

英華女校

第26期

主席的話

林麗君

感謝各位家長的支持和參與，第二屆滿「FUN」家庭學堂圓滿結束，並於五月三十日舉行畢業禮暨家長講座。回顧今屆學堂的課程非常豐富，從第一講的「不一樣的香港」，到最後一講的「放手」之道；中間貫穿著的家長講座和工作坊有IT常識、如何處理與女兒衝突、如何減壓；更有親子活動，如：郊遊燒烤、長者回看人生、美味人生等活動，家長教師會在此更要感謝同學的支持、參與及親身分享。

談到最後一講的「放手」之道。這次講座是為了回應我們在週年大會上的分享會：放手幾何！我們邀請了資深執業家庭治療師屈偉豪博士蒞臨主講，從專業角度與家長分享「放手」之道。屈博士談到放手幾何，倒問我們準備好了沒有？準備了？當然是與子女之間的關係，還有就是子女是否已培養了有責任感、有紀律。這倒給我們大大的提醒！

再回頭談到去年十二月第一講的「不一樣的香港」，我們邀請了金融界人士梁紹基先生為我們主講這一課。梁先生提到每位同學最好是能參與一些課餘活動，並培養出一份興趣。他說現今世代學生要拿到好成績似乎是必然的，但他卻提醒我們，同學的課餘興趣也是將來建立事業中不可缺少的一環。在人際關係中能否成功，不是單單說在學校拿到多少次一百分、多少嘉獎，而是在乎與別人之間的溝通、合作、是否能互相包容、接納不同意見，能否共同參與，以致達到同一個目標；參與群體的課餘活動，正可以培養出這些人文質素，在踏出社會工作前應好好建立和培養。我相信我們各位父母不單在學業上支持女兒，對其課餘活動也會全力支持，藉以配合新學制裡的全身發展。

還有下一年度是英華女校慶祝建校一百一十週年，校慶活動中有動的、有靜的，我相信同學們的才華定必大派用場。



林麗君女士（前排右五）與家教會委員

主席的話



第二屆滿「FUN」

家長講座/工作坊

2008年12月6日
舉辦的「不一樣的香港」家長講座



2009年1月17日
舉辦的「NET」德藝工作坊及講座



2009年2月7日
舉辦的「如何運用調解方法處理親子衝突」
家長講座



2009年3月14日
舉辦的「處理壓力」家長工作坊



家庭學堂回顧

2009年5月30日
舉辦的「放手幾何」家長講座



屈偉豪博士



學員分享(古先生和太太)



頒發嘉許狀

2009年4月25日
舉辦的「美味人生」



2008年12月至2009年3月
期間舉辦的「長者回看人生」

2009年3月21日
舉行的「親親大自然戶外活動」



長者回看人生活動之後記（一）

（積極參與大獎得主）

鄭寶儀（家長）及 劉雅婷（3B）

當我知道舉辦「長者回看人生活動」時，我已決定鼓勵女兒，並安排自己的時間和女兒參加這個有意義的活動。我覺得在現代科技發達的年代，很多年青人非常精於運用 Online 及 SMS 互相交談，但大多數都是資料交流的性質，似乎甚少機會與其他人面對面傾談。此活動正好給予我和女兒一個親子活動的機會，又可給女兒學習聆聽別人說話，並且從別人的故事中得到一些人生的體會。

學校社工黃姑娘為各位參與活動的同學及家長舉行簡介會，詳細講解與長者溝通的技巧及即場分組作實習，大家都非常投入及獲益良多。在活動當日，由老人中心的社工為每位同學強調探訪需要注意的重點及分配所探訪的長者的基本資料。女兒恰巧和其中一位同學安排分別探訪一對夫婦，於是我們一起前往及商討訪問的範圍。最後我們亦邀請這對老夫婦各自在伴侶的回憶錄裡寫上自己對伴侶的心底話。



我亦邀請女兒講述參加此活動的感受，她覺得：「經過是次的探訪活動，令我更加瞭解昔日的生活情況。聽完那位老伯伯的人生經歷之後，我覺得上一代的生活真是辛苦。那位老伯伯在童年時，就要和弟弟一起去工作，幫補家計。相比之下，我們現在的生活實在幸福。而且，當時只有富有人家才可以在良好的環境下學習，很多平民百姓都不能接受完善的教育。加上當時的局勢不穩定，容易引發無謂的戰爭，令很多人失去了自己的家庭。因此，我認為我們應該好好珍惜現在所擁有的事物，免得在失去時才後悔自己沒有好好珍惜。」

