



基督教香港信義會信義中學 家長教師會會訊

二零二零年八月號

家教會主席的話

本人是第二十四屆家長教師會主席，亦是本年度學校的替代家長校董，4B班家長Elaine。自2016年加入家教會大家庭以來，好高興在各項的工作坊中認識許多關心子女成長的家長，從中我們更可以交流親子相處的經驗。

由於受疫情的影響，我們下學年活動大部份未能進行，感恩我們也可以順利完成了12月的「性格透視工作坊」、1月的「賀年糕點工作坊」、恆常的午膳監察、優質家長進修學院、家長也敬師活動及「口罩有餘籌募計劃」等。「家校合作」使活動得以完滿舉行，實在感謝梁校長、陳副校長、吳副校長及各位老師的支持。同時更不少得的是執委及家長義工們的協助，以及家教會顧問：Ms Wen、林太、胡太及Wicky的寶貴意見。

為迎接家教會成立二十五周年銀禧慶祝活動，家教會會努力籌備更多活動，歡迎各家長一同參與。展望家教會繼續與家長同行，一起為我們子女健康成長努力，發揮「家校合作」的精神。



(左起) 梁冠芬校長、家教會主席李婉儀女士、前家教會主席譚少珊女士

校長的話

「要常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩，因為這是神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。」(帖前5:16-18)

突如其來的疫症一下子打亂了我們的生活節奏，在物資不乏的香港，從前一份唾手可得的日用品，當下變成得來不易的一錠金子。面對前所未見的不穩定，無人不感到焦慮擔憂。

疫症提醒我們，健康樂觀的身心靈至為重要。本學年學校的生命教育以「愈感恩，愈寬恕，愈快樂」為主題，希望培養學生感恩惜福的價值觀。家長教師會更以身作則，為同學在疫境中輸出正能量。

正當學校為籌集抗疫物資努力之時，原來家教會一直默默守護信義每一位師生。除了特意親手製作薰衣草味的酒精搓手液，送給老師抗疫外，還與校友會合辦「分享就有餘口罩籌集計劃」，為本校文憑試考生及有需要的同學送上抗資物資，在資源不足之時，實踐彼此分享的正向精神，為信義人樹立榜樣。

我相信得到大家的愛護，無論面對多大的風雨，同學們定能迎難而上，茁壯成長，並且將這份信義情，推己及人，成為地上的光和鹽，為神的榮耀作見證。



第二十四屆家教會執委



2019-2020年度家長教師會執委合照

家長姓名	職位	代表級別
謝玉玲女士	編輯	中六級
譚少珊女士	秘書	中五級
李婉儀女士	主席	中四級
曾宏興先生	司庫	中三級
陳瑞琛女士	活動	中二級
周麗儀女士	總務	中一級

2019-20	教師委員	
副主席	梁冠芬校長	
秘書	陳群梅副校長	司徒靜怡老師/ 鄭敏之老師
財政	陳素麗主任	羅悅心主任
活動	傅競揚主任	吳玉珊主任
總務	吳宏業副校長	黃衛玲主任
編輯	鄭志成主任	何婉姿主任

2019-2020 第二十屆優質家長進修學院計劃

「優質家長進修學院計劃」乃本校每年的重點家長工作，至今已籌辦第20年。計劃的目的旨在提昇家長管教子女的效能和創造家校合作的雙贏局面。

單元	日期/時間	題目	出席/回應
一	3/10/2019(四) 晚上7:30-9:30	打機與親子關係	100%出席家長同意是次講座讓他們 1. 了解網絡世界對子女情緒健康的影響 2. 認識如何協助子女建立良好的使用網絡態度
二	7/11/2019(四) 晚上7:30-9:30	自主學習我有法	100%出席家長同意是次講座讓他們 1. 了解青少年缺乏學習動機的原因 2. 認識處理子女學習問題的方法
三	5/12/2019(四) 晚上7:30-9:30	拒絕親子間的情緒勒索	100%出席家長同意是次講座讓他們 1. 認識何謂情緒勒索，以及如何擺脫情緒勒索 2. 探討如何建立情緒界限及正面親子關係
四	9/7/2020(四) 晚上7:30-9:30	管束與放手之間平衡	100%出席家長同意是次講座讓他們 1. 探討青少年子女的成长需要 2. 認識如何在管束及放手之間作出平衡
五	16/7/2020(四) 晚上7:30-9:30	引領孩子建立正面價值觀	100%出席家長同意是次講座讓他們 1. 認識如何協助子女建立正面價值觀 2. 探討子女於理財、時間管理等成長需要之價值觀

