



英華女學校

第54期
2023年7月

編輯小組 | 馮德權先生 方莉婭女士 梁瑞雲女士 周明欣老師

電郵 | pta@ywgs.edu.hk

歡迎投稿 | 第55期會訊將於2024年2月出版，稿件請於2023年12月前交編輯小組成員。

網址 | www.ywgs.edu.hk/pta

校長專訪：校園復常與全人發展

家長 方莉婭 陳敏英

持續三年多的疫情終於畫上句號，我們的生活節奏、孩子的校園生活終能恢復常態。復常後的學校，除了有更加豐富的課程體驗外，各式各樣的校園活動想必也是同學翹首以盼的。復常後有甚麼精彩活動呢？關於全人發展，學校又有甚麼特別計劃呢？關翰章校長在訪問中一一細數，介紹學校如何藉這些活動與計劃貫徹英華女學校全人發展的教育理念，讓英華百多年的精神繼續薪火相傳。

復常後的校園活動

逐漸復常後，學校的傳統活動得以如常舉行，包括聖誕聯歡會、校祖紀念日、飢饉午餐、步行籌款和惜別早會等。惜別早會是英華獨有的活動，中六師姐將燭光傳遞予師妹，分享她們中學六年的心路歷程，將英華精神傳承下去。學生會、校友會和家教會也陸續籌辦活動，內容非常豐富。學校更希望能由同學組織活動，藉此鍛鍊她們的組織協調能力、創意思維和責任感。事實上，由同學策劃活動，她們會很用心去組織和安排，也會做得非常好。關校長特別提到疫情前剛成立的棍網球隊便是同學主動提出組建的隊伍，她們於二零一九年第一屆全港中學校際棍網球比賽中榮獲女子組冠軍，都是同學發自內心努力的成果。

學校也將復辦各類遊學團，如籃球隊、排球隊將作外地訓練，中國舞隊已於六月底赴葡萄牙參加舞蹈世界盃決賽，學校和家長教師會也正積極考慮復辦英國劍橋遊學團。關校長說：「遊學最重要的是在過程中學到甚麼，而不是只去遊玩。」海外遊學團既可以拓展同學的國際視野，也可以體驗他鄉人文風土，是難得的校外學習機會。



另外，全級中五同學將前往內地交流，其他年級也會有不同的內地交流活動。學校已經與內地三所重點中學締結為姊妹學校，分別是北京大學附屬中學、上海市華東師範大學第二附屬中學和上海市控江中學。能與內地同學一起交流學習、各取所長，相信同學定能有所獲益。



全人發展

英華女生總是盡力默默耕耘，然而關校長認為英華「全人教育」中的「全」，並非追求完美，毫無瑕疵。「全」是指全面，在德、智、體、群、美、靈多方面發展之餘，更注重同學的品格培養，像抗壓能力和承受失敗的能力。同學可以以冠軍為目標，但也要學會接受失敗。

綜觀中學六年學習生活，每個階段也有不同需要，學校便因時制宜，給予同學全人發展的空間和機會。中一是適應期，學校會有各種支援，如以大姐姐計劃幫助中一同學盡快適應和融入校園生活，以高結構挑戰網陣體驗訓練同學的勇氣及團隊精神。中二著重服務學習，週五的服務課程讓同學去老人院或其他機構服務。至中三，學校舉辦了不同學科的體驗課程，希望有助同學選科。中四同學今年參加了外展活動和低碳之旅，走進自然、體驗環保，同時舒緩學習壓力。中五同學在班早會演出英文話劇，訓練組織能力，發揮領導才能。至中六，便集中精力應付文憑試。

英華女學校歷經百年風雨，樹人無數，有很強的凝聚力，不論是在校同學還是校友，是家長還是英華之友，對英華都有很強的歸屬感，不論何時，總能一呼百應。關校長希望英華繼續保留那份人與人之間彼此尊重和單純的情誼。

復活節期間，學校增設一幅馬賽克壁畫，由香港藝術家黃喜蓮女士創作，以英華女生和英華校歌中「作光而無休」為靈感，訓勉同學要隨時做好準備，樂於奉獻，秉承「非以役人，乃役於人」的精神，作鹽作光，貢獻社會。

