

集流暖

黎澤倫題



天保民學校家長教職員會通訊



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12

1. 睇下邊個最眼快手快啦！
2. 哇！好專業嘅姿勢呀！
3. 雙人對打好刺激呀！
4. 攻呀攻，快搶攻！

5. 執床單，Easy啦！
6. 嘩！開飯啦！
7. 燒烤樂趣多！
8. 大家都好留心聽導遊講解呀！

9. 隊形整齊出發去！
10. 有無人知道我地搵緊咩資料呢？
11. 第一次近距離見到坦克車，Yeah！
12. 笑一笑！來個大合照！

目錄			1
編者的話		林美芳老師	2
專題	疫境同行——家長篇	王芍喬、郭兆唐、 張臣希、陳家熙、 鄒昕穎、沈恩盈家長	3-10
	疫境同行——學生篇	學生李珽軒	11
	疫境同行——教職員篇	周夏芳、邱綺珊言語治療師、 楊嘉莉、張媚斯、陳小珮主任、 林巧婷、陳長有老師	12-22
學生園地	向醫護人員致敬	張媚斯主任	23-24
境外交流團	台灣生命教育學習團分享	林巧婷老師	25-27
教職員心聲	陪伴孩子成長	孔慶參社工	28-29
	常存感恩，樂天向前	張嘉儀社工	30-31
	平凡天使	顏浩為助理教師	32-33
	特殊的愛	何倩君助理教師	34-35
	快樂無價	熊淑芬助理教師	36
	特殊教育新鮮人	梁諾軒助理教師	37
	有教無類	陳俊宜助理教師	38
護訊	口罩小衛兵	陳佩珊校護	39
宗教事務組	蔗民神學	袁慧敏老師	40-41
活動熱點推介	嘉道理農場暨植物園	熊淑芬助理教師	42-43
編輯委員會 成員名單		林美芳老師	44

林美芳老師

新冠肺炎疫情肆虐全球，為防止疫症在社區擴散，學生們自農曆新年後便一直停課在家。徬徨、擔憂背後，暖流集與您「疫境同行」。

疫境之下，感謝各位家長、學生、教職員來稿，與我們分享停課期間的點滴或反思。苟喬家長的正能量分享；邱姑娘、林老師的愛心分享；陳主任、陳老師的活動分享；楊主任的親子分享；張主任、周姑娘的反思……感恩我們都在疫境中得到沉澱。至於孩子們，家熙、珽軒停課不停學；兆唐學懂了衛生常識；臣希提升了自理能力；昕穎成為了廚房小幫手；恩盈成為了家務能手……感謝天父，在抗疫路上，讓孩子們都成長了不少。

此外，也感謝林巧婷老師來稿分享她在「台灣生命教育學習團」交流所得。生命教育不單是與死亡相關的知識教育，更是珍惜自己、尊重他人以及周遭萬物生命的教育。願我們都能愛自己、愛他人，得着一個快樂、充實和有意義的人生。

最後，感謝一眾編委同工的努力，讓第63期暖流集在停課多月下仍能順利出版。祝願大家在往後的日子裏，無論面對任何逆境，都能抱持愛與希望，以滿滿的正能量跨越所有難關。

雨後見彩虹，希望在明天！

突如其來的疫症，打亂了日常生活，工作帶來了改變，學業更停頓下來。然而…

靈活多變的大家，
沒有因此而懼怕，
反而疫境要自強，
發揮到互助互愛，
抗疫物資齊分享，
留家工作少接觸，
網上學習增知識，
保持衛生勤洗手。
我們一家也因此，
將生活歸於平淡，
增進彼此的感情，
享受片刻的寧靜。



「所以不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮，一天的難處一天就便夠了。」（馬太福音6：34）

疫境同行——家長篇

小腳板大進步

郭兆唐家長

新年後，小朋友本應開開心心迎接新學期，但一場疫症將所有原本以為理所當然的計劃都打亂了，社會幾乎停頓了，人心惶惶，小朋友復課無期。



不過，有危自有機，停課期間教懂了小朋友不少衛生常識，高敏的兆唐，在教導後，外出時竟也願意戴上口罩，而且改掉了雙手經常觸摸街道物件的壞習慣。在家的時間，兆唐也願意完成功課，而且也會幫忙做家務呢！

感謝停課期間老師們緊守崗位，為小朋友提供學習影片和功課，祝所有教職員身體健康，期望疫情早日過去，校園再見。



疫境同行——家長篇

抗疫親子時光

張臣希家長

在這段疫症期間，口罩數量和日用品不足、學校停課、生活日程被打亂，雖然會覺得徬徨，但亦慶幸我可以在家工作，得出一個難得機會與家人長時間相處。

這段期間臣希常常都說要回校上課，他還說戴口罩回校便可以。為了讓臣希在停課期間保持學習，我為他訂立了每日時間表：每天十點半開始功課和溫習時間，下午便是做手工、家務、自理訓練或運動時間。

在做功課的時候，臣希總會說去廁所、飲水等等，實在「不知好孬定好笑」。而下午與他做麵包、餅乾、餃子、砌砌圖或Lego的時候，他常常說要幫手，但在旁給予他鼓勵，他便有信心做到。另外，我們亦希望訓練臣希的自理能力，想不到他在這段期間竟學懂剪指甲、煲水、打雞蛋、用吸塵機……



而最珍貴的是，臣希與我們溝通多了。記得有一天，爸爸正在換燈膽的時候，臣希突然說需唔需要幫手，我們真是開心到不得了。此外，臣希的哥哥亦多了和我們談天說地。

在這段疫症期間，我們的親子時間多了，回憶也多了。願疫情快快過去，一切回復軌道。

疫境同行—家長篇

正向成長每一天

陳家熙家長

新型冠狀病毒肆虐全球，在這個講究效率的時代，病毒擴散速度也同樣驚人，不僅打亂了我們原本平靜、規律的日常生活，也讓我們重新檢視衛生教育，提高了我們對病症的警覺性。疫情之下，相信大家或多或少都感受到焦慮不安，此刻正是人心惶惶、戒慎恐懼之際，而此時社會也需要更多溫暖與正向的關懷。



我是一個台灣人，早在一月份的時候，我已和孩子回台灣渡假，直到現在仍在台灣，相信在這個非常時期，留在原地對我們來說是最恰當的選擇。台灣的防疫工作相較之下趨於完善及有成效，社會運作如上班、上學都如常的進行着，所以孩子與我的生活也沒甚麼太大的轉變。

為了增強抵抗力，天氣晴朗時，我們會外出運動，如：直排輪、踩單車等。當然，我們盡可能不會前往人多聚集的密閉空間，出門也一定會戴口罩，保護自己也保護他人。同時，我們亦會正確與勤勞地洗手及健康飲食以攝取均衡的營養。



在此很感謝學校在停課期間製作功課與電子教材讓孩子們停課不停學。希望大家勇敢面對、正確自保，不囤貨、不爭奪，互相鼓勵、互相幫助、互相信任，共同戰勝這場世紀疫戰。最後，由衷感謝前線醫護人員及致上最高敬意。祝各位健康、平安、喜樂！