我認為這個活動是很有意義的。因為我們可以透過跟長者的對話，更加瞭解往昔的生活，因為這些長者就是歷史的見證人呢！而且，跟自己所不認識的人談話，亦可以給予自己一個訓練和別人相處的機會。

總括來說，透過這次活動，真的令我獲益良多呢！如果學校再次舉辦類似的活動，我一定會參加！」

我個人非常希望學校日後能繼續舉辦類似的活動，例如：探訪患癌的小朋友，藉著這些活動，讓年青人學習關懷，領悟人生的歷練及每人的體驗，從而學習面對人生的技巧。



長者回看人生活動之後記（二）

（滿【FUN】大獎得主）

許智賢（1B）及 蔡寶蓮（家長）

知道學校舉辦親子義工服務，我很是期待，希望藉此讓我們母女兩人留下價值而又值得回憶的片段。

探訪當天，我們帶著探訪對象的資料步出社區中心後，便前往地鐵站到伯伯的家裡去。在地鐵裡，一直在看伯伯的資料和記著有甚麼重點要注意，不經意看見伯伯原來已90歲了，跟他溝通會有困難嗎？他的家人會在那兒協助他接受訪問嗎？這次探訪的目的是要為伯伯製作回憶錄呢！

我們很快到了伯伯的家。在訪問過程中，我們問了伯伯關於他在鄉間的童年生活，當年的婚姻生活，他多年來心愛的工作和現時的生活等。當我們提及他的妻子時，他突然哭了起來，我們都有點不知所措。原來他的妻子在做家務時受傷了，現住在老人院裡，他十分內疚，怪責自己沒有好好照顧她。伯伯多麼深愛他的妻子及家人呢！他還告訴我們，生活了這麼多年，覺得最重要的人生宗旨是「理直氣壯」。

這次探訪除了知道關於伯伯以往的人生所帶給他的啟發外，還給我們學會了一個窮一生才領悟到的人生道理。

感謝學校讓我們有機會參與這些有意義和富有人情味的社會服務。希望學校能繼續舉辦類似的活動，讓更多同學和家長藉此有多點溝通時間，同時可以關心別人。



大棠荔枝園一日遊

董俊

每逢三月，太陽便微微的睜開眼睛，把溫暖撒向大地，叫醒沉睡中的萬物。於是人們也開始從厚厚的冬衣中走出來，從石屎群中走出來，像萬物般追逐陽光。

就是在這個時節，英華家長教師會組織了「大棠荔枝園一日遊」的活動。

坐著校巴，大家一早就來到了目的地。

甫下車，就立即在入口處來一張大合照。

拍不到後排人的臉？沒關係。副校長關老師找來一張膠凳，跳上去，舉起相機，一聲“Cheese”，一張笑意盈盈的大合照就順利完成了。



接著，大家來到了一片青綠的草地上進行集體遊戲。

第一個遊戲（由家長主持）：糖粘豆。

這是一個熱身運動，一個個不認識的人，在不斷的組合，分離，再組合，再分離的活動中變得熟悉。

第二個遊戲（由教師主持）：找同類。

隨著主持者的一聲聲的口令：

「牛仔褲和非牛仔褲」；

「戴眼鏡和不戴眼鏡」；

「頭髮過肩和不過肩」；

不論男女老幼的參加者都一邊笑著，一邊跑著，找到同類後迅速坐下……

也許太陽聽到了我們的歡樂聲，慢慢地張大了眼睛，把更強烈的光線照向大地。這時小朋友的頭髮開始濕了，變得滿臉通紅，大人也開始冒起汗來，但大家卻愈來愈活躍起來。

老師和家長輪流主持一個又一個的遊戲，大家都熱烈的參與，把平日學校和家庭、老師和同學間的隔膜，隨著地面反射上來的陽光慢慢地不見了。大家在同一片土地上，在同一片天空下平等地享受著陽光帶給我們的美好，享受著遊戲帶給我們的快樂。

遊戲終於都玩完了，大家都聽到了一種急切的召喚，幾乎是身不由己的來到

了午飯的地點——有蓋燒烤場。

且慢！跟家教會去燒烤是有任務的。任務就是大家在燒烤的過程中，每一桌還要準備一隻烤得最漂亮的雞翼來參加比賽，勝者有獎。

半小時後，一隻隻烤得噴香的雞翼被送上評判台。

呵，這些参赛作品各具特色，完美型的作品用麵包托著一起呈上；浪漫型的作品用五顏六色的烤蔬菜做陪襯；實力型的就只呈上大雞翼一隻或雞中翼二隻。

經過由正副校長和家教會主席組成的評委討論決定，完美型和浪漫型的作品被評為雙季軍，實力型的二隻大雞翼被分別評為亞軍和冠軍。“Yeah!”

