

1. 尊重包容與性別平等的信念
2. 人權法治與正向價值的涵養
3. 生命教育與關懷行善的意義

【榮譽榜】

整潔優勝班級

- 七年級：701 702 703 706 707 709 710
八年級：802 803 805 807 808 813 815
九年級：902 903 904 905 906 909 910 915

秩序優勝班級

- 七年級：704 705 706 707 708 709 710 712 714
八年級：802 806 807 808 811 812 814
九年級：903 905 907 909 910 911 913 915

~ 請給予以上獲獎班級最熱烈的掌聲 ~

【宣導事項】

【生教組】

【特別提醒事項】近期有同學及教師反映，位於羅斯福路口、路易莎與全家旁的公車站牌附近，有高樓層住戶會將重物從高處向下丟，生教組在此提醒同學，若有在該處出入或者等公車者，務必留意周遭狀態，以降低意外發生機率。

【衛生組】

- 一、團膳午餐每週供應一次乳品，請隨餐領取後盡速飲用。空罐免沖洗置入塑膠提袋中，並將提袋口打一個結，與空的保冷袋一起送回收餐區。
- 二、防疫期間減少到醫院，可使用通訊軟體關心親友，陪病、探病人數及時間皆有限制，必要到醫院時，請隨身攜帶健保卡或身分證件以供備查，並配合各項管制措施，主動告知 TOCC（旅遊史、職業別、接觸史及是否群聚）。
- 三、教育局來函指示應減少學生於武漢肺炎疫情期間至醫療院所的機會，因此視力複檢期限延長至本學期結束前，健康中心發下的「視力健康檢查複檢與矯治回條」只要請家長簽名，即可繳回健康中心。關心自己的視力健康，要做到：(一)規律用眼3010：落實近距離用眼每30分鐘休息10分鐘。(二)戶外活動120：鼓勵孩子每天到戶外活動的總時間應超過120分鐘。

【輔導組】

心情小夥伴安心5法寶



心 學習一些適合自己的解壓技巧, 舒緩身「心」是要角

夥 定時吃飯睡覺恢復生活秩序感, 生活規律作「夥」找



情 理解接納事件引發的情緒反應, 心「情」焦慮也還好



伴 聯絡親朋好友互相關心與支持, 電話陪「伴」免煩惱



小 避免接收過多令人恐慌的資訊, 新聞「小」報可以少



- 臺北市社區心理衛生中心諮詢專線：**3393-7885** 需要就call我!
1. 當這些情緒或行為已相當干擾正常生活功能(包括工作、家庭或學業等等方面)。
 2. 對自己的情緒或行為感到相當不舒服或相當擔心時。



心理諮詢電話：(02)3393-7885(請幫幫我)

24hr防疫電話：(02)2375-3782

臺北市衛生局 關心您