

Sacred Heart Canossian College Parent-Teacher Association Newsletter

# 嘉諾撒聖心書院



2 Chi Fu Close, Pokfulam, Hong Kong. Tel: (852) 2550 6111 Fax: (852) 2875 3242 E-mail: pta@shcc.edu.hk

www.shcc.edu.hk

## 主席感言

望我們這一代的父母,多少已 經歷過八七股災、移民潮、香 港回歸祖國、九七股災、千禧 年科網股爆破、零三沙士等事件。無論 在經濟及精神上所承受之壓力,高低潮 起伏之巨大,實世間少有,然而我們能 --安然度過,實在萬幸!今年,金融 海嘯直捲全球。威力甚大,相信以香港 人一貫堅毅不屈及打不死的精神,定能 安穩克服,只是時間長短而已。

現今父母總是把 注意力放在子女的 學業成績上,希望 他日學有所成,其 他一切課外活動如 音樂、體藝、美術 等都只能擔當輔助



角色。這正是香港教育當局提倡三三 四學制的平衡措施。但最近數月的金 融新聞例如「Accumulator」及雷曼 兄弟事件,卻讓我有一番的體會。社 會上有許多專業人士如醫生、工程師或 會計師,他們擁有大學教育程度,但為 何仍會「中招」呢?有幸的只是賠了近 身錢,不幸的或已變成負資產一族,更 甚者可能連寶貴的生命也押上了;所以 理財觀念及基 本知識便來得

更重要。本人並不期望女兒的生活大富 大貴,只求她們將來能自給自足。倘若 她們能運用多餘的金錢及時間來作一些 有意義的事, 這或許就是我們作父母的 心馨。

多年來培養女兒們奉行量入為出、 開源節流的理財觀念。為鼓勵她們養成 良好的儲蓄習慣,凡儲蓄達到既定目 標,我會附加「可觀」的獎賞以作鼓 勵。至今,在她們眼中的儲蓄已相當不 俗、儲蓄亦成為一種習慣。另外,學習 捐獻也是整個理財重要一環,每年例必 作兩次捐獻, 金額不拘, 用以引導她們 明白「取之社會,用之社會」的概念。 這種理財模式,也因時制宜,總算運作 暢順;尤其希望她們能明白金錢的意義 及建立健康的價值觀念。

自上學年,我們深感女兒開始不願 聽從我倆,常有些爭拗;於是我和內子 不停翻看有關書籍,希望找出解決問題 的方法。我們的結論是我們的女兒已經 長大了,她們開始有自己的思想及價值 觀,會不斷探索自己的生活模式,這使 我倆又驚又喜!驚的是怕她在未深思熟 慮下作出錯誤決定,失敗乃成功之母, 唯有讓她們在錯誤中學習成長;又即使 她們做錯,我們只能從旁協助,不加批 評。喜者則看見她們在逐漸建立自信及 自發的能力,在各方面處理得井井有 條,而時間管理也初見成效。因此,我 倆急忙把過去種種管束的規條及不合適 的都全部廢除。沒想到當天建立的規 條,原意是培養她們生活禮儀、起居作息 及飲食等習慣,到今天卻成了不必要的束 縛,且更妨礙她們建立自我思考空間。

所謂「活到老,學到老」!今天我 們仍不斷學習如何做到「聆聽及諒解, 尊重與包容」。經過了半年的磨合時 間,我們的相處比以往更融洽,開心的 事多了。每天聆聽女兒們細訴校園軼 事,多開心,多有趣!多了解她們的訴 求及想法,也學習尊重她們的選取與決 定,即使她們犯了錯,也學習體諒及包 容。雖不容易,但我們願意嘗試從她們 的角度去想。女兒們,這是我們對你們 的承諾啊!

再說:快樂指數與要求指數成反比 例,我卻不同意。相反,我覺得是正比 例,只是「要求」不應再由父母加諸孩 子身上,由她們自發地要求,不是來得 更合時、更有效嗎?

副主席 張志方先生

# 校長良言

### 2009—迎接新高中課程 的重要一年



自2000年開始,香 港的教育改革已進行了 近十個年頭。在這多年 間,大家可從我校每年 的學年主題得悉我校的 教育方向,不單秉承會

祖聖瑪大肋納嘉諾撒的教育精神,也反 映全人發展的重要性:由提升學生社會 服務、擴闊國際視野、培養系統思維、 統整新思維模式、發展多元化學習、提 倡適異教學,以至重視五育德業,更要 有常懷感恩樂於助人之心。

