

親愛的家長：

校長的話

在富庶的香港，大家應該要珍惜什麼？

縱然鬢已星星，有兒有女，生活寬裕，每天亦可開心地回校陪伴學生成長。人生如此，仍有何所求？然而人生無常，很多事情的發生，都在我們意料之外——當失去了健康，才會明白健康的可貴？在病榻上，才渴求自由奔跑的喜樂？全身帶著疼痛，徹夜難眠，才會體會平淡安穩的生活的意義？

尤其在呂惠姍老師因要做大手術而給我遞上入院紙時，以上的想法頓時牽動著我的思緒。個人除了默默為她禱告外，固然會帶領全校師生為這年青的女教師祈禱，將她的生命，全然地交託給那全能的創造主。

「我的弟兄們，你們落在百般試練中，都要以為大喜樂；因為知道人們的信心經過試驗，就生忍耐。」(雅各書 1：2-3)

盼藉此次身體軟弱的試煉，能激起呂老師以生命影響生命的使命感，亦能影響其他老師們珍惜每一個健康的日子，去服侍我們的學生。

以下就是呂惠姍老師的分享：

半年前，我進行了入職前的肺部檢查。兩天後，護士來電說醫生要盡快與我會面，不安的感覺立時湧上心頭，腦海中更浮現出各種疾病的 possibility。翌日見醫生，他在燈箱下跟我展示左肺底部的一個圓圓的陰影，大概是 $5 \times 4\text{cm}$ 。頓時，腦袋像被掏空了，我一句話也說不出來。醫生不能肯定這個陰影是甚麼，只催促我盡快作一次掃描檢查。

一星期後，結果出來了，原來腫瘤在脊椎而非肺部。由於 X 光只能照出平面圖，誤導了診斷，我既驚且喜，自小怕痛的我(若是良性瘤)就不想做手術了。然而，醫生說腫瘤位置除了壓住神經，更壓迫著肺部的外側，令左肺出現下陷的現象。若不動手術，下半身可能隨時癱瘓。那天，和家人商量後，決定排期進行手術。

之後的數個星期，我崩潰了。光是想像手術失敗的可能性，足以讓我寢食難安：可能終生與輪椅為伍、全身癱瘓、失去自理能力、手術後的併發症……更擔心自己的病痛叫家人在心理上、生活上及經濟上百上加斤。頓覺，人真的很渺小，既不能掌控疾病，更不能掌控生命。我知道家人和我不能單靠自身的努力就能捱過，所以，我們一起向主禱告，身邊很多關心我的人亦為我代求。每次禱告後，心情總會平靜下來。

接近十小時的手術終於順利結束，看見家人滿臉淚痕，心中萬分感恩。感謝主為我安排醫術精湛的醫生和細心的醫護團隊，感謝主讓我再次見到家人，更感謝主保守我未有喪失活動的能力。住院的一星期，雖然傷口會痛，也經歷過肺部發炎的危機，但感恩仍能安然渡過。

手術至今已兩個多月，身體復元亦算理想。這次我經歷到主恩典不單夠用，甚至超乎我所想所求。我知道，在未來的路上仍會有很多挑戰及軟弱的時候，但只要一直保持謙卑的心，尋求和聆聽主的心意，主永遠伴在每個生活環境中，為我們預備夠用的恩典。

他對我說：「我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。」

(哥林多後書 12:9)

願你們身心健康！

二零一八年二月十一日



王定鵬校長

一、家長教師會消息

- 本年度「家長教師會周年會員大會」已於 2017 年 11 月 19 日「第一次家長日」中舉行。當天除了投票通過上年度的會議紀錄、會務報告及財政報告，亦頒發了感謝狀予家長義工及家長義務導師，感謝他們為本校付出的愛心。
- 此外，家長日當日亦同時順利舉行了本年度的「家長校董選舉」。在馮立興校董、王定鵬校長及選舉主任張尚衛主任的見證下，是次選舉的投票結果為 1 號候選家長黎婉萍女士得 102 票，2 號候選家長盧燕珊女士得 140 票；因此，盧燕珊女士獲選為家長校董，黎婉萍女士獲選為替代家長校董。
- 為強化家校溝通、交流及凝聚家長的力量，「呂明才家長小組」於十一月份舉行了一次初中級家長聚會，感謝家長熱烈的參與和支持。本會計劃於三及四月繼續舉行以不同題材為內容的聚會，請家長密切留意稍後派發的通告。

