

新竹市舊社國小
116學年度
班親會行政宣導





輔導篇

家庭教育宣導

- **家庭教育法第 13 條**

高級中等以下學校每學年應在正式課程外實施四小時以上家庭教育課程及活動；另應會同家長會對學生及其家長、監護人或實際照顧學生之人辦理親職教育。

- **家庭教育法第 15 條**

高級中等以下學校於學生有重大違規事件或特殊行為，應即通知其家長或監護人及實際照顧學生之人；並提供相關家庭教育諮商或輔導之課程。

兒童及少年保護

村里社區逗陣來， 兒童受虐通報 「113」



樓頂叫樓腳，里長伯招阿爸，嬭婆招全家，村里、社區、大樓、厝邊隔壁攏總來...
通報救援，就是113，作夥來疼惜咱的囡仔！

有聽到、看到以下情形，趕快打**113**！



1. 父母或照顧者有吸毒、酗酒等問題，或精神狀況不穩定，可能會傷害到孩子。



2. 六歲以下的孩子單獨一個人，身旁沒有父母及其他照顧者看護。



3. 孩子身上有不明傷痕，或新舊傷痕交陳，可能是父母或照顧者虐待或不當管教所造成。

虐待兒童、少年導致重傷，將被處以5年以上、12年以下有期徒刑，如不幸導致兒少死亡，則會被處以7年以上或無期徒刑，且有可能加重刑責二分之一！



衛生福利部
www.mohw.gov.tw

關心您

暴力不再

安心自在

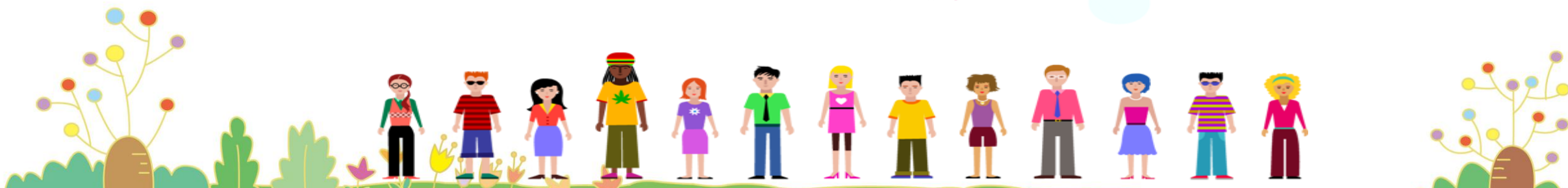


- 自諸家暴兒少防治網關心您的孩童 -

性別平等教育宣導

- 根據性別平等教育法 第 21 條

學校同仁知悉學校發生疑似校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件者，除應立即依學校防治規定所定權責，依性侵害犯罪防治法、兒童及少年福利法、身心障礙者權益保障法及其他相關法律規定通報外，並應向學校及當地直轄市、縣（市）主管機關通報，至遲不得超過二十四小時。



拒絕兒少性剝削



3不1要

網路常見七大性剝削犯罪手法

- ❶ 假意成為男女朋友要求私密照。
- ❷ 成為「知心好友」，再以情緒勒索取得私密照。
- ❸ 洩漏個資後的私密照威脅。
- ❹ 假裝為同齡青少年，要私密照互相檢查發育狀況。
- ❺ 徵模特兒，要求私密照片作為應徵條件。
- ❻ 提供減肥秘方，以私密照面試使用者。
- ❼ 用私密照交換遊戲點數、寶物，或是偶像演唱會門票等實質物品。

私密照片



不拍攝



不留存



不分享

對話內容



要截圖



教育部



新竹市政府
Hsinchu City Government

資訊由新竹市政府社會處提供

新竹市政府教育處 關心您 廣告



學習扶助宣導



※受輔對象：

- (一) 未通過國語、數學或英語科篩選測驗之學生，依未通過科目分科參加學習扶助。
- (二) 身心障礙學生經學習輔導小組認定受輔可提升學業成就者及其他經學習輔導小組評估認定有學習需求之學生，依國語文、數學或英語科之需求科目，分科參加學習扶助(該類學生以不超過全校各科目總受輔人數之百分之三十五，且不得單獨成班為原則)。

※在班級或課後進行各科補救；在寒暑假及學期間開辦學習扶助課後班，針對需進行學習扶助之學生進行教學。經費由教育部全額支付，學生免費。



- **篩選測驗：**每學年第二學期期末測驗，由學校依應提報比率，提報1-6年級參加篩選測驗之學生名單及其測驗科目。
- **成長測驗：**每學年第一學期期末測驗，未結案之個案學生，均應參加成長測驗。

※施測目的：找出需要幫助的學生給予更多的協助。

※測驗方式：

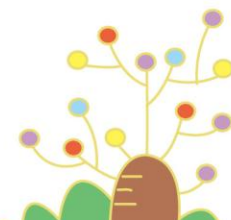
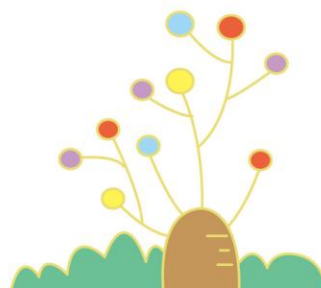
(1)紙筆施測：二、三年級國語文與數學及四年級英語文。

