



嶺南中學 家長教師會會訊



18/19

第二十六期 (二零一九年七月出版)

地址：香港杏花邨盛康里6號

電話：2891 6966

傳真：2574 7597

網址：<http://www.lingnan.edu.hk>

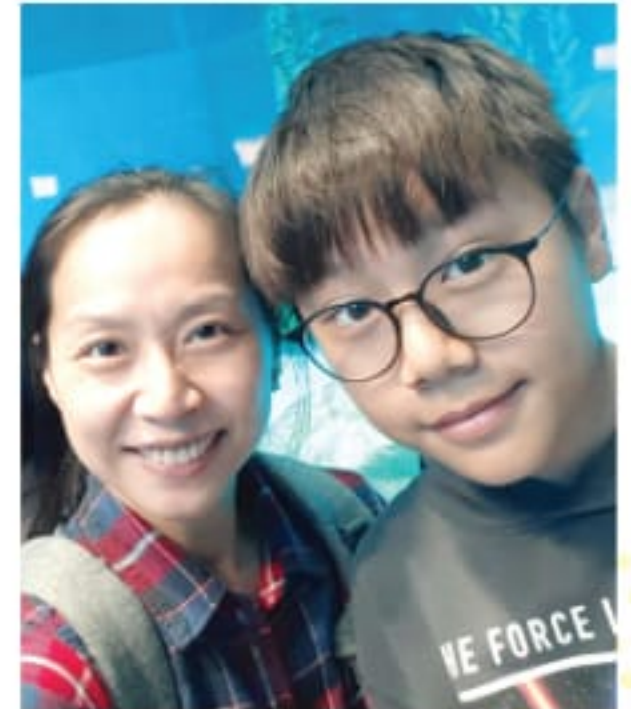
電郵：pta@lingnan.edu.hk

主席的話 孫穎儀女士

嶺南校風優良，老師們富有愛心，而我們的學生更是純樸乖巧。這些年來，感恩能作為家教會的一份子，與各位委員、家長義工共同籌劃各項活動，彼此盡心盡力，為校服務，我深以為傲。

家校會的活動多采多姿，例如家長教育講座、家長興趣小組、聯誼聚餐等，其中剛於三月尾舉辦的聯誼聚餐，參與人數更是歷屆之冠，家長、師生們共聚一堂，閒話家常。在此，衷心感謝校長、副校長和老師委員們的辛勤付出，而當中各項完善的安排充分顯示出我們家校合作的精神。

回想當初加入家教會這個大家庭，只為了解兒子在校的生活點滴，但藉參與各類活動，我們現在的親子關係更為緊密，而且更讓我有機會認識不同的家長和老師，共同經歷著一個又一個的活動，當中的喜悅難以忘懷。在未來的歲月裡，我相信家教會定會益發壯大，並創建更美好的校園生活，裝備好我們的孩子，使之成為良好公民，為社會棟樑，在此，我祝願每一個家庭健康快樂、生活愉快，並希望各位家長能更加支持家教會的活動。



校長的話 李鳳蘭校長

曾在電台節目訪問聽過一位教育心理學家與節目主持人談及「抗逆力」，討論主題是「如何提升孩子抗逆力」，專家首先解釋「抗逆力」，詞中的「逆」字並非指真正的逆境、困難、壓力，他認為年輕一代遇到一個「冇咁嘆」的環境，已經是逆境，已經抵受不了。

說實話，現代孩子由襁褓到成年，大都是在生活無憂下成長，縱使家庭環境不太富裕，孩子亦從不需要擔憂，父母總是將最好的留給他們，他們總會得到最好的待遇，由小到大都未曾有機會嘗試不如意事，所以一遇到稍不如意的事情，便會不知所措，當面對較大挫折如失戀、欺凌、父母離異或成績未如理想等情況，又豈能不情緒崩潰呢？

