



## 主席的話

這一年本人成為家教會主席，有幸與一群優秀的家長合作，實在獲益良多。能親身體會家長們竭力為女兒成長付出時間和精神，鞭策我更投入去推動家教會的會務，令學生有更美好的校園生活，令家長可與孩子共同成長，令家校有更緊密的聯繫，使整個校園變得更融洽和諧。



「登高見博」給我特殊的感受，母校勾起我對少女學生時代的懷念，亦給我作為家長的新感覺，往昔學校並沒有家長教師會，家長對學校十分陌生，縱使家長希望多關心女兒的學校生活，亦不得其門而入。家長與老師之間零交流，如果女兒不主動與家長分享校園生活，家長只好接受「零參與」和「零了解」的現實。家教會成立後，家長與學校共同面對及解決孩子在成長路上的種種困難，不得不說是極大的進步。

感激學校一直支持和盡力協助家教會舉辦活動，令家長可以親身參與孩子的校園生活，例如家長走進課室內開辦手工班，由家長們帶領同學製造各種美麗精緻的手工藝品，在輕鬆氣氛下邊做邊談，實在是很好的親子活動。另外本年度大膽嘗試請來家長開辦太極拉筋班，讓家長可以早上回到學校舒展筋骨，再配合「運動創傷及基本急救講座」，全面關顧家長的健康。

家教會不斷茁壯成長，家校合作共融，定能舉辦更多創新及有意義的活動，促進親子關係，增加家長對學校的了解及歸屬感。當然，家長的支持和鼓勵是最重要的！

岑子蔚主席 (5H 蘇樂瑤家長)



# 校長溫情

何玉儀校長

陪伴孩子成長是父母的天職，我們盡心為下一代計劃籌謀，希望她們贏在起跑線，進而在人生跑道上也可維持在較前的位置，活得好一點。在我成長的年代，用功讀書，考取好成績，爭取一個大學學位，畢業後找一份工作，已經可以過安穩的生活。各位家長，你們應該比我年輕，當你們回憶自己成長的過程，有沒有跟我類似的經歷呢？反觀現在青少年人面對的將來，是否仍跟我們從前一般可以預測？

英國皇家文藝學會（Royal Society of Arts, RSA）在二零一九年三月發表報告《The Four Futures of Work》，估計在二零三五年職場將會出現的四個趨勢。這四個趨勢為“The Big Tech Economy”，“The Precision Economy”，“The Exodus Economy”和“The Empathy Economy”。RSA 的行政總裁表示，在全球化的影響下，各個國家和不同企業都必須面對轉變，他亦建議各地要改革教育體系以達至終身學習，為大眾帶來保障。此外，經濟合作與發展組織（OECD）早前發表《二零一九年就業展望報告》估計二十年後有14%工種會消失，35%工作會出現結構轉變。面對如此多變的將來，我們又應該如何培育下一代，使她們活得好呢？



以上談到的都是一些危機（Risk factors），除了世界趨勢之外，還有人生逆境，個人際遇，這一切都是較難掌控。既然我們未必可以掌控下一代將面對的危機（Risk factors），我們身為父母師長又可以為她們做些甚麼呢？我們可以為她們提供的是保護（Protective factors），我們可以使她們強壯一點，堅毅一點，使她們有足夠的能量去面對不可測的將來。不同的專家提出各種類的保護因素，我想跟各位家長分享其中兩項。第一是培養正向思維。相信大家都知道“半杯水”的道理，我們要引導她們看已滿了一半，展望明天會是晴天。第二是建立關係，家人的溝通，朋友的支持，師長的關心，都是她們的動力，支持她們邁步向前，創造她們自己的一片天。

在你們女兒的成長路上，老師有幸成為同行者，我們常談家校合作，親師合作，讓我們在合作這議題上，不要忽略你們的女兒，我們的學生，她們已經不是三歲小孩，也非白紙一張，她們各具獨特性，各有各的想法，我們要尊重她們，聽她們的想法，這是溝通的第一步。她們既非小孩，故不可只接受而不付出，她們要在我們的支持下學習負責任，學習面對困難，學習解決問題，更進一步，學習面對失敗，面對過錯，再從失敗中站起來，承擔後果，從錯誤中成長。有說孩子會怯懦是因為我們總是第一時間幫助他們，為他們排除所有障礙。