(2)線上施測：四年級國語文與數學、五年級至九年級之國語文、數學及英語文。

※身心障礙學生經學校學習輔導小組認定確有受測困難，得免參加篩選及成長測驗，且不計入應受測學生人數計算。



青少年心理衛生宣導



讓我們一起回顧青春

青春

(Puberty) 是人體生殖機能及生理機能成熟、心理和生理由兒童轉為成人的時期，同時也是生長發育較快速的階段。青春階段除了明顯的身高、體重急遽增加、第二性徵出現外，在心理及社會層面也會產生不同的發展與變化，因此需要多注意不同的面向，以兼顧青少年們的身心靈發展。

青春早期心理發展時期：依賴與獨立之間掙扎的時期

青春早期的青少年們常常發生「現實自我」和「理想自我」打架，有時候如果兩個差距太大的時候，就容易對自己不滿。經常認為自己已經有能力判斷所謂的是非對錯，想享受擁有成為大人的權利和獨立性，但實際遇到問題的時候又想變回小孩，獲得依賴與保護，此階段孩子們的目的是在於嘗試切斷孩童(過去)的自我。



青春中期心理發展時期：青少年次文化出現時期

青春期的中期心理發展，青少年常常會想從事跟成人相似的行為，例如：擁有自己的朋友圈，想擁有自己交朋友的權利(進而結交男女朋友)，也會開始模仿身邊同齡人的想法與處事態度，因此此階段容易受同儕們所影響；也更加渴望父母可以放手讓其獨立自主，希望自己的意見、言行能夠被尊重，甚至開始擁有屬於自己的小祕密，而上述行為的目的在於填補自身心理上的「空檔」。



青春後期心理發展時期：進入成人期的準備時期

這時候的青少年會比青春中期的他們來得更加成熟，對異性的喜歡和追求開始出現，自我意識越來越多，也開始慢慢意識到自己對人生及社會需要負起更多的責任，在面對事情時也能更理性、有條理，此階段的目的在於期望自身能變成有能力、負責任、獨立自主，且能與別人和諧相處的成人。