要提升孩子抵抗逆境、壓力及挫敗的能力，他們在家庭內外所得到的支援和關懷是關鍵所在；所以孩子抗逆力的高低與父母親及在外接觸最多的人，包括老師、同學能提供多少關懷和援助有著密切關係，但大部份家長都面對兩大難題，一是自己不懂處理現今複雜的青少年問題；二是工作忙碌，沒有時間關心子女。但無論如何，家長要明白，其實孩子最需要的不是物質，而是父母的「時間」和「聯繫」，唯有得到陪伴和了解，才能建立親密的關係，才可進入孩子們的心靈，才可及早發現他們的問題，並與學校攜手提供適切的情緒支援，使我們的孩子感受到在這世界上他們並不孤單，還有我們陪伴著一同渡過難關；並能夠以正向思維面對不同挑戰。

衷心期望我們能教懂我們的孩子，每個人的生命得來不易，當你認識、尊重且珍惜生命後，就能感受生命無窮的力量；人生當中會遇到許多挫折，當你遇到挫折時，不是路到了盡頭，而是該轉彎了，轉個彎你就會看見生命的陽光。



第十九屆家長教師會常務委員名單



第十九屆會員大會暨常務委員會委員選舉在2018年10月12日（星期五）晚舉行，經出席會員投票後，選出8位家長委員。

職務	家長委員	教師委員
主席	孫穎儀女士	
副主席		盧錦耀副校長
聯絡	麥寶蘭女士	陳飛龍專責主任
財政	邵家蓮女士	鍾采怡老師
秘書	蔡麗詩女士	張澤鴻老師
康樂	劉一行先生、李永輝先生	陳淑鈴老師
總務	王少娟女士、許素英女士	王惠成老師

新任家長委員介紹

蔡麗詩女士

感恩兒子能夠入讀這所學校，在此，感謝老師們對小兒的栽培。不經不覺，孩子漸漸長大，無論在學習和待人處事態度上都有很大的轉變。雖然他不是名列前茅，但他總算是一位積極向上的孩子。在這兩年，他透過參與不同的課外活動，這些在書本上學習不到的經驗及知識，讓他成長了不少。

在擔任家長教師會的日子裡，有幸認識了很多家長，彼此分享及交流不同的育兒心得，當中的成敗苦樂參半。面對如今孩子的叛逆期，大家都只能同聲一嘆，但當費煞思量過後，大家又再學會忍耐，放眼展望，引導孩子展翅高飛。

承蒙天父的引領，本年能夠成為家長教師會的委員，明白付出的時間越多，責任就越重。本人盼望自己能為學校、老師及同學多做點事，因為能夠幫助人是一種福氣，也為了坐言起行，為兒子樹立一個榜樣。





李永輝先生

過去一年，好榮幸被選為家教會委員。當初加入家教會，是希望與孩子為學校共建良好學習環境及作為子女面前的一個榜樣。而加入家教會之後，與校方及老師們緊密合作、加強溝通後，深深感受到家校合作的重要性。熱切期待各位家長參與義工行列，為孩子們共同建立一個良好學習環境。

劉一行先生

本人是一信班劉日彤的家長。有幸於學期初被選為家教會的家長委員，擔任康樂一職。

今次的參與，讓我仿若重回於校園之中，勾起很久以前的回憶。當年，學校仍未有家教會的組織，所以我的父母根本無法融入我年少時的校園生活。

可現時有了家教會，真的可以幫我去了解現時年青人的想法。在此，我呼籲各家長可把握這機會加入家教會，參與當中的活動，或擔任義工，加強與學校的溝通，了解時下孩子的想法，我們也不致脫節。



許素英女士



不知不覺，在家長教師會當上委員將一年了。猶記得當初，女兒剛升上中學時積極推介我參加選舉。我抱著「家校合作，見證成長」的精神，於是，我便「膽粗粗」地參與了選舉。很榮幸當選了，這是我第一次成為家教會的一份子，期間我體驗到籌備各種家校活動並不簡單，感受到老師和家長委員的熱心，更讓我見識到學校在籌辦各項活動上一絲不苟，例如在安排為小朋友午餐的試食，對食物的味道、質量和運送的安排，使作為家長的我十分安心。

