培僑中學

PUI KIU MIDDLE SCHOOL







校刊新第四十五期

二零二二年七月


恒豐證券有限公司
恒豐期貨有限公司
投資理財　創富良友
money keeps rolling.
致意
香港中環皇后大道中26號華懋中心2期28樓
28/F., Two Chinachem Central, 26 Des Voeux Road Central, Central, Hong Kong
Tel: (852) 2147 9898　Fax: (852) 2810 6975　Website: http://www.christfund.com.hk

目錄

卷首語

題字　吳康民主席 1

卷首語　曾鈺成校監 2

校務綜述 3

全體教職工合照 7

同窗共影 8

75周年校慶活動

典禮 22

學科展覽 28

文藝匯演 46

壁報比賽 48

晚宴 53

紀念特刊及紀念短片 55

喜訊 59

對新一任行政長官的建言 77

校園消息 82

學科與工作組活動 92

校際及校內課外活動成績 110

校隊合照 112

宿舍之頁 115

學生會之頁 119

家教會之頁 120

校友會之頁 121

教師、家長、校友專稿

Daniel Bird 126

魏文杰家長 129

程詠彤校友 130

學生作品

學生獲獎佳作 132

學生中文佳作 140

Outstanding Student Work 148

廣告 161



培僑教育機構董事會
吳康民主席

樂育英才

吳康民



曾鈺成校監

培僑中學七十五周年校慶剛過去不久，我們又熱列慶祝香港回歸祖國二十五周年。

隨著香港回歸，培僑發展的歷史翻開了新的一頁。在特區政府的支持下，培僑小學和中小學「一條龍」的培僑書院先後辦起來，並以優異的辦學成績贏得家長的歡迎和特區政府的嘉許。乘著粵港澳大灣區發展的機遇，我們前往深圳辦學，已取得初步成功，令人鼓舞。我們有七十多年辦學經驗的培僑中學「正校」，也充分發揮傳統愛國學校的優勢，克服在社會發展中一般學校要面對的種種困難，與時並進，不斷創出新的成績。

在慶祝回歸二十五周年的時候，中央和特區政府都強調香港正處在「由治及興」的關鍵時期，同時強調落實「愛國者治港」的重要性。學校在新時代的責任，一方面要教導學生在珍惜當前發展機遇的同時，要明白到安全穩定的社會環境來之不易，需要人人樹立自覺的守法意識，一起去維護；另一方面要提高學生的國民身份認同和愛國主義精神，為「愛國者治港」培養人才。我校一貫高舉愛國旗幟，對這重要的教育任務自是責無旁貸。

第六屆行政長官李家超先生在他的選舉政綱裡提出有關教育的多項措施，包括加強教師專業操守和培訓、普及STEAM教育、開拓大灣區的機遇、促進家校合作等，這些措施早已成為我校的努力方向。對於提高學生的國家意識和民族認同，特區政府從來沒有像現在這樣重視，這更是與我校的辦學方針完全一致。我們要加倍努力，配合新一屆政府落實「優化教育、裝備未來」的政綱，為發展愛國教育事業，為培養愛國愛港、德才兼備的年輕一代，作出更大的貢獻。

校務綜述

伍煥杰校長

培僑中學辦學76年，始終堅持「培才思報國，僑教在精誠」的辦學理念，不管條件多困難，疫情多險峻，我們培僑人始終團結一致，努力傳承與創新，讓我們的莘莘學子能好好學習，茁壯成長。新冠疫情肆虐近三年，我們盡力把對學生學習的影響降到最低，增設電子教學設備，積極推動電子教學，讓學生可以隨時隨地、持續有序地進行學習；開展各種形式的愛國教育，增強學生的國民身份認同。

疫情阻擋不了我們前進

堅持停課不停教，停課不停學

2021年度適逢培僑中學建校 75周年，我們在疫情嚴控的前提下，舉辦了一系列慶祝75周年校慶的教育活動，宣揚培僑辦學的愛國理念，弘揚正能量，邀請在港的培僑人參與，也利用網上直播的形式讓世界各地的培僑人「雲參與」。75周年校慶教育活動啟動禮的地點因疫情關係由會展中心改到兆基堂，規模雖縮小了，但有幸得到香港特別行政區行政長官林鄭月娥女士、中央駐港聯絡辦公室副主任譚鐵牛院士、中央駐港部隊政治工作部副主任漆曉春大校親臨主禮，並由駐港部隊儀仗隊親臨學校主持升國旗儀式。他們的到來，肯定我們為祖國發展培養建國建港人才的工作。在符合防疫條例的要求下，我們組織了兩場學科展覽，兩場學生文藝表演，活動成功舉行，師生盡興演出，得到社會各界與會人士的肯定和讚賞。



疫情中，我們最關注學生的成長和學習：在中一加派人手，班級數量增至五班，每班備配兩位班主任，降低師生比例，借助小班教學的優勢，更全面地關注中一學生的身心發展和學習需要；增加英文加強班數量，滿足學生對於英文學習的需要。

疫情中，持續加強校本STEAM教育發展，增加硬件設備，如新設的三間資訊科技教育室，常設大疆RoboMaster 戰車和無人機的比賽場地；引入高校資源，和城市大學電腦學系合作增設水底機械人課程，增加編程的教學內容，豐富了同學們的STEAM課程體驗；拓展校外發展空間，成為Apple Swift Coding Club創會會員學校；拓寬學習的平台，組織學生參與比賽和挑戰，提升他們對STEAM學習的興趣。在最近參加的「科創．起．承青年科技創新教育計劃比賽」中，學生在第二、三部份分別得到亞軍、季軍的優異成績。

繼續重視和推廣閱讀，持續引進不同的電子閱讀平台，為學生提供大量的閱讀資源，幫助他們於不同的時空持續地進行廣泛閱讀，培養閱讀的興趣，特別是英文的閱讀。

繼續支援住宿的學生，疫情下，在校住宿的跨境學童在週末和長假期仍需要生活上的支援，舍監全年無休，為他們提供適切的住宿支援，並在週末為留宿學生們組織不同的活動，豐富他們的週末生活。

荀子言：「學不可以已」，在培僑學習社群中，家長和老師都在積極地面對疫情帶來的挑戰，持續地學習。家長學堂也與時並進，以網課形式開展，讓家長們體驗網課學習模式，重點探討學生因持續上網課而造成上網成癮的家庭預防措施。教師專業發展也在疫情下如常進行。本學年除了持續的教師專業發展課程，為任教三年或以下的新老師們新增了「新教師培訓課程」，通過觀課、評課等一系統教學指導活動，幫助新老師快速成長。

引領學生關心社會，積極參與愛國主義教育活動



為慶祝中華人民共和國成立72周年，我們舉行了奏唱國歌、升國旗儀式，並邀請曾鈺成校監為全校師生進行國慶主題周會「與同學們談國家《十四五》規劃」。曾校監全面梳理、提綱挈領、深入淺出地介紹，他鼓勵培僑人深入探究《十四五》規劃給香港青年學生帶來的發展機遇。十月一日國慶日，培僑中學師生代表獲駐港部隊邀請，赴昂船州軍營參與三軍儀仗隊的隆重升旗典禮，並參觀駐香港部隊展覽中心。

組織師生參加「尋訪抗戰足跡 聆聽歷史故事」考察活動，到訪黃毛應村、斬竹灣抗日英烈紀念碑、世界地質公園、橋咀洲等地，進行實地考察，尋訪抗戰時期的足跡。銘記歷史，立志報國。

組織學生參與「超哥聽你講」活動，由學生會代表向第六屆候任的特區政府提出和教育、青年發展相關的政策。中四級王雅渝同學更獲邀出席候任行政長官李家超先生的「我和我們 同開新篇」競選活動造勢大會，以青年學生的身份第一位發言，表現出色，獲在場人士高度讚揚。

組織全校學生參加「國家憲法日」網上問答比賽，中三級陳日羲同學獲中學組亞軍，全校獲「最積極參與學校」稱號。

組織學生在線觀看北京冬奧運動會，學習運動員的拚搏精神；鼓勵學生參與報刊徵文比賽，提高學生的參與感，數位同學的作品榮獲獎項，並刊登於報章供全港市民共賞。

組織中二級學生赴東龍島的海岸線進行拾塑膠垃圾活動，提升學生的環保意識，同時為慶祝香港回歸祖國25周年，我們組織同學們堆砌出「25A」的字體。我們的升旗隊自己攜帶流動旗桿和國旗，冒著38度的烈日，在東龍島上進行了歷史上首次的奏唱國歌及升國旗儀式。我們期盼在祖國的每吋領土上都有機會升起我們的五星紅旗。

舉辦「莊世平事蹟展」校內展覽。把莊老的愛國實幹精神傳到學校，近距離向師生們展示「愛國者的典範」，以推動學校的愛國教育。

舉辦慶祝香港回歸祖國25周年升旗禮，培僑教育機構在七月一日由四校的升旗隊合作升旗，出席代表包括培僑中學、培僑小學、培僑書院、培僑國際幼稚園暨幼兒園的教師、學生代表、家長、校友會代表、培僑舊生家長會代表、香港教育研究中心和一批內地老師，一同參與簡單而隆重的慶典。







注重學生的全面發展

疫情中的教育，我們重視學生的學業成績，更重視學生的全人發展，通過與城市大學合作，增設「正向教育」課程，以發掘、培養和發揮學生個人的長處和潛能為目標，推動學生個人發展正向素質，積極面對生活中的壓力和挑戰。



為確保學生能持續運動，我們籌款增建健身室，既有健身器械，又有能經網絡與世界各地健兒比賽的健身單車，幫助學生與外界建立聯繫。我們希望培僑人能擁有堅毅的意志和強健的體魄面對各種挑戰。

秉承培僑的優良傳統，學校泳隊在全港校際游泳比賽中，成績優異，一共獲得17面個人項目獎牌，8面接力項目獎牌，6項團體獎牌（男子A組團體季軍；男子B組團體冠軍；男子C組團體冠軍；女子A組團體殿軍；女子B組團體冠軍；女子C組團體季軍）以及男子團體全場總冠軍，女子團體全場總亞軍。這是本校泳隊在學界游泳比賽中歷來最好的成績。這成績來之不易，在此恭喜健兒們，也感謝他們為校爭光。

校內的運動競技比賽不減同學競技的熱情，以班為單位的新興運動比賽項目，增強中一至中五各班級的團結，也激發了同學們的鬥志。

堅持引領學生關心社會時事，支持政府齊心抗疫

抗疫假期，面對第五波疫情，組織了近200位培僑人擔任義工參加「政府抗疫物資包裝服務」，熱心的校友、家長、師生一齊出動，三天內完成超過兩萬包的抗疫物資的包裝工作，送給東區的家庭，齊心抗疫。大家的工作態度認真積極，更榮獲民政事務局長頒發「抗疫義工嘉許狀」。

積極配合特區政府的抗疫措施，全校注射兩劑新冠疫苗的教職工達百分之百，學生也超過九成，並於六月六日恢復全校全日面授課堂。

感恩得到社會人士的支持和鼓勵



因為疫情，我們未能如常組織學生到內地學習和考察，幸有祖國堅強的後盾，幸好得到各屆人士對我們的支援。

感謝北京市政協雪中送碳，在國情教育方面給予我們強而有力的支持，舉辦「港澳青少年國情教育空中課堂」，透過網絡視頻連線形式把國情課送給我們。第一課，于海將軍給初中的同學們講「我們的國歌」，給同學們留下了深刻的印象。在于將軍的專業解說下，同學們把自己和國歌緊密聯繫在一起，加深了同學們對國歌的認識，增強了他們的國民身份認同。由其他專家主講的精彩網課將陸續推送給培僑的師生。

感謝中科院對我們科技教育發展的支持，疫情中，派出路中華老師和袁嵐峰老師，分別到校給高一和高二的學生講「大腦的奧秘」與「量子和我們的生活」兩大科普主題，同學們受益良多。

感謝理工大學對本校STEAM教育的支持，邀請培僑中學師生進入理工大學深空實驗室參觀。在此特別感謝容啟亮教授和吳波教授親自接待，詳細為培僑師生介紹理工大學深空探索項目，啟發同學們參與祖國太空事業建設的夢想。及後，我們組織同學向身處天宮的中國宇航員寫信，表達同學們的深情問候，並向宇航員提問關於天宮中的工作和生活。

感恩得到寶貴的機會，在中華人民共和國執政黨慶祝建黨100周年紀念日，我校升旗隊隊長羅鈺帆同學獲邀代表香港青年學生，出席北京天安門廣場的萬人慶典，近距離聆聽習主席的講話。



感恩繼續獲得清華、北大和復旦大學的實名推薦名額：包括有范樂恒同學獲北京大學城鄉規劃學系預先錄取；鄭偉丞同學經清華大學經濟、金融及管理學系預先錄取；張文強同學獲復旦大學經濟管理試驗班預先錄取；洪琪翔同學獲復旦大學歷史學類學系預先錄取；戴晴卉同學獲復旦大學法學系預先錄取。

感恩香港特別行政區財政司長陳茂波先生於百忙之中，撥冗出席畢業典禮，並致勉詞，也衷心感謝科技大學副校長汪揚教授、立法會議員楊永杰校友，出席畢業典禮並擔任頒獎嘉賓，為疫情下的畢業典禮增添光彩。

最後，引用孟子的名句與大家共勉：「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨」。疫情終將成為過去，但疫情中，我們齊心協力戰勝一個又一個的挑戰。這些經歷和能力，將會成為我們的底氣去面對未知的將來。也促使我們有更大的能量，為實現中華民族偉大復興，為中國夢而作出貢獻。

全體教職工合照



第五行　李振禹　林源富　顏瑞駿　陳韋賢　呂俊銘　王詩銘　何立仁　陳文豪　陳勁力　黎國祥
陳自強　吳宏榮　黃志強　張以立　韋智航　王鎮耀　鍾樂天　李建樂　穆家駿　容向東
甄志佳

第四行　黃燕霞　黃宇雯　吳家強　丁江浩　王　勇　林慶旭　翟閔哲　施騰皓　林　澔　施子軒
陳志興　陳志明　鍾宇生　Daniel Bird　陳子聰　劉鈞榮　譚偉強　鄭冰靈　冼淑鈴
羅嘉儀

第三行　吳麗孟　劉麗芳　陳瑞欣　黃美芬　孔秀珍　葉映泉　譚小銘　陳　明　關頌華　劉芷勳
黃德雅　李桃花　溫凱盈　林婷蘭　胡蔚茵　黃穎妍　林　楊　馮惠卿　傅尤麗　陳玉金
馮潔梅　吳麗明　張思琦　余嘉美

第二行　馮穎姿　吳紅紅　黃靖琳　佘　敏　鄧麗珊　何珈麗　梁惠玲　李哲一　吳金浮　鍾宛珊
黃慧賢　黃　密　劉敏如　唐穎芝　周靖虹　陳健彩　李穎翹　李小姍　白燕湘　蔡麗英
李麗明　李敏儀　鍾為民

第一行　何燕芬　葉就威　郭曉葆　李白薇　姚加挺　曾志群　羅建華　伍煥杰　曾鈺成　吳康民
周世耀　梁國偉　吳水拔　陳浩俊　劉靜儀　何學楓　鍾梅美　蔣欣欣

中六級畢業同學名單



6A班

章善行　戴煒鎮　馮錦聰　洪琪翔　黃　吉　柯幸妮　關天正　黎倩宜　劉可基　劉柏營
李國顥　李彥萱　林希恒　羅傲揚　呂元博　吳　隽　吳凱盈　石采珩　施鴻霈　沈方晟
孫家輝　施明國　譚志朗　曾慶豪　蔡芷琪　徐泳儀　王瓏璋　王雅誼　許嘉榮　楊鎧彤
張怡雯

6B班

鄭凱言　朱邁濠　朱梓程　崔卓嵐　戴晴卉　何思為　賴澔泓　林嘉穎　劉煌燊　李貝蓁
梁雋彥　林禮杰　廖兆陽　施佳盈　施芷婷　帥淇露　孫正揚　施穎妍　王詩語　黃希桐
黃苑棋　吳靜薇　吳嘉琪　姚　新　姚禹城　邱青霖　張婉萍　張文强　趙嘉儀　鄭偉丞
李思瑤

6C班

歐陽逸朗　陳健城　張芷凝　鄭鈁禧　張松濤　蔣誠軒　朱倬頤　范樂恒　洪希鈺　洪兆顯
郭子韻　郭琛妍　郭禮俊　黎耀徽　吳克家　秦宏偉　鄧穎詩　王宏業　王鴻霖　黃稚斯
胡安逸　楊善媚　葉皓翹　張浩倫　周元琦　張正怡

6D班

陳梓丰　陳詠琳　鄒雨珊　詹傑琳　蔡煜正　何凱文　洪培霖　許穎寶　劉穎瑜　李倚臨
梁藍夢　李澤誠　林梓杭　勞家恩　盧敏茜　呂曉東　窩瀚妍　蔡靜軒　蔡靜怡　王雅欣
黃稚然　黃　正　黃小茹　楊梅傑　姚佳逸　楊　江　楊樂謙　袁小緣　蔡梓航

同窗共影



黃曉諭　丘漢彥　陳性至　汪致樂　吳宗祐　陳靖滔　蔡文睿　陳弈希　馮灝銘
朱芷穎　麥栩榕　吳以芊　李斗希　陳柏衛　張丞烽　陳敬晞　曾睿恆　冼可峰　劉萬翹
李晞桐　梁依旎　王霖　陳思諭　林婷蘭老師　温凱盈老師　李尚軒　李卓林　盧芷濈　吳梓瑜



宮敬宸　莊卓珽　何曉鋒　梁灝滔　肖涵宇　魏子涵　盧衍浩　廖承瀚　張子謙　張迪浩
林琳　辜善悠　林辰意　唐鑫莉　黃智恒　施佳源　郭韋德　邱昕慧　林辰心　黃萱
謝天恩　孫慧芯　周頌淇　古可兒　李哲一老師　何立仁老師　林熙　李籽墨　陳鋅洳　甘焯瑩

中一C



劉兆　楊子朗　黃浚洲　劉子樂　陳俊熹　陳卓　凡鼎奇　蔡震銘　吳厚霈　李淳軒　馮宇軒　吳思賢　鄺文涵
王諾琋　程燁鑫　李昱萌　王樂萱　陳坤儀　王勇老師　鍾為民老師　胡顯灝　陳卓盈　賴珈穎　蔡梓霖　王薇嘉
缺席：侯泊丞

中一D



北濟銘　楊凱文　劉弈希　吳依洛　余思哲　陳律言　李焯軒　郭舜堯
王紹泓　張溢桁　李雨熙　盧美寶　余芷晴　王藝樺　周正男　陳彥宏　蔡鈞濠
留佩雯　陳采嵐　唐沐恩　林千惠　丁江浩老師　黃宇雯老師　劉嘉樂　黎紫馨　蔡希敏　潘迎紫
缺席：夏璟瑜

同窗共影



黃港灃　蔣家灝　羅啟冲　葉朗　孫家陽　謝嘉寶　陳家保　余懿洛　林子徐　陳希哲
徐睿華　簡悠真　謝漢賢　邱曉蔚　趙雪晴　李苑榕　朱翹亮　佟柏熹　陳頌樺　梁正譽
黃沛晞　尤敏家　許梓晴　王楚瑜　冼淑鈴老師　陳文豪老師　柯銘言　陳泳而　伍雅晴　陳思慧

中二A



楊亮庭　吳家傑　湯銘軒　梅玉麟　廖兆琦　江博謙　夏洵武　洪桂源　張桐路　黃朗峰　楊棋洛　黃祺凱　關俊鏗
潘紀霖　林泳彤　張嘉怡　蔡依冉　郭曉智　蔡星彤　劉焯賢　許君豪　黃政利　羅智朗　劉思晨　郭樂怡　方子墨
鄧芷君　朱芷瑤　李欣曄　許淳貽　施瑀　佘敏老師　陳自強老師　孫翰文　陳鈺昕　陳紀柔　謝心悅　盧彥臻

中二B



沈冠曦　李澤鋒　盧衍鏵　黃嘉朗　程潤宏　謝栢睿
李梓樂　林樂堯　廖宏達　李宸宇　陳志明　蘇文宇　趙昱睿　梁濯天　黃靖楠　張久宁
劉曉迎　黃梓瑜　黃恩祈　區曉琳　謝沛霖　黃俏榕　張嘉懿　羅晨鈺　盧卓知　梁燁桐　吳汪琳
李綺雯　董子桐　鍾子琳　伍華樂　蔡慕雅　鍾宛珊老師　張以立老師　伍俊　陳東遠　鄭貽　王嘉怡　陳盈希
缺席：潘曉賢

同窗共影



林津賢　魏喆霖　吳朗軒　周瑋曦　陳樂熙　梁君諾　陳浚禧　郭正謙
劉致寬　楊啓灝　陳俊安　王誠俊　余晉陞　關儉鍇　劉名鋒　吳卓謙　陳准　葉兆聰
陳玥澄　陳思羽　王雅琳　吳嘉沂　彭皓鉦　郭一衡　黃曉淇　彭程程　王梓　譚婧雯　李欣庭
李銘欣　曾靖媛　張一樂　林恩如　明卓怡　陳子聰老師　鍾樂天老師　施鎮泓　楊悅琪　譚希彤　吳晴茵　林樂童



張斯杰　林樂　崔瑞奇　許根榮　陳錦波　劉鑫
龐子維　李曉朗　杜益同　崔瑞鵬　梁宸滔　吳宗憲　黎健富　羅晞峻　吳昊熹　謝承安
陳心悠　紀秋旭　曾穎芝　劉奕嬛　賴紈攸　黃姿唯　鄺惠如　留曉盈　張睿恩　李嘉怡　陳婧如
許倩茵　張嘉敏　蔡彬楠　郭喜媛　黃詩淇　林楊老師　黃靖琳老師　李文軒　陳藻澤　黃藍　鍾韻晴　鄭卓芸



黎嘉晉　陳日羲　張嘉俊　張嘉聰　林弘洋　陳開元
孫繼賢　鄭洛　林梓皓　陳靜昊　王聿朗　蘇華祥　張卓貽　廖梓朝　林才聖　黃凱佳
黃樂琳　黎悅儀　鄭嘉伶　吳晟儀　蔡欣然　馮詩雅　陳天懿　李雨澄　黃雪盈　黃曉蕓　吳欣兒
温熙然　胡錦凡　曾梓欣　黃馨嫻　吳子瞳　劉敏如老師　穆家駿老師　王凱旋　陳亭蓉　林惠茵　陳彥澄　鄧明敏
缺席：李悠　鄭宇軒



張逸晞　葉世超　王子駿　黎啟航　洪東鏘　施晉軒　陳湧溢　陳昊亮　施佳豪　伍鈞浩　楊啟楠　黃喆秦
王泳欣　方芷淇　盧見知　朱芷漫　林俊希　姚竣琋　幸鉑鈞　彭俊博　孫梓睿　楊海茵　陳蔓琳　貝思燁
伍希鈺　潘樂澄　許素寧　李思慧　曾令彧　關頌華老師　李振禹老師　陳俊彥　李彥蔥　姚穎潼　潘欣彤　方紀意
缺席：曲木之懿

同窗共影



陳司恒　王俊權　單沛朗　蔡嘉華　譚子韜　郭子賢　萬梓賢　袁澤熙　李龍軒　鄧匡晟
連樂樂　施鎂嫻　張家齊　林景弘　陳胤鈞　王兮遠　李冠霖　蕭偉鴻　張捷瑞　劉浩齊　沈健朗
袁彩盈　洪迦瀅　李珺鈺　郭祉妤　梁泳欣　白燕湘老師　陳韋賢老師　魏濟擇　梁滔橋　洪嘉煦　姚欣琪　林頌恩
缺席：胡藝斐　陳雋璁　林國良



彭詩諾　劉劍鋒　袁敏堯　吳慶揚　賴振釗　梁諾行　李尚原　吳浩哲
陳維姿　方詩嫚　李彥澤　洪佳鑫　郭安東　鄭彥民　王清然　何振庭　王胤鐸　陳紫陌　吳凱瑤
侯釭莎　廖穎琦　高宇婕　林泳鈞　陳奕錕　吳宏榮老師　黃密老師　盧俊熙　吳曉晴　陳姿伶　黃婧明　黃紀茵
缺席：樊倬云　王曉彤



張子謙　蔡浩霖　余霆謙　葉熙進　葉宋文　李嘉駿　范子軒　于海文　周頌曦　卓希朗　陳振豪　陳鈞輝
黃瓊儀　吳柔霈　鄧正熙　黃博豪　吳佳灝　蔡哲恒　香梓聰　許嘉濠　冼家軒　丁嘉欣　李瑭璠　陳曉浠
王詩琦　王雅渝　巫麗盈　鄭曉朵　陳沛伶　何燕芬老師　李小姍老師　李耀庭　許婧怡　劉国瑶　梁靜柔　劉瑞希
缺席：王怡寧

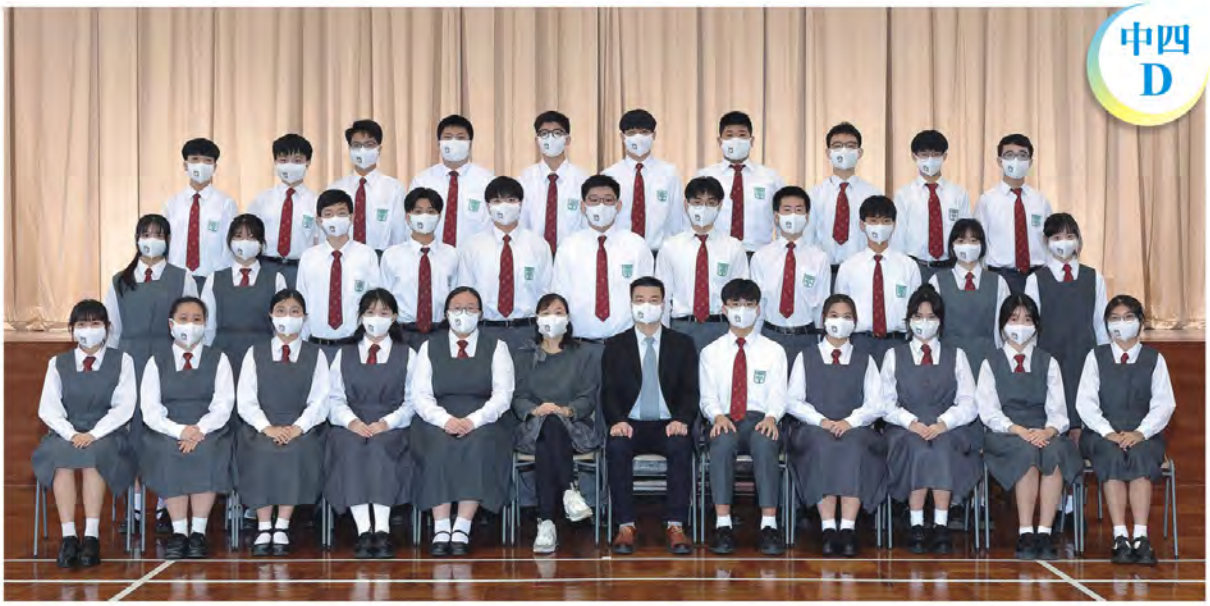


王楨豪　邱煒傑　吳嘉諾　蔡坤煌　梁耀庭　蔡梓鵬　吳偉昇
謝俊熹　吳俊豪　黃凱謙　廖振熙　胡梓謙　鄧致佳　施晉銘　鄧光昊　黃俊穎　鄭志燁
鄭晴兒　蘇婉嵐　鄭佩弦　李姵瑩　甄浩汶　陳德熙　林晏瑱　王建威　曾鈺晴　黃嘉杏　鍾米琪
林浩怡　陳己　尹景瑩　陳妍心　黎悅芯　劉靜儀老師　黃燕霞老師　吳柏源　霍詠詩　李楚瑜　宋可馨　周柏琦

同窗共影



梁毅衡　陳嘉賢　黃煜周　劉銘浩　林昱丞　劉浚浠　吳星瀚　許佳壕　周月生　郭鎧亮　黃麟程　李偉霖　謝旻熹
洪希藍　杜光如　張震熙　李文睿　黃仁保　陳仲軒　盧彥潤　周俊傑　馮天鑄　張煒鑫　潘誠灝　施一方　袁韶汶
廖穎彤　何卓倩　李文佳　蔡紫荊　楊蘭　何珈麗老師　陳浩俊老師　羅子愉　林泓驊　葉蒨明　譚婉雯　王洛潼
缺席：余卓希



曹杼瞬　賴瀚霖　吳浩賢　盧俊熙　羅宇彰　楊子申　馮允謙　許諾行　翟偉樂　溫敏釗
柯卓瑤　蔡婧琳　邱錦河　譚鈞澤　李雨楊　林誠軒　陳錦浩　洪嘉寶　何柏羲　鄭凱藍　陸可晴
趙津希　何迦楠　吳涴棋　張明佳　吳泳恩　黃德雅老師　吳水拔老師　林焯鋒　駱映橦　陳海納　廖燕妮　陳而寧
缺席：鄭凱中　莊燦陽



林駿軒　陳廣霖　胡桂禎　林桓欣　郭晉銘　趙鵬　冼栩楠　黃駿希　徐博彥
李學融　吳海昕　周冉　朱凱淇　李沅鍵　吳均耀　王宥媛　趙子希　于卓靈　盧泓雨　謝心妍
邱靖珈　劉芷晴　李曉娟　張嘉霖　譚小銘老師　劉芷勳老師　姜心健　周沃霖　徐予希　岑凱靖
缺席：柯明儀



黃駿賢　吳鴻彬　賴俊羲　李垍燊　蔡偉誠　黎康正　陳昌澤　湛皓然　程良彥　何縉滔　黃沛霖　楊紹東
李欣霞　吳若希　林曉培　賴振輝　黃澤曦　王培旭　楊俊瀚　黃浩豐　馮磊　張栢濤　朱海彥　王熙然
黃靖雯　李芍霖　顏子昕　林曉晴　陳可婧　蔣欣欣老師　陳勁力老師　黎進銓　張楚晗　賴秋瑩　陳沛慇　許晴儀

同窗共影



李揚　郭澤霖　林臻巍　許燿幸　宋傲風　林垣因　曹泰泓　趙梓希　陳智聰　羅鈺帆　黃煒傑
莊江泉　楊若晨　李滿哲　施仲賢　蔡正楠　蔣冠銘　楊燊　戴明和　池政澔　楊安枏　吉田英樹　陳俊希
林穎恩　馮凱莉　張筱優　謝菲藝　吳佳穎　黃慧賢老師　劉鈞榮老師　何翰民　王毅熙　梁靖翹　江枳其　洪培煞



張政豪　洪偉傑　陳文峰　張國君　劉曦遠　駱力豪　許嘉燁　林宏錟　邱君恒　鄭思朗　王力恒
施鈴鋤　黃煒婷　雷星玥　吳紹燁　林家羲　蔡逸朗　何泓洺　吳錡鴻　蔡興文　楊希童　田端端　湯言
黃靜頤　鍾麥琪　吳紫錒　顏子晞　賴彥彤　李敏儀老師　顏瑞駿老師　蔡向陽　許亦菲　黃玫玲　王潔瑩　許嘉恩



章善行　劉可基　譚志朗　沈方晟　施明國　許嘉榮　馮錦聰　洪琪翔　孫家輝　關天正
戴煒鎮　吳雋　徐泳儀　呂元博　羅傲揚　李國顥　王瓏璋　施鴻霈　劉柏營　楊鎧彤　李彥萱
黎倩宜　柯幸妮　石采珩　林希恒　蔡芷琪　李白薇老師　李穎翹老師　曾慶豪　黃吉　吳凱盈　王雅誼　張怡雯



鄭凱言　賴澔泓　姚禹城　劉煌燊　鄭偉丞　廖兆陽　朱梓程　梁雋彥　朱邁濠
施穎妍　帥淇露　何思為　黃苑棋　王詩語　姚新　林禮杰　趙嘉儀　戴晴卉　吳靜薇　張婉萍
李思瑤　林嘉穎　施芷婷　黃希桐　邱青霖　陳志興老師　翟閔哲老師　張文强　崔卓嵐　施佳盈　李貝蕎　吳嘉琪

同窗共影



胡安逸　范樂恒　歐陽逸朗　洪兆顯　張松濤　張浩倫　蔣誠軒　葉皓翹
鄭鈁禧　張芷凝　郭子韻　吳克家　王鴻霖　秦宏偉　王宏業　黎耀徽　陳健城
鄧穎詩　楊善媚　朱倬頤　郭琛妍　馮穎姿老師　譚偉強老師　郭禮俊　洪希鈺　黃稚斯　周元琦
缺席：張正怡



寗瀚妍　楊梅傑　呂曉東　黃正　蔡煜正　陳梓丰　楊江　楊樂謙　鄒雨珊　盧敏茜
黃小茹　劉穎瑜　王雅欣　林梓杭　蔡靜軒　蔡梓航　洪培霖　李澤誠　姚佳逸　梁藍夢　蔡靜怡
黃稚然　袁小緣　陳詠琳　詹傑琳　蔡麗英老師　李建樂老師　何凱文　李倚臨　許穎寶　勞家恩

培僑75周年校慶

特首蒞臨致賀



2021年12月的首個周六，冬陽和煦，寶馬山上彩旗招展，屹立於此四十載的培僑中學迎來了七十五周年的校慶。荷蒙行政長官林鄭月娥女士，中聯辦譚鐵牛副主任，駐港部隊漆曉春大校光臨主禮，四百多名嘉賓、校友歡聚在兆基堂內，舉行了一個隆重而熱烈的校慶慶祝典禮。

整齊劃一的三軍儀仗隊操著正步邁進禮堂，在莊嚴的國歌聲中五星紅旗冉冉升起，奏唱校歌後播放了校慶短片：「傳承・創新」，七十五年校史在光影中留傳。隨著一陣激昂的鼓樂聲，在校董會主席吳康民院士，校監曾鈺成先生，發展總監周世耀先生，伍煥杰校長的陪同下，八位主禮嘉賓一齊按下手印，紅綠相間的校慶標誌在舞台上亮起，象徵著培僑中學75周年校慶活動正式展開。

首先，校監曾鈺成先生致歡迎辭，他強調：

培僑從創辦開始，便高舉愛國旗幟。因此，愛國主義教育仍然任重道遠，一點不能放鬆。培僑75歲了。對於一個人，75歲已屆高齡，應該享有退休的權利。但是，對於培僑這教育機構，75年的經驗、75年的磨煉，沒有給她帶來半點疲勞、衰老，只會成為她不斷奮進的動力、不斷創新的基礎。培僑一定要在新時代煥發新的青春，昂首闊步踏上新的征程，為香港、為國家作出新的貢獻！



75周年校慶活動

典禮



接著，香港特別行政區行政長官 林鄭月娥女士致勉辭：

特首先講述了培僑的發展歷史，鼓勵學生愛國，她承諾未來會繼續支援學校，協助學生認識中華文化。她誇讚培僑75年來一直為國家引入有質素的新生代，扶植愛國中青年領袖。她表示會帶領香港把握國家高速發展的機遇，和國家一起大步前行。最後，特首感謝培僑多年來在教育上的付出與貢獻。

然後，中央人民政府駐香港特別行政區聯絡辦公室 譚鐵牛副主任致勉辭，他對培僑學生提出了三點希望：

一是希望弘揚愛國愛港的光榮傳統，當好香港愛國主義教育的引領者。

二是希望培僑秉持立德樹人辦學宗旨，當好培養一國兩制時代新人的示範者。

三是希望培僑深化兩地教育交流合作，當好香港教育融入國家發展大局的先行者。

訓勉完結，曾鈺成校監陪同行政長官頒發：校慶教育活動基金贊助者，金鑽、玉鑽感謝狀；曾校監陪同譚副主任頒發：翡翠、鉑金感謝狀；周總監陪同漆副主任頒發：校史暨中史常識問答比賽團體賽冠軍和個人賽金獎；伍校長陪同張議員頒發長期服務獎。



頒獎之後，校慶典禮正式結束，一眾嘉賓在校監和校長的帶領下移步到有蓋操場，為新建的健身室揭幕。在單車冠軍黃金寶先生的主禮下，設備優良的健身室正式開幕，為培僑中學的莘莘學子開啟了體育訓練的全新旅程。

典禮完成，一眾嘉賓試用簇新的健身機，在紀念版前留影，觀賞各科目展版，參加各種創意工作坊，家長、校友、同學在校道、操場、課室內暢談，舊雨新知，歡聚一堂，走過四分之三世紀的培僑中學，沐著冬日暖陽，煥發出青春的光華，校園上下沉浸在歡樂的生日氣氛中。

培僑中學75周年校慶典禮講話

曾鈺成校監

行政長官林太、譚鐵牛副主任、漆曉春大校、吳康民主席、張華峯會長，各位嘉賓，各位同事：



今年是培僑中學創辦75周年，按照疫情防控的規定，我們今天舉行一個小規模的慶祝典禮，荷蒙行政長官林太、中聯辦譚副主任，駐港部隊漆曉春大校光臨主禮，體現了特區政府和中央駐港機構對我們的關懷和厚愛，我代表吳康民主席和全校師生、校友，對嘉賓們表示衷心感謝！

培僑從創辦開始，便高舉愛國旗幟。新中國一成立，五星紅旗就在培僑升起。七十五年來，培僑的命運同國家的發展分不開。在各個歷史階段，培僑的使命都是由香港同國家的關係決定的。

香港在英國管治期間，堅持愛國主義教育的培僑，經歷過一段艱辛的日子，甚至曾經面對要停辦的威脅。在吳康民老校長的領導下，我們的前輩憑著堅定的信念、強烈的使命感、頑強的奮鬥意志，克服了巨大的困難，讓這面愛國主義教育的旗幟屹立不倒。「已是懸崖百丈冰，猶有花枝俏。」

香港回歸祖國，愛國主義教育理應成為主流，培僑和其他愛國學校不再像以往那樣受到排擠、打壓。「俏也不爭春，只把春來報」，我們期待的是山花爛漫，我在叢中笑。

一國兩制在香港二十多年的實踐，特別是2014年以來出現的情況，說明香港社會尤其是年輕一代國家觀念依然薄弱，對一個兩制的基本原則依然缺乏準確認識。

今天我們看得清楚：一國兩制要行穩致遠，除了要完善維護國家安全、保證愛國者治港的制度和機制之外，更要讓廣大香港市民特別年輕一代樹立對國家民族的歸屬感、責任感；還要有一批全面準確貫徹一國兩制方針，堅持原則、敢於擔當，胸懷國之大者的愛國者，成為治港人才。

因此，愛國主義教育仍然任重道遠，一點不能放鬆。

培僑75歲了。對於一個人，75歲已屆高齡，應該享有退休的權利。

但是，對於培僑這教育機構，75年的經驗、75年的磨鍊，沒有給她帶來半點疲勞、衰老，只會成為她不斷奮進的動力、不斷創新的基礎。

培僑一定要在新時代煥發新的青春，昂首闊步踏上新的征程，為香港、為國家作出新的貢獻！

行政長官林鄭月娥女士在校慶典禮的致辭

譚鐵牛副主任（中央人民政府駐香港特別行政區聯絡辦公室副主任）、漆曉春大校（中國人民解放軍駐香港部隊政治工作部副主任）、吳康民主席（培僑教育機構董事會主席）、曾鈺成校監（培僑教育機構董事會副主席兼培僑中學校監）、伍煥杰校長（培僑中學校長）、各位嘉賓、老師、家長、同學：



我今日很高興出席培僑中學75周年校慶典禮，與各位分享學校經過多年耕耘，碩果纍纍的喜悅。

培僑中學創校於一九四六年，當時我國抗戰勝利未幾，一群滿懷理想的在港青年，希望透過教育栽培更多愛國人士，為建設新中國的大業貢獻力量。70多年來，培僑已由一所學校發展成為一個具規模的教育機構，現時在香港開設了一所中學、一所小學及一所「一條龍」中小學，作育英才。今年，培僑再創先河，將其辦學理念及高質教育拓展至大灣區內地城市，在深圳開辦香港培僑書院龍華信義學校。學校在招生以至招聘教師方面都是反應熱烈，我在今年九月亦親身出席了學校的開學禮，見證這所提供香港課程，涵蓋小學至高中12年制的港人子弟學校順利開學，配合粵港澳大灣區的未來發展，為包括在當地工作的港人子女在內的學童提供優質的教育。

