



親愛的家長：

校長的話

各位家長及同學平安！明天便開始復活節假期，盼望家長與子女有更多時間共聚，數算上帝在我們生命裡大大小小的恩典。復活節期間請督促子女保持健康的生活習慣，注意切勿結交損友，外出活動時要愛惜社區設施，切勿參與違法活動。請同學好好分配時間，進行有益身心的活動，如多閱讀、運動……準備自己有良好的狀態在假期後繼續下學期的學習。假期時如需要向警方求助，可致電屯門分區警署（電話：3661 1670）。

我們每年都記念主耶穌的受難與復活，福音書上詳細記載了主耶穌榮耀進入耶路撒冷、潔淨聖殿、教訓門徒及百姓、為門徒洗腳、最後晚餐、在客西馬尼園禱告，被賣、捉拿、受審，最後被釘死在十字架上，埋葬，並在第三天從死裡復活。因主耶穌的犧牲，洗淨了我們的罪；因祂的復活，叫人有永生的盼望。復活節提醒我們要紀念耶穌犧牲自己拯救世人的大愛和恩典，盼望更多人接受主耶穌成為生命的主，得著豐盛的生命。

「他誠然擔當我們的憂患，背負我們的痛苦；我們卻以為他受責罰，被神擊打苦待了。哪知他為我們的過犯受害，為我們的罪孽壓傷。因他受的刑罰，我們得平安；因他受的鞭傷，我們得醫治。」

（以賽亞書 53:4-5）

今期家書還有以下事情請你們留意：

1. 校服換季事宜

3月26日(星期二)至4月12日(星期五)為校服換季緩衝期，同學可選擇穿著冬季或夏季校服，4月15日(星期一)將會正式換季，請同學換上整齊夏季校服回校。
同學可先預備夏季校服，不合身的校服請盡早更換。

2. 有關家校會親子一天遊事宜

家校會親子一天遊將於3月30日（本星期六）舉行，成功參加者應已於早前收到校務處職員的通知，並已繳交所需的個人資料及款項。現請成功參加旅行的家長及學生注意以下事項：

1. 集合詳情：

日期：2024年3月30日（星期六）

時間：上午8時45分（9時正準時出發，逾時不候）

地點：學校小食部

結束時間：約下午4時30分

學生服飾：便服

- 活動當日上午8時30分開始由家委在小食部派發個人名片，名片上已寫上旅遊車編號及自助餐枱號。
- 由於旅遊車座位全數用盡，請各參加者切勿留空座位；而自助餐的座位已盡量為各參加者作出妥善的安排，如未能盡如各位的意願，懇請見諒。
- 如回程時有特別的要求，必須盡早通知負責的家委或鄧俊維老師。
- 活動當日的天氣可能不穩定，或需要自備雨具。
- 如出發前兩小時香港天文台已懸掛或已宣佈將於兩小時內懸掛八號風球信號，當日一天遊將取消，稍後會再另作安排。

盼望各位參加者能於活動當日盡興而回。如有查詢，請聯絡鄧俊維老師。

【尚有資料請翻閱後頁】

願你們身心健康！



張冠康 校長

3. 復活節假期溫習室開放時間

為鼓勵同學把握復活節假期溫習，101 室將開放供同學自修之用，開放時間如下：

星期一至六：上午九時至下午四時四十五分

星期日及公眾假期：不開放

4. 23/24 家長講座 — 「如何培養精神健康的下一代」

本校家長事務組誠邀家長參與是次家長講座，詳情如下：

日期：2024 年 4 月 27 日（星期六）

時間：下午 2 時 30 分至 4 時

地點：本校禮堂

講座內容：父母對子女的正向教育及照顧學童的精神及壓力問題

主講嘉賓：何志滌牧師（家庭發展基金顧問）

嘉賓簡介：現為中國基督教播道會同福堂創堂牧師及同福聖經學院院長，同時亦為基督教靈實協會榮譽靈性關顧主管、播道書院董事、民政事務局轄下社會企業諮詢委員會、商務及經濟發展局轄下審核委員會（電影檢查）成員。亦分別在伯特利神學院及宏恩基督教學院擔任客席講師。2021 年更獲得由加拿大天道大學頒發傑出校友獎。現在「號角月報」和與太太何師母（羅乃萱女士）在「天使心」撰寫專欄、新城數碼財經台的「原味生活館」嘉賓講員、香港電台第二台「三個男人一個墟」客席主持、及溫哥華 AM1320 華僑之聲電台「點滌萱中情」節目主持人。另外，亦在本地和海外主領教會聚會及進行「婚姻」、「親子」和「男性角色」等講座。

報名日期：2024 年 4 月 19 日或之前

家長如成功報名，約於講座舉行前一星期將收到電子通告確認通知，請家長於講座前留意電子通告通知。

5. 六月份英語戶外活動 – Hong Kong Crossroads – BLIND X-PERIENCE AND BLIND WORKSHOP （香港十字路會 – 失明者體驗之旅及《看見·失明》工作坊）

日期：2024 年 6 月 20 日（星期四） 時間：1:45 p.m.–5:00 p.m.
（下學期考試的最後一天）

集合時間：1:40 p.m.

