真光女書院
家長教師會會訊

地址：九龍油麻地窩打老道54號A　電話：2385 1491
傳真：2782 5300　網址：http://www.tlgc.edu.hk　電郵：mail@tlgc.edu.hk

二零二二年
八月
第二十五期

校長的話

譚劍虹校長

過去一兩年，經常收到家長為女兒寫給我的退學信，大多的原因都是舉家移民海外。來信中常常充滿感激的說話，當中的讚賞包括對真光的老師，尤其是班主任對女兒無微不至的關懷和照顧，辦事處職員及工友們殷勤且有效率的工作態度，以及學校各方面的細心和妥善安排……讓女兒在真光非常投入校園的愉快生活，並十分享受與老師及同學的相處。其中一位中一家長更表示，女兒在真光學習時間雖然只有短短幾個月，但她已對真光產生了濃厚的感情，無論回校上課，或是家中網課，每天都興高采烈地與家人分享學校生活，對於自己即將要離開真光，感到萬分不捨！

這兩年因疫情的緣故，許多人都經歷過病患與隔離，學校及家教會的許多活動亦無法舉行。為安全起見，家長亦不能被安排進入校園，以至失去許多彼此接觸的機會；但感謝家教會的委員，即使在疫情中，仍非常努力地透過網上會議，群組間的協作溝通，向學校反映家長意見，他們成為家長與學校中間一道重要的橋樑，亦成為支援學生活動不可或缺的支柱！

今年是真光慶祝創校一百五十周年的大日子，真光自1872年在廣州創立，已穿越了三個世紀，當中經歷過戰火連天，瘟疫肆虐的苦難，但真光教育在過去的一百五十年來，從未因任何的困境而停頓，相反，在最黑暗的時代，真光繼往開來，顯得更燦爛輝煌！

雖然疫情揮之不去，但感恩學校在2021年11月底已可以恢復全日上課，其間更舉辦了水運會、陸運會、歌唱比賽等活動，讓同學稍有正常及輕鬆的校園生活體驗。每次看到同學在校內進餐，並參與一些午間活動，偶爾發出歡聲笑語，我為她們能有這些本應理所當然的校園生活不住感恩！雖然全日上課的安排只能維持短短的幾個星期，但對同學來說，豐富多采的校園生活，卻是彌足珍貴，亦寫下了一篇建立人際關係的重要篇章！

祈願上主繼續帶領每一位真光女兒及家長，在時代洪流中竭力發光，努力幫助身邊有需要的人；亦求天父憐憫，讓世上的戰爭及疫症可以儘快平息，受災的人得到安慰和扶助。誠心所願！

會長的話

蔡學俊先生

這幾年的畢業禮，我皆會聯同家教會的委員派發紀念品予畢業生，並對畢業同學說幾句話，雖然每一年的安排也差不多，但感覺卻一年比一年強烈，可能是因為我的女兒也一年比一年接近畢業吧。

今年，當校長和我走進課室後，班主任便叫同學們起立向我們問安，我當時真的很感動，因為這應該是同學們最後一次穿著整齊校服向校長老師們問安，我能在這個時刻參與其中，實屬榮幸。因為經過畢業禮之後，她們將踏進人生的另一個階段，從真光的學生變成真光的校友。雖然身份轉變了，但我希望她們知道她們始終也是真光人。在這刻我深深感受到我也是真光的一份子，我也是真光人吧！

近幾年的畢業禮越來越多家長們出席，今年也不例外，座無虛席，連副堂也坐滿了家長。今年的傳燈禮因疫情關係縮短了，但畢業生製作的短片令我印象非常深刻。的確，能進入真光女書院並不是一件容易的事，在這裏生存六年也要經過無數的挑戰！從影片中我們感受到同學們深深的體會。但除了同學們的努力外，我深信父母也一定曾經為她們付出努力，無論精神上，還是資源上，全力幫助我們的女兒渡過這不平凡的六年中學生活，造就她們作為真光的光在世間照亮。而我們作為她們的「贊助人」，也可算是真光的一份子 —— 我們也算是真光人吧！