回顧歷史，新中國在一九四九年十月一日成立，中華人民共和國的五星紅旗亦隨之在培僑中學飄揚。自此，學校的發展亦如剛才曾主席所講與新中國的發展緊緊扣連，學校致力培養學生認識祖國，激勵學生愛國情操，使他們成為國家的建設力量。隨着《香港國安法》於去年六月三十日刊憲生效，教育局按《香港國安法》第十條的規定，積極在學校開展國家安全教育，提高學生的國家安全意識和守法意識。國安教育是國民教育的一部分，增強學生對國民身分的認同，是中小學教育的重要學習宗旨之一，學校擔當重要的角色。我們期望學校按照學生的認知能力，透過科目教學，以及校內和校外的各類學習活動各方面，以全校參與模式提升學生的國家觀念、民族感情、國民身分認同，以及共同維護國家安全的意識和責任感，讓學生成為具國家觀念、尊重法治、守法的良好國民。在這方面，培僑既是先驅，也是典範。學校着重國民教育課程規劃，在課堂教學和學校活動中，加入關於認識國情和民族歷史發展的知識。「培才思報國」，就是培僑中學辦學的理念，學校期望學生有報國之心和報國之情，並立下報國之志。

我在任內積極實踐我的教育願景，亦持續投放大量資源於教育，至今教育的經常開支累計增長達135億元。未來，我們會繼續支援學校，全方位協助學生認識中華文化、國史、國情、《憲法》及《基本法》，培養學生對中華文化和國民身分的認同。除恆常津貼外，教育局亦透過優質教育基金的撥款計劃提供額外資源，支援學校重點加強國民教育及國家安全教育的工作。

但經過過去兩年多的挑戰，我們認識到政府在教育的角色遠遠不只是提供資源這麼簡單。任何政府對於教育都應該有一個主導責任，培育新一代是每一個政府都應該要非常着重的，所以近幾個月，我三

次進入校園，與老師和學生直接交流，亦在上星期很大膽地為老師講了一課，課程有關在《基本法》之下，香港特別行政區行政長官的憲制地位。因為儘管中央已採取兩大舉措，分別是我剛才提到的《香港國安法》的頒布實施，以及完善特區的選舉制度，令「一國兩制」可以重回正軌，但要「一國兩制」可以行穩致遠，教育擔當最重要的責任。作為行政長官，我希望身體力行，直接進入學校，分享我擔任行政長官對其憲制地位的體會，讓學校更認識「一國兩制」之下的精髓，從而進一步教育學生。今日來到培僑不是這個作用，因為如我剛才說，培僑已經是國家國民教育的先驅，亦在75年來艱苦奮鬥，培育學生愛國的情操。

培僑中學一直為國家孕育有質素的新生代，同時扶植愛國的青年領袖。除了教導學生學科知識，我知道培僑亦透過不同的內地交流活動，例如黃埔青少年軍校軍訓營、內地城市考察、姊妹學校交流，加深學生對國情的認識，培養他們的愛國情懷；不少培僑的畢業生更選擇親身了解國家的最新發展，到內地的頂尖學府，例如剛才校長提過的清華大學、北京大學和復旦大學等繼續升學。我深信在培僑悉心栽培下的學生，將來一定既有高瞻遠矚的目光，亦同時懷有國家觀念、香港情懷和國際視野，日後定必能成為對社會有承擔和貢獻的中流砥柱，帶領香港把握國家高速發展的機遇，與國家一起邁步前行。

最後，我在此感謝培僑多年來在教育上所付出的努力和作出的貢獻，祝願培僑中學繼往開來，在穩固的基礎上再創佳績；並祝在座各位身體健康。多謝大家。

（資料來源：https://www.info.gov.hk/gia/general/202112/04/P2021120400387.htm）



香港中聯辦副主任譚鐵牛先生在校慶典禮上的致辭

尊敬的林鄭月娥行政長官、吳康民主席、曾鈺成副主席，各位嘉賓、各位朋友：



大家上午好！

很高興和各位齊聚一堂，共同慶祝培僑中學七十五周年校慶。我謹代表中央人民政府駐香港特別行政區聯絡辦公室，對培僑中學七十五周年華誕表示熱烈祝賀！向培僑中學廣大師生、校友表示誠摯問候！對長期以來支持培僑中學以及愛國學校發展的各界人士表示衷心感謝！

七十五年來，培僑中學始終與國家、民族同呼吸共命運，在國家革命、建設和改革各個歷史時期都做出了自己的積極貢獻。1946年剛建校時，培僑就以「教育救國」為己任，努力為國家輸送人才。1949年新中國成立後，培僑中學成為首批升起五星紅旗的香港學校。港英統治時期，培僑中學在面臨持續打壓的艱苦環境中，奮發圖強，堅守陣地，培養了大批愛國愛港人才。香港回歸後，培僑中學抓住機遇，深化與內地教育的交流互鑒，今年9月，深圳香港培僑書院龍華信義學校正式開學，成為兩地基礎教育合作的標誌性成果。培僑這七十五年的歷史，是一部和國家民族命運休戚與共的成長史，是一部歷經艱辛，卻依然弦歌不輟的奮鬥史！

習近平總書記視察香港時曾指出：「每一代青少年都有自己的歷史使命和機緣，當代香港青少年要把握歷史機遇，選擇正確道路，報效香港、報效國家。」新時代，香港局勢實現由亂到治的重大轉折，但香港教育發展和人心回歸依然任重道遠！借此機會，談三點希望，與各位共勉。

一是希望培僑弘揚愛國愛港光榮傳統，當好香港愛國主義教育的引領者。十九屆六中全會決議指出，「要源源不斷培養造就愛國奉獻、勇於創新的人才。」培僑教育機構是香港最具代表性的愛國辦學團體之一，愛國是培僑最鮮明的底色和最優秀的品質，正如培僑中學第二任校長杜伯奎先生所說，五星紅旗的鮮紅色，也包含培僑師生的鮮血。希望培僑中學高舉愛國旗幟，弘揚愛國傳統，做香港愛國主義教育表率。

二是希望培僑秉持立德樹人辦學宗旨，當好培養「一國兩制」時代新人的示範者。習近平總書記指出要「堅持把立德樹人作為教育的根本任務」，這為教育工作提供了根本遵循。前不久，香港教育局公佈《價值觀教育課程架構》，提出培養學生十種首要價值觀，強調應從小加強學生的國家觀念，這是非常及時、非常重要的舉措。希望培僑恪守辦學宗旨，堅持立德樹人，引導廣大學子錘煉品德、勇於創新，著力培養具有國家觀念、香港情懷和國際視野「一國兩制」時代新人。

三是希望培僑深化兩地教育交流合作，當好香港教育融入國家發展大局的先行者。國家十四五規劃明確提出「支持港澳鞏固提升競爭優勢，更好融入國家發展大局」，粵港澳大灣區發展規劃綱要提出「加強基礎教育交流合作」，一系列政策安排為兩地教育交流打開了廣闊前景。

最後，祝願學校事業蒸蒸日上！謝謝大家！

公民學會

4B林浩怡

75週年校慶舉辦的學科展覽日，公民學會的攤位為來賓準備了不同的活動，例如「大灣區大亨」桌遊試玩，大灣區、《基本法》和國家憲法的有獎問答遊戲以及公民科課程發展的展板展示。

「大灣區大亨」是一款以桌遊的形式，來介紹大灣區自改革開放到現在發展進程的遊戲。而有獎問答遊戲則使用我們於課堂中常用的Quizizz軟件，設置近30道題目進行知識問答競賽，當中包括關於大灣區的風土文化、地理環境和近期發展的問答。另外，開放日當天正值國家憲法日，所以亦特別設有《基本法》和《憲法》的題目，考考來賓的相關認知，答對七成以上的來賓則獲贈一系列開放日限定的「大灣區桌遊」周邊獎品。展板的方面，則主要簡述公民與社會發展科教學的目的，同時也會介紹校內校外就課程所設計的教學內容與相關活動。



還記得在開放日到來的前三天，為了熟記「大灣區大亨」的設計原意和遊戲規則，公民學會的成員聚首一堂再三試玩，又把放大後的「大灣區大亨」棋盤貼在校內其中一面最大的流動白板上，這樣可以讓來賓更加清晰地研究棋盤設計的構思。最後我們需要排練如何跟來賓講解展板。

不過，對於我而言，最為困難的，便是向來賓有條不紊地講解展板的內容，包括為什麼要學習公民科，公民科在學校進行了什麼教學活動，同時也要帶出公民科源於生活的特色，所以教學活動也不僅僅是發生在課堂之內，而是需要走出課室，認識社會，例如參觀香港新聞博覽館、5G科技館和屏山鄧氏宗祠等。慶幸在我們努力準備和排練下，得到當日來賓的肯定，一切都是值得的。





75周年校慶活動

學科展覽日

4B鄭志燁



不久前的七十五週年校慶學科展覽日中，我有幸成為公民與社會發展科攤位的一份子，為同學和校外來賓介紹這門新的課程。這一科有助增進青少年對國家新資訊的認知，培養愛國愛港的人才。為了向大家更好的展現這一科的課程目標，我們的攤位設計了內容豐富的展板，深入淺出地將課堂所學的內容歸納整理，一一呈現。當然，身為新學科的第一屆學生，我亦擔當了講解員從旁介紹。

秉持著寓教於樂的精神，公民科為來訪嘉賓介紹了精心設計的「大灣區大亨」桌遊。「大灣區桌遊」將整個發展中的灣區變成了玩家們依靠智慧一步步建設城市群，其中蘊含大灣區未來發展無限可能的秘密，配合個人對於國家發展的了解，方可成為大富翁，並贏得比賽。來賓紛紛對「大灣區大亨」的巧妙設計稱讚有加，和我們的桌遊陪玩對弈幾局後，更有甚者想將桌遊整個帶走。同時我們與來賓分享了具公民科特色的精美小冊子，以及印有「大灣區大亨」標誌的徽章、棋盤的文件夾和筆記本。所以我相信這次校慶中公民科攤位不辱使命，定能給來賓留下深刻的體會與更多的了解。







中文學會

5B許晴儀

晴朗的早晨，我們迎來了一個對於培僑中學而言相當重要的日子——75周年校慶。踏著輕快的步伐我走進學校，映入眼簾的便是飄揚在天空中的小彩旗，毫不羞澀地迎風飛舞，向路過的人們展示屬於培僑的朝氣。走進學校，更是一幅盛大的光景，解放軍駐香港部隊踏著整齊的步伐緩緩走進禮堂，即使在寒風中也依舊能保持挺拔的身姿，拿著五星紅旗準備接下來盛大的禮儀。我想校慶最高光的時刻必定是行政長官林鄭月娥女士親臨學校參加典禮了吧，同學們站成一排，熱烈著歡呼著她的到來，而她也似冬日裡的暖陽般給予同學們親切的回應！

為了迎接來賓和校友，各老師、同學都準備了許多有趣的攤位遊戲，每個攤位都熱鬧得仿佛藏匿了不為人知的寶藏，等待嘉賓的挖掘。我是負責中文攤位的，中文攤位準備了許多印章供來賓製作屬於自己的書簽。印章上雕刻著不同的詩句、中國傳統圖畫及祝頌語。透過這數十個的印章，一條有關中國文學的歷史長河乍現在眼前，細細數來有多少的英雄豪傑曾留下他們的作品予世人，又有多少未知等著新生代們去探索。科任老師也為來賓們準備了「最強中文王」問答遊戲，讓來賓一試自己的文化、文學知識。也許是中文的魅力亦或是遊戲的招引，每位路過中文學會攤位的來賓都紛紛駐足，躍躍欲試，有一種似乎要將所有遊戲獎勵全部收入囊中的霸氣。說到中文攤位定是少不了中國的傳統元素，三位中文老師穿上了漢服，配戴精緻的頭飾加上姣好的妝容，與老師和同學合照。路過的每一位嘉賓、校友都覺得中文好不有趣，臉上洋溢著燦爛的笑容。



身為培僑中學的學生，看到校慶這一番熱鬧的光景，一股驕傲與自豪之感從我的心底油然而生。看著五星紅旗高高飄揚在藍天中，仿佛大聲宣示著對於祖國的愛戀，彰顯著培僑人的愛國情懷。培僑中學是經過多少努力才能成就今日的輝煌，在這75年的時間裡，一代又一代的老師傾注心血培養出了出色的學生，又為社會帶來了何等的貢獻，漫漫歲月，如果要細細把它們一一清數，我想花上三天三夜也未必能完。學在培僑，我倍感驕傲；愛在培僑，我倍感自豪！

English Society

5B Li Jinquan, Derrick

As a member of the English Society, I was glad that I could attend the 75th Anniversary Open Day of our school last December. I was responsible for distributing the English magazine 'Connect' to visitors at the English booth. The magazine is an original production entirely prepared by my fellow schoolmates. Every issue covers different topics, from social issues to cultural exploration. There are also mini word games inviting readers (mainly students of course!) to challenge themselves in English. It is definitely very useful for us to improve our English! I also met a lot of parents that day. To my surprise, they asked me questions in English. So I had to answer them in English too. In fact, I am not good at it. Fortunately, my teammates worked together with me and we were able to explain things in English. I think this is a good chance for me to practise my speaking skills. All in all, joining the school anniversary event is truly a joyful experience. Not only can I understand my school better through the activities organised by the English Society and other clubs, but I can also practise and improve my English language skills.



數學學會

5B楊俊瀚

這次的學科展覽日是為了慶祝培僑中學75周年校慶。在這個大日子，前來參觀的人數眾多。我們數學學會一共有兩個小遊戲，分別是河內塔和「T」字之迷。前者是利用三根柱子，將整個塔一步一步轉移到另一根柱子上；後者是在劃好的框框內，如七巧板一般，將四個不同形狀的木塊拼好。在遊戲的安排上，我們也注意了幾個細節：不要涉及計算、不要太過複雜，所以選擇的都是鍛鍊邏輯思維能力的遊戲。不過就算如此，展覽日當天，我依然擔心很多人會被數學二字嚇到，擔心遊戲很複雜而不來玩。好在仍然有許多同學和小朋友勇於嘗試，讓攤位不至於冷場。這次開放日任務能順利完成，也離不開學會幹事們的努力。











STEAM教育

3A陳開元



回想學校75周年校慶那天，家長、校友、嘉賓絡繹不絕，歡聲笑語此起彼伏，這不僅僅是學校的慶祝活動，也是培僑中學七十五載風雨兼程收穫的見證。

憑藉著參加過多項STEAM活動的經驗，我有幸擔任這次校慶STEAM攤位的解說員。第一次當解說員的我懷揣著忐忑的心情進入了STEAM宣傳區，映入眼簾的是長長的桌子，上面琳琅滿目地擺滿了獎盃和教學器材。通過老師的講解，發現我對學校的STEAM課程和活動的瞭解只是冰山一角。



桌子上整齊地擺放著學校的電腦科課程筆記，那是老師精心設計的校本課程，一共六冊，囊括了電腦硬體設備，網路安全，資訊科技等。接著就是學校的教學器材和課程介紹：有3D列印、鐳射切割，還有些今年新引進的器材。對於這些我再熟悉不過了，之前的電腦課就是教我們如何使用，同時它們也是我設計比賽中必不可少的工具。這些看似離我們很遙遠的機器，其實和我們未來的工作和生活息息相關。概念模型、機器零件、廣告設計甚至未來的房屋都需要用到它們。學校的電腦課程讓我感到：瞭解資訊科技是多麼重要，也敬佩學校高明的遠見。知識並不只限於傳統的科目，也包括如今日新月異的科技，明白這些科技的價值，才能讓我們「山重水複疑無路，柳暗花明又一村」，更輕鬆地享受生活的美好與樂趣。



緊接著是學校往年比賽的獲獎情況，有港鐵公司、大疆無人機、香港各校發起的比賽。培僑中學從不輕視每一次的比賽，一個個金燦燦的獎盃也是培僑人全力以赴的證明，身為參與者的我明白每個獎盃背後的努力與艱辛，也令我感到身為培僑人的驕傲和自豪。疫情阻擾不了我們前進的腳步，疫情結束後我們會有更好的成績，戮力同心的培僑人，榮譽怎可拱手相讓？兩邊廣闊的空間放置的是RobotMaster和無人機的設備，嘉賓們可以進行遊玩，培僑中學從不吝嗇在STEM教育的資金，一個無人機的毯子就價值五千元，只為能給學生提供更優良的比賽環境。



因為參與過無人機的比賽，所以由我來指導嘉賓們試玩無人機和介紹學校無人機課程。紛至遠來的嘉賓都興致盎然，對無人機的設備津津樂道，也對學校的投入喜聞樂見，有的興高采烈地駕駛無人機，有的詢問我關於無人機的詳情，有的甚至會和我合照，見證了嘉賓們從不知所措到小心翼翼再到熟能生巧，每一次障礙的越過，都能讓他們的成就感油然而生，我為自己的一技之長能給他人帶來新奇和快樂而感到心花怒放，孜孜不倦地進行了一上午，連吃午餐都耽誤了。

從初學者到比賽高手、從易如反掌的入門前後移動到寸步難行地越過障礙，每一個瞬間都讓人屏氣凝神，每一次成功都能讓人喜上眉梢，我想這就是STEM教育別具一格的魅力吧！

中史學會

大膽地踏出第一步吧

5A 于卓靈

懷著激動而又緊張的心情，終於迎來了培僑的75周年校慶暨學科展覽日。回想起老師剛宣佈中史學會要負責攤位，我和幹事們聽到都很興奮，因為距離上次舉辦的學科展覽日已是三年前。冷靜下來後，一個個疑惑又從心中冒出，我們真的有能力成功舉辦嗎？畢竟在開會決定攤位內容時，並不是所有的成員都有出席，同時還要兼顧其他學會的活動。

但我的憂心是多慮的，在佈置攤位的過程中，全學會的同學都各展所長：有的人負責畫海報；有的人負責裝飾攤位；還有的人負責搬運物資……在大家齊心協力的幫助下，很快就佈置好了整個攤位。我們中史學會的攤位主要分為小遊戲和手工DIY兩個區域，還有古裝體驗。小遊戲是拼一些歷史事件或者人物，和歷史大事飛行棋。手工DIY區可以讓參觀者用學會所提供的貼紙，把檔案夾裝飾成自己喜歡的樣子。

當活動開始時，人流並不是很多，整個場面略顯冷清。偶爾有一兩個參觀的人走進來攤位望了一兩眼，不過好像不感興趣很快就離開了。一連好幾個人都是這樣，正當幹事們有點灰心時，副主席周沃霖勇敢地站了出來。他穿上了皇帝的服飾，穿梭在各個樓層之間為我們學會宣傳，很快以他誇張的演技吸引了不少人來參觀遊玩。我也不服輸，穿著漢服到處宣傳中史學會的活動。其他的幹事一開始比較害羞，不敢和參觀者作過多的介紹，在我們這些主席和副主席的帶頭下，都開始熱情的介紹我們中史學會，漸漸融入其中。

活動結束後，聽到不同的老師回饋，都覺得這次中史學會活動很成功。果然沒有什麼困難是克服不了的，大膽的踏出第一步吧。













歷史學會

5A胡桂禎









陽光明媚，姹紫嫣红。這本來是一個平凡的上學日，但沒有明確的上學時間。我的內心稍有一點不安，畢竟我擔負起校慶學科展覽日的籌備與規劃工作。這意味著責任，假如處理得不好，就讓各位幫忙的同學白費了心機。

人與人之間的關係，建立在溝通與理解上。這次的學科展覽日，我的主要任務是要面對面與公眾對話，去介紹校園和學科的特色，希望能給予公眾良好的印象。這會不會將是我個人成長的突破？我在返回校園的道路上思考著，始終，很少有這樣的機會去籌劃與落實大型攤位活動。

回到校園，一切按照與夥伴商討好的計劃行動。與以往不同的是，這次的攤位從露天操場轉移到一樓的課室，我們估計出席開放日的人數，不及以往那麼多。來賓以中年乃至老年人居多，很多都是曾在培僑求學的老校友，我們的老前輩。當在介紹歷史科的展覽藝術品和學校近年發展之時，他們似乎反應不大，這是我的問題嗎？焦急下，我詢問他們，才知道是因為他們離開校園生活太久，以至難以產生共鳴。

學科展覽日的主力當然離不開攤位遊戲。我的夥伴覺得我出的題目過於艱深，他們認為攤位遊戲的目的應該是讓遊玩者在遊玩過程當中感覺喜悅，而不應以深奧的題目刁難他人。當初的我，並沒有換位思考去體會遊玩者的處境。為了補救，我們就制定了一條規則：除非遊玩者是選讀歷史出身的，否則就手下留情。即使如此，仍有很多同學覺得問題很艱深，他們面對不熟悉之領域時，目瞪口呆，令我哭笑不得。最為有趣的是有一群嘉賓，因為不知道題目的答案是什麼，只好胡亂大喊「法國大餐」。（題目為法國大革命的三大口號），我們一下子不知如何作反應，只好公佈答案。

活動完結時，我的喉嚨乾涸得說不出話了。高興的是，我的個人成長彷彿有了突破，一改以往面對陌生人害羞而羞於交流的性格。有數位老師反映，自己比平常活躍了許多，亦開朗起來。這是我參與這次活動的得著。





地理學會

5D 鍾麥琪

十二月四日和五日是我們學校的校慶暨學科展覽日，我們地理學會準備了一些遊戲和展覽，主題是本校地理考察的演變及學生作品展。



在本校地理考察演變中，讓我們了解戶外地理考察由原來導遊式演變到現在使用iPad、APPs 及各種考察工具來進行的主動式學習。為了讓來賓體驗考察工具的應用，當天來賓利用噪音計即場量度了自己發出的噪音，各位來賓也盡力令噪音的讀數去到最高位，氣氣甚為高漲。另外各位來賓還用工具量度只有0.2毫米的沙石直徑，雖然難度甚高，但來賓們都一一克服了並取得禮物。

至於學生作品展板，一塊面積甚大的板塊模型吸引了不少目光，我們不會放過如此難得的機會，將課堂知識有組織地講解清楚。另外有學生亦利用電腦遊戲設計了一個有關可持續城市的電腦遊戲，吸引了年紀較輕來賓的參與。

第一天上午來參觀地理攤位的來賓不是很多，大家就分一些人到外面招呼嘉賓前來參觀。第一天的下午和第二天參觀和玩遊戲的嘉賓和同學就很多，我們最初是有些忙亂，不過在大家共同協作下，也進行得井井有條。

我們從這次的校慶學科展覽日中學到了很多。知道了團隊合作和配合的重要性，也加強了自己的溝通技巧，更加的瞭解到該如何去介紹自己所掌握的地理常識，也從中收獲了不少。

最後祝培僑中學越辦越好！











經商學會

5D楊希童

學科展覽日前，我們先開會進行分工及準備工作。由於這次是校慶75週年，比較特別，主要參觀者並不是學生，而是來賓，因此我們每位成員都懷著緊張又期待的心情，籌備這次的75週年校慶學科展覽日。今年是近年以來第一次舉辦校慶學科展覽日，沒有經驗的我們，一開始並不太熟悉，但後來透過老師的幫忙，我們的進度開始順利。

很快就到了校慶當天。過程當中，有時會遇到冷場，人流量不多，這種情況底下，我們會到處拉人招客，希望他們可以進來經商學會多多了解。當人流量多起來，我們的每位成員就在崗位中就位，接待每一位來賓，防止來賓受到冷落。



校慶期間，亦出現了一段小插曲。第二天的展覽日開始沒多久，我們發現禮物不太足夠，心情十分恐慌，不知所措。幸好透過老師的幫助，及時拿到學校的禮物補給。成員們的齊心協力和即時應變，讓這次的75週年校慶圓滿結束。

在這次校慶中，我們遇到很多意料之外的事，但成功乃是失敗之母。在此次的75週年校慶中，發現了的不足之處，加以改進，由此累積經驗，避免在下次的活動中重蹈覆轍。我們期待在下一次的活動中再接再厲，爭取更好的成果。













5D賴彥彤

在12月我們終於迎來第一個活動，在學科展覽日向來賓介紹經濟和企會財科。首先，我們一起計劃活動內容，例如應該玩什麼遊戲、獎品該如何分配和如何佈置場地等，同時亦要注意主題需與經濟科和企會財科相關。然後，我們就會討論人手分配，包括負責設計遊戲的人選和各人看守攤位的時間。在活動開始前一個月，我們開會討論進度是否順利，研究所遇到的問題並立刻解決，以確保當日活動順利舉行，讓來賓都有不錯的體驗。

校慶當天，活動都能按照我們的計劃進行，每位成員都有遵守自己的崗位。他們對每一位來賓都十分熱誠地介紹本科活動和講解遊戲規則。雖然一開始沒有什麼人來參觀，但透過各位成員的宣傳，人流明顯的多起來。同時獎品亦開始不足，但幸好得到老師們的協助，問題得以解決。

透過這次經歷，我得著很多，例如學會如何安排人手，如何籌備一個活動和分配工作給合適的同學。

5D許嘉恩

我們經商學會在校慶學科展覽日用心地佈置了攤位，我很慶幸能與學會的成員一起製作和準備攤位內的遊戲和內容。

還記得我們第一次開會討論攤位的細節時，大家也沒有什麼頭緒，不知道從何入手。但慢慢，攤位逐漸成形，我們製作了宣傳片，自創了有趣的遊戲，購買了各式各樣的小禮物，並以經商學會的資料和師兄師姐在經商學會中的點點滴滴，拼湊成了幾塊完整的壁報板。在剪貼著師兄師姐過往舉辦活動的照片時，我們除了感嘆因疫情原因令我們失去了舉辦年宵攤位的機會，更多的是從相片的笑容感受到出手出力去構思和舉辦活動的喜悅，令我們更有動力，更珍惜這次活動的機會，把我們的攤位變得更有趣。

當然，我們也不負眾望，來賓玩得十分盡興，有些更讚賞我們的遊戲有創意，贈送的文件夾設計得十分漂亮，展板十分詳盡等。我現在還在細細回味那樂融融的氛圍。

這次最令我深刻的便是大家一起分工合作，為攤位每個角落添加色彩，也有盡力向來賓介紹遊戲和解說的時候。若沒有大家那盡責和團結的精神，這次的活動也無法如此順利和愉快地完成。

物理學會

5B馮磊

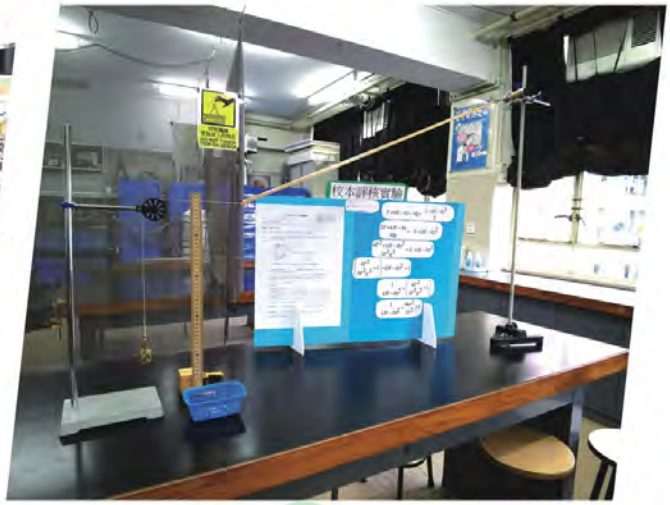
在75周年校慶學科展覽日，物理學會分別準備了幾項遊戲和展覽來提升大家對物理的興趣。參觀者只需要沿著地上的「腳印」就可以參與全部活動。首當其衝的就是遊戲：「投其所『號』」，這項遊戲只需要會使用能量守恆定律以及分清水平垂直方向就可以輕鬆完成，當然不懂這些知識的參觀者我們也會耐心和他解釋。而最受歡迎的應該就是「反應時間」了，這項游戲使用iPad進行，鍛鍊玩家的視覺、聽覺和觸覺，同時設有龍虎榜，有時候一個同學剛剛上了榜首下一分鐘就被趕上了，大家都不想被超過就一直擱在那裡玩，而這個遊戲設計的原因是加速度課題裡老是出現剎車問題。此外還有「猴子與獵人」：了解重力加速度和勻加速運動；「過往STEM比賽」：展示我們學校參與的活動與得到的獎項；和「SBA實驗展示」：向參觀者們介紹SBA的經典實驗。

這次學會活動舉辦得十分順利，在活動開始前我還以為向參觀者們介紹物理會是一件十分枯燥乏味的事情，然後結果卻大大超出了我的預期，參觀者們都很有興致地去了解這些物理知識，我們的工作也輕鬆了很多。









化學學會

2C明卓怡

很感謝老師給了我這次組織校慶學科展覽的機會，沒想過我一個中二生也能出力幫忙。

這次活動日的實驗都是圍繞著水的主題，包括水的表面張力、pH值、清潔效能等，都是我沒有學過的知識，因此我在聽老師講解實驗原理時十分專心，怕無法應付來賓的提問。因此，我努力地學會了許多關於水的科學知識。



這是我第一次招待校外來賓。活動開始前，我的內心一直忐忑不安，始終是第一次面對，緊張是在所難免的。由於我所負責的實驗是「牛奶彩虹」，需要用到牛奶，因此必須要不斷更換新的牛奶供來賓做實驗。隨著時間增長，來賓人流愈來愈多，甚至我不能兼顧「換牛奶」和指導來賓的工作，幸好，有師兄師姐們及時的幫忙，我才能化險為夷。

古語有云：「團結就是力量」。幹事們之間通力合作，團隊的力量，最終換來活動的圓滿結束。這次活動讓我見識了不少人和事，也增進了對科學的興趣，獲益良多。

3C沈健朗

我有幸能參與75周年校慶學科展覽日，我付出了很多，也得益不少。



展覽日當天，當我踏入化學實驗室時，換上印有校徽的口罩，戴上印有「培僑中學」的工作證時，身上有着一份使命感，我不斷對自己說：「加油！我代表著學校，要發揮出自己最好的一面。」

我站在自己崗位，腦海不斷重複要示範的實驗步驟。當來賓進來時，我緊張起來，身體開始僵硬，原來一早想好的對答，因太緊張而口吃起來。來賓的眼神越是注視，我的手就越顫抖，心跳加速，原本綵排過多次的實驗就出錯了。我的面通紅起來，手足無措，幸好得到在場其他幹事、學長和老師的幫助，第一次示範才勉強過關。隨後我開始漸漸適應，心理也穩定下來，示範一次比一次好，對來賓的問題開始對答如流，自信漸漸增強。當一個人專注的時候，時間過得特別快，轉眼間我示範完最後一次實驗。活動完結後，同學們主動地收拾和整理好化學實驗室，我也帶滿足的心情離開校門。



最後，我好感謝劉老師給我這次參與校慶活動的機會，令我明白團體合作和互補的重要性，我也期望能參與日後的校慶活動。

75周年校慶活動
學科展覽日

4B陳德熙

學校75週年校慶學科展覽日，我有幸能在化學實驗室當值，協助講解和導覽，受益良多。

起初，我們的進展並不順利，例如在講解時會緊張、不知所措，面對來賓的提問時往往不懂如何應對。幸好劉老師過來指點，告訴我們要放鬆，面對問題時要沉著冷靜應對，以自己掌握的化學知識來回答。



我們聽從劉老師的指點，不斷提升自己的講解能力和應對能力，面對來賓時也能從容地介紹實驗的名稱、原理等。令我印象深刻的是有位家長在參觀完化學室後，讚揚我們：「你們十分用心，可見你們對化學的興趣及對知識的嚴謹。」我們聽後都感到十分欣慰，覺得一切的努力都是值得的。

總結而言，這次活動令我學到如何與人溝通和跟周邊隊員的協作能力，這些能力對於將來社會工作都很有用處。也十分感謝劉老師的悉心指導，令這次活動能順利進行。

5B王培旭

校慶學科展覽日當天，化學學會準備了五個活動供來賓和同學參與，體驗化學的奇妙。準備期間，我們出現了不少的意外，但在大家努力下，學科展覽當天的活動圓滿完成。

展覽日開始前兩個星期，學會幹事一同討論舉辦哪些活動。經過多方考慮，為了普及基礎化學知識，我們選擇了大自然中最常見，也對人最重要的生命之源水為主題舉辦六個活動，分別是：水的純化、純水的pH、增強水的清潔效能、水的表面張力的奧秘、瞬間結冰，以及水溶液的電解。校慶日前一天，為了熟悉實驗原理以及實驗過程，我們親自進行了多次實驗。剛開始時一切都正常，直到在做「瞬間結冰」這實驗時，做了好多次都不成功，請教老師才明白，有些實驗會受到天氣或者溫度等因素影響，因此我們無奈地取消這一活動。這過程加深了我們對化學實驗的認知，也增加了對化學這門學科的興趣。



展覽日當天，化學學會幹事早早地來到實驗室，檢查實驗儀器以及實驗材料是否正常。活動開始後，所有幹事都回到崗位，有的做實驗供嘉賓參觀，有的則講解實驗原理，大家都齊心協力。有些嘉賓對實驗充滿好奇，問許多相關的問題，幹事們也對答如流，嘉賓們也滿意地致謝。幹事們的付出得到回報，十分暖心。

這次學科展覽日能夠成功、順利的進行，有賴幹事們的努力和配合，老師們也深感欣慰。

生物學會

5A李學融



在培僑中學75周年校慶學科展覽日，我負責在生物學會的展區介紹學校生物科的生態學課程。選取這個主題的原因，不單可以展示我們的學習成果，也能推動大家欣賞大自然生命的奥秘、珍惜生命和愛護環境。

在展覽中，我們展示了一系列的生態實驗儀器和用具，也播放了學生參與生態考察時的記錄短片。當中讓我感到最有趣的，莫過於能看到寄居蟹在自然環境下的活動狀況。透過參與考察活動，學生可把書本上的生物知識融會貫通，在考察的過程中加以實踐，這也是學習生物科學的特色。我們更希望令參觀者都能感受到學習生物科的樂趣。



我在高中課程中選讀了生物科，過去一直缺乏與別人交流生物科知識的機會。在這次校慶活動中，我把握機會擔任生物學會的講解員，令我擴闊社交圈子，鍛鍊辦事能力。這些經驗也好比我的試金石一般，是一種自我挑戰。這些挑戰不僅使我更有自信，更增進了我的表達能力，對今後的人生甚有裨益。重要的是，校慶活動大大提升了我對學校的歸屬感，我為自己身為培僑學生感到驕傲！期望將來有更多為生物學會效力的機會！





科學學會

5C 何翰民







學科展覽日當天，科學學會準備了一個既有趣，又實用的科學活動。我身為新任會長，要負責組織和安排這次活動，緊張的心情不言而喻。我和學會的幹事們積極籌備此次活動，安排具體細節，力求事無巨細，面面俱到，以確保整個活動能圓滿成功。對第一次帶領二十餘人的團隊的我來說，這次的活動的確得著甚多。

以往參加校慶攤位活動，我並不覺得策劃一個活動有多難。直到這次負責策劃工作，才讓我意識到這多麼的不容易。因為既要設計一個有趣，能讓嘉賓樂於參與的活動，又要可操作性強，安全系數高。經過了一番討論，我們選擇了做護手霜這活動。大家集思廣益，參考了文獻，就確定製作流程和配方，然後大家再一起去反覆實驗，最後找到最合適的製作方法。

確認了製作方法之後，就要預計當日的人數再去採購適量的材料。但我們低估了攤位的火爆程度！校慶當天中午，用於承載護手霜的瓶子就因前來的學生、家長及校友的人數過多，半天內就用完。無奈之下，我們只能暫時關閉攤位，同時立刻派人去購買瓶子。攤位關閉近兩小時後，瓶子供應重新恢復正常，攤位得以重開。最後活動在整個科學學會幹事、成員及指導老師的協助下順利結束，並獲得一致的好評！

在活動當中，令我明白分工明確、團隊合作是十分重要的。剛開始學會內部並沒有明確的分工，當人流量大時產生些許的混亂，比如沒有人教導來賓做實驗，實驗器具沒有人清洗的問題。後來，經過反思，我與幹事商討及參考老師的意見，重新編排分工，使各位成員各司其職，分別負責接待、教導和清潔等工作，活動得以有條不紊地進行。

對我來說，這次校慶學科展覽日鍛鍊了我的策劃和隨機應變的能力。最重要的是讓我意識到團隊合作的重要性。若沒有這個團隊和我一起去實驗、採購和工作，單憑我個人是無法勝任的！雖然校慶期間一連工作三天真的很辛苦，但此次活動留下的回憶與經驗對我而言十分珍貴。疫情籠罩下的中學生活，這三天無疑是霧霾之中的一抹光亮。

視藝學會

4D 駱映橦

校慶日，校園裏彌漫著喜慶。校長、教師和同學們都齊心協力地籌備慶祝活動，不同的學會為嘉賓準備了各式各樣的遊戲攤位。視藝學會的老師和同學們亦為此花了不少心思。事前我們開了不少準備會議，大家認真地討論甚麼活動能吸引嘉賓參與，能為校慶增添色彩。為了增添校園的歡樂氣氛，我們參考了動畫家宮崎駿的作品在視藝室門口創作了一幅作品。另外，鍾樂天老師亦建議同學繪畫視藝室的木枱，展示大家的創意，留下一同努力的記號。想到枱子都穿上我們每件精心設計的漂亮衣服時，大家心裡都樂開了花。



大家都為校慶付出了時間和精力：有的盡全力搬枱櫈，有的爬高在樑上塗顏色，有的甚至趴下為枱腳畫圖畫。鍾老師為我們提供了午飯，陪伴著大家，對我們的作品提出意見，亦會提醒我們注意安全。鍾老師建議了兩個活動－－設計貼紙相和服裝扮演。「自製貼紙相」這個活動能令來賓展示創意！服裝扮演則是由視藝學會的兩位同學負責，以精美的服飾吸引嘉賓留意我們的攤位。鍾老師建議我們向來賓展示和介紹時裝表演的作品，讓他們能瞭解學會的活動。

這次校慶展覽日，大家齊心合力，最後成功完成，大家都萬分感恩和喜樂。活動結束後，老師和同學們都像小孩子一樣為自己的成功歡呼。我們慶幸能展示創意，付出心思。這次的活動，也使我體會到老師對同學的關懷，和同學之間的團結精神。希望日後能為學校服務，作出貢獻。

5A 朱凱淇

這次75周年校慶活動，我獲益良多。

還記得12月3日是事前準備日，所有視藝學會幹事和鍾樂天老師一起佈置視藝室。我們用白顏料為所有桌子塗一遍底色，然後再畫上大家喜歡的圖案。每一張枱都有不同的主題，包括黑白風格、卡通主題、櫻花樹主題的以及彩虹主題等。大家齊心合力一起工作到晚上八點，從來沒有在視藝室畫畫這麼久呢！有些學會幹事下午放學要離開，就會有其他幹事來幫忙。幹事們十分認真對待每一張枱的設計，門上的繪畫和黑板的佈置。在大家努力下，最後所有桌子都煥然一新，視藝室的前門繪畫也完成了，有些同學還負責設計大家活動日的工作名牌。這些都是各位幹事們用心創作出來的。望著我們設計佈置後的視藝室，那種成功感從來都未體驗過的。大家一起共同努力的成果，很令人感動。

到了校慶學科展覽日當天，每個人都掛上自己的工作證，負責不同的崗位。視藝室旁邊的電腦播放著同學們曾參與的活動，包括學校舉行的時裝秀、同學們買布料、製作的過程及跳舞的影片等等。而視藝室窗台則擺放了一些陶瓷以及學生畫的校本評核作品。後方亦展示了同學們親手製作的時裝給人觀賞。有幹事穿上角色扮演的衣服，到門外吸引同學及家長到視藝室參觀和參與活動。其中一個活動是用iPad製作貼紙相。鍾老師先講述了整作過程，然後幹事們會派發iPad給參加者。我們需要幫助參加者解決問題。有不少小朋友、家長和學生參與，參加者在自拍照上繪畫一些有趣的視覺特效令照片變得可愛。完成後我們把作品印成貼紙相讓他們帶回家。另一個活動是杯和碟子的陶瓷彩繪。甄老師講述如何製造後，幹事協助派發素杯、素碟以及顏料給大家創作。每位家長和小朋友都很用心地製作，有著不同風格及特色。



這兩天的學科展覽日，幹事們都辛勤盡責地堅守自己的崗位，細心熱情地協助來賓。兩位老師的活動也相當有趣，使大家都十分投入。 藉此感激各位幹事以及老師的付出及指導。大家都十分賣力，令到活動吸引很多人參與，氣氛亦相當愉快。這次的活動經驗，雖然辛苦但是非常愉快。感覺到大家團結的力量，亦感受到校慶活動日的喜慶氣氛。

體育科（健身室）

2A朱芷瑤 陳鈺昕

我們在校慶學科展覽日當天擔任了健身室大使，一起見證了開幕儀式。我們能一起參與這歷史性的一刻，感到非常榮幸。

我們努力地向來賓介紹健身室的設施。來賓們在打開門的一瞬間，眾人都發出驚嘆的聲音，紛紛表示這裡設備完善，有體脂機、單車機、划艇機……

展覽日當天，體脂機是最受歡迎的項目。來賓都表示體脂機十分實用，亦認為健身室的環境和整體設計簡約，讓他們感覺愉悅。他們還覺得各位健身室大使服務良好，對健身室的一切感到滿意。

我們認為體脂機能有效地幫助到同學了解自己的身體狀況，從而改變自己的生活方式，對症下藥。此外，單車機設有比賽機制，能夠激起同學們的鬥心，令他們更投入和享受做運動的樂趣。划艇機也不只是訓練同學們的腰力、腳力和臂力，同時訓練耐力，做到「一舉四得」的好處。

在這兩天，我們都大開眼界，學會很多不同運動機械及其運作，獲益良多，希望有更多機會參加類似的活動。

4D 陳錦浩

在這個特別的日子——本校的學科展覽，我們學校的健身室第一次對外開放，我很高興被邀請回校幫忙，為健身室的開放日出一分力。

我們在學科展覽日前一天回到學校佈置健身器材。既要方便來賓參觀，亦要方便學生的使用。我們團結一致，十分用心地佈置健身室。

展覽日當天，有很多來賓參觀了健身室，他們對新建的健身室十分感興趣。學生和老師都熱情地介紹健身室的設備，並邀請他們體驗。我們也很榮幸能參與當天的開幕式，和行政長官林鄭月娥女士等主禮嘉賓合照。他們稱讚我們學校對學生們身心健康的重視，這使我們的疲勞煙消雲散，只留下滿足感。期望我們學校的健身室能不斷發展，令我們師生的身心更加健康。







校慶文藝匯演

3B 楊海茵

校慶文藝匯演，我們欣賞到由培僑學子精心準備一手策劃的各種節目，現場的歡呼聲尖叫聲不絕於耳，火樹銀花的氛圍下，心裏頭份外期盼。

「舞低楊柳樓心月，歌盡桃花扇底風」所有舞種裏，我特別喜歡中國舞，它可以將少女的豆蔻年華，山河的磅礴大氣，離別時遲遲吾行用於中國人特有的浪漫，一一表達出來。望著台前舞姿嫋嫋的少女們，輕步如曼舞像燕子伏巢、疾飛高翔像鵲鳥夜驚。美麗的舞姿嫻婉柔靡，機敏的迅飛體輕如風，她們手挽摺扇，時而抬腕低眉，時而輕舒雲手，手中扇子合攏握起，似筆走遊龍繪丹青，玉袖生風，典雅矯健。樂聲清泠於耳畔，手中摺扇如妙筆如絲弦，轉、甩、開、合、擰、圓、曲，流水行雲若龍飛若鳳舞。妙態絕倫中展現出志在高山表現峨峨之勢，意在流水舞出蕩蕩之情。一曲完了，可我依舊沉浸在高山流水中無法走出，仿佛看到杜牧詩裏「千裏鶯啼綠映紅，水村山郭酒旗風」一片欣欣向榮美色。



「我們的宿舍很好，就像一個大家庭！」這句話源於我們採訪的一位宿生。「呆在宿舍不會寂寞啊，有家的感覺」。宿生告訴我們他們的日常多姿多彩，不貧乏。而這些話，也一一驗證在此次的宿舍話劇表演上。與其說是表演，不如說他們在展示他們的日常。從入學時爸媽的牽掛到畢業時的依依不捨，從剛開始的陌生內斂變到逐漸開朗自信。這在每位宿生的臉上都能看見。以前我從不知宿舍生活有這麼美好，轟轟烈烈。現如今反倒有些動心了。台下的觀眾亦是如此，時不時發出嬉笑和熱烈的掌聲！







75周年校慶活動

文藝匯演





而最後的時裝秀掀起了全場的高潮，模特們一個個身著服裝師精心設計的服飾。我印象最深刻的是一位身著旗袍的女生。她出場就引起台下的尖叫，只見她身著一身火紅的旗袍，手挽一把小摺扇，儀態大方向我們款款走來。停留在台前，展示著旗袍之美，中華民族傳統服飾之美。

那麼好的演出，當然少不了台下人員的付出了。為了這次表演，大家都在百忙之中擠出時間排練，製作道具，才有了今天我們所看到了一幕幕。而幕後工作人員的職務，早已被同學們一掃而空。青春恰似火，正迎揚帆時！此次慶典，不僅看到了同學們精心準備，更是看到了培僑學子對母校的滿腔熱愛！







A Different Way to Learn: Board Decoration Competition

Leung Yi Chi Gigi 1A (15)

Our school holds a board decoration competition yearly. All the classes must compete with each other. As a student from one of the winning classes this year, I would like to share my thoughts on the competition.