Keep going



各縣市社區
心理諮商服務



24小時免付費心理支持服務專線 1925 依舊愛我

資料來源：衛生福利部國民健康署 提供九二五
<https://health911.gov.tw/themes/content/261>

嘗試 Try

在有限的青春裡「健康冒險」，盡情地嘗試感興趣的事物，累積自己的經驗、增廣見聞，提升自我價值。

我 TEEN 我自己

我是青少年，我驕傲！

享受 Enjoy

人生中除了嘗試、體驗外，更重要的就是享受當下，感受每件事物帶給自己的熱血、瘋狂、精神理念，並保存在心裡。

接受 擁抱

Embrace

在面對拒絕、失敗時，欣然接受並給自己一個擁抱，跟自己說：「沒關係，你已經很棒了」，調整心態重新出發。



#誰沒青春過
#共同關懷青少年心理健康



Now 此時此刻

嘗試接受、允許自己的情緒，陪伴「此時此刻」的自己，透過專注呼吸來整理內心的空間，先照顧好自己才能照顧他人。

特殊教育宣導

• 特殊教育資訊

1. 教育部委託國語日報社編製「特殊教育專刊」及「特殊教育手冊」，歡迎閱覽！

網址：<https://www.mdnkids.com/specialeducation/>

2. 國立教育廣播電臺，節目名稱：「特別的愛」，歡迎收聽！

網址：

<https://www.ner.gov.tw/program/5a83f4e9c5fd8a01e2df006a>

• 特殊教育諮詢

1. 新竹市特教資源中心服務電話：5427974

國立清華大學特殊教育中心服務電話：5257055

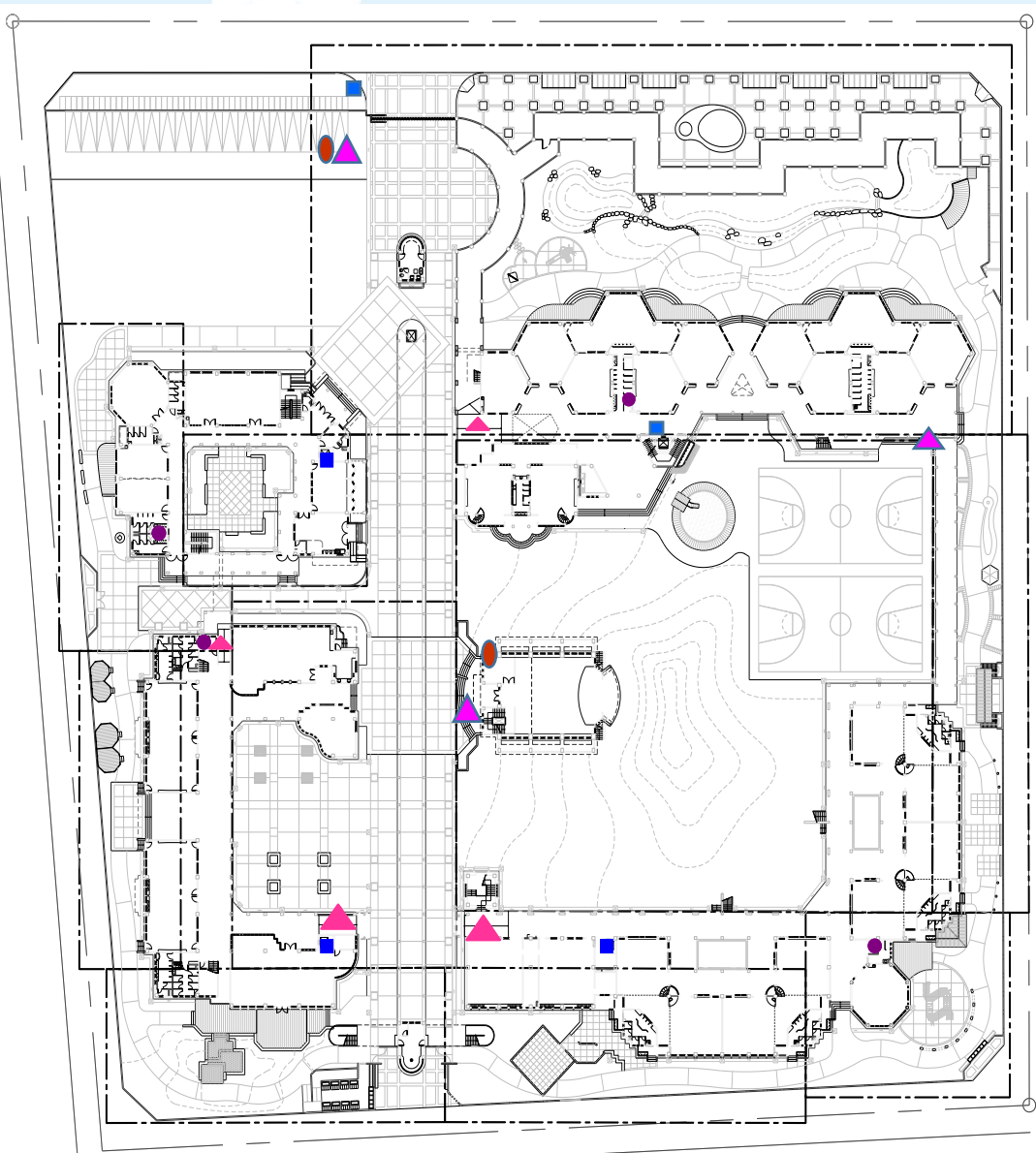
中原大學特教中心服務電話：03-2656781或0809002233(免付費專線)。

2. 衛生福利部福利諮詢專線：1957，國民各項福利，包含身心障礙福利諮詢。

3. 新竹市身心障礙者生涯轉銜暨通報轉介中心，電話：5352386。

4. 新竹市身心障礙福利服務中心，電話：5623685。

校園無障礙環境宣導



舊社國小無障礙設施簡介：

一.無障礙電梯■

行政大樓、低、中、高年級各棟樓

二.無障礙廁所●

行政大樓 1 ~ 3 樓、雲雀館 1 樓

低年級 1 ~ 2 樓、中年級 1 ~ 2 樓

高年級 1 樓

三.無障礙坡道▲

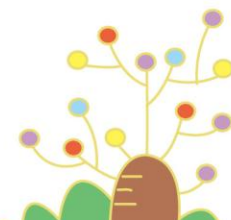
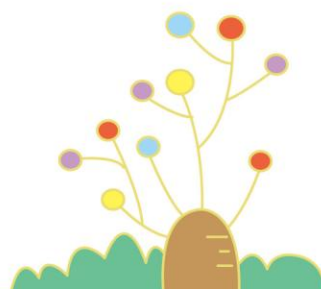
行政大樓、低、中、高年級、雲雀

館、炫風館之各棟樓 1 樓

戶外球場週邊



教務篇



按讚追蹤孩子在校活動照片



來舊社・學未來—新竹市舊社國小
粉絲專頁



掌握孩子成績與學校訊息

請家長先下載



竹市校園智慧通App

9月發下【身分代碼】時即可綁定APP

綁定步驟位於校網左側



Available on the
App Store



GET IT ON
Google Play





繳費智慧通

線上24小時繳費

113第二學期起，本校啟用**新竹市親師生平台(電腦)**暨**竹市校園智慧通APP**之繳費智慧通功能，提供家長繳納註冊費、學雜費等，增加便利效益性；此外，App繳費還有提醒繳費功能，可讓家長不會錯過繳費時間，無紙化也符合中央節能減碳政策。

學習評量辦法宣導

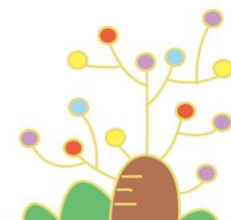
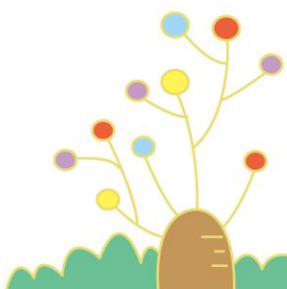


