

2014 ~ 2015 聖羅撒書院家長教師會

地址：香港新界沙田銀城街29號 電話：23371867 / 23373463
傳真：23380915 電郵：pta@hksrl.edu.hk

出版日期 2015年2月

我與聖羅撒學校

不解之緣....



聖羅撒書院校監
阮美芬修女

小時的我從未聽聞聖羅撒學校的名字，卻在天主奇妙的安排下，以四年級新生的身份踏進了校門。很快便結識了新朋友，也感到老師們的關懷，同時亦被修女們的和藹態度所吸引。中學二年級領受洗禮成為天父的女兒，被修女愛主愛人奉獻自己的生活所感動，開始去認識她們的生活及修會的精神，在天主愛的催促下，本想計劃在師範學院畢業後馬上進入修會，但因家庭經濟需要，還是要多任教一年才能實現。因為家人都不是天主教教徒，對修女的生活不了解，給了我很多阻力，幸好最後還是得到他們的諒解。

完成了修女的初步培訓階段後，有機會回到聖羅撒中、小學任教，亦曾經擔任兩校的校監職務，尤其聖羅撒中學（聖羅撒書院）的校監職務更為長久。過去十年，因被修會派遣在澳門聖羅撒英中文學服務，較少參與母校的活動，但對她的感情並沒有減退。今個學年，天主又奇妙地安排我重回聖羅撒書院擔任校監職務。參與第一次校務會議時感到很自然，有回到家的感覺，也給我帶來學生時代的回憶。

為我，從學生時期到現在，聖羅撒學校都是充滿著純樸及友愛的氣氛，瀰漫著家庭的精神。聖羅撒的學生給人的印象，通常是：真誠、純樸、友善、負責、有領導才能、關心社會公益、樂意幫助有需要的人，即是說她們活出了校訓「忠誠·仁愛」的精神，願聖羅撒學校的精神在校內薪火相傳，在家庭、社會中發出亮光。



阮美芬修女

於初中時，
(左)與同學合攝於聖母像前 (後排左一是我)
(右)與修女和同學們的合照 (前排左三是我)
(基堤道聖羅撒學校舊校舍)

校長的話

親愛的家長：

一元復始，祝府上各位萬事如意，身體健康！

在各位執委的努力下，本屆第一期的家長教師會會訊出版了。定期出版會訊實有助增強各會員間的溝通，並了解家長教師會各項活動。校方亦可藉此發放校園生活資訊和解釋校政。希望各位能透過會訊進一步了解家長、教師和學校的最新動態。



首先為各位家長分享我們中六畢業生的升學情況，同學在首三屆香港中學文憑考試之表現保持水準，絕大部分科目的成績均高於香港平均表現，獲得本地大學入學資格的比率分別為90.6% (2012年)、91.1% (2013年)和91.9% (2014年)，遠高於香港平均，結果令人鼓舞。同時，首三屆畢業生修讀各類學士學位課程比率分別達85.2% (2012年)、79.3% (2013年)和79.3% (2014年)，若連同其他副學位或高級文憑課程，修讀大專課程的比率更達97.7% (2012年)、95.6% (2013年)和97.8% (2014年)。畢業生能獲此佳績，除了她們的努力付出和老師的指導外，家長的支援及配合實在功不可沒，本人在此感謝各位家長。

校方相信本校的升學及就業輔導組老師亦為各同學在選科及升學的過程中，提供了充實的資訊和適切的意見，並在各項入學申請程序中，協助同學們處理有關事宜。而配合教育局發放的生涯規劃津貼，升學及就業輔導組在現有的基礎上，將安排更多不同類型的活動（例如講座、遊戲、資訊日、分享會、工作坊、參觀、工作影子計劃、社工輔導），讓各級同學在生涯規劃作良好準備。而各級活動亦有不同的主題和目標，務求貼近同學的需要，

中一	-促進自我認識 -激發對職業和人生規劃意識 -制定有效的學習習慣和可實現的學習計劃 活動舉隅：自我認識工作坊
中二	-促進人生規劃的準備和責任感 -如何就自己的職業生涯目標找出自己需改善的領域和制定行動計劃 活動舉隅：性格透視及職業取向工作坊
中三	-了解中四分科機制 -認識選科考慮 -管理壓力 -了解選修科目的選擇與大學課程的關係 -準備學生迎接高中課程的挑戰 活動舉隅：選科諮詢日
中四	-認識大學聯合招生辦法（聯招） -讓學生深入思考自己的學習方式，人生目標，核心價值，及期望職業 -指導學生設立目標和行動計劃 活動舉隅：邁爾斯 - 布里格斯性格分類指標(MBTI) 工作坊
中五	-如何撰寫自述文章 -深化學生對自己個性，強項，弱項，以及職業取向的了解 -幫助學生尋找合適自己的大學課程及職業 活動舉隅：模擬人生規劃日
中六	-聯招操作 -準備大學入學面試 -如何迎接中學文憑試放榜 活動舉隅：大學升學交流會、中學文憑試模擬放榜日