疫境同行—家長篇

健康乳酪動手做

鄒昕穎家長

由於「新冠肺炎」疫情嚴峻，昕穎已經停課多月，天天在家，活動量大減，心情有點鬱悶，閒時無聊便不斷吃。有一天，突然發覺昕穎長了一個人人必欲除之而後快的小肚臍，於是便積極搜尋健康美味的小吃。最後，為昕穎設計了一款她喜愛而又健康有益的食品——「脆片香蕉藍莓乳酪」。現在與大家分享一下：



材料：

原味玉米片10克
可可玉米片10克
低脂乳酪100克
香蕉一隻
藍莓10粒

材料	營養價值	益處
脂乳乳酪	鈣	• 易於人體吸收 • 促進骨骼生長 • 增加牙齒的硬度
	維生素A	• 保護眼睛健康
	乳酸菌	• 防治便秘和腹瀉
藍莓	花青素 維生素A	• 保護眼睛、減輕眼睛的疲勞
	維生素C	• 增強心臟功能
	果膠	• 促進心血管健康
	抗氧化劑	• 可防癌、抗衰老及調節免疫能力
香蕉	鉀	• 維持血壓穩定 • 預防心血管疾病
	5-羥色胺	• 使人心境愉快，防治抑鬱。
	膳食纖維	• 可促進腸蠕動，有助排便順暢。

「脆片香蕉藍莓乳酪」製作過程：

1. 將原味玉米片、可可玉米片、藍莓分別放入3隻小碗內。



2. 將香蕉剝皮後，切成小塊。



3. 將低脂乳酪放入小碗內。



4. 將香蕉、藍莓、原味玉米片、可可玉米片與低脂乳酪混合。



5. 可以慢慢享用了！



參考資料

<https://tw.aboluowang.com/2013/1116/349639.html>

<https://kknews.cc/zh-hk/health/a00a39j.html>

<https://kknews.cc/zh-hk/health/e9q6q6q.html>

疫境同行——家長篇

活在抗疫的日子

沈思盈家長

一天，收到老師來電邀請我寫一篇短文分享女兒在抗疫期間的生活。盈盈聽到我與老師的對話，便對我說：「要跟老師說我每天都在家裏做功課、溫習數學及看故事書。」但事實是否如此？

早在一月中的農曆新年假期時，盈盈一接到假期作業便立刻快速地完成所有新年作業。之後，她便可以開始自己的作業——看櫻桃小丸子卡通光碟及玩電話遊戲。每當我問她作業完成了沒有，她便立刻回答已完成所有功課，可以玩電話遊戲了。

到了二月初，疫情變得十分緊張，我們都希望多留在家裏，減少戶外活動。一天，我在電視看到一位被困在武漢的香港人說他的兒子在武漢很開心，因為爸爸每天都在想辦法離開武漢，沒有時間阻止他玩電話遊戲。我聽後也覺得頗有道理，反正再過幾天便要回校上課，就讓盈盈開心多幾天吧！而我則在家中埋頭苦幹着自己的工作。

到了三月初，收到學校通知開課日期延續至四月中。這時，我們已在家中呆了一個多月，大家也開始發胖了，而且，女兒天天玩電話遊戲也不是辦法。一天，盈盈磅重時，發現自己重了差不多五公斤，注重外表的她，便要求我每天和她去跑步減肥。終於，大家有了一個共同目標：減肥。就這樣，減肥成功，我們每天都會到戶外跑步一小時。另外，我也提議盈盈幫忙做家務減肥，例如：吸塵、拖地及洗碗等。否則開學後，盈盈胖胖的體型會嚇壞老師們。盈盈最初都不情不願，但慢慢便起勁起來，主動、認真地幫忙做家務，每天都汗流浹背，也減輕了我的工作。



在這個不知何時了的停課期間，盈盈養成做家務的習慣。真好！

疫境同行——學生篇

我的疫情停課生活

李珽軒

星期一至五早上，陳老師來我家補習。中午，我會自己買午餐回家吃。然後，我會獨自到荔枝角公園跑步三十分鐘，再到美孚新邨平台逛十五分鐘，最後穿過美孚廣場回家去。星期六日，英文老師來我家教我旅遊英語會話課。

最後，我想告訴大家：



停課期間，不停學。疫情期間，勤洗手，做好防疫措施。



疫境同行——教職員篇

疫情中的感恩及反思

周夏芳
言語治療師

踏入2020年不久，就傳來新冠肺炎疫情這個消息。香港政府為了保護市民，相繼宣佈停課、在家工作及限聚令等措施。為了自己，為了別人，也為了響應醫護的號召，我也盡量留在家裏不出門。

在這個環境的驅使下，我忙碌的生活，突然間變得悠閒。碰巧我家剛搬新居，就在家抗疫的時間好好整理新居所，並添置一些家中物品，例如掛畫、盆栽、椅套等小型家品。此外，我也感恩因為在家裏的時間多了，讓我可以重拾因生活忙碌而放下多年的興趣——彈鋼琴。反思以前的生活，我感覺自己就像一部機器，每日不停操作去完成很多任務，現在慢下來，才可以過一些有質素的生活。以前與朋友的連繫，多數只是以電話通訊軟件發幾個短訊，現在可以撥通電話，談上半小時有多。或者生活就應該是這樣，只是以前過於忙碌而身不由己。

我們曉得
萬事都互相效力
叫愛神的人得益處
就是按他旨意被召的人
羅馬書8:28



對於信主的我，知道每事每物都有神的計劃和旨意。神是愛，祂愛我們，甚至降生為人，為我們受盡凌辱並死在可怕的十字架上。既然這樣，神為何會容許這場疫症發生？我相信沒有人能解答這個問題。但是聖經告訴我們，神叫萬事

都互相效力，叫愛神的人得益處（羅馬書8：28）。在這個講求個人價值的世代，常常聽到有人說：現在的孩子都比以前聰明，年紀小小已能懂得很多東西。或許現在科技發達，人們以為自己可以控制到很多事情，現實的一場疫症卻讓全世界的醫療專家都束手無策。再者，現代人為求方便及舒服，不知不覺間耗盡了地球大量資源。透過這場疫症，或許可以讓人們反思自己的生命價值及生活態度。

在這場新冠肺炎疫情期間，我多了時間陪伴家人，反思自己。在人心惶惶的時候，保持心境健康同樣重要。除了禱告希望疫情盡快受控之外，也記掛到天保民的家長，求神賜他們能力好好照顧自己及孩子。

疫境同行—教職員篇

分享愛

邱綺珊
言語治療師

回想起疫症初期，大家會想起甚麼？搶購口罩？搶購消毒用品？但這些基本的防疫物資，有不少人只能望洋興嘆，那動輒要二百元或以上一盒的口罩，拾紙皮的婆婆、清潔工人們要辛勞工作多少小時才能購得？

