



聖保羅書院家長教師會

St. Paul's College Parent Teacher Association

香港般咸道69號

PTA Webpage: www.spc.edu.hk/pta/

會訊

二零一六年七月
第三十四期



Message from the PTA Chairman

Dear parents, guardians, teachers and students,

Being parents, witnessing our own kids growing up and excelling would be a great pleasure. On behalf of the PTA committee, I would like to thank all parents' zealous participation and contribution this year.

The PTA serves as a platform for promoting closer parent-teacher co-operation and communication. We organise different activities and seminars, hoping that teachers, parents and students can create more common topics and build up a closer relationship.

Our PTA team is pleased to present you with a brief report of the following activities and seminars held in Year 2015-2016:

- St. Paul's College Sports Day Parent-Teacher 4 x 100 m Relay on 26th November, 2015
- Seminar on "Positive Parenting" by Ms. Shirley Loo on 12th December, 2015
- Workshop on "Practising Positive Discipline" by Mr. Alan Chan and the school social workers on 15th and 22nd January, 2016
- Family picnic to Sha Tau Kok and Tai Fu Tai Mansion in Yuen Long cum photo competition on 13th March, 2016

- Parent-Child Voluntary Service - House Cleaning for the Elderly on 23rd April, 2016
- Joint School Parenting Workshop with King's College PTA on 2nd July, 2016
- Publication of the PTA Newsletter (Volume 24)

We would also like to express our sincere gratitude and appreciation to everyone involved for making every activity a success. The PTA would greatly appreciate your continued support to our upcoming activities in the future.

In the blink of an eye, it is almost the start of summer vacation. May I wish you all a happy and fruitful vacation! And may all students work hard, play fair, and enjoy every moment at St. Paul's!

Best regards,

葉少偉

Mr. Ip Siu-wai, P.M.S.M.
Chairman PTA 2015-2016

聖保羅書院家長教師會委員會(2015-2016)

第二十二屆周年會員大會於2015年10月17日舉行，大會選出新一屆委員會，名單及職務表列如下：



(左至右)
行一：王偉豪助理副校長、鍾王婉霞助理副校長、葉少偉先生、源迪恩校長、林英萍女士、麥志豪副校長、馮慧珠老師。
行二：袁經恒助理副校長、劉寶運先生、鄭偉文先生、程平山先生、徐志豪先生、伍錫漢先生、李俊謙先生、歐陽國佐老師、潘維凱老師。

主席：	葉少偉先生 (家長)
副主席：	林英萍女士 (家長)
	源迪恩校長
正書記：	李俊謙先生 (家長)
副書記：	馮慧珠老師
正司庫：	徐志豪先生 (家長)
副司庫：	歐陽國佐老師
委員：	程平山先生 (家長) 鄭偉文先生 (家長) 劉寶運先生 (家長) 伍錫漢先生 (家長) 麥志豪副校長 鍾王婉霞助理副校長 潘維凱老師 吳嘉欣老師
義務核數員：	禤慧芬女士 (家長)

聯校工作坊—— 《青少年孩子的成長與挑戰》

3E家長 程平山

一年一度的聯校工作坊講座於2015年7月4日在我校的禮堂進行，一如既往，今年的聯校工作坊依然由我校與英皇書院共同主辦，這次請來的主講嘉賓是聖雅各福群會延續教育中心的劉遠章先生和周慧儀博士，講座的主題是《青少年孩子的成長與挑戰》。工作坊開始後，首先由雙方學校的家教會主席致辭，之後，由我校源迪恩校長致辭。講座分為演講和小組討論兩個環節，中間有本校家長教師會為與會者提供的豐盛午餐。