本人十分榮幸和感恩成為現屆家長教師會委員，藉此，希望所有熱心和關心家校事務的家長也參與活動，亦鼓勵有心家長參選成為下一屆家長教師會委員，使我們的家校合作日益鞏固。

家教會活動花絮



家校聯誼聚餐

林偉心女士（二愛班尹子廷家長）

時間過得真快，女兒已經升上中二，而我又可以繼續在家教會活動上出一分力。今年家教會舉辦的聚餐是自助餐，食物非常豐富，禮物又十分充足，讓我和家人度過快樂的一晚。希望明年更加多人一起參加家教會活動。



白佩心女士（一信班羅凱濶家長）

我是中一級家長，也是一位基督徒，首年參與嶺南中學的家長義工團隊，希望用愛心與其他人分享。我和女兒參加了學校親子聚餐活動，當時看到各位資深家長團隊和老師的衷誠合作令人感動。親子聚餐當日，我也幫忙了餐前的佈置工作，這些負責佈置的家長義工非常熟練，我在他們身上學習到不同的知識和處事技巧，希望日後再有機會參與其他家長義工服務。



親子活動日

陳建榮先生（一信班陳諾頤家長）

謝謝家教會的安排及學校借出家政室，讓家長及學生享受了一次有趣的《杯子蛋糕工作坊》。

當天在導師用心指導下，我們把材料量好及混合一起，雖然步驟看似簡單，以為「攪埋攪下攪下」便可以，但當中細節絕不能輕視，在份量、時間與力度的控制，稍有差池便會失敗，需要重新再來一次。幸好活動預留了足夠時間給我們「再接再厲」。最後當蛋糕出爐時，看到賣相「又哋得吓人」，味道也不俗，十分有滿足感！



過程中，我和女兒分工合作、接力、一起解決問題，她更教曉我如何使用量磅。更要多謝由青衣遠道而來的義工導師，她給我們指出每個步驟應該要注意的重點，分享她的經驗和知識。希望家教會日後能再安排有關食品製作的活動。

監察及選擇膳食供應商

劉顯光先生（一愛班劉心雯家長）

小學時，女兒不喜歡吃學校的飯，我們便每天給她做飯。升上中學後，她竟然願意嘗試學校提供的膳食，

因為擔心她的適應，所以常常問她午餐情況，她總是說好好食。

今次家教會舉行這個飯盒試食活動，我即時報名參加以了解孩子在校的膳食情況。家教會的老師準備了四款飯盒，另外一款即場買的；其中飯盒設計、溫度、餸菜種類、比例、營養等我們都感到滿意，至於有需要改善的地方我們會通過問卷調查反映給飯商以作改善。

感謝家教會恆常舉行這個飯盒試食活動，讓作為家長的我們能關注子女在校的飲食並安排進行監察。



林麗梅女士（一愛班李浚謙外婆）

這是我第二次參與試飯活動。今次（四月十二日）試的飯餐整體感覺不錯，對飯餸的保暖溫度感到滿意。如果可以的話，希望每盒飯能加多一些餸菜，餸汁也不要太鹹。我的心願是，學生能夠食得健康，又有營養。

家長茶座

家長委員 王少娟女士

每次家長日，學校都會在小食部安排不同的活動攤位，而家長教師會必然會佔其中一席位。好開心，今年我有機會在攤位中當值，其間有不少熱心的家長和老師都特地前來寒暄幾句。交談之間增加了彼此了解和認識，當日我也認識了不少新朋友，更發現家長們都擁有不同的技能和才華，他們雖然不是家教會的委員，但亦十分樂意參與義工活動，讓日後家教會活動更見多元化！

鞠虹霞女士（三信班王皓生家長）

由家長教師會設置的家長茶座，目的是讓出席家長日的家長們有一個彼此認識的地方。今年有機會成為茶座的一名義工，可以跟不同的家長互動，交流孩子在學校生活的點滴，探討孩子們成長中遇到的難題，提出對家教會組織活動的意見。大家坦誠開放地溝通，冀望家校合作得更緊密暢通，令孩子們無論在家裏還是在學校都得到最好的關顧和發展。



