



2017-2018

# 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

第一期 出版日期 2018 年 2 月

## 校長的話

親愛的家長：

農曆新年臨近了，很高興能向大家拜一個早年，祝各位生活愉快、身體健康！

今個學年是非常值得「感恩」的一年：感謝天主在這七十年裡一直帶領聖羅撒大家庭茁壯成長，感謝天主讓我有機會為聖羅撒書院服務。本人非常榮幸能在母校踏入「白金禧」的紀念時刻出任校長一職，我懷著感恩之情，與全體師生一起籌辦七十周年校慶。

我來自兄弟姊妹眾多的大家庭，而渡過七年中學生涯的聖羅撒書院則是我的第二個家，當時的校長是馮瑞芬修女。馮修女給我最深刻的印象就是在每個學年初，都會向學生解釋歌集“Praise Our Lord”第一首詩歌“Poverello”的意思是“God’s little poor one”。馮修女叮囑我們要效法聖方濟亞西西，做個謙卑的人。這粒微小的福音種子，撒在我的心田。往後的年月裡，時刻提醒自己必須做個謙卑的人，因為凡高舉自己的，必被貶抑。大學畢業後，我回到聖羅撒書院執教鞭，常常樂於和學生分享“Poverello”對我深遠的影響。2014 年 4 月 19 日，我在聖依納爵堂領洗成為天主教徒，主保聖人就是聖方濟亞西西，我的聖名是 Francesca。

上年十一月十二日校慶開放日尾聲，首次在校園內舉行盆菜宴，那夜座無虛席，幾代聖羅撒人聚首一堂，連平日深居簡出的退休工友華姐亦應邀出席，她愛笑說：「我睇住 Miss Lin 大！」我直點頭：「是！是！」年少的我，每天放學都留在舊校舍溫習，華姐有時候在星期六的操場上也會找到我的蹤影。昔日的師長、同窗和故友，今天的同事、舊生和在校家長學生，都在那一夜共聚，正是盆菜的象徵意義——喜慶團聚。



與 2017-2018 學生會幹事合照



感謝華姐對學校的貢獻

本校辦學團體會祖真福苦難瑪利亞修女教導我們「只有透過愛，才能了解愛」。葉慶華神父在會祖瞻禮彌撒講道中勸勉師生繼續秉承會祖精神，在日常生活中實踐無條件的愛。我非常感恩，在我的中學生涯，遇上很多良師益友，是聖羅撒書院培育了今天的我，而天主也賜予我機會回饋母校。

十年樹木，百年樹人。在未來的日子裡，有賴各位家長和校方並肩，迎接未來的挑戰，培育學生成才。主佑！

練茂棠校長

## 主席的話

新一屆的家長教師會執行委員會已於 10 月份順利組成。在今年的選舉中，很高興看見不少中一新家長的加入。這是對家教會的重大支持，也是家教會穩步發展的先決條件。家教會每年籌辦 5 至 6 個活動，有旅行、參與校慶遊藝日、親子晚會、興趣班和出版會訊。每年我們都希望在不同活動中得到更多家長及學生的參與。新執委的加入更可為我們提供新的意見，新的動力，倡議新的活動形式。我們希望能更貼近家長們的興趣及需要，加強家教會與眾家長之間的互動及聯繫。



家長教師會的宗旨永遠朝著一個目標，就是促進學校、家長和老師之間的相互溝通。希望透過家校和諧的關係，共同為學生們塑造一個優質的家校教育環境。為着女兒們的教育，我們都有同一個目標，就是她們可在和諧、健康及良好的教育環境下成長。很多家長都告訴我，透過家教會的活動，他們更了解女兒們在學校的情況，認識了女兒的朋輩，加深了跟女兒的溝通和關係。這也是我個人任職家教會數年來的得着。如果你從來沒有參加過家教會的活動，在這個學期就踏出第一步吧！嘗試加入我們的活動吧！我和所有執委都十分期待在今年的活動中與你們見面。多謝各位！

祝各位在新的一年生活愉快！

楊潔茵



## 副主席的話

加入聖羅撒書院家長教師會經已三年多了！回想起當初，我「膽粗粗」地提議要翻新家教會的網頁，經過約一年多的時間，終於完成。在此，希望大家多些留意家教會網頁，並抽空參與家教會舉辦的活動，及給予我們寶貴的意見。為延續家教會網頁的設計及內容的更新，現在是找接班人的時候了，你有興趣嗎？