首先演講的是暢銷書《人生教練》作者劉遠章先生，面對現今社會上廣泛討論的青少年難管教的現象，子女與父母的情緒對立甚至是對抗，劉遠章先生教導各位家長掌握與子女溝通的技巧，不要武斷地批評指責，要以朋友的方式循循善誘，多關心子女的感受。接著，周慧儀博士向家長們介紹青少年容易發生的問題，例如現在社會廣泛討論的青少年情緒控制與自殺問題，行為的魯莽與衝動，這些過激行為都與大腦中的灰白質有關，大腦的灰白質在孩童時代增加得最快，到女孩11歲，男孩13歲時達到頂峰，之後逐漸減少。隨著灰白質的增加，青少年情緒較易失控，並希望在冒險中得到滿足。因此，作為家長要多了了解這些特性，幫助他們分析問題本質，冷靜處理，做他們的心靈嚮導。在之後的討論環節，兩位導師圍繞孩子的讀書和生活壓力，提供應對這些壓力的方法，以及父母如何與孩子展開討論。家長們積極發言，熱烈討論，周博士還邀請了數位中學女生來現身說法，表達青少年的心聲，這一舉措收到很好效果，很多家長的疑難問題，都被同學們一語道破。最後，這次工作坊在全場熱烈的掌聲中結束，相信很多家長都從中獲益匪淺。

家長教師會歡送 黃漢榮副校長榮休及茶敍

3D家長 葉少偉

於2015年8月4日家長教師會委員代表，歡送家教會執行委員黃漢榮副校長榮休及茶敍，並代表家教會多謝黃副校長為家教會義務服務超過二十二年（聖保羅書院家長教師會成立至今）。

茶敍中，黃副校長分享親子心得：「孩子長大了，我們管不了太多，但要知他在做甚麼？正確嗎？要孩子用功讀書、努力學習及勤力工作，要彼此互動合作才有成果！」數句說話，字字珠璣！家教會代表即場致送一幅字畫給黃副校長以作留念及感謝他在過往多年來對家教會的貢獻。家長教師會祝願他身體健康，享受人生。





3D家長 葉少偉

今年的水運會於2015年9月24日在將軍澳泳池舉行。本年度學校邀請了家長教師會主席葉少偉先生為頒獎嘉賓。家長們都到場為眾健兒打氣，大家除感受到現場啦啦隊的歡呼聲及掌聲外，更感受到師生對水運會活動所付出的努力及貢獻，實在讓人感到驕傲！

大家再接再厲吧！

學生會慈善步行回顧

3D家長 葉少偉

2015年11月7日（星期六）早上九時，在校內禮堂首先舉行起步禮。今年加入了家長教師會全體委員及家庭成員參加，當天天氣晴朗、清涼，是最適合步行籌款的活動，我們一行人由學生會成員帶領下，由學校起步，沿途雖然有一定難度的斜路及山路，但是在烏語花香下，中午前我們已順利到達



目的地山頂纜車站，並與學生會同學們合照留念，而活動在歡樂的氣氛中亦圓滿結束！在此，多謝學生會對活動的妥善安排。明年再見！



陸運會

1D家長 劉寶運

作為家教會的新一屆委員，2015年11月26日舉行的陸運會決賽日對我來說十分有意義，因為這不單只是大兒子從聖保羅書院直屬小學升上中一的第一個陸運會，亦是我作為校友在畢業30年後以家長身份第一次參與母校的陸運會。

決賽日那天秋高氣爽，天朗氣清，最適合進行戶外活動。經初賽日而成功晉級的運動員就根據當天的賽事，進行競逐。在不同同學社的搖旗吶喊下，各健兒盡展所長，希望在決賽中取得最佳成績，甚至拿得獎牌，更高興的是剛退休的黃漢榮副校長亦有出席，與教師和學生們敘舊之餘，也為同學打打氣。

我當天除了報名參加親子接力賽外，亦是家長教師接力賽的召集人，所以一早便抵達灣仔運動場。在觀看不同的學生賽事之餘，亦要為三隊參賽的家長隊進行安排和部署。雖然今年精心挑選了幾位家長「飛人」，希望在三隊家長之間排出最強的出賽陣容，但兩隊老師隊的實力亦不遑多讓。4x100米接力賽除講求選手的速度外，選手在交棒時的默契亦十分重要。雖然家長隊拼力爭勝，但老師隊始終在合拍性稍高下，最終我們只能在賽事中取得第二和第三名。看來家長們在來年還要加把勁才能增添勝算。陸運會最後在合家同歡的親子競跑後圓滿結束。



