



聖公會蔡功譜中學

家長教師會會訊

2024年9月

地址：九龍何文田忠孝街101號

電話：27600463

傳真：27614114

電郵：info@tkp.edu.hk

感恩的力量

曾珮瑜校長

感恩！上帝一直引領學校前行。
感恩！家長一直與學校攜手並行。
感恩！家長與學校一直陪伴孩子同行。

我是新任校長曾珮瑜，是聖公會蔡功譜中學第五任校長。恭喜各位家長，因為能夠成為家長，與孩子同行，是值得感恩的事。每個孩子都是家長生命中的祝福，給家長無限的感動。四十周年校慶主題為「感恩四十載，正向展未來。」正強調本校的教學特色，重視正向教育與人本關懷。正向教育能讓孩子們發掘及發揮性格強項，盡展所長，為自己和他人帶來幸福；學會感恩，培養正面情緒、成長思維和恆毅力，日後能以強韌的意志去面對逆境和挑戰。

感恩為孩子、為家庭帶來什麼力量？不少正向心理學研究指出，感恩能增強幸福感及正向情緒，減少沮喪感；改善免疫功能；提升睡眠質素；促進健康飲食習慣，加強自制力，遠離暴飲暴食；促進人際關係，彼此感受對方的愛，使人與人之間的關係變得更加緊密、穩固，令家庭更加幸福美滿。

要成為一個知恩、感恩、惜恩的人，我們要孩子養成知恩、感恩、惜恩的習慣，領悟幸福其實很簡單，例如與老師、同學和家人共度快樂的時光、他人給自己的稱讚或幫助、在課堂上愉快學習等。在學校裡，我們致力推行感恩教育，通過有系統的正向教育課程，配合跨科組的學習活動、創科教育等，學生不但會珍惜學習機會，而且持續努力求進，期盼報答父母之恩、回饋學校、貢獻社群，這正見證著孩子感到被愛，感謝被愛。教育學家陳美齡博士在《50個教育法——我把三個兒子送入了史丹福》裡分享：如果

孩子忘卻感恩心，不管多有錢都是個窮人，不管被多少人圍繞都是個寂寞的人。孩子在感恩教育栽培下，無論處於多麼嚴峻的狀況，都不會抱怨、物慾也少。盼望家長與學校一起培育孩子的感恩心，邁向幸福的人生，將來不會變成一個寂寞、心靈不富足的人。

衷心感謝家長校董、家長教師會委員及家長義工多年熱心參與家長教師會會務、活動、學校工作，包括周年會員大會、敬師日活動、「中秋慶團圓」、學校資訊及開放日、疫苗注射服務、「佳節迎新春」、「家教會一日遊」、水果日、「裹粽迎端午」、家長學堂等。由馬美娜校牧與家長教師會合辦每月一次的家長學堂，上一個學年主題包括：聖誕聯歡、春節慶祝、蚊膏與唇膏製作、教養心得、舒心讚美操、藝術創作等，還有開放小學家長參與的大型分享會，家長互相交流、學習、支持，家校緊密合作，大家就像一家人。各位家長，你們每一句問候、關心、支持，我們每一次見面、聚會、合作，我都十分珍惜及感恩，銘記於心。

但願各位家長、老師及同學都常懷感恩心，秉承校訓「仁愛忠誠」，彰顯上主的恩典，營造校園正向、感恩的氛圍，攜手並肩培養知恩、感恩、惜恩的下一代。祝願各位家長、老師及同學在新學年事事蒙恩、喜樂平安！



主席的話

王美玲女士



過去十年來，我一直積極參與聖公會蔡功譜中學家長教師會的活動。回首這段歷程，我見證了學校的許多轉變和發展。從我大兒子剛入學時對這所學校一知半解，到如今小兒子即將升讀中六，我對這間學校的認識和評價已大不相同。

學校的教學理念、校長和老師的悉心指導，以及他們對學生的關愛，都讓我深深感受到這是一所充滿愛與關懷的學校。我衷心希望來年參與委員會的家長能秉承我們一貫的宗旨，繼續加強家校合作，全力支持學校，共同培養我們的下一代。

在此，我謹代表家長教師會，向校長、全體教師和職員表達最誠摯的感謝。正是您們的無私奉獻和悉心教導，才使我們的孩子得以順利完成中學生涯。

聖公會蔡功譜中學家長教師會委員會 第十三屆執行委員會(23-25)