今年是聖羅撒書院七十週年及聖羅撒書院家長教師會二十週年，祝願聖羅撒書院既能與時並進，亦能保留聖羅撒傳統美德；也祝願家教會的執委們，能盡心盡力地協助家教會推行各項活動！

最後，祝校監、校長、各位老師、家長及同學們，身體健康，生活愉快！

張富德

## 司庫的話

身為新世代父母絕非易事，但我們總希望子女可以健康成長。在此祝願各同學及家長於新學年一同愉快學習，彼此多一份包容、體諒。

劉潔明



# 聖羅撒書院家長教師會 周年會員大會 2017-2018



2017-2018 家教會執行委員會

每年的周年會員大會 (AGM) 對家教會而言是一個非常重要的日子，因每個學年內的活動都需要各委員策劃及參與，我們透過周年會員大會加強家教會團隊的力量！使每個活動得以順利完成！過去家教會有舉辦不同的親子活動，有效地增加家校之間合作，例如：親子旅行、校園親子夜、Fun Fair 攤位遊戲、親子攝影班、茶藝班和跑步班。

周年會員大會上亦有機會表揚校內過去一年有傑出表現的同學們、義工家長和剛卸任的主席！我們期望，新一年家教會能為學校付出更多，使同學們有更愉快的校園生活！



主席匯報會務



司庫報告財務



五位新當選之家長執委



頒發感謝狀予服務了家教會六年的梁婉珊主席



頒發委任狀予義務核數師黃華基先生



頒發感謝狀予家長義工蔡詠茵女士



頒發感謝狀予家長義工陸靜雅女士



2016-2017 年度獲得最佳進步獎學生合照



2016-2017 及 2017-2018 年度家教會執委合照

## 新委員心聲

大家好！我是今屆的新執委，是一名投資銀行法律部的法律助理，從事法律工作這個行業超過 25 年。今年細女有幸跨區派入聖羅撒書院就讀中一，對她而言是一個新挑戰，對我也是一個新考驗。從前的我只顧工作而忽略了大女兒的中學時光，因此，我希望藉著加入家長教師會對學校有更深入的了解，並能與小女一起成長。我非常高興能成為今屆家教會的一份子，為學校、學生及家長作出貢獻及服務，而且認識了新舊委員，深深體會到各人的無私大愛，合力推動家教會家教合一的理念。希望各家長可多些參與家教會舉辦的活動，一點點支持已代表家教會的努力付出獲得你們的肯定。



Anita Tsang – 聯誼



回想起上年十月份參選家長教師執行委員會選舉的時候，真的全憑一個“勇”字。

轉眼間大女兒已上了中學，我們很榮幸她能夠加入聖羅撒這個大家庭。中學生涯是她人生另一階段的里程碑及新的開始。我們盼望她能好好地享受和接受各種迎面而來的新挑戰。

從昔日一個工作狂退下來成為全職母親，這份工作真的一點也不能看輕。別說我是看著我的女兒們成長，其實每天我的女兒們也是看著我的成長。她們看著我怎樣做人，怎樣以身作則，身體力行。我也是不斷的向她們學習，接受她們給我無限的驚喜和挑戰。我們是彼此的一面鏡子。

就是在這動力下，驅使我鼓起勇氣，同大女兒攜手在新的階段下重新出發，嘗試新的挑戰……我報名參選家長教師會執行委員會選舉。

我希望透過這次無懼的“豁出去 (I Have a Go)”給子女們一個重要的信息。只要勇於嘗試，得着永遠比失去多。加上如果自己認為自己有一點能力，有一點時間是應該回饋社會，作出貢獻的。

我慶幸自己能夠當選，期待與各家長教師執委一起共同學習，發揮團隊精神，把各活動努力辦好，為學生帶來更多及更好的樂趣，令她們每天愛聖羅撒這個大家庭多一些。多謝各位！

Kind regards

Catherine – 文書

2017-2018 這個學年對我和我的女兒都是一個很特別和關鍵的一年，女兒從小學升上中學、由傳統的官立學校到天主教學校、男女校至女校、由本區到跨區上學……這一切一切的改變，對小女來說都是一個新的考驗。過往我也有隨著女兒一同投入校園生活，擔當幼稚園和小學的家長教師會委員。藉著參與家長教師會及家長義工活動，除可為學校出一分力，也對女兒在校情況有更深入了解，跟女兒一同成長，還增加不少共同話題及親子時間。今個學年，我也有幸加入了聖羅撒書院家長教師會的大家庭，對我來說，這也是一個新的環境及體驗。我也會跟女兒一同去適應、學習和享受在聖羅撒書院的校園生活。