集合地點：香港十字路會閘口

人數：20 人

負責老師：龔俊驥老師及何卓藍老師

活動及解散地點：國際十字路會 Crossroads Foundation（屯門青山公路 2 號—屯門黃金海岸對面）

費用：\$40（學校已津貼 \$120）

交通：自行前往，同學請自行支付交通費用

對象：中一至中五級同學（如報名人數過多，英文學會會員將獲優先取錄，其它同學的參加申請則按先到先得原則處理）

活動內容：1) 參加者將置身於完全黑暗的模擬非洲村落中，由導師帶領使聽覺、觸覺和味覺去經歷失明者的生活。

2) 參加者亦透過有趣和互動的活動，學習視障認識如何面對生活日常挑戰，並學習閱讀和書寫點字，進一步認識失明和視障多一些，提高同理心，並以行動關愛和改變世界。

活動語言：全英語（於活動其間學生必需以英語溝通）

服飾：PE 衫及 PE 長褲（可穿學校 PE 風褸）

有意參加的同學需於 2024 年 4 月 15 日（星期一）或之前填妥電子回條，如有查詢可聯絡龔俊驥老師及何卓藍老師。

* 校務處將在 2024 年 5 月 14 日（星期二）或以前發出取錄通知書。

6. 《停一停...聽聽子女的心聲》家長講座系列 2024

VTC（職業訓練局）與香港青年協會（青協）將於本年 3 月及 4 月舉辦兩場《停一停...聽聽子女的心聲》家長講座，就 DSE 升學出路及親子溝通技巧等請來專家作分享，協助家長與子女一同規劃升學路。詳情如下：

（一）《DSE 升學 101》

香港輔導教師協會副主席剖析 DSE 升學出路及最新數據，協助家長及年輕人掌握多元升學資訊。

日期：2024 年 3 月 23 日（星期六）

時間：下午 2 時 30 分

地點：IVE（黃克競）

（二）《軟技巧是怎樣煉成的》

由臨床心理學家分享與子女溝通的實用小貼士，協助家長及早洞悉子女的情緒，培養正向思維及提升抗逆力，藉此建立更緊密的親子關係。

日期：2024 年 4 月 13 日（星期六）

時間：下午 2 時 30 分

地點：香港知專設計學院（HKDI）

*兩場講座後均設 VTC 校園導賞，由專人安排參觀先進互動教學設施。

詳情及報名：www.vtc.edu.hk/cpro/talk

請有意參與的家長自行報名及出席活動。如對上述活動有任何查詢，歡迎向本校升學及職業輔導組陳豪軒老師查詢。

7. 「“WE”正向動力計劃」家長培訓工作坊—如何協助子女從挫折邁向成功

教育局與香港城市大學正向教育研究室將於 2024 年 4 月 12 日（星期五）晚上 7 時至 8 時 30 分舉辦家長培訓工作坊。是次工作坊讓家長可以重新認識失敗，並掌握如何與青少年孩子談跌倒。

主要內容如下：

1. 失敗與成功之間的分野-成長思維
2. 如何重新界定「失敗」的意義
3. 如何與子女發掘挫折中的養份，逐步邁向成功。

活動詳情如下：

日期：12/4/2024（星期五）

時間：7:00-8:30p.m.

形式：透過 Zoom 應用程式進行

導師：郭啓晉（註冊社工，臨床社會工作碩士，現職香港城市大學正向教育研究室服務督導）

由於家長報名反應踴躍，如有興趣參加，請於今日內（3 月 28 日）填妥電子通告，之前已報名的家長毋須再次報名；成功報名的家長，將於 4 月 11 日或以前在電子通告收到相關的連結及資料，敬請家長留意。

8. 「屯門區傑出學生選舉 2024」

由屯門青年協會主辦「屯門區傑出學生選舉 2024」現正接受報名，選舉涵蓋申請者在學術、體育、藝術、領導、解難能力及校外服務方面的綜合能力評估。申請人將首先經過初步遴選，然後進入決賽階段，接受解難挑戰、個人和小組面試等各種評估。

