

本期焦點

- 注意子女飲食 響應「健康飲食在校園」運動
- 小一入學自行分配學位結果公布
- 升中選校家長講座

## 「健康飲食在校園」運動

教育局全方位學習及圖書館組  
衛生署健康飲食在校園運動秘書處

爲人父母，你一定會細意安排，盡力使子女學有所成，建立美滿快樂的人生。然而，如何爲子女選擇健康的食物、引導子女培養均衡飲食習慣亦非常重要。現時本港學生因種種原因，普遍未能遵行健康飲食原則。據衛生署的資料顯示，小學學童的肥胖比率有上升趨勢。你可知道不良的飲食習慣，正危害着孩子的健康，增加他們患上諸如血壓高、糖尿病、肥胖、心臟病、中風等疾病的風險呢？

在衛生署、教育局、家庭與學校合作事宜委員會及小學校長會等多個組織全力支持下，「健康飲食在校園」運動於 2006-2007 學年正式展開，目標是改善學童的飲食習慣，讓他們得以健康成長，並提升學習效率。



## 至「營」學校認證計劃

由本學年起，教育局與衛生署合辦「至『營』學校認證計劃」。這個認證計劃旨在推動及協助全港小學制定及執行健康飲食政策，並建立有利於健康飲食的學習環境，以培育和強化學童的良好飲食習慣。期望在家庭、學校、社會的多方合作下，學校能自發制定明確有序的目標。認證計劃的最終目標，是幫助所有學校達至整全的至「營」學校模式，讓所有學童能夠在有效支援健康飲食的學習環境中成長。倘若你的子女就讀的學校已參加該計劃，請積極配合及參與有關的活動；如學校還未加入「至『營』學校認證計劃」的行列，請建議學校儘快參加。

教育電視 - 「有營同學會」

繼「有營小人兒」及「有營廚神」兩齣有關健康飲食教育電視節目之後，香港電台將於本月下旬推出全新一集「有營同學會」，解構令旅行燒烤變成健康飲食派對的竅門，並揭露常見的消費陷阱。播放時段如下，歡迎各家長收看。

二零零九年十一月三十日	(14:30-14:45)	亞洲電視國際台
二零零九年十二月三日	(09:15-09:30)	無線電視明珠台
二零一零年一月八日	(14:15-14:30)	亞洲電視國際台

## 2009 - 2010 全港學界「開心『果』日」大行動



「開心『果』日」大行動一直以來都得到學界熱烈響應，在 2009 年超過一千所學校，合共 47 萬名學生參與。本學年的活動內容分三方面：學前兒童組著重培育進食水果的自理能力；小學生組參與電子平台問答遊戲自我增值；中學生組以 30 秒校際短片，把水果變身成「潮流健康食品」，一較高下。中小學活動均設豐富個人及學校大獎。衛生署會為學校提供所需物資，包括橫額、海報、單張、多種可供下載的網上資源及培訓等。幼稚園學生則另獲派發精美《水果日記》卡及貼紙，以獎勵每天進食水果。活動詳情請參閱以下網頁：<http://school.eatsmart.gov.hk>。

當然，最重要的是家長要以身作則，每天進食足夠水果，並為兒童預備水果作為小食，是令兒童持續健康飲食的最佳方法。

### 「您我同心 齊建校園健康飲食文化」簡介會

是次簡介會將於十二月廿一日（星期一）下午二時三十分至四時四十五分，假九龍塘沙福道 19 號教育局九龍塘教育服務中心西座四樓（演講廳）舉行。我們一方面希望透過是次活動，和大家分享至「營」學校認證計劃的最新進展，另外亦藉此機會讓同行者相聚交流，有興趣的家長請致電秘書處 2835 1817 查詢及報名。

### 環保午膳簡介會、選擇午膳供應商暨即場分份供膳模式研討會

就著環境及自然保育基金委員會計劃資助學校，為達至環保午膳而添置備餐設施，環保署將為學界及家長舉行三場簡介會。另外，衛生署亦擬聯同環保署，在今年十二月至明年二月期間舉辦數場研討會，以協助學校在符合公平、公正和公開的原則下選擇合適的午膳供應商，使營養均衡、

安全及環保的膳食得以在校園內順利推行。有興趣的家長和老師更可參觀已經推行即場分份供膳模式的學校，與先行者交流經驗和意見；有關這些活動的詳情，請密切留意「健康飲食在校園」的專題網頁：<http://school.eatsmart.gov.hk>。

### 「健康飲食在校園」的專題網頁



假如你希望更了解「健康飲食在校園」運動，可瀏覽本運動主題網頁，網址是：<http://school.eatsmart.gov.hk>。該網頁會按時更新，添加新的內容，家長可以輕鬆地在家中瀏覽及下載健康飲食資訊。

讓我們以心為下一代，在同一天空下，為孩子營造有利健康飲食的環境！

### 公布小一入學自行分配學位結果

全港各官立及資助小學將於十一月二十三日，公布有關二零一零年九月入讀小一的學校自行分配學位取錄名單。

曾經為子女申請自行分配學位的家長，應於十一月二十三日或二十四日上午九時至下午五時，攜同小一入學申請表的家長副本，前往所申請的小學查閱申請結果。

獲得自行分配學位的兒童，其家長須於十一月二十五日或二十六日學校辦公時間內，前往所申請的小學辦理註冊手續。家長須注意個別學校的註冊程序及要求，例如須攜帶小一入學申請表的家長副本及兒童相片的數目等。家長若因要事不能在上述指定期間辦理註冊手續，必須事先與學校負責人聯絡，以便作出適當安排，否則將視作放棄該學位論。

教育局會於明年一月中旬，以書信通知未能獲得自行分配學位及只準備參加統一派位的申請者，於一月二十三或二十四日前往指定的統一派位中心，辦理選校手續，以便進行統一派位。

家長如有進一步查詢，可致電 2832 7700 與本局學位分配組聯絡。

**提提您**

## 『升中選校』家長講座

孩子快升讀中學了，如何為他們選擇適合的學校？

中學生活是成長路上重要的階段，子女需較以前更獨立地學習，亦需懂得與人相處，並培養多方面的知識與技能。作為家長，必須了解子女的個性、能力與興趣，從而為他們選擇合適的中學，讓他們學習得更有效。為幫助家長了解中一派位機制，從而有策略地為子女選擇合適的中學，教育局將舉辦九場升中選校講座，由教育局人員及不同的嘉賓講者分享經驗心得及解答問題。歡迎有興趣的家長報名參加！

如欲了解講座詳情及報名方法，請瀏覽教育局「家長講座」網頁：  
<http://www.edb.gov.hk/parentstalks>

完