中一家長迎新日之 家校夥伴關係講座分享

3D家長 葉少偉



每年一度的中一家長迎新日於2015年8月29日在校內禮堂舉行。家長教師會主席葉少偉先生應邀出席，主講：家校夥伴關係。主席介紹了家長教師會的活動，並呼籲各位家長加入家長教師會，積極參與各項活動，從而更了解學校情況。



第二十二屆周年會員大會



聖保羅書院第二十二屆家長教師會周年會員大會已於2015年10月17日順利舉行。

葉少偉主席和源迪恩校長分別為大家致歡迎辭和致辭，再由主席回顧家教會過去一年所舉辦的各項活動，當中包括：學校運動會、家長教育講座、親子郊遊暨攝影比賽、義工探訪日及聯校工作坊等，節目豐富精彩。至於攝影比賽方面，經過家教會常務委員投票及諮詢本校攝影學會顧問老師的意見後，家教會從中選出冠、亞、季軍及優異獎三名，並在大會當日舉行頒獎禮，得獎者獲書券乙張以示獎勵。有關作品亦於周年大會當天展出。大會接着由司庫陳永雄匯報去屆財務報告，並宣佈由禤慧芬女士繼續擔任本會義務核數師，大會亦一致通過有關財務報告及會議紀錄。當天亦選出另外四位家教會成員（家長代表），由於只有四位家長報名參加競選，各

人自動當選，他們包括徐志豪先生、鄭偉文先生、劉寶運先生和伍錫漢先生。最後，由主席宣佈2015-2016年度第二十二屆家長教師會常務委員會成員名單，包括七位校方委員和八位家長委員(四位在當天自動當選的委員和四位連任的委員)。

學校亦於周年大會當天安排學生為大家作音樂表演，各學生熱情地使出渾身解數為大家演奏了不同的樂曲，鏗鏘悅耳，更贏得台下不少掌聲，在此感謝音樂科主任吳劉寶文老師和王熙然老師當天的悉心安排，為周年大會錦上添花。

周年大會至此亦圓滿結束，寄望新一屆的家教會委員能通力合作，為家校合作帶來一番新景象，在此祝願各位工作順利，萬事如意。



PARENT TEACHER
ASSOCIATION
AGM 2015-16



畢業典禮後記

1D家長 鄭偉文

本年度的畢業典禮於2015年11月23日在校內禮堂舉行。當天出席之主禮嘉賓、校董、嘉賓、家教會委員、家長、老師、畢業生及表演同學，每一位面上都充滿歡樂的笑容，我們在場亦彷彿感受到自己兒子畢業的欣慰。當台上司儀每次讀出畢業生的姓名及獲獎者名單時，台下觀眾就以掌聲鼓勵和回應！

本人謹代表家長教師會全體委員，恭賀本屆畢業生百尺竿頭，更進一步！



聖保羅書院
恭賀2014-15年度畢業典禮
聖保羅書院
家長教師會 敬賀

家長教師會紀念禮品

保溫水壺

3E家長 程平山

一年一度的家長教師會講座都能吸引大批家長前來參加，活動不但有精彩的講座可以讓每一位家長都獲益良多，更幸運的是所有參加講座的家長都可以收到一份由家長教師會精心準備的小禮物。今年的禮物尤其精美，它是一個保溫水壺，珍珠白的外殼上印著藍色的家長教師會標誌，那大大的標誌在潔白發亮的背景下顯得熠熠生輝，格外醒目。由於手工精巧，而且得體實用，保溫持久，深受各位家長和老師們的喜爱。它的體積大小適中，各位家長和老師們帶著它，無論是居家使用，或者攜帶外出都很方便。更重要的是，這小小的禮物寄予了我們家長教師會同仁的一片熱心，希望每一位使用它的老師、家長或同學都有一份身為聖保羅書院這個大家庭的榮耀感。



家教會希望透過探訪及為貧窮長者及家庭作家居清潔，讓同學及家長們增加親子間相互學習，並親身與社會上的弱勢社群接觸，了解他們的處境及需要，藉此培養同學們珍惜當下，提昇他們的關愛精神。家長教師會遂於2016年4月23日舉行了【探訪貧窮長者及家庭暨家居清潔義工日】，今年我們夥拍明愛賽馬會石塘咀青少年綜合服務中心籌辦此次義工活動。

