



嶺南中學 家長教師會會訊



22/23

第三十期 (二零二三年七月出版)

地址：香港杏花邨盛康里六號 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

蔡麗詩女士

大家好，從兒子入讀嶺南中學開始，我便加入了家長教師會，轉眼間已有六年，心裡實在有太多的不捨。過去三年，香港飽受疫情困擾，現今終於告一段落，在學校各方的共同努力下，校園生活逐漸復常，老師們重新踏上講台授課，同學們在校園相聚嬉戲，這難得的畫面，大家要好好珍惜。

擔任主席一職，肩負著更大的職務，過往舉辦的活動都是為學生設計及構想的，其次是以聯繫家長及學校為目的，例如「聖誕加油打氣包」、「家長教育講座」和「親子購書樂」等，能夠順利舉辦各類型活動，全賴校長及各位老師對家教會的信任和支持，更重要是得到全體幹事和家長義工們的熱情投入，在此我衷心多謝各位多年來的付出和奉獻！希望大家往後繼續萬眾一心，共同努力締造一個溫馨及和諧的學習環境，讓學生快樂成長。

本人兒子快將畢業，而我也即將卸任，未來寄望有更多的家長，踴躍參與家教會工作，為孩子們策劃更多的活動，並讓本會工作得以承傳。最後，祝願嶺中師生和家長身心安康，家庭幸福美滿快樂。



校長的話

鍾慧晶女士

親愛的的家長教師會成員，我代表全校師生向大家致以誠摯的謝意，感謝各位多年來熱心的付出、支持和奉獻，讓本校的教育工作不斷進步。

家長教師會一直是本校教育發展的重要支柱，您們舉辦的活動，如聖誕加油打氣包、家長講座、親子購書樂、義工服務、百周年校慶開放日攤位遊戲等，不僅豐富了學生的校園生活，也讓家長更深入地了解學校的教育理念和教學環境。

您們的無私奉獻和辛勤工作，為學校的各項工作提供了強而有力的支持，我再次代表學校向您們表達感謝和敬意，亦衷心希望您們能繼續發揚家長教師會的優良傳統，繼續支持和關心學校，共同為學校的發展和學生的成長而努力！



第二十三屆家長教師會選舉及常務委員名單



第二十三屆會員大會暨常務委員會委員選舉於10月14日(星期五)舉行，本屆共有八位家長參加選舉，經出席會員投票後，所有的候選人均全部當選，隨後舉行第一次家教會會議，並選出蔡麗詩女士為新一屆主席，其餘各位委員職務分配如下：

職務	家長委員	教師委員
顧問		鍾慧晶校長
主席	蔡麗詩女士	
副主席		曾啟志副校長
聯絡	麥寶蘭女士	陳飛龍專責主任
財政	李永輝先生	吳家欣老師
秘書	黃佩鳳女士 郭海飛先生	張澤鴻老師
康樂	李向群女士	戴旭慈老師
總務	林紹民先生 楊佩羚女士	鍾健敏老師



家長校董選舉



第六屆(2023-2025)法團校董會家長校董選舉於5-6月期間進行，本會於6月20日進行點票工作，經點算後，李永輝先生將出任「家長校董」，黃佩鳳女士將出任「替代家長校董」。本會恭賀兩位當選，共同推動學校向前發展。

新任家長委員自我介紹



林紹民先生 (一善班林楠家長)

我一直在企業擔任管理工作，平常致力於社會義工活動，在文體活動及志願服務方面有一定經驗。本身對家委會認識不多，非常感恩能夠遇上一班熱心、有能力、富有奉獻精神的家長委員一同工作，還有盡心盡責的老師。我們在一起開會的次數不多，但彼此互相尊重、求同存異。期盼未來在豐富學校生活、推動互助互愛，做好每份義務工作，為學校、學生貢獻自己的一份力量，全心全意服務更多同學及家庭。



楊佩羚女士 (一望班徐嘉頤家長)

大家好，這是我第一年加入嶺南中學家長教師會，榮幸當選總務一職。在這一年裡，深深體會到家校合作對子女成長的重要性，在參與家教會各項事務和活動過程當中，感恩還有一班熱心家長義工的幫忙和支持，大家不分你我，共同為嶺南中學同學們出一分力。



李向群女士 (二愛班周凱然家長)