畢業禮



家長講座



是次講座讓我學會在子女成長中要給予他們責任、機會和適當的自由，不要將孩子和其他人比較，而語氣溫和和給予鼓勵的說話都是十分重要的。



家長都需要了解子女的遊戲世界，也需要學懂一些網絡遊戲知識，以便與子女有更良好的溝通，其實這也是與子女溝通的一個好方法。



我會在日後的親子相處中應用今日所學習到的知識和技巧，如多聆聽、少批評、多讚賞，還要建立大家共同話題、發掘彼此興趣。亦可一起參與戶外或打機以外的活動，平衡生活，忌常提學業、成績及與同輩比較，也不應過份讚賞。



參與講座後，我明白作為父母不是甚麼也是對的！父母與子女的關係和溝通，需要大家一同付出和努力。

性格透視工作坊



家長分享設計圖

為了讓學生增加對自己的認識、了解個人的偏好、處事作風及性格取向，本校每年都會舉辦性格透視工作坊予高中學生。家長們為了與子女拉近距離，改善親子關係，更一起回到校園，學習共同語言，促進與子女的溝通。

賀年糕點製作工作坊



老師與家長們齊合照



家長們一起製作糕點



校長與家長們在了解子女在校的情況



美味的蘿蔔糕

與子女同心同行-攜手邁出生涯新一步專題分享



2019年11月9日的家長教師會週年大會，本校邀請了香港中文大學社會工作學系講師蘇育欣博士，蒞臨本校作家長專題分享——「與子女同心同行-攜手邁出生涯新一步」。蘇博士的研究工作包括：為人父母的歷程、家長教育、家長焦慮等。講座內容圍繞父母在子女成長的生涯規劃中所扮演的角色，分享如何與子女同心，陪伴子女共創人生路。蘇博士專業的知識、感人的分享，啟發在座家長反思，可謂獲益良多。

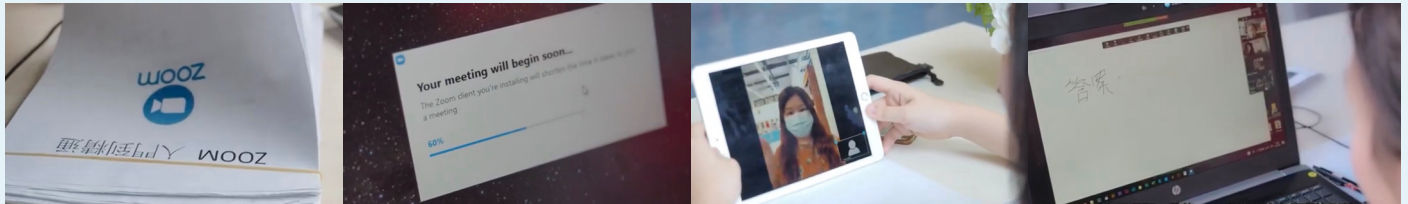


家長專題

家校齊心 抗疫有法

2020年初，新型冠狀病毒開始在香港爆發，由2月開始政府宣布停課，呼籲社會大眾在家抗疫。而隨着疫情惡化，復課日子遙遙無期。政府鼓勵學校「停課不停學」，利用不同的學習模式，讓學生在家仍能系統地持續學習，信義中學的師生又如何響應呢？

網上教室



隨着長時間停課，不少學生的生活作息時間都改變了。為了讓學生養成良好的生活作息時間和保持積極的學習態度，我校在2月中開展網上教室，進行ZOOM實時網上教學。由校方擬定特別上課時間表，每天有三節課，一週課程能涵蓋中英數及各術科。網上授課有助老師全面了解學生的學習進度和照顧學生的學習需要。為了提升學生的自主學習能力，下午則安排自主學習時間，老師會就教學內容拍攝短片和製作不同的課業教材，讓學生自學，完成後上載至POWERLESSON，供老師批閱。

