

# 2017年步行上學

步行、騎單車或踏滑板車，養成健康生活習慣。



## 家長及照顧者便覽

我們於2016年取得的成績：



每年10月，“步行上學”（Walk to School）鼓勵維多利亞州的小學學生步行、騎單車或踏滑板車往返學校。這是幫助學生養成健康生活習慣和實現每天如建議運動60分鐘（的絕佳方式。

以活躍的方式往返學校，亦是您與孩子加強聯繫和溝通，並在沿途結識其他當地家庭的絕佳機會。如果不能全程步行，您的孩子亦可以參與——您可以駕駛一段路程，然後再步行、騎單車或踏滑板車走完其餘路程！

透過參加活動，孩子不僅可以幫助其所在學校贏得地區大獎，還可以享受步行、騎單車和踏滑板車往返學校的諸多益處。

請即報名參加Walk to School，養成健康的生活習慣。

## 認識我們的合作夥伴

Walk to School 2017得到我們官方社區合作夥伴AFL Players，以及我們的官方企業合作夥伴Bendigo Bank的大力支持。

## 贏驚喜大獎

請及時瀏覽Walk to School網站和社交媒體。我們很快就將公佈今年的大獎！

## 您的家庭如何參與？

### 透過孩子的學校參與

如果孩子的學校註冊參加了Walk to School，很容易就可以參與。孩子的老師會使用課堂日曆，記錄您孩子在10月份期間步行、騎單車或踏滑板車往返學校的次數。

每個地區參與程度最高的學校將有資格獲得驚喜大獎——因此您的孩子每次步行、踏滑板車往返學校，都會增加他們學校的獲獎機會！

### 網上參與

如果孩子的所在學校不參與Walk to School，您的孩子仍然可以參與。讓孩子以學生身份在Walk to School網站 [www.walktoschool.vic.gov.au](http://www.walktoschool.vic.gov.au) 登記，孩子的每次步行、騎單車或踏滑板車都可以得到承認。

您的孩子可以記錄他們在10月份期間的步行、騎單車和踏滑板車次數，為這項全州範圍的活動作出貢獻。

### 發表您的意見！

如果您的孩子參加Walk to School活動，我們希望聽取您的意見。請參與我們的調查，以幫助我們改善工作。登記註冊請登入：[orima.com.au/w2ssurvey](http://orima.com.au/w2ssurvey)

該調查由ORIMA Research代表VicHealth的Walk to School活動開展實施。

官方社區合作夥伴



官方企業合作夥伴



# 2017年步行上學

步行、騎單車或踏滑板車，養成健康生活習慣。



## 常見問題解答

### Walk to School如何運作？

如果孩子的所在學校參加了Walk to School，孩子的老師將使用課堂日曆記錄您孩子步行、騎單車或踏滑板車上學和放學回家的次數。

參與程度最高的學校將有資格獲得驚喜大獎。因此，您孩子每次步行、騎單車或踏滑板車往返學校，都會增加他們學校的獲獎機會！

### 我孩子的學校沒有註冊參加這項活動，我仍然可以參與嗎？

可以！即便孩子的所在學校沒有註冊參加“步行上學”活動，孩子仍然可以參與。在得到家長許可的情況下，孩子可以學生身份在Walk to School網站登記，從而使其步行、騎單車和踏滑板車都得到承認。孩子可以記錄他們步行、騎單車或踏滑板車往返學校的次數，從而成為這項全州運動的一部份。

### 為什麼Walk to School活動要持續一個月？

研究表明，養成一個習慣需要30天的時間。我們從事健康活動的時間越長，養成健康習慣的可能性越大。這就是Walk to School要持續一個月而非一天的原因。這樣做完全是為了養成健康的生活習慣。

### 為什麼學校使用課堂日曆？

課堂日曆是一種簡單明快、充滿樂趣的記事方式，非常適合記錄學生在10月份期間步行、騎單車或踏滑板車往返學校的次數。在月底時，學校可以使用日曆向VicHealth提供摘要資料，以便其為每個地區參加活動最積極的學校頒獎。此外，學校亦可以根據日曆記錄獎勵學生和表彰最活躍的班級。