今年三月，英華家長學堂其中一課「網絡情緣」，讓家長有機會了解和體驗青少年如何透過交友軟件認識網絡世界，加上元宇宙、人工智能工具，以至近期很多人談論及應用的自然語言模型ChatGPT等迅速發展，彷彿提醒我們，新科技的應用已悄然轉化成現在式。

三年疫情令數碼工具廣泛運用，我們感謝新科技改善生活質素和幫助孩子成長之餘，面對人工智能時代的來臨，孩子必需培養哪些素質去迎接她們的時代？

提升同理心——理解和感受他人情感和需求

「同理心」是理解和感受他人的情感和需要，並在適當的時候表達出來的能力。提高孩子的同理心，可以幫助她們增強人際關係，培養社交能力。

1. 鼓勵孩子分享和關懷：讓孩子學會表達自己的情感，體驗分享、關懷的愉快感覺，從而培養同理心。我們可以鼓勵孩子多參與義工活動、照顧寵物、關懷基層和弱勢社群等。
2. 學習如何尊重他人：鼓勵孩子在與朋輩交往時，用心聆聽和理解別人的需求，學會尊重他人的感受和想法，增強同理心。
3. 學習如何觀察他人：讓孩子學會觀察別人的表情、聲音和身體語言，從而更好地理解他人的情感需要。

提升整合力——更好地理解 and 解決複雜問題

當孩子擁有較高的整合能力時，便能更好地理解 and 解決複雜的問題。這種能力不僅需要知識的學習與記憶，還需要實踐，具體應用於解決問題。

1. 培養觀察力和分析能力：讓孩子學會觀察事物，通過探索事物之間的關聯，分析共通點和相異之處，理解事物的本質，增強歸納和演繹能力。
2. 鼓勵創造思維和想像力：鼓勵孩子進行各種創作活動，例如繪畫、寫作、建模、設計等，學習從不同的角度和層面看待問題，從而找到更好的解決方案，啟發創造思維和整合能力。
3. 多元化學習增強實踐能力：我們日常與孩子探討不同課題，幫助孩子將吸收的知識應用到日常生活中。鼓勵孩子參與不同類型的活動，藉藝術、音樂、科學和體育等領域的學習和理解，提升綜合應用能力。

探索生命熱忱——提升自我價值感和意義感

「生命意義感」指一種對生命和自我存在意義與價值的感受。提升孩子的意義感，可以幫助她們更好地理解自己的價值和目標，更有動力追求夢想和成就。

1. 鼓勵孩子發掘自己的興趣和愛好：讓孩子發現自己喜愛做甚麼，鼓勵她們進一步探索、發展和投入自己的興趣與愛好。這種方式讓孩子感受自己的獨特性，培養自我價值感。
2. 培養孩子的貢獻感：讓孩子參與學校、教會和社區的義務崗位，學會恆常地為他人、群體和社會作貢獻，從而增強自我價值感和意義感。
3. 鼓勵孩子設定目標和挑戰自己：讓孩子學會設定具體目標，並以實現這些目標來挑戰自己；也可以透過鼓勵孩子學習新範疇的知識和技能，突破個人限制，體驗更大的成長和進步。
4. 幫助孩子建立正確的價值觀和人生觀：藉著分享人生經歷和所見所聞，幫助孩子理解人類歷史進程、社會道德倫理、信仰、人生目標和意義等不同領域，從而幫助她們建立正確的價值觀和人生觀。
5. 創造有意義的家校環境：通過培養親密而積極的家庭和學校關係，讓孩子在有意義的家校生活中受薰陶，從而孕育和發展自我價值感和意義感，建立積極的人際關係和自我認同感。

