

快訊



皇仁書院家長教師會

香港銅鑼灣高士威道120號

二零一八年十月
總第七十八期

編輯的話

當本期的皇仁書院家長教師會（家教會）《快訊》已經收集好所有稿件並開始進行排版的時候，姚國雄主席給了我一個WhatsApp信息，說希望我寫一篇「編輯的話」作為今期《快訊》的序幕。我最初沒有想過為今期《快訊》寫序幕，也從未試過寫序幕。不過，回想起我的人生路，其實也經歷過很多的「第一次嘗試」：在孩子的時候學游泳第一次跳進水裏、到長大之後第一次當父親、第一次以家長義工的身分參與學校家教會的工作...為什麼今次就不可以嘗試一下呢？人就是透過許多的第一次，不斷的嘗試、經歷，讓生命得以成長，生活也變得更加充實和更多姿多采。而世界也真正就是透過人類不斷的探險和摸索，從而不斷地進步。希望各位家長也可以嘗試在生活上跳出屬於自己的 comfort zone，在生命上作一些新嘗試去突破自己和尋找另類潛能。更希望我們的孩子能夠好好把握他們的青春，在新的學年去努力尋找知識，並多一點參與學校不同種類的活動。六年的中學生活只是開啟他們對這個世界的探索之門，能夠建立願意終身學習的人生態度，可能遠比在文憑試摘星更寶貴。

今期的《快訊》回顧了過去半年間本會的各项活動。我要代表本會，多謝各位投稿的家長和同學。希望以後當你被邀請在本會某項活動完結後為《快訊》投稿，大家能鼎力支持。謝謝你們！

2A班梁啟謙家長 梁偉聰先生

第二十九屆皇仁書院家長教師會執行委員會

主席	姚國雄先生	
顧問	華陳正容女士	
副主席	黎偉倫先生	李瑞華校長 (至2018年9月2日止) 梁路得校長 (由2018年9月3日開始)
秘書	周淑婷女士	潘娟娟老師
司庫	陳志雄先生	李玉霖老師
委員	蔡素英女士	趙善衡副校長
	諸教倩女士	凌婉婷副校長
	何翰旋醫生	羅轉好老師 (至2018年9月2日止)
	梁偉聰先生	陳英平老師 (由2018年9月5日開始)
	梁慧敏博士	
	倪詠詩女士	
	彭燕芬女士	
	史健先生	
	(至2017年11月30日止)	

中三分享會：選科之路，與你同行

不經不覺，小兒快將升讀中四了。相信各位家長都會認同中學三年級是中學階段的關鍵時刻。

回想去年9月，中三開學的那一天，中秋節好像提早來臨，各位母親化身「嫦娥」似的，開始「日訛夜訛」仔仔：「今年要選科，加把勁吧！」或是說：「快點溫習，少看電子無聊資訊。」等等的說話。

在同學們心中雖知道這是父母的肺腑之言，但總覺得帶點囉嗦。當中心情不但會忐忑不安，有時好像心中自有盤算，有時又好像覺得學海無邊無際，就算每天很努力划也不到岸。

中三這一學年，確實是中學時期關鍵性的一年。同學們須修讀16門科目，通過研習這些科目既能發現自己的興趣，也能學習管理時間。當中確是少點毅力和體力不可。

慶幸我們在這過程中並不孤單。學校的支援、師兄的協助、高年級家長的分享，對我都非常有幫助，確是覺得感恩。

2018年3月10日皇仁書院家長教師會舉行了一場「選科之路，與你同行」講座。當天，修讀各科的師兄們在禮堂內，為眾師弟分析每科在中學文憑公開考試時校內及校外的評核須知，修讀該科所須的能力和技巧，又分享了如何管理時間溫習各科目等等，使中三學生對自己心儀的選修科目作好準備。

此外，師兄們亦關顧同是青年人的心情，提醒師弟們注意選科時的態度：是自己喜歡的？

還是受朋輩影響？或是父母的意願？還講解了現在選修的學科將如何影響大學修讀的學系，及與日後期望的職業有何關聯性。

為配合各中三師弟的選科取向，家教會安排了修讀該科的師兄及高年級家長於不同的課室為我們解答選科的問題及種種迷思。而「生涯規劃組」的老師們也在場為眾家長解答一些組別分配及科目上的疑惑。