我曾經看過一些報導，一位老伯伯因為沒有佩戴口罩而被巴士司機拒絕接載，最後只能在垃圾桶內撿執別人用過的口罩戴上，才能成功登車；一位住劏房的單親爸爸，因為無法負擔口罩的漲價，只能重用女兒用過的兒童口罩……心頭很酸，不禁問神，我能為他們做甚麼呢？

靠着神的恩典，支撐着幾乎不眠不休的幾天，終於在外國網站順利購得一些口罩，於是我便做起「女工」來，我把口罩用保鮮袋分裝好，再到大街小巷和弱勢社群分享。有拾紙皮的婆婆、有坐在一角，褲子都穿了洞的伯伯、有推着輪椅當手推車，趁街市快要關店買平價菜的長者，還有在公園的露宿者……



令我印象最深刻的是，當我和一位清潔女工分享口罩的時候，她第一個反應是問我：「妳自己夠用嗎？」簡單一個問候，令我暖在心頭。逆境中，她想到的不是自己，而是關愛別人，實在令人感動。

接着，我又收到第二批分享口罩。這時，我收到袁老師的電話，原來她從臉書上知道了我分享口罩的事情，又湊巧她有朋友想捐出搓手液贈予有需要人士。感謝袁老師，也感謝神奇妙的安排，令物資變得更完滿。



在撰文的這一刻，我在等待一個包裹，不知這次又會在神的引領下，走到哪些需要物資的人跟前呢？

我明白個人的力量很微小，但長輩的教導卻時刻在心中——「勿以惡小而為之，勿以善小而不為」。如果每個人都能張開心眼，就可以「看見」社會上被忽視的弱勢社群，我相信集合眾人的力量，一定可以為他們帶來更多轉變、更多愛。



● ● ● ● ● ● ● ● ● ●
「你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主——你的神。其次就是說：要愛人如己。再沒有比這兩條誡命更大的了。」（馬可福音12：30-31）

疫境同行——教職員篇

疫情下的人生功課

楊嘉莉主任

農曆年後的日子，是一個意想不到的境況。由擔心每日感染的個案急增、到需要四處張羅口罩、再經歷排隊購買日用品……那麼頻撲忐忑的日常，心裏實在不太好受。

之後，為配合防疫措施，大家都盡量留在家中，為防止疫症在社區擴散盡一分力。學校也因應政策，實施教職員在非回校當值的日子，改用在家工作的模式，為同學準備教材及製作教學視頻，有些會議也改用通訊的形式進行。生活模式的轉變，讓我多了時間留在家裏。由於全球疫症爆發，外國封城的措施也令我家的工人姐姐一次又一次未能來港，讓我切切實實地擔起家裏的工作，令原本每日朝七晚七在外的我，頓然成為每日二十四小時在家的全職媽媽，這個轉變令我很深的體會。

我有一個準備升小學的兒子，平日放工後看見的是已完成功課的他，晚上多是歡愉地和他玩或看書。疫情下卻是從早到晚看着兒子，也看出他的本質，我慶幸能在這段期間，讓自己有時間去幫助他掌握自理能力、學習時間管理，也糾正他的坐姿和做人處事的態度。

為對抗疫情大家都要留在家中，兒子雖然知道同心抗疫的重要，但要他樂意接受，難免也要多番解釋和協助。尤記得疫情初期看過一篇抗疫的訪問，講述在疫情下的生活變化，片段中媽媽投訴子女在家多了大叫及奔跑的行為。當時我還感到只是個別情況而已，但不出兩星期這現象也在我家出現了，原來活動對兒童的確非常重要。

為了讓兒子多點生活趣味，我便嘗試和他多作親子遊戲，波子棋、象棋、桌面遊戲、砌圖、繪畫、手工、摺紙、骨牌遊戲、唱歌、小食製作、角色扮演甚至科學小實驗，都讓兒子樂在其中，既宣洩了他內心的納悶，也安撫了在疫情陰霾下的恐懼和不安。



學習自己做小食

日子漸漸過去，感謝政府、醫護人員及市民的努力，讓香港的疫情逐漸受控；同時也為自己在這段日子對家的努力而鼓舞，工作之餘也重新檢視生活的模式，重整家中物品，讓它們存放得較以往有系統；關注自己健康，建立起運動的習慣；而親子關係，也較以前親密，連帶兒子的語言能力也進步了不少，而他在這段期間練習出來的波子棋棋藝，也漸勝過很多家人呢！



設計骨牌遊戲

有人道，疫症讓整個城市停頓。而我認為，人生卻能在這段放慢了的節奏中得以沉澱、醒覺及調整。我領悟到自己的家庭角色，這角色是別人無可替代的，從而學習更主動去陪伴、體諒、欣賞和接納兒子的獨特，也學會更耐心包容和等待孩子的成長……讓孩子在生命中多點愛，為日後走更遠的路。

疫境同行—教職員篇

以愛創造奇蹟

張媚斯主任



週末的黃昏走進戲院，全場只有寥寥數人。我閉上眼睛，想稍稍體會一下片中主角被困洞穴內的感受，才一瞬間，便覺不安了。

電影《奇蹟救援 (The Cave)》是講述2018年十二位少年足球隊成員和教練到泰國北部的「睡美人洞」探險，因暴雨灌入洞內而被困的真實事蹟。最令人訝異和感動的是，事件被媒體廣泛報導後，當地以及來自世界各國的救援人員即時啟程前往。他們每一個都是專家，但卻能因着愛不分國籍而放下個人見解、打破言語的隔閡，甚至作好犧牲的準備，在短時間內達成共識並展開救援行動。過程驚險萬分，但每個參與其中的救援人員都因着愛展現出無比的勇氣和毅力，結果奇蹟地成功令被困十八天的十三人脫險，這些無名英雄無私捨己的精神令我深受感動。



近日新冠肺炎肆虐，同樣以愛創造的奇蹟每天都在發生：我們不囤積，把物資分出去，就會發現奇蹟，一切夠用而且有餘。而醫護人員為守護大眾的健康奮而不懈；社會上的有心人為老弱婦孺張羅防疫物資疲於奔命……正是這一個又一個愛的行動，令感染人數不致大幅攀升的奇蹟發生。

我們在疫情的陰霾中，就像片中主角被困在漆黑的洞穴內，但人性的光輝可以帶來光明和希望，愛能創造奇蹟！

疫境同行—教職員篇

防疫跑

陳小珮主任

疫症停課期間，大家都時刻保持警惕，預防病毒感染，除了作息定時、有充足的睡眠及均衡的營養外，適當的運動以增強身體的免疫力也非常重要。

停課期間，我仍然保持做運動的習慣，天氣好的日子，我會到家附近的海濱長廊跑步，即使雨天也會留在家中進行瑜珈練習。需要回校的日子，我會黃昏跑，因為我愛看晚霞的景象；不需回校的日子，我會選擇晨跑，因為早上空氣特別清新，而且人流較為稀疏。