人工智能或許能協助我們在短時間內獲取更多知識，但知識需要與體驗接軌，才能一步步轉化成智慧，否則只會停留在頭腦，作為「備用規條」罷了。

人工智能跟所有工具一樣，善用則給予我們方便，讓人類成長和發展得更健康，生活更有效率。然而，人工智能無法取代我們陪伴子女成長的珍貴體會，只要我們願意與孩子一起學習，用心觀察、感受和體驗，我們的世界從此變得不一樣！幫助孩子發掘生命熱忱、尋覓生命意義感，是為人父母其中一個重要的天賦使命！只要孩子清晰自己的角色、人生定位和價值觀，便無懼科技洪流的衝擊，甚至可以順著科技發展的大潮，順流而渡。



英華人物專訪：天台農莊化作人生學堂——冰姐

家長 何詠欣 梁瑞雲

英華女學校也有有機農莊？沒錯，不僅有，而且碩果纍纍。青瓜、蕃茄開滿枝；薄荷、迷迭香遍滿園，這都有賴農莊的掌舵人——冰姐（關淑冰）。因為對農耕的一份熱情，兩年多來冰姐義務教授學校的家長義工和校園綠化大使不同的種植技巧，並藉此與她們細味人生。

眼前這位面容親切、說話明快的「有機種植達人」清晰扼要地發出指令，各家長和同學便滿有默契地各司其職，手腳利落地整理不同的農作物。冰姐爽朗地說：「我每星期都會抽一天來學校，以隔週的安排分別教授家長和同學，家長約2小時，同學則只有1小時，所以每次來之前都先計劃好，想好如何分組和分配時間。」

冰姐跟英華女學校的緣分，始於前校長李石玉如女士對有機耕種的熱愛。她以農友的身份於數年前開始在冰姐的有機農地幫忙，及至兩年多前，學校的天台花園因負責打理的家長義工移民而遭荒廢，石校長便邀請冰姐擔當顧問，把這片原本只種植花草的小園地，「華麗變身」成為今天長滿茂盛蔬果的有機小農莊。回想這變身的過程，冰姐說一切得來不易，由最初把適合種花的化學泥換成以堆肥作養分的果菜泥，到與老師攜手建設以太陽能供電的自動灑水系統，一步一步走來，都有賴學校和老師對有機農莊的支持，以及家長和同學對種植的熱誠。

退休後才半途出家拿起鋤頭的冰姐，本身跟大多數上班族一樣，只在窗前種種盆栽以作消閒，因喜歡不斷突破自己，所以從工作火線上退下來後，便開始在新界的一片八千呎農地實踐有機耕種，同時積極報讀漁農處的相關課程，邊學邊做。冰姐認為種植很神奇，與人生一樣，生命由開始至豐盛到結束，有時好像很理所當然，卻又不盡然。同學有時會問：為何果實好端端的會跌下來？為甚麼不能讓每個果實自然生長？剪掉了不是很可惜嗎？冰姐說：「太陽和水都是植物最基本的滋養，但每棵植物所經歷的都略有不同，人生也是一樣，所以要堅強才能生存。」

冰姐十分鼓勵年青人學習種植，所以經常邀請不同朋友到她的農地體驗。有些小朋友本來不喜歡吃菜，她便以獎勵的形式激勵他們，若能在農地除掉兩盆草，便可換得兩棵菜，多勞多得。



結果這方法十分奏效，孩子都變得十分珍惜自己辛苦「賺」來的菜，不再抗拒吃菜。另外，冰姐亦教導英華女學校的同學善用農莊的出產，在開放日或家長日出售農作物，不但可幫補農莊日常的營運開支，也藉此向家長宣傳有機耕種的益處。農莊今年曾為土耳其地震災區籌款，同學為了能幫助他人，賣力收割、包裝和推銷，結果籌得數千元的款項，大家都為這別具意義的回報顯得分外雀躍。

隻身在香港務農的冰姐屬加拿大籍，親人都在加拿大居住，所以離港亦是早晚的事。但受制於過去三年疫情，加上對學校天台農莊的一份牽掛，回國之路一直未能實現。她說：「我始終不是英華的人，英華的農莊交由英華的人負責管理才算恰當。」目前負責農莊事務的家長義工寥寥可數，所以冰姐積極培訓各人掌握專門技能，期望她們能夠獨當一面。「Brenda是蕃茄組專家；Tracy是茄子組專家；Jenny則是辣椒、香草組專家，並具備領導才能。希望她們三劍合璧就等同一個我，早日成功接棒，繼而可教導同學。」