當日參加者超過六十人，大部份都是父母跟同學一起參與。我們大約中午到達中心，中心負責人李先生及何先生首先向大家介紹他們機構的一些背景資料，例如成立宗旨、服務內容和對象等等，接著提點我們接下來

親子義工活動【探訪貧窮長者及家庭暨家居清潔義工日】

2B家長 李俊謙

探訪及家居清潔時需注意的事項，然後便分派清潔工具及被探訪長者及家庭的資料給大家。最後，李先生及何先生將本會預先安排捐予被探訪長者及家庭的食物分給大家。大家便根據資料到不同地址去探訪長者及家庭。以我為例，我跟太太、兒子及另一個義工家庭探訪了謝婆婆，謝婆婆因近年患上坐骨神經痛，她跟我們說已有一年多沒有清潔自己的家居呢！我們之後分別把大廳、窗、廚房、浴室等地方都清潔過來，我們一邊清潔，一邊跟謝婆婆聊天，她說了不下十次多謝我們，又頻頻叫我們簡單清潔便可，說怕阻礙我們的時間。最後，我們花了約兩小時完成清潔工作，謝婆婆更熱情地以她親手做的糕點招呼我們，看見她欣喜的表情，我們都吃得津津有味呢！

探訪及清潔家居活動完畢後，我們回到中心集合，在李先生引領下，同學及家長們逐一分享他們的感想，大家都踴躍地分享探訪後的感受。最後家教會主席頒發義工證書給每位出席的家長及同學，整個活動歷時四個多小時，進行得非常流暢，實有賴協辦機構明愛賽馬會石塘咀青少年綜合服務中心的安排及家教會委員的支持，更重要的當然是每位出席家長及同學的熱心參與。我記得著名的德蘭修女曾說過：「我們當中極少數人能做偉大的事情，但是每個人都可以用崇高的愛去做平凡的事。」（“Not all of us can do great things. But we can do small things with great love.”）我覺得此次義工活動充分表現了這句話的意義，大家都懷著一顆愛心去幫助有需要的人，施比受更有福啊！



親子郊遊暨攝影比賽



1D家長 伍錫漢

親子郊遊是家長教師會一年一度主辦的重點活動。這次郊遊的景點包括位於近年逐步開放的邊境地區沙頭角內的日軍碉堡（機槍堡）遺址、著名的流浮山、元朗恆香老餅家的製餅工場，以及新界古代的名門大宅——大夫第。這樣豐富的節目，怎不教人翹首以待呢！

終於到了這個大日子2016年3月13日。我們在校內集合，一行110多人，分乘兩部預先安排了的旅遊巴士，早上9時出發，雖然天色比較陰暗，但不減大家的興致。

首站到達的是沙頭角。近年的沙頭角，給人兩個很特別的印象。第一就是沙頭角和內地的深圳毗鄰，近在咫尺，沙頭角的樓房盡是較矮的三層高村屋，而深圳的則是高聳入雲的大廈，跟以往香港和內地的印象剛好相反，可見內地深圳特區近年發展非常迅速，我們的沙頭角都望塵莫及了！

第二就是沙頭角本身的村屋，亦有新舊明顯的分別，舊的傳統村屋，有祠堂和菜地，而新的則是有落地玻璃的摩登村屋，形成強烈的對比。

我們步入上担水坑村，沿着一條不大明顯的泥沙小徑，到達一處小山丘，隱蔽在叢林的戰壕和軍事碉堡就出現在眼前。碉堡的機槍口面積很細小，容納機槍的裝置後，根本就將整個出口塞住，聽說由於這緣故，盟軍當日反攻時需要利用火攻才能把日軍擊敗。這個碉堡是日軍在二戰時侵佔新界後強徵沙頭角居民來建造的，其位置非常隱蔽，相比英軍較為開揚顯眼的同類軍事設施（例如位於港島的大潭），似乎也反映了日軍鬼祟和陰沉的一面！