一、畢業成績=各學期學習評量成績平均。

學習評量成績分為1.學習領域及2.日常生活表現。

二、學習領域課程包含學習領域及彈性學習課程。各課程之評量

成績為定期評量占40%，平時評量占60%。無定期評量之課程不在此限。



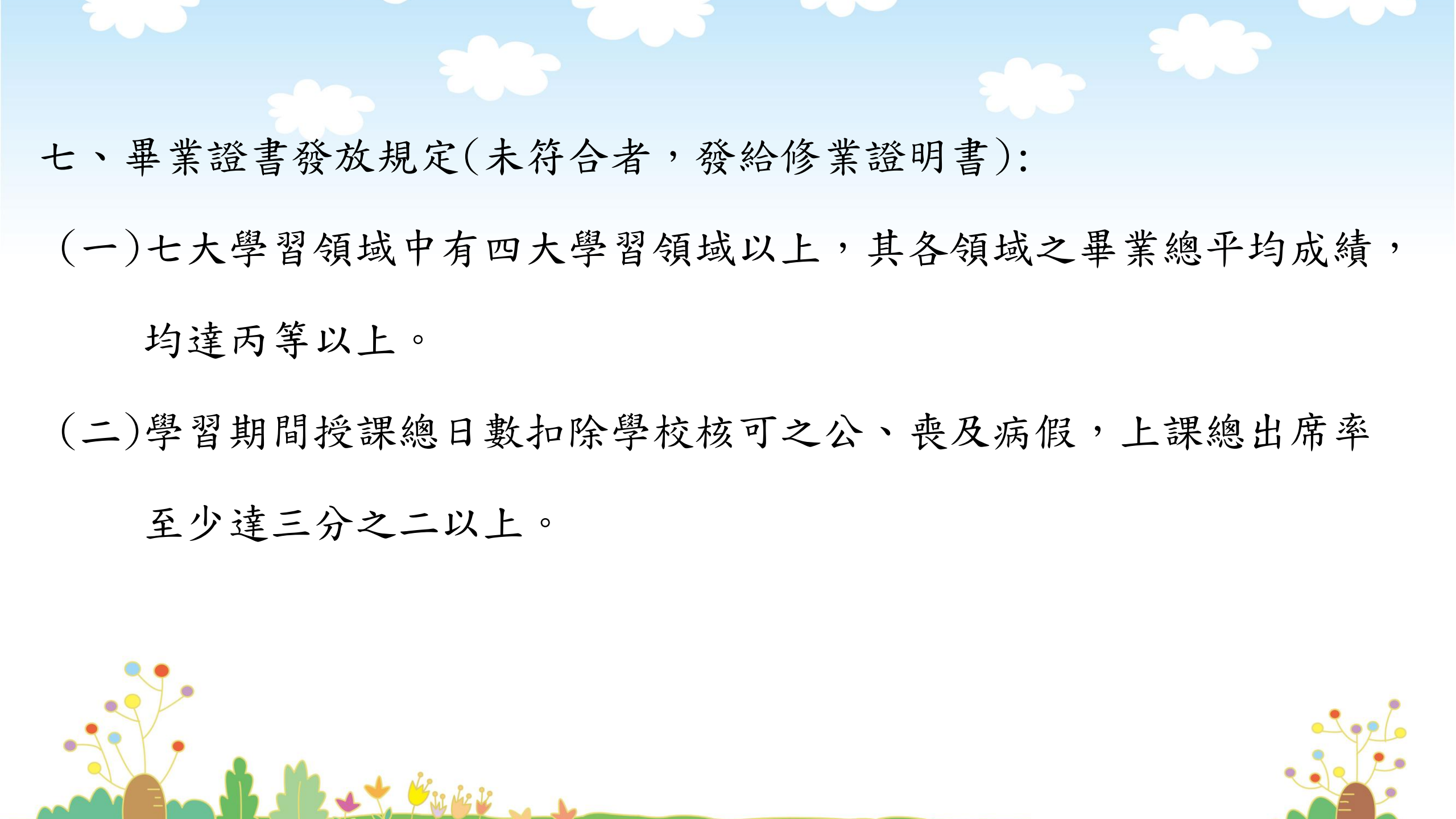
三、定期評量時，學生因公、病、事經准假缺考者准予補考，不得提前考試。

補行評量成績以實得分數計算為原則。無故擅自缺考者，不准補考，其缺考學習領域課程之成績以零分計算。

四、學校將於每學期結束後一個月內，針對學生學期評量未達丙等之領域學習課程，以多元評量方式辦理補考。

五、補考範圍，以該領域（科）學期教學內容為原則，補考六十分以上者以六十分計算；未達六十分者，與原始成績擇優採計。

六、學校得公告學生分數分布情形，不得公開個別學生在班級及學校排名。



七、畢業證書發放規定(未符合者，發給修業證明書):