我們深信同學們若能認識自己和訂立人生目標，對她們的學習定有所幫助。當然，升學及就業輔導組老師亦會安排不同題目的分級家長講座，讓各位了解選科及升學的最新資訊，從而為子女作出適當的支援和鼓勵。

今天正在求學階段的同學，也許面對著不同的挑戰和壓力。選科及升學的過程亦會帶來困惑。但家長可從中了解女兒是否成長，能否客觀分析和理性判斷。然後為未來作合適選擇和議定替補方案。各位切忌替女兒作決定，只可從旁陪伴和指引，讓女兒自己走，讓她們懂得抉擇和為目標而努力。假若她們未能從心所欲，則宜作出鼓勵，讓她們從挫折中學習和成長。不過，遇上大是大非的關頭，家長必須糾正女兒的錯誤，使她們重拾正軌。

我相信只要家校合作，一起裝備我們的孩子，令她們有著一份忠誠仁愛的精神，並為入讀各本地或海外的大專課程而努力。

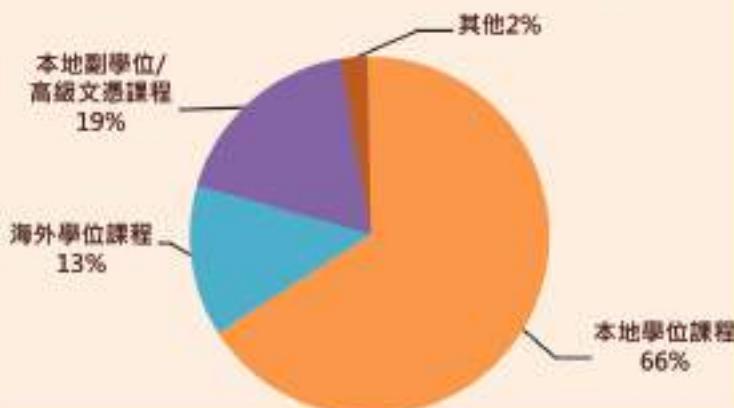
楊傑文校長

2013-2014 年度中六畢業生升學情況



第三屆中學文憑考試成績十分理想。135位中六畢業同學，已有 107 人正在修讀學位課程。此外，另有 25 人修讀副學位或高級文憑課程。

2013-14年度中六畢業生升學情況



根據香港考試及評核局（考評局）資料，

2014文憑試共27,943名考生報讀獲香港政府資助的學位課程之基本入學要求，即於中國語文及英國語文科取得第3級或以上的成績，同時於數學科必修部分及通識教育科亦取得第2級或以上的成績。最佳五科的積點分佈（符合大學或院校入學要求的成績統計）在統計表內，計算最佳五科的總積點已包括甲類及乙類學科的成績。

在甲類學科中，達第5**級為7分、第5*級為6分、第5級為5分、第4級為4分、第3級為3分、第2級為2分，以及第1級為1分。若選修乙類學科並取得「達標並表現優異」成績，會被某些學士學位課程視為甲類學科的第3級成績。此積點分佈統計表只可作為參考，各大學或院校收生時亦會考慮其他因素，如有關課程的特別入學要求、報名人數、學額及考生的學生學習概覽和面試表現等。

最佳五科包括的核心科目中取得「3322」或更佳成績	日校考生應考最少五科 (總人數 Total : 63,773)		全體考生應考最少五科 (總人數 Total : 68,425)	
總積點	人數	%	人數	%
(a) 10 - 12	127	0.2	136	0.2
(b) 13 - 15	2,251	3.5	2,425	3.5
(c) 16 - 18	6,714	10.5	7,209	10.5
(d) 19 - 21	7,460	11.7	7,963	11.6
(e) 22 - 24	4,804	7.5	5,064	7.4
(f) 25 - 27	2,585	4.1	2,673	3.9
(g) 28 - 30	1,446	2.3	1,461	2.1
(h) 31 - 33	719	1.1	727	1.1
(i) 34 - 35	198	0.3	200	0.3
	26,304	41.2%	27,858	40.6%

註：(i) 於核心科目中取得「3322」成績是指中國語文科及英國語文科均取得 3 級成績，而數學必修部分及通識教育科則取得 2 級成績。

(ii) 數學必修部分及延伸部分會被視為同一個科目組合。若考生同時應考兩個部分，則選擇其中成績較好的一個。

主席的話



「你的10大家事回顧？！」

新年伊始，謹代表家教會祝願大家身體健康、家庭美滿！

我在元旦那天也做了一個「2014十大家事回顧」來應節。

說起來，這個習慣也行了好幾年；開始時，只是嘗試說笑，大家在新年閒聊一下。怎知一家三口都十分興奮數算，回顧的家事其實有點「份量」！就這樣，便成為一家的良好習慣。總結2014的大事，小女、太太和我各有三件，剩下的是我們三口子的共同經歷。從這些大事的性質來看，只有一件屬負面，其他九件都甚有積極性，例如各自完成某些目標和階段、一些新計劃的開始、克服種種困難等等。所以，我說這是良好習慣，實在不無道理。其好處有以下幾點：