來自中學會考年代的我，在這次講座中對新學制及文憑試增加了認識，確實獲益良多，使我能釐清坊間流傳的種種謬論。



皇仁書院孕育了不同才能的學生，尋求知識的過程就好像一位旅行者在荒漠中渴望探索水源，亦會為發現祕境而雀躍。希望各位中三同學在持續發展自身的興趣上不斷探索，在選科的同時亦要保持對該科的熱情，做決定前先想清楚，一些人云亦云的熱門科目，自己是否能抱有熱情去探索呢？

在選科之路上，能與孩子並肩同行，確是中學生涯中的珍貴回憶。

願各師生、家長共勉。

3C班王翔澤家長 陳凱慧女士



開放日：修身有道，養心怡情

2018年3月23日及24日是皇仁書院一年一度開放日的大日子。今年我很榮幸能夠以家長義工的身分協助家教會籌辦「玻璃盆景工作坊」。在開放日前的兩星期，我便開始參加家教會舉辦的「玻璃盆景工作坊」預備班，學懂了如何製作玻璃盆景及擺設盆景內的裝飾配搭，並能於開放日在盆景工作坊的攤位，學以致用，讓來賓在製作盆景時，享受當中的樂趣。

在開放日的第一天，我和家長義工們負責在禮堂銷售玻璃盆景。這些美觀別緻的玻璃盆景，都是由熱心的家長義工在早前製作完成的。最後在盆景的蓋頂加了一盞彩色閃燈，吸引來賓的目光。家長義工們也十分賣力推銷，令來賓踴躍選購，並且獲得良好的口碑。

在開放日的第二天，我和家長義工們負責在二樓課室，教授來賓如何製作玻璃盆景和保養的方法。看到來賓和小朋友製作出別具創意而美觀的成品，

我們都感到很自豪和滿足。在課室的另一邊，設有休閒共享咖啡角，來賓可在輪候玻璃盆景工作坊的同時，先坐着品嚐一杯咖啡，同時也可與高年級的家長分享兒子在校園的生活點滴，過程溫馨且愉快。

這兩天的開放日，我和各位家長義工皆全力以赴，以求令所有來賓都滿載而歸，最後玻璃盆景全部售罄，頓覺我們的努力也是值得的，我們自己也享受其中。

2B班黃煜楠家長 冼愛玲女士





深圳、惠州兩天境外遊

2018年4月21及22日乃本校家教會舉辦「深圳、惠州兩天遊」的日子。本人有幸偕同小兒參與是次境外遊活動。

眾所周知，粵港澳大灣區近年被視為中港兩地重點發展項目，現在終於有機會親眼目睹內地發展情況，實屬難得。惠州的優越位置使它成為「珠三角一小時生活圈」的核心地帶，發展潛力無限；而深圳作為「創客之鄉」，科技龍頭企業無數，騰訊、華為、大疆創新等著名企業的總部均設在此，可見深圳乃是中國推動創科的要塞。

回到正題，旅程第一天的上午，我們首先乘旅遊巴士到深圳，參觀以生產及研發無人飛行器和飛行影像系統聞名國際的大疆創新（DJI）總部。負責人詳細講解公司的發展歷程，並展示一系列的商用及民用無人機。接着，我們來到葉挺將軍紀念園，重溫將軍輝煌的戰績和不幸的遭遇。參觀過後，我們便前往享用豐盛的晚餐。

翌日早上，我們去了惠州博物館新館，了解惠州的歷史。之後前往參觀專門生產智能中端顯示器的信利國際。值得一提的是，該公司其中一位執行董事黃邦俊先生乃是皇仁書院的舊生，由他親自講解公司的發展及帶領眾人參觀廠房，令大家了解更多有關製作高科技顯示屏的知識，對同學來說別具意義。最後，我們參觀了惠州西湖，對那裏清澈的湖水和美麗的風景嘆為觀止，點綴了這次行程，亦為這次旅程畫上完美的句號。



猶記得在旅程中，李瑞華校長曾說到大數據時代降臨令到世界急速轉變，同學們不但要讀萬卷書，更要行萬里路。我認為多了解新時代的社會趨勢，才能互補長短，擴闊大家的視野。我衷心盼望家教會在未來的日子能夠舉辦更多同類活動，令同學加深了解國內的發展。

