

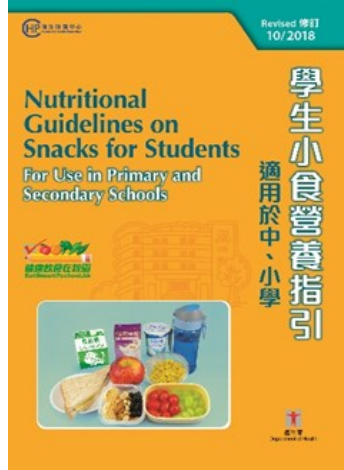
《校園快訊》主要為讀者提供衛生署「健康飲食在校園」運動的最新動態和相關健康訊息

2019年6月號

今期內容：

- ◇ 本學年認證計劃頒獎禮最後召集
- ◇ 跟「匿獅 Lion」郁一郁健康啲
- ◇ 全民運動日 2019

熱點推介



《學生小食營養指引》  
(2018年10月版)

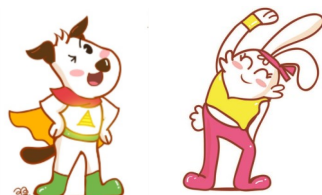
活動預覽

7月

- ◇ 2.7.2019  
至「營」學校認證計劃頒獎禮 2019

8月

- ◇ 9.8.2019  
廚師營養烹調培訓工作坊



本學年認證計劃頒獎禮最後召集



為表揚本學年取得「至『營』學校認證計劃」認證或成功續證的學校，衛生署將於2019年7月2日(星期二)下午假九龍塘教育服務中心舉行「至『營』學校認證計劃頒獎禮 2019」。我們很榮幸邀請了本署衛生防護中心總監黃加慶醫生及教育局首席助理秘書長(課程發展)特別職務吳加聲先生為當日主禮嘉賓。

除頒獎禮外，今年頒獎禮亦設有健康飲食分享環節及表演項目，藉以傳達健康飲食及體能活動的訊息，相信各與會者必定滿載而歸。

我們誠邀小學校長、副校長、制訂及推廣健康飲食政策的老師、家長及學生一同參與頒獎禮。有關邀請信件已於早前發送至全港小學，現呼籲尚未報名的學校盡快報名，座位有限，先到先得。如對活動內容有疑問，歡迎向活動秘書處李女士(電話：2342 0900)，或聯絡本署健康推廣主任何女士(電話：2835 2118)查詢。

參加認證計劃學校超過 270 間

「至『營』學校認證計劃」在 2009/10 學年於全港小學推行，目的是推動及協助小學制定及執行健康飲食政策，通過學校持續落實行政措施、進行教學及宣傳、提供健康午膳和小食，從而建立有利於健康飲食的學習環境。

認證計劃與教育局「健康校園政策」相輔相成，亦積極鼓勵家、校、社合作，制定明確有序的目標，以改善學童體格。學校取得認證，代表着其飲食環境已達到一個高的水平，無論校內供應的午膳或小食均是「質」「量」優秀。

截至 2019 年 5 月 31 日，參加認證計劃的學校已超過 270 間(佔全港小學超過四成)。尚未參與的學校請盡快加入行列，為孩子的成長共同創造一個健康、關愛和快樂的學習環境。你可登入「健康飲食在校園」運動專題網站下載參加表格，或向本署健康推廣主任查詢計劃詳情。



## 跟「匿獅 Lion」郁一郁·健康啲



「匿獅 Lion」

要維持強健的體魄，除了飲食均衡、不吸煙、不飲酒外，恆常的體能活動也是不可或缺。衛生署於去年 12 月正式展開「《健康香港 2025》| 郁一郁·健康啲」全港性宣傳運動，並創造了「匿獅 Lion」，鼓勵大家從「郁一郁」開始，將恆常的體能活動融入日常生活中。

今年暑假(7月至8月)期間，衛生署將在全港七個地區的商場舉辦巡迴推廣活動。

屆時「匿獅 Lion」將與健康推廣大使和大眾一起跳舞、拍照，實踐健康生活。大家亦可密切留意以下各個「匿獅 Lion」的社交平台以獲取是次巡迴推廣活動的最新消息及其他健康資訊。

## 「匿獅 Lion」提醒大家：

世界衛生組織建議5至17歲兒童及青少年每天應累計進行最少60分鐘中等至劇烈強度的體能活動。



《邁向2025：香港非傳染病防控策略及行動計劃》網站



「匿獅 Lion」  
Facebook



「匿獅 Lion」  
Instagram



## 全民運動日 2019



全民運動日2019

康樂及文化事務署(康文署)將於今年8月4日(星期日)舉行「全民運動日2019」。今年的「全民運動日」繼續以「日日運動半個鐘 健康快樂人輕鬆」為口號，鼓勵不同年齡和能力的市民恆常參與體育及體能活動，傳遞勤做運動有益身心的訊息。

是次「全民運動日」將以武術為重點推廣體育項目，並舉辦多項相關的同樂活動供市民參與。活動當日，康文署會在轄下十八區指定場地舉辦多項免費康體活動，並開放大部分康樂設施，供市民免費使用。想知更多有關「全民運動日2019」活動的詳情，請瀏覽專題網頁 ([www.lcsd.gov.hk/tc/sfad](http://www.lcsd.gov.hk/tc/sfad))。