本年第一次加入嶺南中學家長教師會，並擔任康樂一職，除了積極參與學校舉辦的活動，平時也會與孩子們參加各項義工活動，例如：西貢檢垃圾活動，孩子擔任清潔大使，積極檢垃圾入收集袋，孩子們雖然疲憊，但這次的經歷也讓他們明白到施比受更為有福。我和孩子們當了義工後，深深感受到無私的奉獻，幫助別人，那種滿足感，非筆墨所能言喻！期望在家教會，未來也能为各位家長和學生舉辦更多的活動，為學校出一分力。

郭海飛先生 (一信班郭笑宇家長)

大家好，很榮幸在各位家長及學校的支持下，加入了家教會這個大家庭。家教會在培養孩子們健康成長的過程中，充當學校、家長和孩子們溝通的橋樑和紐帶，配合學校組織各類活動，讓教育不僅僅限於孩子對知識的學習，而在於德智體全面發展。

作為一位新移民，在參與家教會日常工作中得到了其他家長及老師的支援，從文化和價值觀上都收穫良多，通過參加學校組織的各類活動，了解了一些學校運作規則，也熟悉了學生的學習方式。作為家教會的一員，會跟從學校的腳步，和孩子一同進步，為孩子做好榜樣。



新任教師委員自我介紹



吳家欣老師

大家好，我是新加入學校家長教師會的吳家欣老師。在不同的家長教師會活動上，認識了不少熱心和充滿愛心的家長委員和義工，從中感受到大家對子女無窮的愛與關懷。期待與大家一起享受接下來一連串的家長教師會活動。



戴旭慈老師

我有兩個女兒，她們還小的時候，最常聽到：「媽咪…」 「媽咪…」 「媽咪…媽咪…」，在忙得團團轉的時候真的不想回應她們。但不知從那時開始，女兒們已經不再常常喊着需要媽咪了，她們開始有了自己的世界、有新結識的朋友、甚或跟我有不同的想法等等，這時才恍然感覺孩子們長大了。

記得懷著胎兒之時，懷孕帶來的種種不適，同事便說：「母愛真偉大」，但我從來也不覺得那是偉大的母愛，反而只記得嬰兒出世後，她們帶給我的歡樂，帶給我重新認識這個世界。我既是母親，也是老師，看見很多不同家庭的故事，不同父母的經歷，讓我體會到為人父母是一門需要小心拿捏的功課，一方面既要督促、管教子女，另一方面需要有胸襟、氣量去接受和欣賞子女的成長。

為人母親雖有十多年，需要學習的地方還有很多。孩子在不同成長階段，讓我們學效主耶穌的謙卑，跟著子女一起成長吧。

「銅鑼靜心」體驗活動



羅靜敏女士（一善班潘哲朗家長）

感謝家長教師會邀請到唐正馨校監於五月十三日與我們進行「銅鑼靜心」的體驗活動。在進行活動之時，那銅鑼震蕩聲、悅耳的叮鈴聲和清晰的流水聲，瞬間如進入無人之境，擁抱大自然，在半夢半醒之間身心得以釋懷，煩惱盡除，洗滌心靈。

除了以上的意外收穫，家長們能夠與唐正馨校監、曾啟志副校長和陳飛龍老師在活動後進行茶聚，讓我們可以暢談和交流現時管教孩子方法，這次難得的活動，真是一舉兩得。



家長日家長加油站



李佩儀女士（一信班吳伊澄家長）

大家好，小女兒今年剛升上中一，在新的環境下，盼望她能夠發掘潛能，愉快學習。在二月初時，在家長教師會委員的邀請下參與了家長日「家長加油站」義工活動，當天，家長義工們除了宣傳家教會的活動之外，也邀請家長們在展板上留下加油打氣的心聲，家長們踴躍參與，從大家的留言當中，體會到每一位家長都給學生無比的愛及支持。在此希望各位同學能夠展翅飛翔，達成所願。



嶺南百周年校慶感恩崇拜暨開放日



黃佩鳳女士（五望班甄倬賢家長）

2022年11月19日，本人很榮幸出席了「嶺南100周年校慶感恩崇拜暨開放日」，當天場面熱鬧非常，張燈結綵，各式各樣的攤位遊戲，遊人如織，出席的嘉賓們沉浸於喜慶當中。

為了迎接百周年校慶，我們家教會也精心預備了攤位遊戲，嘉賓們熱情投入，挑戰一道又一道難關，完成遊戲後，大家都提著紀念品離開，樂此不疲。當天除了我們家教會的攤位，旁邊的便是嶺南小學的攤位，他們的積極參與，讓我真正感受到嶺南一家親的情誼。

