



親愛的家長：

校長的話

各位家長大家好！

香港已踏入流感季節，大家要小心身體，好好保暖，多喝暖水。寒冷天氣下可多慰問年長的親友，送上祝福和溫暖，並以行動關心他們的需要。另外，全校現正進行考試，各家長可更多鼓勵和支持子女努力學習。

聖經教導我們要「凡事謝恩」（帖撒羅尼迦前書 5：18）。專家指出擁有感恩的心，對我們有非常正面的幫助，可使自己心情愉快、增加生活滿足感、減少內耗及疲勞狀態、改善睡眠及健康質素，從而提升工作效率，甚至促進人際關係。

在上星期發生的中國西藏地震及美國加州山火，無數家園被毀，這些天災的發生非人力所能控制，就讓我們更多反思現時所擁有的一切並非必然，叫我們要好好珍惜，常存感恩的心。

「應當一無掛慮，只要凡事藉着禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裏保守你們的心懷意念。」（腓立比書 4:6-7）

今期家書還有以下事情請你們留意：

1. 有關學生持分者問卷事宜

今天學校已透過 貴子弟的學校電郵，發出學生的登入名稱及登入密碼。問卷將於 23/1（四）發出，學生請於 23-27/1 完成問卷，若 貴子弟有任何問題，請聯絡班主任。

2. 家校聯歡晚會

一年一度的家校聯歡晚會將於 2025 年 2 月 21 日（星期五）晚上 7 時至 9 時 30 分舉行。我們誠意邀請大家參加這個晚宴，好讓家長、同學、老師、校務處職員及工友一邊享用到會美食，一邊共渡歡樂時光。當晚設有老師、家長和學生表演，並有豐富的抽獎和遊戲節目，敬請家長萬勿錯過。

有興趣參加者請於 1 月 22 日中午 12 時前填妥電子回條，費用每位 \$180（大小同價，3 歲以下免費），名額有限，額滿抽籤。費用將於成功報名後經電子通告通知繳交，而入場券將於 2 月中派發。

名額有限，請大家盡早報名。如有查詢請聯絡鄧俊維老師。

3. 有關家長團契事宜

家校會一月份將繼續開辦家長團契，歡迎家長踴躍參加，詳情如下：

日期：18/1/2025（六）

地點：303 室

時間：下午 2:00-3:30

內容：包括詩歌分享、破冰活動、查經及分享代禱

家長如有興趣參加，請於明天 17/1 中午 12 時前填妥電子通告，上期已報名的家長毋須再次報名；如有查詢，請聯絡家長事務組鄧俊維老師。

【尚有資料請翻閱後頁】

願你們身心健康！



張冠康 校長

主曆二零二五年一月十六日

4. 有關親子桌上遊戲教授技巧延續課程

親子桌上遊戲 Fun Day 及親子桌上遊戲教授技巧課程已別於 11 月 30 日及 12 月 14 日順利舉行，當日負責的機構提供了數以十款益智的桌上遊戲，並以不同的組合方式供家長及同學遊玩，導師們更分享了桌上遊戲的教授技巧及彼此間的溝通技巧，提供了絕佳的機會提升親子間的溝通，促進彼此的關係。

2 月 8 日（星期六）將舉行親子桌上遊戲教授延續課程，歡迎所有家長及同學參加，先早前出席了以上兩個活動的參加者已獲優先報名，親子報名出席亦可獲優先處理，活動詳情如下：

日期：2025 年 2 月 8 日（星期六）

時間：下午 2 時至 5 時

地點：211 美術室

名額：30 人（額滿抽籤）

費用：全免（由「家長學生·好精神一筆過津貼」資助）

導師：黎柏然先生（循道衛理優質生命教育中心助理總幹事）

內容：桌遊技巧教授、分類介紹及選購攻略

請有意參加的家長或同學於下星期三（1 月 22 日）中午 12 時前填妥回條及留下所需資料，上期已報名的家長毋須再次報名，成功報名者將收到電子通告，請參加者在電子通知選擇確定出席並回覆通告。如有任何查詢，歡迎聯絡家長事務組鄧俊維老師。

5. 三月份英語戶外活動 – English Hiking Event（馬可賓紀念中學與 Chatteris Educational Foundation – 英語行山活動）

日期：2025 年 3 月 3 日（星期一）（家長日後的學校假期）

時間：9:30 a.m.–1:00 p.m.