(一)七大學習領域中有四大學習領域以上，其各領域之畢業總平均成績，
均達丙等以上。

(二)學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪及病假，上課總出席率
至少達三分之二以上。

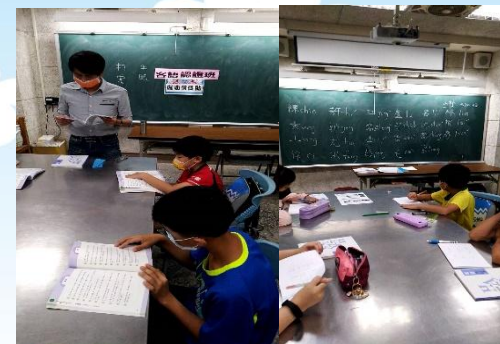


本土語暨客語生活 學校活動

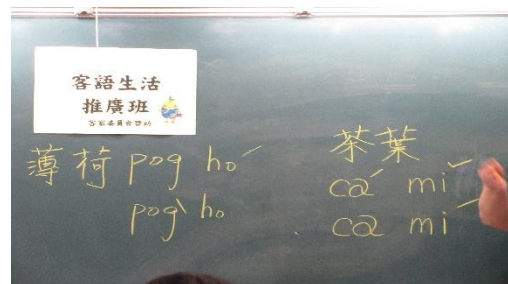
家長與我們一同推動台灣母語
珍惜母語、常說母語



本土語歌謠比賽



客語認證培訓班



客語生活推廣班



客語校歌發表會



客語歌謠隊參加歌唱比賽



母語日集會宣導



校慶多元文化園遊會

閱讀起步走



1



坐下來一起摸摸書，
感覺書的大小、紙張的觸感。

2

看一看整本書，
認識書名、作者、
繪者（和譯者）。



3



讓孩子隨意翻閱書，一頁
一頁的看圖。

閱讀護照獎勵辦法



舊社國小 115 學年度上學期閱讀護照獎勵方式與說明單

115.8.30

一、完成自主學習區關卡獎勵：

1. 自主學習區兌獎自 12/21 至 1/8 截止：

低年級——完成 4 個認證可以抽獎 1 次，完成 6 個認證可以抽獎 2 次。

中高年級——完成 4 個認證可以抽獎 1 次，完成 7 個認證可以抽獎 2 次。

2. 各年級抽獎時間與方式：

低年級——向尋寶樂園登記時間，以班級為單位利用閱讀課前往。

中高年級——每天上午二、三節下課，學生帶閱讀護照至荳荳書屋抽獎，
第一節下課、午休時均不受理。

如欲整班利用閱讀課時一起抽獎，請先與館長約時間。

3. 學習認證區和自主學習區全部完成則為書海蛟龍，可參加書海蛟龍慶功童樂會，並頒給書海蛟龍獎狀。

二、借閱量達標獎勵：

每學期借書量達小書蟲的學生可獲得獎品，達小書蝶、書海精靈的學生可獲獎品與獎狀。借閱獎勵標準請見下表。

◎借書量獎勵標準(統計期間:開學至 12/31):

年段	小書蟲	小書蝶	書海精靈
一	60-80 本	81-109 本	110 本以上
二	70-90 本	91-150 本	151 本以上
中	50-80 本	81-120 本	121 本以上
高	40-80 本	81-110 本	111 本以上

1. 「書海蛟龍慶功童樂會」：1/14(四)中午低年級、1/19(二)中午中高年級。

2. 閱讀成果繳交：請導師期末繳交各項學習單優秀作品給學年閱推領域成員。

☺閱讀護照裡的學習認證區是針對圖書館利用、閱讀素養所設計的關卡，老師會帶領學生完成。

☺閱讀護照裡的自主學習區，是閱讀課的延伸多元活動，鼓勵孩子們彈性參加哦！

閱讀護照關卡-親子共讀(G1-G4)

★ 自主學習區：(志願、導師、家長、圖推老師認證)★

★★ 兒童獎最後期限：★★

序號	認證者	內容	兒童獎
1	志願	在 12/ 前借閱 30 本以上之書。	
2	志願	借閱一本繪本。架號：	
3	導師	自己閱讀一本班級書箱之書。	
4	導師	參加展讀活動 (一週三次以上，累計達 30 分鐘以上，十週後進行認證。)	
5	家長	享受 8 次親子共讀時光，並完成親子共讀記錄單。	
6	圖推	借閱一本繪本類之書，完成好書分享單，並通過圖書館審核。	

親子共讀注意事項：

1. 記得填寫日期及書名(一上可由家長填寫，之後皆由孩子自行完成)
2. 請家長為孩子留下一段話，當你回頭再看這個共讀的歷程，會很感動喔！
3. 我的話或畫：請務必讓孩子用彩虹筆(色鉛筆)畫出，或讓孩子寫下
4. 拿之前的作品提供方向及參考

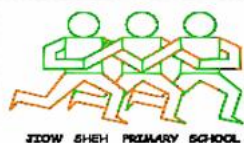
超優秀作品

次	日期	書名	大人的話	我的話或畫
1	9月8日	當一天昆蟲	從有角仙、螞蟥、 蜻蜓到美麗的螢火蟲， 昆蟲都身懷絕技，讓人 讚美，主角變成各式各 樣的昆蟲，體驗它們身 體的裝備和求生技能， 是一本最能激發孩子想像力的 繪本。	