除了形形色色的攤位，更讓我感動的是看見很多畢業良久的舊生回來母校，其中一位媽媽，手牽著兩歲多的女兒，背後揹著十個月大的嬰兒與曾經教導他們的老師在談天說地，這份師生情誼一直在我腦中縈迴不去，歲月縱使流逝，也不減這份嶺南情誼，百年樹人，作育英才。



嶺南百周年校慶晚宴



李永輝先生（五愛班李浚謙家長）

嶺南中學作育英才至今整整一百年，兒子加入嶺南中學這個大家庭，雖然短短只有五年，卻也讓我們感受到嶺南中學厚重的歷史、師生的情誼。

在2022年12月10日，作為家長教師會的家長代表，好榮幸出席了嶺南百周年校慶晚宴，當天晚宴嶺南機構的辦學團體、教職員和歷屆校友均盛裝出席，大家濟濟一堂共賀嶺南百年。當晚節目非常豐富，出席的代表不分年齡、不分地域，細數在嶺南的點滴，場面溫馨熱鬧。而我的兒子有幸擔任場內其中一位工作人員，目睹兒子有條不紊協助活動進行，也讓我真正體會到孩子已由一位當初懵懂的小學生，在經過嶺南中學教導下，逐漸變成一位成熟穩重的少年。

當晚晚宴有多位前輩學長們抒發胸臆，娓娓道來，讓我感受到嶺南中學的紅灰精神，即使經過一百年的洗禮，仍在發光發熱，為新一代的嶺南中學學生們開啟新篇章。





鞠虹霞女士 (六愛班王皓生家長)

2023年2月11日，是嶺南中學百年校慶春茗的日子。踏著春的氣息，進入學校禮堂，「凝聚感恩，百載同心」的巨大橫幅映入眼簾。早春的校園，乍暖還寒，但一眾嶺南人的心卻是火熱的。

當晚的春茗以自助餐的形式舉辦，昔日教職員、嶺中學長及現任教職員、學生、家長，舊友新知，共聚一堂，分享師生感情、同窗誼，更難得的是，身在海外的嶺南遊子也通過視像跟大家見面，閒話當年。除了享用美食，大會還安排了跨代嶺南人進行才藝表演、嶺中故事分享及春茗大抽獎。

紅灰傳承，為神為國為嶺南，百周年校慶春茗在牧師的祝禱中完滿落幕。祝願嶺南百年再百年，一代又一代孕育英才，造福社會。

付靜女士 (三望班黎梓萱家長)

很榮幸出席參加了嶺南中學百周年校慶春茗。當晚，台上表演的節目豐富多采，同學們多才多藝，食物美味可口，氣氛熱情洋溢。其中最為難忘便是能與曾啟志副校長和老師、家長和同學們一起上台表演大合唱「神來到」。在曾副校長的結他伴奏中，大家盡情地歌唱，用歌聲讚美祝福眾人。

今年是嶺南中學創校一百周年的特別日子，十年樹木，百年樹人。嶺南中學春風化雨一百載，作育英才，一代一代的嶺南人秉承著紅灰精神，服務社會。

孟園園女士 (三真班陳錦霖家長)

大家好，有幸出席參加了二月學校舉辦的百周年校慶春茗。當晚節目豐富，台上有多才多藝的學生表演，台下的老師、家長和同學們言談輕鬆，閒話家常，既體驗了師生之間的真誠可貴，同時透過當晚的宴會，也讓我了解學校百年歷史，不同時期校長的用心經營，老師的言傳身教和學生們尊師重道、積極向上的優良傳統，散發著紅灰精神。藉此也祝福校長、各位教職員身心康泰，同學們學有所長。





嶺步同行籌款日

楊佩羚女士（一望班徐嘉頤家長）

星期日慣常是休息的日子，但四月二十三日卻有點例外，因為這天和幾位家長代表嶺南中學家教會參加了一年一度的嶺步同行籌款日。

當天天朗氣清，是次活動在西九文化區海濱環迴步行徑舉行，參加步行的人士都穿上由大會提供的運動衣服，大家齊心合力，用行動為嶺南出一分力。嶺南中學鼎力支持這次活動，出席人數眾多，並獲得大會頒贈「學校最多人數參與獎」。

整個嶺步同行籌款，大家步行約一小時到達終點，沿途風景怡人，大家談笑風生。透過這個活動，也提醒著我，人生就像馬拉松，總會遇上曲折，但勇於跨過後，付出定會有所收穫。



膳食監察活動

黎小敏女士（一真班黎文樂家長）

感謝家教會和學校的貼心安排，讓作為中一家長的我們，可以和其他家長義工一起親身體驗和了解孩子在校內的膳食情況。當天，我們共試食了四款午餐，均是低鹽、低糖和低脂的有益飯菜。另外小食部提供的食物，種類繁多，我們試食了大部分食物，味道均很不錯，其中蔥油餅最為特別。為了讓孩子吸取更均衡的營養，期望推出更多不同的健康食品，如增加蔬菜和水果份量。