當中落實的政策和活動,不得不提的 是由2000年舉辦至今的「專題研習」 (Project-based Learning),為同學奠定了 新高中通識課程中個人專題研習的基礎技 巧;2006年開始的校本課程「初中人文 科」(Junior Humanities),也為新高中必 修的通識科作好準備。今年新建的「自學 中心」(Self Access Learning Centre),主 要為了提高同學們的英語水平,培養獨立 及多元化學習能力,讓同學們更能把各樣 所學的知識技能融匯貫通,從而令思考及 表達能力更準確及有效率。我們將於本學 期末對「其他學習領域」(OLE)及「學生 學習概覽」(SLP)兩個項目作檢討、修正 及改進,務求讓新高中學制實行之時更具 果效。

懂思考、善創造、愛求新、勇求 變,正是人類能夠進化、進步的原因。 聖心的同學們,你會把新高中課程所言 的「立足現在,創建未來」作為你的學 習目標嗎?連美國的新任總統Obama也 用「Change」作為口號,你願意變得更 加好嗎?

副校長 郭意明老師

# 『具實效的少年培育技巧』講座

秋季會議及專題講座 -- 嘉賓講者陳廷三博士



★諾撒聖心書院家長教師會於 - 零零八<del>年十一</del>月十五日激 請了香港中文大學香港教育 研究所資深導師陳廷三博士擔任大會 講座嘉賓,主題為「有實效的少年培 育技巧」,陳廷三博士很風趣,他以 輕鬆有趣的語調,現實家庭及學校生 活寫照的比喻和內容寫實的例子—— 特別提到家長子女相處問題時,即時 有共鳴之感,令全場家長及老師全情 投入聆聽,有時有趣可笑的內容打破 了一小時多的沉寂氣氛呢!

這次講座內容充實,令我們得益 不少啊,這樣一個既生動又踏實的講 座怎能少你們一份兒啊,希望在這裡

和大家分享。



陳廷三博士首 先帶出一個問題: 怎樣教孩子的實效 方法?究竟怎樣培 育子女,管教小孩 的呢?怎樣令孩子 喜歡與你溝通?

提到坊間有很多大同小異的教育 子女講座,形式層出不窮,多不勝 數,令家長不知怎樣去選擇,他們也 無所適從呢。

事實上,孩子很喜歡別人注意他 們,緊張你們對他們的關懷才作出一些 極端怪異行為吸引你們。所以我們與他 們相處時,是怎樣去對待他們和怎樣與 他溝通。中國人有一個很貼切的稱呼自 己的孩子叫做「骨肉」。陳廷三博士又 説子女是父母生命的身體一部分,自己 也就是父母生命的延續。

父母照顧孩子時,看見子女成長 就是看見照顧生命的延續和自己生命 的長大。照顧孩子就等如照顧自己身 體一樣,不其言地對待自己的標準來 對待子女,所以就要首先怎樣去學習 對待自己。

#### 究竟怎樣培育子女,管教小孩主 動學習呢?

有些人説有問題的孩子來自有問 題的家庭,是否真的這樣嗎?



左起:副主席何梅冰女士、張志方先生、 羅婉明修女及董敏侖女士

父母的離異,對整個家庭都有極 大的負面影響。表面上父母為孩子做 很多很多事情,怎樣……怎樣為他們 設想。事實上,「We just see the wound, we never feel the pain J , ス 怎理解孩子的心靈有多創傷, 這樣的 決定,只有帶給孩子一個極不快樂的 成長背景呢!他引用歌手譚詠麟唱的 一首歌「高聲唱盡心中滋味,自己安 慰自己」,形容父母只能自己安慰自 己罷了。

在家庭方面孩子得不到和諧的成 長背景,在學校又怎樣令他們每天開 心地和喜歡學習呢?子女學習是透過 實際的例子學習,和透過父母動力去 為子女推動學習。但父母的分離,又 怎樣與子女有效地溝通,培育子女一 起成長一起學習呢。



#### 怎樣令孩子喜歡與你溝通?

如何令子女肯主動地跟你談話 呢?簡單說,人與人之間相處,是透 過一個生命故事的交流,人生裏的遭 遇就是好像一個故事裏的喜怒哀樂, 他曾經對你說過,感覺兩人之間的距 離拉近了,就是這樣建立人與人之間 的關係,因此他認定是你心中所重視 的人。他所重視的人所説的話,他就 會聽;同樣地,他會考慮所重視的人 所講的説話。那麼,他們自然地打破 了大家之間的隔膜,彼此常常有溝通

在家庭方面,父母和子女的親情 關係好,父母看到自己子女成長,就 是自己與配偶看到自己生命的延續和 長大。因子女是父母愛情結晶又是兩 人身體的一部分。

父母享受情懷等如子女享受做你 的子女一樣。一個幸福的孩子就是要 有一對喜歡做父母的人,孩子是父母 生命的延續,就是管教關係的基礎, 疼愛子女首先疼愛自己,才是管教的 基礎。要培育子女喜歡學習,就要培 育一個和諧及洋溢着溫馨的家庭了。