在畢業禮後，我幫各位同學及家長拍照留念，看見家長們流露出喜悅的表情，我也期待著女兒畢業的一天。

在眾多相片中，有一張令我特別印象深刻，是中六所有NCS（Non-Chinese Student）的合照，人數也不少。從這張相片，我們感受到真光有教無類的精神，雖學生在不同家庭環境中長大，仍能在真光學習。真光為她們的未來打下良好的根基，畢業後邁進人生的另一階段。學校對有需要學生加以栽培及幫助，我對此感同身受，心懷感激（先父蔡養民因少時貧困，差點被逼輟學，但因學校的照顧，終能順利畢業，並投身教育，最終成為校長）。

優良的學校不單培養優良的學生，還能幫助一些有需要的學生繼續前進，透過不斷的鍛煉及幫助，使她們衝破社會的屏障，力爭上游，真光便是這樣的中學，這也是我們作為真光人值得自豪的地方！

家長委員心聲

動與靜

薛美芬女士

一年又一年，疫情嚴峻，幸得學校、老師、家長和學生的合作，接種疫苗的數量足夠，得以短暫恢復全日制的面授課堂；而在疫情紓緩期間，學校能成功舉辦多項大型活動，如全方位活動日去迪士尼、水運會、運動會及聯校運動會，真是我們真光女兒的恩典 ！

抗疫期間，女兒無間斷地在家練習體能，更與我們一同參與課外活動，同時也看到她靜態的一面，開心品嚐到她為我們親自製作的生日蛋糕，又喜見她參與學校假期間舉辦的網上作曲班，積極面對前所未有的抗疫學年。

香港正逢疫症蔓延，感歎迎難而上，我們要守望相助，以「獅子山精神」支撐和守護我們的家庭，照耀我們真光女兒，一同戰勝疫症！

期望新的一年

陳超文先生

大家好，不經不覺我已加入家教會大家庭四年了。在上年學期尾恢復實體課，本會成功舉辦電影欣賞活動及訂製中六畢業公仔。原計劃今年可以繼續舉辦及開始新的PTA計劃，但晴天霹靂，疫情自農曆新年再度重臨，所有的計劃唯有延遲。

坐言起行

我們PTA 委員有時會舉辦一些鍛煉和交流活動，例如行山郊遊，幸好在學年初在言起行，我們一夥人上了獅子山頂，吸吸新鮮空氣。我們從山腳集合，一步一步登山，當日天氣十分好，沿途空氣清新，還可飽覽九龍半島及舊機場九龍城全景，一路行一路交流「湊仔心得」，順道和各委員不同年齡的的子女分享生活點滴。有部份委員是第一次到訪獅子山，最後我們各人終成功到達山頂，各人都十分喜悅。雖然山路陡峭，但山頂風景美麗，辛苦是非常值得的，最後我們帶着滿足和興奮的心情下山。

在疫情中不一樣的親子活動

臨近農曆新年，我原本計劃和親友及同輩老友歡聚，可惜疫情持續，唯有安心留在家中。太太決定在全家舉辦一次春節親子活動，需時兩三個星期，主要是星期六日活動，我和小女合作重新鋪設全屋的牆紙。在此過程中，原來帶來了不少新的得著。

明天會更好

我相信疫情總會很快過去，餘下學年希望各位老師家長同學健康快樂，PTA委員會繼續完成本年度餘下的活動，圓滿成功舉辦中六畢業禮，派發畢業禮物。希望得以成功及順順利利完成餘下活動。

徐嘉儀女士

三年幼稚園義工、六年小學義工 、六年真光家教會委員 ，回想十五年在校服務，獲益良多。以往真光家教會常安排親子活動，例如化妝班、烹飪班、潤唇膏和香皂製作班等，但遇上新冠肺炎，政府宣布限聚和停課 ，這兩年構思好的活動一一被取消，在見步行步的情況下，家教會各委員排除萬難，絞盡腦汁，身體力行，舉辦了大型親子電影欣賞會、親子頸巾送暖等活動，過程中得到學校、家長和同學大力支持，圓滿結束。期待疫情快受控，來年一切回復正常。