十分感謝學校和家教會的緊密合作，也欣賞校方花費不少心思去選擇膳食供應商，為孩子提供優質健康的午餐。期望往後能夠繼續參與試食活動。



聖誕加油打氣包

梁可宜女士（一信班李子毅家長）

去年12月上旬，收到家教會主席在家長義工群組內邀請家長協助聖誕加油打氣包活動，希望藉此活動為學生考試打打氣。心裡非常感恩能夠參與此項活動，大家共同為全校學生送上一份支持與鼓勵。

憶起包裝禮物當天，各位老師、家教會主席、家委們和十多位家長義工齊集學校課室，一起為製作打氣包做準備。雖然當天天氣寒冷，但各人都懷著愛心和熱誠，為學生預備打氣包。我們各位家長雖然是第一次碰面合作，但各人互相幫助，團結一心，打氣包比預期提早完成。眾人看著一箱箱包裝好的打氣包，想像學生們收到禮物時快樂的樣子，心裡有著說不出的快樂。

在派發禮物當天早上，家教會委員和十多位家長義工們齊集學校小食部，將預備好的打氣包送給剛進校門的學生們。當天天氣雖然十分寒冷，但無阻我們火熱的心為學生們送上祝福，一句的「聖誕快樂，身體健康」，包含著校長、老師，家長們對學生的愛、關懷和祝福。願主祝福，看顧，保守你們。



親子教育講座



陳慧怡女士（一望班黃子倬家長）

家長教師會於5月5日邀請知名親子教育顧問陳廷三博士進行講座，講座的主題是「疫情後家長對反叛期子女的管教」。當晚下班後，隨即趕到學校，幸好講座才剛剛開始，雖然整個演講並沒有任何稿子和幻燈片，但陳博士以他豐富的人生閱歷，配以生動的演繹，將講座變得非常充實和有趣。當中最讓我印象深刻的便是父母與孩子骨肉情的關係，如何在疫情後，特別在世界不斷變動的漩渦拉扯之間，保持與子女的關係，當中的內容確實發人深省。



陸運會親子競技



林可儀女士（一善班鄭璟滙家長）

嶺南中學一年一度舉行的陸運會，為我與孩子帶來了一段難忘的回憶。

在學校準備陸運會時，兒子每天放學後都會懷著興奮的心情，努力練習「啦啦隊」的舞步。為了感受他的付出和努力成果，在陸運會當天，我親身到運動場支持他，此外，我們也報名參加了親子競技比賽，一同感受比賽中的喜悅。

陸運會當天早上，天氣雖然不太穩定，並帶有毛毛細雨，幸好開始比賽時，雨便停下來，還偶爾出現了陽光。在落場比賽時，與孩子一同進行了二人三足和親子接力賽，雖然在接力賽時，不小心跌倒和感到痛楚，但在陳飛龍老師的鼓勵之下，一直陪著我跑到終點，孩子也為我感到驕傲。

最後坐在觀眾席上欣賞健兒在場上比拚，四社同學們的悉心打扮，以及啦啦隊的落力打氣，他們喊著每一個口號都能激發健兒的潛能，那份熱誠及團隊精神，真的值得學習。最後，很欣賞各社啦啦隊比賽，他們都各顯特色，同學排列整齊、舞步合拍和精彩配合，深深體會到老師們也付出不少，感謝學校的悉心安排，讓我留下美好回憶。



親子購書樂 - 書店導賞遊

黎太（一望班黎芷喬家長）

首先多謝學校家教會與圖書館合辦「親子購書樂-書店導賞遊」這個活動。透過到商務印書館參觀，令我增加了對書店的認識，也藉此增進親子關係。

在科技發達的年代，電子產品千變萬化，確實容易讓人沉迷其中，現在，不論大人或小孩大都是機不離手。細想一下才驚覺自己已經很久沒有認真拿著一本書閱讀，透過這個活動，讓我感覺到這種實在的閱讀經歷，當中的樂趣是電子產品無法取代的。

本次活動不僅讓我們重新提起了對閱讀的興趣，同時也希望自己能夠將這一份讀書的樂趣帶給下一代，讓他們能夠建立一個良好的閱讀習慣。再次感謝學校舉辦這個活動，希望將來能參與更多家教會舉辦的同類型活動。



