

編號	資源/說明	資料來源	網站連結	備註/對象
1	「疫」境中的靜觀空間 - 資源套	香港大學賽馬會 「樂天心澄」靜觀 校園文化行動	<a href="https://bit.ly/2JPWdmr">https://bit.ly/2JPWdmr</a>	
2	學習減壓學靜觀 - 資源套	香港大學賽馬會 「樂天心澄」靜觀 校園文化行動	<a href="https://bit.ly/39PVvA0">https://bit.ly/39PVvA0</a>	受考試壓力 影響的學生
3	喜伴身心靈	新生精神康復會	<a href="https://bit.ly/34lmXVj">https://bit.ly/34lmXVj</a>	
4	身心靈 (330) 小貼士	新生精神康復會	<a href="https://bit.ly/39WxpUm">https://bit.ly/39WxpUm</a>	
5	在逆境中繫記孩子的情感 需要(三個親子靜觀小遊戲)	社會福利署	<a href="https://bit.ly/3c10Yp6">https://bit.ly/3c10Yp6</a>	