網上評估

停課期間，我校進行了兩次網上評估，讓老師更清楚了解學生的學習效能和評估學生的學習能力，以便調適教學策略。

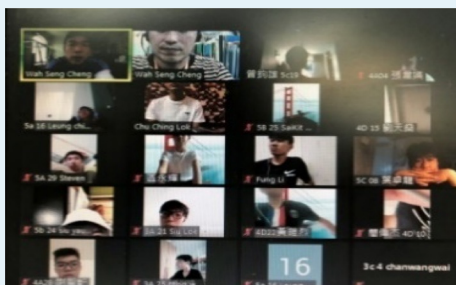


網上評估

網上學術週

為了提升學生對不同學科的興趣，延伸學習，每年各學科都會舉行學術週。本年下學期原定舉行的學術週，包括社科週、中文週、科技科學週、宗教及感恩節等，因應疫情改以網上進行。活動同樣多元化，讓學生在停課期間也能參與，涉獵更多課本以外的知識。

網上課外活動



疫情期間，學生保持強健體魄至為重要。我校課外活動組在停課期間，繼續安排網上課外活動，例如舞蹈班和足球班，讓學生在家抗疫期間，仍能有機會進行體適能的訓練。

提供居家學習和抗疫的各式支援

疫情洶湧來襲，許多家庭都未能即時為學生提供網上學習的配套硬件。有見及此，我校積極為學生提供相關支援，除借出兩部平板電腦給有需要的學生，更透過「在家學習平板電腦支援計劃」，送出兩部Lenovo平板電腦予有經濟困難的學生。同時又透過「在家學習網寬支援計劃」，合共為學生提供了247張流動上網卡，讓學生在家中進行網上學習。

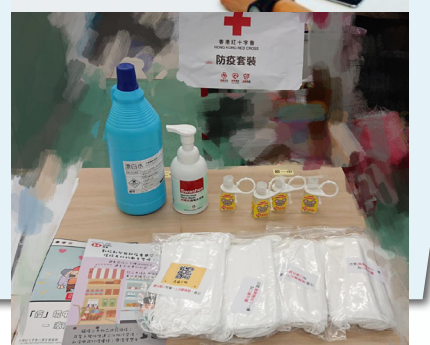
為令家長和同學安心在家抗疫，我校亦向近百個有需要的家庭派發「紅十字會防疫包」、「賽馬會防疫包」，提供抗疫物資如口罩、酒精搓手液、漂白水等，貫徹家校合作的精神，攜手抗疫。



宗教及感恩節
2020



本計劃已於4月17日下午6時截止申請。
我們正在處理申請，請耐心等待。
如你對本計劃有任何查詢，請聯絡我們。



家長分享：在家抗疫的日子

2020年，相信是香港莘莘學子最難忘的一年，也是家長最傷腦筋的一年，因為新冠肺炎疫情而停課四個月。停課期間，學校破天荒開展網上授課。身為姑姑，當然十分支持停課不停學，但同時亦非常擔心姪女會花太多時間上網及打機，影響身心健康。



因此我特意設計一些活動，與姪女一起善用停課後在家抗疫的時光。每天早上姪女須按學校時間表進行ZOOM的網上課堂。下午的課餘時間，我會和她在家一起運動健身、一起做家務，也會跟她分享有趣的Youtuber視頻，盡量令她的停課生活變得有意義。

疫情停課可能對姪女學業帶來一些影響，但四個月朝夕相處的時光，讓我更加了解她的成長需要，促進我們之間的姑姪感情，是寶貴的得著。

2D 陳凱琦姑姑（陳瑞琛女士）

家長分享：支援師生 同心抗疫

2020年1月尾新冠肺炎在全球迅速蔓延，全港學校停課，市面上抗疫口罩及消毒物品供應亦見短缺。為使正在準備文憑試的中六同學可以安心應考，家教會和校友會遂於3月中合辦了「分享就有餘口罩籌集計劃」。感謝校友和家長們的踴躍捐贈，很快學校便籌集到足夠的口罩供中六的同學應考文憑試。校友和家長們旋即分工包裝抗疫物資，趕及中六學生回校取准考證時派給他們。

中六文憑試在疫情中開考，作為家長，理解同學忐忑不安的情緒，希望盡點點綿力，送上小小的心意，沿途為同學們加油打氣。此外，作為家長，也非常感謝老師們在疫情期間開展網上實時上課、設計網上自學教材，讓學生停課不停學，繼續保持積極學習的態度。為此，復課在即之時，家教會特意安排了「家長也敬師」活動，親手製作薰衣草味的酒精搓手液，致送給每位老師，答謝他們疫情期間的默默耕耘。家長們亦希望送上絲絲暖意，為正在忙碌準備復課工作的老師打氣。總之，家校同心，發揮信義「團結就是力量」的精神，便是抗疫的良方。