1) 令一家學會感恩、2) 一家人互相肯定和支持和3) 是凝聚一家人的具體及可持續的方法。

在忙碌的生活中，不知道大家可有建立一些有實質作用和可持續的家庭習慣呢？如果沒有，我誠摯地邀請大家開始想想。因為這是一件十分有價值和有利親子關係，應該說是家庭關係的事。在緊張的生活裡，我們很自然只把注意力放在子女的學業和行為的矯正上。管教固然重要，但愉快和溫暖的家庭氣氛是促進子女成長的養份，我們做父母的縱使忙碌也應主動想想一些具體的實踐方法。我環顧身邊朋友，他們有信仰的會一同讀經、祈禱，在靈性上彼此進步和關愛；有些會一起運動，突破限制，感受成功的喜悅；甚至有些會一起做義工，從助人的過程增加彼此認識，當然大家可各施各法，總之找一兩項一家人都感興趣的開始，我建議大家可以從較簡單的開始！

不如大家就儘快開一個家庭會議，商討一下！其實，家庭會議本身都是十分好的習慣—會議不一定要在會議桌上，大家坐在橙化，一人一杯雪糕，好些「家庭大事」都可以找到出路和希望。

最後，祝願大家在2015年都能夠結出豐盛的十大家庭大事！

吳家利

副主席的話



數數手指，加入了家教會這個大家庭將近六年了。由小女在小學階段擔任家長義工開始，直到中學成為家教會執委。回憶過去，本人慶幸成為家教會成員之一。

每年家教會舉辦多項活動，我曾經負責籌備及參與工作，每當策劃活動工作時，就好像學生面對考試，心情十分緊張。

記得有一年舉辦校園親子夜，碰巧天氣不佳，令燒烤環節不能順利進行。幸而老師、家長及學生化身成為廚師，為大家炮製食品，變成一頓豐富的自助美食，順利過關！

令我印象難忘的是每年校慶遊藝會。委員們費盡心思，設計及佈置攤位遊戲。大家不辭勞苦，長途跋涉到各地搜羅精美的禮物，為各位來賓及同學們帶來歡樂，更令我感到幸福和欣喜。

由於有較多的時間與執委和家長義工接觸，感受到大家的熱心、投入及無私的奉獻。更與部份家長們成為好友，建立了深厚的情誼。謝謝你們在我的人生中給予點點色彩！

陳淑嫻

新執委心聲



我的女兒 她的爸爸

加入聖羅撒書院家長教師會

2014年 9月1日，我的女兒由小學的大姐姐，變成中學的小妹妹，而我就由「小學雞」的燈籠，正式成為「中One雞」的燈籠。然後，我又當上聖羅撒書院家長教師會的其中一個委員。

有人問，為何我會參與家教會？原因當然就是我參選時的政綱：「希望藉著參與家長教師會，成為學校和家長的溝通橋樑，反映學生的學習需要！」但直至現在，仍未能完全實踐。我會在未來的日子，盡力地實現。

還記得，當上執委後，第一次會議時，什麼也不懂，也不知道準備什麼，開始時的感覺有點緊張。然而，校長、老師及家長執委們，在開會時友善的態度，使我緊張的心情得以放鬆。在開會的過程中，老師及家長們所提出的意見及改善，也沒有則重於自我一方，大家都很有誠意，以學校及學生們的觀點，提出可行的建議及方案，使我更加覺得加入是正確的決定。

至於我的太太及兩名女兒，她們也十分支持我參與家教會的工作，希望日後可以利用自己所長，協助家教會，以得到更多家長的支持和認同，謝謝！

張富德

家長義工組

教師會的宗旨是希望透過活動，加強家長與教師間的溝通、瞭解及合作，培養彼此間的友好關係，使家庭教育及學校教育能相輔相承，以達到聖羅撒書院教育宏旨，並提高學生的教育質素及改善學生福利。

我們誠邀各家長成為義工，不論在職與否，只要抱著無私精神，為學校及同學服務，定能共同建立和諧美好的學習環境，薪火相傳！

義工服務除包括日常看管圖書館、電腦室及自學中心外，更有協助設計、更新家教會壁報板，還有學校校慶及家教會活動，例如於3月校慶遊藝會中PTA攤位、5月校園親子夜等都需要大量義工幫助，希望家長多多支持及參與！

