



廖寶珊紀念書院

Liu Po Shan Memorial College

學校通訊

2018年4月號

地址：新界荃灣綠楊新邨

電話：2499 6711

傳真：2490 9392

電郵：info@lpsmc.edu.hk

荃葵青區傑出學生選舉

5D李凱培於「荃葵青區中學校長會傑出學生選舉」中獲選為十二位傑出學生之一，並會在四月隨交流團前往江西井岡山進行參觀及交流活動。



A Fruitful Experience

By 5D Lee Hoi-pui, Beryl

The 28th Tsuen Wan, Kwai Chung and Tsing Yi District Outstanding Students Election, organized by The Association of Heads of Secondary Schools of Tsuen Wan, Kwai Chung and Tsing Yi District, was successfully held this year. It is an honour for me to be nominated for this election. After three training sessions and an interview, I was selected as one of the twelve outstanding students and won a chance to join a 5-day exchange tour to Jiangxi Province in April.

First of all, I would like to thank Principal Law for nominating me and also Mr. Siu and my friends for supporting me during the election. Joining this election was an eye-opening experience for me. I was able to meet 44 outstanding students from different schools. Each one of them had their own special talents that I could learn from. This reminded me that no matter how good you think you are, there is always someone out there who is better. We should be humble and should broaden our horizons by meeting different people.

In the first training session, I visited a Pakistan family who are living in a sub-divided flat. They were willing to share their life with us. They commented that Hongkongers were nice to them and they had treated Hong Kong as their second home. However, they also complained that the government's support to them was not enough. With only the father working to earn the living for the 5-member family, they were not able to pay medical fees when they were sick. Through this visit, I not only learnt about their life in Hong Kong, I also realized the inadequate support received by the immigrants who tried to fit in. Their poor living environment and their lack of financial assistance are the problems we should be concerned about.

Apart from visiting the underprivileged, I also attended the talks given by Mr. Cheung Chiu-hung and Mr. Tsang Yok-sing. They shared their opinions on teenagers nowadays and how teenagers could achieve higher. They encouraged us to fight for our dreams bravely. Furthermore, they shared their experience on making decisions that changed their lives. For, example, how Mr. Tsang quit his position as a secondary school principal and became a politician, why he didn't join the Chief Executive Election and so on. All of their experiences were inspiring and being able to talk with these two successful politicians was a precious opportunity for me.

During the process of the election, I met different people with different backgrounds. For me, being selected or not is not the most important but what I learnt is. I will try to use what I learnt from the election to help build the world to become a better place.

音樂獎項

本校合唱團在香港學校音樂節獲「十四歲或以下中學合唱隊——教堂音樂(中文歌曲)」冠軍。1D陳雨虹則獲古箏獨奏(初級組)亞軍。



公益少年團獎項

本校獲公益少年團頒發2017年度「優秀團隊獎」，團員於「Amazing Teens荃灣CYC聯校領袖培訓計劃2017專題報告比賽」中獲以下獎項：

專業報告大獎(中學組)：3A徐熙琳、3B劉佩珊、2A吳津津、2A蔡子柔、2A孫美儀、2A彭家怡、2B陳 著、2B鄭希喆、2C鍾 倩、2C余嘉敏

個人分享大獎：2A吳津津
個人分享優異獎：2A孫美儀



感恩·正能量·生命會有奇迹

2A 吳津津

我們參加了公益少年團「聯校領袖培訓計劃」舉辦的宿營，不但放鬆平日的學習壓力，還透過有趣的小遊戲學習待人接物的技巧。這項活動讓我認識到來自不同學校的學生，彼此交流，齊心協力完成目標，從中所獲得的滿足感更是別具意義。

今年活動的主題是「發放正能量」。我們在活動中深刻感受到「讚美能使人快樂」。試想想，誰不喜歡被稱讚？被人稱讚後，心情總會變得愉快，待人處事也會較為積極，不但自己散發正能量，還可以將這份能量傳遞出去。