大部份BPS學生在成長過程中一定有不少成功經驗，她們贏在起跑線，在小學是出色的一群，她們在甚麼年紀學習面對失敗呢？十二歲？二十歲？我們沒有能力保證她們事事成功，一生順境，我們只可以攜手扶持她們，提供多些保護因素，以致她們可以與家人朋友共享成功，也可以堅毅地面對逆境，迎難而上，從錯誤中學習，從失敗中站起來，這不就是人生？

# 周年大會

2018.11.03

家長教師會周年大會於2018年11月3日下午舉行。會上由2017-2018年度主席王月光女士作會務報告，與會會員一致通過。



感謝上屆家長委員一年辛勞。



本校童軍協助分發選票，過程嚴謹、公正。

根據會章，上屆委員互選六名委員留任，留任委員包括：岑子蔚女士、鄧志強先生、關慧芬女士、傅書曼女士、梁頌盈女士及陳詠詩女士。



14位家長踴躍參與選舉，競逐家教會6個家長代表席位。

餘下六名委員空缺，有十四名家長參與競選。經各會員投票後順利選出之執行委員為：孫玉娟女士、黃婉萍女士、江詩韻女士、張雪芬女士、潘義華女士及莊賽梅女士。



2018-2019年度全體執行委員



# PTA 團隊陣容



傅書曼秘書  
出版小組、網頁小組



鄧志強副主席  
出版小組、福利小組



岑子蔚主席



何玉儀校長



何倩儀副校長  
網頁小組



崔雅蓮副校長  
家長教育小組



梁頌盈司庫  
聯誼小組、  
籌款小組



陳苑芳老師  
負責老師



謝玉萍老師  
司庫、福利小組



孫玉娟委員  
家長教育小組、聯誼小組



關慧芬委員  
家長教育小組



陳詠詩委員  
義工興趣班小組



黃婉萍委員  
義工興趣班小組、福利小組



張少琼老師  
義工興趣班小組、聯誼小組



莊賽梅委員  
網頁小組、出版小組



張雪芬委員  
義工興趣班小組、聯誼小組



潘義華委員  
義工興趣班  
小組



江詩韻委員  
出版小組、福利  
小組、籌款小組



陸潔儀老師  
秘書、出版小組

## 2018-2019年度活動及贊助

活動一覽	2018.10.05	家長義工早餐會（中一家長）
	2018.10.12	家長義工早餐會（中二至中六家長）
	2018.10.20	支持學校參與李福慶中學舉行之升中講座攤位活動
	2018.10.26	LWL中一駁絨校服製作
	2018.11.03	周年大會
	2018.11.17	支持學校參與李秀娛小學舉行之升中講座攤位活動
	2018.11.22	LWL 中五駁絨校服製作
	2018.11.28	太極體驗班（一）
	2018.12.08	本校升中簡介會
	2018.12.09	親子旅行 - 天水圍「綠田園」
	2018.12.12	太極體驗班（二）
	2018.12.14	LWL 中二駁絨公仔吊飾製作
	2019.01.19	家長講座 - 常見的運動創傷
	2019.01.30	家長手作班 - 扭氣球水仙花
	2019.03.01	太極體驗班（三）
	2019.03.09	家長講座 - 如何有效處理孩子的情緒
	2019.03.16	中一新生面試
	2019.03.22	LWL中三駁絨飲品杯環製作
	2019.05.03	保鮮花瓶製作班
	2019.05.06	家長義工生產保鮮花瓶
	2019.05.08	家長義工生產綠葉盆栽
	2019.05.09 - 10	敬師頌親花卉義賣
	2019.05.17	LWL中二駁絨飲品杯環製作
	2019.05.31	家長講座及義工聚餐
2019.07.11	中一新生註冊（計劃中的活動）	
2019.07.16	中一家長迎新日（計劃中的活動）	

資助項目	1	BOGF籌款音樂會 - 贊助本校學生、老師表演及場刊賀辭
	2	獎學金
	3	學生聖誕聯歡會
	4	中六惜別會
	5	中二「Carry You 擁有」活動
	6	管弦樂團及合唱團 - 贊助參加香港管弦樂團籌款音樂會
	7	資助中樂團添置樂器
	8	資助全校體育組各組的活動經費