歡迎家長隨時將您的姓名、聯絡電話、學生姓名及班別發送到本會郵箱：pta@hksrl.edu.hk 或與校務處聯絡家長義工統籌小組成員梁婉珊女士。

義工組當值地點	活動日期	時間
圖書館 管理 (6/F)	星期一至五	11:45am 至 12:45am
電腦室 (3/F)	星期一至五	1:00pm 至 2:00pm
自學中心 (2/F)	星期一至五	1:00pm 至 2:00pm
家教會壁報板		每年約 3-4 次
親子旅行		2015 年 12 月
校慶遊藝會		2015 年 3 月 7 日 (星期六)
校園親子夜		2015 年 5 月 9 日 (星期六)



左上：圖書館當值情況
左下：自學中心當值情況
右上：Miss Lin與義工隊合影
右下：電腦室當值情況

2014 校慶同樂日



2014 家教會 校園親子夜



2014-2015年度家長義工名單 *由2014年9月始截至2015年1月止

班別	學生姓名	家長姓名	班別	學生姓名	家長姓名	班別	學生姓名	家長姓名
1A	Jasmine Lui	陳詠思	1C	Kitty Lee	劉加蔚	3D	Doria Tang	陳英
1A	Meanne Chiu	包凱儀	1C	Rachel Tung	鄭碧君	4A	Christy Lee	譚玉琴
1A	Myra Tam	霍美慧	1D	Marie Lee	楊趁雲	4B	Anastasia Mak	梁婉珊
1B	Elaine Wong	黃秋香	1E	Hazel Cheung	陳穎懿	4C	Christy Wong	余美雲
1B	Jocelyn Lee	蔡幸純	2A	Corliss Chau	許碧蘭	4E	Jocelyn Chan	譚葦欣
1B	Povy Chow	吳珮泓	2B	Jenny Wu	黃佩霞	5A	Annable Che	陳淑琴
1B	Vanessa Lo	卓慧貞	2C	Nikki Wong	尹惠儀	5B	Daphne Ng	鄧志娟
1C	Isabel Yeung	何慧賢	2C	Sue Lam	譚慧筠	6E	Tracy Chan	蕭銀周

2014-2015

聖羅撒書院家長教師會 周年會員大會



2014-2015年度家長教師會周年大會已於10月11日(星期六)下午3時在聖羅撒書院禮堂舉行，共有185位教師及家長參與，出席人數令人鼓舞。既如以往，由主席匯報過往一年家教會活動，其中包括12月8日「親子旅行」、2月22日「校慶遊藝會」、5月3日「校園親子夜」及於學期尾舉辦的「攝影入門興趣班」。大會中由楊校長及嘉賓頒發感謝狀予退任家長教師會執委委員及義工代表，其實每項活動的背後，也要感謝為我們無私付出的老師及委員，更有一隊全天候為學校服務的家長義工團，因為他們的努力，活動才可完滿舉行。

當日除了會務報告外，更要改選7位家長執委。經過各候選家長的演辭，7位家長執委順利選出，為新一屆的執行委員會帶來更大的動力！

在大會當天，本會邀請「AFS國際文化交流計劃」為家長介紹機構及講解怎樣成為合資格AFS接待家庭。香港AFS為本地青少年提供全面而又深入的國際交流機會，在語言、學業、生活與文化層面上促進交流學習，交流計劃主要對象為本地15-18歲的中學生，獲甄選的同學可參加為期十個月的海外交流計劃，拓展參加者的國際體驗。

2014-2015年執行委員會之成員



2014 家教會旅行親子創作攝影比賽



「靖海澄疆」

得獎作品

主題：我們的美好回憶

學生姓名：Christy Lee F.4A

家長姓名：李志榮

作品簡介：

相信大家沒有留意海防博物館門前的水池，它並不是一個美輪美奐的噴水池，而是一個平靜的水池，切合海防的目的

~ 和平的海，平靜的國土。

2015 PTA 親子工作坊

親子跑步訓練班

教練：許愷雯

(香港樂餘田徑總會一級教練、前香港隊隊員)



參加者心聲

「與女兒一同學習，算是首次，多了個愉快經驗和興趣！」

「與女兒互相鼓勵去完成每次的訓練，很有意思啊！」

「生活繁忙，難得家長學生能一起運動，是值得的回憶！」

「都市人，平日缺少運動，更少和女兒一齊做運動，又有教練指導，獲益良多，增進與女兒的感情！」

攝影工作室

首先多謝學校支持，於2014年6月首次舉辦攝影班，是次活動反應熱烈，給予本人及導師很大鼓舞，當中學員亦非常投入，對於再舉辦下屆攝影班十分之期待，而下屆訓練內容會加插進階技巧，例如：夜景、閃光燈運用、運動攝影....等。