家教會活動花絮



陸運會親子競賽

李敏芝女士（二真班陳天保家長）

好開心，我和大兒子第一次一起參與小兒子學校的運動會。學校運動會在各方面都安排得很好，我除了看到學生努力比賽外，亦看到各位參與親子比賽的家長和學生開心合拍地完成賽事。

這兩場親子比賽亦是我大小兒子有史以來第一次一齊參加學校的運動比賽，還得到獎項，成為我們美好的回憶。運動會的尾聲是啦啦隊比賽，各社學生的精彩表演真令人難以忘懷。

參觀香港專業教育學院(柴灣)

家長委員 邵家蓮女士

本年的4月9日我們獲邀出席參觀柴灣專業教育學院。第一站我們到餐廳，享用午餐，款待過程全由學生處理，無論食品質素，送餐服務完全達到水準之上。

第二站來到演講廳，由測量師何志榮教授，介紹Thei香港高等教育科技學院，學院於2012年成立，提供「專業為本」的學士學位課程，而Thei各科課程亦得到不同專業團體、業界組織及國際學府認可，有利學生畢業後考取有關專業資格或繼續進修。

第三站參觀校舍，首先參觀廚房，見到不少新添置器具，另外Cybersecurity Centre將於2019年9月開幕，為配合香港智慧城市發展，屆時也將開辦嶄新的學科。



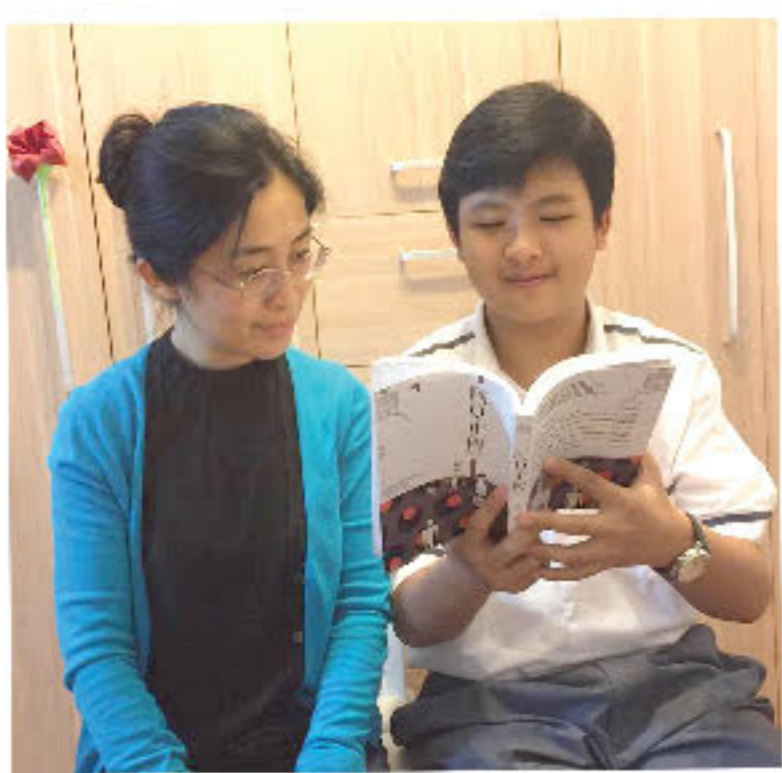
親子購書樂活動

教師委員 張澤鴻老師

親子購書樂不經不覺已經踏入第五屆，計劃推出以來，深獲家長青睞，親子間積極參與購書活動，本年度更將計劃推廣至初中所有班級，共三十四對家庭參與其中，計劃由家長與子女一起前往書店揀選圖書，互相交流閱讀心得，並撰寫閱讀報告一份。

閱讀報告優秀學生

班別	學生	作者 / 書名
1信	劉日彤	馬星原 / 白貓黑貓系列 — 趣味世界歷史
1真	黎彥淦	魯迅 / 吶喊
2信	陳景琦	魯迅 / 阿Q正傳
2望	曾廷軒	不朽 / 與自己和好如初
3信	梁熙莉	鄭梓靈 / 總有一天可以忘記最初的傷
3信	黃諾潼	卡爾 / 深度學習力：學歷貶值的時代



