

衛生署  
「開心『果』月」活動

敬啟者：

均衡飲食是健康生活模式中不可缺少的一部份。我們若能奉行健康均衡的飲食習慣；加上恆常運動和維持理想的體重，便能促進身體健康，有效地預防和飲食有關的疾病，如癌症、高血壓、心臟病和中風等。因此衛生署推行「開心『果』月」。

本校響應衛生署「開心『果』月」，將有如下安排：

● 「開心『果』月」活動

4月份是「開心『果』月」，本校繼續鼓勵家長，多用水果製作健康小食或以水果作零食，讓學生帶回學校享用，以增加學生進食水果的機會，從而減少進食高糖、高油和高鹽份的零食的習慣。

● 送贈水果

4月11日，本校午膳供應商將送贈全校學生每人一個水果，使每個學生都可開心地一齊進食水果。

此致  
貴家長

天主教柏德學校啟  
2017年3月31日  
通告編號：72/1617