午間，我們到流浮山享用美味的海鮮餐。此處臨近沙頭角海，有很多海產出售。午餐期間，我們更有抽獎遊戲，氣氛熱鬧，將整日的安排推向一個高潮。

下午我們除到過恆香老餅家位於元朗的製餅工場外，還參觀了列為古蹟的大夫第。前者是看看製餅的過程，而後者則是借觀舊日清朝文氏家族大宅的機會，了解當時的居住環境和古建築的特色。

這次親子旅遊，給了我們一個很好的機會，讓家庭成員既能一起郊遊，又可增廣見聞。為鼓勵大家的參與，家教會更舉辦攝影比賽，以增加是次郊遊的樂趣。其實，整項活動是在主席、副主席和各家長委員同心協力的推動下，才能得以順利完成。還有，我們特別多謝校方的支援，尤其是馮老師對我們無微不至的照顧，實在是這次活動能夠得以順利舉行的背後功臣；沒有他們在幕後支持，我們這次的旅行實難成事，我們謹此衷心感謝他們！我們更期待不久的將來能再主辦多些同類的親子活動。





「香港文化及自然遺產」 親子攝影比賽

目的是透過攝影捕捉大自然及人文景貌優美的一面，以鼓勵親子合作，提倡愛護大自然及保育文物。今年共收到十多份參賽作品，由本校攝影學會顧問老師及家長教師會委員於2016年4月22日分別作出推薦及評審，選出冠、亞、季軍及優異獎兩名，攝影頒獎禮定於2016年10月15日，即第二十三屆周年大會上舉行。現在讓大家先睹為快得獎作品。



亞軍

1D 學生 王皓葦

家長 王桂源

《合二為一》——「日月經天，江河行地」太陽和月亮每天經過天空，江河永遠流經大地，借喻人或事物的永恒、偉大。



季軍

2A 學生 黃學韜

家長 黃帆

《鄉村情懷》——沙頭角獨有的風味，盡展圍村人情味濃厚的鄉情。

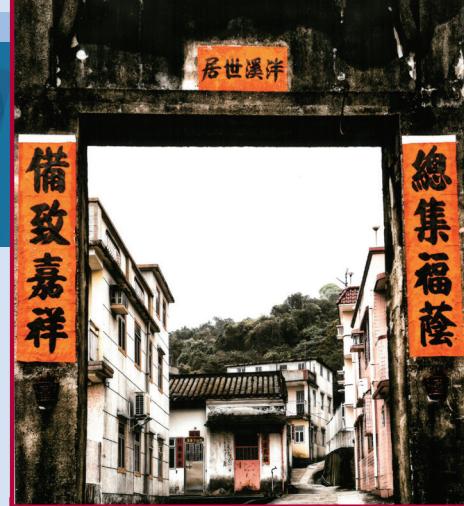


優異

2A 學生 崔文誌

家長 陳寶儀

《微雨下》



冠軍

2C 學生 李文傑

家長 李子良

《世代相傳》——歷史悠久的村落，夾雜現代的三棟屋，流露出世代相傳，子孫繁衍，文化傳承。



優異

3F 學生 張宏逸

家長 張榮海、黃婉瑜

《鯉躍龍門》

家長講座暨茶敘

1B家長 徐志豪

本年度家教會舉辦的家長講座已於2015年12月12日圓滿結束，今次講座邀請了羅乃萱女士擔任主講嘉賓，主題為「正能量管教」。講座當日，高朋滿座，不但家長踴躍參加，老師們亦鼎力支持，氣氛熱烈。

近來香港不斷發生學童輕生事件，令學生與家長均飽受壓力。怎樣有效幫助和引導孩子解決或面對問題？家長應如何跟孩子有效溝通？如此種種成為家長們的關注焦點。羅女士以輕鬆有趣的方法，講解了自戀世代與中年父母的特徵，正能量學習的重要性與溝通的方式，怎樣以「愛」為出發點，建立良好的溝通關係，探索孩子學習時的特性與潛能，怎樣從旁引導孩子學習和有效掌握時間的管理，怎樣提昇孩子的韌力和給孩子一張夢想地圖。講座內容非常豐富和精彩，兩小時的講座瞬間飛逝。於問答環節家長們也積極發問，羅女士亦一一為家長解答所遇到的問題。講座完結後，各嘉賓、家長及老師們一同留下享用家教會為大家準備的小食及飲品，彼此交流意見。

我想藉此和大家分享羅女士教導我們的親子溝通法則：

- | | | |
|------------|------------|------------|
| 1. 多一句，少一句 | 2. 多問候，少查探 | 3. 多表白，少囁嚅 |
| 4. 多學習，少憂慮 | 5. 多空間，少管制 | 6. 多忍心，少介入 |

願祝老師、家長及學生們生活愉快，身體健康。



Message from the Principal

While few would question the importance of home-school partnerships, few realise that strong home-school partnerships are key to raising students' performance and extending their potential.