疫情第五波時，我一直擔心DSE會否順利進行，幸好三月中政府宣布四月廿二號開考中學文憑試，在這祝願各學生考到理想成績，入讀心儀大學。感謝神安排我和女兒在校一同學習、進步和成長，小女今年畢業啦，各位保重，後會有期，再見！

何影霞女士

轉眼間，女兒今年中二了！經過一年的適應，女兒在校的學習生活十分愉快，我看見她在學業上的投入和努力，倍感安慰。感恩她能有機會繼續參與校外比賽，取得好成績。她的快樂，便是我的快樂！2022年初至今，相信絕對是充滿困難和挑戰的開始，疫情爆發，各界受到嚴重衝擊，而學校亦需要提前放暑假，對於同學來說，這也是很無奈！感恩學校在這段時間裏無間斷地向同學及家長提供不同的網上課程，導師繼續用心教導和溫暖問候！希望疫情快點完結，讓大家都能盡快回復正常的生活！

林錦雄先生

2022年是香港疫情以來最嚴峻和最壞的一年，學校要不斷求進革新教育模式及安排調動假期，學生要適應更多的網上學習及授課方式，無論教與學都十分艱難！

過去這段日子裏，為保障大家的健康安全，令部分恆常的家校合作活動須改變了模式或取消，實在有點可惜！但我十分感激學校一班熱心積極的教職員及家教會同儕的支持，協力為學生提供不同方面的關愛與鼓勵。

本人非常榮幸能為家教會出一分力，盼望這種優良的家校合作精神繼續承傳下去。陰霾過後天空會更藍，祈求疫情早日過去，學生能享受圓滿愉快的校園生活！

藉此，祝願大家身體健康、家庭和睦，迎接美好的一天到臨！

于楠女士

「耶和華阿，求你醫治我，我便痊愈，拯救我，我便得救，因你是我所讚美的。」（耶利米書17:14）

大家好，我是于楠Sophia，感謝大家對我的信任，讓我能在家教會連任學術一職。

現在回憶起正當家教會為慶祝我們女兒們復課而準備禮物時，為女兒們能參與水運會和陸運會而感到高興時，為豐富我們的校園生活而積極籌辦家教會活動時，一切都越來越好時，未曾想過疫情會來得如此排山倒海，令我們措手不及！過去的一個月是我們非常艱難的時候，我們互相幫助，在群組裡面傳遞著各種有幫助的資訊，攜手共渡難關。

只能在和女兒的聊天中，回憶學校的美好生活：中一開社可以幫師妹們排舞、學校的傳統活動四社啦啦隊比賽、fashion show…… 聊到當中的趣事，不禁喜笑顏開！

風雨後見彩虹，大家要常常喜樂！

不用怕，我們在主手裡

梁淑明女士

耶穌對他們說：「是我，不要怕！」（約翰福音 6:20）

天父保守下我們在疫情中又渡過了一個學年，新學年我感謝天父讓女兒可以在中二學期初的時候，終於短暫感受過中學生全日制面授上課的氣氛，並且體驗在學校和同學們一起吃午餐，這些從前以為必然的事情，現在就是變得難能可貴，榮耀歸於神。

天父恩典，到十一月的時候學校就有關接種疫苗符合條件的基準下，幾經周折終於可以成功舉行停辦了一年多的水運會，緊接着十二月的陸運會和真光150周年聯校運動會也一一順利成功舉行，實在感恩女兒能夠參與其中，得到寶貴的經驗。雖然因籌備時間緊迫而取消了真光傳統的「啦啦隊活動」，可幸當日同學們為參賽者打氣的聲音和歡呼聲依舊此起彼落。此外，各班自製的打氣字牌均盡顯心思，現場熱烈的氣氛讓我深深感受到真光女兒的熱情和幹勁。看到盡力比賽的健兒，她們的勇敢和堅毅就如耶穌所言 ：「是我，不要怕。」我感恩可以代表家教會參與活動，並將這份天父對我們真光的愛和大家分享。