所以懂得疼愛子女,就要由自己 身體力行,首先懂得愛惜自己,才能 實效地培育你的下一代。

#### 整理/秘書 張惠卿女士



「安全使用互聯網」講座及工作坊簡報-

# 家長可以衝破「網絡代溝」嗎?

青少年深受網絡文化影響,家長與子女紛紛出現了「網絡代溝」,有見及此,家長教師會於早前為中一及中二同學的家長舉辦了「安全使用互聯網」講座及工作坊。我在此將是次講座的內容及我個人的感受與大家分享。

要解決代溝,我們先嘗試瞭解網絡世界的吸引力。網絡世界的特性一一即時性、資訊性、群體性、匿名性及控制性正可滿足青少年心理發展的需要。在網絡世界裡,青少年可以透過網誌、Facebook、群組、聊天室、網上遊戲等等找到別人的認同、歸屬感、自主權、成就感及樂趣,尤其當青少年在現實生活裡得不到滿足,網絡世界就成為他們的避難所。

大部分家長對子女浸淫互聯網都有怨言及感到不知所措:我們既擔心他們荒廢學業,又害怕他們在網上接觸到不良的資訊及認識不良的朋友,又或跌入網絡陷阱,亦不滿互聯網搶去了親子的時間,外國報道曾經有青少年因為抵受不住同學在網上欺凌而自殺,亦有家長在網誌上發現自己的子女拍攝色情照片,形形種種,多不

勝數,難怪不少家長視互聯網為洪水 猛獸。

家長該如何「打怪獸」?如果 我們的假想敵是互聯網,我相信這 網絡代溝只會越打越深;你嘗試過 強硬關機、鎖電腦、狂數落上網的 不是嗎?有效嗎?要衝破這網絡代 溝就得從我們的管教、管制和協商 方法三方面入手。

我們對子女的關愛足夠嗎?當 子女年紀越大,我們可有表現出尊 重他們的意見?我們有否留意子女 成長的需要?我們與子女有真正的 溝通嗎?我們有為他們建立道德倫 理觀嗎?子女享受家庭生活嗎?他 們在家中感到幸福嗎?良好的管教 及親密的親子關係是「打怪獸」最 有效的彈藥,沒有良好的管教及親 密的親子關係做基礎,要衝破這網 絡代溝就只會碰到焦頭爛額。只要 青少年在現實世界中得到親人的認 同、感到可以自主、有成就感、並 在日常生活中享受到樂趣,他們就 像穿上了保護網,不易在網絡世界 裡迷失了自己。

其次是管制及協商。在某些重要的議題上,家長要給子女定立底線,如不可單獨見網友、不可侵權、不可做黑客、一週上網時間上限及網頁內容的限制等;對某些上網的規則,家長與子女可以民主協商的方法,商議上網的安全規則、隱私度、使用時間等。管制及協商的比重應隨子女的年齡及自律性而調整。

協商的內容其中一項可包括過濾軟件的安裝及使用;過濾軟件的安裝及使用;過濾軟件的及建立「限制」網頁清單。成長中及建立「允許」網頁清單。成長中立正數煉他們自制能力和建立正確價值觀的過程中,透過使用過濾制的,可協助子女強化自我的約制能力,和減少他們接觸到不良資訊的機會。

每個孩子的個性、成長經歷、生長背景、所接受的管教都有所不同,實難有一套特定的方案可以解決「網絡代溝」這個問題;家長只可從每日的磨合、時有的矛盾和衝突中學習,常提醒自己現有的管教方針、管制和協商的方法是否合適,以恆久的愛作後盾,網絡代溝總有填平的一天。

副主席 何梅冰女士

# 誰明父母心?

學校有一個優良傳統,就是每年開學不久,即分別舉辦初中家長晚會,讓家長了解孩子在校的學習情况;中一先做,然後是中二及中三。說是晚會,當然是晚上舉行,由晚上7時半至9時半,但卻常常超時至晚上10時才完結。

說是校方優良傳統,因為晚間活動,為教師、為家長都是一個負擔。日間工作已夠累了,晚上還要出席家校聚會,對人的精神體力,無疑是一大挑戰!但學校仍堅持舉辦,因為我們深信,家校能多接觸,對孩子成長有幫助。

至於家長呢!其實是有選擇權

走筆至此,老實説,我真想孩子能看看這些情景!不是坐在父母 身旁,一起聽課;而是直接面向雙 親,看看兩老為你付出的一切!為什麼他們連休息也不要,也要出席家長晚會?為什麼開學才一個月,明知班主任其實不大熟悉自己的女兒,卻仍硬着頭皮查問你上課的表現?孩子就是一切——世間上最不可思議的行為,應是父母對孩子流露的情,純感性,也無法訴諸理智解釋。

誰明父母心?別人儘管可以不明白不理解,但為人子女的,實應 多花時間,好好明白父母的心意, 因為表面堅強的他們,實際也需要 你的愛護與關懷!