"It is surprising that everyone in our class is willing to participate in this event. I didn't even get to do much during the process of preparation!" a student from the board decoration team said. Indeed, most of the students put in a lot of effort and I could see we all had strong determination to win the competition. The decoration was completed not just by a few people, but the whole class. Although it was hard work, the process was fulfilling to me.

I found that cooperation is one of the important elements leading to our success. Everyone in 1A, not just the board decoration team, proposed abundant ideas for the design of the board. Even though it is good to have the suggestions, sometimes it could be hard to handle different opinions. We learnt how to discuss matters politely and try to understand others' thoughts. Other than learning how to collaborate, we also learnt that every bit of contribution counts. When we were doing the preparation, twenty-eight of us wrote cards and drew flowers to be put up on the board. Our contribution did facilitate the progress of decoration, and I am so thankful that we had an opportunity to unite and work together.

Another crucial factor in the success is definitely perseverance. It took a lot of time to complete the decoration. We needed to go through the processes of designing, finding the right materials, drawing, cutting shapes, and so on. Despite the long journey, we all felt that it was worth making effort. We did not give up even when working on tedious steps, like cutting a large number of paper flowers. Eventually, we put up approximately 150 flowers on the board! If we had not persevered, the board would not be as colourful and beautiful as it is now.

Overall, I think this competition is very meaningful. I thank the school for organizing it so that we could all work together and know more about one another. I hope all the students enjoyed it and have learnt something from it.

Every Little Bit Counts

Lee Hei Tung Jasmine 1A (14)

As one of the students from Class 1A, I am really glad to know that we have become the champions of the board decoration competition. All of us have learned a lot from this valuable experience and we are all proud of ourselves.

In mid-September, when we knew that we had to join the board decoration competition, many of us were worried that we would encounter a lot of difficulties and challenges, especially as none of us had had any similar experience in our primary schools. For example, we were afraid that we would disagree with each other when we had discussions and we might argue frequently. Luckily, none of this happened. With the guidance of our class teachers, Ms Lam and Ms Wan, everything went smoothly and every one of us cooperated with one another happily.

From this experience, we have learnt that division of labour is really important. Due to the pandemic, we could not have lunch on campus and thus could not stay long to do the preparation after school. Therefore, we could only seize the time before the morning assembly and during recess to do as much as we could. Before we started our work, we were divided into a few groups. Each group had to submit a draft and all of us voted for the best one. After revising the draft, everyone was responsible for carrying out a particular task, such as buying materials, drawing pictures, cutting paper and putting decorations up onto the board. Things were a lot simpler when more people were involved. Without the help of every student, I am certain that we could not have completed the decoration before the deadline.

In the end, our class got first prize. All of us were delighted and excited because all our hard work had paid off. We were pleased when we saw our class monitor represent us to receive a certificate from the principal. I hope we will soon have another inter-class competition so that we will have more time to spend working together.



壁報感想

2B 鍾子琳

這次壁報主題是「校慶75周年」，非常榮幸能為班爭光。這是我們大家一起努力的成果，也讓我們意識到合作的重要。買材料、出點子、佈置和畫畫都離不開同學們的分工協助，過程中遇上不同的困難，但在大家齊心協力下，我們迎難而上。

還記得當時臨近統測，負責壁報的同學仍然盡責，更有壁報組外的同學願意犧牲自己複習的時間，留下來幫助我們。在不斷努力下，壁報終於完成，並獲得了「中二級冠軍」這個獎項。每當轉身看到我們一起完成的壁報，都為我們班自豪！



3A王凱旋

一項艱難且要在短暫時間內完成的任務突如其來，使我們防不勝防。承擔著「只拿這一年冠軍」，這一個看似平凡，而實際不平凡的重任。3A班的幾個同學自告奮勇，犧牲自己的時間為之而努力。

從起初的設計稿，定稿，到後來的買材料，一件本不應花太多時間的事情，卻讓日曆上的頁數一頁一頁地減少。可即便每日有多麼的繁忙，總有人願意留下來為我們班的壁報作貢獻。一個人的貢獻或許渺小，但在大家的共同努力之下，成果逐漸顯現了。

不知時針轉了多少圈，不知鈴聲響了多少天，我們的壁報逐漸有了大概的輪廓，當我們為此事高興時，卻又傳出了噩耗。兩次的颱風接近香港，面對這樣的情況，大多學生都選擇在放學鈴聲一響便收拾書包趕回家。而班裡，總還有我們的身影，即便窗外的雨滴下的有多大，我們依然不為所動。

「暴風雨過後，一定會見到彩虹。」經過我們不知多少天的努力，壁報在截止時間前做完了。即便完成後，我們反反覆覆地檢查，直到確認好沒有任何疏漏。「皇天不負有心人」，我們的努力也得到了認證，在得知我們班得冠軍之後，所有的辛苦被沖洗掉，只留下藏在苦後的糖果。



底色

4A 吳柔霈

人生就像一張色彩繽紛的畫，從一張空白的白紙，慢慢地加上顏色，裝飾。這些顏色和裝飾處決於我們的經歷和歷程。然而這幅畫的底色，決定了後來的裝飾是否能夠出彩。

今年是學校的75週年校慶，班級都參加了壁報比賽。在同學們的共同努力下，壁報提早完成了。但是由於底紙使用了白色，即使後面的裝飾都十分絢麗，還是突出不了校慶的喜慶感。在同學們的猶豫和煩惱下，老師提出了重新製作壁報的想法。經過全班的付出，壁報終於順利完成，底紙從白色更換成了黃色，加上紅色的小花和綠色的校徽，整個壁報都讓人眼前一亮，鮮艷奪目，讓人深刻地感覺到了校慶的喜氣洋洋，我們班的壁報也獲得了冠軍。由此可見，如果不是更換了底紙，就不會有校慶的感覺了。這說明了一張畫的底色十分重要，不同的色彩帶給人不同的視覺效果，從而產生不同的心理感受。通過合理的色彩搭配，可以帶來強烈的視覺衝擊感。

孔子說：「繪事後素。」意思是先有白色的底子，才在上面繪畫。油畫製作中，第一層著色被稱為底色，底色會影響整幅畫的色調。其實一個人具有或選擇怎樣的底色，與他的人生發展密切相關。是人經過價值判斷與價值選擇而形成的人生導向，決定著一個人往後的深度和命運……例如一個人的底色是自強不息，這人往後遇到的困難和挫折都可以迎刃而解。而這些困難會成為他自己人生畫卷中十分吸引的顏色。可如果同樣的顏色放在一個底色是懦弱的畫紙上，這些困難就不能夠突出，反而會變得格格不入。

可見，一個人的出生，從底色開始，影響著往後人生，所以底色是一幅畫中非常重要的，不可缺少的部分。只有畫好底色，才能讓之後的人生更精彩。

可見，一個人的出生，從底色開始，影響著往後人生，所以底色是一幅畫中非常重要的，不可缺少的部分。只有畫好底色，才能讓之後的人生更精彩。

生命本來就是一張白紙，從最簡單的結構開始，你可以是絢麗的彩虹，或者只是最樸素的素描。我想，我的人生底色一定要是漂亮的紅色，就好像火焰一般，轟轟烈烈。

4A 丁嘉欣

在畫畫的領域中，底色決定了這幅畫的色調。

人生本就是一張白紙，需要你自己去描繪，去增添色彩，而一幅畫最重要的就是它的底色，因為它能改變一幅畫最後會給人什麼樣的感受。

就在我們學校的75周年校慶即將來臨的時候，班上的同學基本上快大功告成，決定用樸素的白色搭配水墨畫的時候，在副班主任的課上，她忽然來了一句：「不行，這樣完全不行。」

也難怪會有學生站出來抱怨，畢竟我們是要臨近壁報比賽才匆匆忙忙趕出來的結果，現在卻被人否決，自然有怕麻煩的學生，但是我們的副班主任毅然決然地說，這個底色太樸素了，完全不能夠突出慶祝的感覺。

她不只是嘴上說說，我們的副班主任和班上的同學商量著如何去改善將底色換成鮮豔的黃色，再用紅色作為邊框點綴，在極短的時間裡面將整個壁報煥然一新，也保留了原有的水墨畫，給人的感覺完全變了樣，更加令人眼前一亮。果不其然，我們的壁報拿了冠軍。

最初的我，只是捧著無所謂的心理，甚至覺得沒有必要這麼做，「根本沒有時間做呀。」我心裡是這麼想的，可是我們的副班主任，親自去挑選卡紙，也在短時間內迅速構思完整的圖，這些本來我們該自己完成的事情，她都親自來了，為的就是能夠讓壁報更加完美。

為什麼我們的副班主任要執著於顏色，因為它真的能夠改變人們對這幅畫的直接感覺，越是鮮豔的顏色越能吸引人的眼球，比如黃色能夠給人溫暖的感覺，而藍色卻給人一種憂傷感。

生命本來就是一張白紙，從最簡單的結構開始，你可以是絢麗的彩虹，或者只是最樸素的素描。我想，我的人生底色一定要是漂亮的紅色，就好像火焰一般，轟轟烈烈。



壁報感想

5A周沃霖

很榮幸能夠拿到這一次壁報比賽的冠軍，感慨還是蠻多的。在製作壁報的過程中也和同學有很多分歧，但是大家在交流後也都達成了共識，主要靠的是大家的一起努力才能完成這樣一幅壁報。今年是學校的75周年校慶，我在這裡讀到中五，對於學校的感情也可謂是不可分割。這次的主題是校歌的內容，當中體現了培僑學生的精神以及目標，還有作為燈塔的指引。我們緊扣這個題目，最後非常榮幸能夠獲得冠軍。這是一個很好的鼓勵，以後我們也會繼續努力的。



最後一年的班際壁報比賽

6A劉柏營

可以蟬聯班際壁報比賽的冠軍，身為統籌的我感到非常開心，開心我們的努力、我們班匯集而成的力量得到大家的認同。

這一年的壁報主題是：慶祝學校創立75周年。為了表達莘莘學子對學校的感情，我想到了校歌中的一句歌詞：「 啊……培僑，你是青年的燈塔 ，你指引年青的一代走向民主科學的大道」。真的，學校就是指引者，這七十五來，它指引、培育，栽培無數的培僑人，讓我們的前路變得清晰，光明。我們一代又一代的培僑人，都受到這燈塔的照耀和關顧。此外，我還在壁報下方將6A班的全體同學都繪畫出來，是培僑中學，讓我們有緣相識、相知，我們與學校實在是密不可分。

除考慮主題外，製作壁報時，我還希望同學們在刻苦的中六學習生涯裏能夠擁有一個較舒適的空間，於是選擇了以一種比較暗淡的顏色作主調，希望同學上完課後，視覺上能得到片刻的休息。

每天放學後還要做壁報，真的很疲倦。但能與朋友一起努力，將虛幻的概念呈現在一塊如此大的畫板中，實在是一件妙不可言的事。這段為壁報而拼博的日子，我已把它刻在心裏，珍藏起來了。



培僑中學75周年校慶晚宴

2021年12月17日（星期五）晚上假鯽魚涌 ClubONE時尚康山地廳舉行校慶晚宴。受場地限制，場地只能容納二百餘人，因此只能招待培僑中學教職員工、退休同事、校友會代表等。









晚宴

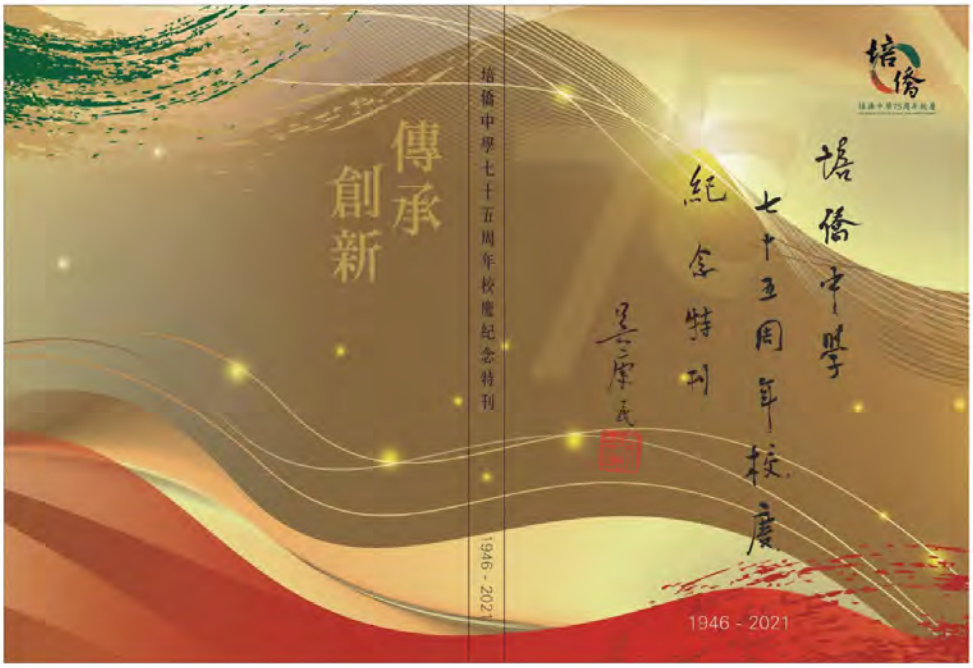

培僑
慶祝培僑中學75周年校慶晚宴
2021.12.17


培僑
慶祝培僑中學75周年校慶晚宴
2021.12.17


培僑
慶祝培僑中學75周年校慶晚宴
2021.12.17

培僑中學75周年校慶紀念特刊

全書共264頁，由吳康民主席題名：培僑中學七十五周年校慶紀念特刊。全書內容豐富，極具保留價值。計有培僑75年大事記（16頁）；各屬校最新近況（30頁）；校友會專輯（5頁）；學生家長校友的校慶留言（12頁）；校友專輯（9頁）及廣告（41頁）等。



培僑中學75周年校慶紀念短片

短片以培僑中學75年歷程為主線，從1946年朗園山上建校，到1983年搬遷至北角校舍，到九十年代申請直資，到今天發展成15年一貫制的普及教育系統。道路曲折而艱辛，前途光明而寬敞！

短片名為「傳承 · 創新」，全長約9分鐘。

青春恰似火，正迎揚帆時

3B 楊海茵

2021年12月4號拂曉時分，位於寶馬山上的培僑中學迎來了它75周年的盛典，校門口的彩旗迎風飄揚，增添一股絢麗的色彩。即使在寒冬臘月，山上寒風陣陣，也抵不過培僑中學學生的努力，大家都極其重視這次慶典的，眾多台前幕後的工作都被大家包攬了下來，齊心協力的去完成。

剛入校門，便看到四個攤位的負責學生們熱火朝天的忙碌著，精心佈置著即將展出的內容。在場的學生雖說眾多，但各自分工明確，認真的負責自己的工作。

「桃李滿天下」，培僑中學孕育出的學生亦是多的。今天是她的生日，大家都回來為這個「母親」慶生。來到上午十點三十分，香港特別行政區長官林鄭月娥女士來到了培僑中學，她鸞姿鳳態，舉止優雅的在簽名板上留下紀念，隨後款款進入禮堂。禮堂內培僑中學的升旗隊和三軍儀仗隊早已恭候多時，手中攥住鮮豔的五星紅旗。

當國歌響起來的那一刻，全場肅立安靜，莊嚴地凝視著國旗冉冉上升。五星紅旗掛在禮堂上方隨風飄揚。仿佛看見了1949年培僑中學升起的第一面國旗。75年了，愛國之心從未改變，只會更加堅定！就像校監曾鈺成先生所言：「培僑中學從創辦開始，便高舉愛國旗幟！」特首林鄭月娥女士鼓勵學生愛國，並誇讚培僑75周年培育出的傑出人才對社會的貢獻！隨後便是吳康民院士校慶活動的贊助者頒發獎項，及伍校長陪同張議員向教職員工頒發長期服務獎。

隨後便是室內健身室的開幕儀式，在單車運動員黃金寶先生的主持下，簾子拉開，大門打開，映入眼簾的是印有培僑大字的白牆，數臺單車擺放在地，更有啞鈴供給學生鍛煉。相信培僑學子一定能在這強身健體，開啟全新旅程！

午後的陽光亦是溫暖，撒在培僑中學的每個角落裏，熠熠生輝。嘉賓們都去參加了培僑學子們準備好的活動。培僑學子在自己的崗位各放異彩：歷史學會的同學扮演中世紀的公主；中史學會的同學扮演皇上和格格；中文學會的李老師穿起了漢服，富有豆蔻之美。

作為淩採社的一員，我必然恪守本職。下午的時間裏，我陸陸續續採訪了多名老師，校友及同學，雖說大家的身份不一，但都深愛著培僑。

讓我記憶深刻的是採訪蔡麗英老師，她在培僑已任教數個十餘年，就連伍校長也曾是她的學生。她和培僑有著不可分離的親密，她告訴我們她已經和培僑一起度過很多次生日了，她看著培僑越來越好，越來越壯大，她很開心，並且她還希望培僑往後也能越來越好！

採訪中我們還遇到了回來參觀的校友，當我問起他們是否想念培僑時，他們的回答都是統一的：「想」，一位學姐說：「我很懷念在培僑和朋友一起吃飯的時光。」另外一位學長說：「我很懷念在課堂上與朋友打打鬧鬧的時光，懷念學校的英語角，懷念我們的班主任。」採訪完後，他們還叮囑我們好好學習英語，認真學習！培僑不僅是家，更是一本紀念冊，不同的人來這都會藏有不同的回憶，有苦有甜，當重拾起這些回憶時，心頭泛起滾滾暖意。

最後採訪的便是匯演工作的幕後人員，他們亦是辛苦的，經常得利用自己的時間留下來準備。當我詢問她這次匯演累嗎？她笑著回答我：「嗯，肯定累啊，而且也並不是每個人都會聽老師的話，導致我們得多次喊停。但更多的是大家配合良好，貢獻出一場場好演出，給學校增添面子！」從她清澈明亮的眸子中，我看到的是從心的那份熱愛及樂此不疲！

培僑風采

3B 貝思燁

很幸運，身為新生的我在入學的第一個學期，就趕上了學校的一件大事——75周年的華誕。

漫長75年的歷程，這個數字在我們這些十五六歲的中學生眼中，無疑難以捉摸的。

身為化學學會的會員，我很榮幸能獲老師選中幫助學會為校慶獻上一份微薄之力；身為淩採社社員，我也很感謝老師給我一份在校慶期間採訪的工作，讓我有勇氣去面對新的自己；身為宿生話劇的後台工作人員，雖然我不曾露面，但我也依舊會在背後默默的付出。

校慶期間，我很慶幸能結識那麼多老校友。來賓很多，有蒼顏白髮的老者，也有風華正茂的年輕人；有行政長官，也有中聯辦副主任。儘管校友們的年紀各有不同，但只要他們一但踏入母校的大門，往昔的記憶似乎就會拂面而來，縈繞於腦海當中。許多在外人面前十分威嚴的長者，在培僑的校園當中也似乎變成了孩子一般，到處找尋著昔日的同學。

週六中午我在化學學會當值，在這裡我見到了許多可愛的孩子們，他們大多是從培僑小學來到這兒參觀的。他們個個朝氣蓬勃，充滿活力；對著一個個未知的實驗，他們會漏出好奇又疑惑的目光，對著化學充滿了濃濃的興趣。我記得有個孩子眼裡充滿了疑惑，他在實驗桌前徘徊不止，想上前卻又不敢做出行動。後來還是有一個會員熱情的把他帶入了化學的海洋中，最後也不忘送他一份會員們親手製作的小禮品化學肥皂。

我負責的實驗相對其他的較為簡單，但也是更多孩子喜愛的，又有哪個孩子不喜歡五彩斑斕的彩虹呢？但不經歷風雨怎能見彩虹，願每個孩子都能在磨鍊中茁壯成長。

中途的休息時間，我也參加了許許多多不同學會的各項活動：中文學會自製書簽、地理學會自證岩石等等。如果覺得最近的皮膚有點乾燥，還可以去科學學會DIY護手霜，既簡單又方便。

在淩採小記者活動中，我採訪了一位小六生的媽媽，在明年的九月，她的孩子將以新生的身份入讀培僑中一。她說自己很喜歡培僑的教育方式，因為在這個校園中，老師和學生可以超越普通的師生關係，成為無話不談的好友；上課方式也不會過於死板，與同學交流式的學習不僅僅有助於提高效率，更能培養孩子的團結協作能力；學習固然重要，但有一個好的學習氛圍，一個知心的朋友更重要。學習是為了自己，是為了自己的將來做準備，而一個知己卻可以陪伴你一生。她同樣也希望自己的孩子能成為一個腳踏實地的人，能珍視現今生活的來之不易。

周日，也是校慶的重點日子表演日。我算是後台工作人員，確實也是錯過了很多精彩的節目。雖然惋惜，但我不後悔。在後台我雖然看不見，但我能聽到：鼓樂齊鳴，響徹雲霄；中樂悠揚悅耳，連綿不斷；話劇繪聲繪色，引人入勝；歌曲抑揚頓挫，餘音繞樑；時裝秀光彩照人，鮮豔奪目。

在宿舍話劇中，我是後台人員。幫忙時需要台上台下跑，雖然有一點累，但是也充滿了歡樂。在台上也能聽見台下的歡呼聲，那是屬於全體宿生的一項榮譽。

故菊叢開，花香盈袖，在這美好的日子裡，為那亙古不變的夢想，為那永不褪色的青春。當一顆流星悄然劃過天際時，悄悄地許下一個願望：祝培僑七十五周年生日快樂，願大家夢想起航。

我擔任了校慶典禮的司儀

5A周沃霖

75年歷經滄桑，75年薪火相傳，75年春風化雨……2021年12月4日，我的學校香港培僑中學迎來了75周年建校慶典。

因為疫情影響，相較於兩年前的盛況，今年的校慶活動少了些熱鬧。但這沒有影響我們對於校慶的積極籌備和熱情期待，因為特首林鄭月娥女士將來培僑中學參加我們的75周年建校慶典活動。這對疫情陰霾下還在努力，正常教書學習的全校師生來說，是多大的精神鼓舞啊！

身為本次校慶開幕式的主持司儀，在經過不斷地改稿和排練後，終於迎來了這場心心念念的盛會。一切準備就緒，嘉賓陸續入場。歡快的演奏聲、記者的閃光燈伴隨著行政長官林鄭月娥及其隨行人員款款而來，全場的熱烈氣氛到達頂點。雖然全體師生和與會嘉賓臉上都戴著口罩，卻絲毫掩飾不了他們熱情、喜悅和興奮的心情。慶典儀式準時開始，莊嚴而隆重。發言嘉賓無不感慨著培僑中學七十五年來的風雨洗禮、滄桑巨變。行政長官林鄭月娥女士的致辭令我印象深刻。她說……培僑中學是國家國民教育的先驅，成立75年來，艱苦奮鬥，培育學生的愛國情操……更籍此機會表達了香港未來教育制度的主要發展方向，指出國安教育是以培養學生國家觀念，民族情感，國民身份認同以及共同維護國家安全意識和責任為己任。在這方面，培僑中學既是先驅，也是典範。在充分肯定培僑中學的成績和貢獻後，又提出希望，祝願學校繼往開來，在穩固的基礎上再創佳績。

隨著林鄭月娥女士及前輩老校長等各主禮嘉賓上臺，以手印打開75周年培僑中學發展大門的程式，七十五年來培僑中學從最初的華路藍縷、辛勤耕耘、到後來的薪火傳承，創新發展被一一展現在我們面前！是啊，七十五年的發展劇變，默默耕耘，培僑培養了多少學兄學姐成為國家的棟樑之材，培僑改變了校區，校舍，但教學的理念始終未變。

一場校慶活動讓我學到了很多，感受到了很多。我慶幸我與培僑的緣分，仿佛是冥冥之中。更慶幸我能以培僑人的身份自居，因為這是值得驕傲的！

東龍環保教育遊 培僑學子慶回歸

6A柯幸妮、6C洪希敍



為慶祝特區成立25周年，培僑中學響應政府主題「砥礪奮進25 載，攜手再上新征程」，組織中二學生在東龍島展開了一場慶祝回歸的活動。慶祝回歸的同時，參與由北京控股有限公司、Eco City Foundation及培僑中學合辦、東區警區協辦的「益行北控 低碳校園」活動，參與清潔香港工作，希望教育學生無論身處何時何地，都能為環保出一份力。

中二學生們一手拿著垃圾鉗，一手抓著塑料袋，在東龍島上開展一場特別的「尋寶之旅」。發泡膠、玻璃片、電線……這些在島上隨處可見的城市垃圾便是他們此次旅途的「戰利品」。值得一提的是，這次活動收集到的所有塑膠垃圾，都將會應用到香港環保科創企業晉陽國際及香港浸會大學共同研發的「混　合塑料催化熱解燃油」實驗項目，希望能夠為香港的環保事業，貢獻一份屬於培僑人的力量。

此次出席活動的嘉賓，包括東區民政事務專員陳尚文太平紳士、東區警區警民關係主任黎綺玲總督察、北京控股有限公司副總裁張揚先生、北京控股有限公司香港行政部總經理張健先生、Eco City Foundation 名譽顧問詹志豪先生及郭可兒女士、珊瑚海懷舊小輪董事長鄭靜華女士及我校伍煥杰校長。



東龍島上沒有任何政府機構和地標，可以說幾乎沒有進行過升國旗儀式。 為慶祝香港回歸祖國25周年，我們在東龍島舉行了一次史無前例的升國旗儀式。這次升旗儀式，無論是對培僑學生還是東龍島而言，都有著重大意義。

炎炎烈日下，學生聚集在東龍島上，整齊排列成「25A」字樣，意在慶祝香港回歸25周年。當紅色的五星國旗在東龍島上升起，這場別開生面的升旗儀式，給此次旅途賦予了更深的意義。隨著司儀指揮，所有學生在第一聲口哨聲後，同時舉起手中紀念品紫色冰巾。緊接著第二聲口哨吹響，同學們高舉冰巾並高呼：「祝賀香港回歸25周年！」隨後是第三聲哨響，學生們朝著無人機歡呼地同時搖晃手中的冰巾。炎炎烈日下，大家仍努力給予最大的熱情。

在國旗冉冉升起的那一刻，每個人的心情都跟隨著國旗漸漸變得高昂。這不僅僅是一次特別的升旗儀式，也是培僑人送給香港回歸25周年的一份紀念禮物。



我在東龍島升起了國旗

5B 黎進銓



很榮幸能夠代表學校在東龍島進行慶祝香港回歸祖國二十五周年升旗儀式。起初我對東龍島的印象就像長洲島、南丫島一樣。可經過約四十分鐘船程後，我才發現東龍島與前者有著很大差別，它比前者更加寧靜和原始，島民也十分地少。

出發前得知島上沒有旗杆設施，因此我們需要將學校的旗杆帶往島上。第一項困難是要頂著烈日，將沉重的旗杆及基座帶上山，旗杆不僅僅品質沉重，同時亦包含著我們的使命，因為這將會是我們第一次讓五星紅旗在東龍島升起的使命！在義工的幫助下，我們完成旗杆的組裝，此時的大家都已經汗流浹背了。

島上強勁的風勢迫使我們不得不將旗杆縮短，如此一來，先前在學校的練習便無法發揮作用。為了克服這個困難，我們不斷反覆嘗試與修正，為的就是讓五星紅旗準時到頂。最終我們亦成功地掌握好時間，順利升起了國旗，讓國旗在東龍島上飄揚。



學生感想

2D 張睿恩

東龍島碼頭邊上，波紋疊著波紋，浪花追著浪花，沖刷著海灘上的細沙，明明還未立夏，卻已覺炎陽炙人。

我們一路向山上行，映入眼簾的，是一望無際的海；是峰巒疊嶂的山；是蓬勃旺盛的草。唯一美中不足的，是島上經過歲月的洗禮沖刷，草叢裡微不起眼，但卻支離破碎，影響著環境的塑膠垃圾隨處可見。學校組織這次環保活動，是讓同學們拾起這些格格不入的碎屑，告訴我們不論身在何處，都應減少垃圾，讓生活環境重現潔淨，遠離污染。

東龍島的山頂，日頭最毒辣，日光直射，惹得人睜不開眼。我們站在山頂上，配合著老師的指示排列，汗流浹背。直到五星紅旗在島上伴著國歌冉冉升起，鮮豔的紅旗在空中飄揚，眼前的一片模糊才逐漸清晰起來。殷紅的旗幟，璀璨的金星，像雲遊天際的火燒雲，像緋紅玉河中飄蕩的靈魂，是祖國，是故鄉，是上世紀先輩們的鮮血與熱汗。

香港回歸祖國快要25年了。我們站在東龍島山頂，展望眼前香港的璀璨奪目、摩天礙日、車水馬龍……25年前的七月一日，是香港回到祖國懷抱的第一日，香港百年的滄桑隨著在零分零秒冉冉升起的五星紅旗而中止。盛開的紫荊花、飄揚的五星紅旗、響徹的義勇軍進行曲、放飛的和平之鴿，譜寫著遊子歸鄉之喜悅。這場盛大的宴會，人民雀躍著、欣喜著，迎接著這位飄搖遊子之心歸鄉。遠遊在外的遊子，回到了日思夜想的故鄉——中國。



漫長坎坷的歸鄉之路，滄桑且又巨變，腳下的這片土地，是先輩們用一生的心血換來的。身為21世紀的青少年，生命璀璨如紫荊花與輝煌之五星，願我們以家國凝聚理想，以青春譜寫華章。

2C 譚靖雯

6月 2日的早晨，內心按捺不住興奮的我，早早的醒來，來到了西灣河碼頭，坐上了懷舊的小輪，經過四十五分鐘的航程，便來到了東龍島。烈日炎炎的夏日，也抵擋不住同學們的興高采烈。



下了船，居民們熱情地向我們招手，表示歡迎。沿著小路的臺階上去看見了幾顆大樹，就到了碎石灘了。大家早已準備好的鉗子，手套和垃圾袋都派上了用場。炎日天氣下，我們忍受著高溫，完成島上和石灘上的清潔活動，親自為環保工作出一份力，也希望透過我們共同努力和付出，以後不論在哪裡，都應該回應減少垃圾、簡約生活和低碳出行的生活模式，以此來構建一個潔淨、環保和美好的香港。

離開碎石灘，更上一層樓，來到了東龍島上最高的位置——燈塔，終於迎來今天的重頭戲。為了慶祝香港回歸25周年，我們在島上舉行了奏國歌和升國旗儀式。看到五星紅旗在島上冉冉升起，我內心由衷的激動，緊接著近百位師生，不畏烈日，在空地上擺出一個特別的形隊「25A」，以此來熱烈祝賀香港回歸祖國25年。



2C 王梓

六月的陽光熾熱，立夏將近，吹起的那寥寥清風，也帶著炎熱。此刻，我正乘船前往東龍島，海風迎面而來，也是如此愜意。

東龍島就像是世外桃園，島上有清朝時候遺留的炮臺；古代臨崖石刻；風景秀美；也是觀看海上日出的絕好地點。可如今，卻被人類丟棄的垃圾所埋沒，今日學校帶領著我們做公益，同時也藉此慶祝香港回歸祖國二十五週年。

映入眼眸的是清澈的海水以及翠綠的草坪，其中便有一點「特別的點綴」。烈日當空，迎風像是熱浪撲來，我們頂著太陽，滿頭大汗的撿著垃圾，卻也不覺辛苦，只要可以為了環保出一份力，再勞累也值得。不到片刻，那一片草地已經被我們清理得七七八八了，而那成就感，也抵消了那一份辛勞。

我們沿著小路來到一片平坦的草地，一根旗杆矗立在這寬闊的草坪上，同學們按照已經排練的隊形擺出「25A」的字樣，配合著完成了拍攝，這將成爲同學們難忘、珍貴的回憶。我面向旗杆，望著隨著國歌升起的國旗，我懷著一腔熱血，這種活動為地球做貢獻，見證祖國的繁榮昌盛，也是無比榮幸的，那正紅色的國旗飄揚在蔚藍的天空中，永不落幕。



2B 蔡慕雅

天空中烈日炎炎，比起以往太陽光額外刺眼，天上可以說是萬里無雲「蹤」，偶然一兩隻鳥兒極速掠過，好像下一秒就會被烤熟。就在這麼一個烈日炎炎的日子，學校組織了一次環保行，活動的地點是東龍島，炎熱的天氣藏不住同學對這次活動的期待。

東龍島四面環海，我們需要乘搭船隻約45分鐘才能到達目的地。小客輪在海面上飛快地前進，身後留下了一條條發光的水痕，船身一搖一擺地在碧波粼粼的海面上一蕩一蕩的，海風迎面吹來，我閉上眼睛感受著，舒服極了。我又望著海，太陽光照射在海面上，好像有人不小心打翻了金粉，有許多細細微微的金粉漂浮在海面上。

不過「好景」不長，當我們到達小島的海岸時，海面不再是晶瑩通透、波光粼粼的，取而代之的是一堆又一堆零零碎碎的塑料垃圾、發泡膠在海面上漂浮。這也是我們這一次來東龍島環保行所擔負的重大任務之一，幫忙清理島上的垃圾。東龍島允許人們露營，不少人為了貪圖方便就隨意亂丟垃圾。

我們到達小島後，首先參觀島上的小型博物館，了解東龍島的歷史，還參觀了島上的炮臺。之後便開始了我們最重要的任務——在沙灘上撿垃圾。我們分為兩人一組，一位拿著夾子，有一位拿著垃圾袋。在過程中最困難的是面對炎熱的天氣，太陽像個火球一樣火辣辣地照射著大地，似乎要散發出全部的熱量，曬紅了大家的臉。一陣小風刮來，從地上刮起一陣熱浪，滾燙滾燙的令人窒息，稠乎乎的空氣好像凝固了。過不了五分鐘，同學們的衣服已經濕透了，加上大家要不停的走動去撿垃圾，導致大家的體力嚴重下降，甚至有同學頭暈了！幸好問題不大，大家最終都還是堅持了下來。同時在過程中令我驚訝的不是垃圾的數量很多，而是不同種類的垃圾都能出現在這裡！例如玻璃瓶、紙巾、瓶蓋、塑料垃圾。最後大家都可以說是「滿載而歸」，一袋又一袋的垃圾被我們丟到碼頭上的垃圾桶。

這一次的環保行，令我明白大自然的美景往往都是因為人們貪圖一時的方便而被破壞。正所謂「勿以善小而不為，勿以惡小而為之」。希望大家如有垃圾可以多走一步，等到有垃圾桶才扔掉，保護大自然的美景。

2A 許君豪

海風的手溫柔地拂過了臉頰，暖暖的、鹹鹹的；跌宕起伏的海浪不斷拍打著船舶，激起層層乳白色的浪沫，奏出了屬於大自然的樂章。我也如乘浪奔禦風般駛向我們的目的地——東龍島。

尚未到岸，遠遠的便瞧見一個深藍色的塑膠瓶，漂浮在海上，隨浪飄動，與那碧藍的大海顯得格格不入，但卻不知歸於何處。剛上岸，便望見不遠處的海灘上，散佈著零星的垃圾，有瓶蓋、玻璃、塑膠吸管等。這些「標誌物」使海水變得渾濁不清，使海灘變得雜亂無章，也令遊人心生厭惡，看到如此景象，我不由地感到心痛。



不久之後我們來到了一處營地。剛開始本以為這裡垃圾並不多，但在仔細查看後發現這些「標誌物」只是為枯葉覆蓋，被泥土掩埋了而已。時間不會消磨這些「污點」，「污點」也不會因此淡出人們的視野，若對其放任不管，日積月累之下必將帶來深遠的影響。

大自然對人都很親切，很和善，包容世間萬物，似欲與人相就，無私心、無高傲、無冷漠。在清潔完之後，東龍島才展現出他原來的姿態，是如此的美麗，如此的動人。大自然對任何生物都是無私奉獻的，我們也應當敬畏自然，愛護自然，將她當作家一樣，珍惜她，守護她。

2A 張嘉怡

「風弄碧漪搖島嶼，奇雲蘸影千峰舞。」乘著仲夏的暖風，朝氣蓬勃的我們為香港自然環保獻一分力，踏上了鬱鬱蔥蔥的東龍島。

「排好隊，注意腳下安全。」在老師的叮囑下，我們浩浩蕩蕩地登上了懷舊的渡海小輪。清爽海風習習，波光粼粼的海面像零碎的星星散落。「你說，在島上會不會遇到小動物啊？」耳旁呼嘯中夾雜著談笑聲，一同暢想小島上的美景。

澄瑩的海水輕輕拍打著岸邊金黃軟沙，仔細看沙子裡混著好些發泡膠沫，破碎的玻璃像碎鑽般點綴海灘，俯瞰橋底還堆積著發爛的塑膠。環望如此山清水秀的好地方卻遭到人類自私的破壞，我心裡五味雜陳。「同學們認為這裡的垃圾從何而來呢？」「有人旅遊時不及時處理製造的垃圾，亂丟在島上。」一問一答中明確了來島的主題，更是讓我在心底斥責這些沒公德心的人。

