



### 關注健康與健康生活

各位家長、各位同仁：

我們剛過完仲冬假期返校，正如其名，這周天氣非常寒冷且多風，因此我感覺這是一個特別需要關注健康和健康生活的重要時刻。

在紐約市公校系統，我們實現健康和健康生活的方法是全面且具有創新性的。您知道嗎，譬如，我們透過與健康及心理衛生局（Department of Health and Mental Hygiene）合作成立的學校衛生辦公室（Office of School Health）提供兒童牙科護理和視力篩查。除了與 130 多個社區組織合作開展心理健康工作外，我們還支援約 215 個學校心理健康診所，並且今年將開設 20 個新診所。學生還可以獲得學校護士或學校健康中心的服務；您可以在下面的「總監重點介紹」中瞭解更多有關我們學校護士的出色工作。

為了學習，學生需要保持身心健康。從我擔任教師和校長時開始，到現在作為紐約市公校系統中的一位家長，我就直接觀察到這一點。我鼓勵您查看我們的網站，瞭解在這個季節保持健康的小建議，隨著我們從冬季進入春季，讓我們將健康和健康生活放在首位。

讓我們共同合作！

拉莫斯 (Melissa Aviles-Ramos)

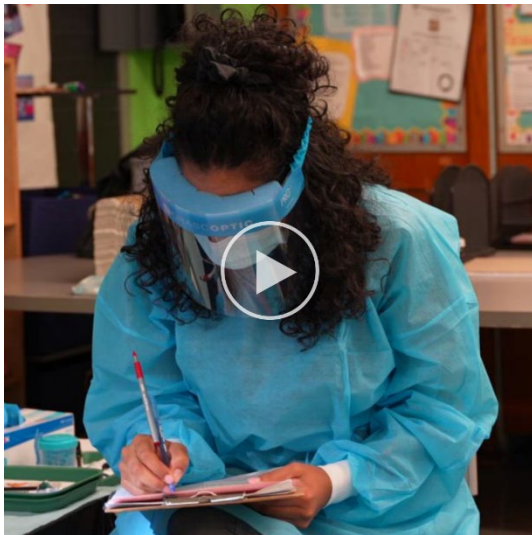
教育總監

### 教育總監重點介紹：

過去七年來，Dinah Henry 在布碌崙的 PS184 擔任學校護士。她熱衷於教導健康習慣並支援患有慢性健康疾病的學生，尤其是讓他們能夠在學校度過更多的時間。她解釋說：「最有意義的部分，是看到孩子從長期缺勤、經常去急診室和/或住院……到獲得全勤獎。」這個季節，她對學生和家長的建議是經常洗手——這是「對抗日常細菌最重要的步驟」。

[為「總監重點介紹」提名值得聚焦的個人或計劃，請點擊此處。](#)

### 我們的精彩視頻：



如需要翻譯，請參看我們的 [YouTube](#) 頁面。

如需要中文譯本的字幕：點擊「CC」圖標。點擊「Setting」（設定）圖標，然後選「Subtitles/CC」（字幕/CC）。點選「Auto-translate」（自動翻譯），然後選擇您的語言。

### 紐約市公校系統 (NYCPS) 消息和資源：

- 學前班 (Pre-K) 和 3 歲幼兒班 (3-K) 的申請於今天 (2 月 28 日) 結束。 [了解詳情及申請!](#)
- 更多消息和資源，可查看 [「晨鐘」 \(The Morning Bell\)](#)，或在網上關注紐約市公校系統：[Facebook](#)、[Instagram](#)、[X](#) 和 [YouTube](#)。
- 這是市長亞當斯的 [每周視頻](#)。如果您有興趣直接從市長辦公室收到最新消息，[請點擊此處](#)。

紐約市公校系統學生家庭：如果您不想再收到這份通訊，請[取消訂閱](#)。