(文稿曾刊登於2008年11月 4日第372期《明報教得樂》專欄)

林美儀老師

# 「二十五個孩子一個營|電影分享

片子內容樸實溫馨又笑位百出,當 中最觸動我的是主角趙光對知恩圖報精 神的那份堅持。他衝動地承擔了二十五 個孩子的糊養責任,不但花耗辛勞得來 的積蓄,還要面對鄰里的嘲諷、厭惡, 更遭到未婚妻的埋怨、捨棄;很多人在 這「眾叛親離」的情況下自然會萌生回 頭之念,他卻沒有就此放棄,仍忠耿於 當初對孩子的承諾,但是孩子的頑劣終 也令到這個柔情鐵漢哭了,信心動搖 了:「一個文盲的孤兒能教育好孩子 嗎?」,這才是趙光的真正考驗!

可是趙光當初的堅持不是白費的,他 的真誠和對養孩的愛護,感動並撫順了養 孩的頑劣,亦喚起了鄰里鄉親當年將小孤 兒趙光扶養的那份惻隱憐憫之心,最後更 軟化了未婚妻抗拒養孩的硬心腸,眾人同 心同力下結果感動了城市老師不辭勞苦地 來到鄉間給養孩們正規的教學。

趙光的堅持,不單令養孩們受惠了, 也令他身邊的人從冷眼旁觀變為感性熱 情,他們在以實際行動支持趙光的同時,

分享了「愛」的喜樂,讓村子裏洋溢更多 的温馨和歡愉!趙光的知恩圖報精神使我 想起2000年的一套荷里活電影--「拉闊 愛的人」(Pay It Forward),憑着愛的施予 和傳播,幸福將必然充滿這個世界的!

家長 劉葉鳳珠女士

不知道大家看到這電影的標題後會有 什麼感覺呢?會不會認為這「一個爹」很 了不起,還是認為他很不自量力?看過這 電影後,我認為這「一個爹」十分偉大, 也非常了不起。

先讓我粗略地介紹電影的內容,孤兒 出身的養雞大戶趙光脱貧致富後,在縣表 彰會上將相親用的一萬元捐給了福利院的 孩子。善良的趙光為人們的熱情所動,衝 動地説出:「願為所有孤兒當爹。」不 料,這句衝口而出的説話為他帶來了不少 的麻煩,十里八村的孤兒和冒充孤兒的孩 子一起擁向下溝村「認爹」。二十五個孩 子把下溝村弄得雞飛狗走, 更把趙光的未 婚妻嚇走了。養育這二十五個孤兒令趙光

遭到鄰居的排斥,甚至他最親的人--他 的未婚妻對他亦不瞅不睬。雖然他受到親 人冷嘲捨棄,但他仍然無私地給予孩子們 居所和食物, 還嘗試給他們提供教育, 為 他們將來的成長和獨立鋪路。

現今社會裡有很多人致富了仍管繼續 往上爬抓更多的財富,而忽略了身邊有需要 的人,認為身邊的一切都是自然而然的。趙 光雖不是很富有,卻願意接納這班跟他沒有 血緣關係的孤兒,更對他們照顧得無微不 至,甚至花盡他準備結婚生活用的三萬塊 錢;在旁人眼中他所作的犧性很大,但為了 孩子,他絲毫沒有後悔,而且更積極掙錢解 决孩子生活及健康上的需要,可見他對生命 尊重的偉大精神。

趙光最初的一句簡單説話,為孩子帶 來希望;往後他以一個平凡人最純真摯誠 的心及行動,為孩子體現人間美麗的生命 故事。其實,以生命影響生命的力量不在 於富有或貧困,而在於「助人為快樂之 本」的決心,只要所有人都願意本着這句 話去幫助別人,相信這世界會變得更美 好、更温暖!

中三乙 劉嘉善



葉可婷老<mark>師、</mark>羅婉明修女、樊安淇同學、 何曉欣同學與一眾尼泊爾師生合照

## 尼泊爾「知」行

二零零八年年底我和樊安淇同學隨校 長羅婉明修女和葉老師到了尼泊爾,希望 更能了解當地文化及生活。

行程中,我們和當地的慈善機構探訪 了幾所小學及中學(加德滿都的小學及中 學,其學生年齡及學習程度其實相等於香 港的幼稚園及小學)。在這幾所學校裏,能 感受到的不再單是學生的積極投入的求學 精神,更使人深刻的是老師和他們極大的 耐性--同一班的同學,年齡相差甚遠、學 習程度亦有所不同,學生卻能在老師教導 其他學生時,保持安靜,自行預習,遠比 我們初夏時空調壞掉而鼓噪不安,有耐性 得多;在老師人數不足下,老師卻能清楚

了解學生需要。例如:他們明白學生英文 不足之處只在於不善於運用,也因此提出 我們更跟穿上了民族服裝的學生學習跳尼 泊爾的民族舞呢!

