



大埔崇德黃建常紀念學校

2023/2024 年度 早餐會

(2023/2024 年度第五十七號)

親愛的家長：

一份健康早餐可以協助提供人體所需的營養，供給我們能量來應付日常活動。早餐可以使我們集中精神及頭腦靈活，因而增加學習能力，更可以幫助身體健康生長。按研究顯示，進食早餐的學童在上課時較能集中精神及留心聆聽，他們的閱讀能力、記憶力及理解力都有所提升。

為鼓勵學生繼續養成良好的生活習慣，本校現舉辦**下學期早餐會**，希望透過這項活動，培養學生養成每天進食健康早餐的習慣，讓他們得以健康成長和提升學習效率。

「早餐會」之安排：

- (一)日期：31/1 (星期三)
- (二)時間：上午 8:00 至 8:15
- (三)地點：各班課室

請家長於早餐會當天替 貴子弟準備一份營養早餐帶回學校

如有任何疑問，歡迎向健康及環境教育組姚榮昌主任查詢（電話 26535565）。

健康是生活的泉源，健康飲食習慣必須從小開始培養。就讓我們一起攜手合作，為孩子們「吃得健康、學得愉快」而努力！

大埔崇德黃建常紀念學校

校長陳愛英

二零二四年一月二十六日