臨別之際，問及冰姐對英華的農友有何寄語，她頓一頓，說：「珍惜植物，認真思考人生和植物的生長過程，希望通過種植的體驗能幫助她們成長。」英華的天台農莊不單能出產各種有機農作物，更見證著每個絢爛生命的成長。



為生命而戰的校園綠化大使 (Green Warrior)

家長 何詠欣 梁瑞雲

烈日下，校園綠化大使的其中三名成員4B蔡唯微、3A丁玉滄和3D鄭樂盈外表雖弱質纖纖，卻非常合拍地在她們的小天地進行翻土、除草、折枝、收割等粗活。眾多蜜蜂在花間穿梭，不遠處的堆肥區或因發酵發出的異味而引來甲由。她們不怕嗎？三人都異口同聲表示「不怕」，因農耕充滿樂趣，與同學邊做邊聊，時間一轉眼便過去了。

已在農莊四年的唯微儼如一名種植小專家，為我們介紹了不同植物及相關小知識。她喜滋滋地說：「一般只能透過

書本或圖畫認識植物，但親身種植後才真正了解和感受到採收帶來的滿足感，深切體會到要取得收成便須付出代價。」

不過，有時一分耕耘也未必換來一分收穫。唯微之前在旅行期間買了一包茄子種子回校嘗試種植，撒了數十粒種子卻只有兩粒發芽生長，後來更只有一棵樹苗成功生出一個約半隻手掌大的小茄子。茄子雖小，卻更顯珍貴。唯微小心翼翼地採下那顆小寶貝，放進袋中準備帶回家，哪怕它的一小角已被鳥兒先親了一下。



香草種植及花茶分享會的感悟

家長 鄒勝玲

在一個萬里晴空的周日，家長學堂的家長懷著熱情洋溢的心情，在寬敞和明亮的家政室，參加了花茶分享會。學校的種植專家冰姐為我們介紹怎樣利用花茶養生，並帶我們參觀了學校的天台花園。這是一次非常輕鬆、有趣和愉快的體驗。

分享會上，冰姐先簡介班蘭、蝶豆花、芳香萬壽菊和洛神花的益處及種植方法。然後，她開始講解如何泡製花茶。原來泡製的每一步都有技巧，例如水溫、泡茶時間及茶具選擇。她還特別告訴我們，在品嚐不同品種的花茶前要清潔茶具，就是為了突出每一種花茶獨特的顏色、香氣和味道。之後，我們一邊暢所欲言地交流，一邊品嚐了四款精心配製的草本花茶——青綠如翡翠的班蘭香茅茶、夢幻神秘的藍色蝶豆花茶、淡雅清香的萬壽菊茶、紅



寶石般美麗的洛神花茶。最後，冰姐帶領我們到學校的天台花園參觀並講解種植知識，讓我們知道只要願意發掘和研究，賞心悅目且有養生功效的，又何止班蘭、蝶豆花、芳香萬壽菊和洛神花呢？

這次花茶分享會，在輕鬆愉快的氣氛中帶給我不少人生啟發。能將草本植物的本質與風味沖泡出來，便是好的花茶。如果你瞭解每種花茶的本質，就會明白清爽提神、帶著特殊檸檬清香、色澤淡雅清甜的班蘭香茅茶，與豔麗通紅、入口微酸而順口、酸後回甘的洛神花茶各有千秋。正如每一個孩子都是獨一無二的花朵，每朵花盛開的時間不同，沒有必要追求如出一轍的「美麗」。陪伴孩子成長和泡茶一樣，是一個靜待花開的過程，既要有靜待的心理準備，也要有能夠品嚐出不同茶香的味蕾。作為父母要懂得如何發掘和發揮孩子的天性，尊重和珍惜原有的特質，在他們成長的道路上耐心陪伴，用心支持，給予理解、信任、欣賞和鼓勵，每一個孩子都會有自己的光芒。