親子閱讀優秀作品 獲獎名單

- | | |
|-----|-------|
| 1 信 | 李子毅同學 |
| 1 望 | 徐嘉頤同學 |
| 2 信 | 衛煥欣同學 |



2022 家長也敬師

麥寶蘭女士 (六望班朱焯琛家長)

因為疫情關係，這兩年來不少精彩的活動都被迫取消或者縮細規模，很高興去年可以再次以「實體」和同學一起參與「家長也敬師」活動。

是次活動我們召集了一班家長義工，在當天早晨向回校的老師及同工親自送上小小禮物（包括餅食、健康茶包和水果等），聊表心意。安頓下來後，老師及同學聚首禮堂，家長代表上台分享對老師的謝意。這幾年在新常態下，老師和同學一樣面對新挑戰，適應新的教學模式。老師們在背後所花的時間及心機一定比以往面授時間為多。目的是希望能夠追到面授課堂進度，同學們不會落後得太多。而在疫情初期，家長會接到好多電話，不是推銷電話，也不是電話騙案，致電給家長們的正是班主任、不同的科任老師和學校同工，老師們不厭其煩地在關心同學在家的情況，學習進度和身心靈的需要，感覺好窩心好感動。最後在此再次說聲：謝謝老師！



奮進班家長講座

鍾健敏老師

學校在本學年一共舉辦了三場網上「初中家長奮進班」，邀請不同講者與家長分享陪伴孩子成長的心得。

學年初，學校邀請香港青年協會家長全動網黃筠媛姑娘與家長們剖析21世紀的網絡危機，讓家長知悉現今常見網絡陷阱，提醒家長多關心子女使用網絡的情況。

此外，配合學校推動成長思維的理念，學校亦在下學期邀請國際認證企業、團隊及生涯教練吳文軒先生與家長介紹「成長思維」。透過吳先生既生動又生活化的講解，不少家長都明白培養成長思維的重要，以及給予孩子正面回饋的方法。

及後，學校再次邀請家長全動網主任凌婉君姑娘以「子女解憂有辦法」為題，與家長分享為子女分憂，有效給予「愛的語言」的方法，令家長們獲益良多。

2022-2023 年度家長教師會全年活動一覽表

舉辦日期	活動名稱	舉辦日期	活動名稱
14/10/2022	舉辦「第二十三屆會員大會暨常務委員會委員選舉」	21/4/2023	舉辦「陸運會親子競技賽」
19/11/2022	參與「嶺南中學百周年校慶感恩崇拜」	23/4/2023	參與「嶺南大學 - 嶺步同行籌款日」
19/11/2022	舉辦「開放日家校合作顯愛心攤位活動」	29/4/2023	舉辦「親子購書樂活動 - 書店導賞遊」
10/12/2022	參與「2022 嶺南同學日聯歡晚會暨嶺南中學創校 100 周年誌慶」	5/5/2023	舉辦「家長教育講座 - 疫情後家長對反叛期子女的管教」
21/12/2022	舉辦「聖誕加油打氣包派發活動」	13/5/2023	舉辦「銅鑼靜心體驗活動」
11/2/2023	參與「嶺南中學百周年校慶春茗」	30/6/2023	參與「嶺南中學畢業暨頒獎典禮」
17/2/2023	舉辦「家長加油站」(家長日活動)	11/7/2023	舉辦「家長也敬師活動」
30/3/2023	舉辦「膳食監察活動」	12/7/2023	出版「第三十期會訊」
19/4/2023	參與「伴我同行獎勵計劃」		

2022-2023 年度家長教師會財務報告 (截至五月三十一日)

財政收支表一：本會收支

項目	收入 \$	支出 \$
上年度結餘	53,460.40	
百周年校慶開放日攤位		921.80
家長長期服務獎		300.00
聖誕打氣包		13,624.00
香港東區家長教師會聯會會費		300.00
家長加油站活動支出		54.00
嶺步同行捐款		2,000.00
合計	53,460.00	17,199.80
結餘		36,260.60
	53,460.40	53,460.40

財政收支表二：教育局資助家教會支出

項目	收入 \$	支出 \$
上年度結餘	55,576.50	
政府資助 - 經常津貼	5,855.00	
政府資助	20,000.00	
家長教育講座		6,000.00
合計	81,432.00	6,000.00
結餘		75,431.50
	81,431.50	81,431.50
本會帳戶結餘	36,260.60	
教育局帳戶結餘	75,431.50	
	111,692.10	