### 為什麼VicHealth會收集相關資料？

VicHealth收集資料是為了找到鼓勵孩子們積極鍛煉身體新的及更好的方式。

收集資料有助於我們評測Walk to School活動的影響力，以及有多少人選擇了積極的方式往返學校。VicHealth將會使用每個學校、每個地區的學校、以及整個州的學校的綜合資料。VicHealth可能會公佈Walk to School有關學校或全州的成果。

### 學校會收集哪些資料？

如果您孩子的所在學校登記參與了Walk to School，孩子的老師將使用課堂日曆記錄：

- 您孩子的姓名
- 孩子**通常**步行、騎單車或踏滑板車往返學校的次數
- 孩子在**10月份期間**步行、騎單車或踏滑板車往返學校的次數。

孩子的所在學校將於2017年11月向VicHealth提供參與摘要資料。

### 網站上會收集什麼資料？

如果您從網上給孩子登記，您將需要提供孩子的姓名、電子郵箱用戶名和密碼。我們不會要求您提供孩子的出生日期、電話號碼或住址。

為了瞭解您孩子的步行活動，我們會要求提供：

- 您家和學校之間的距離
- 孩子**通常**步行、騎單車或踏滑板車往返學校的次數
- 孩子在**10月份期間**步行、騎單車或踏滑板車往返學校的次數。

### 誰可以取閱這些資料？

課堂日曆上記錄的資料僅限於學生本人、教師和學校的Walk to School統籌取閱。如果您的學校要求幫助統計和編寫報告，VicHealth或當地市議會可能會取閱這些資料。

VicHealth還可能會收集課堂日曆樣本，以便瞭解學生的步行模式。所有課堂日曆都將予以妥善保存並在Walk to School活動結束時銷毀。

此外，VicHealth還將與我們的ORIMA Research評估工作組分享剔除身份識別因素的資料，以便分析和報告Walk to School的成果。

Walk to School網站上收集的資料將僅限於您的孩子和VicHealth取閱。我們僅收集您孩子的名字或用戶名，以便管理學生門戶網站和編制綜合報告。您的電子郵箱將用於及時向您提供有關Walk to School的資料，或者幫助您找回用戶名和重置密碼。

# 2017年步行上學

步行、騎單車或踏滑板車，養成健康生活習慣。



我們在我們的網站和社交媒體上舉辦比賽。在公佈您孩子的參與作品前，我們會事先直接徵得您的許可。

一旦有了結果並對結果進行了分析，VicHealth將妥善存儲和銷毀課堂日曆。我們僅報告綜合資料，因此無法識別個人身份。所有有關您孩子的個人資料都將會妥善存儲並將於2018年6月前銷毀。

## 如果我不想讓自己的孩子參與會怎樣？

是否參與純屬自願。如果您孩子的學校參加了Walk to School，但您不想讓您的孩子參與，告訴孩子的老師不要將您孩子的名字包括在Walk to School課堂日曆中即可。

如果您的孩子已經透過網站註冊登記，而您希望刪除其檔案資料，自己動手刪除或讓VicHealth為您刪除即可。

如果您選擇不記錄您孩子步行/騎單車或踏滑板車往返學校的次數，您的孩子仍然可以參加我們網站和社交媒體上的Walk to School比賽。當然，您的孩子仍然可以隨心所欲地享受步行、騎單車和踏滑板車往返學校的益處！

## 我可以從哪裡獲取更多資料？

查詢更多資料，請瀏覽Walk to School網站：  
[www.walktoschool.vic.gov.au](http://www.walktoschool.vic.gov.au)



[walktoschool@vichealth.vic.gov.au](mailto:walktoschool@vichealth.vic.gov.au)



[www.facebook.com/WalkToSchool](https://www.facebook.com/WalkToSchool)



[twitter.com/WalkToSchoolVic](https://twitter.com/WalkToSchoolVic)

## 您的私隱

我們高度重視保護您的私隱。如果您有任何有關私隱方面的疑問，或者希望取閱自己的個人資料，請聯絡VicHealth私隱主管：[privacy@vichealth.vic.gov.au](mailto:privacy@vichealth.vic.gov.au)。