尼泊爾更有一省電政策令我們更能感 受當地居民的耐性及容忍度。那兒的電量 供應會突然中斷,以省電供應其他地區。 有一次,我們到那慈善機構的負責人家吃 晚飯,突然停電,能觀察到的是居民不會 埋怨,反而會立刻拿出備用電燈照明,並 滿瀤理解地向我們解釋此項政策。

另外,我們也探訪了老人院和孤兒 院。孤兒院內的工作人員和小童非但沒在 電視上見到的悲愁面容,反而在物資不足 的生活環境下,依然快樂,沒有怨天尤 人。我們拿着購買給他們的毛衣和帽子到 孤兒院——間小小的鐵皮屋,下層有三間 房,上層養雞種花,小孩雀躍地蹦跳出來 穿上保暖衣物,並不斷笑着跳着,爭看相 機中穿上新衣的自己。我們一行人也被他 們的歡樂感染得樂而忘返。這種無求而快 樂的態度十分值得我們將它融為知識,尤 其是應用在面對現在嚴峻的經濟環境。

尼泊爾是一個宗教氣氛濃烈的國家, 所以四處都有很多寺廟,香火鼎盛,足以 見得當地人對信奉之神的虔誠,而其中以

印度教最多人信奉。加德滿都的居民視鴿 子為和平的象徵,牛乃神聖之物,因此, 以角色扮演等教學方式改善問題。另外, 加德滿都的居民絕對不會吃鴿子或隨便獵 殺牛。每逢進入寺廟,除了總會見到一大 群的鴿子或一些牛外,還會聽見噹噹的敲 鐘聲。那是由於善信在入廟參拜之前會敲 一敲鐘,叫喚神靈,告知祂們「我到達 了!」。尼泊爾的寺廟總給予人一種十分 平靜的感覺。不知是否因為善信對信仰的 堅定不移及誠心一差不多每天清晨都不計 走很多路,踏上階級多不勝數又陡峭的樓 梯,到廟裏參拜,或是因為見到廟中的猴 子、狗、牛、鴿子能和平共存,從不侵擾 對方所致。而某些寺廟外,還有讓露宿者 居住休息的地方,當地的人或警察都不會 打擾他們的。

> 我們更初嚐穿上尼泊爾傳統服裝之 味。上身短衣剪裁和清朝服裝很相似,只 是沒有企領;下身長裙由一塊綢布於腰間 下斷纏繞束成,極需技巧。髮飾方面,長 髮的會加上假髮捆辮子,再綁上紅繩;短 髮的則只會在一束頭髮上綁上紅繩。穿衣 過程繁複,但非常有趣。

是次尼泊爾之行得到了很多需要親 身經歷才能獲得的寶貴經驗和知識,實 在難忘。

中四戊 何曉欣

# 校內音樂比賽後感

扣人心弦的旋律、悦耳動聽的歌聲、 加上台下聽眾熱烈掌聲鼓勵,為今年校內 音樂比賽畫上圓滿的句號。

今年的音樂節目可謂千變萬化,除了一如以往的獨唱、合唱、樂器演奏外,尚有新增設的公開組別,吸引老師、家長及校友組隊積極參與,使節目內容更形豐富、生色不少。同學以個人小組或學社的名義參加比賽,為己為社出力。各人巧妙地運用樂器演奏家傳戶曉的歌曲,如:送我一枝玫瑰花和美麗的壯錦,令台下觀眾得到共鳴。在這種既輕鬆又愉快的氣氛下比賽,同學們能夠互相觀摩學習,並培養起對母校的歸屬感。

各學社為求在社際合唱項目爭取最佳 表現,各隊紛紛在賽前勤加練習,透過她 們的積極參與,假以時日,通過老師的聲樂培訓,不難成為明日之星。

在公開組別中,有整個家庭組合參加,期間各成員負責不同部份,使同學們感受到家庭溫馨,為平凡生活添上和諧姿彩。校友的參與更展示了聖心同學之間緊密的聯繫,充份體現同學對母校之熱愛及支持。

離開母校數月,這次重返校園,回到熟悉的禮堂,感覺並不陌生。站在充滿回憶的舞台上,昔日在校的難忘片段一一重現於腦海裡,那種親切的感覺使我也恍惚回到從前。正是老師們的栽培、無限的愛心與關懷令我能夠在各種挑戰下健康快活地成長、衝破逆流,並得到難忘的學習經驗。

音樂可以陶冶性情,通過是次音樂比賽,個人體會到同學在緊張學習之餘,仍

然能爭取時間練習,實屬難能可貴。但更 難得的是,各老師及同學在籌備音樂比賽 過程中所取得的合作無間精神,以及她們 所付出的努力令人敬佩!