我喜愛跑步，因為跑步可以減輕生活壓力，讓心情愉快起來。跑步也可以增強免疫力，減少患病機會。我更喜愛與朋友一邊跑步，一邊傾談生活小趣事，互相溝通分享。

跑步有很多益處，歡迎大家加入「跑步之友」，享受跑步的樂趣！

疫境同行——教職員篇

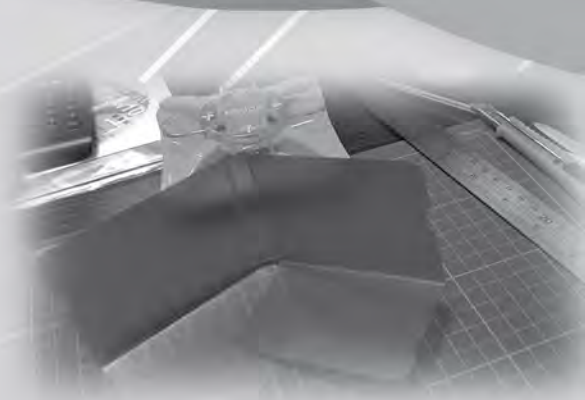
心靈平安，分享神愛

赫巧婷老師

在疫情濃罩下，相信大家與我有着相同的經歷：時刻保持個人衛生和清潔、停止與家人或朋友外出聚餐的活動、與家人和朋友的話題總圍繞着哪裏可以購買到可靠的口罩和清潔用品、每天定時留意着各國疫情狀況和政府公佈的最新防疫措施……

你心裏是否每天都有着不安感呢？是否不斷數算着口罩的數量？對於未知的事情，每個人都少不了會恐懼和擔憂，我亦有以上的憂慮。直至有一天，我在網上聽到教會牧者的信息，擔憂的想法開始轉變，牧師提到人類在大自然中是很渺小，我們想任何事情也在掌控之中，從而獲得安全感和成就感。然而，現實中太多事情都難以掌握，舉例說：人類無法控制天氣，只能預計天氣的變化，從而作出相應的措施。

牧者的訊息如同當頭棒喝，我意識到，在2019新型冠狀病毒仍未有有效的疫苗控制前，做好本份和珍惜現有的一切，便是我最好的應對方法。同時，我也開始為家人、朋友、同工以及有需要的人代禱和關心他們的需要。因此，我開始縫製布口罩和製作口罩暫存夾，希望透過這些小小的心意，能令身邊的人感到關愛。在這艱難的時刻，只要攜手共同抗疫，多留意和幫助身邊有需要的人，困境定能過去。



在多變的世界中，我們不免會迷惘，但心中存着對神的信心、盼望和愛，然後勇敢地面對困難與挑戰，我深信這一切會變得不枉過。最後，與大家分享我很喜歡的經文：

「鼎為煉銀，爐為煉金；惟有耶和華熬煉人心。」（箴言17：3）願我們經過熬煉後，生命更豐盛。



疫境同行—教職員篇

懷抱希望

陳長有老師



農曆新年期間，突如其來的新型冠狀病毒，令不少香港人都措手不及。做夢也沒想到，香港會出現米荒及衛生紙荒，並持續了一陣子，對沒有囤積日用品的我帶來了不安及焦慮。我試過在街上來回走好幾家超級市場，再排了長長的人龍才能購得一袋米及衛生紙，也試過不少次的落空而回，這些日子真令我難忘。

疫情期間，每個家庭實在面對不少壓力和挑戰。如何保持心靈健康？我認為多聽古典音樂及閱讀圖書是很好的選擇。

有研究顯示，古典音樂的旋律可以讓心情放鬆，並改善神經、心血管、內分泌和消化系統的功能，從而促進人體分泌有益於健康的激素。另外，據《科學美國人》雜誌報道，音樂還能激活人大腦的「獎賞中心」，抑制杏仁核的活動，從而減輕恐懼和其他負面情緒。

此外，我也從書架上拿出了《灌溉心靈的半杯水》這本書看了一遍又一遍。這本書記錄了作者沈祖堯教授的親身經歷及世界各地的感恩故事，為我們帶出一個老生常談，但又往往容易為人所忘記的道理——感恩。



現在，我於空閒時就會一邊聽音樂一邊閱讀來保持正向情緒。希望大家也能學懂感恩，逆境中懷抱希望。



班際活動



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12

- 1-4. B2組班際活動-團團圓圓 (16/1/2020)
5-8. B5-B6班際活動-製作新年吊飾 (16/1/2020)
9-12. B7-B10班際活動-高高興興齊蒸糕 (14/1/2020)

畢業生剪影・中度組



余經略



潘俊灝



王嘉樑



李卓濠



傅璟軒



黃弘希



葉俊權



劉倬彬



羅靜文



陳俊濤



莊睿哲



畢業生剪影・輕度組



駱嘉晟



鄧卓軒



張皓焜



曾家鈺



林昱嫻



岑浩一



張朝隆



周燮常



施耀樟



黎樂賢



黃孟韜



陳柏熹



張敏慧



學生園地 · 資訊及通訊科技科

保民STEM同樂日

日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午9時30分至下午12時30分
地點：天保民學校



設計：吳宇希

保民STEM同樂日

日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午12時30分至下午12時30分
地點：天保民學校



設計：周豐常

保民STEM同樂日

日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午9時30分至下午1時
地點：天保民學校



設計：張朝隆

保民STEM同樂日

日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午9時30分至下午1時
地點：天保民學校



設計：梁志豪

保民STEM同樂日

日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午9時30分至下午12時30分
地點：天保民學校



設計：梁韻倫

保民STEM同樂日

日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午9時30分至下午12時30分
地點：天保民學校



設計：郭子軒

保民STEM同樂日

日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午9時30分至下午12時30分
地點：天保民學校



設計：曾嘉浩

保民STEM同樂日

日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午9時30分至下午1時
地點：天保民學校



設計：陳德華

保民STEM同樂日

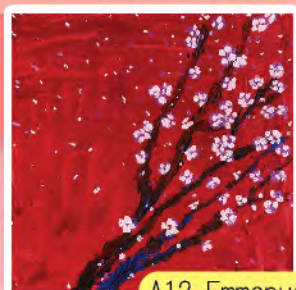
日期：2019年10月12日(星期六)
時間：上午9時30分至下午12時30分
地點：天保民學校