沿著羊腸小徑，有說有笑的走到了第一站——東龍島歷史博物館。枝繁葉茂遮擋著褐紅色的小屋子，並沒有城市博物館的正式與官方，而像一位隱居山林的老爺爺。博物館裡沒有燈和空調，只有一幅幅掛在石岩上的字畫，訴說著東龍島至今的點滴。即使悶熱，也沒人願意離開，不約而同沉浸在過去。離開後我一時恍惚，仿佛眼前東龍島歷史演變，定格在今日卻被垃圾污染，一陣心痛。

「接下來是參觀炮臺遺跡，東龍洲炮臺是十七世紀為防禦海盜而建……」踏入觀景台，塵土飛揚，沙霧中氣勢磅礴的炮臺，靜默而立的碩大岩石映入眼簾，將思緒拉回從前的槍彈雨林，炮火連天的戰爭歷歷在目。我不禁皺起眉頭，哪有什麼歲月靜好，不過是有人為我們負重前行。震撼過後大家心中百感交集，氣氛沉默。



「這裡有紙巾！」隊伍後面傳來歡呼，老師趁熱打鐵宣佈我們兩兩結對，一人負責提垃圾袋，一人用勞工夾拾垃圾。驕陽似火，熱汗順著脖子往下流，我隨手抹了把汗。「這個給你。」見著手掌上一對冰涼貼，我聞聲抬頭，對上朋友向日葵般的笑顏。沿著海岸線清理垃圾，聊夢想聊未來聊海闊天空，酷陽也擋不住如火的我們。「同學們把垃圾袋綁好放在這裡。」校友義工指揮著凱旋而歸的我們，綁起滿滿一袋垃圾，心裡躊躇滿志。

我們的旅途隨著踏上甲板進入尾聲。回程不如來時那樣活力，沒了說笑，只聽見海的聲音。回顧看，同學們早已互相依偎著小休，我也緩緩閉上眼睛。驕陽般的青年有著無限動力，是未來社會的頂樑柱，不但要好好學習報效祖國，且要養成良好的品格與習慣。不隨地丟垃圾便是我們能為環保做的其一，共同建設美好未來。

2022年畢業典禮



五月下旬，一個荷香初起，甘霖澤被，夏木欣欣的上午，第五波新冠疫情稍為緩和下，培僑中學的莘莘學子，迎來了他們2022年第七十四屆畢業典禮。

校監曾鈺成先生致辭時表示，特別榮幸能邀得香港特別行政區財政司司長陳茂波先生（大紫荊勳賢，GBS，MH，JP）擔任主禮嘉賓。陳司長是畢業同學們學習的榜樣。他小時家貧，居住過寮屋，在廉租屋長大，憑自己的努力考進大學，取得會計師專業資格。曾校監最初認識陳先生時，他是香港會計師公會會長。其後他當選為會計界立法會議員，曾校監和他在立法會裡共事幾年。他在會議廳裡的表現給曾校監留下深刻的印象：他每一篇發言，都經過縝密的思考、認真的準備，反映出一絲不苟的態度。至2012年，他獲行政長官提名、中央人民政府任命，成為特區政府發展局局長。2017年起，擔任財政司司長。陳司長最近在他的網誌發表的一篇文章，有以下幾句話：「過去幾十年，香港經歷過大大小小的風雨和考驗，在祖國的堅實支持下，香港人努力拼搏、靈活變通，我們克服了困難、攀上了新的台階，一起走到今天。」這幾句話，是陳司長對香港發展歷程的描述，也是他個人成功道路的寫照。特區政府換屆在即，陳司長肩負重任，依然樂意來到培僑中學，對畢業同學給予勸勉，曾校監對此表示衷心感謝！司長為抗疫防疫、振興經濟、改善民生，勞力勞心，學校師生對司長致以崇高敬意！「努力拼搏、靈活變通，克服困難、攀上新台階！」曾校監借司長這幾句話，給畢業同學們送上最美好的祝福。



陳茂波司長祝賀畢業同學們順利完成了中學文憑考試，他表示畢業標誌著一個歷程的完成，同時亦是新旅程的起步點。未來雖然充滿變數，但因為其可變，而令人充滿期待。有人說「條條大路通羅馬」，他比較饞嘴，會說「煎炒蒸炸燜燉焗」，只要努力去嘗試烹調，食物就有美味之處，藉此來鼓勵同學去努力嘗試。陳司長分享《大白鯊》電影拍攝的小故事，勉勵同學，人生中往往未來充滿變數，但只要肯努力、敢變通、朝著理想進發，總會闖出自己的一片天。而在這過程中，父母、老師和母校，都會是支持自己的後盾。



陳司長表示他十分認同培僑中學的辦學理念——「培才思報國」。他讚賞培僑一直大力推動國民教育課程，提供各樣體驗式的學習，包括軍訓、考察大灣區和內地不同省市等；組織師生與內地姊妹學校交流，考察多個內地機構，包括大灣區內的高新科技公司。近年培僑有不少優秀學生均獲內地頂尖學府如清華大學、北京大學和復旦大學等取錄，成績有目共睹。培僑獨特的辦學理念與文化承傳，讓培僑

睹。培僑獨特的辦學理念與文化承傳，讓培僑的同學充滿著愛國情操。他相信培僑一定會繼續培育出一代又一代對知識充滿好奇、對社會滿有關愛、對家國抱有情懷的愛國青年領袖。（陳司長致辭全文見另頁。）

接着，校長伍煥杰先生致辭。伍校長再次感謝陳司長百忙中撥冗擔任畢業典禮的主禮嘉賓，同時亦感謝科技大學副校長汪揚教授和立法會楊永杰議員擔任頒獎嘉賓。汪教授是科技大學副校長負責大學拓展，同時是數學系講座教授。楊永杰議員是培僑校友，中學時已積極參與學校組織的地區服務工作，例如協助區議會選舉工作。他展示的是培僑人服務社區，奮鬥為民的家國情懷。

伍校長感恩能在疫情下順利舉辦畢業典禮。今年有三分之二的畢業生同學能出席，因為防疫條件所限，只能邀請每位畢業生一位家長代表出席。另外有三分之一的畢業生，因為之前在港備戰文憑試，很多已經一年或以上的時間沒有和內地的家人團聚，他們考完文憑試後就立即回鄉和家人團聚。所以今年的畢業典禮也設置了網上直播，讓身處香港以外的家長和同學也都能夠雲上參與。

伍校長指出本屆畢業生的三年高中生活，面對著學習壓力、社會動亂、新冠疫情衝擊等挑戰，都成功戰勝考驗，完成文憑試，順利畢業。相信他們在以後的人生路上，能夠克服任何挑戰。接著伍校長進行校務報告，講述了學校教師團隊在疫情中的應對措施，75周年校慶一系列的慶祝活動，學校對學生的全面支援，和學生參與的校外比賽和活動。伍校長還報告了五位同學被清華、北大和復旦大學預取錄的喜訊。

伍校長最後和畢業同學分享「論語」中孔子的一句：「吾不試，故藝。」勉勵同學不要虛度光陰，要積極學習，



積累更多的知識和技能，才能更進一步去接受機遇，一旦機遇一到，平時所學就能派上用場。

最後所有畢業生，由曾鈺成校監頒授證書，其他榮譽獎項，則由陳茂波司長、吳康民主席、香港科技大學副校長（大學拓展）汪揚教授、香港特別行政區立法會議員楊永杰先生和培僑教育機構董事周志榮先生、周世耀先生、林友浮先生等頒發。

畢業典禮後，陳司長還主動與幾位畢業生對談，聆聽學生對政府工作的意見及期望，以及他們畢業後的發展方向及規劃。陳司長很平易近人，同學們主動分享各自的看法，大家言談甚歡。



財政司司長陳茂波畢業典禮的致辭全文

以下是財政司司長陳茂波五月二十九日在本校2021/22學年畢業典禮的致辭全文：



吳主席（培僑教育機構董事會主席吳康民）、曾校監（培僑教育機構董事會副主席兼校監曾鈺成）、伍校長（培僑中學校長伍煥杰）、各位嘉賓、各位老師、各位同學：

大家好！非常高興得到曾校監的邀請，參與培僑中學2021/22學年的畢業典禮。

首先我要恭賀各位同學完成了中學階段。六年，是不短的時間。從出生到六歲，你已由嬰兒變成懂事的小孩子。另一個六年，讓你完成了小學階段。再一個六年，就來到今日。這是各位同學在人生路上的一個里程碑，一路走來，有着母校的教誨與愛護，父母的疼愛與關懷，更有你們每天的努力和堅持，在過去兩年多疫情一再來襲的期間，完成了DSE考試。各位同學，值得為自己的努力、父母和學校的支持，給自己一個「like」！

畢業，標誌着各位完成了一個歷程，卻也是新一個旅程的起步點。雖然未知道公開試成績如何，將會繼續升學抑或進入社會工作，未來，總有很多未能確定的變數，無可避免地會讓大家心裡比較忐忑。不過，人生其實常常都處於不確定的環境中。可以確定的只有過去，未來本身從來就是充滿變數。從這個角度想，其實又不需要太擔心未來會如何。

換個角度看，其實我們更應該因為未來的可變而充滿期待。無論是升讀大學、作其他進修，抑或找工作，我們都可以將自己的興趣與潛能全力發揮。有人說「條條大路通羅馬」，我比較饞嘴，會說「煎炒蒸炸燜燉焗」，只要努力嘗試好好地煮，任何烹調方法都會有其好吃之處。

在學校的網站上，除了前校長曾鈺成先生的文章，同樣有份量的是同學們的文集，我見其中一篇的題目是「談談人生處處是考場」，亦是充滿智慧。大家才剛考完DSE，一聽這題目，第一反應可能是：「吓，又再考試？」但想深一層，人生中就是充滿挑戰，充滿抉擇，雖然大家還年青，但我相信都曾有這方面的經歷。面對挑戰、面對考驗時，最緊要是我們抱持熱誠、努力去尋找自己的興趣和未來，在追尋未來和實踐理想的過程中，堅毅就會贏，我相信大家都會找到自己的出路。

更值得我們期待的是，只要堅毅，順着自己的興趣去努力，你會發現一個「從未認識的自己」。也許，過去你不曾想過，疫情之下的你，仍然可以堅毅努力地溫習，在一步一腳印中，終於走到今日。艱苦中的磨練，往往是最珍貴的成長回憶。

我和大家分享一個小故事。在七十年代，當時有位還未成名的導演正開拍一套叫做《大白鯊》的怪獸電影。拍攝中途開支已超出預算，怎料作為主角的機械鯊魚一沾海水便出現故障，時運作時故障。導

演卡在中間，為究竟電影會否爛尾而煩惱，心想還能拍下去嗎？結果他靈機一觸，既然機械鯊魚用不到，索性把電影由怪獸片重新定位為驚慄片，改為透過配樂和拍攝手法營造氣氛來達致驚慄效果。結果，這套電影叫好又叫座，而這位導演亦一舉成名。他是誰呢？我留待大家上網查考。我想說的是，人生之中環境不一定如意，未來亦充滿變數。但只要你肯努力、敢變通，朝着理想進發，總會闖出你的一片天。而在這過程中，你的父母、你的老師、你的母校，都會是你的支持和後盾。

其實，你們生活了六年的母校培僑中學，也是在磨練中展現着風采和光芒。從二次大戰後開始作育英才，從培養東南亞的華僑子弟到以本地生為主，學校都堅持為國家的發展與建設培育人才。從在跑馬地的年代到北角，從中學擴展到小學，還有在沙田的培僑書院，逐步發展，深耕細作地培育人才，一代又一代，今日在座的各位，就是校長和老師們努力不懈的見證。

我十分認同培僑中學的辦學理念「培才思報國」，培育學生的報國之心和報國之情，並立下報國之志。學校一直大力推動國民教育課程，在課堂教學與課外活動中，致力培養學生認識祖國，豐富國情和民族歷史發展的知識，並提供各樣體驗式的學習，包括軍訓、考察大灣區和內地不同省市，讓學生擴闊視野，為未來貢獻國家做好準備。

學校還組織師生與內地姊妹學校交流，加強師生對內地發展的認識，促進兩地情誼，又考察多個內地機構，包括大灣區內的高新科技公司，如大疆、騰訊等，給同學深入了解當地的創業及就業機會。此外，更到北京人大附中（中國人民大學附屬中學）參加STEM課程，以及到中國教育科學研究院和其他內地大學，增加同學對內地大學的教學模式及校園設施的認識，促進同學們對到內地升學和就業的了解。我知道近年培僑不少優秀學生均獲內地頂尖學府，如清華大學、北京大學、復旦大學等取錄，成績有目共睹。培僑這份獨特的辦學理念與文化承傳，讓培僑的同學們與別不同，充滿着愛國情操。

同學們是香港和國家的未來，是未來社會發展的力量和貢獻者。教育是培育生命的工作，同學們受益終身。我深信，在大家的努力下，培僑一定會繼續培育出一代又一代對知識充滿好奇、對社會滿有關愛、對家國抱有情懷的愛國青年領袖。

最後，我再次祝願各位畢業的同學前程錦繡，培僑中學發展璀璨，各位老師、同學和家長身體健康、工作順利、學習愉快。多謝大家！

（資料來源：https://www.info.gov.hk/gia/general/202205/29/P2022052900430.htm）

2020及2021年度
「求實盃」優秀班主任及優秀教學獎

祝賀本屆及上屆獲得「求實盃」優秀班主任及優秀教學獎的8位老師。

李白薇老師（2019-2020優秀班主任）
譚小銘老師（2019-2020優秀班主任）
陳子聰老師（2019-2020優秀教學獎）
顏瑞駿老師（2019-2020優秀教學獎）
李哲一老師（2020-2021優秀班主任）
何珈麗老師（2020-2021優秀班主任）
傅尤麗老師（2020-2021優秀教學獎）
譚偉強老師（2020-2021優秀教學獎）







升學喜訊

熱烈祝賀本校2021-2022年度中六學生范樂恒同學經「北京大學博雅人才 校長實名推薦計劃」，成功獲北京大學錄取，將入讀第一志願的城鄉規劃。鄭偉丞同學經「清華大學香港推薦生計劃」，成功獲清華大學經濟、金融與管理類預錄取。還有經「香港中學校長實名推薦計劃」成功獲復旦大學預錄取的三位同學包括：洪琪翔，將入讀歷史學類；張文強，將入讀經濟管理；戴晴卉，將入讀法學。



升北大范樂恒



升清華鄭偉丞



升復旦同學

培僑中學與惠來濱海學校締結姊妹學校

2022年4月29日，春夏交際之際，一個陽光燦爛的下午，香港培僑中學與惠來濱海學校舉行了一個簡單而隆重的締結姊妹學校簽約儀式。荷蒙中聯辦教科部部長蔣建湘先生雲主禮，香港特別行政區教育局局長楊潤雄先生光臨主禮；香港特別行政區立法會議員何君堯先生和鄭泳舜先生雲見證；出席典禮的嘉賓還包括培僑教育機構董事會主席吳康民大紫荊勳賢和多位嘉賓。



惠來縣人民代表大會常務委員會主任黃鎮城先生在惠來濱海學校分會場雲講話。

首先，雲主禮嘉賓中聯辦教科部部長蔣建湘先生致詞：

在香港回歸25周年之際，培僑中學與惠來濱海學校締結姊妹學校簽約儀式意義重大。他指出香港回歸祖國25周年以來，內地與香港在教育領域開展緊密的合作交流，秉持雙方自願，雙向交流，互相促進，共同提高的原則。兩地的姐妹學校之間舉辦了大量的交流聯誼活動，開展了很多初有成果的活動，有助雙方了解，加深了互信，促進教育連通，人心相通。如今，姐妹學校計劃已經成為內地與香港教育領域融合交流，優勢互補，共同發展的平台。

培僑中學創辦於1946年二次大戰之後，國家百廢待興，以教育救國為創校理想，堅持愛國進步的方向，走在香港開展國民教育的前列。他對培僑中學與惠來濱海學校的合作充滿期待和信心。希望兩校以此為契機，善用雙方辦學資源和優勢，合作交流，為香港和內地的教育注入新活力，打造粵港兩地具影響力的示範性姐妹學校。



香港特別行政區教育局局長楊潤雄先生光臨主禮。

接著，惠來縣人民代表大會常務委員會主任黃鎮城先生在惠來濱海學校分會場雲講話：

他指出惠來縣歷史悠久，民風淳樸，人文底蘊深厚，素有海濱鄒魯之稱。近年來，廣東揭陽濱海新區建設及各種大型項目建設發展如火如荼。同時，惠來縣亦高度重視教育工作，惠來濱海學校自創辦以來，教育教學品質穩步提升，辦學品質和特色在區域內得到了各方面的廣泛認可，已成為了惠來縣民辦教育的典範。此際香港培僑中學與惠來濱海學校圓滿締結為姊妹學校，是惠來教育之幸。他相信香港培僑中學嶄新的教育理念和先進的教育模式，必將帶動惠來濱海學校教育教學水準不斷提高。

講話完結後播放兩校的介紹短片，然後就開始簡單而隆重的締結姊妹學校簽約儀式。由培僑中學校長伍煥杰先生和惠來濱海學校校董會主席黃少賢先生簽署協議書。



雲主禮嘉賓中聯辦教科部部長蔣建湘先生。

典禮正式結束後，楊潤雄局長與一眾嘉賓在伍煥杰校長的帶領下，參觀了培僑中學四樓課室、創意研究室、創新研究室、技術研究室、健身室、禮堂和膳堂。楊局長視察了香港的中學五月三日復課的準備工作。

獲獎消息

世紀長征學界菁英大賽（決賽）季軍

中史科組織學生參加由香港電台製作的「世紀長征—菁英問答比賽」，這活動得到教育局、民政事務局和政制及內地事務局全力支持；香港電台全力推動。比賽分香港青少年制服團隊和學界兩個組別，內容以闡述中國近代百年歷史事件的跨媒體特輯《世紀長征》為基礎，吸引了全港共 48 間學校及 13 個青少年制服團體參加。4A葉熙進、李耀庭、5A邱靖珈、張嘉霖、周沃霖代表學校經歷為時半年的多輪比賽後，培僑中學最終奪得「學界」組別的季軍。

指導老師：劉敏如老師。





第十一屆全港學生中國國情知識大賽

中史科、歷史科及生社科合作推動同學參加了「第十一屆全港學生中國國情知識大賽」，本校同學獲得：

中學組最踴躍參與學校獎，獲得書券 $ 5000。

5D駱力豪同學獲得中學組個人賽優異獎。

指導老師：劉敏如老師、白燕湘老師、劉靜儀老師。



全港初中中國歷史文化問答比賽

中史科推動本校初中學生參加了由教育局主辦，香港教育大學協辦的「全港初中中國歷史文化問答比賽」，經過網上初賽，在71間學校中順利進入決賽。2D李文軒、张睿恩、李嘉怡、3A 陳開元、3D王胤鐸代表學校出賽，以五分之差，奪得亞軍。

指導老師：劉敏如老師。



科創・起・承青年科技創新教育計劃比賽



學生在第二、三部份分別得到亞軍、季軍的優異成績。

得獎學生名單：

第二部份：機械人競賽（亞軍）
2A 郭曉智、劉焯賢、3A 陳日羲、林梓皓、3D 王清然

第三部份：創意機械人比賽（季軍）
3A 陳開元、廖梓朝、蘇華祥、4A陳鈞輝、4B黃凱謙

指導老師：何立仁老師。



學校泳隊在學界游泳比賽戰績彪炳

本學年學界游泳比賽在2022年6月22日順利舉辦，本校泳隊戰績彪炳，一共獲得17項個人獎、8項接力獎、6項團體獎，以及男子團體全場總冠軍、女子團體全場總亞軍。

團體成績如下：

男子A組團體 季軍　女子A組團體 殿軍
男子B組團體 冠軍　女子B組團體 冠軍
男子C組團體 冠軍　女子C組團體 季軍
男子全場總冠軍　女子全場總亞軍

接力賽成績如下：

男子甲組 4x50米自由式接力亞軍
男子乙組 4x50米四式接力 亞軍
男子乙組 4x50米自由式接力亞軍
男子丙組 4x50米四式接力 冠軍
男子丙組 4x50米自由式接力冠軍
女子甲組 4x50米四式接力 亞軍
女子乙組 4x50米自由式接力冠軍
女子丙組 4x50米四式接力亞軍







泳隊隊長感想

4C周月生

我們這次在學界游泳比賽獲得佳績，首先要感謝劉芷勳老師和葉教練的悉心教導，才能成就現在的我們。

我很榮幸能成為泳隊隊長，帶領師弟師妹們在游泳上不斷突破自己。這次能獲得男子組全場總冠軍，是各位隊員努力的成果。大家用血汗，辛辛苦苦得來得冠軍，我們都十分開心和激動。

游泳是一種持之以恆的運動，不是一朝一夕就能成功的，需要每日的訓練，高中生要面對中學文憑試，在讀書和訓練上需要作出一定的取捨，但一眾隊員仍堅持訓練，實在難得。

最後，希望這次的學界游泳比賽的成果，能使泳隊的師弟師妹獲得成就感，推動他們更積極地訓練。我身為隊長，更要做好榜樣，付出更多時間來訓練，為學校爭取更多的榮譽。



左起：5B 黃駿賢、5B陳沛慇、5A 柯明儀、4C 周月生



5A 柯明儀

疫情已經兩年了，疫情下泳隊的訓練十分困難，因為有太多限制和要求，例如大家需要打齊疫苗才能下水。

剛復課的時候，因為種種原因，泳隊每次訓練都有不少隊員缺席。但即使面對種種困難，每一位隊員都十分努力去參與訓練。即使每天有很多測驗默書，大家依然用心訓練，為學界比賽做好準備。

我很開心能在疫情下，和所有隊員一齊參與比賽，取得佳績，一起享受今次的成果。

5B 陳沛慇

受疫情影響，我們好不容易才能再次參賽，很高興能與泳隊成員一起留下美好的回憶。

雖然訓練時間大減，但老師極力為隊員爭取訓練的機會，加上學校的設施齊全，使泳隊在疫情下仍然可以維持訓練。每次訓練機會得來不易，無論多疲累，大部份隊員仍堅持每次出席，我感受到他們對泳隊的真誠付出。比賽時，大家都竭盡所能游出最好的成績，又互相激勵。泳隊每一位成員都感受到了彼此之間的凝聚力，能成為泳隊大家庭的一份子是很幸福的事。最後，感謝劉老師及葉教練的悉心教導，加上每一位隊員的付出，培僑泳隊才能延續佳績，希望這種精神會一直傳承下去。

5B 黃駿賢

今年的學界游泳比賽，我們因疫情而長期未能訓練，所以退步很大。但慶幸學校有游泳池這個優勢，一開放泳池，我們就可以立刻恢復訓練，爭取佳績。

我今年就讀中五，要開始準備中學文憑試，所以減少了訓練，由一星期三次減少至一至兩次。我比賽前主要練習接力和跳水出發，希望能減少失誤，盡力為團體爭取分數。

這次比賽，很多泳隊隊員都有超常發揮，得到很好的成績。十分感謝劉老師和葉教練的悉心教導和鼓勵。不論訓練或比賽，能與如此優秀的泳隊隊員並肩作戰，身為隊長的我感到十分幸運，也為你們感到驕傲。

「香港島初中組十大優秀學生」獲獎感言

3A 陳天懿



我很榮幸能夠獲選這年度「香港島初中組十大優秀學生」。這次得來不易的機會，跟不同學校的學生交流，了解不同同學的成就、理想和抱負。對於我來說，這不單單是一場選舉，一場比賽，一場競爭，這更是一個讓我認識到一班有抱負的同學，讓我更加了解自己的一次機會。何謂優秀學生？有什麼準則？這些問題沒有標準答案，而是需要自己去定義。

常言道：「機會只會留給有準備的人。」這次優秀學生選舉，老師挑選的不單是學業成績優異的學生，更要是積極參與課外活動的學生。我在中一、二嘗試了不同的活動和不同的挑戰，給自己積累了十多個的其他學習經歷，其中有不同的課外活動，比賽和服務。

十大優秀學生名單
（排名不分先後）

初中組

姓名	學校	分區
黃彥臻	香港華仁書院	灣仔區
何卓欣	聖保祿中學	灣仔區
馮乙朗	香港真光中學	灣仔區
杜朗言	港大同學會書院	南區
黃曉慧	嘉諾撒聖心書院	南區
陳樂謙	香港真光書院	南區
鄭鎮	路貝遮官立中學	東區
陳天懿	培僑中學	東區
梁柏熙	聖保羅書院	中西區
吳天盈	樂善堂梁銶琚書院	中西區

在這次的學生選舉中，我經歷了兩次的面試活動，讓我感受到了久違的緊張感，安靜卻坐滿人的教室，考驗的就是自己的心理質素。在辯論中，我沒有慌張得一言不發，而是靠自己的應變能力和平時累積的知識去積極地參與辯論，盡全力發揮到最好，努力展現自己，不留任何遺憾。

在榮耀面前，我更要思考不足的地方，繼續努力，不忘初心，砥礪前行。



吳康民主席九十六歲華誕

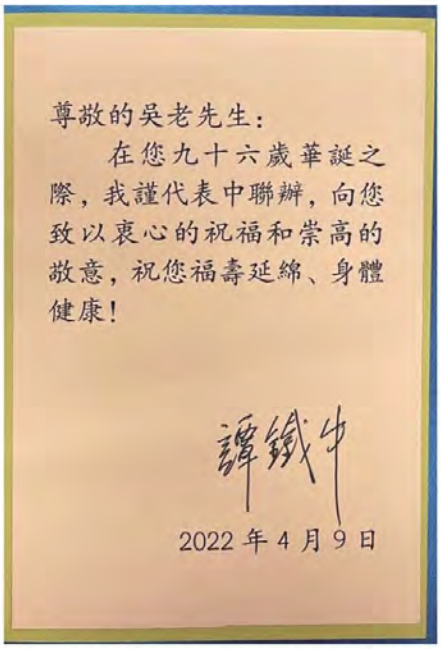
2022年4月9日是我們敬愛的吳康民主席九十六歲華誕。當天，由於疫情關係，未能為吳主席舉辦生日會，但中央駐港聯絡辦公室譚鐵牛副主任送上賀辭，中央駐港聯絡協調部送上花籃，菲律濱莊金耀校友送上果籃，培僑中學還預訂了大蛋糕，為他祝壽！







中央駐港聯絡協調部送上花籃祝賀



尊敬的吳老先生：

在您九十六歲華誕之際，我謹代表中聯辦，向您致以衷心的祝福和崇高的敬意，祝您福壽延綿、身體健康！

譚鐵牛

2022 年 4 月 9 日

香港中聯辦譚鐵牛副主任送上生日賀詞



菲律濱莊金耀校友送上果籃祝賀



菲律濱校友會登報祝賀

培僑中學學生對新一屆政府期望
政綱建議書

1. 通關

a) 減少兩地防疫措施的差異，儘早通關（5A 于卓靈）

疫情的起伏不定對於通關來說是一個難題，兩地的商務的來往固然重要，但也不能忽視普通市民的需求。封關約三年的時間，很多的中港家庭因此分隔兩地，親人之間長時間不能見面、有些居住在內地年長且需照顧的港人不能回港配藥，在港工作的兒女不能照顧在內地親人等等的問題也常常出現。

雖然現任政府推出港版的健康碼及回港易的名額，但是前者推出後便爆發第五波疫情，因此尚未有用武之處；後者每日的名額有限，面對香港市民大量的需求，只能說是僧多粥少，較多受惠的只為商務客，一般小市民依舊只能苦等通關的一日。



如需要通關，制度上銜接尤為重要。然而，內地與香港健康碼存在較多的分別，例如內地對於疫情防控工作比香港嚴格，對於使用者的行程追蹤有更高的要求。但是，香港現時的「安心出行」程式在記錄出行方面存在私隱爭議，部份市民又以不同的方式走法律漏洞，以致社會上議論紛紛，認為「安心出行」的作用有限，無助通關。希望新一屆政府可以就通關相關的措施政策進行檢討，減少兩地防疫措施的差異，以便早日通關。

b) 為跨境學童設特別通道（5A 周沃霖）

有關通關方面，希望港府和內地溝通，令跨境學童在保障疫情穩定的基礎下通過特殊政策自由往返兩地求學。不少跨境學生為了學習，於過往的兩年多長時間與內地的家人分離。加上往來兩地的隔離政策使學生往返都要獨自在酒店隔離，相隔兩地見面卻像取經般困難，對於學生的情緒和心理發展的確帶來影響。另外，學生長時間在港，一去就是幾個月，當中的開銷（如住宿、一日三餐、車費、來回的隔離費用等等）費用高昂，許多中低收入的家庭根本無法承擔這些巨額的開支。所以期望來屆政府可以對跨境學童多加關注，給予來往兩地的跨境學童免隔離的安排，甚或在疫情許可下，盡快通關。

c) 設置大灣區文憑試試場，緩解未能通關下內地學子的需求（5A 張嘉霖）

香港歷來均是人才匯集之地，所以不少莘莘學子亦會來港升學擇業。然而，全球疫情持續，不少跨境來港的學童因通關無期，被逼與國內父母長期分離，或是滯留國內上網課，這個問題更為即將面對文憑試的學生增添額外的壓力。

融入大灣區發展是香港未來發展的重要路向，「融入」不僅僅在經濟上，而是廣泛、全方位、多層次的「融入」，既然在人才的融入已早已在民間開展，那麼，在制度上的進一步推展亦希望可以加快推行。因此我們建議借鑒一些國際性的考試的做法，它們大多都有在外地設立試場，而考試成績亦受國際認可。我們亦可以在大灣區設立文憑試試場，解決居內地的文憑試考生「應試難」的問題，同時亦比承認內地 DSE 課程學校為香港註冊學校簡單，亦能以灣區作為試點，吸引更多學子來港升學及應考，使香港文憑試更具國際性，同時穩定本地學校的收生數目，有助香港教育界作出更多長遠的規範，何樂而不為？

2. 生涯規劃

a) 投放更多資源在選科環節，讓學生清晰地多元發展（5B 張柏濤）

香港一直以來便是人才彙聚之地，但是有許多學生在中學時因為選課策略失當、成績不理想等原因，未能很好地找到屬於自己夢想和將來想要從事的事業，導致很多在特定方面的人才沒有被發掘。

現在香港已經有如應用學習課程等的計畫，可幫學科成績不理想的同學在其他方面找到屬於自己的天賦，推動全人教育的發展。但香港是個知識型的社會，在社會上，擁有高學歷便是加入高薪行業的敲門磚，時至今日，社會上還是對副學士和應用學習有誤解和偏見。我認為政府應該在學生的生涯規劃方面做出努力，幫助學生瞭解自己的長處和興趣愛好，從而發掘他們的才能。如派遣專業社工進入學校開設講座，並主動和學生進行一對一對話，切實瞭解學生的需要。同時也應該多加宣傳全人教育，消除社會上對學歷的偏見。

b) 投放更多資源讓青少年瞭解並憧憬大灣區發展（5B 李芍霖）

現時中央政府和特區政府都推行政策支持大灣區發展，特別是對象為年輕人的大灣區青年就業計劃等，給了就業青年很多機會和可能性。與此同時，對於現時暫未踏出校園範圍的中學生和大學生而言，大家雖然知道大灣區的概念，但在大灣區進行事業發展仍然未進入大家優先考慮的職業發展選項裡，原因在於在學生期間青少年對大灣區的瞭解並不充足，無法預見自己在大灣區工作和居住的可能性，所以對大灣區的憧憬不大。因此，第一，新屆政府可以嘗試推出更多的香港中學與大灣區中學交流學習的活動課程，或是對學校進行資金支持，讓香港學童可以有更多機會親身去到大灣區不同城市/地區，瞭解不同地區的不同產業等，同時做到文化融合。第二，政府可以投放更多資源對學生人群宣傳大灣區不同方面的資訊，潛移默化下讓新一代青少年的概念將香港真正融入大灣區裡，意識到香港正與大灣區各個城市共同發展，環環相扣，可以自由流通。





同時也建議政府可以推動電子支付，讓內地和香港之間的支付模式更加同步，加深連結。

3. 多元出路

a) 拓展學科出路

○ 增強跨學科合作（5A 邱靖珈）

身為文科學生，畢業後的出路問題長年都是心中的痛。其實，由於香港特殊的歷史背景，中外文化衝擊交融下，理應更能成為藝術發展、文化研究等發展的優質土壤。惟在現實環境中，文科生畢業後轉往商界或專業界別發展，以謀求穩定的生活，這亦是十分可惜的。歷

屆政府著力投放資源以發展創新科技產業，以便在全球相關產業競爭中分得一席。而近年，虛擬貨幣、元宇宙等概念成為年輕人相繼投身的行業，當中的 NFT 藝術品的創作及買賣更成為一時熱話。NFT 藝術品買賣提供多途徑進行作品展示和買賣，加上可讓設計者自定並收得每次交易的版稅，有別於實體藝術品的單次出售，使創作者收益得以延續。這正是藝術生或文科生難得的發展出路。然而，在現時的課程之中，較多講授相關概念的，往往是電腦或資訊科技相關的學科，使大部分中學生對元宇宙的認知並不足夠，無助培養學生在這方面的發展。

我們希望政府可以改善現有教育框架，進一步推動跨學科的合作，如借鑑中國美術學院的發展經驗，將電子媒體藝術與商科知識進行融合，讓學生可以就數字基礎培養技術自習能力、編程能力、邏輯思維能力，這些均有助於學生進行各種跨領域的合作與創新，為目前被認爲缺乏出路的學科謀求更多發展。

- 鼓勵本港藝術發展（5B 陳可婧）

香港具備理想的藝術氛圍，不少人自小便會學習一門藝術，例如鋼琴、繪畫，很多年輕人對藝術創作發展十分投入，但往往無處發展。身為一位熱愛音樂的高中生，我十分希望在高中攻讀音樂，但因學校無提供該門選修課，只好放棄這個念頭。除去視覺藝術，還有舞蹈、音樂、攝影等等的藝術分類，香港高中雖然有音樂這一選修科，可能因為缺乏相關資歷的老師、專業設施場地等等原因，提供這一選修科課程的學校並不多，在舞蹈、攝影方面等更是沒有選修科，無法讓熱愛藝術、在藝術方面有天賦的青少年進行專業培訓及發展。有些青少年可能在傳統學科上沒有天賦無法取得好成績，但在藝術方面卻有驚人天賦，卻可能因為缺乏藝術相關的培訓資源及發展途徑，被迫從眾學習傳統科目而荒廢人才。再者，香港在藝術方面的出路也可謂相當的少，即便不少年輕人自己開工作室創作，但香港在藝術方面提供支援及宣傳甚少，不少年輕人最終卻還是因收入不佳、沒有前景而被迫放棄追求藝術方面的發展。

而今天，藝術已經融入和成為了我們生活中很重要的一部分，一部電視劇當中就已包括音樂、演藝、設計等等相關的藝術範疇。政府應考慮投入更多資源到藝術發展上。例如設立更多藝術的專業培訓課程；藝術方面器材設備往往價格較高，也是學校無法發展藝術的原因，政府可否對學校支援相關的資源，減低學校發展藝術的成本，舉辦更多藝術活動；設立更多藝術的專業培訓課程，讓青少年得以全面發展，發掘人才。

在藝術工作上，可否由發展藝術延伸至設立更多藝術相關的職位；對自行進行藝術創作的年輕人提供資金及設施上的支援，鼓勵他們創作，並幫助他們做更多宣傳，引起更多人對藝術發展的注意。由此，讓熱愛藝術的青少年也可選擇一條適合自己的道路，也使香港更全面發展，不僅僅是一座生活節奏快的城市，也融入藝術的優雅與浪漫。

b) 為創新科技人才設立大學通道（5B 楊俊瀚）

香港作為一個國際科創中心，一直以來都舉辦了許多類型的科技比賽，包括了一些給中小學生的比賽。而在這些比賽中取得優異成績的學生，是香港在未來發展創科行業不可缺少的人才，有必要為他們提供完善的教育，提升他們未來的創新潛力。但現在在香港升學主要看 DSE 的成績，進大學須達到 3322 的分數線，如果是在一些比賽中表現優異的學生，卻因為一些科目分數不達標而無法讀大學，是對未來香港創科產業人才的一大損失。

因此，政府可以改善升學的制度，對於部分學科未達標但在科技方面十分優秀的學生，提供他們一些定向的優待，讓這些學生得以進大學接受優質教育，從而保障未來香港科創產業的人才不易丟失。同時再進一步改善科技方面的教學，例如可以邀請一些科技企業的人才，在大學裡開辦講座或課程，幫助學生拓展一個企業化的科創思維能力；到全港中小學舉辦講座，讓學生從小培養出對科技的興趣和思考，有助未來持續性地培養和供應大量人才；在數碼港等科創前沿舉辦宣傳活動，讓更多人可以瞭解並支援科創發展，甚至可以為科創產業進一步籌集資金用以進一步發展。

c) 加強應用學習成績認受性（5A 黃駿希）

身為一名修讀應用學習科目的學生，應用學習確實能為我提供更多元的選擇。但可惜的是，應用學習在文憑試中的最高接納分數只為 Level 4，令不少同學因而卻步。而對於一些熱愛應用學習課程的同學來說，因應用學習的等級換算問題而令學生缺少一些選修大學的科目和機會。應用學習是新高中學制的創新理念，但卻因為分數的局限，令這系列的課程在先天上造成缺陷。期望來屆政府可以提高應用學習的認受性，令有興趣修讀的學生可以更無後顧之憂。

d) 支持本地互聯網產業發展，拓寬青年就業機遇（5A 柯明儀）

新一代年輕人在互聯網發達的時代成長，受遊戲、動漫、插畫的影響大。除了在就業出路的選擇外，他們在這些領域的消費能力將會和現時的日常用品的需求一樣大，例如虛擬人物或虛擬世界的消費，網上跨境購物等。因此互聯網衍生出的相關行業，例如插畫設計、動漫設計等將不容忽視。但是，這一類行業的前期投資較大，回本期亦相對較長，故期望未來政府可以透過更多資源的投入，為這類中小型公司提供支援，以吸引更多本地行業的年輕血液加入，以拓寬青年的就業機遇。

4. 可持續發展

a) 改善海岸生態環境，鼓勵青年保育郊野（5B 陳昌澤）

現時香港海岸污染嚴重，不少海岸地區時常堆積起大量海洋廢物，而由於常年欠缺清理，在偏遠地區尤其嚴重，垃圾隨處可見，當中不乏來自數十年前的廢物，可見其污染程度。而目前有不少清理工作，均由義工團體自發性進行，規模有限，香港整體污染情況而言杯水車薪。身爲香港一份子，我希望政府可以對生態環境多加關注，提供更多支援給現有義工團體，同時帶頭推行清廢工作，改善本港生態環境。另外，本人亦希望政府在教育層面上，除了從課程綱要內增添和強調保育環境的重要性，亦可以鼓勵學校或由教育局親自舉辦各種實際進入社區關注環境的活動，組織學生親身清潔郊野，到訪休閑用途以外的海灘，讓學生真實知曉香港郊野污染的嚴重性，增加學生的保育意識。

我瞭解現時已有不少的減廢措施，如即將開始的垃圾徵費，教育方面亦已經初見成效，我自己就是在小學階段認識環保這個概念，因而對此產生更多關注。然而，離開小學後發現身邊仍有許多不瞭解相關概念的同學，他們對此一知半解，令我意識到其實在新生代仍未完全普及相關概念。身爲一名轉校生，經歷過兩間氛圍截然不同的學校，眼見兩所學校的同學均只有十分薄弱的環保意識，甚至有些微抗拒，更加深了我普及環境保育的念頭。因此我希望政府可以在小學階段，更大程度地普及環保教育，增加環保教育在小學課程大綱的比重。我明白社會上仍有許多急切的問題亟待處理，但我也希望政府能在有限的資源中，多分半點於此。最後，我真切希望能夠藉些許微言，為香港嚴重的垃圾和環境問題出一分力，謝謝。

5. 邀請

最後，我們代表培僑中學學生，誠邀 李家超先生 到培僑中學與我們中學生直接對話，聆聽中學生的聲音，謝謝。

培僑中學學生代表名單：			
5A 張嘉霖	5A 柯明儀	5B 陳可婧	5B 楊俊瀚
5A 邱靖珈	5A 周沃霖	5B 張柏濤	5B 李芍霖
5A 黃駿希	5A 于卓靈	5B 陳昌澤	

行政長官競選造勢大會發言稿

4A王雅渝



多謝李家超先生如此關注青年的議題，我作為一位在香港讀書的中學生，對於新一屆政府又有什麼期望呢？因為疫情的緣故，遲遲未能恢復正常通關，我這幾年的中學生活一直都沒有機會參加任何交流團。回顧我以往參加過的交流團，都是在小學時期。由於參加交流團的緣故，我能夠接觸到住宿舍的生活，從中我獲益良多。到現在我差不多住了四年宿舍，所以參加交流團不單只是了解不同地方的文化，還可以體驗到平時接觸不到的生活方式。