集合時間：9:20 a.m.

集合地點：屯門杯渡站賽馬會投注站外空地

人數：20 人

負責老師：鍾詩樂老師及三位 Chatteris Educational Foundation 外籍英語老師

解散地點：屯門蔡意橋輕鐵站

費用：全免（學校已津貼所有活動支出）

交通：自行前往屯門杯渡站賽馬會投注站外空地；同學需自行支付由藍地至蔡意橋站的輕鐵費用。

對象：中一至中五級同學

活動內容：1) 全程約兩小時，行山活動將在屯門徑舉行，由屯門麥理浩徑終點至藍地大街，最後由老師帶領同學乘坐輕鐵回到蔡意橋輕鐵站解散。

2) 此英語行山活動為參與者提供了與三位外籍英語老師鍛鍊英語的機會和探索香港迷人風景的體驗，期間將有小休進行英語遊戲。

3) 請同學預備三文治及足夠飲用水，在行山小休時食用。

活動語言：全英語（於活動期間學生必須以英語溝通）

服飾：PE 衫及 PE 長褲（可穿學校 PE 風褸），可穿行山鞋或其他防滑波鞋，建議使用小背囊。

有意參加的同學需於 2025 年 2 月 10 日（星期五）或之前填妥電子回條，如有查詢可聯絡龔俊驥老師。

* 校務處將在 2025 年 2 月 20 日（星期四）或以前發出取錄通知書，同學如沒有收到取錄通知書，則可當作落選論，學校不作個別通知。

6. 大灣區職涯探索之旅（中四至中五同學適用）

為進一步協助高中學生及早裝備自己，抓緊事業發的新機遇，教育局籌辦了「大灣區職涯探索之旅」考察團，所需的團費將有教育局全額資助。活動詳情如下：

日期	: 2025 年 3 月 21 日（星期五；當日為教師發展日）
活動內容	: 參觀深圳前海展示廳，思謀科技公司
集合時間及地點	: 上午 7 時 45 分（務必準時）；本校
解散時間及地點	: 下午 6 時正；本校校門
服飾	: 整齊戶外體育服
名額	: 30 名（中四至中五同學，高中同學優先）
交通安排	: 將由學校安排旅遊巴接送
活動費用	: 全免（活動費用全免）

如報名人數多於 30 人，將會抽籤決定。獲選的同學將會再有家長信確認。如有查詢，可聯絡升學及職業輔導組關家欣老師。

7. 提醒跨境學童切勿參與不當活動

近日收到教育局通知，提醒跨境同學切勿參與不當活動。農曆新年將至，跨境同學每天須進出管制站往返學校，不法之徒或會利用同學，誘使協助攜帶違禁物品過關，藉此圖利。如同學運送違禁物品進出香港或內地，將有可能干犯相關法例而要負上刑責。跨境同學切勿攜帶違禁物品過關，須奉公守法，切勿走私物品或參與不當活動。跨境同學更須注意妥善保管書包及個人隨身物品，避免在過境途中被插賊走私物品，必須拒絕參與走私或不當活動。同時，家長也注意教導子女拒絕接受任何人士聘請或委託運送違禁物品往返內地及香港。跨境同學安全向來是大家的首要考慮，學校在此呼籲跨境同學家長或監護人盡可能安排成人陪同年幼學童跨境上學。此外，同學作為良好公民，在校外及公共交通工具上須尊重他人、有禮守規。政府會繼續密切留意跨境學童的過境情況，以確保跨境學童可每天安全便捷地經各個管制站往返學校。

8. 低碳生活海報設計比賽

為鼓勵學生們發揮創意，表達對低碳生活的理解，並探索如何通過改變「衣、食、住、行」中的「衣」相關習慣來減少碳排放，識「碳」館現舉辦「低碳生活海報設計比賽」。誠邀中小學生運用豐富的想像力，利用畫作展示與「衣」相關的低碳生活習慣，例如：不盲目追隨服裝潮流而購買多餘的衣物和將不再合身的舊衣物轉贈他人等。