在此，祝願大家在新一年新年快樂、身體健康。繼續支持學校及家長教師會的各項活動。

陳國良 – 學術

## 新教師執委



大家好！我是任教地理和通識科的黃嘉雯老師。今年剛剛是我加入聖羅撒這個大家庭的第 10 年，很高興能夠成為新一屆聖羅撒書院家長教師會的教師執委。在未來的日子，希望能夠與各家長合作，帶領學生成為一個懂得感恩的、愛學習、愛已愛人的孩子。

Regards,  
Carmen Wong



轉眼間，我已經在聖羅撒書院任教英語及英語文學科近 10 年。我很高興能成為這個大家庭的一份子。在此恭祝聖羅撒書院家長教師會成立 20 周年及聖羅撒書院成立 70 周年。在新的一年，讓我們攜手共進，一起努力。

梁淑慧老師

大家好，我十分榮幸能在家教會 20 週年擔任教師執委。希望各位支持本年度家教會舉辦的活動，一起樂在其中！

Miss P. M. Cheung



家校合作，家校共融，攜手發展優質教育，共同發揮家長教師會之服務精神。

Miss C. Ma

## 聖羅撒書院家長教師會親子旅行

踏入 2018 年，聖羅撒書院家教會的首個活動是親子旅行。今年的親子旅行獲得老師、家長和學生踴躍參加，人數是歷屆最多的，約有 200 人。旅行當天風和日麗，藍天白雲，天氣異常的好。大家一同感受我們親子旅行當天的點滴吧！



尖鼻咀

流浮山

米埔內后海灣

海味手信街

首站先到尖鼻咀風景區閒遊，各人沿著邊境鐵絲網旁的車路而下，一邊有講有笑，一邊欣賞紅樹林和對岸深圳的景緻，感受著寧靜的閒適。

繼而前往流浮山大街遊覽及購物，它是新界西區其中一個主要的海鮮批發市場。那裡是條窄窄的行人路，人們都要摩肩接踵而行，兩旁海味店、海鮮檔和海鮮酒家林立，沿路可見攤販努力叫喊，售賣各式各樣的海味，一直行到尾就是碼頭，可以遙望西部通道，遠觀深圳灣公路大橋的壯觀景色及飛翔於天際的群鳥，看見如此美景，大部分人均在碼頭對著藍天碧海拍照留念。相信這個景點一定是大家最喜歡的行程，因為遊完後各人手上均大包小包，家長們更不時交換購買各式各樣海味作手信的心得。



幸運抽獎



自助韓式燒烤

逛了一個上午，大家的肚子已在投訴了，這個時候豐富的午餐亦已等着我們。午餐於元朗享用韓式自助燒烤。這個燒烤場活動空間寬大，在小水塘旁邊放置了太陽傘及戶外藤椅，環境舒適整潔更是這裡的賣點。而當天只有我們這旅行團，仿似包場一樣。食物款式多及味道出色，食物燒好後塗上場地秘製的韓式醬汁，確是滋味無窮。當所有人都已飽飽的時候就進入重點抽獎時間，學生們雀躍萬分地圍烘著獎品枱，凝視著心儀的禮物，抽獎項目分別由校長、副校長及家教會主席主持，最終人人有獎，皆大歡喜。

燒烤及抽獎結束後便來到了這次親子旅行的尾站。為了平衡燒烤的油膩，我們為各人安排了飯後甜品，就是任食豆腐花和豆漿。這家位於上水河上鄉及羅湖懲教所旁的豆品廠，歷史悠久。他們的豆品散發著陣陣豆香，很多朋友專程踩單車或駕車遠道而來品嚐，亦是不少本地旅行團的選擇，尤其假日更是人山人海，水洩不通，令雙魚河、梧桐河一帶都熱鬧非常。

最後我們家教會，要感激今次參加親子旅行的老師們、家長們和學生們，你們的參與，對我們執委是莫大的鼓勵。



香滑豆腐花

特式豆品





St. Rose of Lima's College

70<sup>th</sup> Anniversary

# Poon Choi Banquet

Date: Sunday, 12<sup>th</sup> November, 2017

## 聖羅撒書院 70 周年盆菜宴



聖羅撒書院本學年踏入「白金禧」70 周年的紀念時刻，於 11 月 12 日晚上舉辦了一個別出心裁的「盆菜夜」，讓校長、老師、學生、校友及其家人一同懷緬過去，並尋找他們過去在聖羅撒留下的快樂足跡。

當天晚上有接近 700 人於書院內聚首一堂，氣氛相當熱鬧。首先，前聖羅撒書院校長 Ms. Selina Siu、馮修女、楊校長及現任練茂棠校長為盆菜宴致歡迎辭。馮修女更帶動全場叫起口號：Hip! Hip! Hooray，接著有 Ms. Siu 的加強版：Hip!