故此，我希望新一屆特區政府可以增設由政府舉辦的交流團，擴大參加的名額，資助不同階層的學生，讓大家都有機會走出香港，了解不同地方的文化特色，增強國際視野。

我身為選修商科的學生，對於我，商學合作也是非常重要的計劃，香港作為國際金融中心，對金融人才的需求很大。我們這些選修商科的學生對於金融甚至不同行業都有很大的興趣，但我們往往都很難接觸到某個行業的運作，而商學合作就是其中一個機會，這也是很多學生一直「爭崩頭」的項目，機會甚少。而同時，我聽聞很多學生因為商學合作的緣故，而認清自己理想的方向，立定投身於某個行業的志向。

正如李家超先生在政綱中提到，教育制度是要幫助我們選擇未來方向，增廣見聞，所以我希望新一屆特區政府可以邀請更多不同界別人士，參與商學合作，由政府或教育局牽頭，提供更多不同的機會予學生。了解到未來就業藍圖，而商學合作的範圍更不應只局限於香港，而是要擴闊到粵港澳大灣區（內地城市）以及不同地方，例如同樣是國際金融中心的上海等等，讓學生了解到不同地方的發展，了解到香港應該如何與世界各地不同的國際金融中心競爭，除了引領我們樹立正確的世界觀，還可以培養我們的國民身份認同，在培育香港未來人才的同時，提升我們的競爭力。



慶祝香港回歸祖國25周年暨培僑運動日

1B 林辰意



一個週四下午，烈日當空，太陽高照，學校為了慶祝香港回歸祖國25周年舉辦了運動日。這次的運動會我們玩得十分開心，像囚禁在鳥籠裡的小鳥放飛到天空自由翱翔，自由地呼吸新鮮空氣。

我是A組的，第一個項目是踩單車。到了器材室，老師耐心地為我們講解比賽規則，由於有位同學遲到，導致缺一個選手，我們的副班主任何老師參加了！男生們坐在單車上，全都擺好了準備拿滿分的氣勢！一喊開始，男生們腳上就像是踩了「風火輪」一樣，不間斷地踩，像開動了的小馬達，踩到最後，腿都很酸，但是他們不輕易放棄，還在努力地踩著。雖然有空調，但他們瘋狂地冒汗。我們女生充當起啦啦隊，為他們加油，看到他們一直努力到最後，我們喊得更大聲了！最後，他們不負所望，得了五分，大家歡呼起來，仿佛還能再騎一場。

休息後，我們去了下一個項目「考眼界」，這次由女生來完成。穆老師先給講解規則，然後讓我們練習五分鐘，之後就開始正式比賽。何老師為了能多加一分，也參與了。這個環節，李籽墨同學和何老師最為優秀，他們倆都踢出了不一樣的風采，我變成他們的粉絲後援會了！

這個項目結束後，我們又馬不停蹄往下一個項目地點。這回是要考驗男生們的默契，兩人三足，男生們的腿綁在一起，因為身高不一，走得並不是很順利，但他們還是很努力地完成，也得到了很好的分數。

到了最後一個項目，我們的心情十分激動，因為我們之前的項目都很高分，希望在最後一項亦能取得優異成績。最後一項是由女生來投籃球，投進就算分。頭五分鐘的練習時間，我們不是表現得很好，但正式開始時，每個人都打起十二分精神，投中了不少球。這個環節周頌淇表現最突出，幾乎每球都進，對籃球十分有天賦。這個項目結束後，大家都累極了，大汗淋漓，像是進了汗蒸房似的。最後我們到禮堂集合，校長發言後就開始宣佈比賽的分數。每個人都忐忑不安，怕分數不理想。分數一出，我們暫時得了第一名，每個人都激動不已，開始慶祝。可不等我們高興完，老師就說，這個分數只是暫時的，還有問答環節，這句話宛如一盆冷水澆下來了。問答比賽開始了，同學們都很緊張，最後分數出來了，同學們像是一滴水濺到油鍋裡，瞬間沸騰起來了，沒錯，我們1B得了第一名。我們班得到了800塊的班費，大家都很滿足，因為這是我們共同努力的成果。



回到班上，我們還在嘰嘰喳喳地回味著剛才的經歷。我們都在為班級的榮譽而奮鬥，當然，這也離不開老師們的功勞，我們是團結的大家庭！我希望日後能有更多類似的活動，讓我們的天性得到釋放。這次的運動日，也讓我發現平日裡默默無聞的同學原來是天賦異稟的運動小天才，希望學校能通過這種方式挖掘運動天賦優異的人才。

3A王凱旋

疫情下的校園生活中，我們迎來了難得的一次培僑運動日。雖說並非大型的校內活動，每個年級分段進行比賽，但是足以讓師生們在枯燥的疫情生活裡增添溫暖和樂趣，體現團結精神，拉近師生間的關係。

微風輕拂，浮雲淡薄，同學們在課室裡有說有笑，期待著一會兒的活動。雖說一個班分爲四個小組，也絲毫不影響他們的團結。那日我們組由穆老師親自帶隊，我們分別體驗了「考眼界」、「快快手」、「兩人三足」與「飛翔」。透過活動，我們看到了穆老師的另一面，平時文質彬彬的他，在「考眼界」的那一刻大放異彩，他像是能控制球的去向一樣，每一顆都去到了他們該去的地方。

然而令我們印象最深刻的還是最後的問答比賽。第一次公佈分數，我們與第一名只差一分。面對這樣的情況，我們毫不猶豫地派了三位「陳氏家族」的成員參加比賽。他們在台上十分謹慎地回答每一題；我們在台下則跟著緊張起來，每當他們答對一題，便熱烈鼓掌，反之則就感到遺憾。那天的問答比賽，只有八道題，過程卻十分煎熬，大家絲毫不敢放鬆。直到最後一刻，四班答完後，再次公佈分數的那一剎那，我們成功反超，歡呼聲瞬間響徹整個禮堂，我們奪得中三級的冠軍！

如今回想那天的經歷，仍不可置信。我們的班代表背負著全班的期望，沉著冷靜到最後一刻，為運動日畫上完美的句號。台下的我們，也積極支持打氣，我們體現了3A班的團結精神。



3A吳欣兒

不知有多少人記得6月2日本來是學校的水運會呢？可惜疫情嚴峻，原定舉行的水運會無奈取消。學校為了讓學生繼續保持健康的體魄，同時增加團體合作，選擇在當天舉行「培僑運動日」。學生以班級為單位進行一連串的體育競賽，我們3A很榮幸地勝出了。



這次運動日總共有八個項目。每班分成四組去完成各自的活動。我與朋友一同選擇了A2，也就是「大串燒」以及「跳大繩」。這兩個活動我們組分別獲得了5分滿分中的2分及5分。這兩個活動雖然運動量不多，但其中「大串燒」的難度卻非常高，我們組的同學們用盡方法也只能獲得2分，而其中一分甚至是老師的參與分。相比我們A2組的活動，A1組的活動更困難且需要耐力。他們的活動是「競速單車」和「運轉乾坤」，也就是耐力單車和打乒乓球，都十分消耗體力。活動完結後我嘗試了一下，也覺得十分困難。

這次運動日，短短的兩個小時使我更認識和了解同學。平常很文靜的同學會積極地參與體育活動，平常很活躍的同學也有不擅長的活動。這次勝利使我感覺得我們班是一體的，體育競賽落敗時我們一同緊張，問答競賽反超勝利的時候我們班一同開心。期待日後有更多類似的活動。

4B黃嘉杏



疫情讓同學們少了許多共同的經歷和互相瞭解的機會。當校長宣布今年的水運會改成了運動日，讓我期待不已。

最讓我印象深刻的是「運轉乾坤」，讓我感受了4B班的班魂。參與者分為兩組，每打一個球就要換一個人，不斷接力，如果一個人不慎打錯了就要重新算分。由於總是有人太過於著急，不是打得太快就是太用力把球打出了界，讓我們遲遲無法超過十二個。三番五次地失手和時間的流逝，讓參與比賽的同學面露不滿，一旁觀戰的同學也都急得紛紛發出「可惜了」的哀歎聲。班長見狀連忙鼓勵大家：「沒關係，沒關係，再來！」「當局者迷，旁觀者清，身處於比賽的緊張難免會有失誤，如果我們再為他們施壓，不就越打越差了嗎？」這個舉動帶動了一旁的觀戰者：「加油！加油！」「十二！十三！十四！十五！」我們在最後時刻拿到了滿分，大家激動地跳起來歡呼，慶祝此刻的勝利。最後我班以全項目滿分的成績獲得第一名，它屬於4B班的每一位成員。

一個好的團隊領導人，不僅要讓團隊更有組織地去完成一個任務，更要懂得鼓舞人心。這可以讓團隊少一些責怪和抱怨，將大家擰成一股繩。而每個成員也應該有榮辱與共的意識，而不是將責任讓部分人擔在身上，這才是一個完整的團隊。

值得開心的是4B班在一起譜寫的第一個篇章就這麼精彩，我們的故事才剛剛開始，期待我們的後續！

5B李芍霖



來到大家都期待的運動日啦！本來以為我們5B班運動細胞肯定沒有其他班好，蔣老師給我們打氣時「下令」要我們把冠軍贏回來，雖然大家嘴上都說我們5B班志在參與，但是我們都玩得很認真，每個小項目都希望可以多贏幾分回來。

我印象最深刻就是「快快手」投球，因為我進了三個球，哈哈哈哈！我們5B班最後拿了滿分哦（25/25球）。雖然我只作了小小的貢獻，但是能贏球有我幾分之一的功勞，我已經很開心了！每次進球我們都會歡呼鼓掌，然後迅速到下一位同學投球；輪到女生選手投球時，男生會幫女生接住彈出來的球，然後快速遞給女生投，雖然沒有討論過怎麼合作，但是無形之間我們的大家都配合得很順，可能這就是大家兩年來的默契吧！感覺大家一直在快速找手感、找角度、找力度，都很努力地調整投射，我也是，在罰球線投球是我投球最準的方位了，但是因為有網攔著籃框，必須改變拋物線，一開始我一個都投不進去，但是到最後我找到了手感，當我們投中最後一個球時，我們立刻瘋狂歡呼，有人鼓掌，也有人蹦蹦跳跳的。



經過新的健身房，看見我們5B班有一組同學在騎自行車，不用上場的同學就在隔壁舞動手臂加油打氣，很有氣氛。還有那個「飛翔」，一開始我們不知道是什麼項目，做了很多奇奇怪怪又很搞笑的聯想，我覺得舉辦方這次保密工作做得好好，每個項目都充滿神秘感，我們去到場地才知道「飛翔」原來是W型拋飛碟。這個真的太難玩了，我們組只拿了兩分，但是沒想到居然是這個項目一天下來第一個拿到分的小組。這天有太多沒想到的事情了，最沒想到的是中五級冠軍居然是我們班！大家都很驚喜很激動，因為最後比賽環節前，我們班排第二，差第一名兩分，可是最後的奧運問答環節我們班拿了最高分，然後就反超成為冠軍了！蔣老師還調侃我們：「這就是知識改變命運。」

這次活動，我們班不僅得到了八百塊的班會費，我們還收穫了快樂。我很想讚賞好多人：有人投球很厲害，有人踢球進的好酷，有人騎單車好穩好快，有人跳繩好齊，有人對奧運知識好瞭解，反正就是大家都各顯神通了！我整個活動都很開心，最後就是感謝舉辦活動的老師和同學，感謝工作人員，感謝學校給我們舉辦這個運動日放鬆玩耍，希望下次再玩！

南京大屠殺84周年悼念活動
「國家公祭日」

2021年12月13日，學校舉辦南京大屠殺84周年悼念活動「國家公祭日」，全校師生默哀悼念。劉敏如老師講述南京大屠殺的歷史，勉勵同學銘記歷史，珍愛和平。









運動科技與夢想共築嶄新人生
——採訪費志恩校友

採訪、記錄：4A李瑭璠、吳佳灝



2021月11月8日，費志恩校友回校向同學們分享「運動、科學、夢想、人生」主題。在台下聽著費師兄演講時便能感受到他的從容不迫，在仔細瞭解後更能感受到費師兄的眼界，以及他對於我們年輕人的期盼。

在聽費師兄的演講過程中可以直觀地感受師兄通過自身的例子去指引年輕人，通過自己在培僑讀書時期的成績來打開人們的興趣，又通過各種各樣的視頻來激發同學們思考，包括他自己參加各地跑馬拉松比賽的照片，讓在場的兩個班的同學都被台上費師兄的演講所深深吸引，大家踴躍回答問題，積極討論。

在演講中費師兄有談到運動是自己所熱愛的，值得一提的是費師兄在中學時期也參加過許多校隊，如：游泳校隊，羽毛球校隊，管弦樂隊等等，並且認為接觸運動最重要的是培養心態。在很多時候年輕人想做的事情都有一個很好的方向，但是在執行過程中會遇到困難，心態可能調整得不夠好，他希望同學們可以用一個運動員的正面心態，去面對問題，不怕困難，不要氣餒，繼續前行。另一方面，體育活動還可以帶動思維，提升一個地區的吸引力，他舉例自己在跑馬拉松時，去過許多不同的國家，可以發現，人們把馬拉松當成是一種地區上全部市民的大盛事，喜迎世界各地的人前來參與，自然會接觸到當地的文化。



費師兄一直置身與慈善事業中，香港科技大學將「夢想實驗室」改名為「費志恩夢想啟航基地」，以感謝費師兄的貢獻。費師兄在採訪中也有談到，自己一直很強調夢想，在夢想啟航基地裡面應該充滿著各種夢想，做一些項目，並且想像在未來中學裡也會有關於科創的比賽或其他比賽，同學們踴躍參加。費師兄還談到幫助推動科創研究和教育發展的原因，是因為年輕人是未來，年輕人的想法也會帶來許多啟發，不會被生活上的事情局限，而年輕人的欠缺在於經驗上的不足，在執行上未必有這個能力去做，費師兄希望多多瞭解年輕人的想法，將自己的經驗告訴大家，幫助我們更好地規劃夢想路線圖。再者，費師兄對於中學生參與科技發展有著很大的盼望，認為現在的中小學生的認知能力高了很多，在科技方面有了很多不同的發展，例如，之前為了瞭解一個知識點可能需要一個禮拜，去圖書館借本書才可以找到答案，而現在只需要幾秒鐘，在電話上按一按就可以知道，所以當認知能力提高後，接受能力也會提高，如果能在最早的階段接觸到一些科技範疇的事情，去關注未來，對我們來說受益匪淺。

在演講中費師兄還有提到搭建和實踐夢想的第一步是去規劃路線圖，在規定過程中需要訂好目標，然後找到對應的路線圖，並且堅定不移的走下去。在設定合情合理的計畫中，費師兄有提到自己的一些經驗，首先設定夢想不要有框架，在實現夢想的過程中還要去關注身邊人的想法，他舉出了登太平山頂的例子，生動地解釋了路線的重要性。



在聽完了費師兄的演講後，我們對費師兄進行了採訪，很榮幸有機會可以親自面談，對於他在運動、科技和夢想三方面的見解有更直觀的感受。費師兄的分享對於每一個培僑人都是一種鼓勵，對未來又多了一份清晰的認知，他對待事情的看法會令我們的眼界變得開闊，相信我們定會不負期待，做一個對社會有用的年輕人！把培僑人的優秀故事續寫下去。



培僑人・大講堂之科技發展講座

3B 陳蔓琳



為了使中三學生對理科有更多的認識和想法，2022年5月16日，我校邀請第24屆校友，TI公司資深工程師羅海曼先生以「培僑人大講堂之科技發展」為主題，為全級同學進行了一場關於半導體晶片開發的講座，並鼓勵同學們學好理科、積極探索科學。

羅海曼先生由介紹什麼是半導體開始，解釋了如何將電阻和電晶體等組合形成集成電路，並將其運用於日常使用的各種電子產品和電子設備中。從產生新的想法開始，為了判斷是否可行，要一步一步進行研發、生產、測試，再投入應用中，這過程往往需要經過無數次試驗，同時還需有先進設備和技術的支持。由於先進技術越來越難以掌握，導致能使用先進技術的公司就越來越少。一個公司，乃至一個國家，要想領先於世界，則必須瞭解自身與他人相比有何優缺點，並努力保持所長，補齊短板。



羅先生強調，要將想法投入到應用中，最重要的是在求學階段認真學習基本知識，打好堅實的基礎。他鼓勵中三學生在之後的選科中選擇理科，學好數學、物理、化學和生物這幾門學科，以掌握好基本的科學知識，幫助未來的工作。世界正變得越來越複雜，哪怕同學們日後不想做工程師、科學家等，學習科學知識也會對未來生活有幫助，因為理科學習可以培養學生解決問題的邏輯；並且在遇到難辨真假的消息時，能在研究的基礎上再下定論，不會人云亦云。



羅先生表示自己十分有幸，在中學階段由於學校重視科學類課程，讓他對科學有了很強的興趣，這使得他中學畢業後選擇了物理專業，進而在晶片研發這個行業裏工作了幾十年。透過他的闡述，在場的同學深刻地感受到他對自己的經歷和選擇十分自豪，並體會到他對工作的熱愛。

聽完羅先生的分享，一些中三學生表示，自己對科學學習又有了更深刻的瞭解和認識，明白了學習科學的益處，不但將自己的想法和所學加以應用，來改善人們的生活，更對思維及處世方式有極大的影響和幫助。

感謝羅校友的分享和介紹，此次講座使學生認識了電子科技發展，更清晰了學習科學的目的，對自己之後的選擇有了更加明確的目標。

科普講座



中科院支持香港科技教育發展，在香港科技創新教育聯盟成立三周年的日子，派出十多位院士和研究員，在香港21間學校舉辦科普講座。2021年11月3日，本校很榮幸能邀請到路中華老師和袁嵐峰老師，分別給中四和中五的學生講「大腦的奧秘」與「量子和我們的生活」兩大科普主題 ，同學們受益良多。









港澳青少年國情教育空中課堂

北京市政協為了支持香港學校的愛國主義教育，在2021年11月19日舉辦了「港澳青少年國情教育空中課堂」，第一次透過網絡視頻連線形式，把國情課送給香港的學校。本校初中同學聽了于海將軍講授的「我們的國歌」。



伍煥杰校長接受訪問時表示這堂課加深了同學們對國歌的認識，增強了同學們的國民身份認同，讓大家把自己和國歌緊密聯繫在一起。他感謝北京市政協對香港學校愛國主義教育的支持與幫助。伍校長認為通過網路視頻連線形式把國情教育課送到香港的學校，可有效推動香港學生接受較廣泛的國民教育。他希望將來邀請于海將軍前往香港，在獅子山下指揮帶領香港師生高唱國歌，讓優美、激昂、慷慨的國歌迴響在維港兩岸。











樹賢基金環保獎學金

「樹賢基金」創始人林愛賢女士為延續父輩對培僑中學辦學的支持，推動可持續性發展，支持本校環保教育，設立環保獎學金，每學年獎勵與環保相關比賽或農耕工作表現優異的同學。

政府抗疫物資包裝義工服務

為了支援政府的抗疫工作，超過160位培僑人報名參加「政府抗疫物資包裝義工服務」。在三天內六個時段，完成了兩萬包的抗疫物資包裝。培僑人的高效率、不怕累、積極參與的精神獲得東區民政事務署和東區警隊的高度讚揚。特別是1E班林子徐同學，連續三整天參與，更獲最優秀義工獎。哪個崗位需要人，他就在那區。做完包裝，主動拿起掃把清理地上的貼紙碎，全場義工都對他讚不絕口。





學生感想

1E林子徐



在這次抗疫暑假，我到愛秩序灣官立小學做義工，幫忙包裝政府的防疫包。每一袋防疫包內有20個的快速檢測劑、兩包共20個KN95口罩、兩盒連花清瘟膠囊、一張政府心意卡和一本衛生署的防疫小冊子。首先我們在膠袋上貼貼紙，然後放快速檢測劑，再放連花清瘟膠囊和KN95口罩，最後放政府的心意卡和衛生署的小冊子。

每一天分上午制、下午制和全日制三個時段。每一檯有10個人，每一個步驟有兩個人，最後一個負責把防疫包放入紙箱中。大紙箱可以放30個，中紙箱可以放20個而小紙箱可以放15個，有時候需要到中間區域補充物資以繼續包裝。

我參與了三天的工作，雖然有點辛苦，但我很享受這次的活動，也獲得了最佳義工獎。感謝家人和學校讓我有機會參與這次的活動，使我體驗到父母工作的疲勞和辛苦，也體會到前線人員的辛勞。我很高興能為社會出一分力，希望香港社會能早日重回正常的生活。

Tow Minute Speeches

Mr Daniel Bird



I have been taking assembly at Pui Kiu Middle School for many years. To date I have done well over 100 speeches. It is sometimes a struggle to think of what to say. I want to share something useful, interesting and memorable. I must bear in mind that it's only 8am and many students are still quite sleepy. Over the past couple of years, students have been stepping on stage and giving speeches too. It is a chance for them to get some experience with public speaking, speech writing and being creative.

We have had an impressive range of speeches and this school year has been no exception. Despite interruptions and swift changes to the schedule, Pui Kiu Middle School students have bravely ventured before the microphone to share their words. It takes time to do this. First, students will discuss ideas with me: what would they like to talk about? Hobbies? A book they like? Something motivational? The next step is writing it. A two-minute speech is about 300 words or so. It will require editing, proof reading and, finally, practice. Speakers must ensure they project their voice, speak clearly and also slowly so that everybody in the school can follow their message. I am very proud to see so many students willing to take a risk and speak in English up on stage. It is inspiring for everybody to see. I would like to share here a few of the speeches from this school year.

'Fake It Til You Make It'

- by Matthew Chan Cheong Chak (5B)

Good morning teachers and fellow students, I am Matthew from class 5B. Today I want to share a saying with you all, “fake it till you make it.”

It is kind of related to drama, if any of you know what I am talking about. When you are doing a play on stage, you are the character itself. You'll need to have the same personality as the character. If the character is polite, no matter how rude you are in real life, you'll still have to fake it and say “thank you” on stage, that's what we called getting into character. But none of this can be done in an instant; it takes practice. At first, you might feel weird and not accustomed to it. Over time, the character itself will become part of you and, eventually, you will be able to truly get into the character and do what the character would really do. ”Fake it till you make it” is trying to bring the same message, and you can apply it to real life and improve yourself.



Create an ideal self-character for yourself. If you want to become a hard-working person, create a hard-working character. Think about the personality of that hard-working person: how would he react when facing challenges? Write them down. These are the rules that your character has to follow. Then, think of yourself as an actor, and try to get into the character you created. Get into the mindset of it, do what he or she would do. Don't feel pressured when you try to do those things; it's impossible for everyone to become hardworking in an instant. Instead, take it as a kind of play, and just act it out. Remember, you are just pretending to be ‘John’, and you can stop it at any time.

You'll start to think like the character you created, and part of you will truly become a hard-working person. This is a way to improve yourself, and it works for me! I hope this can work for you too and that all of us can one step forward to our ideal self.

Aviation

- by Chi Ching Ho 5C

Aviation, lots of people don't know this word. Let me tell you, aviation is the activities surrounding mechanical flight and the aircraft industry.

Over the past 100 years, aviation has made our life easier and better. When you travel to another country, you don't have to take a long ship or train journey. You just have to check-in, board the aircraft, and have a nice sleep or watch a movie, and after a couple of hours, you will arrive at your destination.

The aviation industry has grown fast all over the world. Nowadays, lots of countries can build reliable aircraft. Europe and Britain have Airbus, America has Boeing, Canada has Bombardier, Ukraine has Antonov which makes the biggest aircraft in the world, even China has made an aircraft called C919.



As I am talking, there are over 9500 aircraft flying between 20,000 to 40,000 feet. Over 2 million passengers are traveling in the sky, but we barely hear of any accidents. Thanks to technology, planes are the safest vehicles in the world.

This is why I want to be a pilot. I want to fly planes. When I finish my DSEs I will choose the aviation course, about planes and flying. But becoming a pilot isn't easy. It requires applicants to be good at maths, physics, and chemistry, but the most important part is teamwork. You can control a small plane with one pilot with no problem, but if you is flying a commercial aircraft, although the aircraft are highly computerized and automated, there are still a lot of programs the pilot has to monitor.

Becoming a pilot is challenging but a pilot will have a lot of fun. Life is easier in the air.

I hope this speech has let you know more about aviation. Thank you for listening.

AIRBUS BOMBARDIER BOEING АНТОНОВ



A Positive Attitude

- by Terry Feng Tian Zhu (4C)

Principal, teachers and fellow students, good morning.

Are you tired of going to school every day? Do you hate learning? What causes this?

Well, a lack of a positive attitude can lead to these problems.

Today I'm going to talk about the importance of a positive attitude.

Let me give you an example. If a student fails an exam, what should they do? Well, if they have a positive attitude then they will be motivated to study harder and get a better result next time. However, if they have a negative attitude then they will think they are useless and thus give up. Of course, a positive attitude is much better.

In my opinion, a positive attitude is the most important personality trait that we must develop. A positive attitude will not only benefit your learning but will also provide you with confidence throughout your whole life.

Things are different if you always keep being negative about your life. Nowadays, both adults and students in Hong Kong are under significant pressure. Many are anxious because they are always worrying about their lives. It's not a good phenomenon because anxiety makes you negative. I'll say that it won't be a serious issue if you aren't a positive person, but the fact is, it will affect your interpersonal relationships and have effects on your mental health and mood if you keep being negative.

Consequently, you can see how important it is to maintain and develop a positive attitude.

In fact, a positive attitude is not easy to maintain. Firstly, you should start by changing your mind. Try to think positively. Instead of worrying about the bad consequences an event brings to you, look at the bright side. Secondly, be energetic. A positive person always participates in many activities such as competitions, sports and ECAs. Doing these kinds of entertaining activities can help you to maintain a better mood and thus be positive. Third, try to sleep earlier and stop being a 'smartphone zombie'. According to the research done by the University of Arizona, young people who are addicted to their smartphones have a higher risk of depression. Oppositely, sleeping more and being away from screens makes you happier and hence helps you maintain a positive attitude.

To summarise, you should always be optimistic instead of pessimistic about your life. People with a positive attitude can catch the opportunities in their life and be successful, but negative people will only get the life they don't want and complain. Therefore, why not start to be a positive person from now on?

Thank you for listening to my speech. Have a nice day! ~

A Fish Out of Water

- by Claire Lee Hok Yung (5A)

Good morning Principal, teachers and fellow students. My name is Claire Anastasia Lee from 5A. Today I would like to share with everyone my experience when I first came to this school. I joined in form three and this is my second year here.

I used to go to an international school in Shanghai. In January 2020, I moved to Pui Kiu Middle school. I faced several challenges.

For starters, the first challenge I had was communication problems. In my previous school I used to study every subject in English and I used to talk to my close friends in English. However, at the start of the year, I realised that I would need to improve my Chinese. I had a major problem understanding my teachers! I felt like a fish out of water. I felt my throat get stuck while I was trying to introduce myself.

The next problem I faced was COVID 19. I felt disconnected from my classmates. Everyone seemed to be a part of a squad whereas I was just a new student. However, things are much better now. After a year at Pui Kui, I have made new companions and comrades with a similar background to myself. I now feel like a fish in the water.



I guess my situation is quite different to many of you. I have had to study my Chinese very hard. I still feel like I am learning Chinese. Perhaps many of you feel the same about English. You feel like a fish out of water. What does it mean? To be a fish out of water? It means you feel lost and confused and you don't know what to do. So what can you do?

Well, remember everyone is different in every way. Some people are best at maths, some are good at English. This is what separates you from others. It is not a bad thing. You just have to ask for help and know what your weakness is. If you ignore it and don't try to fix the problem then you will still be a fish out of water. So, don't be scared about being wrong - ask your friends and your teachers for help. Soon, you will be like me, a fish that is slowly getting back into the water.

Thank you everyone for listening.

「與化學教授對話」暨參觀中大化學系實驗室

化學科組在2021年12月20日（星期一，學校假期）早上，安排了29位中四修讀化學科的同學到香港中文大學探訪及參觀化學系的實驗室，期間與化學系教授李紅榮博士會面及交流，藉此深入了解李教授投身化學研究工作的經歷及發展，從而啟發同學探討未來升學及工作的方向。

當天的活動中，亦安排了出席同學在中大的學生膳堂午飯，於下午在港鐵大學站解散。帶隊老師為梁國偉副校長及劉鈞榮老師。



同學的活動感想

4B邱煒杰

經過了一天的勞累，我躺在床上，雖然身體疲累，但是我的大腦和心情卻仍然久久難以平息，由衷地慶幸我能夠在副校長和化學老師的陪同下，前去香港中文大學參觀。

整個參觀的過程並不算長，加上陰冷潮濕的雨天，中大校園的街道上人煙稀少，這樣的環境和天氣確實適合參觀中大這一棲身於山腰，環靠著大海的校園。不對，與其說是校園，更不如說是一座巨大的花園，甚至堪比一些著名的景區了，在這裡呼吸著新鮮的空氣、樹木、山水，無一不令人嘖嘖稱奇，其中的天人合一亭更好似連接著天邊一般（右下圖）。這也是我初次見到此般場景，驚奇的同時卻又令我感到安寧，想必在這樣的環境下思考，或許真能更快地想出答案。

在大學講堂和實驗室度過的兩小時也是讓人享受的。講解員和教授都耐心地解答同學們的問題，看著實驗室中精密的儀器，我更加嚮往未來有朝一日能夠坐到這個位置上，親自操作這些儀器進行研究。無法否認的是，這確實激發了我內心的動力，也更加確信如果我想進入這樣的實驗室，我的英文就必須得到提升。這也是今天下來我感觸良多的一件事，在大學中，不管是在哪，圖書館、食堂、實驗室、課室，無處不在的英文讓我明白了它真的很重要，也讓我不得不重視起來，中大的教育絕對沒得說，是香港乃至世界都是頂尖的，我羨慕這裡的人，但我想比他們做得更好！



最後還是非常感謝今日的兩位老師，不僅是因為能有這次機會來到中大校園，也是為了今天兩位老師的辛苦付出，我也希望能夠有機會再次踏入這座校園參觀。

4B王楨豪

今天是學校假期，化學科劉老師把握這天的時間，帶我們去參觀香港中文大學。

一望無際的中文大學校園，和藹可親的教授，以及洋溢著笑容的大學生們，一切都這麼美好。嚮往著大學生活的我們，興奮不已。剛入校門時，寒風吹襲，但大學依舊很美，我們與許多標誌性建築物合照。之後我們與教授座談，教授耐心地回答我們的所有問題，從教授口中我得知理科的出路，教授這個工作的內容和問題。甚至她還鼓勵我們努力向前，就算跌倒了也不要放棄，大家真是受益良多。之後大家享受了中大學生食堂的食物，琳瑯滿目的美食映入眼簾，美味可口。



踏在中大的小路上，承受著大家的夢想，對大學和未來的嚮往。感謝劉老師和副校長一齊帶領我們參觀校園，相信這次過後大家都會加倍努力，早日以大學生的身份走進校園，對科學、社會做出貢獻。

4C李文佳



我很幸運有這個機會參觀中大。其中讓我印象最深刻的是與教授交流和中大的景色。參觀當天，並不是陽光明媚的天氣，而是下著淅淅瀝瀝的小雨。由於中大是依山而建，淅淅瀝瀝的小雨更是給中大帶來了一種朦朧的美感。在這裡我感受到的不是香港的繁華而是一片空靈，走在寬闊的校道，看著兩旁鬱鬱蔥蔥的樹木，心情不由得就平靜下來。

與教授交流，聽教授講自己的經歷，瞭解到以後有關化學從事的工作，以及教授對我們疑問的解答，讓我有一種「聽君一席話，勝讀十年書」的感覺。接著就是去參觀化學實驗室，實驗室的設備很先進，並且工作人員也給我們講解了設備是如何工作的，我們如何操作設備等等。並且在我們不確定一個化學圖示的時候，工作人員也很耐心的為我們解答。在我看來，先進的實驗設備和舒適的實驗環境，可以最大限度的發揮我們學生對於求知的渴望，收穫更為有實際作用的專業知識，與提升動手能力。

我們順著道路下山，來到了未圓湖，跨越湖兩邊一座彎彎曲曲的小橋，橋是古樸的中國風，站在橋上，看著湖中怡然自得的魚兒，不經意一瞥，岸堤上還站著一隻小鳥，胖胖的像個小球一樣，很是可愛。中大的美景，就像人在畫中游。

在這次活動中，我獲益匪淺。如有類似活動，我一定積極參與。

4C袁韶汶

參觀當天，校園景色及與教授會面令我印象最深刻。

參觀中文大學當天，冷風雜細雨，薄霧添飄渺。下雨中參觀本應是不幸的，但在中大的優美景色下卻成了一種襯托，大有「山色空濛雨亦奇」之意。其中之最當屬合一亭，人在其中，便能感受到天人合一的祥和。人道天道本不相融，我們卻得以在小小一亭內達至合一之境，當真妙哉。

與教授見面，雖未曾聞其名，但聽其一席話如醍醐灌頂，迷茫的前程也清晰了幾分。她介紹了自己的經歷，講解了自己的工作，解答了我們的疑惑。在座參觀者大部分都會投身於科學，而教授給了我們許多建議，如說服父母的辦法，為我們點亮了一盞盞的明燈，使我們未來漆黑的道路多了一絲指引。總結而言，參觀中大令人獲益良多，如有下次，必一馬當先第一個報名。



4B黃凱謙

今天是一個難忘的日子，我和同學、老師一起來到中文大學與化學教授見面，其實我覺得這次活動能夠加深對大學的認識，也可以就學業經驗和前途與教授進行討論。教授講解自己的經歷和修讀化學的問題。我升上中四後遇到了不少的困難，對學業成績和將來前途十分重視，也對自己的期望高，導致壓力大。雖然我很擔心自己的成績較其他同學差，但從教授講述自己曾經遇上失敗的經驗後，我也重新有了自信。她講解學習技巧，只需要依此常常溫習該課題，自然會更熟悉，簡單來說不應該死記硬背！

除此之外，我們不但可以參觀實驗室，還能夠體驗大學生活，零距離觀察大學生努力學習的狀況，讓我可以趁早了解大學生活，安排將來大學生活如何渡過。最後，只要我們能夠持之以恆地學習，吸收過往經驗，自然會得到理想的成績！

4B陳德熙

今天有幸前往中大化學系參觀，獲益匪淺。首先我們進入了化學教室聽李紅榮教授的講話，她在化學研究裡無私地耕耘，分享事業的心得，使我有所體會：任何的學術都需要付出心力，而不是一朝一夕才能成功，也鼓舞了我繼續向前。之後，我們前往中大飯堂，享用美味的餐飲，跟同學老師暢談。最後，我們去到新亞書院和崇基學院外面參觀，放眼望去，是吐露港那璀璨的景色，令我心曠神怡！ 總結而言，我非常感謝梁副校長和劉老師的帶領，使我們體會到大學的樂趣以及學習化學系的一些知識，使我對未來的方向有所掌握！





中國空間站「天宮課堂」太空授課活動

3B陳蔓琳



2021年12月9日，天宮課堂第一課在中國空間站正式開講。當我看見三名太空人的笑臉出現在螢幕上，並親耳聽見他們向地面上的學生打招呼的聲音，心底的激動難以言表，和身邊的同學一齊揮舞著鮮紅的國旗和區旗向他們問好。

在此次天宮課堂活動中，太空人王亞平向我們展示了在空間站與地面上一些不同的科學現象。讓我尤為記憶深刻的是水膜張力實驗，花朵折紙被放入水膜中之後，在水膜的張力下旋轉著綻放出一朵美麗的花。王亞平老師希望各位同學的夢想都能像這朵花一樣在廣袤的宇宙中綻放。聽到這裡，我的心裡似乎也有一朵小小的花開始生根發芽。科學知識看似複雜深刻，實則也有燦爛生動的一面。而天宮課堂就宛如一條開滿鮮花的道路，將我們引入科學的大花園中。

2013年的那一次太空授課影響了一批青少年，近十年過去，其中一些當年聽課的孩子已成為助力國家航天事業發展的年輕一代，為中國航太帶去無限新的可能。而這一次的天宮課堂或許也會成為我學習進程中豔麗又濃重的一筆，使科學之花更穩地紮根在我心中，讓我有勇氣、有信念以航天人為榜樣，不斷學習，為實現個人及民族的夢想不懈努力。

5B馮磊

很榮幸自己可以參與到中國太空站舉辦的「天宮課堂」太空授課活動，這也是繼八年前「太空授課」之後的第二個太空科普活動。活動中三位宇航員翟志剛、王亞平、葉光富用直播的方式向我們展示了他們在太空上的生活以及精采的太空實驗：如太空轉身、浮力消失實驗、水膜張力實驗、水球光學實驗和泡騰片實驗等等。這些實驗如果放在地球上做大家都不會覺得特別，但放到太空上，由於太空的微重力環境，這些實驗就變得有趣起來了。水滴在太空中變成了完美的球體；空氣被注入到水球中竟然不會飄出；泡騰片放入水中氣體不會向上飄而是互相擠壓把水球脹大……這些實驗不僅讓我們眼睛一亮，更激發了我們對太空的思考和向往。



參觀抗日足跡感想

4A 李耀庭



2021年7月7日，我參加了學校的「尋訪抗戰足跡　聆聽歷史故事」的紅色之旅一日遊，受益良多。

當天早上我們先搭旅遊巴去馬料水搭渡輪前往荔枝窩，全程大概1.5小時。途中我們細心聽導遊的細心講解，比如這條航線就是之前香港淪陷時，送文化人去內地的路線等等。途中風景優美，我拍了不少照片。

到了荔枝窩，它臨海而建，背靠攀背頂，可以清晰看見深圳。之後我們翻越山嶺前往烏蛟騰，大概走了3小時。幸好平時有去軍訓，體能不差，感覺挺輕鬆愉快的，但同時感受到之前先輩的艱辛，他們不但要在這個惡劣的環境逃離香港，還要躲避敵人的追殺，實屬不易。

爬完山後，我們便乘旅遊巴去附近的烏蛟騰抗日英雄紀念碑。這是為了紀念抗日英烈，村民自發在村外建成的一個小型紀念碑。我們在那裡默哀，發誓不會讓烈士的犧牲白白浪費！

疲憊的身軀也需要補充體力，我們去了大埔的龍廷薈吃中式粵菜，味道的確不凡。酒樓的經理知道我們剛爬完山，為我們準備了清湯鹹點，十分貼心。

飽餐一頓後，我們便前往元朗大夫第。這譽為香港最華麗的中國傳統建築，是元朗新田文氏家族祖先留下來的古跡。我們還去參觀附近的文天祥紀念公園。

這天的活動十分豐富，可以一邊旅行，一邊感受先輩的努力歷程，實屬難得！



地理科萬宜水庫考察活動













「沙頭角禁區時空探索之旅」遊後感

4A 李耀庭

6月18日，我參加了「沙頭角禁區時空探索之旅」，先後遊覽沙頭角禁區、荔枝窩、烏蛟騰抗日紀念碑，行程十分豐富。

我們首先乘車往沙頭角禁區。開始時「禁區」兩個字使我聯想到渺無人煙的地方，在車上眺望著中英街時，只看到一個警崗，有種森嚴的感覺。到達後卻感受到當地居民的熱情，心中的緊張頓時放鬆了。之後再走到沙頭角之角，長達280米的碼頭，海風輕輕撫摸著我的臉龐，海浪的拍打聲，讓我不自覺地閉上眼感受這一切，感覺十分舒適。



「讀萬卷書，不如走萬里路」這句話真的沒錯。嚴峻疫情下，大家只能在有限的空間學習，但我認為親身體驗的活動是更有效的學習。在我們搭船前往荔枝窩的時候，看著鴨洲的奇洞峻石，不禁感歎世界的奇妙。另外，在荔枝窩看到的植物和書上看的感覺不一樣，當那些絞殺植物、板根出現在我的眼前時，我的興奮難以言喻。我們在旅途中也了解當地的歷史，如烏蛟騰的抗日紀念碑，讓我對先輩烈士不屈的愛國精神由衷敬佩。

現今社會，經濟發展大於一切，往往犧牲大自然。但二者真的不能共存嗎？經過這次的旅途，我的答案是「可以的」。酷似鴨子的鴨洲，和荔枝窩的五指樟樹、「空心樹」和絞殺植物細榕樹等奇景，足可以發展旅遊業。我們應該好好保育這些景物，可持續地發展我們的社會。

5A張嘉霖





沙頭角自1951年後便被列為邊境禁區，出入需持有禁區紙。我們這次得到資助，有幸成為北部都會區發展計劃下，開放沙頭角禁區項目中首批到訪當地考察的學生。我十分興奮的同時，又倍感珍惜。