學校舉辦的家長學堂課程給家長不同的生活體驗和感受，真讓我們受益匪淺！



這是教作為家長的我深感長知識的一課。

在聖雅各福群會一眾6PM網絡青年支援隊外展社工的引導下，家長化身年青人，通過時下流行的交友程式，跟陌生人經歷互相試探摸索的聊天互動，體會年青人在交友過程中或許會迷失與受傷的原因。

根據社工所言，家長多是著重勤力、務實與責任感的X世代，但這些核心價值，在時下的Z世代眼中，卻是不被看重的要求。兩代間在價值觀上的鴻溝，本已令溝通屢有障礙，再加上「燈紅酒綠，資訊爆棚」的網絡氛圍，要做個能追貼年青人心智發展的長輩，感覺有如要應考公開試——既要很努力學習網絡用語與互動模式，也要思考操練應對技巧，但最後能否成功達標，卻仍充滿變數。

在網絡上的用語，簡潔得令人難以捉摸，卻又含意清晰。惜字如金的Z世代，在網上的互動毫不含糊，直接了當地明示所需，或是純友情交往，或是有另類需求，皆毫不掩飾地在交友程式上向素未謀面的人表達，是坦率還是魯莽，或許兩代間已有不同的論調。唯一可以肯定的是，家長需要喚醒自己的好奇去學習網絡世界的多樣性，接納年青一代的獨



特識見與思維，才有可能擔當引導者的角色，陪伴家中的Z世代在驚濤駭浪的網海中航行。

這一課讓我眼界大開。但願能有一本「網絡交友互動大全」供家長參考，讓我們對網絡世界的認知與時並進，亦為因著使用網絡而日益緊張的親子關係添加一點潤滑劑。

普拉提工作坊

二零二三年四月二十四日，在周小鳳副校長的陪伴下，家長學堂的家長體驗了一堂既生動有趣，又有益身心的普拉提課程。

這次課程由加拿大Stott Pilates認證的專業普拉提教練吳子君女士帶領大家體驗普拉提的魅力。

課程開始前，周副校長先讓我們跟鄰近的家長打招呼，彼此認識、交流，讓大家帶著輕鬆的心情進入課堂。當天課堂氛圍很好，由理論到實踐，以及練習普拉提對身體的益處，教練都非常詳細地介紹。我們主要練習了改善脊柱的動作，為確保家長能正確理解和練習動作，教練將每一個動作都仔細分拆示範；家長也很投入，非常認真地按照教練的指導，盡力將每一個動作完成。

課堂上，時而聽到教練的口令聲，時而聽到大家跟隨口令所作的均勻呼氣及吸氣聲，時而又聽到因無法完成動作而東倒西歪的笑聲。這堂課，大家收穫的不僅僅是與普拉提相關的知識，不僅僅是一個半小時的運動，還有運動帶來的好心情。

非常欣賞周副校長在課程開始前對大家說的一段話：「我們做家長，首先要照顧好自己，既照顧好自己的身體，也照顧好情緒，只有擁有健康的身體和穩定的情緒，才能照顧好孩子和家庭。」感恩學校為家長提供如此優質的課堂，希望我們都能保持運動的習慣，不僅讓自己擁有健康的體魄，也給孩子樹立愛運動的榜樣，與她們一起以健康的身心面對學習與生活的每一次挑戰。



分子料理實驗工作坊

家長 馮潔嫻

很開心今次能有機會參與學校舉辦的分子料理工作坊。協辦的機構很有心，早已送出了多套分子料理套裝給中二同學在家政課時試做，也預留了一些給家長作體驗。

在課程開始時，高博士及團隊給我們上了一課生物科技課，也向我們介紹了納米技術和生物科技如何應用在日常生活，如防皺衣料、護膚品等等。接著，高博士解釋海藻酸和氧化鈣之間會產生交聯效應，導致凝膠形成。我們平日喝珍珠奶茶的「爆珠」和高級日本餐廳廚師發辦菜式上出現的柚子爆珠，便是利用這個原理製造出來的。