# 活動剪影

## 家長義工 聚會交流



中一家長義工聚會  
2018.10.05



中二及以上家長義工聚會  
2018.10.12

## 親子旅遊 2018. 12. 09



# 活動剪影



## 家長講座 「常見的運動創傷」

2019.01.19



主講嘉賓  
王德銓醫生



救護專業人士與家長示範急救。  
【同學切勿擅自模仿】



## 家長講座 「如何有效處理 孩子的情緒」

2019.03.09



主講嘉賓  
李慧蘭女士



# 年度盛事

## 敬師頌親花卉義賣

2019.05.09 - 10

每年五月初家教會都舉行一連兩天花卉義賣。義工家長親手製作花束，以優惠價錢發售，讓同學向老師及家長表達敬意，同時也為家教會籌募經費。鮮花美艷，亦有不少老師及家長購買欣賞。



義工家長們先學習，後製作。  
參加了幾年的家長也成了熟手  
技工。





# 年度盛事

## 敬師頌親花卉義賣

2019.05.09 - 10



# 活動剪影

# 太極體驗班



## Life Wide Learning 小吊飾製作



# 支持學校中一招生活動

# 活動剪影

## 中一招生簡介會

2018. 12. 08



中一家長莊賽梅女士及中六家長鄧志強先生與台下的小六家長分享女兒在學校的生活。



委員時刻不忘為PTA籌款。



## 中一新生面試日

2019. 03. 16

委員及義工家長與小六家長們分享選校心得。



## 活動感想 教授太極班感想



光陰似箭，日月如梭！五年前我懷著興奮的心情牽著胖乎乎的小丫頭走進學校，轉眼間女兒已是亭亭玉立的大姑娘了，六年美好而艱辛的中學生活已進入高考階段。

身為母親的我想更多瞭解女兒在學校的生活，我們踏進校門的那一刻，順理成章加入家教會成為家長義工的一份子。多年來積極參與家教會各項活動，看到各位家長和老師們均熱誠無私的付出他們公餘的寶貴時間，為我們的女兒籌備經費及舉辦各項活動，真不是一件容易事啊！

在家教會的一次座談中，我突然萌生了一個主意，何不利用自己的專長，為辛勞忙碌的家長們提供義教太極服務呢！打太極是一個強身健體兼具有社會價值和文化特色的中國傳統體育項目，太極內涵博大精深，年輕人學習能收斂脾氣，年長者能陶冶性情，融入社會。太極拳不僅能強身療病，還能怡情養性，而且還能為學校為小白菜（女兒們）做一點有意義的事呢？義教讓我為家教會出一份綿力，學費收益撥捐家教會戶口，借此回饋學校和家教會。

我的提議很快得到家教會委員的支持，並在學校開班教授家長初級入門太極養生功八段錦以及八式簡易太極。八段錦並不是一種拳術，而是一種十分優秀的內功養生健身功法，其動作古樸優雅，由八節動作組成而得名。

最後，請容我在此衷心感謝老師和家教會的每一位家長。希望日後有幸再有機會參與家教會的活動，共度美好愉快的時光，也希望義工團隊薪火相傳。各位家長不要低估自己的能力，齊齊為學校及家教會這個大家庭創造更美好的明天，祝願大家身體健康！萬事如意！

廖蘭香女士 (6S 黃詠虹家長)

## 參加家教會太極班有感

最近我參加了家教會舉辦的太極拳班，教授我們的導師是家教會的義工家長廖蘭香女士。

首兩課廖師傅教我們太極氣功《八段錦》。《八段錦》是一套太極健身操，可以養生、強身健體和調理人體的五臟六腑。我們上了短短兩課就學會了，還可以一起打出全套的八段錦操呢！雖然有些動作和心法不太協調，但整體進退有據，流暢自如。

參加太極班除了鼓勵我們加強運動外，還有其他意義：第一，學費所得全數捐給家教會作經費；第二，活動是在學校進行，加強了家校的親和力，家長亦可近距離感受並了解女兒的學習環境；第三，學習太極期間，還可與家長們分享生活體驗的和交流教育子女的心得，感覺是很親切很開心的！