活動預告：

- 「賀年禮品捐贈計劃」
本月份即將舉辦「賀年禮品捐贈計劃」，活動鼓勵學生捐出賀年禮品(未開封的乾貨，包括糖果、餅和麵等)，旨在建立同學關愛之心，向社區送上新年的祝福。受惠機構為「康恩園」，收集日期由 26/2/2018(一)至 8/3/2018(四)。盼望 貴家長及同學們支持，踴躍參與是次有意義的活動。
- 「家長工作坊」
本會將於 10/3 及 21/4 分別舉辦與子女「選科升學」及「抗逆力」相關的家長工作坊。歡迎各家長踴躍參與。詳情請參閱稍後派發的「家長教師會家長活動通告」，如有查詢，請致電 2459 8236 或 3956 7900 予鍾秀麗老師。

二、課外活動消息

學生會

- 在十一月份舉辦了捐血日，當天有 43 人成功捐血。另外，亦舉辦了一個名為「煎釀三寶」的競技活動，參與同學均樂在其中。
- 在十二月份，舉辦了三個活動。其中「大飲王」為師生活動，參與者眾多，場面及氣氛非常熱烈。在聖誕節前席，舉辦了聖誕大抽獎，與全校同學分享喜樂。
- 在一月份，舉辦了文具大平賣，讓同學能在考試前補充所需文具，備戰考試。
- 為表達對老師的謝意，學生會特意在 31/1-9/2 期間舉辦敬師周，當中節目豐富，包括師生廚藝

比賽、師生籃球比賽、老師之最選舉、師生留念合照區、敬師咁心意設計比賽及點唱環節。期望同學透過不同渠道表達對老師的敬意和謝意，亦增進師生間的情誼。

四社

- 社際籃球比賽已順利結束，賽果如下：
女子組：冠軍 黃社 亞軍 綠社
男子組：冠軍 籃社 亞軍 紅社
- 緊接著是社際陸運會、啦啦隊比賽，同學現正密鑼緊鼓籌備當中。

三、 中國語文科消息

- 1) 本科推薦學生參加全國青少年語文知識大賽「菁英盃現場作文初賽」，共有八位同學榮獲二等獎，十一位同學榮獲三等獎。另外，本校勇奪高中組團體冠軍，實在可喜可賀。得獎學生名單如下：

二等獎

林芷茹(2D)、劉芍菈(4B)、羅朗禧(6D)、王凱瑩(6D)、沈梓邦(6D)、朱靄茵(6D)、
吳依琦(6D)、黃嘉敏(6D)

三等獎

陳晴晴(2D)、陳棋鎔(2D)、杜淑歡(2D)、鄭凱欣(5A)、葉惠英(6A)、歐啟晴(6A)、
劉杏儀(6A)、王俊傑(6D)、趙善蔥(6D)、鍾躍龍(6D)、鄭玉琳(6D)

- 2) 本科推薦學生參加屯門閱讀節 2017-2018 「書中情與我」讀後感比賽，3A 班梁思遠同學勇奪初中組冠軍及 2D 班陳晴晴同學榮獲優異獎。
- 3) 本科及圖書館合作推薦學生參加「第十八屆深圳讀書月 2017 深港澳中學生隨筆大賽」，6D 班朱靄茵同學榮獲高中組三等獎。
- 4) 本科與生活教育委員會合作推薦學生參加屯門區公民教育書法比賽，1C 班梁思穎同學及 2D 班謝宜恆同學榮獲中學硬筆組優異獎。