高博士及團隊教我們運用這原理，以分子料理套裝製作「爆珠」、「大珠包小珠」和「浮珠」，過程既易掌握又十分有趣！從此，我們在家便可輕鬆製作分子料理。

最後，高博士更向我們表示他們現於科學園工作，一直很想在香港尋找年輕的創科及生物科技人才。他指這行業的發展空間及應用層面很廣泛，很想有機會能向年輕人講解，擴闊他們的眼界，讓他們知道這個行業也有很多的選擇。

參加這次活動後，我也開了眼界，明白了香港創科行業的發展空間很大，也感受到業內人士的熱誠。很多謝學校今次安排這個活動，讓家長能學習製作美食之餘，也能了解新興科技的發展，以及女兒未來出路的可能性。

聽說學校正在商議能否讓大家參觀高博士的實驗室，真令人期待呢！



親子甜品班

家長 黎淑瑛

二零二三年五月十三日，十五組家庭在周翠珊副校長的指導下帶著美味的抹茶奶酥芝士蛋糕回家與媽媽共度母親節。

雖然這是家長學堂的課程，但是今次的主角不單是家長，我們的女兒也是主角。各位家長帶著女兒一起在設備完善的家政室內做蛋糕，別有一番體驗。

周副校長是一位非常有經驗的家政老師。在示範環節裡，周副校長不單教會我們製作蛋糕的步驟，亦教授很多不同的烹飪技巧，例如使用手動打蛋器時，如何運用力量才不會傷及手腕；又或是如何握緊一個又大又重的玻璃攪拌碗等。這些都是家政科老師日常給我們女兒的指導。我相信，這些知識是不會在坊間的商業烹飪課程學到的。周副校長循循善誘，使家長和同學都很用心聆聽，不想錯過任何一個步驟。



當蛋糕正在烤焗時，我們的女兒就負責清洗工具。周副校長邀請家長一邊喝茶，一邊分享剛才做蛋糕的過程，以及在疫情期間和現在課堂生活的點滴。隨著疫情漸漸過去，家長都積極地與女兒攜手面對新的挑戰，時常鼓勵她們參加學校舉辦的活動，令她們更享受復常後的學校生活。

學校的確很用心籌辦這次甜品工作坊。首先，活動安排在母親節的前一日，家長可以和女兒一起做蛋糕並帶回家慶祝，安排很有心思。另外，選擇製作抹茶奶酥芝士蛋糕，讓我們的女兒能在家長陪同下嘗試製作比較複雜的甜品。這個甜品的確很好吃，口感也有不同層次。藉此感謝周副校長、李素玲老師、李慧清老師及德姐在母親節前夕抽出半日時間指導及協助大家，使整個親子甜品班得以在溫馨和歡樂中順利完成。



家長投稿：人生師傅

家長 許文忠

學習駕車，原來是一種不可多得的體驗。

作為「學神」的我，第一次駕車上路，由於恐懼的緣故，身體僵硬、心跳加速、手腳緊繃……生怕稍一不慎，弄出人命來。

經過一段時間的學習，發覺老教車師傅是先教技術，後教態度。

教技術的時候，老師傅採取的是循序漸進的方法，即先教我學習控制軟盤，跟著才是轉線，再跟著是出入迴旋處等。教技巧時，老師傅能洞悉我需要改善之處，也會細心解說箇中的難點，總是以最精準的語言來「點化」我，讓我能靈活運用所學，以應對日後道路上的千變萬化；教態度時，老師傅常警誡我駕車時絕不可分心，他還叮囑我說：「要把路面情況看得通透，不要只顧自己的車子，要與其他的道路使用者互動。」老師傅就是老師傅，與一般只顧罵人的「導師」有天淵之別，他以豐富的駕駛經驗及人生閱歷，傳授秘技及心法，使我一生受用。