在此感謝家教會的活動安排，感謝廖蘭香導師！

李衛嫻女士 (2H 陸美澄家長)

## 教授扭水仙花汽球班的感想

## 活動感想

我女兒是本年度的中一寶寶，很高興得到家長教師會邀請，到學校和其他家長分享扭氣球的心得。



回想當初我學習扭氣球只是為了打發時間，後來機緣巧合，接受香港小童群益會邀請，第一次開班做老師教授基本扭氣球的技術。由第一次開班至現在，我只是以義工身份開班，目的是與人分享參與這種活動的快樂，每次看到同學很高興地拿著自己的作品自拍，整個課室充滿由心發出的笑聲，這種滿足感是金錢無法買得到的。

遺憾的是當天開班時間不太充裕，不能傳授所有心得，很希望再有機會開班，與大家交流心得及和分享喜悅。

**鄭宇翰先生 (1B 鄭凱敏家長)**

## 參加扭汽球水仙花班感想

農曆新年前家教會舉辦了「扭氣球」興趣班。當我知道這消息便立即報名參加，生怕慢一點便額滿。

回想上興趣班的早上，教室早已坐著很多家長，而導師亦已準備好所有工具及用料，我和卓燃媽媽找個位置坐下來。導師先教導我們扭氣球的技巧，因為我們大多是初學者，問題不斷，導師很有耐性，不厭其煩地指導我們。當時大家都很努力地去學去做，一個多小時過去了，一些較有實力的家長已完成作品，大家看到都十分興奮和開心，而我仍然在努力中，幸好在各家長的幫忙及導師的指引下，亦順利完成，看到自己的成品「水仙花氣球」真是十分有成功感。

多謝學校及家教會，讓我們有機會去學習，亦感謝今次義工導師的教導。

**楊慕貞女士 (2S 李滢希家長)**



## 活動感想



記得小女剛踏入校園，從不會主動與我分享學校生活的體驗，有時候問她也不怎樣回答，初時以為她很抗拒學校，但我參與家教會活動後，我和女兒共通的話題多了，也知道她日常的校園生活。現在，每次她知道我會當義工時，她都會主動問我活動的內容，又樂意分享同學們的意見。

感謝校長、老師、家教會委員勞心勞力為家長、學生作出巨大的貢獻，培養同學們主動學習、終身學習的能力，擴闊孩子們的創作空間，讓他們享受讀書樂趣及愛上校園生活。

**劉錦蘭女士 (1B 黃祖欣家長)**

## 義工聚餐感想

時間過得真快，不知不覺已經參加了兩年家教會的家長義工早餐會。

第一年是我坐在席上享受委員們準備的早餐，今年輪到我為家長們準備食物。食品包括三明治、蛋糕、甜點及飲料。因為我是第一次以委員身分出席早餐會，心情有些緊張，幸好當天所有事情都順利完成！聚餐會最具意義的地方是分享生活體驗，例如分享自己女兒一起面對學校生活的點滴，對中一新生的家長的幫助很大。

最後我覺得加入家教會的決定是非常正確的，雖然比較忙碌，但是生活比從前充實得多。好感恩家教會及學校給我機會和大家聚首一堂，互相交流分享心得，這股振奮人心的凝聚力，定能積極推動家教會的會務向前發展。

**張雪芬女士 (2H 盧殷凱家長)**



## 活動感想

### 敬師頌親花卉義賣手記

一年一度的花卉義賣在一片歡樂聲中完滿結束。很感謝家長們對家教會的支持，沒有你們的參與，我們所舉辦的活動便不會這樣成功。

這是我第一次參與籌備花卉義賣活動，在籌備的過程中，讓我體會到原來要成功的舉辦一項活動，真是殊不簡單。由事前訂購各樣材料、花材，到義賣日的收花材、刨花刺、包花、換水等的瑣碎事項，原來，舉辦一次花卉義賣真的不易，這次的經驗令我有不少的得著。