期望各學員能夠全面掌握相機運用的技巧，記錄生活中每個難忘的時刻。

家教會執委 葉群星



2014 家教會秋季旅行



家教會旅行未出發前，當然是影團體照片，今年有新創意，120人在操場上堆砌出校名縮寫SRL。

在旅遊巴上，經驗豐富的導遊，除介紹大潭水壩及海防博物館外，更將香港歷史典故，娓娓道來，引人入勝，各人都很專心聆聽，所以未有在旅遊巴上小睡。

通常秋天旅行是秋高氣爽，天朗氣清，下車後，卻是風雨飄搖，但眾人都互相扶持，扶老携幼，浩浩盪盪沿海邊車路小徑進發，經大潭篤村前往水壩，途中看到對岸山上的無字碑，據說是英軍潛艇升上水面的坐標；而海灣中央因測試時留下的探井，同樣成了水壩的印記呢！循小徑走至弧形大壩底部，這地方向來是婚紗攝影勝地，遊走當天可惜未遇上新人在此拍攝。雨季已過，流水不多，如在排洪日子下，有瀑布的效果，攝影氣氛定更吸引。循原路回到大潭篤村，沿車路走向餘下的抽水站古蹟，來到抽水站和員工宿舍，由於大門鎖上，只能從圍網外窺視，未能正式完全走訪大潭水務文物，略為可惜。





眾人聚集在抽水站附近的空地停車場，參加親子集體遊戲，由家教會執委帶領下，校長、老師、家長及同學們混合分組，無分彼此，大約分十數人一組，手握手親切地連接，由內圈臉向臉，全部人不可鬆手，用智慧及敏銳身手，全組人以最快速度，各人反身向外，在融洽相處及溝通下，很快已有隊伍勝出，反觀當天最慢的一組，仍堅持完成，突顯出各人的體育精神。

午飯及抽獎後，我們前往鯉魚涌，參觀海防博物館，該館以海岸防衛歷史為主題，結合具有百年歷史的鯉魚門炮台，使我們觀賞到守護鯉魚門海峽的炮台巧妙佈局，亦能透過館內展廳認識香港海防六百年的歷史。此館沿山建築，三面環海，景色優美，遠眺對岸鯉魚門海鮮食肆，館內並設有餐廳及紀念品商店，方便遊人。日落餘暉，各人都帶著喜悅的心情，曲終人散。

家教會執委伍志強



2014 PTA HKDSE TOP 5 AWARD



1st Phoebe Woo

胡楚翹
(中六甲)



2nd Oriana Yeung

楊曉彤
(中六戊)



3rd Iris Chan

陳美瑤
(中六甲)

4th Charmaine Lee

李宛臻
(中六戊)



5th Corliss Lee

李宛融
(中六戊)



5th Katie Ng

伍衍蕙
(中六甲)

2014 PTA 最佳進步獎



Emily Wong
黃樂宣
F.5C (F.6C)

對於有幸成為得獎者之一，我感到十分榮幸。除了感謝學校及家長教師會，我亦認為此獎項是對所有一直支持及鼓勵我的人最好的回饋。感激學校給予我一個良好的學習環境，同時亦感謝多位悉心教育我的老師們，使我能夠在學習上日有進益之餘，亦讓我得以全人發展，全面地成長。在讀書方面，我認為除了要懂得自己分配時間外，家人的支持及教師的用心教導也十分重要。希望此獎項能繼續成為我日後的原動力，讓我在未來的日子嘗試超越自己，勇往直前。



Hebe Wong
王嘉希
F.3E (F.4D)

首先，我很開心能夠獲頒這個獎項，並感謝家教會給予我這獎項。能獲得這個獎項，我相信是全靠老師和父母的支持。在上學年度的上學期考試，我的成績未如理想，幸好父母與老師沒有責罵，反而對我作出鼓勵和幫助，令我的成績突飛猛進。我認為比起分數，學習態度更為重要，只有抱着認真的態度才能獲得更好成績。希望各位不要放棄，令自己成為下一個得獎者。



Jessie Leung
梁逸詩
F.2E (F.3C)

獲得了最佳進步獎，我感到十分高興。我從來沒有想過我會獲獎，但我竟然獲獎，真使我喜出望外！我要衷心感謝聖羅撒書院家長教師會設立這個獎項，以及老師和父母的循循善誘和支持。這令我刻骨銘心，以後我會再接再厲！



Betty Shar
謝善行
F.4B (F.5B)

我很開心可以得到這個獎，我發現到當用心去做一件事，終有一天會有成果。還有很多謝家人一直以來的支持，在我有困難時，他們會努力的幫助我跟上進度。

2014 PTA HKDSE CLASS AWARD

Form 6A Sally Wai 衛婉欣

Form 6B Tracy Ma 馬偲恩

Form 6C Phoebe Ma 馬欣瑜

Form 6D Phoebe Chow 周諾妍

Form 6E Natalie Lam 林晞彥

HKDSE 2014獲獎畢業生的分享

憶·花

胡楚翹
二零一四年畢業



在路口，正欲踱步，一股力量從後拉住我的腳。回首，隨風而來的花香讓我沉醉於身後的一片花圃錦簇。

六年前，一個女孩初次來到這一片空地。她翻了泥土，撒下遍地種子。她蹲在小土丘前，等待幼苗成熟，心裡期待著。可是，一切不如她所想般。這片土地遭到煎熬，遇到暴雨來襲。女孩曾感孤獨，但她有幸遇到你們，得到你們的幫助。