2信班 陳景琦



1真班 黎彥淦



3信班 梁熙莉



1信班 劉日彤

家長也敬師

家長委員 麥寶蘭女士

學校每年在期終的試後活動都舉行「家長也敬師」，而我亦有幸於去年參與這項活動。

活動當日除了有學生分享、表演作為對老師教導的回饋外，幾位家長代表也參加了當中敬師的環節：藉着簡短的分享，表達對老師教導和關愛我們子女的敬意；而饋贈小小的心意禮物，作為對老師的一點謝意。

師生關係，令我想起詩歌《同路人》：「自你同上路，懷內滿興奮；同實現真理，路遠能呼應。俗世多圈套，常望你督責，求為我祝福，努力不後退……」「為你感謝神，同路極珍貴」。「敬師」不只是一天的活動，盼望同學們都能將這份同路而珍貴的心意和關係長存於心內。

在此也祝願這裡一班「傳道、授業、解惑」的老師們，在日益繁重的教學路途上「恩上加恩，力上加力」！



家教會活動花絮

舊書買賣活動

徐玉翡女士 (二真班鄧梓希家長)

每逢學期末，又到購買來年新書的時候，要處理新舊書實在令人煩惱。去年，我從家教會的家長義工群組中，得知學校有舉辦舊書買賣活動，正好解決了我的煩惱。

去年的舊書買賣活動在7月12日和13日舉行，由王惠成老師帶領幾位同學幫忙檢查買賣書本，主要是中一至中三的同學，帶用過的書本回校寄賣，讓其他同學購買廉價舊書。期盼今年學校也一如以往舉行這活動，以達到助人自助的目的，亦可以培養環保意識，很值得大家積極參與。



2018-2019年度家長教師會全年活動紀錄

舉辦日期

活動名稱

12/10/2018	第十九屆會員大會暨常務委員會選舉
12/10/2018	「正向教育：正向家長管教模式」家長講座
23/11/2018及 22/2/2019	家長茶座（家長日接待安排）
12/2018	親子購書樂活動
26/1/2019	親子活動日
29/3/2019	家校自助晚餐
4/4/2019	陸運會親子競技活動

舉辦日期

活動名稱

5/2019	敬師日班際標語創作比賽
31/5/2019	「成為孩子的生命教練」講座
26/6/2019	家長也敬師活動
9/7/2019	出版第二十六期會訊
11/7/2019	中一新生註冊日（家長接待安排）
11/7/2019	舉辦舊書買賣活動
7/2019	中一家長招待會
全年	監察及選擇膳食供應商

2018-2019年度家長教師會財務報告 (截至2019年4月30日)

財政收支表一：本會收支

項目	收入	支出
1. 上年度結餘	63,776.50	
2. 會費（於2017/18年度收取）	12,030.00	
3. 會費（於本年度收取）	6,030.00	
4. 嶺步同行籌款日(2018.10.21) - 捐款		2,000.00
5. 銀行手續費		100.00
6. 印製收據簿		350.00
7. 家校聯誼聚餐：自助餐		12,170.20
合計	81,836.50	14,620.20
2019年4月30日結餘		67,216.30
	81,836.50	81,836.50

財政收支表二：教育局資助家教會收支

項目	收入	支出
家教會經常津貼	5,474.00	
1. 香港東區家長教師會聯會 - 會費		300.00
2. 親子購書樂 - 書籍及部分獎品		2,275.00
3. 親子活動日		723.20
家校合作活動津貼(一)：親子教育活動	5,000.00	
4. 基督教宣道會北角堂 - 家長講座「正向管教」		4,800.00
5. 親子購書樂 - 部分獎品		200.00
家校合作活動津貼(二)：印製會訊	5,000.00	
合計	15,474.00	8,298.20
2019年4月30日結餘		7,175.80
	15,474.00	15,474.00