設計：黃孟韶



學生園地・視覺藝術科



A12 Emmanuel



A12余經略



A12潘俊瀨



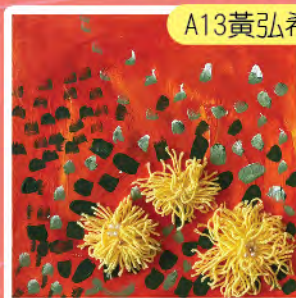
A13李卓濠



A13李增杰



A13傅璟軒



A13黃弘希



A13葉俊權



A14何海麗



A14沈佑緯



A14莊睿哲



B11林海燕

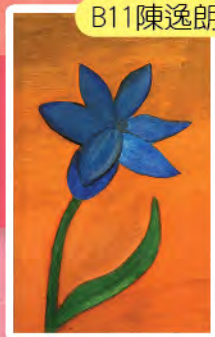
B11高爾淇



B11梁思穎



B11陳逸朗



B11陶奇花



B11傅斐圓



B12郭俊然



B12趙焯楠



B12楊卓翰



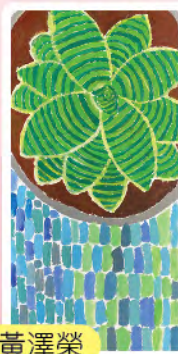
B13任耀林



B13唐感恩



B13黃澤榮



B14張皓焜



學生園地・設計與應用科技科



B12王歷天



B12郭俊然



B12黃輝鵬



B12陳徹行



B14林昱嫻



B14施耀樟



B13曾嘉浩



B14黎樂賢



木公仔製作

前排左至右：卓家羽、郭景諾、
鄧梓希、陳定軒

後排左至右：蔡嘉泰、招秀冬、
謝天朗、陳婉珊、
Jenish、鄧梓亨

感謝一路有你

向醫護人員致敬



A8 張臣希

親子作品



B14 曾家鈺



曾家鈺

二零二零年 三月三十日

天保民學校

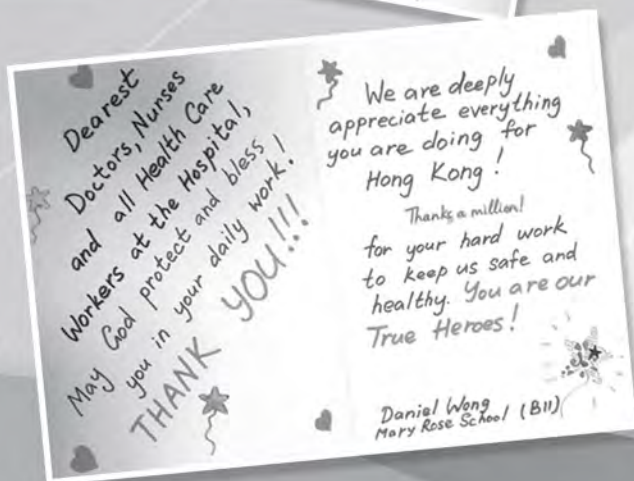
梁睿哲

萬眾齊心同抗疫
醫護功勳比天高

B14 梁睿哲



B11 黃思律



台灣生命教育學習團分享

林巧婷老師

很感恩能有機會與大家分享我在「台灣生命教育學習團」的經歷。是次學習團對我來說可算是別具意義的旅程，因為這是我九年教學生涯中第一次參與境外交流團，很高興能與來自香港及台灣不同教學機構的同工交流教育中的點滴。



與來自香港不同中學的同工合照



不同的學習及反思活動

在五日四夜的學習團中，主辦單位安排了多場與生命教育有關的專題演講和參觀活動，例如：陳建榮老師的《電影與生命教育》、陳復老師的《從探索古蹟展開生命教育旅程》等精彩的演講。每位講者都是台灣推行生命教育的先驅者。當中令我印象最為深刻的，是王政忠老師的專題演講——《重拾教學的初心》。王老師提到與學生在921大地震中的經歷使他的人生再不一樣。當時兩位失去至親的學生面對唯一熟悉的老師時，向他問道：「你會不會回來？」這一句說話深深的印在王老師的腦海中，亦改變了他之後選擇執教的地點。雖然教學成就卓越的王老師可以到市區任教，但他卻選擇繼續留守在那所位於偏鄉的學校任教，目的只是希望為這班居於偏鄉又缺乏家庭支援的弱勢學生們提供優質的教學。王老師憑着教學初心，克服教學上種種困難，真是令我感動不已，同時亦令我回想起自己為何選擇老師作為我的終身職業。

境外交流團



與聖文國中的
王政忠老師會面



參觀臺北市中山區
永安國民小學



參觀三之三國際文教
機構的花婆婆繪本館

還記得大學時，我也有不同兼職的經驗，當中最能令我感到快樂的工作就是教學，每當我能幫助學生學懂一項新知識或技能時，就是我感到最滿足和快樂的時刻。回想起停課前，每天上學見到天保民的學生向我親切地打招呼，內心也會有窩心的暖意；看見笑容滿臉的小學生時，我還會不禁給他們一個小擁抱。感恩能參與是次學習團，除了能擴闊在教學和生命教育的視野，亦令我回想起這教學初心。

此外，在多場專題演講中，眾講者也不謀而合地指出師生關係的重要，這亦重塑了我由初執教鞭及至現時的教學理念。因應科技進步，教學策略不斷轉變，但我深信良好的師生關係是建基於教師的耐性、愛心、互信和體諒，甚至是教師的專業態度。當學生有行為偏差時，責罰是治標不治本的方法。我希望能透過有效的溝通方法和輔導技巧了解學生行為背後的動機，從而幫助他們解決問題。耐性、愛心、互信和體諒是促成溝通的重要元素，作為教育工作者應先學習放下對事情的假設，多聆聽、多觀察和多感受學生的情緒，這不單能增進教師和學生之間的了解，亦有助建立互信的關係。我深信每一位學生都是珍貴和獨特的，亦是主給予我教育路上的小天使。期望復課後能與同工和學生們一起經歷天保民的教育路途。



攝於
「快樂迎聖誕」活動



攝於「歡樂賀新春」活動



攝於「香港賽馬會特殊馬拉松」活動

陪伴孩子成長

孔慶參社工

管教（Parenting）著重6A，包括Acceptance（接納）、Appreciation（讚賞）、Affection（關愛）、Availability（時間）、Accountability（責任）及Authority（權威），相信這六個管教元素對家長來說並不陌生，但提倡此6A管教模式的麥道衛博士就提醒家長，管教如烹調，就算有山珍海錯作食材，若烹調次序出錯，亦不能煮出美味的食物。

在六個管教元素中，麥道衛博士就強調接納、讚賞、關愛及時間必須先於責任與權威，說穿了就是對孩子的管教，應先建基於家長與孩子的美好關係上，而接納、讚賞、關愛及時間就是築構良好關係的基石。建基於惡劣關係的管教，只會帶來孩子的叛逆；相反，建基於親密關係的管教，則會帶來孩子正面積極的回應。

就麥道衛博士而言，管教不是應對孩子各種行為的策略，而是透過關係去帶給孩子正面影響的心法。他亦再三提醒，很多人都會誤解，認為孩子管教得好，就可以建立良好的親子關係，但現實是要有良好的親子關係，才可達致有效的管教。