學務篇

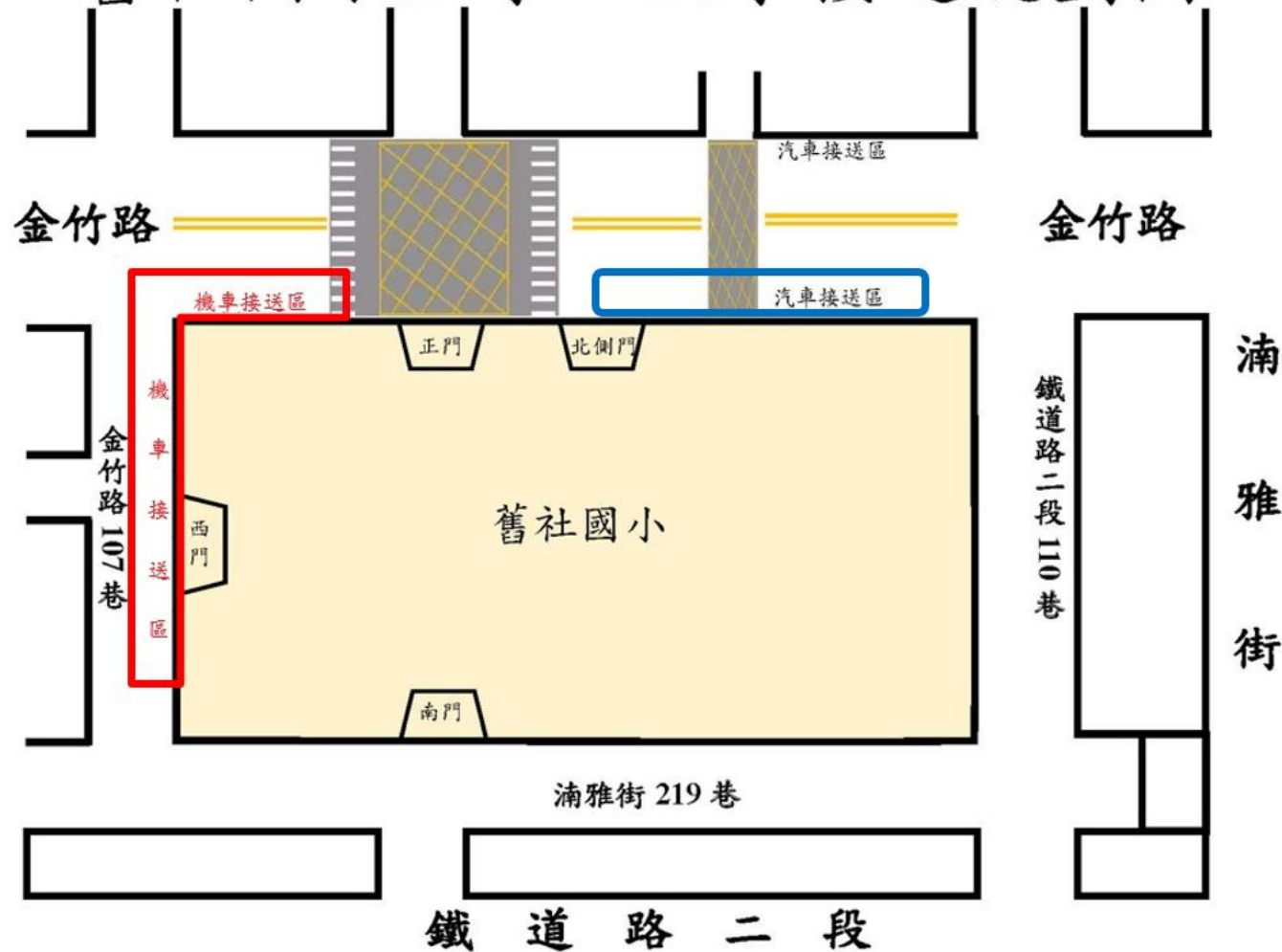




新生上下學接送時間&地點

週次	第一週				
日期	8/31(一)	9/01(二)	9/02(三)	9/03(四)	9/04(五)
☆上學時段 7:30~7:50	接送地點: ☑北側門口 ☑西門 ☑班級門口 ❤️這兩天家長可陪同新生走至班級門口~		接送地點: ☑北側門口 ☑西門 ☒班級門口 ❤️接下來，小一新生要自己從校門口勇敢走進班級囉👍		
★放學時段 (一、二、三、五) 12:40~13:00 ★放學時段 (四) 15:40~16:00	☑北側門口(金竹路左側為汽車及安親班車輛停靠區) ☑西門(機車接送專區) ☑班級門口 ❤️這兩天家長可至班級門口接送學生~ ❤️小志工會到班協助帶領新生北側門路隊		☑北側門口(金竹路左側為汽車及安親班車輛停靠區) ☑西門(機車接送專區) ☒班級門口 ❤️接下來，小一新生要跟著路隊走至放學路口囉~		
備註	1. 放學時間，導師會帶領西門路隊；8/31、9/01小志工會到班協助帶領新生北側門路隊。 2. 安親班教師可於8/31、9/01至班級門口帶領學生至集合地點，提醒學生記住接送路線與地點。				

舊社國小上學、放學接送規劃圖



上放學汽車接送：北側門(金竹路汽車接送區下車，步行由北側門出入)
 上放學機車接送：西門(金竹路 107 巷)
 放學安親班接送：安親班老師先點名，到齊才請遊覽車臨停金竹路