家長委員	教師委員
主席：王美玲女士	顧問：曾珮瑜校長
副主席：史筱筱女士	副主席：何沛欣老師
文書：黃豔芬女士	文書：劉慧儀老師
聯誼康樂：馬林女士	康樂：鄭家晴老師
執行委員：劉芳女士	司庫：張秀霞老師
	執行委員：葉偉文副校長

家長學生好精神 - 「在家·好精神」家長「守門人」系列

孩子在成長的不同階段，面對着不少壓力及挑戰，有時難免感到困擾及徬徨。作為父母正是子女最重要的守護者，在他們有需要時給予關懷和支持。就此，教育局製作了一系列主題式心理教育短片，幫助家長及早識別及支援子女在精神健康方面的需要，以正面的態度協助子女面對成長路上的挑戰。

第一集：「適應轉變你可以」

「適應轉變你可以」讓家長了解孩子在成長過程中面對不同轉變所帶來的影響及培養子女適應能力的方法。

第二集：「壓力處理我有計」

「壓力處理我有計」以腦神經科學原理解釋甚麼是壓力及介紹五大減壓法，讓家長掌握如何協助子女正確處理壓力。

第三集：「及早識別找辦法」

「及早識別找辦法」讓家長了解及早治療情緒病的重要性、獲處方精神科藥物需注意事項及促進孩子精神健康的方法。

第四集：「靈活應變可做到」

「靈活應變可做到」簡介如何運用成長心態培養子女對抗逆境。

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/promotion-at-the-universal-level/parent-zone/100.html>



2023年7月 中一註冊



2023年8月 中一家長日



2023年9月 敬師日



2023年9月 中秋慶團圓



2023年9月 中一迎新



2023年10月 家長校董選舉



2023年11月 家長學堂



2023年11月 周年會員大會



2023年11月 資訊及開放日



2023年12月 流感疫苗注射



2023年12月 執委會會議



2024年1月 小學到訪



2024年1月 優秀家教會
頒獎典禮



2024年2月 中六
最後上課天



2024年3月 中一
自行收生



2024年1月 佳節迎新春



2024年4月 開心果日



2024年3月 親子旅行



2024年5月 家校合作
顯關愛嘉年華



2024年5月 敬師裏糉
迎端午



2024年7月 中一新生註冊



2024年7月 優秀家長嘉許禮



2024年月7 畢業典禮



2023-2024活動和工作

(一) 敬師日

於二零二三年九月十日的早會，由家長及學生代表向老師們表達敬意，教師代表接受家長送贈之禮物，讓學生也感受到家長對老師的尊敬。

(二) 家長校董選舉

選舉於二零二三年九月三十日舉行，何泳怡女士及王美玲女士分別當選為二零二三至二四年度家長校董及替代家長校董。

(三) 第二十五次周年會員大會暨交流會

第二十五次周年會員大會暨家長交流會於二零二三年十一月十一日下午於本校禮堂舉行，共有近一百位家長及老師出席。大會中匯報過去一年家教會的工作和介紹未來一年的工作計劃，主要是加強家長會員的聯絡網絡，進一步推動家長義工支援學校工作，希望家長對本會的工作和方向有所了解，並積極參與本會的活動。之後舉行兩個家長講座，分別是由鄧偉賢副校長介紹國安教育，以及邀請香港基督教女青年會社工黃德信先生主講正向家長講座；中三家長則參與選科講座。及後設家長與班主任交流時間，讓家長瞭解學生的學習和學校生活情況，出席活動的家長反應十分正面，是次活動加強家校之間的溝通。

(四) 流行性感冒疫苗注射服務

「香港傳染病預防動力」於二零二三年十一月二十八日到校，為本校師生、職員和家屬等進行流感疫苗注射服務，增強個人對流感的抵抗力，參加人數約三百人。

(五) 「群雅學校、沙頭角禁區文化探索之旅、沙頭角農莊、DIY客家茶棵制作班 + 盆菜一天遊」

二零二三年四月十四日舉行一天遊，行程包括參觀沙頭角十大景點、担水坑村群雅學校(三級歷史建築)、沙頭角農莊等；透過這次聯誼活動，加強家庭與學校的溝通和聯繫，以及促進親子關係。

