



匡智元朗晨曦學校 家長教職員會會訊



地址:新界元朗錦繡花園荔枝北路133號
電話:2482 2820 傳真:2482 0718

網址:www.hcmlsyt.edu.hk
電郵:yuenlong@hongchi.org.hk

家職會委員心聲

2020年一場突然其來的新冠狀病毒疫情，影響了我們的工作及生活，那時每天新聞也報告疫情的消息，難免令人擔心。學校也受疫情的影響，已停課四個月了，幸好這個6月也可以復課。雨天過後總會晴天，讓一切回復正常，我們一起加油！



謝麗珠女士(陳振釗家長)
家職會主席



炎熱夏天，大部份學生已回到學校復課，回想年初，大家都過住不一樣的春節，遇上了世紀疫情。我們開始改變生活習慣，學生停課，減少接觸細菌。而我選擇每個星期天帶嘉仁到比較人少的郊外走走，希望小孩能情緒穩定和給他一些活動。現在疫情總算穩定，但我們仍要堅持抗疫，注意個人衛生。

梁德信先生(梁嘉仁家長)
義務秘書

過去一年，是學習的一年，面對新型冠狀病毒疫情，我們與孩子一起學習面對困境，亦是培養他們自理自律、正面思維及關心別人的好機會。雨過會天清，苦盡會甘來，我們為未來的日子的一齊努力。

彭靄凝女士(夏永禧家長)
康樂幹事



由新年假期開始，香港開始有人染上新冠狀病毒而進入醫院，當時人人搶買口罩、洗手液等…。然後停課、停工。我和孩子留在家中，幸好，進傑是一位好孩子，他懂得如何照顧自己。最後，現在開始後復課，希望大家常清潔雙手及戴口罩。

溫月紅女士(李進傑家長)
聯絡幹事

校園防疫工作

2020年上半年，由於新型冠狀病毒肺炎的疫情持續擴散，教育局宣佈全港學校停課。在停課期間，學校教職員亦不敢鬆懈，繼續進行不同防疫清潔工作，希望提供一個安全衛生的校園讓學生安心上學。



工友們仔細清潔雨天操場



清潔課室和走廊

座位之間需保持1米以上的距離



課室設有防疫護罩



校務處設有體溫探測站，
每位教職員及訪客到校
必須量度體溫



課室和特別室均有放置口罩
及消毒噴手液，供學生使用





調補肺脾湯水食譜

新冠肺炎疫情持續，除了戴口罩，洗手之外，平日的滋補湯水也不少得。家職會向各位推介兩款抗疫湯水，以扶助正氣，增強體質以抵禦病毒入侵。



調補肺脾：益肺利氣湯

- 材料：豬展肉200g、蟲草花50g、淮山15g、杞子25克、陳皮1個、生薑3片
- 制法：豬展肉汆水後，加入藥材及適量清水，大火煲滾後轉細火繼續煲1小時，少鹽調味。1星期2次。
- 功效：益肺利氣，調補肺脾
- 適合：肺脾兩虛體質，主要表現氣短，易喘，咳嗽，痰多稀白，聲低懶言，疲倦乏力等。

補中益氣：健脾益氣湯

- 材料：瘦肉200g、黨參20g、茯苓20g、甘草10g、芡實10g
- 制法：瘦肉汆水後，加入藥材及適量清水，大火煲滾後轉細火繼續煲1小時，少鹽調味。
- 功效：補中益氣，調養脾胃
- 適合：脾虛體質，主要表現面色晄白，四肢無力，不欲飲食，腹脹，腸鳴，泄瀉



家職會教師委員心聲

不知不覺在家職會已有三年時間，這一年真的是學習的一年，大家要面對新型冠狀病毒疫情，市民停工、學生停課，但我們和孩子仍不停地學習加強注意衛生，常常要勤洗手、戴口罩。大家一起打敗這次病毒，我們一起加油！

張婉珊老師



我很榮幸能參與第15屆家職會工作，今年是挑戰的一年，讓我們更加珍惜身邊的人。面對疫情及孩子停課，難免父母的情緒被困在心中，希望疫情過去，大家能夠一起享受歡樂的時光，日後還請大家繼續支持本會，多多參與活動！

卓子詢老師



大家好，我是伍永翠老師，加入了元曦這個大家庭已經是第三年了。今年很高興能成為家職會的執委之一。然而，今年受著新冠肺炎的影響，學校需要停課，我們原先計劃好的活動也未能舉行。希望在疫情過後，我們可以再次聚首一堂，到時再跟大家分享和見面！

伍永翠老師



很高興能夠擔任本屆家職會幹事。雖然今年經歷了不少風浪，但當六月份能夠復課，再次看到各位同學歡樂的笑臉，我相信大雨過後必定再有晴天。希望各位能繼續支持元曦家職會，參與日後舉辦的各類活動，謝謝大家！

許世源老師





第十五屆執委介紹

第十五屆執行委員會選舉已於2019年6月26日順利舉行，
在此感謝家長們在百忙中抽空出席，踴躍參加。

- 顧問** : 李淑秋校長
主席 : 謝麗珠女士 (陳振釗家長)
副主席 : 張婉珊老師
義務司庫 : 卓子詢老師
義務秘書 : 梁德信先生 (梁嘉仁家長)
副義務秘書 : 伍永翠老師
康樂幹事 : 許世源老師
彭靄凝女士 (夏永禧家長)
聯絡幹事 : 溫月紅女士 (李進傑家長)



編輯小組: 許世源老師、卓子詢老師