學校接送區 交通安全宣導

1. 汽車請勿停放
機車接送區

2. 機車請勿停放
汽車接送區

3. 提早提醒孩子背好書包，
拿好個人物品，等汽車一停
靠，便可以盡速下車

順暢動線

4. 遵守交通規則，行人請走行人穿越道

學生肖像使用授權同意書

本校於學生就讀期間，基於教學、教育活動或推廣之目的，將以拍照或錄影方式，紀錄學生參與各類教育活動之情形，並將相片或影片發表於本校及教育主管機關相關電子媒體或實體宣傳品，以供教育推廣或公共政策宣導使用。利用學生照片及影像均須取得學生及其家長授權，請確認勾選是否同意授權並提交同意書。

依據個人資料保護法(以下簡稱個資法)第八條第一項規定，向臺端告知下列事項，請臺端詳閱：

一、告知個人資料事項：

- (一) 蒐集個人資料之機關：本校。
- (二) 蒐集之目的：109 教育或訓練行政。
- (三) 個人資料之類別：C001 辨識個人者、C011 個人描述。
- (四) 個人資料利用之期間、地區、對象及方式：
 1. 期間：學生於本校就讀期間或本校相關業務執行所必須保存之期間。
 2. 地區：本國所在地範圍內使用。
 3. 對象：本校、教育主管機關(含新竹市政府、教育部、教育部國民及學前教育署)。
 4. 方式：基於教學、教育活動或推廣之目的紀錄學生校園各類活動(如各式競賽、表演、社團活動或課堂教學演示等)，並以相關電子媒體或實體宣傳品發表。

備註：代號說明請查詢「個人資料保護法之特定目的及個人資料之類別」，

參考連結如下 <https://edu.law.moe.gov.tw/LawContent.aspx?id=GL000956>

二、依據個資法第三條規定，學生就讀本校期間，如同意學生肖像授權，於利用期限內得向本校申請製給複製本；後續若需請求停止蒐集、處理、利用或於本校平臺刪除個人資料內容，請聯繫本校總務處並重新提交授權書以利後續作業積極進行。

三、不同意授權之權益影響：

不同意授權或同意後要求刪除、停止利用個人資料內容，本校將無法協助紀錄學生參與各類教育活動之相片或影像(含聲音)。

據上，請擇一勾選以下選項：

☐ 本人同意授權學校於特定目的使用學生活動肖像。

☐ 本人不同意授權且知悉權益影響。

學生 班級/姓名： _____ 年 _____ 班 _____ (簽名)

法定代理人/監護人姓名： _____ (簽名)

法定代理人/監護人與學生關係： _____

FOR 校網/FB官網，學生精彩活動分享



來舊社·學未來—新竹市舊社國小

由 Chen Monica 發佈 · 5天 · 🌐



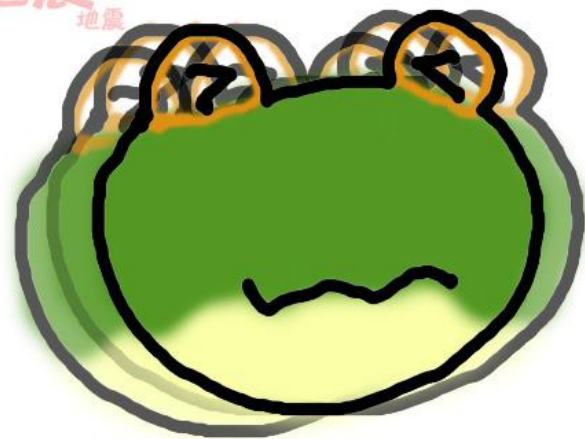
吳潔恩 · 一同樂學趣~

5天 · 🌐

#新竹市北區舊社國民小學..... 查看更多

防災教育安全宣導

地震
地震
地震



舊社國小防災教育演練

- 115.09.17(四)進行全校性無預警防災演練。
- 115.09.21(一)09:21全國防災正式演練。
- 演練項目一：**震災避難**-就地掩護至地震歇停，立即至空曠場所避難



拒絕毒品進入校園



戒成專線 0800-770-885

家長諮詢專線 412-8185



教育部



關心您 廣告

青少年毒藥品來源

- 一、根據衛生署食品藥物管理局、國民健康局與國家衛生研究院之「2009年國民健康訪問暨藥物濫用調查」，其中藥物濫用調查結果顯示約有37.1%的吸毒者與毒品的「第一次接觸」是在網咖、PUB、MTV、KTV、舞廳、撞球場與電影院等場所。
- 二、根據學者專家相關研究顯示，青少年最常發生藥物濫用的場所有：
 - (一)網咖、電玩店、PUB、BAR
 - (二)舞廳、夜店、轟趴
 - (三)KTV、卡拉OK
 - (四)撞球場、泡沫紅茶店
 - (五)網路販售、汽車旅館