參賽作品需以個人形式或由學校老師代為收集後，以電郵提交。參賽學生可選用各種顏料進行繪畫，附上不多於 100 字的中英文簡介作品。評審將根據作品與主題的符合度、創意及原創性、設計理念以及整體構圖和美學表現進行評選。有關詳情可瀏覽以下網址：

<https://www.knowcarbonhouse.hk/tc/events>

比賽截止日期為 2025 年 1 月 22 日，如有興趣，請聯絡馬啓星老師/廖美璉副校長。

9. 「『家』多點守護」-家長網上工作坊

初中學生面對不少成長上的挑戰，例如生理和心理上的變化、自我形象的探索和建立、朋輩相處和學業帶來的壓力等，難免會感到緊張、徬徨。我們鼓勵家長給予子女多點關心和支持，這對於幫助他們面對壓力是非常重要的。此外，家長需多關注和守護子女的精神健康，及早識別他們在學習、社交及情緒上的需要，給予適當的回應，並適時尋求專業人士的協助。有見及此，誠意邀請家長參加是次『家』多點守護」家長網上工作坊，以提升家長對子女精神健康的認識及加強對子女的支援。

對象：中一至中三學生的家長

時間：上午 9:30 至 11:30(上午 9:15 開始登入)

形式：透過 Zoom 軟件，以網上形式進行

工作坊詳情：

節次	日期	內容	講者
一	2025 年 2 月 12 日 (星期三)	<ul style="list-style-type: none"> • 子女的成長發展階段及需關注的地方 • 家庭在子女情緒/精神健康發展上的重要角色 	註冊臨床心理學家
二	2025 年 2 月 19 日 (星期三)	<ul style="list-style-type: none"> • 如何與子女「共情」 • 與子女建立有效的溝通模式 • 兒童面對的情緒/精神健康挑戰 	
二	2025 年 2 月 26 日 (星期三)	<ul style="list-style-type: none"> • 認識精神健康 • 認識精神健康問題的徵兆和警號，以實證為本的策略支援有情緒/精神健康困擾的子女 • 如何回應受精神健康困擾的子女 	
四	2025 年 3 月 5 日 (星期三)	<ul style="list-style-type: none"> • 學童自殺問題及介入策略 • 「幫人先幫自己」-如何自我關顧 • 專業人士的介入角色及家校合作的重要性 • 社區資源介紹 	

報名方法：有意參加上述工作坊的家長請於 2025 年 2 月 7 日或之前透過以下連結或二維碼(QR code)報名：

家長網上報名連結：<https://forms.gle/pndpCA8aJwxYMCzs8>



10. 校外比賽獎項

日期	姓名	主辦單位及活動名稱	組別	獎項
20/12/2024	5B 郭嘉怡	香港大中華中小企業商會 香港中小企創新大獎 2024	中學組	嘉許獎
	5B 許詩慧			
	5B 盧卓彤			
	5B 盧璵璠			
	5B 甄悠雅			
20/12/2024	4B 吳梓聰	黃廷方慈善基金黃廷方獎學金	/	獎學金
3/1/2025	3B 冼巧彤	屯門區青年發展及公民教育委員會 屯門民政事務處合辦 待人有禮好少年選舉	高年級	嘉許獎
	5A 梁樂懿		低年級	
3/1/2025	2D 溫昊軒	本校中文科及圖書館 初中閱讀報告比賽	初中組	冠軍
	3A 高柏迪			亞軍
	3A 何曉彤			季軍
	3C 謝愷芹			優異
	3D 林思好			優異

11. 誠邀參加「香港教育城 PICCK 學生獎勵計劃」

教城本年度推出全新的學生獎勵計劃——PICCK，於一月份加添全新內容，鼓勵學生積極參與，在輕鬆的環境下增進學科內外知識，充實自己。計劃以五大學習特質（PICCK）為本，當中包括：(P) 正向心態和價值、(I) 創新與創造力、(C) 溝通和協作、(C) 公民身分及 (K) 知識和技巧，貫穿教城各個學生活動，協助學生掌握自己的學習特質，豐富學習歷程。

PICCK 學生獎勵計劃涵蓋中國語文、英文演說、創意寫作、價值觀教育、閱讀、運算思維及人工智能等多個範疇。學生只需以教城學生帳戶登入，無須報名，便能參加不同的自學項目（個別比賽除外）。學生可參與不同的項目，累積五個學習特質的積分，累積一定積分後，便可競逐計劃的金、銀、銅章及各個學習特質的獎項。學生更可以檢視自己的累積積分，掌握自己的學習傾向，促進全人發展。