3D 李建航媽媽（譚少珊女士）

2020年春節開始，香港的新冠肺炎疫情漸趨嚴重，學校開始了停課安排，我也展開了漫長的留家工作日子。說實在，我已很久沒有試過這麼長時間與子女朝夕相對。起初以為疫情很快便會過去，但怎料疫情並沒有減退的跡象，反而在世界各地蔓延開去。我一方面在家處理繁重的工作，一方面為家人張羅抗疫物資。而子女在疫情期間，不須上課，看著他們終日悶在家裡，又不放心讓子女離家外出活動，作為父親的我，著實擔心如何幫助他們善用停課日子而不至於虛度光陰。可幸，停課不久，學校已有網上學習和活動的安排，令子女得以停課不停學，我才稍稍寬心。



待疫情稍緩，有一次教會的朋友約我午膳，眼見子女已多日未有外出，我便帶著他們一起跟朋友在離家不遠的餐廳共進午餐。在開闊舒適的環境下，大家吃吃喝喝，談天說地，彼此關心問候，在愉快的氣氛下，歡聚兩個小時。而子女則一解多日困在家裡的悶氣，懷著愉快的心情回家。

有一次，兒子懷著戰戰兢兢的心情走來問我，可否讓他參加學校羽毛球隊的練習，我看著他渴望的眼神，不忍心拒絕，便答應了他，讓他外出參加練習。到了那天，我始終不放心讓他自行外出，便陪他一起前往羽毛球場練習。雖然我只在場邊開著手提電腦工作，在兒子差不多要休息時為他買飲料，但這默默的陪伴、無聲的支持，讓我們都享受了一段愉快的親子時光。

現在回心一想，雖然在疫情中，我並沒有刻意安排特別的親子活動，但看似平淡的生活中，總會感受到彼此的關懷和體諒，這便是我和子女在疫情中的日常，也是我們親子之間珍貴的回憶。

3B 曾頌沛爸爸（曾宏興先生）



家長分享抗疫物資

2019-2020家長教師會優秀表現獎學金

組別	範疇	班別	學號	學生姓名	提名老師
初中組	音樂	3A	14	李浩然	吳冰沁
初中組	音樂	3A	22	蘇潔仟	吳冰沁
高中組	音樂	6E	3	陳婉岐	吳冰沁
高中組	音樂	6E	24	王濤	吳冰沁
初中組	視覺藝術	3A	9	招曼瑩	司徒靜怡
初中組	視覺藝術	3D	5	張芷欣	林麗嫦
高中組	視覺藝術	5A	19	列小琳	傅競揚
高中組	視覺藝術	6E	21	徐靖雯	傅競揚
初中組	資訊科技	3A	14	李浩然	曾慧芬
初中組	資訊科技	3A	28	黃子俊	高超塵
高中組	資訊科技	4E	23	黃詩詠	陳錦添
高中組	資訊科技	4E	27	胡震雄	陳錦添
初中組	語文	1A	26	黃紫鈴	林純一
初中組	語文	2A	30	胡梓茵	羅悅心
高中組	語文	4E	14	LIMBU NUROM JANIFOR	司徒靜怡
高中組	語文	5A	2	陳積浩	蔡瑞鳳
初中組	領袖才能	3A	27	謝嘉怡	鄧文翎
初中組	領袖才能	3B	27	蔡澤明	司徒靜怡
高中組	領袖才能	5A	31	余紀因	何祖銘
高中組	領袖才能	5B	24	蕭佑男	陳素麗
初中組	體育	3A	25	湯榮豐	司徒靜怡
初中組	體育	3B	26	曾頌沛	黃海珊
高中組	體育	4A	23	潘曉琳	蔡瑞鳳 黃海珊
高中組	體育	5A	26	蘇沛錚	黃海珊

2019-20本校同學獲獎資訊

本校一直重視發展學生的多元才能，鼓勵同學參加不同類型的校外比賽。雖然本年度受社會事件和新冠肺炎疫情影響，上課日數不多，但學生仍積極爭取機會參與活動和比賽，表現優秀。

本年度學生於學術及藝術範疇共獲得113項獎項；而在體育發展、社會服務、德育及公民教育方面則分別取得83項、3項及71項獎項；獎學金或傑出學生選舉方面，則獲得21項獎項。獲獎類別中有56項冠軍、11項亞軍及15項季軍。總計全年一共有291項獎項。