How do we build effective home-school partnerships? The basic assumption of a partnership is mutual responsibility. Mutual responsibility means that there is no segregation of responsibility between parents and teachers when it comes to the education of children. Learning, not limited to homework and revision, should take place at home as much as at school. Teachers' responsibility is to inspire learning and parents' responsibility is to sustain that interest. Inquisitiveness therefore should be fostered both at school and at home. Similarly, the teaching of values and moral principles should never be limited to the school setting. Both parents and teachers are significant adults in children's lives. They help to shape children's sense of self-worth, their outlook of life, their attitude to work, their relationships with others and their understanding of the world. Children pick up signals through observations (and keen observers they are!) and daily interactions with these significant adults. Conflicting signals can only cause frustration and confusion.

All these of course must take place within the context of mutual respect: between students and teachers, between students and parents and between parents and teachers. Mutual respect means treating one another in a courteous and



thoughtful way, not being sarcastic or critical. It also means treating other's opinions or viewpoints as worthy of serious consideration. Though it may be easier said than done, mutual respect is really the basis of all harmonious relationships.

The College is therefore very grateful to members of the PTA Executive Committee for working so hard to build that bridge between home and school. The many fun-filled activities reported in this newsletter are evidence of the excellent work of the Committee members under the able leadership of Mr. Ip Siu Wai. Their involvement in many school activities such as Speech Day, Sports Day and the Sponsored Walk is also deeply appreciated. We understand that the hectic pace of modern lifestyle can often make this kind of commitment difficult.

As the College is about to celebrate its 165th anniversary, we look forward to another rewarding year of home-school partnerships, working towards the same goal of providing what is best for the students. Parents and teachers are both partners in students' exciting but somewhat bumpy journey of self-discovery. Whether they are travelling uphill or downhill, we are always there to enjoy the scenery with them together.

Mr. Yuen Dick Yan Dennis
Principal

家長研習班



1B家長 徐志豪

緊接2015年12月份家長講座的是家教會和駐校社工馮姑娘及李先生合辦的兩節延伸工作坊，專為參加了講座的家長而又有興趣再深入了解及認識「正能量管教」議題而設的。原本研習班名額只得15名，最後因家長踴躍參與，增至30名。在此，多謝學校及馮姑娘和李先生的積極配合，令研習班能順利舉行。

這次研習班主題為「管教有方」，分別於2016年1月15及22日舉行。雖然這兩晚天氣惡劣，但亦無損家長參加研習班的熱情。研習班以講授及小組討論形式進行，第一節教我們認識了家庭關係圖、選擇理論，當中有十個公理、七個建立正面關係的習慣和七個破壞關係的習慣。第二節有破解「App世代」短講，社工講解了時下孩子常用的手機應用程式。社工模擬了七個破壞關係的習慣和七個建立正面關係的習慣。家長們更以兩人一組角色扮演練習正面溝通，令我們更了解如何應用講座上的理論。

經過這兩節研習班，我較以前更了解怎樣有效與孩子相處和溝通，孩子於中學階段成長得很快，他們要面對學業及成長發展，思想跟小學時有很大的轉變。作為家長，我們也要跟他們一起成長，學會溝通、包容。希望各位參加了工作坊的家長，一起努力，將我們學到的，與其他家長分享，令正能量管教延續下去。



編輯組

家長：葉少偉先生、林英萍女士、劉寶運先生、李俊謙先生、程平山先生、徐志豪先生、鄭偉文先生、伍錫漢先生
顧問：陳奕珊老師、何漢超老師、許明儀老師、馮慧珠老師