(六) 家長學堂

由馬美娜校牧主持，全年舉辦約八次聚會，上學期聚會每次平均有約十多至二十名家長參與，旨在透過活動和交流，讓家長彼此分享，從而更了解青少年的特性，掌握管教的竅門，並促進親子關係。十一月舉辦由家庭發展基金總幹事羅乃萱女士主講「當孩子的生命師傅」，邀請不同小學家長參與，家長踴躍發問，共數十名家長出席；十二月舉辦「我的角色多面睇」講座(聖公會聖提摩太小學田少斌校長主講)，內容為藉「自我覺察」來安頓心神，讓家人相處更和諧幸福、「聖誕表心思 - 唇膏製作」及聖誕親子慶祝會，當天藉愛筵、遊戲、唱詩等活動，加深學生及家長對聖誕節的認識，在佳節前增添節日氣氛和加深彼此情誼。下學期，一月舉辦「慶新春活動」、二月舉辦「親子溝通」講座(林志常助理校長主講)；三月舉辦由浸信會天虹小學馮耀章校長主講「擁抱你的孩子」；四月舉辦「蚊膏製作」講座、五月舉辦「與孩子Reconnect(重新連結)」講座，由基督教九龍城潮人生命堂浦彤曦牧師主講。六月舉辦「跳出好心情」及「親子鮮花油畫花製作」。

(七) 家長出席學校活動

- 於二零二三年九月五日出席敬師日拍攝活動。
- 於二零二三年九月廿九日出席「中秋慶團圓」活動。
- 於二零二三年十二月十五日出席「家長學堂」活動。
- 於二零二三年十一月十八日出席「學校資訊及開放日」活動。

- 於二零二三年十一月廿八日出席流行性感冒疫苗注射活動。
- 於二零二四年一月廿四日出席葛量洪校友會黃埔學校小六學生的模擬升中面試之攤位活動。
- 於二零二四年二月七日出席「佳節迎新春」活動。
- 於二零二四年二月廿九日出席「中六最後上課天」活動。
- 於二零二四年四月十四日出席「群雅學校、沙頭角禁區文化探索之旅、沙頭角農莊、DIY客家茶棵制作班 + 盆菜一天遊」。
- 於二零二四年四月十八日出席「開心果日」。
- 於二零二四年五月十一日出席「敬師裏 迎端午」。
- 於二零二四年七月十一、十二日出席「中一新生註冊」。
- 於二零二四年七月六日出席「第38屆畢業典禮」。

(八) 致送禮物予中六畢業生

於中六最後上課天送給每位畢業生一隻印有校徽的USB隨身碟作留念。

(九) 家長義工支援學校

- 二零二三年九月廿九日，家長委員及義工協助「中秋慶團圓」活動，主持攤位遊戲。
- 二零二三年十一月十八日，主持「學校資訊及開放日」家長攤位活動。
- 二零二三年十一月廿四日，家長委員出席禮堂LED Wall、電子白板投標委員會並給予意見。
- 二零二三年十一月廿八日，家長委員及義工協助「流行性感冒疫苗注射活動」。
- 二零二三年十二月十五日，家長委員主持「家長學堂」活動。
- 二零二三年十二月十九日，家長委員出席「德國慕尼黑歷史文化體育學習團」投標委員會並給予意見。
- 二零二四年一月廿四日，家長委員及義工協助葛量洪校友會黃埔學校小六學生的模擬升中面試之攤位活動。
- 二零二四年二月七日，家長委員及義工協助「佳節迎新春」活動。
- 二零二四年二月二十日，家長委員出席參觀飯商中央廠房。
- 二零二四年三月一日，家長委員參與售賣學生用書服務、學生校服及體育服供應服務、食物部及午膳供應服務投標委員會並給予意見。
- 二零二四年三月九日，家長委員出席中一新生面試日
- 二零二四年四月十七日，家長委員參與韓國首爾遊學團：「首爾創科、環保、倫理與宗教之旅」服務投標委員會並給予意見。
- 二零二四年四月十八日，家長委員及義工協助「開心果日」。
- 二零二四年五月一日，家長委員及義工參與九龍城區家長教師會聯會舉辦之「家校合作顯關愛」嘉年華
- 二零二四年五月十一日，家長委員及義工參與「敬師裏迎端午」。
- 二零二四年七月十一及十二日家長委員及義工出席「中一新生註冊」。
- 二零二四年七月六日家長委員出席「第38屆畢業典禮」。
- 二零二四年七月十三日家長委員出席「第二十二屆九龍城區學校優秀家長嘉許禮」。

(十) 參與校內委員會工作

家長委員積極參與校內委員會工作和會議，並參與學校批標工作。