作為一個小孩的爸爸，這個心法是我教養孩子的提醒，另一方面，對於新加入天保民大家庭服務的我而言，亦是一個極佳指引，提醒我要真切認識同學，與同學建立正面的關係。

回想起九月開學初期，面對三百多張新臉孔，實在有一點力不從心，偶然亦會混淆個別同學，但隨着與同學相處的日子久了，透過親身接觸，逐漸了解各同學的性格、喜好和特點，與同學的關係亦一點一滴累積起來。



與我期待的一樣，天保民的同學都充滿活力，有着獨特的個性，每位同學都有他的長處及優點，當然亦有令人生氣的地方，但正如麥博士所言，長處及優點固然要讚賞，但使人生氣的地方亦要接納，待關係打得穩固後，再促進同學的改變。我相信，孩子總會改變，只要我們能掌握適當的時機去管教。

在學校服務，就好像多了幾十個孩子一般，多了責任，亦要付出更多的愛，但奇妙的是，同學們親切的問候，天真的舉動，反而使我得到更多的愛。但願我可以繼續在天保民這個充滿愛的地方陪伴孩子們成長。

常存感恩，樂天向前

張嘉儀社工

近日於社交媒體中看到一段攝於外國的短片，一位需要用手杖的婆婆坐在路邊的椅子上，她的手杖突然跌在地上，還滾至馬路旁，她請站在附近車站等車的年青人幫忙拾回，年青人答應了她，卻遲遲沒有行動。於是，老婆婆只好硬著頭皮艱難地站起來，一拐一拐地走向馬路旁……看到這裏，相信大家都會覺得，那年青人真可惡，連一個小小的幫忙都不願意。但是，事情卻峰迴路轉，當老婆婆差不多走到馬路旁時，一座鋼琴從上跌至老婆婆剛才的椅子上。老婆婆嚇一跳，然後向年青人說：「謝謝你沒有幫助我。」短片最後寫道：「別人幫你，你要感激；別人不幫你，你也要感激。」

對於有信仰的我而言，相信上帝讓每件事發生都有其美意，正如以上的短片一樣，無論環境如何，我們都應該存有感恩的心。人的一生很少會完全一帆風順，當我們遇到困難或困境時，不免會感到灰心，但人總有洩氣的時候，正如汽車都需要加油，只要洩氣過後能再次為自己加油，便能讓自己重拾感恩的心，生活就有盼望及動力。

到天保民學校工作之前，我主要是服務一些中風或腦部受創人士，對於一個正常人來說，中風是一件非常突然的事，不只影響其個人生活，對其整個家庭都會帶來不同程度的影響。一些中風的康復者曾分享，在漫長的治療過程中，他們都試過灰心失望，但他們亦知道若是一直灰心下去，對自己的身體以及家人都毫無益處，所以他們便決心改變。而且，他們也會鼓勵其他人不要灰心，並且要感恩自己可以靠自己去改變，也尚有氣力去改善。

記得有一位二十多歲的青年人，八年前因交通意外而需要到中心接受治療，他於室內需要利用手杖及一人協助才能行走，而外出則必須要輪椅輔助。但他性格樂天，常常將「所有事皆好事」掛在嘴邊，並努力接受治療。現在，他外出時已不需要任何輔助器材，甚至能獨自去台灣旅行，實在太令人鼓舞。當我離開這服務單位時，他亦用這「格言」祝福我。



相信對於要照顧有特殊需要小朋友的家庭來說，一定有不少辛酸、眼淚、壓力……真的一點也不容易。但是，當中亦會有不少的窩心、開心及感動，希望大家能保持感恩的心，相信「所有事皆好事」，不時為自己加加油，打打氣，讓自己可以繼續有動力及盼望。最重要的是：你們並不孤單，有天保民這個大家庭支持你們！

最後，我將一班舊同事送給我的金句，轉送給大家：
「你的日子如何，你的力量也必如何」。



平凡天使

顏浩為助理教師

天保民學校在我成長的路上並不陌生，從小時候上學途經，到大學在天保民做義工，及至去年九月正式加入天保民成為助理教師。雖然加入天保民的時間不長，卻已遇上多位「平凡天使」，為天保民帶來無數溫暖。

每位老師都是「平凡天使」，尤記得剛踏入天保民，已感受到老師們對教育的熱誠，他們活用自己的專業，在教學上花盡心思，即使是同一個教學主題，也會為學生預備不同的教材去因材施教，以配合學生不同的需要，讓學生能夠更容易掌握課堂知識。此外，老師們亦會為學生舉辦不同類型的活動，讓學生能擴闊視野、發揮所長、不斷成長。



父母對孩子的愛當然無庸置疑，但一位家傭姐姐對孩子的愛也令我很感動。除了父母和老師外，姐姐應該是與孩子相處時間最長的人。那位姐姐每天接孩子放學時，都會跟老師和社工交流，她很着緊孩子，除了用心照顧外，她亦希望能更了解孩子的學習需要，所以她經常會與老師溝通，以幫助孩子進步和成長，她也是孩子身邊不可缺少的「平凡天使」。

說到「平凡天使」，又怎能不提我們的學生呢！學生會籌備活動讓全校師生參加、風紀維持秩序、領袖生協助低年級學生午膳情況、書包大使協助同學排好書包，他們都願意犧牲個人時間去為其他同學服務，我真的非常欣賞他們的付出。



除了學生組織外，每位學生也是「平凡天使」。今年我加入了長跑隊，對於不擅長長跑的我而言，長跑隊的訓練極具挑戰性。在長跑途中，很多時我都會有想停下來休息的念頭，但讓我堅持下去的正是身邊跟我一起奮鬥的學生，學生們的鼓勵和打氣聲，就是我堅持的動力。我們彼此鼓勵、互相扶持，一同邁向終點。詩人冰心曾說「成功的花浸透了奮鬥的淚泉」，這群「平凡天使」和我一起努力奮鬥，是我進步的重要伙伴。

力克·胡哲(Nick Vujicic)曾說「要是無法得到奇蹟，就讓自己變成奇蹟。」也許在一個大環境底下，您會以為自己很平凡，您會認為自己能做到的事並不多，但您並不知道原來在您眼中所做的「微不足道」，其實已經為身邊的人帶來很多的溫暖，願我們每個人都能成為「平凡天使」，默默地為身邊的人帶來溫暖。



特殊的愛

何倩君助理教師

在機緣巧合的情況下，我在朋友的介紹下加入了特殊教育這個行業，當時的我對特殊教育毫不認識，對自閉症、過度活躍症只是略有所聞，亦未曾接觸過有特殊教育需要的學生。



還記得在舊校協助教學的第一堂課，班上有一位戴着口罩坐在角落的男學生，當時社工向我介紹這位學生的「事蹟」，提示我在協助他的過程中要保持一定的距離，不可畏縮，也建議我在與他建立關係後才慢慢進行教學活動。在這一堂課中，我見識到這位學生的「威力」，他多次想伸手抓人，當社工走近協助時，他甚至拉下口罩向社工吐口水，在社工再三勸導下，他終於回復平靜。