短短數個小時裏,體會很多。台上人才濟濟、台下同學聽得十分投入,經常用熱烈的掌聲鼓勵台上渾身充滿活力的同學,頓時令我感到親切萬分,猶如置身於一個大家庭溶爐當中。音樂的感染力和震撼力實在令人讚嘆!

動人的音樂繞樑三日,令人意猶未盡,至今仍沉醉於美妙的音色間。音樂令人感到愉快、滿足,希望各同學都能好好享受整個籌備過程、互相勉勵支持,相信一定有更大得著。祝願母校培育更多優質的青年,成為璀璨的明日之星,綻放異彩!

校友 張嘉蕙 Form 7B, 2008



# 寒夜歌聲繫母校

事緣於去年暑假的最後一天,我們一家參加了外子母校——九龍華仁書院的回歸音樂會(Homecoming Concert)。除了兒子和其他現有的學生外,還有不少各屆的畢業生表演。他們有的剛畢業、有的畢業



喇·····細雨淅零零·····」琴音起伏和着合唱團雄壯激蕩的歌聲,勾起各師兄弟當年的情懷和回憶。他們的團結精神也觸動了台上台下每一人的心靈。更令我們回味的是父子倆穿着同一校服,在母校的舞台上表演的滋味。

想不到三個月後,機會來了。女兒興高采烈地拿着「Music Odyssey」的報名表嚷着要參加,並說今年增設了公開組,歡迎舊生和家人參加。於是丈夫提議我們一家人一起參加,以示支持女兒和自己當年也是合唱團的成員,但多年來沒有再踏台板,而且兒子的聲線仍在轉變中,女兒的聲線更是所謂的「雞仔聲」。不過,我又想不能讓丈夫和兒子專美,能和女兒回到母校同台演出的機會實在千載難逢。最後,在一家人

互相鼓勵下,我們抱着志在參與的精神遞 交了報名表。我們所選的曲目是一首充滿 愛國情懷的抗戰合唱曲——近代中國著名 作曲家黃友棣教授所作的《寒夜》。

參賽者名單公佈了。綵排當日,我們才發現大部份參賽者都是現在的老師、學生和舊生,而且他們的水準很高。回看我們這一家呢?沒有美妙和諧的聲線,沒有投入感,沒有聲樂的正統訓練,沒有四人一起的演出經驗,所選的曲目更是「另類」。我們的綵排糟透了。

回家之後,我們沒有放棄,既然參加了,硬着頭皮也要撐下去,唯有從長計議,全力以赴。雖然我們甚麼歌唱造詣也欠奉,而且要以三人的聲線凝造出合唱團的澎湃效果,更是挑戰,但我們有的是團結的精神、對音樂的熱情和對承傳的執著。比賽的日子越來越近,我們每天放工放學後都加緊練習。目標是比前一天有進步。就算比賽輸了,對自己也有交代。

比賽的日子到了,我走進熟悉的禮堂,心情又緊張又興奮,坐在參賽者席上



僥倖地我們贏了公開組冠軍,更難得的是那份畢生難忘的美好回憶,尤其是我。終能如願以價,回到母校和自己女兒一起演出,抒發我對母校的感激、支持和期盼。希望日後再有機會踏上母校的台上和我的同學們、師姐妹們一起演出,發揮並延續我們的聖心精神。

我要感謝學校給我們這個的機會, 感謝校長、老師們和同學們的支持和鼓勵,感謝丈夫的鋼琴老師林聲翕教授、 他的音樂老師李德君先生,感謝我的音樂老師黃德倫女士,最重要的是感謝天主,沒有祂的美妙安排,今次的演出, 又怎能成事呢!

> 校友梁淑敏(Form 7B, 1985) 中一丁 許樂絲家長



# 聖心年宵嘉年華樂也融融

二零零九年一月十八日(星期天)是一個很特別且有意義的日子,這天嘉諾撒聖心書院家長教師會應邀參與了嘉諾撒聖心學校(津貼部)家長教師會舉辦的「聖心年宵嘉年華」活動。

這次聖心書院家教會邀請了「有機園」學會在年宵攤 位擺賣有機種植的植物,以宣傳學校綠色種植的精神,所 賣得的款項將留作「有機園」發展其他有機植物種植的經 費:另外校友會也提供聖心學生陶瓷塑像及舊校舍的明信 片擺賣,扣除成本後的利潤全數撥捐嘉諾撒仁愛會。