你們是沙漠中的水源，滋潤疲憊的女孩和乾旱的花兒。學習的路途崎嶇，但我很慶幸有老師和同學從旁耐心的教導和支持。臨近公開考試，英語文學科需要完成一份專題研習。每當執起筆，腦海都是一片空白。面對這數千字論文，我不知所措。可是，科任老師練茂棠老師不但沒有責備我，還給了我不少指引。雖然我不斷修改稿子和提出問題，但是老師不厭其煩地批改，甚至一次比一次給予更多的評語。完成論文時，我才發現有那麼多的不捨。對文學的追尋和喜愛，也就在此刻奠定。雖然假期中仍要補課，但是我和同學們很積極參與討論，歡喜雀躍地把黑板填滿，十分享受一起上課。很感謝老師的幫助，讓我找到學習的方向；很感謝同學的勉勵，讓我們一起努力面對公開考試。

你們是驟雨中的雨傘，努力地保護花兒。我很感恩朋友和老師們在我徬徨無助之際安慰和鼓勵我。沒有他們，花兒也許被雨水淹沒。沒有他們，我不會尋到牠。沒有他們，我不會是今天的我。起初的我不願釋放被籠罩在憂愁的自己，但他們仍然願意陪伴我。即使我吞吞吐吐地說話，他們仍然願意耐心聆聽，讓我敞開心扉。他們給我的每一張卡，每一個信息，對我說的每一句話，如寒冬裡的火焰，夜幕裡的耀星，漆黑裡的明燈，在我迷路時引領我走出陰霾。

你們是穹蒼中高掛的太陽，為女孩帶來溫暖。猶記得兩年前與朋友一起籌備學校開放日，儘管我們汗流浹背，五彩繽紛的紙上的畫未算上栩栩如生，拼貼的圖案未算上完美無暇，弄得一團糟，我們的臉仍然漾著漣漪，笑靨如花。直到工作完畢，我們仍不捨得離開，留在校園每個角落拍照，喧鬧一番。感謝每一位你：因為結識了每一位你，所以快樂；因為遇上了每一位你，所以成長；因為愛著每一位你，所以幸福。因為祢，妳和你們，含苞待放的花蕾才會綻放，才有這一切沿途美景。這裡的花兒確實美得讓人迷戀，但我要邁步——或許前方會有更多、更美的風景等待我去發掘。可是，我還是會回來，因為這片花圃，這個校園，是我最愛的。



我們在密密麻麻的文字下展現最美麗的弧度。
(攝於英語文學的補課)



我們在操場留下歡樂的足印。(攝於學校開放日)

The Battle with the HKDSE

Iris Chan
Graduate of 2014



The Hong Kong Diploma of Secondary Education Examination is certainly a tough battle for all students.

The most difficult part of the battle is the endurance and stamina required to win the battle. Fortunately, our school had equipped me to be a capable student and assisted me to get a good result in the examination.

A lot of resources were provided by the school to recognise and motivate students to strive hard for the public examination. Teachers listened and gave us many suggestions to solve the problems that we faced in our studies. There were various enhancement classes for different subjects which brought us new insight in learning the subjects outside classes. The various subject awards motivated us to perform even better.

The school also shaped me into a better person by nurturing me with correct values and views towards life. The school emphasises a lot on respect and politeness, so I have learnt the importance of good manners. The teachers' sharing during morning assemblies every Monday also helped us to reflect on how we perceived life and how we could be better persons. The school has successfully shaped us into well-educated young ladies.

I am really grateful to my alma mater.

My Life with DSE

Katie Ng
Graduate of 2014



The study period before the DSE exam is the most stressful time. I kept on reminding myself it was running out of time; at the beginning of the school year I already strived to push myself to the limits. I was lucky enough to realise my method was almost suicidal before my mental breakdown. The public exam is nothing like any exam we had before: it is an enduro instead of a sprint. The whole process is about arming yourself and embracing the exam in your best state. Health guru saying you should get enough hours of sleep might sound clichéd but it is essential for bringing the best out of you.

To me, the DSE exam is not simply a pathway leading to university; it's more like an entrance ticket to adult life as you equip yourself on the way. It is more than just remembering historical facts or molecules; it's about endurance, self-discipline, will and more. It might be your worst nightmare at the moment, but when it's over (which will be much sooner than you expect) you will be profoundly proud of what you have accomplished. You will be strong enough to face every other problems.

Here may I extend my prayers to the 2015 DSE exam-sitting girls: may God grant you bravery and strength. Your alma mater, dear teachers and I are always ready to support you.

To Enjoy the Tough

Oriana Yeung
Graduate of 2014



I was trembling with excitement and disbelief at my DSE certificate. What a relief! My hard work had been paid off and I did not let down my dearest teachers' expectation.