Hop! St. Rose! 參加者都投入參與，並掀起 Rosian 美好的回憶。

在歡樂聲中，盆菜宴開始了！大家能在百忙中聚在一起享用盆菜，實在難得。除品嚐美味的盆菜，我們更邀請了曾在聖羅撒執教鞭 19 年，現任英華小學校長 - 林浣心女士作嘉賓，確實有另一番情懷。

校友、老師、學生、家長都穿插操場及典禮台上拍照。

雖然我們的盆菜宴沒有鮑參翅肚，沒有邀請名流紳士，沒有歌星藝人助慶，然而各人笑語盈盈，歡欣滿載，大家共渡了一個美好嘅晚上。



# 聖羅撒書院 70 周年校慶

為慶祝聖羅撒書院踏入「70 周年」，學校特別安排為期兩天的開放日(Open Day)，吸引了過千名新舊師生、校友、其家人以及擬報讀書院的準學生及其家長來校參觀，好不熱鬧。還有一個簡單而隆重的 Open Day 開幕儀式，邀請了教育局局長楊潤雄 JP 親臨作主禮嘉賓。



Open Day 開幕儀式，邀請了警察銀樂隊來校表演，表演非常悅耳及精彩。

我們家教會今年亦適逢踏入「20 周年」，真是喜上眉梢。家教會更獲學校撥出一課室作介紹及展覽。以下讓大家一齊回顧開放日家教會展室的點滴吧！



除了簡單的佈置外，還有美術學會的同學們，在我們佈置期間，主動地送上這幅多麼可愛的插畫！而在黑板前的投影幕，我們將多年來家教會的活動相片，輯錄成短片，播放出來，讓參觀者重溫昔日片段。

我們的遊戲角



家教會展室一角，展示了家教會 2016/17 年度舉辦過的活動。



家教會制作了一份 Q&A 電腦答題，使參觀的來賓對家教會有更深的認識。

在短短的幾星期，家教會完成了「70 周年」這個活動，特借此機會多謝各委員及義工的努力付出，萬分感激！



# PARENT TEACHER ASSOCIATION THE MOST IMPROVED STUDENT AWARD

## 家長教師會最佳進步獎

### LAM Wing Yu, Yvonne – F.3C (F.2C in 2016-2017)

首先要感謝家長教師會頒發了 The Most Improved Student Award 給我,因為真的沒想過自己能夠上台拿獎,這是對我最大的肯定,使我能繼續努力。我是一位留班生,在中二的時候因為懶惰而留班,經過教訓後我決定要努力讀書,希望能獲得好成績。還記得留班那年的第一次家長日,當我收到成績表的時候,我不禁喜極而泣,因為我看見自己的成績比往年進步了很多,而且名次也高了很多,證明了成功是留給有準備的人的,而我的努力也沒有白費,所以我立志日後一定會比以往更加用心讀書,好好善用時間,使我能繼續進步。



### WONG Lok Yan, Amy – F.4D (F.3D in 2016-2017)



時光飛逝,不知不覺在聖羅撒踏入第四個年頭。回想由小學到中學,我的成績從沒名列前茅,亦不算是一個品學兼優的學生。升上中學後,教學模式、學習內容都與小學差天共地,我一直感到迷惘,害怕自己跟不上進度。而且,我是個容易放棄的人,面對失敗時,我總不能再次嘗試。

幸運的是,中三的時候我遇到一些很好的老師,他們的諄諄教誨打動了我,令我更加努力。每當我想放棄的時候,他們會鼓勵我,一直幫助我直至我成功。

最後,我的努力沒有白費,我得到了學校的認同,獲取了進步獎。這個獎項給了我很大的鼓勵,令我希望更上一層樓。從今以後我會更加努力,取得更好的成績,將來成為一個成功的人,貢獻社會。

### CHAN Shing Yan, Natalie – F.5A (F.4A in 2016-2017)

I used to think that F.4 is a relatively relaxing period of my secondary school life as I can finally become a Senior Form student and take part in school activities more actively. Studying would be easier as there are fewer subjects I have to revise. However, after enjoying the honeymoon period as a Senior Form student, the schedule gradually became tighter and I lost my way in finding the right study method to fit in the packed schedule.