本會的副主席何梅冰女士同時包辦及精心設計了一個特色糖果義賣攤位,所籌得的款項也捐贈與嘉諾撒仁愛會。我和兩個女兒都參與了這攤位的工作,這是我們第一次跟一班青少年中學生一起參與聖心年宵攤位活動,所以心情特別緊張和興奮。其他參

與年宵攤位的單位還有聖心商科學校、高主教書院、嘉諾撒聖心小學一班熱忱積極參與的小學家長和學生……等等。各團體擺賣的物品,各具特色,有別緻的牛年擺設、咕臣、牛型布公仔、布錢箱、賀年飾物(飾物賣款將捐給南非兒童辦學團體),還有家長們自製愛心小吃及充滿牛氣色彩的Bingo遊戲活動攤位……,十分新奇富創意,場面非常熱鬧。

希望我校學生會即將舉辦的遊藝會能按樣加入不同的 元素,以提升及推動這麼有意義的活動,讓我校學生積極 參與,學習與人分享和關愛別人——施比受更有福呢!

秘書張惠卿女士



#### 2008年11月7日(星期五) 九型人格親子篇

若非在職進修的關係也沒有想到接觸九型人格學,最初抱有心態是既可以取得持續進修學分,又可多了解身邊人的性格特徵,何樂而不為呢!想不到這門學問也滿有趣的,為了多了解,便往圖書裏搜索導師的著作《九型人格全接觸》,閱讀後更感到其奧

妙!原來我們自出娘胎的性格特徵 便是受著自己的世界觀所影響。按 實例而言,家中的大小怪獸便與 「The mediator」(和平型) 和 「The epicure」(快樂型)的性格 特徵十分相近。

書中文句淺白,大小怪獸看得 津津有味之餘,亦叫他們嘖嘖稱奇 的説很準,更反過來催促我再多借 這方面的書籍,讓他們可互相了 解。想不到一本有趣的讀物有如此 效果!



參考圖片

#### 2008年11月29日(星期六) 水痘篇

小兒子感染了水痘,渾身痕癢難擋,女兒於是好言相勸他冷靜下來,嘗試分散注意力,免得抓破了留下疤痕,可是弟弟面紅耳赤的一點也沒有改善。我不禁稱讚姊姊的情緒智商較高,母女相視而笑,女兒此時不忘補充一句:「老僧入定,神遊太虛都是我的強項嗎!」一陣爆笑反害得弟弟痕上加痕!

晚上替弟弟用芫茜水淋浴時,他一臉不悦的掩着 鼻子對我說:「為甚麼不讓我搽姊姊的藥膏?」循着 小手指的方向看,發現竟是<清痘洗面露>,令我失 笑的是上面的兩行大字「幫助抑制痘痘形成,舒緩肌 膚」??!!

出版組組長 游韻鈺女士

# 我的課外活動-泰拳

我從小六開始就參加現 時香港非常的普及運動—— 泰拳。

我開始參加這項課外活動主要就是想培養一些興趣。起初,我並不太會做那些動作,經過教練細心的指



導,我漸漸地發揮流暢,信心也增加了不少,感到自己所付出的艱辛練習是沒有白費的。每次練習完也會鬆一口氣,就像發泄了許多不如意的事一樣。出了一身子汗,便能令身心舒暢,壓力全消。

總之,我非常喜歡這個課外活動。

# 嘉諾撒聖心書院家長教師會(第十三屆)

#### 經常收入/支出表

#### 二零零七年六月一日 至 二零零八年五月三十一日

| 逾期還         | 租金                   | 收入: (港幣)<br>128,900.00<br>88,200.00<br>39,499.02<br>3,890.00<br>97.00<br>7,080.00 | 支出: (港幣)           | 淨收入/(支出) (港幣)<br>128,900.00<br>88,200.00<br>39,499.02<br>3,890.00<br>97.00<br>2,950.00 |
|-------------|----------------------|---|--------------------|--|
| 出版組: 會訊印    | 刷費                   |   | 16,900.00          | (16,900.00)  |
| 培育組: 圖書館    | 書籍                   |   | 787.80             | (787.80)   |
| 講座          |                      | 3,000.00  | 5,300.00           | (2,300.00)   |
| 工作坊         | t — dut              | 1,770.00  | 2,440.00           | (670.00)   |
| 親子歷         |                      | 5,320.00  | 6,720.00           | (1,400.00)   |
|             | - 致送講者紀念品            | 40.000.50   | 360.00             | (360.00)   |
| 文康組: 週年旅    |                      | 13,086.50   | 13,750.00          | (663.50)   |
|             | 禮(花籃)                |   | 400.00             | (400.00)   |
|             | 話費 (學生專線)            | F00.00  | 1,833.00           | (1,833.00)   |
| デリスト<br>文儀雑 | 會/工作坊/會議茶點招待         | 500.00  | 6,294.50<br>821.70 | (5,794.50)   |
| , -13-411   | <sup>負</sup><br>水機濾芯 |   | 5,490.00           | (821.70)<br>(5,490.00)   |
|             | 小城源心<br>校務處職員紀念品     |   | 480.00             | (480.00)   |
|             | 住進步獎學金<br>住進步獎學金     |   | 4,000.00           | (4,000.00)   |
| 學生活         |                      |   | 6,300.00           | (6,300.00)   |
| ,           | 教職員午膳飯盒              |   | 1,968.00           | (1,968.00)   |
|             | 令氣機及設備               |   | 133,105.23         | (133,105.23)   |
| 總收入/總支出:    |                      | 291,342.52  | 211,080.23         |  |
| 本年度淨收入:     |                      |   |                    | 80,262.29  |