宿營過後，我和同學們積極擔當「發放正能量大使」，每月為想要感謝的人寫下字句，張貼在校園當眼的位置。其實讚美別人並不難，只要用心感受，便能發現對方擁有各種優點。

二月初，我們參加了「笑笑相、發放正能量」的活動，藉著身體力行，將歡樂散播開去。有些同學會認為這些活動徒具形式，起不了實際的作用，但我們卻希望大家感受到，無論以任何方式表達，發自內心的祝福和關懷都能令人開心，也希望這活動能收潛移默化之效，幫助大家重新喚醒埋藏心內的關愛情懷。

社會上有很多不公平、令人不快的事情，能夠見義勇為固然可取，但當我們發現有值得欣賞的地方時，也應誠心讚美，虛心學習，提升社會上的正面情緒，但很多人在這方面仍未有很強烈的意識，因此，我認為應該從學生開始，培養他們欣賞別人的胸襟，因為他們是社會未來的棟樑，對社會日後的發展極具影響力。我認為可以多舉辦講座或其他活動，也可以在課堂植入這些元素，使學生常懷欣賞與感恩之心，共同發放正能量！



1A 趙梓琦	1B 李韋樂	1C 李綺琪	1D 鄒志堅	
2A 郭展程	2B 吳家文	2C 林淑婷	2D 鄭芯而	
3A 楊樂彤	3B 陳家慧	3C 何展迪	3D 梁嘉寶	
4A 陳曉彤	4B 鍾穎聰	4C 劉臻妮	4D 丘秀薇	4E 梁珀饒
5A 何敏珊	5B 陳宏晞	5C 王詩敏	5D 何穎嵐	5E 林煒欣



中 一 義 工 服 務

全體中一學生參加「盡心獻社群」義工服務，分別為區內四間長者院舍送上祝福。

1A 陳美璇

在這次義工探訪中，我負責表演唱歌，也為大家結他伴奏。表演期間，氣氛出乎意料地高漲，當我聽到長者們拍手鼓勵，心中的壓力不禁輕鬆下來，慢慢放開心情去享受表演的樂趣，將兩個星期以來努力的成果和團隊合作所產生的默契，全都呈現出來。表演結束時，長者們報以熱烈的掌聲，更使我的開心之情溢於言表。



1A 彭詩晴

我看見長者的時候，馬上聯想到將來自己變老，也會口耳不靈，青春不再。這次活動讓我學會了要體諒長者們的不便，也令我反思要對祖父母多一點關懷，免得他們孤單。從籌備到探訪的過程中，我十分感謝組員的幫助和社工的教導，讓我認識正確的服務態度，和與長者相處的技巧。

1C 黃 楠



以前，老人院在我眼中代表著孤獨、嚴肅、難以溝通，所以當聽到要去老人院做義工時，我是很不情願的。

誰知進入老人院後，看在眼內的一切都刷新了我的認知。他們是令人同情的：活動範圍局限在狹小的空間；他們是樂觀的：面對不理想的環境，臉上總還是帶著春風般的微笑；他們是友善的：與我們這些陌生人親切交談，對我們的問題有問必答。這一切都令我覺得老人家是慈祥和諧的，也令我更渴望去關心他們。我也想起媽媽，希望當她年老時，我能陪伴在她身邊，讓她度過開心的晚年。

1B 張惠筠

通過這次活動，我學會體諒別人。公公婆婆的反應比較慢，所以當我們與他們交談時，要說得慢一點，聲音也要大一點，他們才可以聽清楚。

這次活動是分組進行的，所以我們需要互相合作才可完成，從中我認識到團體合作的重要，也學習到與人溝通的技巧。

1D 高詠雯

透過這次活動，我感受到老人家面對的孤獨。雖然是第一次見面，但他們很快就和我們熟絡起來，滔滔不絕地向我們講述年輕時的事，他們都很開心有人聆聽他們的心聲。有一個婆婆知道我們要表演話劇，即使行動不便，還特意慢慢地靠前一點來觀賞，著實令我感動。

1B 林 軒

安老院內，長者沒有太多活動的空間，休閒娛樂也只不過是看電視和睡覺，在我看來這的確很無趣，加上長者行動不便，身體機能衰退，很多事情想做都做不了，只能依靠別人，無助得很。

