



親愛的家長：

校長的話

各位家長好！近日天氣開始漸涼，日夜溫差較大，切記保重身體，避免著涼。

上星期五(13/10)晚上，我們舉行了家校委員會會員大會暨就職禮及中一級家長晚會，感謝各位中一家長的踴躍出席，讓我們能彼此交流，實在感恩。今天晚上(20/10)便是中六級家長晚會，我們十分期望與各位中六家長見面，藉此機會讓我們同心協力幫助中六同學迎戰文憑試。

在剛過去的星期二及三，我們順利舉行了陸運會，感謝籌備老師、工作人員及同學的辛勞，令師生享受了一個難忘的陸運會。雖然第二天有風雨，但仍無阻師生們的投入和熱情。今年的陸運會在疫情後全面恢復正常，同學們有更多機會參與不同的比賽項目。參賽健兒都展現了永不放棄的拼搏精神，盡力做到最好。此外，啦啦隊的表演十分精彩，充滿創意和活力，帶動了全校師生更加投入在運動會當中。在此更要感謝家長和校友們到來支持，特別是家校會主席陳愛敬女士及港隊成員蔡志誠校友，在百忙中擔任陸運會開幕禮及閉幕禮的主禮嘉賓。

「忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑，要得神在基督耶穌裡從上面召我來得的獎賞。」
(腓立比書 3:13-14)

今期家書還有以下事情請你們留意：

1. 中六級家長晚會安排（學生必須出席）

中六級家長晚會於今天晚上（10月20日）舉行，請家長於7:00pm先到貴子弟所屬課室與班主任會面，了解班內情況，而學生須於7:00p.m.到達禮堂就座，7:30p.m.學生與家長一起參與家長講座。此外，學校未能提供車位，敬請家長留意。

2. 同學獲獎消息

恭喜 6C 邱瑋琳同學榮獲第九屆陳贊一博士聯校微型小說創作推薦獎，其得獎作品《情繫酸辣魚》已刊登在主辦方印製的文集內，同學也可前往一樓中文科佈告版欣賞邱同學的佳作。

3. 校友獲發獎學金

本校校友鄭芷凝（22-23 中六畢業生）及潘晨欣（22-23 中六畢業生）成功獲得香港理工大學獎學金，在此恭喜他們，學校亦鼓勵小馬可賓人不斷求進，努力學習。

【尚有資料請翻閱後頁】

願你們身心健康！



張冠康 校長

主曆二零二三年十月二十日

4. 大專院校課程資訊日

各大專院校將於 10 月至 12 月期間舉辦「課程資訊日」，讓高中同學了解不同課程的內容及收生要求等重要資訊，及早規劃升學出路。如同學有意參與相關活動，請自行於網上報名。如有問題，可向升學及職業輔導組老師查詢。

院校	日期	網址
香港中文大學	10 月 21 日	https://infoday.cuhk.edu.hk/
香港理工大學	10 月 21 日	https://www.polyu.edu.hk/infoday/
香港大學	10 月 28 日	https://www.infoday.hku.hk/
THEi 高科院	11 月 3 至 4 日	https://www.thei.edu.hk/thei-info-day-2023
嶺南大學	11 月 4 日	https://shorturl.at/bsHUX
香港都會大學	11 月 11 日	未有公佈，同學可稍後自行搜尋
東華學院	11 月 11 日	未有公佈，同學可稍後自行搜尋
明愛專上學院	11 月 17 日至 18 日	http://infoday.cihe.edu.hk/
香港樹仁大學	11 月 18 日	https://infoday.hksyu.edu/zh-hant/
香港伍倫貢學院	11 月 18 日	未有公佈，同學可稍後自行搜尋
香港恒生大學	11 月 18 日	https://infoday.hsu.edu.hk/
香港珠海學院	11 月 18 日	https://www.chuhai.edu.hk/InfoDay/

註：各院校將不定期更新活動網址及其他資訊，同學可自行搜查最新內容。

5. 無障行者 2023

香港復康會本年度重點社區教育及籌款活動－「無障行者 2023」將於 12 月 17 日上午九時至下午一時在中環香港摩天輪舉行，學校、家庭、公眾人士均可參與，由四人組成一隊互相合作，透過不同主題的體驗路線及挑戰，親身體驗殘疾人士及長期病患者日常出行時，在看不到、聽不到、講不到、動不到的情況下所面對的困難。現場亦設有不同攤位及遊戲，讓參加者認識殘疾人士的需要，詳情可參閱活動網站 <https://bb2023.rehabsociety.org.hk/>。

「無障行者 2023」現正接受報名，截止報名日期為 10 月 31 日，歡迎家長或同學組織隊伍參與，如對活動有任何疑問，歡迎與香港復康會傳訊及資源拓展部項目經理曾樂謙先生聯絡（電話：25343344，電郵：jeffrey.tsang@rehabsociety.org.hk）。

報名方法：<https://bb2023.rehabsociety.org.hk/>

活動詳情：

日期：2023 年 12 月 17 日（星期日）

時間：上午 9 時至下午 1 時

地點：中環香港摩天輪

查詢熱線：25343352

6. 敢夢創前路—青年生涯規劃及職業體驗展

為了讓學生實踐生涯規劃，以及了解市場的發展和行業前景，仁愛堂 YES 青年學院將舉辦「敢夢創前路—青年生涯規劃及職業體驗展」，讓學生透過專題講座、行業展示及體驗，以做出明智的升學和就業選擇。現正邀請有興趣的中一至中六同學參加。活動詳情如下：

日期：2023 年 10 月 21 日（星期六）

時間：下午 1 時至下午 5 時 30 分

地點：香港九龍達之路 78 號生產力大樓 4 樓會議廳

費用：全免

如同學有興趣參加，可自行請瀏覽網頁（<https://shorturl.at/psuM4>）報名出席。

7. 衛生署於 2023 年 11 月舉辦「日行萬步」步行挑戰

步行是一種簡單的體能活動，不但可以減低患上常見慢性疾病和心理健康問題的風險，更可透過一起散步，建立有活力的生活習慣，促進家庭融洽。

衛生署將舉辦「日行萬步」步行挑戰，以「家家齊萬步，開心又健康」為口號，希望更多市民認識到步行對身心健康的益處，並鼓勵家庭成員或朋友之間互相支持，將日行萬步融入日常生活。網上報名日期由 2023 年 10 月 12 日開始，挑戰時段於 11 月進行。市民可與家庭成員或朋友組成二至四人的隊伍參加。

步行挑戰的詳情如下：

報名時段：2023 年 10 月 12 日至 31 日

挑戰時段：2023 年 11 月 1 日至 30 日的步行紀錄

對象：二至四人為一組的隊伍（所有隊員須年滿 5 歲或以上，報名須由年滿 18 歲或以上的隊員進行）

活動期間，參加者須使用手機的計步應用程式、穿戴式裝置或計步器記錄活動期間的步數，保留照片或螢幕截圖步數記錄，並登入活動網站填寫步數記錄。

所有隊員均各自達到平均每天步行 8,000 步（即日行萬步目標的八成）或以上的隊伍將獲得價值港幣 100 元購物禮券和紀念品一份。此外，在活動期間所有隊員累計總步數首 100 名的達標隊伍將可獲得額外獎勵（價值港幣 500/1,000 元購物禮券、匿獅獎賞包一份及獎狀）。參與挑戰名額有限，先報先得。

詳情請瀏覽活動的官方網站（www.10000stepsaday.hk/?lang=tc）。

讓大家攜手「家家齊萬步，開心又健康」！