#### 家長教師會網站重整工作 正式完成!

本會最新活動及消息,請登入 http://www.shcc.edu.hk/~pta/

歡迎大家透過電子郵件 給予意見。

pta@shcc.edu.hk



#### 資產負債表

固定資產:

截至二零零八年五月三十一日

| 四人只生.              |   |              |                  |              |
|--------------------|---|--------------|------------------|--------------|
|                    |   | 原成本 (港幣)     | 減:累計折舊(港幣)       | 港 幣          |
|                    | 冷氣機及設備                                    | 665,525.78   | (665,525.78)     |              |
|                    | 減:更換注銷                                    | (665,525.78) | 665,525.78       |              |
|                    |   | 0.00         | 0.00             | 0.00         |
| 流動資產:              |   |              |                  |              |
|                    | 匯豐銀行往來帳                                   |              | 540,726.93       |              |
|                    | 匯豐銀行定期存款                                  |              | 1,277,484.71     |              |
|                    | 電費按金                                      |              | 51,000.00        |              |
|                    | 應收帳款 - 教育局資助金等                            |              | 11,091.50        |              |
|                    |   |              | 1,880,303.14     |              |
| 流動負債:              |   |              |                  |              |
| //// 划只 [只.        | 冷氣機及儲物櫃按金                                 |              | (1,244,800.00)   |              |
|                    | 應付帳款                                      |              | (671,943.00)     |              |
|                    | / 图 1 7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 |              | (1,916,743.00)   |              |
| 流動負債淨值:            |   |              | (1,510,1 ±0.00). | (36,439.86)  |
| // 以外只只厅匠.         |   |              |                  | (00,400.00)  |
| 負債淨值:              |   |              |                  | (36,439.86)  |
| 只良介但.              |   |              |                  | (50,455.00)  |
| 承上年度經常收            | λ/支出滾存                                    |              |                  | 56,421.85    |
| 本年度淨收入             | / (                                       |              |                  | 80,262.29    |
| 經常收入/支出滚           | ₹ <i>t</i> ≂                              |              |                  | 136,684.14   |
| 滅: 撥入冷氣系統更換工程基金    |   |              |                  | (173,124.00) |
| //%・リヌノ \/ 〈 木いろいぶ | // 大工: 正坐业                                |              |                  | (173,124.00) |
| 轉下年度經常收            | 7. / 士 屮 旪 去                              |              |                  | (26 420 96)  |
| 特广十反經币収            | 八又山別小                                     |              |                  | (36,439.86)  |
|                    |   |              |                  |              |

#### 冷氣系統更換工程基金

截至二零零八年五月三十一日

|      |               | 港幣           |
|------|---------------|--------------|
| 收入:  | 冷氣系統更換工程收入捐款  | 981,066.00   |
|      | 累積經常收入/支出滾存撥入 | 173,124.00   |
|      |               | 1,154,190.00 |
| 支 出: | 冷氣機及設備更換合約總額  | 1,154,190.00 |
| 基金餘額 |               | 0.00         |

(財政 梁玉華女士整理)

#### 家長教師會出版組 誠邀閣下就會訊投稿, 內容可環繞以下各項:

- 與子女相處之道
- 生活點滴、爹娘博客
- 參與活動、講座或工作坊 後的感想

#### 有興趣者請電郵予

"家長教師會出版組幹事-游韻鈺"

publish.shccpta@gmail.com

~一切從關懷開始, 請支持家長教師會~

## 家數會預告

#### 下學年活動預告

- 28.3.09 程翠雲戀愛工作坊
- 29.3.09 春季大旅行
- 25.4.09 Fun Fair
- 16.5.09 季會



# 家長教師會活動花絮











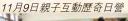
11月29日午間茶聚





2008-2009 年度水運會得獎健兒

















編委會游韻鈺女士、梁凱欣老師