這個學期能夠在安全情況下完成的所有活動，全憑天父帶領，我也感謝學校、校長和老師們愛的付出，榮耀歸於神。

感恩

李寶鳳女士

時光飛逝，女兒已經在真光女書院這個大家庭三年了。我也在家教會服務了三個年頭。回顧這三年，疫情斷斷續續，停課、上網課、復課……無止境地改變。由最初手忙腳亂、不知所措，到現在大家都可以迎難而上去應付疫情帶給我們的挑戰。雖然家教會已籌備一些活動給同學，可惜疫情嚴重需要改期，各委員也不辭勞苦地為同學安排一些合適的活動，真的辛苦各位委員。

今年是真光150周年校慶，學校也計劃了很多活動，雖然有些活動未能如期進行，在這疫情反反覆覆的時候，也很感恩同學可以全日復課，真光聯校運動會得以順利進行。除此之外，學校也為同學舉辦了水運會、運動會、到迪士尼學校旅行，這些活動真的得來不易啊！相信校長、各位副校長及老師也是費盡腦汁地去籌備這些活動。在此感謝各位除了為同學準備上課事宜外，也付出時間為同學準備各項活動。祝願大家身體健康、事事順利！

家教會活動剪影

敬師日

家教會為感謝全體老師盡心盡力教學，特意準備了鹹檸醬及維他命C片作為禮物，以表謝意，並祝願老師有健康的體魄迎接新學年，老師們都表示禮物十分貼心和實用。

家教會周年會員大會

家長教師會第二十三屆周年會員大會已於去年10月16日順利舉行，由教師委員余慧偵老師和家長委員于楠女士擔任大會司儀，並有幸邀請到香港大學社會工作及社會行政學系副教授曾潔雯博士，擔任專題演講嘉賓，講題為「疫逆漩渦中的親子關係」，分享如何應對疫情對親子關係帶來的改變。

此外，大會通過了去年家教會會務報告及財政結算，也選出了新一年度的家長委員，感謝新一屆的家長委員義務參與家教會會務。同時，為表謝意，學校頒發嘉許狀予上屆家長委員，多謝他們過去一年不遺餘力地籌辦家教會的各項活動。

水運會

兩年一度的水運會是學生發揮體育精神的重要日子，大展身手和體魄的好機會。本年度的水運會於去年11月25日在九龍公園游泳池圓滿結束，經過緊張刺激的比賽，各項目的金、銀、銅牌得主已順利誕生。當日多位家長除了到場內觀看賽事，為運動健兒吶喊打氣，亦擔任了頒獎嘉賓，鼓勵一眾獲獎同學，充份展示了家校團結合作、上下一心的精神。

感恩節

去年11月25日是一年一度的感恩節，適逢翌日迎來本學年首天全日面授課堂，學校特此舉辦感恩節慶祝活動，各班同學盡表對老師、家長和同學的感恩之情。除了學校為同學送上印有真光長衫的筆記簿，家教會亦特意準備了精美的文具套裝，以示歡迎同學全面恢復校園生活，祝願同學學業進步。

中六畢業禮

為了慶祝中六同學圓滿畢業，家長委員特意到場為同學打氣，並送贈全體中六同學真光畢業公仔一個，又寄語勉勵畢業生，期盼同學能銘記真光女兒的精神，將來貢獻社會，作鹽作光。

夏日親子電影欣賞會

為培養學生正面價值觀和增進親子感情，家教會於考試後舉辦了親子電影欣賞活動，反應非常熱烈。當天同學和家長一同觀賞電影《熱血合唱團》，此齣電影除了由著名演員劉德華主演外，更有真光校友參與演出，別具意義。家教會事前更邀請了導演關信輝和編劇張佩瓊分別拍攝宣傳短片，分享製作該劇之心得，藉此勉勵真光女兒勇敢面對挫折與挑戰，給自己一個熱血成長的機會。

電影觀後感徵文比賽冠軍

3A 謝銘恩

'Find Your Voice' is an absolutely inspiring and igniting movie. It proves that despite the limitations of our background, the determination, perseverance and confidence in our mind can break through all adversities and break down others' prejudices.