看着這一幕幕不斷重演的景象，我有種想哭的感覺，並不是我被眼前的景象嚇到，而是我深深感受到特殊教育者的偉大和包容，同時亦非常同情這位男學生。於是，我下定決心要和他建立良好的關係。過了一段日子，他漸漸接受了我，在大部分課堂上都能表現合作，最令我鼓舞及興奮的是：每次我踏入課室，他都會向我展現出無比溫暖的笑容，直至現在我仍然歷歷在目。

今年有幸能加入天保民這個大家庭，在開學時得知天保民學校有二十八班，心裏難免有點擔憂，但在同事熱情和友善的幫助下，很快釋除了我的憂慮，令我很快便適應了這個新環境。每天回到學校時，都會有學生熱情地向我打招呼，有些學生更會詢問我的姓名及向我作自我介紹。雖然現在我仍未能記得所有學生的名字，但我會努力地把他們可愛的模樣和名字記住。

從前的我從未想過會投身教育，因為我覺得教育學生是一件很神聖及需要耐性的工作。自從在特殊學校工作後，看到他們一天一天的進步，與他們一步一步建立關係，給予我滿滿的成功感。我十分享受在特殊學校工作，亦十分喜歡特殊學生，這也是我工作的動力。我喜歡他們熱情的打招呼、關切的問候、堅毅的學習態度及勇於嘗試的精神，我視特殊學生為我的朋友，我們是彼此學習的對象，互相關心、勉勵，願大家在天保民學校裏共同成長，活出愛的真諦。



快樂無償

熊淑芬助理教師

第一次接觸特殊學生是在一次偶然的義工活動，那時候對他們不熟悉，還記得在出發之時很緊張，擔心不知道怎樣和他們相處。但同學們的熱情頃刻將我們的疑慮消散，大家很快便打成一片。是次義工活動在我腦海裏留下深刻印象，因為他們臉上天真的笑容，是那麼富有感染力。

在天保民短短幾個月的相處裏，同事們親和友善，樂於幫助新同事解決問題，令我深深感受到天保民是一個溫暖的大家庭。在這裏，同事們擁有豐富的教學經驗，常運用不同的教學技巧教導學生，對學生們的照顧無微不至，實在令我獲益良多。此外，學生更是我工作的動力來源，每當我踏入校園，學生們都會快樂地跟我打招呼，有的學生不認識我，會走來問我：「你是誰？」，然後對我作自我介紹，實在十分可愛。

作為教育工作者，我經常反思我能為學生做甚麼、我能帶給他們甚麼。但是，後來我發現我從學生身上學會更多，原來在不知不覺間，我變得有耐性，遇到困難亦不容易感到急躁，也更能寬容處事。在特教工作的這幾年間，我比以前快樂，工作也更有活力，這些都是學生帶給我的珍貴寶藏。期望我能把這些快樂因子回饋給學生，與他們同行成長。



特殊教育新鮮人

梁諾軒助理教師

每逢畢業季，網絡及電視上總有「職場制勝」、「求職攻略」、「給社會新鮮人的十五個職場建議」等資訊。吸收及討論過多，難免令我這個社會新鮮人緊張起來。

還記得走進天保民學校當助理教師的第一天，一位臉上掛着燦爛笑容的領袖生對我說：「新老師，早晨！」其後，不少學生主動走來與我聊天。「你是甚麼老師？」「梁老師，你最喜歡甚麼顏色？」「梁老師，我請你食提子。」他們的熱情，在我心裏留下深刻印象。原來，在這個充滿愛的校園裏，我早前的緊張並不必要。



有一次，一位學生見到我戴着口罩，便對我說：「老師，你要多喝水，不要生病。」他們是多麼可愛、窩心呢！當然，學生也有鬧情緒、不合作的時候。白紙一張的我，實在不懂得處理。看到老師們對學生的循循善誘、提點與安撫，我亦同時學懂了該如何當一名稱職的助理教師。我常問老師們，這樣做對嗎？合適

嗎？老師們都樂於提出建議，使我獲益良多。經過幾個月的相處和觀察，我對學生有了更多的了解，開始思考他們為甚麼鬧情緒，也理解到他們不合作的原因。看到同學們的回應、學習上的進步及走來牽我的手時，那份無價的喜悅及成功感，是「求職攻略」裏沒有提及過的。

每位學生都是獨特的孩子，「你們看那天上的飛鳥，也不種，也不收，也不積蓄在倉裡，你們的天父尚且養活他。你們不比飛鳥貴重得多嗎？」（馬太福音6:26）在成長路上雖然難免會遇到重重困難，但天父必看顧我們。



有教無類

陳俊宜助理教師

童年的我，曾經對讀書感到厭倦，幸好得到兩位小學恩師孜孜不倦的教導，不但令我重拾學習的動力，更令我感受到有教無類的精神。因此，我希望用自己的力量，教育好每位小朋友。

這是我首次在特殊學校工作。記得九月初來到天保民時，雖然很開心可以見到一班活潑可愛的學生們，但面對他們的情緒及學習問題時，我都難免會感到富挑戰性。抱着有教無類的精神，在與學生們多加溝通後，我漸漸了解到他們的個性及需要，因材施教，與學生關係更見融洽深厚。同時，學生們各方面的長處，如體育及視藝方面，更令我讚嘆不已。



每位小朋友都是獨一無二，各有長處。學會欣賞別人，以及在逆境中面對失敗，擊破失敗，是很重要的課題，亦是我很想教懂學生的為人處世之道，令學生們在校內、以至日後畢業，無論面對任何困難，都能迎刃而解。

往後，我會繼續抱持有教無類及關懷的心，協助學生們發揮所長，活出最出色的人生。

口罩小衛兵

陳佩珊校護

還記得去年十一月，為了預防感染疾病，我們在校內舉辦了「健康月」活動，包括「齊齊學洗手」、「保民健康齊嘻哈」及「尋找口罩小衛兵」遊戲。當時，A4班陳曦頌同學擔任「口罩小衛兵」，向全校同學傳達「戴口罩，保護別人，保護自己」這個保持個人衛生的重要訊息。當時的我萬萬沒想到，在大約兩個月後，因為疫症關係，口罩變得珍貴，也成為了每位香港人的日常。

佩戴口罩的注意事項：

應該✓	不應該✗
1. 選擇緊貼面部，合適尺碼的口罩 2. 分清面和底，鋼線向上 3. 宜選擇有圖案的口罩，易於分辨底面 4. 佩戴口罩前，應先洗手 5. 口罩應覆蓋鼻子，拉至下巴 6. 如口罩髒了或濕了，宜更換新的口罩 7. 如需更換口罩，在脫下口罩前，必須先洗手 8. 脫下的口罩，將外面向入摺，用耳繩紮好，然後棄置於有蓋垃圾箱內，並立即洗手 9. 外出應帶備幾個後備口罩，有需要時作更換之用	1. 佩戴口罩時，切勿接觸貼面的一邊 2. 佩戴口罩後，鋼線要貼面，勿「漏氣」 3. 佩戴口罩後，不應觸摸口罩，若必須觸摸口罩，在觸摸前、後都要徹底洗手 4. 不應時常脫下口罩再戴上，以免口罩受污染 5. 脫下口罩時，不應觸摸口罩向外的部份，因這部份可能已受污染 6. 進食時不應把口罩掛在下巴 7. 外科口罩為一次性口罩，不可重複使用