同學的努力得到大家的認同和肯定，在下列同學專訪中，我們可以了解這些優秀學生同學的反思及其家人的心聲。

2019-2020年度同學獲獎記錄表

項 目	獎 項	得 獎 學 生
全港中學中史研習獎勵計劃	高級組嘉許	5A 鄭澤怡 6A林汶珊 6A梁子桐 6B王穎彤
智愛中文閱讀平台	金獎（第一學期）	2A 何凱盈 2B陳惜晴 4A潘永豐
第71屆香港學校朗誦節	亞軍	1A Kuiper William
	季軍	4E Limbu Nurom Janifor
	優良証書	1A 梁殷綸 1A盧凱欣 1A胡惠鐘 1A Kuiper William 1B陳毅妍 1B黃安琪 1C李智文 2A黃曉盈 2A陳熙雯 2A胡梓茵 2A 李彥雯 2A梁凱 2A 盧凱俊 2A賴皓熙 2A丁晉丞 2B吳耀城 2B 鄧宇謙 3A謝嘉怡 3A 蘇潔仟 3B黃凱琳 4A吳文希 4A 李穎琛 4B 李忠惠 4ELimbu Nurom Janifor 5A 麥靖晞
	良好証書	2A 陳建穎 2B周文煒
	顯著進步獎	1A 蔡潔盈 1B李銘 1C何梓軒 1D張芊芊 2A周創發 2B鍾俊弘 2C林書宏 2D陳煒恒 2E繆迦南 3A李浩然 3B梁詩琪 3C邵紫穎 3D 胡秀穎 4A葉星辰 4B周汶禧 4C何榮昌 4D 李佳雄 4E黃兆永 5A 蘇沛鈺 5B梁思穎 5C黃穎琳 5D徐子浪 6A林卓穎 6B謝家偉 6C黎嘉銘 6D陳嘉喜 6E黃宇嵐
油尖旺區校長會 顯著進步學生獎勵計劃		
香港真光書院籃球邀請賽2019	冠軍	2A 黃雅婷 2B譚美玲 2C馮寶賢 2C伍樂晴 2C楊路蓉 2D吳詠晴 2D 曾芷君 3B鄭天慧 3C鍾凱桐 3D 黃嘉儀 3D 馮嘉鳴
油尖旺區分齡游泳比賽	100米自由泳季軍	2A 黃恩琳
	200米自由泳冠軍	
	200米個人四式季軍	
	4X50 米自由泳接力冠軍	
學界游泳比賽	男子甲組50米自由泳冠軍	5B黃祺鈞
	男子甲組50米胸泳冠軍	

項目	獎項	得獎學生
九龍城區分齡游泳比賽	男子50米胸泳亞軍	4A 潘永豐
黃大仙區分齡游泳比賽	男子50米胸泳季軍	
	男子100米自由泳冠軍	
南區分齡游泳比賽	男子100米胸泳冠軍	4A 潘曉琳
深水埗區分齡游泳比賽	男子50米胸泳季軍	
長天學界越野之王長跑賽	女子乙組冠軍	
	女子甲組殿軍	5C翁倩如
	女子乙組團體總季軍	1A 盧凱欣 1B黃安琪 2C楊路蓉 3B鄭天慧 4A潘曉琳 4D林依蓓
2019-20港九學界越野比賽	女子丙組亞軍	2A黃雅婷
	女子乙組團體殿軍	1C梁麗娟 3B鄭天慧 3B梁詩琪 4A潘曉琳 4B梁潔盈 4D林依蓓
	女子丙組團體冠軍	1A陳盈 1D連凱琳 2A黃雅婷 2A黃恩琳 2C馮寶賢 2D吳詠晴
	女子團體殿軍	女子越野隊隊員*
觀塘「發現號」青年室內賽艇邀請賽	冠軍	5C黃俊昌
香港交通安全隊（學校隊伍）	總監特別嘉許	4E周俊豪 4E黃詩詠 5A KC Jason
香港紅十字會油旺區	最佳團隊冠軍	紅十字會青少年團隊員*
向老師致敬2019微電影創作比賽	優異獎	4D李佳雄 4E周俊豪 4E王良興 5A林建坤 5B黎錦澤
傑出公民學生獎勵計劃	嘉許證書	4E黃詩詠 5D關家駿
	參與證書	4ELimbu Nurom Janifor
葛量洪青少年制服團隊傑出服務獎	傑出服務獎	5A陳穎妍
九龍地域傑出學生選舉	優秀學生（高中組）	6E區嘉琪
油尖旺傑出學生獎勵計劃	初中傑出學生獎	3A曾逸沂
	高中傑出學生獎	5A陳穎妍
杜葉錫恩教育基金	全港青少年進步嘉許狀	6C陳智軒 6C馮信華 6D黃俊樂
黃廷方獎學金	獎學金	4A林靜怡
第27屆聯校傑出學生選舉	傑出學生 學金	5A陳穎妍 5A鄭澤怡 5D關家駿
	優秀學生 學金	4E黃詩詠 5A余紀因 5A柯凱桐 5B賴亭欣