After encountering failures in tests, I had learned from my mistakes and found the most suitable study method for myself. The improvements in academic results have encouraged me to work even harder. Furthermore, receiving this award has motivated me to strive for excellence.



## KWOK Hoi Wah, Cass – F.6D (F.5D in 2016-2017)



Times flies and I am now a Form 6 Student. Having studied in St. Rose of Lima's College for 6 years, I have acquired a lot of knowledge which has prepared me well for the HKDSE. Throughout last six years, teachers have endeavoured to teach us and assist us in solving the obstacles that we encountered in our learning. Without the helping hand of our teachers, I would not be able to use the knowledge I learnt for examination purposes. At St. Rose, I was able to equip with myself the fundamental knowledge with the aim of reaching my aspiration.

Undeniably, there are always stumbling blocks in our learning process. Perseverance is a quality that is of paramount importance when we are studying. It is never too late to put in our best effort into our studies. Practice makes perfect. I am sure that we can obtain better results if we put in the hard work and follow a disciplined routine. Once I encounter obstacles, I persist in searching for solutions. Approaching our teachers for guidance is always the best way to clarify our misunderstandings and wrong concepts. Our teachers are always prepared to unravel the difficulties we have in our mind with enthusiasm and passion. Being our greatest support, teachers encourage us a lot and motivate us to achieve our higher goals. It is important to keep our hope and faith in ourselves and believe in ourselves that we have the potential to succeed.



Everybody is a genius. We all have the hidden potential to be better and to improve. But the prerequisite is we have to know our weaknesses and our goals. As secondary students, self-management is the greatest lesson we have to learn. Possessing and polishing the skills of self-learning and improving on our work is always our life-long lesson. Learning from others, ranging from our dearest schoolmates to caring teachers, so as to self-learning and self-improving should be an ongoing process. I am thankful that our school provides us a favourable learning environment and gives us plenteous resources so that we can pursue our dreams. It is hoped that all of our schoolmates can pursue their own dreams and achieve the best in the future.



# 2017 香港中學文憑試最優異成績畢業生的分享

## 「我的家」

### 楊穎彤 (2016 至 2017 年中六戊) - Best result in the HKDSE 2017

首先恭賀母校七十週年之喜！我十分感恩能在聖羅撒渡過十二年美好的青葱歲月。

母校致力推廣英語教育，成效顯著：從中一開始，除中文、中史、宗教、和德育外，其他科目全以英語授課；在課餘時間，學校鼓勵我們使用英語跟老師和同學閒聊，我們多聽、多講、多寫、多讀，從此耳濡目染，學習英語變得事半功倍。



我尤其欣賞學校當年決定選用英語作為文憑試通識教育科的應考語言，驟聽起來彷彿很困難，但後來我發現這模式十分奏效！我們接觸的中外時事議題大部分是以英語為媒介，例如在早讀時間直接閱覽《南華早報》的社評，免去英譯中的繁瑣。此外，學校提供了很多機會給學生發展批判性思考，例如通識課上的討論環節鼓勵我們提出對議題的看法，其他同學再作闡釋或反駁，最後再由老師深入解釋和給予評語。

文憑試確是個難關，幸好有學校作為我的最強後盾。適量的功課和評估有助我從錯誤中學習，面對難題時不能得過且過，要勇於發問，老師不厭其煩地解答我的問題，助我釐清概念。對於讀書，我勸勉自己上課必須專心致志，把握課後時間溫習，透過操練舊試題去了解出題方向和改善答題技巧也是有效的方法之一。面對文憑試，最重要的是要好好調整心理質素，適時做些自己喜歡的事去減壓，才能有韌力在文憑試發揮水準。



聖羅撒是我成長的地方，學習有時，遊戲有時；我積極參與多元化的課外活動，例如籌備校慶遊藝會、擔任閱讀大使、參加中文辯論、當選班會主席等，這些經驗讓我學習待人接物、提升溝通技巧、增強毅力，為我的中學生涯增添不少色彩。所以，我很感激聖羅撒把我孕育成今天的我。

我還記得練校長常常提及的一句話：「態度決定一切 (Attitude is everything)」，這句話激勵我要抱着積極的心態，勤奮學習，精益求精。願與各位學妹共勉。

## 會訊編輯委員會

聯誼  
曾金枝

聯誼  
戴莉娜

聯誼  
陳佩思

副主席  
張富德

學術  
陳國良

總務  
葉群星

總務  
何孜敏  
副校長