2B班莊祉軒家長 區靜雯女士

「明『Teen』會更好」講座

我在2018年5月21日參加了家長教師會舉辦的「明『Teen』會更好」講座。明「Teen」是這次講座的主題，讓家長們理解青少年的情緒及行為問題的成因。廖廣申醫生在講座中提到，青少年在成長的階段，面對生理、心理、情緒及社會發展各方面急速的改變，形成挑戰與壓力。若青少年未能適應而導致過度的壓力，他們會出現負面的情緒問題，嚴重的更有自殺傾向。講座提醒作為家長的我們，要多了解孩子的情緒狀況，留意相關的情緒警號，在適當時間介入，以助孩子走出困境。廖醫生更鼓勵家長們協助孩子建立獨立思考，讓孩子明白自己的方向，自主學習，發展孩子的自律、獨立及責任感。

誠然每當談及孩子的行為問題時，我們總是著眼於其負面行為，而忽略了行為背後的原因。孩子在成長中確要面對種種的挑戰：掌管自我控制的前額葉仍未發展完善，友儕關係不和容易影響情緒，學業的緊迫形成沉重的壓力等等。明白及理解孩子是我們家長的「非常任務」，因良好的親子關係正是孩子們面對壓力時的重要後盾。如何建立良好的親子關係呢？與孩子保持良好的溝通、明白孩子的問題所在、適時協助成長，都是不二法門。我們的孩子正經歷青少年期，我們都擔當著不同的角色，我們既是孩子的父母，也是他們的朋友、老師、伯樂、顧問，以及救生員。希望我們能好好演活這些角色吧！

2B班李衍寧家長 陳寶琮女士





親子工作坊

在2018年6月放暑假前，皇仁書院家教會為了提升家庭凝聚力、培養學生關愛社區、服務社群，特別舉辦了親子手製相架及包餃子工作坊。

6月30日一早，我和孩子去到活動室，很快家長和同學陸續坐滿了。特邀美術導師葉妙寧女士為大家講解和示範了如何設計和繪畫木相架的方法，大家都非常認真地聽講，然後認真仔細地設計和製作自己專屬的相架。當完成後，五顏六色、創意新穎的相架擺在檯面上拍照時，真是非常漂亮！這些由皇仁書院的家長和學生親手繪製的木相架，已經在7月「社區探訪」活動中，送到長者手上，十分有意義。

接著到包餃子環節，義工尚駿賢家長示範教學後，大家都躍躍欲試，到實際操作時，卻發現並不容易，然而在大家互相指導幫助下，很快就掌握了技巧。大家又分工合作一起煮餃子，吃著自己動手做的餃子，份外香！在歡聲笑語中，我們度過了一個愉快溫馨的上午！

非常感謝家教會安排這樣的活動，既讓家長和學生有機會一起輕鬆地玩樂、相聚，又有機會做善事，一舉兩得。

1A班仲智麟、1C班仲智鏞家長 邵薇薇女士

社區探訪

對於7月7日當天的經歷，我還是感到歷歷在目，而且也令我獲益良多。

7月7日當天我和父親到了黃竹坑，參加了由皇仁書院家長教師會舉辦的東華三院余振強紀念護理安老院「社區探訪」活動，探訪了中心的「老朋友」。

到達中心後，我們和其他家長及同學到了一個小禮堂，並且開始準備歡迎長者時將會送給他們的禮物。當長者們一個接一個地進入禮堂時，我看到其中有一些長者需要坐在輪椅上，有些則行動不便，這使從末有任何接觸長者經驗的我，感到手足無措。



過了一陣子，父親帶了幾位坐輪椅的長者前來，並叫我去照顧他們。起初我還是感到有些緊張，沒勇氣和他們說話。過了一會兒彼此也熟落了，便開始有說有笑。我與他們一起玩遊戲、看表演，大家就像已經相處了多年一樣。

活動結束了，大家也感到依依不捨。看到被推着輪椅離去的長者，我發現了自己有了一些改變：我從一個不敢與長者溝通的人變成了一個充滿自信的人！這可以證明，我不但增進了自己的說話能力，更增進了自己的自信心！

經歷過這次家教會舉辦的探訪老人中心活動後，我體會到大家應時常探訪護老中心：長者也是屬於社會中的一部份，沒有了他們對社會的貢獻，我們現在便不能好好地生活；探訪護老中心除了自己能夠獲益良多，其實也是對他們的一種關懷，一種答謝，令他們找回自己在社會中的價值。畢竟在護老中心生活的長者大多數都是因為家庭無法直接照顧他們，令他們需要在護老中心生活，一定是會經常感到很寂寞、孤單。所以我們應多探訪護老中心，令那些長者能夠感到被關懷和滿足。