新興濫用物質混合的偽裝變化，小心分辨！



毒花草茶



毒茶包



毒咖啡奶茶包



毒咖啡包



毒郵票



毒果凍



液態混合毒品



搖頭丸

圖片來源：食品藥物管理署、內政部警政署刑事警察局

毒品變裝後，外觀難以辨識！

「學生家長及教育人員」反毒暨校園安全推廣教育.pptx

1 「學生家長及教育人員」反毒宣導

2

3

「學生家長及教育人員」 反毒宣導

編輯

投影片 1/9

衛教與健康促進宣導



法定傳染病相關規定

傳染性疾病(流感、腸病毒、水痘)由醫師診斷後，務必向健康中心通報
守護校園孩子們的健康，請家長配合落實生病不上學！

疾病名稱	對象	在家休息天數規範	學校停課標準
流感	教職員工 及學生	確診日起，應依醫師所開立處方"完成用藥"，並待病狀緩解後無發燒再行復學。	一天內同班出現 1/5 以上(含)學生， 該班級宜停課 5 天(含例假日)。
腸病毒	學生	確診日起，宜在家休息 7 日(含例假日) 且發燒緩解 24 小時後才入校。	原則上班級不停課。除有重症病例(腸 病毒 D68、A71 型)。
水痘	教職員工 及學生	確診日起為第 0 天，須居家休養至少 5 日(含例假日)且全身水泡結痂後， 才可入校。	一週內同班有 2 名以上(含)學生時， 該班級須停課至少 5 天(含例假日)。
新冠肺炎 快篩陽性	教職員工 及學生	有症狀宜居家休養，無症狀可入校， 須全程戴口罩。	
諾羅病毒	教職員工 及學生	請休息到至少 24 小時沒有嘔吐 或沒有腹瀉症狀後再入校。	

Healthy Lifestyle

舊愛健康新生活 集點活動

到校來打卡；晨跑強體力
下課先喝水；望遠護眼睛
午餐吃光光；潔牙亮晶晶

Morning Run 晨跑

晨跑前務必先刷卡
每天最多3圈
每天最多累積3點



Clock In 到校打卡

每天打卡可累積 1 點



Special Event 特殊活動 點數加碼送

學期間舉辦各式健促活動
點數加倍送



健康新生活運動

85210



8

睡滿八小時

睡滿8小時幫助增加學習記憶力



5

天天五蔬果

每餐吃足1碗半蔬果



2

放學後3C小於二小時

近距離用眼每30分鐘休息10分鐘



1

天天運動一小時

每天戶外活動1小時以上



0

喝足白開水

拒絕含糖飲料喝足30c.c*體重的白開水



睡飽

高纖

少坐

運動

喝水



兒童口腔保健

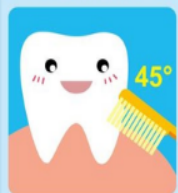


牙刷的選擇

- 刷毛要軟
- 刷頭要小
- 刷毛不要太密
- 3個月換一次



貝氏刷牙法



1. 刷毛與牙齒成45度



2. 兩顆兩顆刷
來回刷10次



3. 三面都要刷
頰側面.舌側面.咬合面

每次刷牙至少三分鐘

1. 定期牙科做檢查

- 6~12歲學齡兒童
每3~6個月檢查



2. 正確潔牙很重要

- 一天至少刷2次
- 睡前一定要刷牙
- 每天用1次牙線



3. 加強氟化物使用

- 使用1000ppm以上
含氟牙膏
- 定期牙齒塗氟



4. 窩溝封填要做好

- 6~12歲學齡兒童
特約診所免費施作
窩溝封填



5. 均衡飲食要養成

- 少吃甜食和含糖飲料



兒童護眼6步驟

愛眼密碼30,10,120



眼睛休息



戶外活動

每天進行120分鐘
戶外活動



光線充足

閱讀距離
保持35-40公分



均衡飲食

多補充深綠色
深黃色的蔬菜水果



充足睡眠

睡滿8~9小時



視力檢查

每半年定期追蹤視力



拒絕菸檳毒害健康



免費戒菸專線0800-636363
線上戒菸諮詢LINE
ID: @tsh0800636363

吸菸、嚼檳、飲酒危害健康



罹癌風險飆升 **123倍**

同時具有這三種習慣者，罹患口腔癌的機率為一般人的百倍以上。



電子煙含有第一級致癌物

內含甲醛，亞硝胺等有毒物，
且具有高度成癮性，嚴重損害大腦發育。



損傷大腦發育
及專注力



曝露二手煙環境
危害呼吸系統



易罹患心血管等
多種疾病

《菸害防制法》重點如下



全面禁止電子煙（類菸品）

- 持有或使用類菸品，處新臺幣3萬元至10萬元。
- 製造、販賣等商業行為以刑罰處罰，最高可處7年有期徒刑與500萬元以下罰金。



未滿20歲禁止吸菸與購買菸品

- 未滿20歲吸菸者，須接受至少2小時的戒菸教育。
- 供應菸品予未滿20歲者，處新臺幣1萬元至25萬元。



納管加熱菸及其載具

- 須通過健康風險評估審查核定後始得合法上市。
- 未經核定前，任何人不得持有、使用、販賣或展示。

違法行為	罰鍰/刑責範圍
持有或使用電子煙	罰新台幣3萬元至10萬元
禁菸場所吸菸	罰新台幣2,000元至1萬元
違規攜帶 電子煙入境	罰新台幣5萬元至500萬元



~感謝聆聽~