Battling with the HKDSE is definitely a tough yet meaningful journey. DSE brought enormous pressure to students who had never joined any public examination. Thankfully, our school had provided numerous supportive programmes that catered for our different needs. Teachers always gave us support and careers guidance, proving that we were not alone but working together. Despite the heavy workload, they sacrificed their private time in marking my extra assignments, and offered detailed advice for improvement. Without them, it was quite impossible for me to achieve such good results in the HKDSE.

Apart from practical advice, mental calmness is particularly important for me to go through the months of preparation for the examination. Trust is the most powerful word that motivates me whenever I am in my low ebb. When things did not turn up to my expectation, I tried to trust myself that I was capable, trust my teachers and friends who were navigating me through the journey, and trust God who would do the rest after I had tried my best. This faith motivated me to overcome the enormous tension during the examination period.

What I have learnt in St Rose is way beyond the achievements in DSE. St. Rose shapes me into a passionate and disciplined lady. Looking back at the fifteen years in St. Rose starting from my kindergarten, I find my life joyful and meaningful. My childhood was filled with love and care, and my youth is enriched by knowledge and wisdom. I treasure the Rosian spirit, which will continue to accompany and enlighten me in the rest of my journey!



We are ready for our school's Open Day.



Let's keep smiling!

李宛融
二零一四年畢業生



李宛臻
二零一四年畢業生



很開心能在畢業時有這個機會向所有與我一起渡過中學時期的各人表達謝意。同學朋友們之間共同相處的開心回憶讓我十分難忘。亦要謝謝老師悉心的教導和不斷的鼓勵，更要感謝父母的照顧和無限的支持。感恩能在這對成長十分重要的中學路途中遇上的您們，給予我這美好的經歷。希望大家都會好好珍惜這六年在聖羅撒書院的時光。

畢業是讓人又期待卻又不捨得的時候，期待的當然是進入了人生的另一個階段，踏入了多姿多采的大學生活，可是，我卻同時記掛着在母校的人和事。在此，我亦希望藉這機會感謝老師們的鼓勵及教導，母校給予的種種機會和支持，父母的體諒和關心，同學的支持和關懷。盼望眾姊妹們都能在努力學習之餘珍惜在母校的每一段回憶。

奧比斯救盲之旅



譚潔晴（中五甲）及湯映蘭（中五甲）



譚潔晴(右一)及湯映蘭(右二)



在上一個暑假，我們參與了奧比斯到尼泊爾的教育之旅。這次的旅程，固然讓我們更加深入認識奧比斯在當地展開的教育工作。除此以外，還帶給了我們滿滿的感動。

這次教育之旅，我們一行十六人探訪了三位接受完眼科手術的小朋友，而他們都分別住在一些偏僻的小村落。每次當我們到訪一位小朋友的家中，村裏面的其他的小孩子總會聚集起來。看見那三位小朋友接受完手術後能回復視力，與村內的小孩打成一片時，我們明白到擁有視力是一件多麼美好的事。因為視力能讓你看見朋友臉上的微笑，看見家人為自己高興的樣子。能夠回復視力，高興的當然不只是他們自己，還有他們的家人，而奧比斯幫助的，亦不只有眼疾患者本身，還有他們身邊的至親。我們想，當為人父母的得知自己的子女終有機會重見光明，看看周圍的人，用眼睛探索四周的新事物，代表著孩子的將來也從眼疾帶來的枷鎖中解脫，是多麼的開心及欣慰。

此外，參觀眼科中心亦是一次令人留下深刻印象的體驗。一進去眼科中心，兩旁都坐滿了前來看眼疾的病人，由此可見當地眼疾的情況相當嚴重。但有關設施卻不足以應付數量龐大的病人。從中心職員口中得知，病人當中有一位年紀很小的女嬰兒。我們一開始只是以為她睡着了，卻料想不到，她自出生幾天後就失去了視力。我們不知道最後那名嬰兒能不能完全回復視力，但肯定的是她有這個機會。而這個機會是奧比斯一直致力爭取的，要在發展中國家籌集資源設立醫院、培訓足夠的專業人士並不容易。因此這機會得來不易。

在七天的行程裡感受最深的莫過於親眼目擊治療白內障的手術過程。在一間眼科醫院內，我們見證一名患有白內障的小朋友做完手術後恢復視力，這對我們來說同樣也是種挑戰。能夠見證奧比斯的教育過程是一種榮幸，可是我們沒有人忍心看見那脆弱的小生命被搬往手術床，從一臉害怕緊張到因麻醉藥生效而失去知覺，還記得那時我們心裡都有一絲躊躇，心裏面的緊張和恐懼令我們有一點兒卻步，可是這是當地隨行的奧比斯員工說了一句令人反思的話：「你們不需感到害怕，手術不是嚇人的事，而是小孩重見光明的美麗過程。」短短一句話便令我們反思了自己來到尼泊爾的原因，正正是為了做一個見證，然後把訊息傳開去呀！最後我們都突破了自己，進入了手術室陪伴小孩，手術的時間不長，只有大概二十多分鐘，但改變的卻是他的一生，一想到這裡，我們都知道自己做了正確的決定。