I felt the most enlightened when Yim Sir, starring Andy Lau, said 'The greatest achievement in one's life is no more than finding the true self and being yourself bravely.' It reminds me of the fact that we are all unique individuals and for most of the time we are trying to fit ourselves into social norms for the fear of being labeled as 'being different'. Like those students in the movie, people hold prejudices against them just because they are from Band 3 schools. People blindly hold those stereotypes in their head, denying their limitless potential. His words remind us that our individuality values the most as it shapes who we are and it makes me all of us differ from others.

Despite the message delivered in the movie, the characters are relatable too. There is nothing more disturbing than facing relationship problems, suffering from mental disorders and struggling in finding your direction during puberty. All these problems are clearly portrayed in different characters in this movie. It hit me hard when there was a girl cutting her wrist because of the overwhelming feeling of being unloved. I felt it when she said she only wanted to be loved and questioned why nobody could fulfill this small need. Everybody, especially teenagers, craves for love. We just want our loved ones to show that they care about us physically and emotionally but not only verbally. Yet why is it so hard to do so?

All in all, 'Find Your Voice' is a fantastic movie which depicts the potential hidden in our body that is waiting for us to ignite as well as the inner thoughts and wants of adolescents nowadays.

真光女書院 家長教師會第二十三屆 (2021-2022 年度) 執行委員會 委員名單

2021 - 2022 年度中期財政報告 (01/09/21 - 30/04/22)

	收入:	HK$	HK$
1.	教育局撥款——經常費用	5,780.00	
2.	中一級會費（2021-2022年度）	7,560.00	
3.	*講座——「疫逆漩渦中的親子關係」（教育局資助）	10,000.00	
4.	*活動——親子電影欣賞（教育局資助）	10,000.00	
5.	定期存款利息	3.83	33,343.83
	支出：		
1.	*講座——「疫逆漩渦中的親子關係」（教育局資助）	6,833.61	
2.	感恩節	3,600.00	
3.	敬師日	3,944.00	
4.	銀行費用	160.00	14,537.61
	結餘：		18,806.22
	*講座／活動費用由教育局資助，不敷之數由本會支付。		
	在二零二二年四月三十日之銀行結存：		HK$
1.	往來戶口#193-279536-001		220,803.11
2.	定期戶口#193-279536-0001		56,222.53

職位	家長委員
會長	蔡學俊先生
副會長	薛美芬女士
財政	陳超文先生
秘書	李寶鳳女士
學術	于　楠女士
	林錦雄先生
聯絡	徐嘉儀女士
康樂	梁淑明女士
	黃媚媚女士
總務	何影霞女士
協助委員	劉翠薇女士
名譽會長	岑建榮先生
	蒲貴英女士
	陳嫦妍女士
名譽會員	蕭婉媚女士
	蘇振強先生
	詹麗嫦女士
	葉沛華先生
	陳文華先生
	謝翠薇老師

職位	教師委員
名譽會長	譚劍虹校長
副會長	黎鈺琨副校長
秘書及聯絡	李俊康老師
財　政	練鵬飛老師
學　術	余慧偵老師
康　樂	陳嘉琪老師
總　務	陳仲邦老師

會訊編輯

顧問：蔡學俊先生、譚劍虹校長

主編：余慧偵老師

撰稿：陳超文先生、林錦雄先生、薛美芬女士、李寶鳳女士、于楠女士、徐嘉儀女士、何影霞女士、梁淑明女士（排名不分先後）

校對：蔡學俊先生、譚劍虹校長、余慧偵老師、李俊康老師

《家長教師會通訊》徵稿

出版家教會刊物，旨在加強家校、家長間、親子的溝通及聯繫。現誠意邀請各委員和家長投稿，分享參與學校活動的感受或教養子女的心得。歡迎各位家長能給予我們更多寶貴意見，對家教會來說是大大鼓勵和支持。如有查詢，歡迎電郵至mail@tlgc.edu.hk。