

## 四個健康主題



### 健康飲食



每日廚師在學校廚房製作新鮮午餐，少油少鹽少糖和無味精，學生在飯堂享用健康午飯。



在校園大草地舉辦「野餐樂」，同學們互相分享健康小食。



透過講座，學生一同學習從中醫角度看健康飲食。



### 體能活動



每週五舉行「師生全民運動」，旨在建立恆常運動的校園風氣。



配合教育局「MVP60獎勵計劃」，我們積極推動「AI智能運動驛站」活動，幫助學生建立持續運動的良好習慣。



家教會舉辦親子遠足，鼓勵家庭走向戶外，在同行中增進感情，共享運動樂趣。



校園·敢「動」行活動讓學生走進大自然，在校園大草地慢步，欣賞大自然，提升身心靈的健康。

### 精神健康

訓輔主題「Together We CAN Be STARS同心織夢·星光閃耀！」全面推動校園正向教育，建立正向關愛的校園文化。



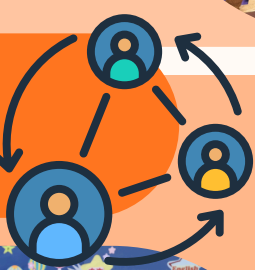
設立Chill Zone，讓學生放鬆心靈。



學生以心靈樽進行靜觀，提升身心健康。



### 社交健康



推動Teacher Buddy和Student Buddy計劃，增進生生及師生關係。



透過親子服務學習計劃，共同參與義務工作，增進親子互動，關愛社區，實踐健康及具意義的生活。