沙頭角之旅中，我們知道了沙頭角這地名出自優美詩句「日出沙頭，月懸海角」，我們還走到香港最長的碼頭，遠眺中英街的外觀，了解當中的獨特歷史，並遠眺彼岸的深圳鹽田。到沙頭角外島去，身為選修地理的學生，能親身漫步於聯合國教科文組織評定的世界級地質公園荔枝窩，看到當中的風水林與紅樹林，還看到空心樹、白花魚藤……感受自然的神奇之處。除了生態地貌外，當地的文化館和小食店更讓我了解村莊的人文風情，使我感受到了當地村民的熱情。踏上回程的船上，環視鴨洲的特色地型，以及沙頭角的景色，這片禁區實在令人嚮往與著迷。

5A周沃霖



旅程開始前，導遊就給沙頭角之旅披上了一層神秘的面紗，既是深港交界處，又是禁區，任何人除非工作或居住都不能入內，這卻使我對沙頭角充滿了期待。在經過關口的反覆檢驗後，裡面看到的是五彩斑斕的房屋、全港最長的碼頭、以及令我最印象深刻的戒備森嚴的深港邊境和近在咫尺卻無法達到的深圳。看似與世隔絕，實則自成一片天地，超市、銀行、住宅等等，可謂麻雀雖小，五臟俱全。

經過短暫的參觀後，我們搭上渡輪，向荔枝窩的方向進發。作為一個百年客家村落，具有豐富的環境和生物多樣性，例如沿海的紅樹林，豐富種類的濕地生物，以及後山上的風水林，為荔枝窩提供了一個依山傍水的極佳風水格局。最令我印象深刻的還是那三棵樟樹中的抗戰遺址「五指樟」。面對日軍的入侵，甚至對於自然生態的破壞，村民們義無反顧展開抗爭，那棵樟樹由五指轉為四指，雖丟掉了一指，卻收穫了村民內心捍衛民族尊嚴的勇氣。

總的來說，這是一次非常不錯的體驗，讓我們遠離城市的喧囂，探索這座城市的歷史。「日出沙頭，月懸海角」，如今的沙頭角是一國兩制的交匯之處，見證著長久以來香港的風風雨雨，也正是這樣才鑄就了沙頭角的文化底蘊。過去的輝煌值得懷念，但是未來更加值得期待。



「九龍灣國際展貿中心」工作體驗活動

5B 陳可婧

上星期，我以「商校合作計劃」學生大使的身份協助籌備了由教育局主辦的一場教育研討會，這次經歷使我受益良多。

在活動中，我主要負責的工作是接待來賓並指引他們前往各自的區域。我們需要學會隨機應變，應對不同的情況，例如來賓沒有戴上名牌而我們不能即時分辨出他應去的區域，來賓亦不清楚自己參與的部分。最讓我難忘的是，在上午時，戴有不同顏色名牌的嘉賓，他們的座位會對應不同的區域，有兩種名牌的顏色很像，而我第一眼險些認錯，所幸再次確認時及時發現。整個過程中，我都要認真仔細地執行工作，才不會出現差錯。

一天的活動下來，我才知道原來籌備大型活動需要這麼多人，燈光師、迎賓人員、登記處人員……每個人負責不同的部分看似很小，但只有都執行好各自的小任務，才可使一個如此大型的活動順利進行。透過這次活動，我對組織一場大型活動的準備工作和流程安排有了更深的了解，亦體驗了一次接待工作，學習如何接待來賓，同時也對這方面工作有了深入的了解。我亦深深地體會到了分工合作和隨機應變的重要。這也是我第一次參與如此大型的活動，是一次十分寶貴的經歷。

「東華三院BiciLine單車生態旅遊社會企業」工作體驗計劃

5B陳沛慇

這次工作體驗活動設於週末，是較多人租借單車的時候，情況有點兒混亂。所以我們需要安排好出車的順序，與職員互相合作，使客人不會因租借不到單車而敗興而歸。

租借單車有三個工作的崗位：

第一個工作的崗位是記錄客人所需的單車。可以說是一個小小的聆聽訓練，我需要禮貌地問客人所需單車的數目、大小，並記錄他們的姓氏及電話號碼以方便在歸還單車時知道他們租借的相應單車，整理單據。然後就是收錢的步驟，需要小心謹慎處理，否則我要負責單車公司的損失。

第二個的工作崗位是將客人需要的單車拿出。利用對講機與同事溝通得知客人所需單車數目及尺寸，然後迅速地把單車推出車庫，以免客人等待的時間過長。

第三個工作崗位是將歸還的單車放好。將歸還的單車按尺寸，整齊地放好原來位置，方便下一次拿單車。妥善處理工作環境減少混亂情況，工作也更順利。

那裏的同事都非常親切及耐心教導，很快就令我輕鬆地融入工作環境。這次活動我學會了待人接物，服務性行業應有的態度及隨機應變的能力。

「商校合作計劃」之「國際青年商會香港總會」工作體驗活動

5B吳鴻彬

首先，我從活動中體會到辦公室工作的人的辛苦，當中最令我印象深刻的是辦公室工作雖然是「有瓦遮頭」，但你需要長時間面對着電子產品，眼睛很累。體驗的那兩天我每天六點下班，眼睛累得不行，回家看東西都是十分模糊。然而真正的下班時間是八點，可想而知辦公室工作並非人們口中所說的十分容易，各行各業有其難處所在。

其次，這次活動提醒了我做事應該認真。事源是我要打印東西，而我沒有細心檢查當中的細節，最後因字體的不同以致需要重新打印。這次活動讓我學會凡事要細心認真，多思考，否則你只會為他人與自己帶來更大的工作壓力。

再者，這次活動我學會了更多電腦文書處理的技巧，我也學會了許多不同快捷技巧。電腦是我最大弱點，通過這次機會讓我學習到更多關於文書處理的新方法，我亦在此活動中第一次嘗試使用速成輸入法而非「手寫」，大大有助我日後學習與工作。

最後，我通過這項活動的啟發後，查出以上種種問題，從中找到各項不同缺點，以助我日後加以改善，十分感激老師們對我的悉心教導。



同學獲邀與參加奧運的中國香港運動員交流

2021年8月30日，同學們很榮幸獲邀與參加奧運的中國香港運動員交流，還有機會和他們切磋乒乓球。亦感謝貝鈞奇團長對同學們的勉勵，期盼同學能立志，為代表中國香港隊而奮鬥。





「生活處處是STEM」閱讀講座



2021年12月17日，本校舉辦新閱會「閱讀．分享」到校活動，邀請STEM教學專家鄧文瀚先生（STEM Sir）到校主持「生活處處是STEM」專家分享講座，向中一、二級同學拆解生活中的STEM現象，引導同學多觀察、多思考、多聯想，從身邊事物尋找STEM蹤跡。同學在講座前已經閱讀《STEM少年偵探》系列圖書，講座期間反應熱烈。部份小書迷還帶了《STEM少年偵探》系列圖書請STEM Sir簽名。





參觀及探訪活動



2021年10月29日，1D班參觀會展「時代精神耀香港」建築展覽。



2022年6月18日，義工隊探訪獨居長者，在長者家居門外送上福袋。



2021年11月11日，2C班參觀香港新聞博覽館。



2021年11月15日，3A和3B班參觀「莊世平事蹟展」。



2021年11月22日，5A班參觀房協展覽中心。





2021年11月23日，5D班參觀SmarTone 5G LAB。

校際及校內課外活動成績

類別	比賽名稱	比賽項目	成績	得獎者
男女子獨誦	粵語詩詞獨誦(男子組)	中學四年級 男子粵語詩詞獨誦	優良	葉宋文(4A)、李耀庭(4A)
		中學五年級 男子粵語詩詞獨誦	優良	陳昌澤(5B)
	粵語詩詞獨誦(女子組)	中學六年級 女子粵語詩詞獨誦	良好	徐泳儀(6A)
	男粵佛教詩文朗誦	中學五年級 男子粵語詩詞獨誦	優良	張政豪(5D)
	粵語詩詞二人朗誦	中學四年級 男子粵語詩詞合誦	優良	陳昌澤(5B)、張政豪(5D)
	普通話詩詞獨誦(男子組)	中學一年級 男子普通話詩詞獨誦	季軍	謝嘉寶(1E)
			優良	吳依洛(1D)
		中學二年級 男子普通話詩詞獨誦	良好	許君豪(2A)、黃旗凱(2A)
			優良	魏喆霖(2C)、崔瑞奇(2D)、崔瑞鵬(2D)
		中學三年級 男子普通話詩詞獨誦	亞軍	蘇華祥(3A)
			優良	陳開元(3A)
		中學五年級 男子普通話詩詞獨誦	優良	周沃霖(5A)、張栢濤(5B)
	普通話詩詞獨誦(女子組)	中學一年級 女子普通話詩詞獨誦	亞軍	許梓晴(1E)
			優良	程燁鑫(1C)
			良好	林千惠(1D)
		中學二年級 女子普通話詩詞獨誦	優良	方子墨(2A)、張嘉怡(2A) 劉思晨(2A)、李嘉怡(2D)
		中學三年級 女子普通話詩詞獨誦	良好	方芷淇(3B)、樊倬云(3D)
		中學四年級 女子普通話詩詞獨誦	良好	林泓驊(4C)、蔡紫荊(4C)
		中學五年級 女子普通話詩詞獨誦	優良	陳可婧(5B)
			良好	雷星玥(5D)、施鈴鋤(5D)、湯言(5D)、 許亦菲(5D)、黃煒婷(5D)
閱讀活動	《大公報》徵文比賽	「港生看冬奧徵文比賽」	二等獎	陳蔓琳(3B)
			三等獎	香梓聰(4A)
	招商局集團活動	第二屆香港青年讀書月	金獎	吳柔霈(4A)、香梓聰(4A)李璵璠(4A)、 吳佳灝(4A)、柯幸妮(6A)
			銀獎	楊海茵(3B)、蔡哲恒(4A)、陳曉浠(4A)、 陳海納(4D)、羅宇彰(4D)、周沃霖(5A)
			銀獎	貝思燁(3B)、黃嘉杏(4B)
	香港公共圖書館2022年「4·23世界閱讀日創作比賽」	「書香滿溢·喜閱六十」	初中中文組優勝獎	吳欣兒(3A)

校際及校內課外活動成績

類別	比賽名稱	比賽項目	成績	得獎者
音樂	第74屆校際音樂節	分級鋼琴獨奏-五級組	優良	李尚軒(1A)
		笛獨奏-中學 - 初級組	優良	張嘉聰(3A)
		笛獨奏-中學 - 中級組	優良	潘紀霖(2A)
		簫獨奏-初級組	冠軍	潘紀霖(2A)
		揚琴獨奏-初級組	優良	黃祺凱(2A)
		二胡獨奏-初級組	良好	張卓貽(3A)、黃雪盈(3A)
		二胡獨奏-中級組	良好	葉宋文(4A)、鄭佩弦(4B)
		中阮獨奏-初級組	良好	曾梓欣(3A)
		中阮獨奏-中級組	良好	曾鈺晴(4B)、趙津希(4D)
		琵琶獨奏-初級組	良好	袁彩盈(3C)
		琵琶獨奏-中級組	優良	黃嘉杏(4B)
		箏獨奏-初級組	良好	黃稚然(6D)
		箏獨奏-中級組	優良	陳振豪(4A)、趙津希(4D)
體育	香港學界田徑錦標賽	男子甲組標槍	季軍	羅鈺帆(5C)
		男子甲組100米	季軍	戴明和(5C)
		男子甲組200米	季軍	戴明和(5C)
		男丙跳高	季軍	陳浚禧(2C)
	中學校際游泳比賽	女子50米蛙泳	殿軍	李晞桐(1A)
		男子50米自由泳	冠軍	劉子樂(1C)
		男子100米自由泳	殿軍	劉子樂(1C)
		女子50米自由泳	冠軍	陳鈺昕(2A)
		女子100米自由泳	冠軍	陳鈺昕(2A)
		女子50米蛙泳	亞軍	朱芷瑤(2A)
		女子100米蛙泳	殿軍	蔡慕雅(2B)
		男子50米背泳	殿軍	伍 俊(2B)
		男子50米蛙泳	殿軍	伍 俊(2B)
		男子50米蝶泳	冠軍	郭一衡(2C)
		女子100米蛙泳	亞軍	李 悠(3A)
		男子100米蛙泳	冠軍	王子駿(3B)
		男子50米蛙泳	季軍	陳雋璁(3C)
		女子50米背泳	殿軍	何卓倩(4C)
		男子50米背泳	冠軍	林焯鋒(4D)
		男子100米背泳	亞軍	林焯鋒(4D)
		女子100米蛙泳	殿軍	柯明儀(5A)

校隊成員大合照



籃球校隊



田徑校隊



泳隊



乒乓球校隊



羽毛球校隊



宿舍

2D張睿恩

朝陽透過碧紗的窗簾灑在床頭，拉開窗簾，窗外早已一片白。天邊的晨陽彈撥天際作窸窣，斑駁的點子似帶著碎玻璃，贈給下方一箋清淺卻無言的詩簡，此是一塘清澈透亮的晨陽帶來的溫柔。

這麼好的早晨，身旁的人卻不想起床，哼哼唧唧地賴在床上，翻身發出輕微窸窣的響聲。

久別重逢啊，校園生活。

本以為是「老友相聚淚連連，回首往事話無邊」般享受校園生活，但沒想到推開班房大門，鋪天蓋地的作業，接連不斷的督促，毫無空擋的週末，都不斷向我發出警告，統測近了，近了，近了！背著沉重的書包，只覺得頭重腳輕，渾身無力，疲倦伴著壓力從四腳鑽到肉皮裡，骨髓裡，令我焦慮不已。

等我迷迷茫茫地在文山書海，卷帙浩繁中驀然抬頭，立在眼前的是宿舍房間的大門。

推開門，是早回到宿舍的室友們聚在一起哈哈大笑，喊著來聽最新的八卦，順便塞來一包吃了一半的零食。

陽光透過淡薄的雲層，透在書桌上，反射出銀白色的光芒，地面上被陽光灑上銅錢般大小的光點，熟悉的窗臺，是可以看到海的那扇窗。



中秋



迎新活動



聖誕晚會



愛護動物



農耕







每星期最受歡迎的運動時刻



宿舍小廚師





為校慶活動製作心意卡



晚自修個個看起來都好專心



假期留宿活動-開心畫班



誰是大富翁

熟悉的宿舍，室友的笑臉，仿佛像一幅畫像一般，講述著平淡無奇卻又讓人難以忘卻的宿舍生活。

或許大家性格迥異，但卻能因為一個想聽的八卦，一包想吃的零食，一句想說的話，一個想天天能在一起的人而相聚在一起。

小小的摩擦也能一句內疚的問候，幾聲帶著羞澀的歉意，化作了友誼升溫的理由，成為了感情的催化劑。

漂泊在外的心靈渴望著家的溫暖和關懷，異地求學的遊子離不開宿舍的浪漫與溫馨；離不開室友的關心與懷抱；離不開舍監嚴厲卻又認真的懲罰……

宿舍的點點滴滴，都匯聚成了一片汪洋大海，佔據著心中最美好的回憶。

滄海橫流，我們的家不會變，它永遠是我們的依靠。就像孩子依賴著懷抱和肩膀；詩人依賴著酒和月亮；海豚依賴著自由和海洋……

這就是我們的宿舍，我們的家。幸福和溫暖是我們的家永恆不變的主題。

宿舍話劇記事

唐穎芝舍監

在九月下旬的某個晚上，接到了學校的通知：要求宿舍準備一個表演節目在十二月初的七十五周年文藝匯演中演出。經過一番討論，我們最後決定以話劇作表演方式，並開始了既短促又漫長的準備階段。

在最開始籌備時，我們先找中三、四級的宿生們作骨幹，分別安排負責不同工作，劇本組、演員組、音效組、燈光組、後台組、道具組。第一個開始運作的組別是整個話劇的重心——劇本組。由六位成員開始在十月初的晚上，大家集思廣益，你一言我一語之下寫滿了中學六年的宿舍生活，在宿舍小小的健身室內試走了六幕的劇情。為了能讓更多宿生參與，劇本創作時安排了很多不同的角色，完成劇本的初稿後，就開始挑選演員的工作，在所有角色定好時，已經到了上學期統測的日子，我們只能暫時停工，專心準備統測。

十一月開始正式進行話劇的排練，除了幕前的演員外，幕後多個工作組亦如火如荼地趕工，道具組要按劇本劇情準備各式各樣的道具、音效組開始搜集不同場景的音樂、燈光組需要設計每一幕的效果、後台組亦要跟所有工作組配合，搬運道具設計場景。而為了有更好的演出效果，我們在演員組之內分出了配音組，以現場即時配音方式演出話劇；又因為劇情需要，演員組又有部分成員同時擔任歌舞組。如是者十一月的每週晚上十時至十一時都是這般渡過：星期一第一、二幕排練，星期二第三、四幕排練，星期三第五、六幕排練，星期四第一至六幕排練。每天晚上辛苦排練後，就到了台前幕後所有宿生們最開心的活動時間 到宿舍廚房吃夜宵！杯麵、燒賣、雞翼、橙、葡萄、牛奶……雖然只是很普通的食物，但在努力過後所嘗出的味道卻是最令人回味。

踏入十一月底，開始進入總綵排階段。所有道具戲服場佈都要上場，全體工作組亦要進場，每一次綵排都是當作真正的演出。第一幕開始，我們道具組製作最大型道具計程車，載著父母帶著中一小女孩入宿；第二幕晚上睡覺時間聊天被舍監發現，要到二樓辦公室再教育，還有罰抄；第三幕放學後宿舍的課餘活動，在操場的運動訓練、在禮堂聖誕晚會的舞蹈表演；第四幕宿生會的選舉，成功當選後繞場一周發表感言，伴隨現場小提琴演奏；第五幕宿舍的大型活動潑水節，與台下的觀眾互動；第六幕由應屆宿舍中六班代表發表畢業感言，最後的全體大謝幕合照。每走一遍都感覺像是再一次經歷宿舍生活。

十二月的一場預演、兩場正式演出，每一個崗位的工作人員都能穩定的按步就班的運作，演員們的臨場反應亦展示出訓練有素的成果，即使現場有突變，最後仍能夠圓滿順利的完成。在這短短的兩三個月時間，宿生們由零開始去準備一場十五分鐘的話劇表演，更有機會讓大家選擇自己有興趣的崗位，代表宿舍出一分力；在疫情之下，能有這次表演作為契機，再次凝聚宿生的力量，同心協力的去完成演出，是這一屆宿生的珍貴回憶。








大合照



中一同學即場演奏宿舍之歌-快樂園地



好好玩的潑水活動



話劇組幕後功臣 - 道具組



話劇中與觀眾互動時刻



踩踏著單車的佈幕員



精彩的道具作品









吾將上下而求索

5B 李芍霖

五月雨季突臨，豆大的雨點整日整夜地落下，空氣中怎麼嗅都有一股濕漉漉的木頭的氣味，這嗅覺讓我想起中二的時光。

三年前，我站在雨後濕漉漉的地上，望著臺上的學生會主席抑揚頓挫地演說著，我心裡想：我能不能成為這樣的人呢？ 當然，中二的我覺得這只是一個幻想，怎麼可能呢？ 我從來不敢想像我可以在上百人面前談笑風生。十四歲的我性格內斂，總是帶著一副黑色方框眼鏡，呆呆地安靜地坐在教室裡。然而幻想現在已經悄然成為了現實，我成為了學生會主席。誰能知道短短幾年間，你會成為什麼樣的人呢？培僑的同學們，請相信自己未來的可能性。

當初決定組建SINCERE，憑的是我們一腔勇氣和積極的心態。作為最後一個組建的內閣，我們起始點慢了，但是有什麼關係呢？我們有充沛的精力追趕上來；內閣成員沒有一個人有參選的經驗，但是又有什麼關係呢？我們都願意去學，去問，去商討，去實踐。任何事，都希望做到自己的最好。

找聯校、找福利、準備答辯，說實話，沒有一件事情是容易的。我們沒有經驗，一開始找福利就在炎炎烈日下的街上詢問一間一間的店鋪，聽起來笨拙又不討好，誰的開頭會一帆風順的呢？後來大家慢慢熟悉選舉要準備的事務，一切慢慢好起來。我們始終相信，困難是可以克服的。遇到困難，相信自己可以解決，並想辦法解決，諮詢有經驗的師兄師姐、想出應對策略、分配任務、總結經驗，下一次，我們再做得更加好。

還記得為了準備第一次上台宣傳，我和兩位副主席週末約在一起寫稿，地點還是在茶樓，在一群老爺爺老奶奶的矚目下，我們寫好了屬於SINCERE的第一份宣傳稿。登台的前一晚，我和兩位副主席在宿舍內排練了數十次，只為了我們能在全校師生前展現自信體面的一面，那一天，我們將數個月來的努力化為聲音，高聲地喊出了SINCERE口號。值得高興的是，所有的付出證明了「機會是留給有準備的人」這句話，那天之後我們確實是給很多同學留下了好印象，我們的心思和努力沒有白費。當選後，我們的成員在一次次登台宣傳中，不斷鍛煉自己的膽量，為同學服務的同時，我們也成為了更好的自己。

我們開設了學生會的小賣部，賣文具、賣暖包、出借計算機、增設影印服務等，讓同學們有更方便舒適的校園生活；疫情之下，但凡可以舉行課外活動的時間，我們都會重新組織舉辦班際比賽，也會開動腦筋想想有什麼在疫情下可以舉辦的比賽和活動，讓大家可以有機會留下美好的中學集體回憶。我們秉承著初心，收集、聆聽學生的意見，向學校反映，一如我們的口號：Sincere，collect your ideas！

我們這一屆學生會，任期也過半了，時間總是不經意間流逝。我在這個過程中，變得更加自信，更加懂得和別人相處，對自己、管理團隊、很多事情都需要剛柔並濟，做事應要更加嚴謹周到。最後，感激穆家駿老師和陳志興老師的指導和協助，亦感激成員們的付出，接下來的任期，我們仍會盡我們所能，秉承初心，為學生服務。

路漫漫其修遠兮，吾將上下而求索。

熱烈慶祝中華人民共和國香港特別行政區成立二十五周年

家長教師會理事長 施偉雄



2022年，我們慶祝中華人民共和國香港特別行政區成立二十五周年。今年是本人首次擔任培僑中學家教會理事長。

培僑中學自一九四六年創校，秉持「教育興邦，人才興國」的理念，發揮「以人為本，發展創新」的精神，建設以「培育青年領袖人才」為特色的學校。走過了七十六年，培僑中學取得的成績有目共睹，為社會培育了不少出色人才，我謹代表家長對校董會、校長以及全體教職員表示真誠的祝福和敬意。

今年是我在家教會服務的第七個年頭，在過去的七年裡，我們家教會時刻牢記自己的責任，為促進家長和老師之間的溝通交流不懈努力著。奈何病毒無情，疫情對我們家教會活動有所影響，但並沒有令培僑的教育使命停下步伐。2021年二月深圳香港培僑書院龍華信義學校項目正式啟動，為大灣區締造嶄新的校園環境。同年12月迎來了我校七十五周年的校慶。荷蒙行政長官林鄭月娥女士、中聯辦譚鐵牛副主任、駐港部隊漆曉春大校光臨主禮，二百多名嘉賓、校友歡聚在兆基堂內，舉行了一個隆重而熱烈的校慶典禮。2022年4月，我校與惠來濱海學校舉行了一個簡單而隆重的締結姊妹學校簽約儀式。我們家教會亦在疫情期間開辦了「網上家長學堂」，邀請各界人士分享關於教育與親子的話題，讓家長和孩子一起學習，共同進步，得到了家長的熱烈支持。為鼓勵學生努力奮進，家教會每年設有進步生獎學金，十年以來有逾500名學生因此受惠。在此，我也要感謝家教會各位理事對我的支持和信任。全仗大家齊心協力，本會的各項工作才能順利推展。

最近兩年，我們家教會的恆常活動如午膳家長義工服務、愛心教師日、環保耕種、校慶攤位、新春團拜、家長學堂等都被迫中止，但我們仍然在想辦法盡量提供服務。比如剛剛五月份家教會與校友會捐出一批快速測試劑派發予全校師生，並鼓勵同學盡快接種疫苗。我希望同學們努力學習，避免被外在的事情所困擾，積極培養獨立思考、明辨是非和冷靜判斷的能力。

培僑中學擁有深厚的根基，相信在家校合作共同努力下，越來越好，逐步達成願景，全面發揮培僑在香港的獨特優勢，為社會培養越來越多的優秀人才，建設更輝煌的未來，共同開創新篇章。

校友會專頁

節慶活動



校友參加培僑中學2021年7月1日的升國旗禮。



2022年1月2日，培僑中學75周年校慶校友綜藝晚會在柴灣青年廣場綜藝館舉行。

喜訊

培僑人在選舉委員會

第一界別

旅遊界：吳熹安
工業界（第一）：莊子雄
批發及零售界：蔡宗富

第三界別

基層社團：楊永杰
同鄉社團：唐躍峯
勞工界：陳萬聯應
教育界：招祥麒

第四界別

立法會議員：張華峯
港九分區委員會、地區撲滅罪行委員會及地區防火委員會委員的代表：李清霞、潘國華、洪錦鉉、劉珮珊
新界分區委員會、地區撲滅罪行委員會及地區防火委員會委員的代表：莊元苳、吳育智、曾國家、賴心、王惠成

分會消息

菲律濱校友會

2021年11月12日，香港培僑中學菲律濱校友會舉辦了慶祝成立36周年暨第19屆理監事就職典禮，許榮誼校友榮任第19屆理事長。



菲律濱校友會抗疫活動

菲律濱自新冠疫情爆發以來，旅菲校友會發起了自救救人的行動。在病毒肆虐最嚴重的時期，在時任理事長李德鑫學長的帶領下，大量購置連花清瘟膠囊及防疫口罩供應給校友。校友會亦購置了一批口罩及連花清瘟膠囊和清肺排毒湯，免费提供给校友們。同時，校友們集資以校友會名義分別捐款一百二十萬元给華社最高機構——菲華商聯總會；以及捐款八十萬元予華裔青年聯合會，以購買防疫物品及藥物，贈送给醫院及防疫前線人員。2021年年中，由商總配合駐菲大使館的「春苗行動」，引進科興疫苗為華社施打疫苗，培僑校友會亦積極參與，為校友報名並安排校友們及家眷施打疫苗。

校友活動





2021年11月30日，校友會舉辦了秋季旅遊。上午遊覽雲泉仙館和林村許願樹；午餐後返回港島遊中山紀念公園和虎豹別墅。



2021年8月29日，疫情緩和之際，校友會舉行竹戰大賽暨聯歡餐會。



22屆葵社同學11月10日荃灣城門水塘半日遊。



20屆接盾儀式



23屆社慶聚餐



28屆南丫島遊

比賽

第六屆香港先進田徑錦標賽於2021年9月11及12日舉行，在疫情下校友會田徑隊共41位隊員參賽，參加了單項79項及接力隊7隊。經各隊員奮戰均取得佳績，最後取得了女子團體亞軍、男子團體第五名；各隊員共取得18金、18銀及13銅牌，共49面獎牌。







校友會主辦友會友誼盃乒乓球團體賽2021，獲隊際殿軍。



校友會乒乓球賽2020延後至2021年12月26日舉行。





朗園合唱團參加由漢華中學校友會主辦的友會歌唱比賽2021，榮獲下列獎項：
大合唱——銀獎
小組唱——銀獎
獨　唱——金獎

校友會開放日及福利日





2021年7月，校友會邀請了培僑教育機構發展總監周世耀校友講共產黨的歷史。
10月，邀請了嶺南大學的劉智鵬教授講述中國共產黨在香港的歷史。

校友會福利部
2022年1月8日
下午在本會會所舉辦小型
「迎春購物」活動
售賣：光波產品、海味、
鮑魚罐頭、茶葉

抗疫活動

培僑人的抗疫小故事

故事一

培僑人響應特區政府號召，參與由東區民政事務處組織的「抗疫物資包」包裝工作，150位培僑人（培僑教職員工、校友、家長和學生）在3月30日至4月1日三天內完成了東區25萬個物資包其中兩萬多的包裝任務。

故事二

2022年初疫情惡化，周熾昌永遠榮譽會長建議通過代理購入中藥。在校友的大力支持下，校友會终購入四箱中藥膠囊。由於數量不多，每位校友限量3盒，並以校友優惠價購買，以解一時之困。

故事三

高齡會教師都是疫情高危群組人士。培僑教育機構、培僑中學和校友會合力收集物資，包裝成「培僑愛心抗疫包」，發送予高齡會會員。當時疫情肆虐，天水圍是高危區，連順豐都拒絕服務。何志強校友臨危受命，將物資包帶送入天水圍，發予在區內的幾位高齡會會員。



故事四

培僑教育機構屬校從社團、家長、校友等獲得不少抗疫物資，各校發揚同心抗疫，互相支援的精神，組成了「培僑教育機構抗疫物資互通組」，物資專車從北角培僑中學出發，先到大圍的培僑書院和幼稚園，然後到小西灣的培僑小學，最後返回北角。

故事五

校友會名譽會長李詠怡女士，向培僑中學師生送贈一萬套快速檢測包。伍校長邀請家長教師會和校友會的代表，於5月10日下午放學時間將檢測套裝派發予學生。

An English Wedding

By Daniel Bird



Getting married

Many of you know that I have a younger brother called Michael. Some of you have met him through Pui Kiu's highly successful 'Conversation Practice with Dan's Family and Friends'.

My brother and I are quite different: he is not a teacher. He lives in England. He is now married. In this article I would like to share with you some information and language items related to weddings and marriage in the UK. I hope that you will find it interesting; I believe the vocabulary items will certainly be very useful for you in your studies and maybe even your future if you **tie the knot**.

My brother proposed to his girlfriend in 2020. When you propose to someone in English you say four simple words "will you marry me?". Hopefully the woman says yes. When you do this, you have to **'get down on one knee'** and present the **engagement ring**. The engagement ring is usually quite expensive; it may have a diamond in it. When a man proposes to a woman and she says "yes," then they are **'engaged'**. This means they are not yet married but they will be getting married. You may have seen this word 'engaged' before, yes that's right - on a toilet door that somebody is using. Engaged means 'unavailable'!

When you are engaged you change from 'girlfriend and boyfriend' to fiancé and fiancée

The man: 'she is my fiancée'
The woman: 'he is my fiancé'



It is a French word and pronounced like this 'FEE-ON-SAY'. It means that person is the one you are engaged to.

Planning a wedding

Whilst you are engaged you start to plan your wedding day. There are a lot of things to take care of. My brother got quite stressed since it involved **a great deal of** preparation. Here is a list of things that he had to prepare:

- A wedding venue (the place where it is going to be held)
- Wedding rings (to be put on during the ceremony and worn for the rest of their lives)
- Sending 'save the dates'. This is a sort of invitation but not the official invitation itself. It is to tell guests that the wedding will be held on a date in the future. Usually, weddings in the UK will last from the late morning until late at night. Guests may need to book time off work, travel long distances, reserve hotel rooms, or get babysitters. It is important to let your guests know well in advance. Very often people send 'save the dates' at least a year before the event.
- Sending invitations. Official invitations are usually written by the father of the bride inviting everybody. These give details such as the time, location and other information.
- Food and drink. You need to decide what everybody is going to eat and also be mindful of dietary requirements, for example, nut allergies or vegetarians.
- Entertainment. Weddings in the UK usually have live music and/or DJs for the party.
- A wedding cake. This is cut in front of everybody after the dinner and everybody has a piece.
- Floral arrangements. Bouquets of flowers and table decorations.

- Wedding Gift List. In Chinese culture guests will give money in a red packet to the **newlyweds**. In the UK this is not very common. It is more typical to buy a gift. Traditionally, the gift is something for the couple when they move in together. For example, a toaster, a coffee machine, towels or a photo frame. However, in these modern times, couples often live together before getting married. Therefore, the gift list is more varied. There is also a problem that can occur: receiving the same gift twice. It is not uncommon to hear of newlyweds receiving four toasters! This is because guests do not know what other people are going to buy. To solve this problem, the couple often create a wedding list online. Here, people can choose from the list and it will show if something has been bought already. Guests can also give money, but it is often in the form of a voucher for example for a holiday or a gardening centre.
- The Honeymoon. This is the holiday that the couple have directly after the wedding.
- Booking a wedding photographer. Somebody needs to take photos of the wedding!

So, my brother and his fiancée had a lot to plan. **They had their hands full**. They were going to get married at Easter 2021, but then **disaster struck**. Covid-19 was spreading and they had to postpone their wedding. Postponing the wedding was heart breaking, expensive and stressful. There was a great deal of uncertainty as to whether the wedding would **still go ahead** twelve months later. Fortunately, thanks to a comprehensive vaccination program in the UK, life had begun to return back to normal by the early part of 2022. The wedding was able to go ahead with 90 guests, no masks and no social distancing measures in place.



The Wedding Day

It was a beautiful, sunny day and everybody was punctual and formally dressed. My brother was, of course, nervous. This is known as wedding **jitters** being worried about the wedding. I had a special role that day. I was the Best Man. My brother had asked me in 2019. It meant that I had to take care of him on the day, ensure he was ready, give a speech and also, most importantly, hand over the wedding rings during the ceremony.

The ceremony **went swimmingly**, with no **hitches**. After they had exchanged vows and signed the legal documents the guests threw **confetti** over them. We then went to a garden area for **champagne** and **canapes**. This was a chance for guests to **mingle** and speak with the Bride and Groom. During this period official photos were taken. My brother and his wife had requested that guests not take photos with their phones during the wedding. It is much more meaningful if people are really watching the event instead of focusing on it through their own screens. Going forward, this is something for us all to consider during special events. There was a group photo with all guests and then smaller groups with different parts of the family.

The Wedding Breakfast

In English the meal you have after you are married is called the 'Wedding Breakfast'. This might seem strange as it usually happens in the afternoon or evening! However, since it is the first meal as newlyweds it is called a breakfast. My brother **opted** to have speeches before eating. Typically, speeches occur after eating but my brother said he would be too nervous to eat so he wanted to get the speeches out of the way sooner! This is a very wise idea. Think about how on exam days you don't have the appetite to eat breakfast.

There is a specific order to the speeches: the Father of the Bride is first, then the Groom and finally the Best Man. The Father of the Bride talks about his daughter and about the groom. The Groom talks about his Bride but also must thank everybody who is there (very important!). The Best Man has the best job: **to mock** the Groom. It is a chance for everybody to laugh together and celebrate the marriage in a positive way.

After the meal, people continue drinking and chatting. Then the cake is cut. This is usually done in front of all the guests. Finally, the Bride and Groom have their 'first dance' in front of everybody and the party begins. English weddings usually go on late into the night. It is a chance for the family to be together and to meet new family members too.

Conclusion

I hope you have found this article interesting. Not all weddings in England are the same and different families opt for different choices. Below I have listed some of the words and phrases you may find interesting. Perhaps one day you too will be planning a similar event!

Vocabulary items

To tie the knot – to get married to someone
'Michael tied the knot at Easter'

Proposed to someone – asked someone to marry them

'get down on one knee' – to kneel and propose

engagement ring – a ring used when proposing to someone

a great deal of – a lot of

dietary requirements – things people cannot eat for example for health, moral or religious reasons

newlyweds pronounced "NEW LEE WEDS" – a couple that has just got married

move in together – to live together in the same home

They had their hands full – being very busy

disaster struck – something bad happened

still go ahead – it will still happen

jitters – nerves

went swimmingly – with no problems

hitches – problems

confetti – dried flowers or paper

champagne – a kind of expensive sparkling wine

canapes (CAN NA PAYS) – small snacks served at parties

mingle – to chat with other people

opted – chose

opt – to choose

to mock – to make fun of or make jokes about





讓家長安心的地方

致尊敬的培僑中學各位老師和職工：

魏濟擇同學2020-2021學年轉校到培僑以來，我真切地感受到孩子逐漸變得自律、越加陽光向上，心中欣喜無以言表，特此寫信向諸位分享喜悅、表示謝意。

2019年的社會運動中，很多青年學生衝在抗爭前線，出現的種種過激行為簡直讓人不敢相信這是香港教育制度下的學子。哭泣的東方之珠堅定了我們讓孩子到愛國愛港學校讀書的想法。2020年下半年，魏濟擇同學順利通過了培僑的插班生考核，成為培僑中學二年級的學生。

由於新冠疫情影響，這個學年大部分時間都是通過網絡上課。身為家長，對網絡上課的效果深感焦慮。讓我意外的是，培僑的老師責任心很強，通過各種辦法改進教學和管理。如果同學沒有及時進入班級，會有電話通知家長；課堂上，任課老師會拿出時間請同學們視像發言；學生如果欠繳功課較多，老師會和家長電話溝通改進辦法。

變更為實體上課的時候，我們更加安心。培僑的eClass 家長版Apps，會將同學每日到校和離校的時間第一時間推送給我，讓我確認孩子的行蹤大致正常、安全可控。魏濟擇每天自覺按時起床和上學，沒有猶豫和故意拖延，我們知道他至少不討厭學校；放學回家的時候，他通常是一臉開心，偶爾也有疲憊的姿態，我們知道他在學校很高興、很勤力。有時候是我問詢他，有時候是他主動與我分享，談起學校內發生的種種小事，有老師講話風趣，有同學調皮活潑，有體育訓練肌肉酸痛，有餐食排隊等候太久，也有小息不准玩撲克但可以打UNO。

就在寫這封信的前幾天，我們參加了學校組織的中三年級家長會。家長會上，班主任和任課老師用很多數字、照片和評語向我們展示了同學們在學校的生活，看到他們在學校承擔班務，看到同學之間友愛互助，也看到他們的整體學習表現，還有孩子寫給父母的心裡話，非常感動和開心。

感謝培僑，感謝諸位教職工作者，你們的付出讓孩子健康向上，你們的協力讓社會進步向前，你們辛苦了！

恭祝諸位身體康健、家庭幸福、諸事順遂！

魏文杰（3C班魏濟擇的家長）

2021年11月26日

大學生活

程詠彤校友（第72屆）

中學畢業後我覺得自己留了很多遺憾在中學。有幸入讀暨南大學體育教育，4年大學我不希望再留有任何的遺憾，所以我會珍惜眼前所有的事情，參加自己喜歡的活動，為4年大學生涯增添一種美好的回憶。在此亦要感謝培僑的推薦，令我能開展大學的生活。

初到暨大

經過14天的隔離，終於到暨大。初到暨大，還有三天才開學，這三天辦理註冊、入宿等等事務，有空的時候就在學校走走，熟悉環境。

三天過後，就來到一個新生訓練營，當中有不同的訓練和比賽，例如學習暨南拳，從遊戲中認識朋友，定向越野等等，還有在新生訓練營的最後一天有暨南拳的比賽，我們體育學院取得亞軍的成績。

在暨大的生活

每天就是上課和訓練，我在暨大加入了乒乓球隊和足球隊。第一學期是學習田徑和籃球，這些實踐的課程，除了在課堂上學習外，私下也要自己抽時間練習。乒乓球隊和足球隊也要抽時間練習，這時就要分配好時間。

我在暨大也參與了比賽，在乒乓球中打僑生杯贏得冠軍，而足球的省長盃，我們暨南大學贏得第五名。起初是為了湊人入的足球隊，但我慢慢也喜歡上了足球。





談體育

加入校隊都是以競技運動為主，希望爭取佳績。身為一個體育人，想藉着這個機會說，想要進步，必須堅持要訓練。我剛接觸足球的時候，觸球只有一兩下，但經過每天的訓練後，我觸球的數目有所提升。

有很多人認為體育系不需要讀書，不需要學習，更有人認為我們學習體育的就只是玩。但其實我想說，讀體育系的人不但要學習體育的不同知識，更要實踐，讀體育系是很多項目都要懂得，不同項目都要學，然後在大三選自己喜歡的項目學得更深，更精，成為自己的專項，這就是「一專多能」。



教師、家長、校友專稿

對體育和自己的期望

中國的體育由體育大國逐漸變為體育強國，我希望大家可以把體育成為終身體育。一開學的時候，暨大體院給我們體育人頒了一張證書，證書上寫著：「現授予你暨南體育人稱號。體育強則中國強，國運興則體育興。使命在肩，奮鬥有我」。身為一個體育人，我希望在四年大學中努力學習，努力訓練，為學校，為自己爭光。四年後，我希望能把我學到的知識傳播開去，更多人認識體育文化，為國家，為社會作貢獻。

下學期的網課

因為疫情，放假後我不能回到學校，要留在香港上網課。網課對我來說是一個挑戰。在實踐的課程，老師會發一些片段給我，要自己學習，除了片段外，自己也要從網上找一些片段學習 。在這學期要學習田徑，但田徑需要很多器材，所以我這學期以學習理論為主。但我很想感謝陳韋賢老師，他知道我不能回去學習，讓我跟隨培僑田徑隊學習，使我在香港也可以提升技能。



不能回去的遺憾

第一年就不能打廣東省大學生乒乓球錦標賽，有點遺憾。加入校隊有責任去練習和出賽，但因為我不回去，影響了整個組別。教練和師兄們也很想我出賽，所以我也有點不開心。但人生就是有遺憾，心情會有所低落，但這些遺憾令我更加珍惜眼前的所有事。