要預防呼吸道感染疾病，希望各位能夠懂得怎樣正確地佩戴口罩，並同時認真地採取各項防疫措施，例如勤洗手、遵守咳嗽禮儀、身體不適時留在家中休息等等護己護人的措施。



蔗民神學

袁慧敏老師

你們有沒有看過有關信仰的書籍？很多時候，閱讀這些書籍時，由於未能即時消化書中的內容，便會產生沉悶的感覺，結果可能只是稍作一看，便把書本放下。

王初福先生所編著的《蔗民神學》，是一本很有趣的書，作者從生活的角度出發，詮釋聖經、分享信仰心得，風趣幽默又不失認真。當中，《神蹟、律法、鹽巴》及《苦瓜臉倒啖甘蔗》是我尤其喜歡的兩個章節，藉此和大家稍作分享。



《神蹟、律法、鹽巴》一章中提及耶穌曾說：「你們是世上的鹽。鹽若失了味，怎能叫它再鹹呢？以後無用，不過丟在外面、被人踐踏了。你們是世上的光……你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父」（馬太福音5：13-16）作者指出鹽若失了味就無用，但發揮作用的鹽卻會改變味道。例如，你拿鹽來醃肉、調味，鹽就滲透在食材裏面，失去自己，失去原來的味道，卻轉化了食材，帶來新口味，這就是鹽的使命。沒有人喜歡直接吃鹽，沒有人喜歡那「死鹹」的味道。就如同在教會裏，不同的基督徒因着信仰走在一起，大家有着不同的生活背景、生活經驗及想法，唯有互相欣賞與體諒，才會醒覺那不同的味道與信仰的豐盛。否則，信仰就如同失了味的鹽。

《苦瓜臉倒啖甘蔗》一章講述有關路得記內拿俄米的故事。故事開初講述拿俄米夫亡子歿，覺得上帝在作弄她，但是最後卻苦盡甘來、福杯滿溢。傳統的宗教想法認為拿俄米信仰敬虔、行為端正，所以得到上帝的眷顧。但是，作者卻認為沉默多時的上帝，最後出手賜福予拿俄米，是因為她選擇了回鄉，也就是選擇回到上帝的懷抱。在我們的生活中，可能我們會因上帝對人間的禍福無常經常保持沉默而抱怨連連，但是，只要我們願意回到上帝的懷抱，上帝的恩典一直都在。

書中其他章節亦甚為有趣，誠意推介給大家，一起認真地幽默，幽默地認真，分享上帝的恩典。

嘉道理農場暨植物園

熊淑芬助理教師

說到休閒玩樂、又不是人羣聚集的好去處，令我想起嘉道理農場暨植物園，它是一所以「大眾與環境和諧並存」為使命的保育與教育中心。園內佔地148公頃，坐落於大帽山的北坡、大埔市附近。



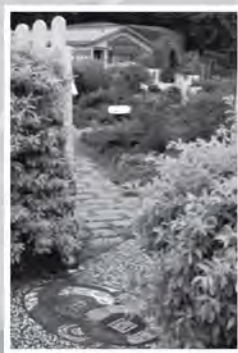
嘉道理農場暨植物園
Kadoorie Farm & Botanic Garden

如何前往嘉道理農場？遊客可以在大埔墟或錦上路站下車，轉乘64K巴士到達園區。園區除了少量的公眾假期不開放參觀外，其餘日子都可到訪。其開放時間為上午九時三十分至下午五時，而下午四時後則不能再入場。

園區內設有多個動植物教育展覽、歷史地標、低碳生活展區、特色亭台等多個景點，各個景點分佈在山坡的不同位置，遊客能一邊享受遠足的樂趣，一邊觀賞園區內漫山遍野的景點。



嘉道理兄弟紀念亭



生機園及一斗田

園區景色怡人，一年四季都有不同的風景，園內的動植物如：赤麂、赤腹松鼠、蘭花、蕨類植物等，更是吸引遊人前往。猛禽之家、兩棲及爬行動物屋、野生動物拯救中心內的動物展覽，教導孩子們生物多樣性及保護瀕危物種的重要性；森林果園、生機園及一斗田等植物展覽，則教導孩子們有機耕種、珍惜農作物。嘉道理農場讓孩子們在大自然中探索生命、在體驗中學習，既能促進親子關係，又充滿教育意義。



赤腹松鼠



芥蘭頭

當你走到飢腸轆轆，還能隨時來一頓鳥語花香陪伴的午餐，園區內設置多個野餐區，廣場、藝舍、修女花園等多個景點都能讓遊客坐下來休息，你可以悠閒地享受一個色香味俱全的午餐。若是沒有自備食物，素食亭也提供少量小食和飲品供遊客購買。

生活在都市的香港人，比較少機會接觸大自然，嘉道理農場不僅是親子遊玩的好去處，也是孩子們學習自然保育的好地方。如果你想拋下沉重的生活壓力，呼吸一口清新的空氣，嘉道理農場是一個不錯的選擇，讓你再次能量滿滿。

編輯委員會成員名單

編輯委員會

主編：陳雅麗校長 馬福常副校長 沈健明副校長

編輯：林美芳老師

插圖：江惠賢老師 林巧婷老師 陳長有老師 周夏芳言語治療師

校對：暖流集工作小組

打稿：熊淑芬助理教師

聯絡：林美芳老師 章玉琮小姐

排版：雍緻設計

印刷：雍緻設計

督印：陳雅麗校長

暖流集工作小組成員

林美芳老師 江惠賢老師 張媚斯主任 林巧婷老師

陳長有老師 陳佩珊校護 周夏芳言語治療師

熊淑芬助理教師 章玉琮小姐

封面畫作

羅靜文同學 李碧慈同學

龍芷欣同學 黃澤榮同學

張皓焜同學之作品

家長活動



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12

1. 學生畢業路向家長講座 (16/09/2019)
2. 新生家長組講座 (23/9/2019)
3. 新生家長組講座 (23/9/2019)
4. 何玉清工場家長參觀 (07/11/2019)
5. 懷智美田家長參觀 (19/12/2019)
6. 長洲任你行親子遊 (23/12/2019)
7. 長洲任你行親子遊 (23/12/2019)
8. 家聯會境外遊 (4/1/2020)
9. 家聯會境外遊 (4/1/2020)
10. 家聯會境外遊 (4/1/2020)
11. 學生會大棠親子遠足 (18/1/2020)
12. 學生會大棠親子遠足 (18/1/2020)

郵票



天保民學校

地址：九龍塘聯福道11號

電話：23365151

傳真：23384476

電郵：maryroseschool@biznetvigator.com

出版日期：2020年7月

非賣品