經過這次探訪，我不但學會珍惜時間、珍惜現在，還體會到要多關心長者，讓他們感到溫暖。要是我日後年老時沒有人關心，也會很悲傷吧！如果回想起以前自己也是這樣冷漠對待長者，是否會心感愧疚呢？在這次活動中，我更學會了如何與同學合作和溝通，希望日後有更多機會參加類似的有意義的活動。

1C 陳嘉濤

我覺得這次義工服務十分有意義，也很有趣。社會上有很多人因為生活繁忙，沒有時間照顧父母，只好把他們送進老人院。透過探訪院舍長者，我學會尊重他人，不但培養了樂於服務的精神，還學習與人溝通及融洽相處的技巧。經歷過這次服務，我會更加關注長者的需要，並多加關懷和照顧身邊的長者。



1D 譚昱靈

這次服務令我明白到長者在生活上遇到的各種問題，例如長他們喜歡緬懷過去，也由於他們受到身體和精神上的很多局限，會慢慢對外界事物失去好奇。

我們常常嫌身邊的長者囉嗦、麻煩，可是，回想一下，是誰在小時候常常黏住他們，在他們的呵護下長大的？他們現在年紀大了，也需要有人去關懷一下、疼一下。他們曾對我們付出無私的愛，我們也應該以愛去回報他們。「家有一老，如有一寶」，不要抱怨他們囉嗦了，用心去感受他們的愛吧！



北京 歷史文化 考察之旅

40名中四學生參觀為期四天的「北京歷史與國家發展考察團」，了解北京的歷史文化。

4E盧秀如

北京具有濃厚的歷史文化氣息，高大雄偉的明清建築給我深刻的印象。同時，北京也是個國際大都市，「鳥巢」、「水立方」等著名的建築不僅代表著北京，更代表著中國面向全球。此外，北京的人文氣息濃厚。生活在北京的市民不僅豪爽而且熱心，在遊胡同的時候，車伕不斷向我們介紹著北京的人和事，令我欣賞到老北京美景的同時也感受到北京市民的熱情。

短短四天的北京考察活動旨在體會北京的歷史，並加深對中國歷史的認識。不同的景點象徵著中國的各方面，各具特色，而我印象最深的景點則是頤和園。在講述清朝的歷史書上時常提到頤和園，但只透過書上的描述，並不足以令我全面認識它，直到親身感受它的雄偉壯觀，方才被它的華美所震撼。氣勢磅礴的皇家園林令我無法想像慈禧太后的驕奢與當時百姓的疾苦的巨大差距，同時也只能感嘆皇帝的無能。當年被慈禧太后幽禁的光緒帝所居住過的房子依舊駐立，房子主人和他的時代的每個故事都刻進了歷史的縫隙，訴說著不能被世人忘卻的悲涼，也不斷警醒著世人「少年強，國則強」的道理。

4E黃秋雅

在北京，我們總共遊覽了十二個著名景點。每個景點都不乏遊人，有些甚至可說是「人山人海」。

其中，令我印象最深刻的地方是居庸關長城。民間流傳著「不到長城非好漢」的話語，使我心中早已對登觀長城充滿了好奇。只見長城地靠山崖，陡壁盤旋在山峰上，好似一條臥龍。原想挑戰自己，登上長城最高峰，但由於時間限制，加上瘋狂捕捉城中景，登城的速度自然低於預期。我攀登著每一級石階，石階高低參差，石色深淺各異，淺灰帶白色、深灰色等，確是古朝農工一石一階，以血汗拼湊而成。仔細觀察，幾世紀以來，雖經無數遊客登覽，飽歷風霜，但結實依舊，可知長城之堅固。

北京涵蓋古今歷史文化，既古色古香亦不失現代化氣息。國家發展與時俱進，城市發展規模較大，但具時代象徵的文物景觀仍然保存下來。部分餐廳裡，侍應生穿著古裝服務，瓷器餐具古色古香，廳內擺設也保留了傳統風貌，別具特色；當然，時尚餐廳也少不了……此次親身經歷，親眼所見，既一飽眼福也一飽口福，既體驗到北京的風土人情，也感受到國家發展即使在蒸蒸日上，仍十分珍視歷史文物，讓我們得以懷古惜今。