「天氣不似預期，但要走，總要飛」。新型冠狀病毒疫情，沒有人想過會發生，亦都沒有人想過會持續一年多。這些我們不能控制，所以要珍惜每一次練習，每一次的比賽。亦要在每一次的訓練和比賽中發揮最好。



暨大的體育

在暨南大学，我们體院都有一个共同的偶像蘇炳添教授。在暨大中很多老師上課都會叫我們向他學習。蘇教授在亞運會中跑了9秒92的成績，成為亞洲飛人。作為一個乒乓球人，「乒乓孖寶」中的李靜也是在暨南大學畢業。我能入讀暨大體育，真是很榮幸。



衝破冰殼的溫暖

3B 陳蔓琳

2022年北京冬奧會正順利進行。

2月7日晚，中國短道速滑隊繼之前在接力賽贏得首金之後，任子威和李文龍在男子1000米決賽中又奪得了金牌和銀牌。看到他們站在頒獎台上舉起獎牌向我們綻放出笑容時，我心中的激動難以言表，又一次為美麗的中國紅熱淚盈眶。

當決賽重新開始之後，三名中國選手奮力向前，任子威迅速滑到領滑位置，而武大靖則跟在任子威身後對他形成保護、同時擋住了他國選手的超越路線。場上形勢十分緊張，由於各個選手都經歷了上一輪的體能消耗，在這輪比賽中有些吃力，但所有人都仍咬牙在冰面上一圈接一圈堅持滑行。觀看比賽時見中國隊的選手漸漸出現體力不支，他國選手就要成功超越時，我心上瞬間結起了一層厚厚的冰殼。

中國隊為何能包攬金銀兩枚獎牌？因為他們懂得團隊協作且堅持不懈。

看了放慢的鏡頭，才發現武大靖因體力消耗不能守在前面時，他輕輕拍了一下任子威的手示意他向前滑，自己在後面堅持撐到了比賽結束。雖然場上他們是對手，都想贏得金牌為自己日日夜夜的努力得到回報，但他們也都在為中國爭取榮譽。因此他們選擇做共同努力的隊友，互相配合，為了中國隊的成績而戰。他們奉行的是「功成不必在我，功成必定有我」，這樣高貴的團隊精神讓我十分感動。

若他們沒有在體力已經消耗的情況下仍堅持完成比賽，那麼中國一定與獎牌無緣。當他們衝過終點時，我知道哪怕沒有如願獲得獎牌，他們也已經盡力做到最好了。賽場上總有不定因素，但始終堅持永遠是不可或缺的。

而賽場上的國旗永遠給我們帶來最大的、最深沉的慰籍。看著任子威披著國旗在冰上滑過，觀眾席上身穿中國紅的衣服、高舉五星紅旗歡呼的人們，心中湧的暖意衝開那層冰殼。國旗，身上有它、高舉它的的人都和我分享著共同的情感，他們都是我的家人，即便我們相隔千里，我們依然共同感受著那份溫暖、喜悅和興奮。

此屆冬奧新的制度下，配合場上高速攝像頭的設備，裁判做到了公平、公正，體現了奧林匹克精神。而每一位中國選手都具有強勁的實力，遵守比賽規則。他們在此前無數個日夜不斷提升自己的水準，懷著對運動的熱愛一直在超越自我，永遠不輕言放棄。沒有人能光憑天生的資質取得成功，成功和獎牌的身後一定有他們的努力，只不過這總是被人們所忽視，別人只能看見他們在場上滑行時的風采，是那些被燈光照亮的瞬間。只有自己知道自己為此曾努力過多少。他們每一個人都值得我們敬佩，對所獲的榮譽和讚美他們當之無愧。

冬奧會仍在進行之中，裁判的公平和選手具備的實力讓我們相信此次冬奧將是一屆更完美的運動盛會。我們繼續期待中國短道速滑隊之後的比賽。

（此文獲《大公報》「港生看冬奧徵文比賽」二等獎）

學生作品

學生獲獎佳作

微火雖微 永恆綿長

4A 香梓聰

即使春節，也沒能蓋過冬奧開幕的到來，即使疫情爆發，也沒能阻止中國向全世界敞開大門，冬奧的如約而至，北京也成為了世界唯一的雙奧之城。

2008北京奧運，聖火冉冉升起，浩大的火焰極有穿透力的透射進我的瞳孔，只見李寧高舉手中的火炬，吊著威亞緩緩升到空中，直到他升到大螢幕前的空中跑道，祥雲作為背景的智慧螢幕徐徐展開，李寧以跑步的姿勢環繞在鳥巢的上空，最後在所有人的注視下點燃了奧運聖火，沸騰了，人民沸騰了，世界也沸騰了，中國也震撼了世界。那一年我四歲，雖然未能真正的經歷，但光是回望過去的影片依舊能挑起我那自豪的心情。

2022北京冬奧會是一場視覺的盛宴，第一次感受到原來數字也可以那麼的中國，以二十四節氣作為倒計時可謂前所未有，當倒計時來到立春，呼應了二月四日冬奧的到來，恰恰彰顯了中國上下五千年來的文化底蘊，隨後螢幕則幻化黃河之水天上來，巨浪宛若千堆雪般席捲而來，但並沒有像退潮一般緩緩退去，而是以肉眼所見的速度變成了冰，而那晶瑩剔透的冰雪五環也破冰而出。寓意著健兒們乘風破浪，一路向前。

當鳥巢內響起那首耳熟能詳的《我和我的祖國》時，昂揚的旋律讓我肅然起敬，是的，國旗進場，我那渙散的眼神也再一次聚焦在了國旗之上，而這面國旗被十幾名孩子團團簇起，一百多位來自各行各業的代表分為兩列隊伍作為接力等待著國旗的進場，接、遞、送。這麼簡單的傳遞動作卻意味深長，當國旗傳到盡頭，便由國家升旗隊代表負責升旗，只聽見齊步走的口號響徹主場。旗手步履堅定地邁向旗杆，莊嚴地升起國旗，國歌再一次響遍全球，中國作為東道主也再一次刷新了世界人民的認知。

各個國家的運動健兒精神抖擻地魚貫進入主場，空曠的場地週邊早已被舉著雪花牌的接待員圍滿，燈光一亮所有接待員蜂擁而至，配合著智慧螢幕的捕捉，接待員的雪花牌悄然投射在地面的螢幕上，而那些幻化在螢幕裡的雪花牌被一根根橄欖枝圍上圈成了一塊晶盈剔透的雪花，另一邊的童聲合唱團一排排的站在舞臺中心演唱著那一首希臘童謠，悠揚的歌聲響起。場邊出現了手持和平鴿模型的孩子，大螢幕上如繁星般的雪花緩緩飄落到了地面，孩子們也在舞臺上自由地奔跑，雪花一點一點的豎立，手持和平鴿的孩子們也將雪花團團圍起，牽動人心的是其中一個孩子似乎迷失在了舞臺中，但是他的夥伴並沒有將他拋棄，而是從早已圍好佇列中跑出來將她牽回隊中，是啊，即使重重難關，我們也要一起度過，即使面對外部的逼迫，我們也要一鴿不少！火炬手在升降機的帶動下來到了雪花的中心，緩緩將火炬插在了雪花的中心，就此聖火被各個國家的雪花牌團團圍住，火炬則屹立在雪花的中央。微火雖微，永恆綿長，生生不息！

開幕式上的無火方案，更是詮釋了導演組所說的不一樣，以往點燃聖火都為大火，而這大火需要燃燒長達一個月的時間，這不僅僅增加了碳排放也需要投放更多的資金來支撐其燃燒，大火改微火這個創意令人出乎意料，但低碳環保的微火大膽創新也得到了冬奧會的大力支持，如果說零八年奧運會是讓全世界重新認識中國的一個機會，那麼二二年的冬奧會則是讓全世界知道中國變強的機會，這一次的開幕式是傳統文化與時代烙印的融合，開幕式的圓滿成功重新讓全世界領略中國的文化自信。

難忘今宵，無論是開頭的倒計時還是煙花秀中的迎客松，無論是那染紅整個主場的中國紅還是那群手持和平鴿的孩童。北京冬奧會必將被載入史冊，在後續的未來亦會成為一段佳話被世人讚頌，我們大家把手牽起來，一起向未來！一起，向未來！

（此文獲《大公報》「港生看冬奧徵文比賽」三等獎）

不負青春 珍惜時光

——讀《時光短路》有感

4A 吳柔霈

《時光短路》是作家「理想很遠」在2019年出版的小說。這是一本奇情科幻的小說，對我而言，又是一個感人肺腑的勵志故事，以至於我在兩年前讀完後，至今仍記憶猶新。小說情節進展快速，文筆雕章琢句，角色刻畫深刻，在每個故事裡都有各自的性格和模樣，劇情中深藏的道理讓我回味不已……

故事描述在未來的2050年，時刻銀行推出了新服務以雲端科技運用到人腦之上，用家可以將珍貴的記憶片段上傳到雲端賬戶，亦可以供後人閱讀追憶。故事的主人公是「我」，是一個步入中年的菲林沖印店的店主，因為一次意外卡在了三個人的雲端賬戶之中。

第一個人叫安迪，擁有魄力的年輕人；第二個人叫威廉，是個家庭圓滿，兒女雙全，事業有成的男人；第三個人叫娜拉，是個有魅力的女塔羅師，擁有著女性的美貌與優勢。就是這三個人，店主在他們之間切換。他似乎覺得這是件好事，因為他更想拋棄原來意志消沉的生活，能夠取代別人，他認為這是重新投胎的好機會，但真是這樣嗎？接著他就迎來了許多問題：安迪的朋友、健康，威廉的家庭，和娜拉的感情。

安迪有個同學，邀請安迪為她拍照。但不是普通的照片，她要安迪拍下她從高樓墜下的，自殺前的最後一張照片。安迪想勸告她，於是喋喋不休地跟她聊天，希望能打消她自殺的念頭。但安迪又在這個時候發現自己有家族遺傳的怪病，會在年輕時就死去。而威廉的家庭也不像外表看起來那麼幸福，他的妻子有著精神病，經常把家裡的寵物認成自己的兒子，還會突然發瘋似的罵人。娜拉雖然是個有魅力的女性，卻是個「大齡剩女」，四十歲仍沒有結婚。

結局就是安迪因為遺傳病去世，但安迪的同學放棄了自殺。威廉的兒子也去世，家庭破碎。娜拉找不到合適的結婚人選，繼續當一個塔羅師。而店主也被娜拉發現他存活在自己的意識中控制著自己的一舉一動。店主威脅娜拉把意識的主權交給自己，除非毀掉時光銀行開啓記憶錄制的機關，不然他就會一直控制著娜拉。但娜拉想了想，自己已經是個快步入老年的大齡剩女，再錄製記憶也沒有任何意義了。所以她決定關掉這個程序，讓那個一直苟且在別人人生裡的店主永遠留在沒有意識的空白中。故事終結時，店主在時光銀行的記憶存庫裡看見了自己的爺爺，創辦這個菲林印刷店時的輝煌，也看見了自己，曾經對未來充滿憧憬的眼神。

我認為《時光短路》這本書沒有太多華麗的詞藻，但字字都在刻畫人物和劇情，通篇像一枝彩筆，生動地描述了故事的畫面。小說也沒有講什麼道理，卻可以讓讀者自行體會，明白作者想表達的意思。我認為理想很遠的寫作風格就像深海，看似微波粼粼，實則波濤洶湧。透過簡潔的文字去塑造人物，描述角色的心理、動作、語言。所以閱讀《時光短路》的時候，我感覺自己就像書裡的人物，能夠感同身受，與他們一起經歷情感的宕蕩。

《時光短路》這個故事讓人沉思，時光真的可以重來嗎？就算可以重來，可以迎來好的結局嗎？這個故事可以說是個悲劇，每個角色最後都沒有得到想要的結果，但卻讓書本前的我更加確定只有努力過好自己的人生，才不會後悔。故事構想在未來的2050年，那時有著時光銀行，有機會讓貪婪的店主取代別人的人生，然而我們現在卻沒有時光銀行，想要有更好的人生只能讓自己變得更優秀，努力學習工作，做個品德高尚的人。就像故事裡所說，每個人的人生裡都會有挫折坎坷，只要我們勇敢面對，就能越過山坡。店主的結局告誡我們：不應該貪圖別人的東西，也不需要羨慕別人的人生，更不能把別人的東西佔為己有。與其去羨慕和貪圖，不如努力過好自己的人生，不負青春，珍惜時光。

（本文獲招商局集團第二屆香港青年讀書月　金獎）

希望和悲傷都是一縷光

——《雲邊有個小賣部》書評

4A 香梓聰

我總在躊躇著，我總在困難前停下腳步；我害怕失去，我害怕失去後與你們遙不可及；我不敢回頭，我怕回頭就是滿目瘡痍的傷口，我怕回頭會失去那些無法觸及的美好。那一道坎若即若離，直到我在那本不起眼的書上看到了這一句話：「有些人刻苦銘心，沒幾年就會遺忘，有些人不論生死，都陪在你身邊。」

劉十三自幼就想離開雲邊鎮去看看大城市，他也想看看城市的車水馬龍，也想考上那一所遙不可及的大學，他在筆記本上寫下了自己的計畫，每完成一個就打一個勾，但人總會成長，漸漸的上了初中、高中，這一列列的任務好像都無法完成了。他很努力，但是造化弄人，無論他怎麼努力都好像無能為力，永遠無法打破離開大山的禁忌。在大考裡依然失利，他很想埋怨：初中這麼努力也考不上重點高中，高中這麼努力卻連畢業都要老師東拼西湊。但是他認為自己還有機會，正如賭徒沒有離開牌桌，因為他們有籌碼，那麼他手上就有時間。

正式踏入社會，一次次的改變讓他寸步難行，社會是黑暗的，他被保險公司老闆欺詐，又因為戀愛失敗導致鬥志受挫……我原本以為劉十三最終還是被現實打敗了，我知道，當我們離開了校園就不會再有童言無忌，當我們真正的背上成年人的行囊，就不會再有輕鬆可言，這正是我所害怕的，我無法設身處地的想像未來的我，成年了會是什麼樣的，一切一切都是迷茫的。直到那兩個劉十三生命裡最重要的人站了出來。

一個是不畏懼老的外婆，一個是無時無刻都在與死神戰鬥的女孩，成為了劉十三迷茫裡的救星。外婆收到了十三因情所困的消息，開著拖拉機隻身前往大城市，將爛醉的十三接回了老家，在這裡他又遇到了那個女孩程霜。她們告訴迷茫的十三：「即使滿城的風雨，模糊了痕跡，即使你就算呆呆站立，哪怕等待，認真守護著路口，最後卻發現對方已經不在原地了。大不了重新來過，在路口的盡頭等待他的到來。」世間萬物匆匆行走，有些人在你的世界路過，或許只是機緣巧合讓你與他相會，但只不過是在錯的時間遇到錯的人，或許你想擁有他的全世界，但她或許只把你當作匆匆行走的過客罷了。一切都會交給時間，哪怕付出了再多再多。話語終止，這也再次鼓勵了堅毅的劉十三，他停止了哀怨，努力打拼最終也在事業上有了作為。

是啊，把所有交給時間，雖然有人哭，有人笑；有人輸，有人老。不畏懼老的外婆終究輸給了時間，她在最後的半年裡將跌入泥潭的十三拉了出來，她依依不捨，但又無可奈何，她在最後說：「為別人活著，也要為自己活著。希望和悲傷，都是一縷光，總有一天我們會再相遇。」與死神搏鬥的女孩最後也敗在時間手上，她告訴十三，她一直深愛著他，在臨行前她說到：「生命是有光的，在我熄滅以前，能夠照亮你一點，就是我能做到的，我愛你，你一定要記得我。」

故事好像沒有開始就結束了，我在這突然的離別，在他們突然一個個的死去中陷入沉沉的悲痛。

「劉十三，劉十三，活著就不能失敗。」

「劉十三，劉十三，你不會就這麼完蛋。」

悠揚的歌聲裡，流露出劉十三的失敗，他的人生經歷屢戰屢敗。看著他發奮圖強卻毫無回報，看著他在職場屢屢碰壁，看著他的親人一個個的離他而去，那個如螢火蟲般的女孩到最後也無法陪他走到最後。但他總會跟自己說：「柳絮一飄，春天總會不容置疑地到來。不管什麼乍暖還寒，柳絮就是飄了，飄遍整個雲邊鎮。」其他人都會放下去歲的哀愁喜悅，告訴自己，新的一天真正開始了。劉十三看著過去的美好卻不敢回頭，就像張嘉佳的一句話：「偶爾夢回沙城，那些路燈和腳印無比清晰，而你無法觸碰，一旦雙手陷入，整座城市就轟隆隆地崩塌，把你的喜笑顏開，把你的碧海藍天，把關於我們的故事統統埋葬，如果你不往前走，就會被沙子掩埋，所以我們淚流滿面，步步回頭，可是只能往前走，哪怕往前走，是遍體鱗傷。」

（本文獲招商局集團第二屆香港青年讀書月 金獎）

《典籍裡的中國》觀後感

4A 李璵璠

最先開始關注到《典籍裡的中國》這一檔節目，是在短視頻網站看到一條司馬遷與魯迅相遇，魯迅慢慢走來說了一句：「欲知大道，必先為史，讀歷史者，不可不讀《史記》，《史記》堪稱史家之絕唱，無韻之《離騷》」，司馬遷鞠一躬，說道：「這位先生！過譽了！」這一片段，可謂是無數人所期待的，是跨越千年的一眼，是中華文化的傳承。由此，我便開始看《典籍裡的中國》。

《典籍裡的中國》這一檔節目，我最愛看的是第一部《尚書》，其中的《禹貢》篇。

《尚書》被譽為政書之祖，史書之源，堪稱典籍。《典籍裡的中國》採用讓現代讀書人穿越的方式，實現了現代人與西漢時《尚書》的講書人伏生的對話，以此來詮釋《尚書》裡面的經典要義，其中有兩個場景，一個是王維通過畫作：《伏生授經圖》，引出項羽放火燒咸陽，使得許多珍貴的書籍被燒毀的歷史。伏生把《尚書》藏在牆內，若干年後已經有部分竹簡被損壞導致內容不全，後逢漢文帝重視文化，派晁錯向伏生學習《尚書》要義，他們為《尚書》的流傳做出了不可磨滅的貢獻。

《尚書》為何會成為經典？最重要的是思想上的意義深遠，例如「民為邦本，本固邦寧」，這是最早提出的民本思想，與孟子的「民為貴，社稷次之，君為輕」的意思相同。二者都在強調人民在國家發展中起到了決定性的作用，這個主旨的表現是通過對《尚書》中裡面《牧誓》來演繹詮釋的。商周之間的「牧野之戰」是一次典型的以少勝多的戰役，其中突出了以民為本，民心所向的重要性。

《禹貢》篇記載了大禹治水的故事，在吸取了父親治水失敗的教訓後，大禹採用疏導的方法取得治水的成功，「禹別九州，隨山浚水，任土作貢。話劇將「禹敷土，隨山刊目，奠高山大川」的畫面演繹得惟妙惟肖，生動形象的還原了大禹治水時的場景，解釋了華夏九州由何而來，以及告訴後人劃分九州的史實和意義，那是我們中國最初的疆域劃分，在此基礎上，中國經歷了千年的疆域演變，分分合合之後形成了統一的大中國。

《典籍裡的中國》中主持人撒貝南，既是講述者，也是觀看者，同時也是歷史的參與者，他帶領著觀眾以第一視角和第三視角，不斷穿梭在各個歷史片段之間，整部劇中，運用了大量的回憶、眼神、臺詞等自然過渡手段，不禁讓我感慨其策劃好！編劇好！演技好！回憶與現實、現實與虛構、語言與感情，通過開放，新穎的手法，繼承了話劇、舞臺劇、影視劇、綜藝訪談、現代三維技術等各種行之有效的藝術手法，可以說是，無一不用其極。

《典籍裡的中國》可謂用一眼千年來形容，在這場漫長的文化苦旅中，先祖們聽過死亡的威脅與離散的痛苦，用他們的信仰與熱血，帶著驕傲，守護著中華文化的尊嚴，延續著中華文化的血脈。看完《典籍裡的中國》讓我深深的記住：民為邦本，本固邦寧。中華文化實在是太美了！它們如此龐大，龐大得令人歎為觀止，它們也是如此厚重，厚重得值得我們世代傳承與守護！

（文獲招商局集團第二屆香港青年讀書月 金獎）

《覺醒年代》：在波濤洶湧的大海中尋找燈塔和彼岸

4A 吳佳灝

覺醒，即是睡醒、從夢中醒來，那麼「覺醒年代」就是指從夢中醒來的年代，一直以來，生長在華夏大地上的炎黃子孫們被清皇室編織的洋務夢、維新夢、立憲夢的謊言所纏繞，所欺騙著，被洋大人踩在腳底下踐踏的中國百姓們，無不渴望重新活在陽光之下，而不是活在戰敗、割地賠款的陰影之下。

於是，革命的種子開始生根發芽，孫中山先生的歸來更是把革命思想實體化，變成了滔天巨浪，變成了一把利劍，一劍刺死了奄奄一息的大清。

隨著中華民國的成立，共和的旗幟飄到了全國各個地方，就當人們認為，中華民族抬頭挺胸大步走的日子終於到來之時，袁世凱勾結日本，簽訂二十一條，出賣山東主權，妄圖稱帝的消息傳了出來，甚至傳到了日本，這也是故事的開始。

遠在日本的陳獨秀、李大釗當然也知道了這個令舉國震驚的消息，這兩位革命者，啟發民智的先驅毅然回國，積極投身到社會和文化改革運動之中，他們共同進入由蔡元培先生領導的北京大學，而身為文科學長的陳獨秀得到蔡元培的重用，廣招天下賢才，以北京大學為新文化運動的中心，向四周，向全國人民擴散。

新文化運動是當時國人在思想層面上的一個跨世紀的突破，新文化運動之前的整個社會非常的保守，即便是民國建立，全國上下施行共和制，但是延綿兩千多年的封建思想卻已經刻進了中國人的骨子裡，流進了中國人的血液裡，滲進了中國人的骨髓裡，文言文也讓舊社會中的文盲越來越多，窮人越來越多，百姓生活痛苦，甚至出現了「人血饅頭」這種離譜的事情，民族思想停滯不前，整個社會死氣沉沉，毫無謀求變革之心，國人麻木，令陳獨秀、蔡元培、李大釗等一眾革命者都無法忽視。於是，轟轟烈烈的新文化運動如暴風驟雨般席捲全國，勢不可擋。

在新文化運動裡，陳獨秀等新文化運動的領導者舉起了「德先生，賽先生」的大旗，德先生指的是民主，賽先生指的是科學，他們還舉起了「打倒孔家店」的旗號，誓要把壓在中國人身上的兩千年的這座大山徹底移除，而這也無可避免的引起了舊文化派的猛烈反撲，但是新文化派不怕，為什麼？在劇中就有明確的解釋，「打倒孔家店」絕對不是全盤否認儒家文化，不是否認古文化，而是要打倒政治儒學，政治儒學是什麼？就是專制主義，就是統治者以儒學理論來限制人民思想精神獨立的手段，這是導致社會整體原地踏步的重要原因，新文化運動就是要推倒用儒學統治國家的這座大山，「德先生和賽先生」、民主和科學成為了新的潮流。

再說說新文化運動中，為什麼要宣導民眾使用白話文，原因很簡單，白話文簡單易懂，不似文言文複雜難懂，這讓更多的人，工人、農民、社會基層人士也有機會讀書，學知識。認字，是開啟民智的根本和基礎，教育不會再固化在封建和禮教教育，開啟了民主教育和科學教育的新局面，知識文化向下層流動，有了知識就會懂得思考，這造就了在腐朽的共和政府治下，社會出現了新百家爭鳴的局面，既然現在的共和制救不了國，那什麼可以救國呢？無政府主義？君主立憲？聯省自治？還是馬克思主義？新文化運動啟發民智，當時的中國宛若一望無際的大海，但是卻在新文化運動的帶動下，一眾又一眾的人揚起了風帆，尋找燈塔和彼岸。五四愛國運動更是把民間的愛國熱情推向了高潮。

《覺醒年代》這部劇，用43集的時間，描述了民國初到中國共產黨秘密建立的全過程，全程看得我熱血沸騰，從迷茫到堅定，從黑暗到光明，一場新文化的風暴打開了民智，一場五四運動激發了全國人民的愛國情懷，陳獨秀、李大釗、陳延年、魯迅、胡適等，他們都是革命者，都是歷史的推動者，因為這一代人摸著石頭過河，給後人摸出來一條能走的路，一條真正適合中國的路，中國才能逐漸富強了起來。不光是他們，那個時代的每一個人都是革命者，都是覺醒者，他們都是在大海裡尋找燈塔的人，中國之所以強大，是因為人民覺醒，人民之所以覺醒，是因為新文化運動和革命先烈們的不懈努力，這就是覺醒年代，一個巨龍蘇醒的年代。

（文獲招商局集團第二屆香港青年讀書月 金獎）

《尚氣》觀後感

4A 蔡哲恒

想到有關於超級英雄的電影就必定會想到「漫威」。蜘蛛俠、鋼鐵俠、綠巨人……好多具有不同性格，不同能力的知名英雄，陪伴著我們成長。漫威公司的電影劇情和效果，創造了英雄的世界觀，對於英雄精神，詮釋得很立體很全面，是很值得欣賞的。

最近九月，漫威推出了一名新英雄，名為「尚氣」，這個角色結合了中華武術與特色。電影一首播，已經取得了極多的關注。

電影前半部分主要講尚氣的父親── 文武，這是第一次有中國人在漫威參演，請來香港影星梁朝偉主演。文武年輕時在古跡中得到一個武器，名為「十環」，它令文武長生不老，經歷了千年風霜而始終保持中年模樣。十環就是十個鐵環，使用時一環接一環從手腕飛出，力量強大，形成一條鞭子，可攻亦可守，而打鬥動作更像雙節棍。當梁朝偉在電影中展現這些打鬥動作，觀眾心目中的不禁浮現出李小龍和葉問的的形象，這也體現出漫威向中國武打片致敬的誠意。

擁有十環的文武藝高膽大，暗中控制不同時代的政府國家，年年代代，以征服世界為慾望。有一次，他打到一處世外竹林，這隱蔽的村莊中有傳說的氣功，從未嘗敗的文武敗於守門女子映麗手中，然後兩人相愛，離開村子。映麗生下尚氣和夏靈兩兄妹，一家四口平靜地生活在一起。文武放下了「十環」，放下心中征途，映麗捨棄功力，二人毅然自廢武功，只想變成普通人，只為享受人間最普通的天倫之樂。我覺得這就是中國的傳統，男人要有雄心壯志，但為愛放下一切，以家為重。

然而命運卻不眷顧這並不普通的一家，有一天，映麗被文武的仇家所殺，這個家因母親的去世而被撕裂。文武拉上兒子尚氣，重新戴上十環，又把仇家全殺了。小時候的尚氣看到父親殺人，也站在角落親眼看到母親被殺，自己也被父親訓練成為殺手，年少的尚氣活在痛苦當中。中國古話：「一命償一命」，這樣冤冤相報的報仇循環在我心裡動搖，使人看著很不舒服。

文武思念妻子，受魔鬼引誘，心中聽見亡妻喊：「我被關在村子的最裡面門後」，其實那是封印魔鬼的門。文武欲帶著一雙兒女屠村，救妻。尚氣憑心中正義，相信母親已經死了，在生死關頭勸父親不要執迷不悟：「你的訓練、報仇，並不是家需要的愛，家裡還需要你」。文武清醒了，但為時已晚，惡魔已破門而出，撲倒尚氣，千鈞一髮之際，文武犧牲自己，褪下十環交予尚氣。尚氣帶上「十環」如虎添翼，配合上母親從小教授的氣功，騎上鮫龍，最終打敗了惡魔，拯救了母親的村莊。

尚氣集合了父母之力，戰勝了一直困繞村民的惡魔，故事在英雄的光環中結束，貫徹了漫威電影浪漫的英雄主義。然而，這更是一部愛情和親情交織的電影，啟示愛的真諦：愛，不是帶去痛苦和執念，而是拼卻一生去守護。

電影的打鬥場面刺激又優美，那些特效又有鮮明的漫威特色，華風也吹向了國外，蛟龍、幫派、竹林、桃源村落、氣功……全部有華語片《一代宗師》和《卧虎藏龍》的影子。

秉持正義，有時候是放下、捨棄、忍耐，將心比己，否則仇恨會無窮無盡地蔓延，愛不是毀滅而是保護與呵護。捨生取義的儒家思想在美國漫威電影中彰顯，父慈子孝的傳統家國觀念在武打動作片中體現，看罷《尚氣》，心中一股浩氣在升騰，一脈親情在迴蕩……

（此獲招商局集團第二屆香港青年讀書月 銀獎）

用生命抗爭

3A 吳欣兒

誰能想像到，世界上會有一個年僅十歲的女孩，兢兢業業地生活；十一歲時四處發表政治演說，爭取女孩能接受平等教育；十二歲時立志成為政治家；十五歲時被武裝份子槍擊，又幸運地生存下來呢？她就是馬拉拉——一個為爭取平等教育權利而改變了世界的女孩。

這個年僅十一歲的女孩活在塔利班的政權下，經歷了多次的生命攸關，只為了爭取女孩能平等接受教育。「當整個世界都沈默，即便一個聲音也會變得很有力量。」馬拉拉鼓勵自己戰勝恐懼，勇敢走出來，用生命倡導「平等」和「教育」，她成功了。但是，馬拉拉十五歲那年，在上學途中遇襲，恐怖份子朝著她的頭部開槍。幸運之神沒有放棄馬拉拉，她被緊急送到英國的一間醫院，與死亡擦肩而過，奇蹟般的生存下來。之後，馬拉拉必須離開巴基斯坦她的家鄉，接受長期而痛苦不堪的治療，但馬拉拉一直抱持著樂觀的態度去面對。很快的，馬拉拉就能出院了。她依然在不同地方繼續著演講，並寫下屬於她的書。

看完這本書，我的心情變得非常哀傷而沈重。戰爭的殘酷、無情的極權主義。書中提到了很多束手無力的平民百姓，在極端政權下都失去了自由，連性命都被掌管在恐怖份子手裡。馬拉拉展開她爭取平等的行動時，甚至只有十二歲。一個比我還小的孩子，究竟被迫到什麼程度，才會自己踏出來發聲呢？我不禁這麼想著。我很喜歡馬拉拉。她善良、她堅強、她勇敢、她不畏強權。她放棄自己的花樣年華，用自己的生命去跟極權對抗。假若我同樣生存在這地獄般的世界，我大概只會無助地等待救援，或甚至已經絕望，任由自己的自由繼續被剝奪。所以，我十分敬佩馬拉拉，她的那股勇氣、精神。

「恐怖主義者認為他們可以改變我的目標，阻止我的抱負。但除了脆弱、恐懼、無助消失了之外，我的生命沒有任何改變，堅強、力量與勇氣油然而生。」馬拉拉，正如她的名字阿富汗勇敢女英雄，用自己的故事、用自己的行動，爭取女孩平等的待遇。她，必定會成為傳奇。

（此文獲2022年「4·23世界閱讀日創作比賽」「書香滿溢·喜閱六十」初中中文組優勝獎。）

溫暖的你

1B 李籽墨

想起你，讓我覺得很溫暖。在成長的道路上，我們會遇到不同的人，而在我的人生中讓我感到溫暖的，就是我的爸爸……

爸爸是我的好朋友，他會陪我聊天、和我打鬧、有時我倆還會互慰。就是他這樣的一個「小朋友」，帶給了我許多溫暖。

臨近期末考試，爸爸推掉手上的工作，趕回家來陪我溫習。他帶著我背誦英文單詞、誦讀中文古詩、教我做閱讀理解等等。到了考試的日子，爸爸還親自送我去學校，路上還不忘叮囑我放輕鬆考，不要緊張。到了學校，爸爸在校門外朝我揮手，我看到那張笑出皺紋的臉，心裏瞬間踏實了不少。

派發成績表的那一天，最終我還是沒有拿到理想的成績。回到家，我站在陽臺上，看著試卷的分數，望著已經變紅的楓葉被無情的打落，我的淚水也止不住的往下流。淚水從面頰滑落，一滴……兩滴……最終落到衣服上。

這時，陽台的門打開了，在夕陽的照射下，一個高大的影子向我走來。他遞給我一張紙巾，然後走到我身邊，靜靜地和我並排站著。過了一會兒，我的情緒好多了。他見我不哭了，便說道：「你看，那樹上最後一片葉子也沒了，看樣子，冬天就要來了啊！葉子掉落了，但明年這樹肯定更茂盛。」我略有所思看著爸爸，他拍拍我的肩膀，繼續說道：「這次沒發揮好沒有關係，下一次努力就好了。山重水複疑無路，柳暗花明又一村。爸爸陪你，只要你更努力、更刻苦，勝利就會向你招手。當你累的時候，只要一咬牙，繼續堅持，你一定可以找到屬於自己的成功。」我望著爸爸那堅定的眼光，投入了那無比溫暖，無比安全的懷抱，心情頓時變好了，我感受到了一股力量和暖意。

謝謝你，爸爸！謝謝你的陪伴！謝謝你的安慰、謝謝你的信任！爸爸，我永遠愛您！

突然，一聲巨響劃破長空

2A 許君豪

突然，一聲巨響劃破長空。我環顧四周，看著四周凝望夜空的人們，聽著他們的歡聲笑語，心裏不禁有些落寞。我聽著海浪的拍打聲，獨自站在海岸的某處……

小時候，父母便離開我到內地工作。我們一年也見不到幾次面，看來今年新年亦不例外。我本想在家虛度今夜，可奶奶卻讓我去看煙花，我熬不過她，只好邁步前往。

來到維港，煙花匯演便開始了。只見一艘郵輪緩緩駛到港中心。突然，一聲巨響劃破長空，一團火星升到半空，留下一縷灰煙。那團火星在漆黑的夜中停留半晌，轉瞬間綻放開來，呈現著令人陶醉的流光，宛如春天初放的牡丹：綻放，花開，花落，一切都是那麼短暫，能證明它的存在的，或許只有空氣中悲傷的硝煙味。絢麗的煙花才剛剛展現它的美好，轉眼間卻又消失得無影無蹤，不禁讓人感到惋惜。我凝視著漆黑的天空，突然想到：事物不正是因為短暫，才更有價值，才讓人更為珍惜嗎？想到這裏，心中的悲嘆一掃而空，取而代之的是對煙花的留戀和期待。隨著第一束煙花的升起，其他煙花也逐漸點燃，在漆黑的夜空中形成華麗的花叢，互相爭艷，煞是好看。看著這良辰美景卻無人陪賞，心中的落寞油然而生。但我轉念一想，太白能寄愁與明月，那我又何嘗不能寄思念於煙花呢？

回到家後，我在門口看到兩雙鞋子，我激動地推開大門，爸媽早已坐在那裏，等待著我，迎接我的歸來。一束煙花又已升起，依舊，聚合短暫，分散亦是短暫。

水稻的父親

2B 蔡慕雅

相信大家都一定有聽過一個人叫袁隆平。他一次又一次創造出奇跡，解決中國人的糧食問題，為老百姓做出重大貢獻的人，沒錯，他是袁隆平，又被稱為「雜交水稻之父」。

《追逐太陽：袁隆平的雜交水稻傳奇》這本書生動地記述了袁隆平先生的科學探索之路和他近九十年的人生經歷。書中將他的生活世界生動地展現了出來，讓我們看到他是如何一次又一次的突破難關，創造奇跡。

我從小到大看過不少名人的傳奇，但是袁隆平先生的堅持勇敢的精神，卻是我從未見過也是最佩服的。

當時中國的戰爭剛剛結束，一個國家最需要的便是人力和健康，這才能保證國家的強大。學醫和學理工是一個非常好的選擇，但是袁隆平先生卻毫不猶豫選擇了學農，中國上下五千年最不缺的就是農民，最苦最累的也是農民，他這豈不是自討苦吃？可他這樣的決定並不是一時的心血來潮，他從小到大看著如此多的飢民餓死街頭，讓他覺得能吃飽一頓飯就是造福人類最直接的方法，所以他才選擇學農。袁隆平先生教給我的勇敢就是，就算面對未知的未來、生活、困難也要勇往直前，不要因為對前路迷茫而退縮。這是要有多大的勇氣呀！

那為什麼當初袁隆平先生會研究水稻呢？其實是因為當年一場長達三年的大饑荒出現了，有一位農民懇切地對學農的袁隆平說：「希望你能培育一個水稻新品種，可以讓大家都吃飽。」這句話落在了袁隆平先生的心坎上，之後袁隆平先生便開始了他的研究，而在當時研究出新品種的機率是極低的，基本上不可能。但他卻堅持了下去，即使有很多困難、失敗，他依舊一次又一次的站起來。頂著烈日跋涉於茫茫稻海中，鍥而不捨的鑽研科學及尋找新品種。整整五十年，他終於成功了！我十分敬佩袁隆平先生的堅持，從無到有，白手起「稻」，完全是一個奇跡啊！

看完這本書後，我不但學會了堅持和勇氣，更令我知道現在我們有的幸福都是由不同的人，一步一步地努力才能擁有的，在此要謝謝袁隆平先生的貢獻，我們一定會永遠的記在心中。

以等待之匙，轉開閃光之鎖

3B 楊海茵

等不到天黑，煙火不會太完美——題記

花

每當走過人行道上的那條小道時，我總忍不住駐足觀望一下兩道旁盛開鮮豔的薔薇花。在金輪的照耀下，本就嬌艷欲滴的花兒加以翠綠的藤蔓，顯得更惹人喜愛。可惜一場淋漓大雨將本該在立夏怒放的花朵打濕，花骨朵聳拉在地上，被匆匆路過的行人來回踩踏。

或許隨了母親愛花，再一次路過時，我將散落於地的花兒拾起，將嬌弱的花骨包進紙裏，帶了回家。

家裏的陽臺種了許多花，於各種姹紫嫣紅的花兒襯托下，手中的薔薇花顯得格格不入，我將它種植在不顯眼的角落，唏噓道：「這麼好的花兒，本該開的很美……」

日復一日，那盆薔薇花依舊沒有什麼起色，我深諳它活不了多久了，索性將它與開的美麗的梔子花種植在一起，希冀能獲取些養分。夏季匆匆的結束了，我也沒見過那株薔薇花盛開了。看到它依舊保持原樣，我有些許失望。

於一個寒冷的冬天，寒風刺骨，我不斷哈著氣搓手走回家，看著路邊各種花朵枯萎，我深知薔薇可能葬於冬季。回到家，我匆匆跑去陽臺看。令我想不到的是，薔薇花綻放了！在各種萎謝的花朵中，它顯得份外美麗，遠遠望去宛如豔麗奪目的錦緞，熠熠生輝。我輕撫著花朵，慶幸沒有丟棄它，才有美豔絕倫的一幕綻放在我眼前！

盛世顏

「會當淩絕頂，一覽眾山小」在無數次仰慕泰山磅礴的氣勢後，我決定去爬一次泰山。於是次日清晨三點鐘，我與父母便搭車來到了泰山腳下。此時的天黑乎乎的，伸手不見五指。我拿起登山杖，信心滿滿的開始了征途。

一開始，我興趣盎然，不依著登山棍，一個人爬到了半山腰。想著馬上就能看到的美景，我更加來勁，催促著父母爬快點。

到了半山腰以上，我的體力漸漸透支，雙腿酸痛，半山腰上的空氣很是糟糕，瑟瑟寒風刮的臉生疼，石梯也越來越陡峭難行，由於沒有帶水，我嗓子乾得冒煙。我依靠著登山仗，艱難邁出一步又一步。到達山頂時，我的四肢已經凍的麻木，筋疲力竭，但想著就快能看到日出，所有的辛苦還是值得的。

這時，一場毛毛雨擾亂了我的興致。由於沒有帶雨傘，我被淋了個徹底，雨水順著我的頭髮向下流淌，盡顯狼狽。我看著天空被陰雨遮蓋，似乎不能看到日出了。所有的憋屈都在這一刻爆發出來，我哭著嚷著想要下山，卻被爸爸拉住了。

「你來爬泰山是為了什麼？」爸爸問到。「當然是看日出啊！」我委屈地說。「那你看到了嗎？」爸爸反問我，「這個鬼天氣怎麼看啊，看陰雲嗎？」我憤憤不平地反駁著。「現在是5:30，過半個小時就日出了，你是選擇等待還是走掉，我都不攔你，有沒有看到也是你的事！」爸爸心平氣和對我說。我想了想，實在不想辜負這趟旅程，於是我便留下來了，在寒風中等待著。

也許是老天爺聽到了我的埋怨，雨出奇的停了，撥開陰雲，我看到了一輪紅日冉冉上升，天邊漸漸染上紅暈，橙色的光佈滿蒼穹，陽光從雲縫裏照射下來，金燦燦的灑在我身上。向下望去，大大小小的村莊星羅棋佈的分散著，我終於感受到「遠赴人間驚鴻宴，一睹人間盛世顏」的美好了。