歡迎瀏覽 <https://edcity.hk/picck> 或掃描二維碼了解更多資料，如有查詢，請聯絡廖美璋副校長或樂宣辰老師。



計劃名稱	組別	簡介及網站
 「運算思維及人工智能」 網上工作坊及自學課程	小四至中三	提供自學課程和網上工作坊，提升學生對運算思維和人工智能的認識和應用技巧，培養他們的創新思維和解難能力。 edcity.hk/ct-ai
 中文狀元挑戰計劃	初級（小四至小六） 中級（中一至中三） 高級（中四至中六）	學生能夠通過閱讀理解、語文基礎知識、成語和古文理解等遊戲和自學短片進行自學，鞏固語文水平。 edcity.hk/chinesemaster
 閱讀約章計劃 & 閱讀之星	小學組（小一至小六） 中學組（中一至中六）	透過收集閱讀約章卡及書寫閱後感，記錄閱讀歷程，以鼓勵廣泛閱讀。 edcity.hk/readingcharter edcity.hk/readingstar
 創作獎勵計劃	小學組（小一至小六） 中學組（中一至中六）	供學生進行投稿，包括中英文主題寫作、閱讀隨筆等各類創作，鼓勵他們發揮創意，分享生活。 edcity.hk/eworks
 *Creative Speech Competition	高小組（小四至小六） 初中組（中一至中三） 高中組（中四至中六）	鼓勵學生自信地公開表達意見，既發揮創意，又提升他們的英語表達技巧。 edcity.hk/csc
 Bedtime Stories	小一至小六	每週根據指定主題推出故事，學生們將通過觀看不同的故事影片，潛移默化，培養正面的價值觀。 edcity.hk/bedtime
 說好普通話故事	小一至小六	讓學生在學習普通話的同時，認識中國傳統文化及神話故事。 edcity.hk/learningpth
 國民身份認同 應用程式設計比賽	高小組（小四至小六） 初中組（中一至中三） 高中組（中四至中六）	新增「公民教育在線」學習資源，提供線上國情教育影片，帶領學生從多角度認識公民教育，提升國民身份認同。 edcity.hk/ni
 Small campus.net 小校園	小一至小六	[歡迎同學們繼續支持] 小學生專屬遊戲化學習平台，涵蓋主要學科，並加入網絡安全及價值觀教育等元素，豐富學習歷程。 www.smallcampus.net

12. 提高警覺預防急性腸胃炎事宜

根據衛生署衛生防護中心最新公佈，近期急性腸胃炎活躍情度有所上升，並呼籲學生及家長提高警覺，預防急性腸胃炎。

衛生署衛生防護中心監測數據顯示因急性腸道傳染病症狀往急症室求診的病人數字錄得顯著上升，而急性腸胃炎爆發個案更由截至去年十二月二十八日的一星期七宗，急升至截至一月四日的一星期的十九宗，有病人樣本經化驗後證實對諾如病毒呈陽性反應。預期諾如病毒的活躍程度在冬季會維持較高水平，故應時刻保持個人及環境衛生以防止急性腸胃炎傳播。

諾如病毒及輪狀病毒是最常引致急性腸胃炎的病原體。感染的徵狀包括惡心、嘔吐、腹瀉、腹痛、發燒及疲倦。病毒可透過進食受污染的食物、直接接觸患者的嘔吐物或排泄物、接觸受污染的物品或經嘔吐時產生的帶病毒噴沫傳播。病毒具高傳染性，有可能導致難以控制的爆發。急性腸胃炎爆發全年都有機會發生，但較常見於冬季月份。要預防急性腸胃炎爆發，應加緊注重個人、食物及環境衛生，特別要小心處理嘔吐物及排泄物。由於酒精未能有效殺死一些經常引起急性腸胃炎的病毒（例如：諾如病毒），酒精搓手液並不能代替使用梘液和清水潔手。

為防止傳染病爆發，學生如出現病徵(如發燒、呼吸道病徵、腹瀉或嘔吐等)，應避免上學及向醫生求診。