最後，我希望能夠在這新學年內，再次有機會參加這個由家長教師會舉辦的探訪活動。

1C班 梁軒誠

舊書買賣及校服/圖書捐贈

皇仁書院家長教師會「舊書買賣及圖書與校服捐贈活動」已於2018年7月14日在本校園滿舉辦。

本項活動是為推動環保、支持舊書循環使用，同學可以十分優惠的價格買到教科書的同時，也可以出售自己的舊書予下屆師弟，從中實踐到助人自助，培養環保意識。

活動當天場面熱鬧，禮堂中人頭湧湧，參與買賣的學生和家長按年級，井井有條地在各攤位找到自己所需的書本。另外由於出席人數眾多，我們將校服、圖書捐贈項目移至課室進行。在此要感激李瑞華校長、兩位副校長和各位老師的鼎力支持，除安排禮堂作活動之用外，更安排了最接近禮堂的課室給我們，使我們的活動流暢順利的進行。在此更要感謝每一位協助活動的家長義工，你們抱著服務大家的愛心，付出寶貴的時間，令這項有意義的活動能成功、圓滿。

隨著這次活動的圓滿結束，小兒在「皇仁」的中學生活也正式寫上句號。在此借少許篇幅感謝「皇仁書院」、感謝「皇仁書院家長教師會」為我們的子弟創造了良好的學習天地，為他們卓越而豐盛的人生，打下了堅實的根基。

在過去六年間，由最初做義工開始，與一班熱心的家長義工一同為學校、為子弟出力，到後來得到大家的信任和支持，加入成為家長教師會委員，與一班志同道合的委員們同心合力，籌劃、舉辦了每年的各項家校合作活動，大家合作無間、融洽相處，為此深感榮幸和感恩。

臨別在即、依依不捨，衷心祝願「皇仁書院」繼續保持傳統的樸實精神，作育英才、桃李滿門。衷心希望「皇仁書院家長教師會」薪火相傳，會務蒸蒸日上。引用我們曾經的活動主題「愛·回校」我們將「與您同行」千百載！

6D班馬廣荔家長 諸教倩女士



家長義工感謝茶聚



六年家教會義工的回想

六年過去了。偶然回想起來，還記得瑋謙面試那一天，放榜、註冊的過程，還有第一天帶他回校的情況。感謝皇仁書院為小兒及其他同學提供一個良好的學習及成長環境，不單是學業，還在品格、生涯規劃上，給予同學成長所需。感謝李樂然校長、李瑞華校長、各位副校及一眾老師的努力，為同學們的發展作出貢獻，鋪出通往各自理想的道路。六年中學生涯中，為同學所裝備的「武器」，無論是進入大學及其他院校繼續進修，或是投身社會，雖不能說所向披靡，但都足夠披荊斬棘、開拓前路。除了感激校長及老師的教導、組爸及師兄們的循循善誘，還有舊生們所分享的經驗及其他指導。這些都對小兒帶來莫大裨益。

作為家長，參與家教會活動，不論作為工作人員或參與者，都成了這六年生活中不可或缺的一部分。家教會為家長、同學安排了很多有意義的活動：「親子活動」令父母與兒子之間更加融洽；一些到訪外地的旅遊，令一家成員都眼界大開；而社區服務，例如探訪老人中心，可令同學明白施比受更有福的道理；還有很多專家講座，都能給予家長們額外支援及指導。

另外特別要提的，在家教會成員的努力下，促進了家長之間的交流互動、資訊更新。這些「互動」令我更容易給兒子適當的支持，特別在選科、升學選擇，或是準備文憑試的時候，家長們分享的資訊，或是一句問好，都能為我舒緩不少壓力。除了定期的《快訊》，一年幾次的大型聚會外，家教會的聯絡人平日也常不辭勞苦的在 WhatsApp 裡發放消息，提醒重要事項，實在是幫了我一個大忙，解決了很多疑難。

最後，感謝各屆家教會主席簡國傑先生、姚偉祥先生、華陳正容女士、姚國雄先生及其他家長義工，多年來為同學及家長的無私付出。特別是華太，她對校務事事關心、處事細心的態度，對兒子及其他同學的關愛，亦改善了我作為家長的一些作風及行為，真的亦師亦友、獲益匪淺。小兒能於皇仁學業有成，我亦從家教會活動中得益，相得益彰，真是好事成雙。

6A班袁瑋謙家長 袁啟誠先生

《快訊》編輯小組

組長	梁偉聰委員
副組長	潘娟娟老師
組員	梁慧敏博士
	彭燕芬委員
排版	梁慧敏博士