優秀學生專訪

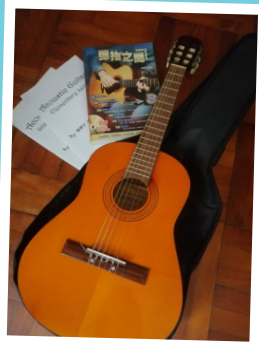
3A 蘇潔仟 家教會優秀表現獎學金（音樂）

蘇潔仟

當我知道獲獎消息後，我既興奮又好奇，我真的不敢相信我可以獲取音樂科的獎學金。喜出望外之餘，還以為自己在夢境呢！因為我認為取得獎學金的學生都是十分優秀的，而我較專注學業方面，所以沒有想過能獲取音樂方面的獎學金。雖然我喜歡音樂，但我相信仍有很大的進步空間。所以這筆獎學金正鼓勵我日後更加努力做好自己和爭取好成績，並努力裝備自己，朝夢想進發。

蘇潔仟家長

當得知Anna獲得「音樂獎學金」的時候，我感到很意外和驚喜，也十分欣慰。因為工作關係，我很少和Anna討論學校的學習情況。我知道她這次獲獎，都是各位老師細心培育的成果。相信這次得獎對Anna是一種莫大的鼓舞和激勵，因為她做任何事情都缺乏自信，希望她透過這次得獎提升自信，也希望她繼續努力，獲得更好的成績，不辜負老師的細心教導。在此衷心感謝各位老師。



6E 徐靖雯 家教會優秀表現獎學金（視覺藝術）

徐靖雯

首先，感謝學校、老師和家長的教導，讓我獲得家長教師會優秀表現獎學金（藝術）。本年是我就讀信義的最後一年，發現自己最不捨的是視藝課。雖然修讀這一科要面對接踵而來的功課、測驗、考試和補課，也要努力完成佔DSE 50%分數的SBA，而各位藝術人更要不斷開發自己的小宇宙應對，但其實我十分喜歡這個為藝術而努力和奮鬥的自己。相信各位能找到屬於自己的領域，發揮自己的才能，為未來投身不同行業作好準備。最後，再次感謝大家對我的肯定和支持，將來我會在藝術的路上繼續前進，絕不辜負各位對我的厚愛。

徐靖雯家長（母親 羅女士）

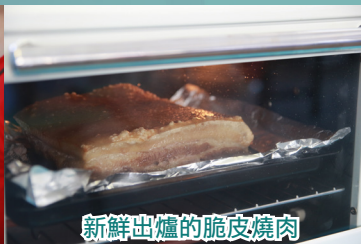
感謝各位對靖雯的支持和鼓勵，靖雯能夠在學校建立自信，提升學習能力，找到自己的興趣並發揮所長，都有賴信義中學各位老師的教導和培育，希望她將來能夠成為一個有愛心、對社會有承擔和有貢獻的人。



中一家長迎新活動



前主席教授如何製作脆皮燒肉



新鮮出爐的脆皮燒肉



家長執委與中一家長合照



歡迎中一家長加入信義大家庭

第二十四屆家長教師會週年大會



家長與班主任會談時間



頒發家長義工獎狀



校長與主席介紹家教會活動

午膳膳食監察



家長們到班房詢問同學午膳飯盒質素



家長們正進行午膳監察



定期檢視午膳供應商服務質素

中六及優質家長進修學院畢業典禮



校長與兩國家教會主席合照



校長陪同國家教會主席及委員授憑



畢業典禮的嘉賓



國家教會主席在畢業典禮前茶聚

家長也敬師



老師們與國家教會委員合照



薰衣草酒精搓手液



快將復課，各位老師加油！



校長和副校長答謝國家教會的心意

分享就有餘口罩籌集計劃



同心合力包裝籌集得來的口罩



國家教會在分享就有餘口罩籌集計劃活動中為同學送上自家製抗疫物品



小朋友也分發口罩

為同學送上祝福