「4」字) 與情意教育部聯絡。