其實，駕車所學的，不但將來駕車有用，當父母也很受用。

學

我們教導子女需要循序漸進，要針對子女的能力及進度來教，切不可陵節而施。我們指出子女需要改善之處，要看得準，並提供適切的建議讓他們自我提升。我們還要提醒子女做事要「用志不分，乃凝於神」，他日才能有所成。我們更要訓誡子女要顧己及人，不要只顧自己的事，才能共贏。其中尤其重要的是當子女犯錯時，我們勿急於責難子女，要容許他們犯錯。但話又說回來，對於涉及安危的錯，則應狠狠地罵，這就是古人所說「力要用在刀口上」的道理。

曾經做過「學神」的你，不知也有類似的體會嗎？



家長投稿：見天地之大 知你我之小——給女兒的成長寄語

家長 李瓊



年歲漸長，天地漸寬。用腳丈量世界之大，走過的路，看過的風景，皆是滋養。看海，海之大可撫慰人心，將那些失意、迷茫、焦慮消融於碧波萬頃間，萬浪足以解千愁。登高，站在山峰之巔，群山在腳下綿延，極目雲天遠，心境豁然寬廣。唯見天地之大，方知你我之小，在遼闊的大自然中感受自我的渺小，正是內心的這種渺小感讓我們學會釋懷、學會放下、學會敬畏……

山河湖海為眼睛所見天地之大，而心之涯，則是我們的眼界與胸懷。人的認知好比一個圓圈，圓圈裡面是已知的，圓圈外面是未知的。懂得越少的時候越覺得自己即是中心，所處的世界越狹小，認知難免狹隘，從而自大且狂妄。而懂得越多，認知的圓圈不斷擴大，接觸的邊界大了，才明白在圈外未知的領域，自己不會的還有很多。覺得自己渺小的時候，說明你的眼界大了，你會更勤勉，努力學習新的知識，探索未知的領域；你會更包容，接受世界的多樣，聽取異議，容納他人；你會更睿智，尋求更多的途徑，擇優解決問題；你會更豁達，坦然面對成功與失敗，萬事竭盡全力，只求無愧於心。勝，欣然；敗，亦無憾。故親愛的女兒，請保持你的好奇心，盡可能多看世界。如果「行萬里路」不是那麼容易實現，那麼在身體無法抵達的遠方，就以「讀萬卷書」幫你抵達。多看、多聽、多想，見豐富的世界，擁有更廣闊的視野！

學校消息

- 1) 本校籃球隊於「港島區D1校際籃球比賽」女子丙組總決賽中奪冠。籃球隊表現出色，囊括該比賽的女子甲組、乙組和丙組三項冠軍，獲全場總冠軍。



- 2) 6C黃滢和6D羅慧中獲2022-2023年度尤德爵士紀念基金高中學生獎，以鼓勵她們繼續爭取佳績，持續發展領袖潛能。



- 3) 感謝庾柱林先生及一位善長仁翁慷慨捐助，本校於「信心階梯」頂部、藝術室外頂牆上新設的「十個童女」馬賽克壁畫已完成。壁畫由本地藝術家黃喜蓮女士創作，提醒我們要時刻準備迎接基督，並要為自己的燈加油，成為世界的光。



- 4) 本校排球隊參加了「中華基督教會香港區會中學校際排球錦標賽2022-2023」，隊員表現超卓，在18所參賽學校中脫穎而出，獲女子組冠軍。



- 5) 「Ying Wa Good Show」已於2023年4月28日順利舉行。本校學生各展所長，表演中國舞、爵士舞和鋼琴三重奏。其中中國舞表演項目「天浴」屢獲殊榮，分別獲得舞蹈世界盃和第59屆學校舞蹈節獎項。



- 6) 本校話劇組於2022-2023年度香港學校戲劇節中囊括多個獎項，其中作品《深水情緣》獲傑出合作獎和評判推介演出獎；校友胡喜童、吳家希及楊彥鈴獲傑出劇本獎；4E陳穎欣獲傑出導演獎；2A李焯妍、2B劉心弦、2B馮焯芝、2D簡梓晴、3A呂穎暄及3C蘇倬瑩均獲傑出演員獎；2E吳行頤及3D蕭勉沂獲傑出音響效果獎。