選舉設初中組（中一至中三）及高中組（中四至中六），若同學有意參加，請於 12/4(五)或之前聯絡樂宣辰老師或廖美瑋副校長。

9. 「家長智 Net」優化網頁

教育局今日（三月二十一日）推出優化的「家長智 Net」一站式家長教育資訊網頁 (www.parent.edu.hk)。新設計的網頁更新了整體的顏色主題及外觀，提供更清晰的內容分類，讓家長更方便取得關於親子關係、品德培養、管教子女、家長情緒管理等資訊。

優化的「家長智 Net」網頁內容主要包括：

六大專題：按「親子關係」、「品格培養」、「教育與學習」、「身心健康」、「生涯規劃」及「家校合作」分類，提供全面的資訊，以切合不同家長的需要；

- (一) 「正向家長運動」專區：家長可更容易地獲取與「正向家長運動」相關的文章、影片、活動資訊及資源；
- (二) 行事曆：家長可瀏覽由教育局舉辦的家長教育課程或活動及查閱其他與家長教育相關的重要事項；及
- (三) 「家長教育活動資訊站」專區：家長可查閱由其他政府機構及本地專上院校舉辦的家長教育課程及活動資訊。

各位家長透過以下網頁連結或網址二維碼瀏覽「家長智 Net」網頁、追蹤其社交平台，並訂閱電子通訊，以便各位家長能透過「家長智 Net」，緊貼家長教育的最新發展。

「家長智 Net」網頁



<https://www.parent.edu.hk>

訂閱「家長智 Net」電子通訊



<https://www.parent.edu.hk/subscribe>

「家長智 Net」
Facebook 專頁



<https://www.facebook.com/parents.edu.hk/>

「家長智 Net」
Instagram 專頁



<https://www.instagram.com/parents.edu.hk>

「家長智 Net」
YouTube 頻道



<https://www.youtube.com/smartparentnet@smartparentnet>

10.校內比賽獎項

日期	姓名	活動名稱	獎項
29/2/24	<u>風笛及軍鼓樂隊</u> 1A 張皓嵐、1A 梁思毅、1D 鄧耀浚、3A 羅康晴、3D 梁善懿 4B 甄悠雅 <u>馬可賓軍樂團</u> 5A 陳美澄、5A 歐燁桓、5A 方榮燊 <u>少年領袖團</u> 1B 刁咏謙、1D 陳國彥、2C 徐嘉怡、2D 李穎澄、2D 蔡明蕊 3B 溫緯然、3C 陳梓軒、3D 趙俊賢、4A 梁凱喬、4A 馮兆鈺 4C 邢雯、4C 何一言、5B 陳彥希、5B 何家謙、2A 歐陽梓堃	制服隊伍 軍際閃避球比賽	冠軍
	<u>民衆安全服務隊少年團</u> 1A 鄭景謙、1A 李晉暉、1B 劉睿軒、1C 王馨平、2B 張文博 2C 張雅然、2D 庄思圻、2D 林圳烽、4B 吳日彤 <u>航空青年團</u> 2A 何崇樂、2A 高柏迪、2A 譚奕倫、2B 梁曉彤、2D 余曉嵐 3A 黃鵬宇、3A 梁懷恩、3B 陳逸鋒、3D 陳浩霆、4B 羅傑澧 4C 黃虹萍、5D 胡宇詩		亞軍
	<u>交通安全隊</u> 1C 朱諾恆、1C 鍾卓男、1C 王子峰、2C 李悅朗、3A 陳天文 3B 郭婉怡、3C 方晞琳、3C 連譽天、3D 凌梓晴、3D 黃仲賢 4A 黃昊軒、4B 葉天朗 <u>紅十字會青年團</u> 2A 李頌謙、2B 袁沚樂、2B 黃逸澧、3A 張樂同、3A 黃域迅 3C 江志勇、3D 謝睿澗、4A 李叡心、4A 藍子怡、4A 黃駿羲 4B 黃瑞恒、4D 羅卓盈、4D 吳靖天		季軍
	<u>基督少年軍</u> 2C 李卓禧、2D 陳國熙、3A 吳嘉芮、3A 龔煒堯、3B 林卓衡 3D 陳宏熙、3D 黃柏熙 <u>海事青年團</u> 1A 鄭子穎、1C 畢心語、1D 鍾家仁、2A 蘇銘佳、2B 繆一言 2C 李心蓓、2C 莫梓渝、2D 馬明駿、3A 莊晴丹、4A 馮樂茵 4B 霍梓翹、4B 王德瑗、4C 何昀華、4C 魏梓俊、4D 林翰翹 4D 林昆廷、4D 李灝軒		季軍