

光明英來學校 2022 至 2023 年度
活動通告 光字第 2022-191 號(跳繩組 5 號)

致：各位家長

有關：「跳繩強心」籌款活動

本校一直以來十分關注學生的均衡發展，亦非常支持令學童身心健康的活動。為了讓學生認識何謂健康的生活模式及鼓勵他們養成經常運動的習慣，以減少日後患上心臟病的機會，本校參加了由香港心臟專科學院主辦的「跳繩強心」計劃。

我們將會教導學生一套好玩易學、能鍛煉創意及合作精神的跳繩花式。心臟專科醫生指出經常跳繩能有效增強心肺功能，減低將來患上心臟病及中風等致命疾病的機會。而且經常運動能紓緩學業壓力，對學生的情緒及心理健康亦有一定幫助。

這個計劃將在香港長期推行，希望更多學童獲益。為了協助香港心臟專科學院籌募經費，繼續推行「跳繩強心」計劃及其他心臟健康推廣活動，本校將於農曆年假期間(即 2023 年 1 月 21 日至 2 月 1 日)舉行籌款活動，希望您准許 貴子弟參加及樂意作出捐助。

至於是否參與籌款活動，完全取決於您和 貴子弟的個人意願，本校不會強迫參與。每位學生將獲發籌款信封一個，然後向家人及親友募捐，與此同時，亦希望他們將心臟健康的訊息介紹給捐款人。

為了鼓勵和答謝學生的參與，凡籌款額超過港幣二十元均可獲贈「跳繩強心」紀念品(請參考後頁紀念品單張)。另外，善款的百分之十五將撥予學校，以支付學校舉辦「跳繩同樂日」及其他心臟健康教育活動的經費。

請填妥家長回條並於 2023 年 2 月 3 日前連同已核對的善款交回學校。為了方便學校點算善款，請盡量將硬幣兌換成紙幣，或以支票遞交籌款總數，多謝合作。

感謝您的支持，希望大家攜手同心，為學童做好預防心臟病的工作。

 校長謹啟
日期：2023 年 1 月 18 日



光明英來學校 2022 至 23 年度

活動通告：光字第 2022-191 號(跳繩組 5 號)

「跳繩強心」籌款活動---家長回條

本人同意敝子弟_____ (班別：_____ 座號：_____)，為「跳繩強心」計劃籌款，並籌得港幣_____，煩請查收。

本人不同意敝子弟_____ (班別：_____ 座號：_____)，為「跳繩強心」計劃籌款。

家長/監護人簽署：_____

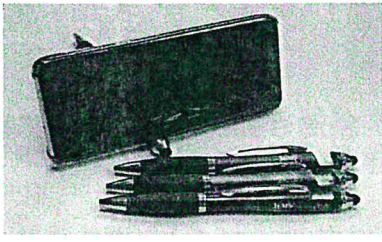
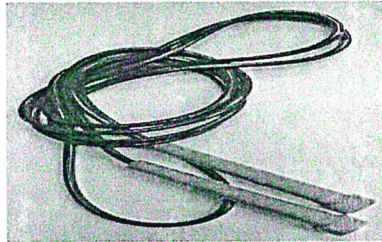
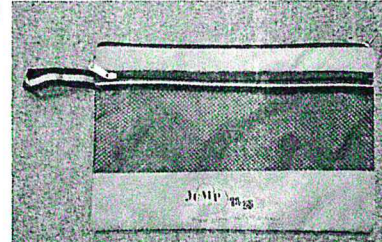
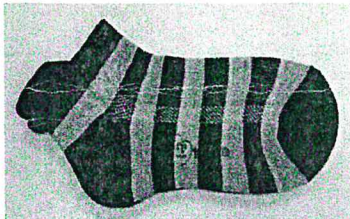
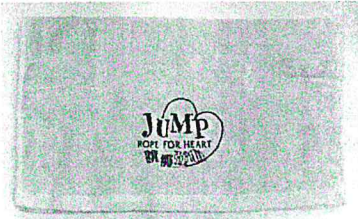
日期：2023 年 2 月__日

「跳繩強心」紀念品 (2022-2023)

將根據每位學生所籌得的總額送上精美紀念品。詳情如下:

A set of specifically designed JEFH Souvenirs will be given to students as an appreciation to their support.

級別	籌款總額達	獲得「跳繩強心」紀念品	
1	\$20	多用途原子筆乙支	Phone Holder Ball Pen
2	\$100	原子筆+繩子	Ball Pen + Rope (8ft/9ft)
3	\$200	原子筆+繩子+繩袋	Ball Pen + Rope + Rope Bag
4	\$300	原子筆+繩子+繩袋+運動襪	Ball Pen + Rope + Rope Bag+ Socks
5	\$500	原子筆+繩子+繩袋+運動襪+毛巾	BallPen + Rope + Rope Bag + Socks + Towel
6	\$800	原子筆+繩子+繩袋+運動襪+毛巾+記憶棒件(4GB)	BallPen + Rope + RopeBag + Socks + Towel + USB(4GB)

多用途原子筆 Ball Pen 	繩子 Rope 	繩袋 Rope Bag 
運動襪 Socks 	毛巾 Towel 	記憶棒件 USB(4GB) 