

親愛的家長，您好!

【中秋假期愉快】

10/1-10/4 起共有四天中秋節連續假期，中秋節也是中國民俗三大節日之一，農曆 8 月 15 日月圓之日，也是家人們另一次相聚團圓的機會!月圓人團圓~在此預祝大家中秋佳節愉快~連假出遊仍不忘基本防疫，於人群聚集之處一定要記得戴上口罩並勤洗手!



【109-1 教學觀摩會】

想了解孩子平時於德叡課程間的表現、與老師之間互動狀況?10/26 當週將為家長安排班級教學觀摩時間，每一個班只限一個時段。也因是現場教學，因此會以孩子平常作息為主要不另安排課後時間，要請大家共同配合!



貼心叮嚀

【學童個人物品帶回清洗】

開學近一個月也遇連假前，這週 B 組將陸續帶回學童個人物品清洗，完成整理於下週上學日放置德叡騎樓處，上班時間後也會協助移至室內。

A 組-銀河/星辰/彩虹/太空/森林/海洋/山岳

B 組-花園/雲朵/草原/雨林/宇宙/閃電

【接送時間配合事項】

德叡放學接送高峰為 6:00-7:00 之間時段上與幼兒園重疊~三和街上更顯壅塞。近日更發現，部份開車家長會於三和街德叡正門直接大迴轉，是非常危險的動作!!為讓家長接送上更流暢，也不妨礙到用路人，請家長共同配合與注意~謝謝!!

- 1.提早 10-15 分鐘撥打 MaMa Call 接送電話，讓孩子能提早準備。系統開放時間 5:30-7:20，電話:04-23894386
- 2.請騎乘機車家長將機車停於於大樓右側庭園空地，避免停於車道上容易造成追撞或回堵。
- 3.開車家長請張貼汽車接送卡於右側擋風玻璃上，以便快速辨識孩子姓名。
- 4.德叡等待車道約只能容納 3-4 台車，若超過第四台車門口人員將請您再繞行一圈，以免造成回堵。

【衛教宣導-如何健康過中秋】

- 吃柚子要注意消化問題中秋佳節不可缺少的文旦或柚子是含有豐富維生素 C 的好水果，但 2 到 3 片就高達 60 大卡。另外，因為柚子的膳食纖維相當豐富，食用過多可能產生消化不良、腸胃不適應等症狀，一定要注意。
- 中秋烤肉 4 提醒:1 除了減少過多的加工製品外，建議搭配蔬菜 2.考熟後再沾醬，且避免反復塗抹 3. 沾醬份量以一天一湯匙為限，可以 1:1 的方式加水稀釋減輕身體的負擔。4.燒烤時容易因攝取過多的鹽分造成口渴，此時應選擇開水取代飲料。