若沒有了這些眼科中心和醫院，繼續生活在黑暗中的不知有多少，因此奧比斯無疑是幫助那些患有眼疾的人的最大功臣。這趟旅程所獲得的，並不能靠片言隻語去表達概括，因為我們所感受的比眼看見的多太多。

The Leadership Training Camp 2014

With the generous support from the PTA, the highlight of the Students' Union 2013-2014, VEGA, the Leadership Training Camp, Excelsior, was successfully held last summer. The Leadership Training Camp was a programme that provided students with a chance to develop their leadership skills. During the programme, students' problem-solving and communication skills were strengthened through different tasks and games. After three-day training, our students were better equipped to become future leaders and make contribution to the school community. Again, we would like to take this opportunity to thank the PTA for subsidising the programme, which encouraged more students to participate in this meaningful activity.



Participants living up to the spirit of the programme - striving for excellence



The Organising committee preparing for the mass game



Briefing before the camp



A Letter to the Graduating Class

First of all, let me show you a picture which was taken at about your age when we had our final school picnic in St Rose of Lima's before taking the Hong Kong Certificate of Education Examination. It was nearly three decades ago. Now my daughter and many of you are busy preparing for the HKDSE.

Like most mothers I suppose, we do not know what is in your mind. This is probably because of the generation gap. But I guess you still share what we felt at that time, worrying about the public examination, the future discipline in higher education and even your future career. May God bless you all the best of health, wisdom, energy and peace in this most difficult time. I am sure your family and school teachers will all stand by you. You are never alone.



Time flies in a blink of eye. In the past three decades, I still keep in touch with my fellow Rosian classmates. We share our joy, achievements, setbacks, challenges, frustrations and the good (and bad) old days in school. In a recent gathering on Christmas Day at my home, this old photo was shared and my daughter suggested us taking the same picture (please note the right most person in red above could not join the gathering and was replaced by another classmate). Looking back, we still remember how hard we studied for the public examination. Some made it, some did not. Doing well in the public examination will not guarantee success in future. And vice versa, it is definitely not the end of the world if the results are not as good as you expect. Keep working hard and be confident in yourself, you will make it someday.

Cherish your friendship and count your blessings. Do not take things for granted, and do show appreciation to your friends and family who render you support when you are in need. Give thanks to God for giving you a loving family, a good school, having the chance to be educated (and take public examinations too). Do stay in touch with your alma mater after graduation, and offer your help and support.

All the best to your HKDSE examinations and wish you all a very fulfilling 2015!

Yours,

Janet Chow (F.5B in 1986)

Mother of Beatrice Cheng (F. 6E)



楊國強

2013-2014

家教會副主席

起跑線或合適賽道？

近年家長界常提要“贏在起跑線”，為子女做很多準備，又要爭入名校及學習其他言語等等...但我認為挑選一條合適賽道是更為重要。

我夫婦倆有幸為小女曦彤挑選一條合適賽道 – 聖羅撒書院；她不但幸運地在文憑試獲得好成績，還能在高中三年嘗試不同的崗位及經歷，而最重要是她有一個愉快中學生活，已視聖羅撒書院為第二個家！

回想起來，這條賽道對小女的成長和學習佔了非常重要的一環。我在家教會服務四年，感覺到校方和老師的用心教學，例子俯拾皆是：

在政策上，校方重視同學的學習環境：如堅持學生手提電話要放在校務處及留校午膳，不要看輕這些小環節，現今科技進步，試想如在上課用手提電話看娛樂新聞，女兒怎能集中學習？至於午膳，由於全校在中午留校，小女更能善用午飯後這段時間向老師請教功課，或與同學討論如何安排活動。

課外活動：校方堅持課外活動的重要，如每年的校慶遊藝會，每班同學要自己設計攤位佈置、遊戲、禮物及分工；小女亦透過這些活動，再加上英文辯論隊及奧比斯大使等而得益不少。

至於老師們更不怕辛苦，用心教學；如利用週日在咖啡室與每位同學個別討論功課，每人三十分鐘，這令小女很感動，明白要做好自己報答老師。

其實小女不是聰明，小學時是全級名列四十以外，感謝聖羅撒書院提供一個適合她的環境，讓她能建立自信及為自己訂立目標，在這條賽道上取得好成績，現在能在另一條賽道上奔馳！

希望同學們能珍惜及享受這條賽道！

家長們請留意：信心很重要，同學如能建立一點一滴的自信，早晚亦能爆發出來！所以與其在一條艱辛及不合適的賽道上學習，倒不如找另一條賽道讓女兒有信心地成長。



聯誼 · 楊潔茵女士

學術 · 練茂棠副校長

司庫 · 劉潔明女士

會訊編輯委員會

聯誼 · 張富德先生

學術 · 譚慧筠女士