5) 第六十九屆香港學校朗誦節現已圓滿結束，總結比賽成績，五位同學獲得優良獎項及十一位同學取得良好獎項。得獎結果臚列如下：

優良獎狀：

章秀融(3D)、梁燕琳(3D)、楊凱晴(4D)、陳子盈(6D)、梁巧汶(6D)

良好獎狀：

梁凱婷(1C)、鄭健熙(1D)、杜淑歡(2D)、蕭凱晴(2D)、徐蒨妍(2D)、呂裕晴(2D)、陳棋鎔(2D)、林芷茹(2D)、曾詩莹(2D)、伍穎嵐(3A)、曾穎文(4D)

6) 中文科與宗教活動委員會及中文學會合辦福音周中文硬筆書法比賽。是次比賽對象為中一級至中三級同學，得獎結果如下：

	冠軍	亞軍	季軍
中一級	1D 胡秀芳	1B 彭尹怡	1C 梁思穎
中二級	2D 陳美華	2A 梁曉淳	2D 陳晴晴
中三級	3D 余永菁	3D 陳詩婷	3A 曾耀琛

四、 學生輔導工作

校設有輔導組，負責統籌全校的輔導工作，希望透過各項活動使學生能健康地成長，並在個人情緒的處理和個人潛能都得到充份照顧。本校亦有聖公宗教育心理學家及駐校社工，為學生及家長就其提出問題提供資料及意見。

本組近期活動如下：

- 12月至1月 學長計劃——午間飯聚及午間活動(學長與中一同學)
12月至1月 樂活達人計劃 LOHAS—成長小組
12月至1月 中一「友同行」成長訓練計劃——小組聚會
12月至1月 中二「友同行」成長訓練計劃——小組聚會
12月 學長計劃——火鍋聚餐(學長與中一同學)
12月 學長計劃——聖誕歷奇宿營(學長與中一同學)
12月 義工隊——義工服務(與老友記製作小盆栽)
12月 中一「友同行」成長訓練計劃——歷奇訓練營
12月 中一「友同行」成長訓練計劃——生日會
12月 中三「友友」潛能發展計劃——小組聚會
12月 中三「友友」潛能發展計劃——技能訓練學習(神秘顧客與零售)
12月 中四「友同行 - 振翅高飛計劃」——技能訓練學習(咖啡拉花)
12月 中四「友同行 - 振翅高飛計劃」——開放日攤位

- 12月 香港專業教育學校(屯門分校)開放日參觀活動
 1月 義工隊——義工服務(視障人士全接觸)
 1月 中二「友同行」成長訓練計劃——義工服務
 1月 中三「友友」潛能發展計劃——兩日一夜宿營
 1月 中三「友友」潛能發展計劃——技能訓練學習(手作)
 1月 中四「友同行 - 振翅高飛計劃」——技能訓練學習(手工藝)

本組未來動向如下：

- 2月 8日 中六惜別會——勉勵中六同學，善用時間，勤加溫習。
 3月 19- 21 日 輔導周——周會、午間活動(教職員及學生音樂會、教職員及學生競技及攤位)
 2月至3月 學長計劃——午間飯聚及午間活動(學長與中一同學)
 2月至3月 樂活達人計劃 LOHAS—成長小組聚會
 2月至3月 中一「語文天地」學習小組——小組聚會
 2月至3月 中一「友同行」成長訓練計劃——小組聚會
 2月至3月 中二「語文天地」學習小組——小組聚會
 2月至3月 中二「友同行」成長訓練計劃——小組聚會
 2月 義工隊——義工服務
 2月 樂活達人計劃 LOHAS—宿營
 2月 樂活達人計劃 LOHAS—城市遊蹤
 2月 中二「友同行」成長訓練計劃——義工服務
 2月 中三「友友」潛能發展計劃——團隊建立活動
 2月 中三「友友」潛能發展計劃——技能訓練學習(手作)
 2月 中四「友同行 - 振翅高飛計劃」——技能訓練學習(手工藝)
 3月 學長計劃——學長與中一日營
 3月 樂活達人計劃 LOHAS—義工服務
 3月 中一「友同行」成長訓練計劃——親子活動
 3月 中一「友同行」成長訓練計劃——校內義工服務
 3月 中一「友同行」成長訓練計劃——生日會
 3月 中一「友同行」成長訓練計劃——參觀
 3月 中二「友同行」成長訓練計劃——參觀
 3月 中三「友友」潛能發展計劃——行業參觀
 3月 中三「友友」潛能發展計劃——小組聚會
 3月 中四「友同行 - 振翅高飛計劃」——小組聚會
 3月 中四「友同行 - 振翅高飛計劃」——技能訓練學習(咖啡拉花)
 3月 中四「友同行 - 振翅高飛計劃」——輔導周攤位
 3月 中四「友同行 - 振翅高飛計劃」——行業參觀