發光

朋友給我推薦了幾部好看的電影，陰雨綿綿的假期裏，正值無聊，我便打開了其中一部，片子名叫《當幸福來敲門》，是眾多影片中，我朋友最力薦的一部，不由得好奇，我便觀賞了起來。

這部電影講述的是醫療機械推銷員克裏斯·加德納的故事。在電影開頭，他過著並不富裕但幸福的生活，但隨著經濟越來越蕭條，加德納的日子越來越不好過，杯水車薪的工資扛不起家庭的重任，他的妻子無法忍受，留下了他和兒子匆匆離去。「天下熙熙皆為利來，天下攘攘皆為利往」，在這個物質的時代，沒有人會願意不求回報。

到後來，他甚至因為沒有錢繳納房租而和兒子睡在地鐵站衛生間裏。可他並不氣餒。使我印象最深的一句話，是他說：「如果你有夢想，就要守護它」，加德納為了實現自己的夢想，付出了超乎常人的努力。終於，在漫長的等待中，他被看中了，儘管面試那天他穿的破破爛爛，但依舊神采飛揚。電影的最後，漫長的等待是值得的！加德納成為了一名股券上市公司的老闆，名聲大振！

我看完這部電影感觸挺多的，我想若是加德納沒有信心等待下去，那他就沒有今天這般成就。當下我們要做的，就是熱烈充實地生活著，所有的困惑終究會解開的。總有一天，你的等待會像一把鑰匙，轉開屬於你的那把閃光之鎖！在這之前，做好當下的自己！

《邊城》的鏡子

4A 李璵璠

鏡子，可以映照人的面容，也可以照耀出人性之光，無數面鏡子照耀出來的人性之光不同於一般陽光那樣直接映射在人們身上，而是映射在人們的心中。它們把原本的光映射得七彩繽紛，可能從某句話、某件事、某個動作便悄無聲息地進入你的心底，你的思想也會像被無數面鏡子被打亮一樣，變得高深，變得純淨。

如果你用心去看那一面面人文的鏡子，你會從中尋到各種不相同的光景。

來到翠翠的鏡子跟前，你會望見一片竹林，那葉片翠綠，嬌小且繁茂，卻還是擋不住她對愛情的堅貞不渝，以及對簡單質樸生活的無限嚮往的。昨日未乾的露珠還掛在翠翠臉上，也不知是為了爺爺還是儺送而流下的淚。翠翠像極了那一片片竹葉，竹是天真的，是善良的，那份真善美是不會被區區泥土鎖住的，它渴求光明，渴求成長，渴求有朝一日可以用那葉片觸及到天邊輝煌的太陽，因而它要更努力地生長，更堅定地向前。緊挨著翠翠的鏡子，是儺送和天保兩兄弟的鏡子，那裡面正有兩隻海鷗在天空中樂此不疲的飛翔，他們相親相愛，他們相互依存，互為彼此梳理著羽翼，一同在波濤間尋覓獵物，共同沐浴在這片金光之下，可那天，它們在這片土地上看見了同一片竹林，也同時愛上了這片竹林，他們深知彼此的心思，卻並沒有為此大打出手，只是用自己的歌喉公平地競爭著那片竹林的青睞，也許這故事的結局是悲慘的，但人性卻會為之動容。這裡有天保知道這份愛不屬於自己，而默默離去的禮讓之光；也有儺送因為兄長離世而自責，放棄愛情的情義之光；也有兩人對事情客觀看待的理性之光。他們心有靈犀，他們同生共死，同那比翼鳥一般，一隻死去，另一隻也便不會飛行。

這些美在小小的邊城裡比比皆是，有城裡的鄉親們所映射出的那種像野花般質樸且美麗的鏡子，也有像老船夫那樣，如同一隻老白鷺，用全身僅有的羽毛為孫女遮蔽世俗糟粕的關懷的鏡子，更有在這清幽的邊城裡蘊含著的風俗環境所映襯出那份天人合一的鏡子。

美，本無處不在，只是人們鎖住心靈，不去領會；光，本無處不在，只是人們封住了視野，不讓它進來。閃耀的星空也會太陽的熄滅而沉睡，再美的情感也會因心靈的火焰而消逝而不見。用手捉住風箏的線，再猛烈的風也沒辦法把它吹走，用心追逐身邊的光，追隨光所代表的鏡子。再黑暗的路也不會讓人孤獨，邊城裡的鏡子從未消失過，它只是被埋藏在每個人的心底，人們想要找到它，關鍵在於是否能夠找到打開這束光的鑰匙，人們想要擁有它，關鍵在於是否真的瞭解它，領悟它。

味道

5D 顏子晞

酸、甜、苦、辣、鹹……每個人喜歡的味道都不一樣。但是味道又豈此這些？我喜歡各種味道，我喜歡大自然的味道，喜歡「世界」的味道。

我的家鄉，隨處可見的是翠綠色的大地，空氣中散發著一股清新又爽朗的味道。黃昏時，家家戶戶準備著晚餐，炊煙裊裊升起，烹煮晚餐的美食氣息混入空氣中，味道變得更為濃鬱——它是我喜歡的味道，它是家鄉的味道。

小時候經常在家旁邊的大草地玩，累了就躺在草坪上，看著天上的雲。青草和土壤混雜的味道是最熟悉不過的了，風吹過青青的草地，發出了呼呼的聲音，帶動著不一樣的味道，寫意療癒。它是我喜歡的味道，它是童年的味道。

我曾在動物自然保育區裏，觀察動物的一舉一動，他們擁有與我們相似卻有不同的味道，那是只有在大自然的歷練中，才能孕育而成的氣息。我十分喜歡動物，我喜歡他們那危險野性的味道，亦喜歡他們身上沾滿了與自然為伍的氣息。他們的身上散發出一股生人勿近的味道，感覺又霸道又帥氣呢！

我喜歡周遊列國，看不同的風景和嚐遍世界各地的美食。有一年的春天，我來到了日本東京的一間寺廟裏。在春暖花開的季節中，我像是到了花之國一般的世外桃源仙境。路邊的櫻花樹一棵棵燦爛地綻放，我在櫻花樹下坐著，空中瀰漫著櫻花的香氣，淡淡的香甜氣息中帶了一點寺廟獨有的檀香。這是只有在日本的春季，才能嘗到的味道。

曾有一年的冬天，我來到了韓國的泡菜館，學習製作泡菜。在把泡菜的每一塊葉子，沾上特製泡菜醬料時，空氣中充斥著辛辣的味道。當我忍不住偷吃時，眼淚更是不自覺地落下。「實在太辣了吧！」我不禁高呼。從那以後那刺鼻的辛辣便是我永遠封存的味道。

有一次，我們一家到北京遊玩，那是我第一次有點水土不服的旅行。北京的空氣十分乾燥，感覺十分難受。逛著北京的胡同，參觀文人的故居，遊過天壇，攀上長城，那是古老卻又莊嚴的味道，那是古老文化的底蘊與傳承。

這些就是世界的味道吧！不同的國家有不同的味道。那陌生卻又熟悉的風的味道，那大自然的氣息和味道，都是我喜歡的味道。

不得已的謊言

6A 譚志朗

我抓著電話，思索了一會，帶著猶豫地按下了那串數字，電話那頭很快地傳來熟悉的聲音：「學校怎麼樣？穿得暖嗎？吃得好嗎？……」聽著這一連串的問候，我很想一股腦地把生活當中的不如意，一下傾倒給對面那人。我握緊了話筒，長舒一口氣。

「媽，我很好。」

「有的同學連基礎題都寫不好，這樣還談什麼學習！」望著桌子上滿紙的交叉，我不禁有些崩潰，半年「努力」就此付諸東流，再看看老師那氣憤的眼神，我這位「有些同學」縱使再有勇氣為自己辯護，也顯得蒼白無力了。我悻悻然地回到座位上，一眼飄向同桌，卻更是刺痛。這位整日嘻嘻哈哈的同學似乎毫不費力地就拿下了一個讓人艷羨的分數，還有說有笑地和我討論著：「哎呀，要不是這個小失誤……」他「無奈」地攤攤手，絲毫沒有注意到我陰沉的臉。我把卷子對摺，坐在座位上出神地發呆，淚水在眼眶裏打轉，可一想到會讓別人看見我的窘相時，又趕忙擦了擦眼角，生怕讓人瞧見。可這，又讓那發洩不出的壓力徒增了幾分。

餘下的一天似乎在沒有知覺中溜走，直到我回到宿舍，望著電話。我知道，無論是多麼沉悶、負面的情緒，在電話的那頭，都會不厭其煩地為我收下，然後安慰我。在聽到母親聲音的那刻，我是多麼想說出「媽，我想家了。」然後聲淚俱下地向她訴說我內心那股失望、無奈，甚至是憤怒啊！

可是也就在我聽到母親聲音的那一刻，我遲疑了，在電話的那一頭，隱藏在母親溫柔聲線背後的，是輕輕的打字聲——也許，她還沒有下班。而她的聲線，即使故作輕鬆，也能聽出來工作一日後的疲態——也許，她也和我一樣，在生活中，早已沒了神氣。只是孩子的來電，讓她又振奮了些，然後鎮定地接下來電。想到這裏，我又有些後悔去撥通這號碼了，我竟是如此的幼稚，更因為這樣的小事便想要索求別人的安慰。我站在原地，不禁有些支吾。也許是母親看出了我的心事，又也許只是另一句問候，「想家了嗎？學校裏沒有不開心吧？」我接著話筒，盡量不讓母親聽到我的哭腔：「沒有，過得挺好的。」緊接著的噓寒問暖，我已沒有心思聽下去了，我強忍著啜泣，在母親一番發問後，緩緩地說出：「媽媽我很好，別擔心。」

蓋上電話，我無力地攤在床上。是啊，我說謊了，可我後悔嗎？不，一點也不。我想這樣一句「謊言」，才是最好的結局。「人是一根有思想的蘆葦」，這是帕斯卡爾對思想的評價。是啊，誰又不是一根會跟著外來的壓力而感到動搖的蘆葦？我是如此，母親亦是如此吧。倘若我把這份不安告訴了她，她又怎會若無其事，不會為她的子女擔驚受怕呢？就跟池塘的蘆葦一樣，也許不去讓它經受額外的「風浪」，對於它而言才是最好的幫助吧。我想，正正是這樣一句「謊言」，能讓母親不用留下一份對孩子的牽掛，而多一份安心。這樣，即便是一句謊言，也成了「善意的謊言」吧。

人們常說，說謊是幼稚的行為，可我卻覺得，那句「媽，我很好。」讓我從此成長了許多……

Three Special Festivals Around the Globe

1A Leung Yi Chi, Gigi

During the pandemic, everyone misses the time when we could travel to different places and enjoy the holidays. To cure your boredom, I'm going to introduce three special festivals which are not celebrated in Hong Kong. Even though we can't travel abroad, I hope you can have a chance to experience the atmosphere of different festivals from other countries while reading this.

The first special festival to be introduced is the Day of the Dead, which is celebrated in Mexico and some other countries. If you have watched the movie "Coco", you will know it's a colourful and meaningful festival. The Day of the Dead is usually celebrated on the 1st or 2nd of November. The festival originated thousands of years ago in Mexico. Traditionally, people honour the deceased with calaveras (a skull made out of sugar) and Aztec marigold flowers. They build home altars named ofrendas with the deceased's favourite food and drink and visit their graves with those as gifts. People pay respects to remember their loved ones and family members who have passed away.



Another colourful festival is the Menton Lemon Festival, also known as Fête du Citron. It is a special celebration organised by the tourist office of the city of Menton, France. It's held annually at the end of winter, around mid-February. In 1928, a hotel decided to arrange an exhibition of flowers, lemons and oranges, aiming to establish the reputation of Menton as the best citrus fruit producer in Europe. As the local council found the event interesting and attractive to tourists, the festival was passed down. Every year, people make different sculptures using lemons and oranges, such as trains, dinosaurs and a lot of other different things. The people are truly talented and creative!



Do you know that there is a festival specifically for young girls in Japan? Hinamatsuri, also known as Doll's Day or Girls' Day, is a religious festival in Japan and is celebrated nationwide on March 3rd every year. At this festival, families with girls display sets of beautiful traditional Japanese dolls called hina-ningyo at home. This is to pray for the healthy growth, prosperity and happiness of the young girls in the families. This custom started over 1000 years ago! Now, Japanese girls throw parties and invite their friends to enjoy the festive food together, like hina-arare (multi-coloured rice crackers) and hishi mochi (multi-coloured rice cakes).

All three of these festivals have their own cultural meaning and historical value. That's why they should always be remembered, respected and protected! I'm sure there are other interesting festivals and customs that we can explore. What are you waiting for?





Presentation script: New Uniform Design

2A Wong Ching Lee, Julian

Good morning ladies and gentlemen,

Today, I am going to talk about my masterpiece for the "School Uniform Design Competition". In my opinion, the present uniform in Hong Kong is a little dull. Therefore, I want to change the style of the uniform. For example, to a Japanese style. I think clothes in a Japanese style are cool, interesting, beautiful and look smart.

First, I want to share with you the outfit I have designed for the boys. The top of the outfit would be a white cotton shirt with a blue silk tie and a red tweed jacket. The bottom of the outfit would be white cotton trousers with a black leather belt. In addition, boys would be wearing black leather shoes with white cotton socks.

Next, let me introduce the outfit designed for the girls. Girls would be wearing a white cotton blouse with a blue silk ribbon. They will wear the same red tweed jacket as the boys. As for the bottom, girls would be wearing a white cotton skirt with a blue hem and black leather shoes with white silk stockings.

I think my design is better than the current school uniform since it is more fashionable and stylish. I am sure it would be popular among students because the outfit looks charismatic.

That is the end of my presentation and I hope you will like my design. Thank you.

The Advantages and Disadvantages of Using Computers in Schools

3A Wan Hei Yin, Chesderine

We use computers in schools for learning to make lessons more informative and enjoyable. Without the help of technology, nothing would be as seamless and smooth as what we have today. However, the wide use of computers in schools can result in different disadvantages as well.

The use of computers can make lessons more interesting. It would be easier for students to acquire more knowledge. Research shows that children learn more when they are stress free. Undergoing stress can hamper our ability to take on and process new information. Thus, the use of computers can make lessons more fun and engaging. For example, using PowerPoint is an effective way to communicate with students. This can help make an impact on class participation. It can also build a safer and more comfortable learning environment for students where they can thrive.

Apart from software such as spreadsheets, word processors and PowerPoint, an enormous amount of information is available on the Internet. The Internet is used as a virtual library which students can access easily. Students can go to different websites to find materials useful for their studies. Students are then able to learn better.

However, there are also a few limitations to using computers for teaching. It is time-consuming. Teachers need to go the extra mile with their creativity to make lessons more interesting. It takes up a lot of time and energy to prepare for lessons. According to studies, around 92% of teachers do not have enough time to prepare their teaching materials. Hence, this can result in a lack of effort. Many teachers feel overwhelmed by the goals they are trying to achieve and this leads to distress and pressure. Besides, more class time has to be spent to set up the equipment if there are technical problems. Since the teaching time is greatly reduced, students will then learn less.

In conclusion, using computers in schools has become a trend. There are pros and cons to using computers for teaching. It can lead to challenges but also different opportunities.

The Advantages and Disadvantages of Using Technology for Education

3B Shih Tsun Hin, Hinson

This is an explosion of information. By just typing keywords into the search engine, we can get thousands of materials instantly. It is much faster than going to the library to read books. Since the invention of the computer, a lot of work that was originally done by hand can be done with computers, and it is much more efficient and convenient. Some schools have even started to let students use tablets and in this case I think the pros outweigh the cons.

An enormous amount of information available on the Internet is beneficial to students' learning. The tablet is small, lightweight, and can be carried around. Students can search for information anytime and anywhere on the Internet and they can easily acquire considerable knowledge beyond textbooks. Moreover, the tablet allows students to make good use of their time to learn. They can also discover different types of information on the Internet so as to broaden their horizons.

Using tablets can also make communication between students and teachers more effective in the classroom. If a teacher asks the class a question and there is only one student who answers, he/she may not know whether the whole class understands the teaching content or not. But if the teacher employs a tablet and applies some online platforms to the lesson, such as Kahoot or Nearpod, he/she can know the abilities and weaknesses of each individual student through the automatic report of the online platform, and can adjust the teaching method to suit the needs of the students.

Using a tablet is beneficial for taking notes. With a tablet, students can take pictures, write down notes and make graphic notes on a field trip. They find it easier to organize information that they have collected. Some software can be installed to facilitate learning. Students can sum up their ideas and make their notes more clearly and neatly, which helps them review and remember what they have learnt.

With the use of tablets, students can search for a variety of information anytime and anywhere. Students and teachers can communicate effectively in class. Students can take notes more clearly and neatly. Obviously, the advantages of using tablets in schools outweigh the disadvantages.

The Covid-19 Pandemic

4D Chen Hai Na, Hanna

It has been more than two years since the deadly Novel Coronavirus pandemic began. We have since been living with masks for more than two years. Masks have become a necessity in our lives and these airtight masks have made my skin condition go from bad to worse. In order to prevent COVID-19, we have started to receive various vaccines; kept social distancing from people; and have nucleic acid tests from time to time to check ourselves for infection.

When this virus first broke out, I had just entered St Margaret's Anglican Girls School, a private school in Brisbane. As a Chinese boarder in a foreign school, things were not easy. Many returning Chinese students had to serve quarantine time in a designated isolation area. Some local students made unkind and hurtful comments about Chinese people. But there were also many good foreigners, who were very warm and friendly, and finally became my most missed Australian friends. COVID-19 has kept me from seeing my parents in China for several years and I cannot go out to play often. My experience during this stressful period deeply affected my study and mental wellness. That´s why I hate COVID-19 so much.

Recently, the epidemic broke out again, even the parents of our school were diagnosed with Covid. For this reason, many students and parents were in a panic. Everyone was afraid of getting infected. As dormitory students, we were kept in isolation for three days. But soon, due to my parents' worries and family emergencies, as well as my long absence from my parents, my father immediately bought me a plane ticket back to the mainland.

During this intermittent outbreak, coupled with the number of outbreaks that have been beyond the control of foreign countries, I can't help wondering when this epidemic will end. It will end one day, but as far as I am concerned, this time is unpredictable, and it will take at least several years.

This epidemic changed me. After the COVID-19 epidemic, I learned to leave my comfort zone and I realized that many things can be solved not by escaping, but by bravely facing and finding solutions. This is like facing the epidemic. We need to take measures instead of giving up.

Whenever I am faced with something difficult, I will recall the good things in the past. For example, when I was studying in Australia, I got poor grades due to my poor English, and it was difficult to make some local friends due to cultural differences (although I finally made a lot of friends). I would think about how wonderful the days were when I was studying in Hong Kong and how I missed my old friends. However, when I came back to Hong Kong, I would miss the life studying in Australia. How valuable it was, and I would miss my friends in Australia again.

I always miss the past, but now I have learned to move on. I have to look ahead.

學生作品

OUTSTANDING STUDENT WORK

You work in the marketing department at Health-Teas, an online company that sells organic tea. Recently, you have been thinking about advertising your products on social media.

Write an email to the sales manager.

- **Explain why advertising on social media is important.**
- **Suggest what kinds of advertisements can be used.**

5B Chan Cheong Chak, Matthew

To: Mr. Smith
From: Chris Wong
Subject: Advertising on social media

Dear Mr. Smith,

I am writing to introduce my thoughts on advertising on social media.

Recently, I have observed a phenomenon. I was walking on the street in Causeway Bay, one of the most popular shopping areas in Hong Kong. I noticed that almost all of the passersby were staring at their phones. Almost none of them took a look at the huge advertising board on those buildings. This inspired me to think about our marketing strategy. After a few days of thinking, I believe that we should advertise our product, Organic Tea, on social media.

The popularity of social media use has been increasing quickly over the past few years, and it is believed that it will keep growing in the future. There are billions of people using social media all around the world, so it has great potential as an advertising platform. With the help of social media, we can reach our potential buyers not just in this area, but globally. We can expand our market to other countries and regions through social media.

Besides that, advertising on social media has a huge advantage that other promotional methods could not offer: accuracy. With the help of big data and algorithms, advertisements on social media can be delivered to users who are more likely to be our target customers and interested in our product. This can highly increase the effectiveness of our promotion and save a lot of unnecessary costs such as advertising on the television, which is expensive and less effective. Also, the traditional advertisements on television and advertising billboards are not popular right now. As I have mentioned, people seldom watch them and they are usually less likely to be interested in it, as they might think the products using traditional advertising strategy and tools are old-school and outdated.

The people using social media are also more likely to buy our product, Organic Tea, as they are mostly the younger generation. The younger generation nowadays care more about organic and healthy diets. They want to have a healthy and 'green' lifestyle. Our product, Organic Tea, fits this requirement as it has less caffeine and grows naturally. The whole process of production is entirely eco-friendly and does no harm to the environment. I believe that the well-educated young generation are more willing to spend a little more money on our product in order to protect the environment.

All of the above means our sales will be greatly increased if we start advertising Organic Tea on social media. More sales is equal to higher profit. I strongly believe that if we take this method, the company will achieve higher sales figures.

It is meaningless if I do not give any examples. I do have a couple of ideas about what kinds of advertisements are to be used and I am going to share them with you.

I think a promotional video on YouTube will be helpful. We can make an eye-catching video and post it on YouTube. Young people love gimmicks today, so an eye-catching video can greatly attract their attention and put us under the limelight. This can increase our fame and with it, more people are likely to notice and buy our product.

We can also package Organic Tea with jokes and memes and post it on different forums such as Reddit, Twitter or Dcard. Young people love jokes and memes, with this, they will feel like there is no generation gap between us and them. This can help us build up our brand among the young ones and shows that we understand what they want, the Organic Tea.

Organizing a giveaway event is also helpful. We can hold a giveaway event and ask them to tag their friends to have a chance of getting a box of Organic Tea. This kind of event held on social media can often have a nice reaction as we are able to interact with our potential customers. This can shorten the distance and make them feel like we have a close relationship.

Above are all my thoughts about the new marketing strategy. Advertising on social media is a new trend and we should not let it go. I truly believe that if we can catch this chance and start our promotion on social media, our marketing can have great improvements.

Best regards,

Chris Wong

1 More Dollar!

5B Xu Ching Yee, Kelly

My family and I are on a two-week trip in America now. We arrived yesterday and just right on this very first day of our adventure, something really funny happened.

My sister is studying in America now. We miss her so much, so we decided to see her. We started arranging this trip last year and we have now finally got the chance to travel to America. During the preparation time, my brother was studying English so hard. He was still reading the English Conversation Book even when he was on the airplane. He was very confident that he could communicate with the local people easily. He also believed he could help us solve all the language problems during the trip. But things turned out in a way that none of us could have expected. Something that we would remember forever.

When we got off the plane and walked out from the airport, we had to take a cab to the hotel where my sister was staying. My brother showed the driver the address and everything went smoothly until we arrived at the destination.

The fee was USD23.5. I got out of the cab with my parents first. We went to the back of the cab and waited for the driver to open the trunk for us to get our luggage. My brother paid the driver and was ready to get out too. Stepping out of the cab, my brother was stopped by the driver. He said something and I heard my brother keep saying "Thank you," in reply. We were all curious to know what the driver said and why he did not open the trunk. A few minutes later, the driver started to gesture to my brother, moving his finger up and down, but my brother still could not understand him. So we had to stand under the sun for 10 minutes.

Fortunately, my sister came downstairs to meet us. She walked over to my brother and asked the driver what was going on. My sister laughed out loudly suddenly and gave him one dollar. When I asked my sister what went wrong, she told me that my brother only gave the driver USD22.5 so he kept saying my brother still owed him one dollar.

Then my sister asked my brother why he kept saying "thank you" to the driver. He said that he thought the driver was saying something like "Hope you will have a nice day." He knew this was a kind of culture but it had never occurred to him that he miscounted the money!

That was so funny and embarrassing. I think my brother should work harder on his English.

While contemporary society affords unprecedented conveniences, many also believe that it has many downsides. Impersonal bureaucracies and online services can feel cold or uncaring; semi-automated, repetitive work is mind-numbing and alienating. Feeling overlooked and useless, some turn inward, while others try to pass the time online.

Deep, authentic community is often held up as an antidote to such isolation. Soldiers, athletic teams, those struggling through natural disasters, or even a work group trying to deliver a big project under deadline often speak highly of a sense of comradery and common purpose. While not negating their hardship, such groups celebrate the sense of community and mutual support they experienced. For some, these are the moments that they felt most alive, acknowledged, and valued.

Describe a time where you felt a strong sense of community and belonging. What were the circumstances and how did you feel? What lessons can be learned from this experience that you believe could be applied more broadly in society to foster acceptance and counter feelings of alienation?

5C Hung Pui Yan

Before the weight of what I had just shot could fade from my skin, my body is thrown up high amidst a cacophony of elation, gravitating towards the homely embrace of my teammates. Just a moment ago, the projectile curve of the basketball immaculately made its way into the hook. The congruous echo of its bounce implied the end of the tournament.

A contagious exhilaration pervades the whole team; we all know that a potential shrub we nurtured together with sweat, has finally grown into a fruitful bramble that deepens our bond.

"Feet on the edge of a cliff, leaning backwards to an unfathomable space, I know the warmth of your palms will be felt on my back in place of the shattered bones." Giving my melodramatic speech, I expose my sincerest feelings among their lightweight wisecracks.

It is unimaginably hard to illustrate my old self, my diffident and withdrawn self, whenever I flip the book of time back to years ago.

The purpose of humanity, I had often presumed, was to ignite the worth within us in order to discern ourselves as valuable and independent. How often have I been masked in a society that seeks to exploit us until we become atrophied? How often have I been trapped on the listless island of solitude, looping a noose around my own body?

I forgot, because alienation had shattered.

As a basketball with rays of redemption gleamed on me, as an explosion of chemical reactions pulled me by a unique force called empathy, as the prospect of the human bonding that fuels interest in emotion and love edged closer and closer, alienation shattered.

With my vulnerability opened up to whom I adore, I am constituting a conciliatory approach to refresh myself in society. Undeniably, every cell and blood drop within us is predisposed to bring a maelstrom of intimate attraction. We want to be loved, so we start to love. Impelled by the yearning for love, we foster sensibilities, acceptance, and contribution. In the end, human beings are tied to thrive together with instinct.

I am no longer trammeled by the fear of society's scathe, and I no longer covet the self-shielding security. Rather, a burning passion leads me to tint my surrounding world.

Eventually, the special sense that is engraved in my DNA is no longer what I pursue, instead, it is now a part of me that is held tightly with the deepest of my heart. I meander around with it, and when I see people with tenuous strings, I help them construct imperishable webs with dexterity. Growth, value, intimacy, they all congregate to bloom ubiquitously.

We must remember that humanity is not an intangible philosophy: it is a garland made from blossoms that flourished by the sense of belonging, it is the epitome of togetherness, it is us.

A Love Letter

5D Tang Yin, Tracy

Dear Grandma,

I haven't seen you for ages. How are you? I miss you so much.

Today is Mother's Day. I have given my mother a flower. It is a beautiful pink carnation. At the same time, I also want to write a letter to you, because I think you are a great mother, and a kind elderly person.

When I was young, I thought you were a very strict person. You always wore a coat with a sense of age. You liked to clip your hair with hairpins.

But something happened when I was nine. I am not sure if you remember that. My parents had a quarrel and let me go to stay with you for a few days. That was the saddest moment in my primary school life. I would hear my parents quarreling after school every day, which discouraged me from finishing anything.

During those few days, my impression of you changed. You are not as serious as I imagined. You like cooking and doing exercise. When I was sad, we used to play football on the grassland together. We played badminton in the playground together. We planted flowers in the garden together.

So I really want to thank you for accompanying me when I was sad. It was memorable and amazing.

I did very well in this exam, and we are going to have a holiday after this week. I will come to visit you for sure! I still look forward to appreciating real and beautiful flowers with you in the garden.

I have also prepared a gift for you. I hope you will like it. This is a flower made by myself which will not wither. I hope you can stay healthy and happy every day. It also means that my love will always exist and never change.

Yours sincerely

Tang Yin

Everything Will Get Better

6A Feng Jin Cong, Joshua

About a year ago, I was perplexed for several reasons. To be honest, it was the worst time I had ever experienced. I was so depressed and had lost the passion for anything in my life. Studies and hobbies seemed meaningless to me. The anxiety in my heart was just like a demon. I was followed by it everywhere I went, and I could not escape.

I started to have problems with my appetite and encountered the problem of insomnia. My weight kept going down. I did not care about my situation until one night when I overheard my parents' conversation. I could see them through the crack of the open door. The tears and worries shown on their faces were something that I could never forget. I could feel their love and my whole mind was full of a sense of guilt. Eventually, I decided to see a psychologist for help. However, there was almost no help at all, and nothing changed. I felt hopeless again.

One night, when I was listening to the podcast as usual, I heard a phrase, 'time heals all wounds'. I started to think about my future and considered again: should I let myself continue to be in such low spirits for the rest of my life? Finally, I decided to try to ignore the strange thoughts in my head and restarted my focus on my studies and hobbies. Of course, this was not easy. You could not forget something that quickly, especially when it had troubled you for six months.

I forced myself to look forward and sleep earlier. Although the anxiety and negative emotions would come out often, I insisted not to fall into them. I am glad I did.

As the time went by, the thoughts seemed to have gone away from me. I cannot say I am totally fine now, but compared to the me half a year ago, I am much better now. At least I can focus on my own business instead of being dominated by my anxiety and depression most of the time. I am sure the situation is getting better, and I am starting to plan my future life.

I clearly know my case is not worth mentioning when compared to the people who have serious mental illness. I still think people can try to fight with the demon in their mind. They should know that their lives are in their own hands and not be manipulated by their emotions impacted by something else. Everything will get better, I firmly believe that.

His Bucket List

6B Cheng Hoi Yin, Solomon

Autumn arrived as yellow and red embellished the pathways. It was a season of fading, a season of ends. At this moment, I sat on a bench alone, closing my eyes, but opening my mind. I listened to the whispers of the gentle wind. Memories filled my mind instantly. Fragments of dreams elapsed. How I wanted him to stay beside me. How I wanted him to smile brightly. Eventually, stories ended, and tales faded. It was time to say goodbye. Tears ran down my cheeks.

It was last autumn. We were riding bikes along the country road. This used to be our old habit, meeting up twice a week and exploring nature. This time, he suddenly fell. I burst into laughter, saying he was such an weak old man. He chuckled and replied, "I'm worse than a weak old man." I thought it was just a minor accident, but I saw him trembling. He stood up slowly and murmured, "I have cancer, lymphoma. It's terminal. Four months to live at most." The atmosphere went silent. The news was too sudden and I couldn't react. I immediately sent him home, yet we didn't talk much on the way. I wasn't prepared to lose my best friend. I thought he must be dampened by the unexpected, but when I looked at him, he was smiling sweetly, even though he looked a bit pale.

Days passed and he became weaker every moment. To cheer him up, I made plans to do a lot of things with them. I helped him make a bucket list which we could accomplish before time ran out, though some of them were really ridiculous. One of them was spending a whole day in the theatre. While watching the film, he was laughing hard. I wanted to quieten him down as we might get kicked out. However, I froze before I could say anything. "How can he still be so joyful, when he's the one who's dying? How can he not care?" I wondered. His laughter was filled with spirit. Sadness was nowhere to be found in his eyes.

A month after his fall, we went to appreciate the sunrise. It was early morning when we reached the spot, so it was still dark and a few stars could be seen. While waiting for the sunrise, he talked so much. I was listening to every bit of the details that he shared. He talked about how he first learned baseball, why he liked eating ice cream, and what he would do if he had the chance of growing old. I was surprised I never thought a dying boy could talk so much, story after story. On the contrary, I was scared and worried since I wasn't ready to lose him yet. It was quite ironic as I seemed to be the dying one. I wanted to ask him how he could remain so calm, so positive. But I swallowed my words.

Pure white snowflakes fell upon us in winter, covering up rooftops and pathways. Children gathered as they ran across streets, laughing and chuckling. It should be a merry season, but I sat beside him silently. He stared out the window from his bedroom, looking at those joyful kids. He might be jealous when he saw them running around, enjoying their carefree days. I couldn't stand the silence and I asked. "How can you be so calm? People are worried about you, we cry, we pray, but it seems like you don't care at all! Friend, love yourself more. Don't just keep smiling. Worry more about yourself!" The air went still.

He took a deep breath and looked at me. "I wasn't trying to be strong. I'm just 15, I'm afraid too. I wish I could live longer, to experience those things which I have never seen or done before. I wish I had tasted all the flavours around the world. I wish I had appreciated all kinds of majestic scenery. Yet, my life doesn't allow me to do so. Thus, I will face it, I will do as much as I can. The list you made, I want to complete everything on it before I go. Can you help me with that, please?" It was such a timely wake-up call. Never did I realize that he didn't stop when he knew he was sick. Not like us mourning about it, he chose to face it head-on. In fact, we were the naive ones, complaining about the facts that couldn't be altered. "Sure, I will accompany you until the end," I responded, and he grinned. His smile was worth a thousand words.

Autumn arrived as yellow and red embellished the pathways. Four months became four seasons. It was a miracle. However, stories ended; curtains closed. Tears ran down my cheeks. Yet, I was calm and somehow content, because at least I knew the falling leaves were once green. I knew, I knew he lived a life which he was satisfied with. In my hand was the bucket list I made for him. Taking out my pen, I checked the last box "remember me".

祝賀

培僑中學建校76周年

教澤廣被

李勝堆

致意

祝賀

培僑中學建校76周年

功宏化育

培僑中學校友會

永遠榮譽會長

周俊恒

致意

培僑中學

培德育才



金朝陽集團
SOUNDWILL GROUP

傅金珠

致意

TOYO STEEL Co., Ltd. Made in Japan since 1969

What you like, as you like.

日本東洋牌彩色工具箱

總代理: 偉順企業(香港)有限公司
九龍觀塘開源道60號駱駝漆大廈三期7樓B-D室
TEL: 2790-8274 FAX: 2797-8296
URL: www.wension.com.hk
Email: info@wension.com.hk

















品番:	尺寸: WxHxD mm	入箱數
M-8	367x277x96mm	5
Y-280	290 x 150 x 105	12
Y-350	360 x 150 x 110	12
Y-410	420 x 155 x 120	12

















品番:	尺寸: WxHxD mm	入箱數
ST-350	340 x 160 x 170	9











品番:	尺寸: WxHxD mm	入箱數
T-152	154x105x29mm	60
T-150	154x105x52mm	60
T-190	195 x 95 x 50	60
T-320	320 x 125 x 85	24
T-360	370x210x90mm	12















培僑中學校友會永遠榮譽會長黃金平 致意

Scientific Instruments , Laboratory Equipment , Industrial Testing Instruments, Microscope & Optical Instruments , Balance & Weighing Scales , Educational Apparatus

科學儀器 • 實驗室設備 • 工業試驗儀器 • 天秤及磅稱 • 顯微鏡及光學儀器 • 教育儀器



memmert®

德國"MEMMERT"烘箱, 培養箱



SHINKO/VIBRA

日本"新光"牌 電子天平



HIRAYAMA

日本"平山"牌 消毒爐



OPTIKA ITALY

意大利"OPTIKA"數碼生物顯微鏡



Clifton Range

英國"CLIFTON"水浴箱

PYREX®

QUICKFIT®

Kimble



PYREX, QUICKFIT KIMBLE

實驗室玻璃儀器



3B Scientific

德國"3B"教學模型



EDVOTEK.

美國"EDVOTEK"DNA實驗套件及設備



NICHIRYO

日本"NICHIRYO"移液器

香港科學儀器社有限公司

Che Scientific Co. (Hong Kong) Ltd.

Address : Unit D, 18/F, Roxy Industrial Centre, 58-66 Tai Lin Pai Road, Kwai Chung, Hong Kong.
地址 : 香港葵涌大連排道58至66號樂聲工業中心18字樓D座
Tel : (852) 2481 1323 Fax : (852) 2418 1302
E-mail : sales@chescientific.com Website : www.chescientific.com

附屬公司 Subsidiary:

浙江科通儀器有限公司(紹興)
Zhejiang Fortune Scientific Co. Ltd. (Shaoxing)
Tel : (86 575) 8812 0560
Fax : (86 575) 8812 0561
E-mail : sales@fortunescientific.com.cn

浙江科通儀器有限公司廣州分公司
Zhejiang Fortune Scientific Co. Ltd. - Guangzhou Branch
Tel : (86 20) 8130 7388
Fax : (86 20) 8108 4925
E-mail : guangzhou@fortunescientific.com.cn

上海香科儀器貿易有限公司
Shanghai Xiang Ke Scientific Trading Co. Ltd.
Tel : (86 21) 6248 6170
Fax : (86 21) 6248 0647
E-mail : shanghai@chescientific.com

祝賀

培僑中學建校76周年

桃李滿門

榮利集團(國際)有限公司

盧文端

GBM GBS 太平紳士

致意



NCB Step Up with You 推薦獎賞

即日起至2022年7月31日，成功推薦親友成為全新客戶[1]選用「南商理財」服務，並符合「NCB Step Up with You迎新禮遇-迎新現金賞計劃」中「迎新獎賞」的所有條件[2]，視乎推薦人於推廣期內的成功推薦個案，推薦人可每個成功推薦個案獲得相應的推薦獎賞，獎賞不設上限！

成功推薦個案 (數量)	推薦獎賞 (HK$)
1個	$500
2個	每個$800
3個或以上	每個$1,000

例子：3個成功推薦個案 → HK$3,000

立即推薦親友

1. 參閱本行發給推薦人的電郵內的獨立「推薦號碼」或向分行職員查詢
2. 將獨立「推薦號碼」及英文姓名通知親友
3. 被推薦人親臨分行成為全新客戶[1]及選用南商理財服務，並提供推薦人的「推薦號碼」及英文姓名

您的親友更可享迎新禮遇高達HK$6,688現金獎賞[3]

優惠數量有限，先到先得，額滿即止。受條款及細則約束

註：1.「全新客戶」是指於在選用南洋商業銀行有限公司(「本行」)服務之前12個月內未曾持有任何本行賬戶/服務(包括以個人名義或與任何第三者以共同名義持有的存款賬戶/定期存款、投資賬戶、保管箱等賬戶/服務)單名個人客戶。2. 被推薦人須符合指定「平均理財總值」及其他指定條件，詳情請參閱相關優惠條款及細則中「迎新獎賞合資格客戶」的定義。3. 迎新禮遇高達HK$6,688現金獎賞包括：迎新現金賞高達HK$1,500、發薪服務獎賞高達HK $1,300及股票轉倉獎賞高達HK$3,888。受條款及細則約束，詳情請參閱「NCB Step Up with You迎新禮遇」優惠條款及細則。投資涉及風險。4. 以上優惠的推廣期由2022年6月1日至7月31日並受條款及細則約束。有關詳情、條款及細則，請參閱「NCB Step Up with You迎新禮遇」宣傳單張或向本行職員查詢。

查詢熱線：(852) 2622 2633
www.ncb.com.hk

詳情 >

NCB 南洋商業銀行
中國信達全資附屬公司 Wholly owned subsidiary of China Cinda

祝賀

培僑中學建校76周年

循循善誘

詹氏有限公司

詹洪良

致意

祝賀

培僑中學建校76周年

啟迪有方

豐和貿易株式會社

培僑中學校友會 永遠名譽會長

蔡金庭

致意

祝賀培僑中學建校76周年

碩果累累

培僑中學家長教師會

致意

祝賀培僑中學建校76周年

思劃(香港)有限公司

陳偉邦 呂建華

致意

一般建築承建商，電業承辦商（C級）

裝修工程：銀行　寫字樓　商舖

電器工程：銀行　寫字樓　學校　戲院　商住大廈 酒店 電腦機房

冷氣工程：大廈中央冷氣系統

香港北角屈臣道2號海景大廈A座502室

電話：2571 0177　傳真：2566 8690　電郵：seewell@exasia.net

祝賀培僑中學建校76周年

春華秋實

聯友的士同業聯會有限公司

致意

祝賀

培僑中學建校76周年

春風化雨

中業教育機構有限公司

致意

祝賀

培僑中學建校76周年

桃李馥郁

盧碧瑜鋼琴藝術中心

盧碧瑜

致意

祝賀

培僑中學建校76周年

培僑中學校友會

北京校友會　華東校友會
廣東校友會　澳門校友會
英國校友會　加西校友會
加東校友會　菲律濱校友會
澳洲培僑人群組　泰國培僑人聯絡組
上水分校同學會　夜校同學會
大專同學會

致意


粵豐環保電力有限公司
CANVEST ENVIRONMENTAL PROTECTION GROUP COMPANY LIMITED
股份代號:1381
熱烈祝賀
培僑中學
七十六周年校慶
粵豐環保電力有限公司
致意