是次活動需要大量家長義工幫忙，由包花到義賣，及至最後的執拾及清潔工作，感激沿途有你們的協助及無私奉獻。

更要感激學校及家長對家教會每項活動的支持，感謝老師的義助和帶領，感恩天公造美，使活動順利完成。希望在將來的每項活動，能再次和你們一起合作，凝聚力量，發揮家教會的合作精神。

陳詠詩女士 (2H張琬琛家長)

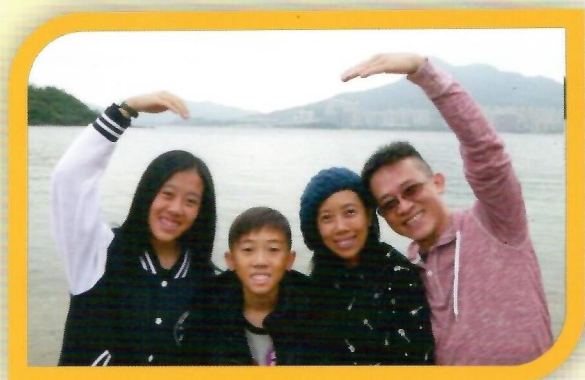
## 融洽愉快的親子旅行

家教會為了讓平日忙於工作的家長增進親子關係，加強家長間的認識與聯繫，特別安排於2018年12月9日（星期日）舉辦親子旅行。當天並沒有天文台預測的傾盤大雨，親子旅行能如期舉行，實在是天公造美，十分感恩！

親子旅行的行程十分緊密！首先，導遊帶領我們沿著世界級地質公園——馬屎洲的自然教育徑，展開地質考察之旅，親親大自然及呼吸新鮮的空氣！家長及同學們沿途拍照，除可以參加「冬日溫情」攝影比賽外，更留下這次旅行的美好回憶。約半小時後，大家便乘坐「街渡」感受海上飛馳的快感，迎著海風回到三門仔。

中午我們在馳名海外的龍華酒店品嚐風味乳鴿餐，同時進行幸運大抽獎，合共送出50份禮物。午餐後，再到天水圍綠田園遊覽。於幾個集體遊戲中，家長們各出奇謀，同學們亦施展渾身解數，大家玩得非常投入呢！

梁頌盈女士 (4P 陳紀遙家長)



## 活動感想

在二零一八年十二月八日，學校舉辦了兩場中一簡介會，其中家長教師會負責家長分享的環節。

當天我(中一學生家長)與家教會副主席鄧志強先生(中六學生家長)分別以不同角度及生活經驗與出席簡介會的家長分享心得，我們分別以初中和高中家長的角度，把女兒在學校的生活點滴、同學們的姊妹情簡要地跟小六家長們分享，分享内容同時涵蓋學校暑假的中一銜接課程、水運會啦啦隊訓練、大姐姐計劃、Reading to Speak、畢業學姐回校做導師計劃、同學們在上學途中互相扶持等，我們把這些招生書上看不到的校園生活體驗娓娓道來，特別得到小六家長的垂注。

在與家長分享選校、女兒管教和溝通的心得時，自己獲益良多，使我對學校有更深的認識和了解呢!

當年自己和女兒坐在台下，細心聆聽中一簡介會各嘉賓致詞，今年我卻在台上與其他家長分享經驗，真是既感恩又榮幸啊!

**莊賽梅女士 (1H 陳睿祈家長)**



## 回望、前望

當年，2013年9月，女兒進入庇理羅士女子中學就讀中一。  
今日，女兒完成六年中學課程，準備升讀大學了。

我亦自女兒中一開始，連續六年參加家教會義工，到今年年底(下屆周年大會)也要「畢業」離校了。這段期間，有得著，有付出。



積極參與家教會事務及活動，加深我對學校行政的認識、對學生生活的了解，也增加了與女兒溝通的機會與話題。當然，世上沒有不勞而獲，需要付出時間與精神，以及少量捐獻。這些付出都是值得的。

六年時間不算長，但也不算短。女兒經歷了六年學習生活，我也伴隨她重溫了六年學校生活。同時，在執委會認識了一群熱心的家長，彼此建立了深厚的友誼。

年青的家長們(女兒仍在低年級)，努力，加油。為學校家教會出一分力，為你們的女兒增添一分美好回憶。

**鄧志強先生 (6B 鄧伊晴家長)**