輔導組恆常小組活動及訓練：

學長計劃(定期小組訓練)、義工隊(定期小組訓練)、中一「友同行」成長發展計劃、中二「友同行」成長發展計劃、中三「友友」潛能發展計劃、中四「友同行 - 振翅高飛計劃」、中五「Say Hello to Work」生涯規劃及體驗計劃、中一及中二「語文天地」學習小組。

五、 升學及就業輔導委員會消息

- 11月10日臺灣中原大學國際交流處副國際長魏大欽博士(三人代表團)到訪本校；並安排20位同學與代表團會面，介紹中原大學各個學院開設的課程及香港僑生赴台的學習情況。
- 為加深與台灣大學的交流，讓同學對台灣升學途徑有更多認識，並為同學爭取更多升學機會，本年度繼續參與台灣大學結盟，並於10月27日到亞洲國際博覽館完成集體簽署儀式。
- 為協助中六級同學了解及掌握更多升學及就業資訊，以致在計劃畢業後的出路，作更佳的預備。本組舉辦下列的講座及活動：

日期	項目	負責單位 / 機構
11月27日	模擬放榜	信義會青年職涯發展服務、 香港大學專業進修學院
12月1日	EAPPS、VTC 工作坊	VTC 代表及升學組

- 於2017年12月1日邀請VTC代表到校為中六級同學介紹VTC各學院、各類課程，亦同時指導中六同學上網開設VTC戶口及講解報名程序。
- 本年與基督教香港信義會青年職涯發展服務和懲教署·愛群義工團繼續合作推出《友師計劃》，讓學生透過參加計劃活動及與導師們的互動，能培養自信及啟發潛能，提升與他人的溝通及相處能力。本屆有20位同學參加，並已於11月14日舉行啟動禮，懲教主任馬德鋒先生、信義會青少年服務總監竺永洪先生以及一眾師友均有到場出席，同學亦曾與所屬組別的導師會面，已於下列日期舉行友師活動。

舉行日期	活動項目	地點
18-11-2017	團隊建立日	本校及屯門區
2-12-2017	興趣班：黑白奶茶工作坊	本校科活室

- 本校中六級同學受惠於李嘉誠基金會推動的「善用錢」計劃，無條件獲得5000元現金，有關現金支票已於11月23及24日向同學發放。
- 為讓中六級同學於完成學業後，可累積多元工作經驗，並確立職業方向，順利投身理想工作世界。本年推薦12位中六級同學參加青協舉辦的機場大使計劃—「就業傳送門」，將於2月10日參與計劃的資訊日，順利獲選的學生將會參與一年零兩星期的工作坊及培訓。
- 成功推薦6D胡穎添同學入選港科院、香港工程學院及香港科學會主辦的「名師高徒」導師計劃。有關計劃會由三十名著名科學家及工程師，為對科學有興趣並有志投身科技界的高中學生，擔任義務導師；每名導師會帶領學生，互相交流，學生亦有機會到導師任教的大學、室驗室觀摩研究工作，擴闊視野。