女兒作為冠軍得主，在事後的回顧時說：「獲得冠軍，有賴於三個因素：時機、決心和獲得別人的幫助。當大家為轉轉的餛飩趕燒第一枚紅腸魚蛋時，我已經在為比賽烤雞翼了，所以我有充分的時間準備。並且，我一開始已決心要拿到冠軍，所以在燒烤時，我決不能讓任何瑕疵產生。當然，若沒有家教會委員 Stanley 叔叔的把關，也許我會呈上一個不夠火喉的雞翼。」

任何一次難忘的旅行，我想，大多數都不是因為美麗的風景或美味的食物，一次難忘的旅行應該是人與人之間的交流和溝通（例如校長、老師、家長、學生之間），找到知己、被認同，或者是拿到了季軍、亞軍、冠軍……

所以對我們來說，這是一次難忘的旅行！

希望家長教師會能多點舉辦各類活動，也希望有更多的家長和學生參加，增進家長和學校的溝通和瞭解，給孩子們留下更多難忘的青春回憶。



環保小組活動報告及動向

1. 環保小組消息

本年度(2008-09)環保小組將舉行二項活動,分別是校服捐贈及拍攝學生相。

校服捐贈活動匯報

第一棒: 已於08年12月9日至11日順利完成。回收校服共96件。同學們共領65件,剩餘31件。

第二棒: 中七同學在離校前,3月4日至6日共捐出29件校服。

第三棒: 7月份中一新生註冊日將會把上述校服共60件,送贈給中一新生。

拍攝學生相

已於6月18日及19日放學後在學校禮堂舉行。

原定計劃舉辦之中一級舊書寄賣活動,因得悉書商將全面轉版,今年中一級舊書將未能適合下學年使用,故將暫停舉辦。

2. 邀請家長向小組委員為活動提供意見

環保小組誠意邀請各家長對小組活動給予意見,家長如對以上曾舉辦的活動有任何意見或新增環保活動建議,可透過電郵pta@ywgs.edu.hk與環保小組聯絡,以便小組能更有效地為各同學及家長服務。

膳食小組

家長委員(膳食小組)

香港學生普遍飲食豐腴,但未能普遍遵行健康飲食原則,容易令體重超出標準,這令作為父母的甚為煩惱。這可能與父母親因寵愛子女而側重他們對食物的喜好,而忽略食物的營養價值不無關係。既然學生家中膳食未能符合健康原則,健康的學校午餐,便可有助確保學生每天最少有一餐健康食物,並起著保障學生健康的作用。



膳食小組與老師代表



學生正在成長期,要吃得健康、活得快樂,家長、學校及學校午餐供應商都擔當重要的角色。為確保學生能有最佳的午餐安排及健康的午餐選擇,本會於二零零九年四月廿八日與家長委員安排試食會,旨在讓各位委員更瞭解學校午

膳供應商的運作,並增加大家對健康午餐供應商的認識。透過今次試食會,各參與者都認同午餐供應商所提供的午餐款式選擇足夠、味道合乎標準、蔬菜也新鮮、食具符合衛生。



本校的食堂設於低座地下,備有完善廚房設備,每日為學生提供即時烹調膳食。在低座四樓亦設有英語小賣部,所有同學都須要用英語才能購買食品,除午餐外還提供其他食物於小息及放學後服務;包括一些精美蛋糕和甜品。有趣的是,在臨近復活節,英語小賣部更有迪士尼的朱古力出售,吸引了不少同學到來購買。

我們參觀四樓英語小賣部時發覺午餐供應商為這處粉飾一番,添置了新的桌椅和太陽傘,為同學提供一個休憩的好地方。



校慶110

校慶110

明年為英華女學校建校110週年,為著籌備各項慶祝活動,學校已成立了籌備小組。啟動禮將於下學年度九月舉行,當中重要項目包括在2010年3月27日舉行的校組日聚餐和感恩崇拜;亦會有學生的舞台劇表演,表演安排在2010年7月份公開上演。有關最新消息可以瀏覽學校網頁(<http://www.ywgs.edu.hk/html/latest2.htm>)。