

肇訊

鄧若璠題

二零二三年夏

王肇枝中學校友會贊助

王肇枝中學 電話：26561270

網址：<http://www.wscss.edu.hk/>

《本期專題》

《肇訊》第四十七期編輯委員會

編輯委員：5D 郭子曦 5A 廖敏希
5A 李嘉珩 5C 鄧芷淇
3C 丁思雅 3C 徐麗媛

顧問老師：香致坤老師 黃嘉兒老師
葉寶玲老師 葉芷珊老師
胡芷芊老師 Mr. Joseph Wariner



「活動也復常」

《編者的話》

本期〈肇訊〉報導多項重新啟動的學校大型活動，如陸運會、交流團、活動日等，都是三年來首度再辦，校園活力重現，所以我們以「活動也復常」為題報導詳情，同學分享感受。當然，本刊亦會報導校園其他消息及分享同學佳作。

引言 經歷三年疫情後，一些停頓已久的大型活動又重新啟動，如陸運會、考察參觀、境外交流團等，校園活力再現，學習生活更形充實。

刺激陸運會再來



睽別三年，本校第五十四屆陸運會於2023年3月2及3月3日假大埔運動場舉行，這是大家一直期待的陸運會。校內中四或以下同學才是首度參與陸運會，而事前因防疫措施尚在，能否舉辦亦有變數，可見是次陸運會成功舉行意義重大！

天公造美，兩天均陽光燦爛，又適逢政府剛解除口罩令，所以老師、同學均可以放下口罩的束縛，盡情在運動場上呼喊，大家份外投入。各健兒合力爭取佳績，而看台上啦啦隊亦落力為場上運動員打氣，氣氛熱鬧。兩天的比賽圓滿進行。賽事共破大會四項紀錄。

本屆陸運會邀請得本校校友、現任香港海關高級督察盧穎欣小姐作主禮及頒獎嘉賓。盧穎欣小姐在致詞中特別提到昔日在學校參與陸運會的回憶，是次重臨十分回味。她在致詞特別提到兩個重點，分別是態度和成就。態度方面，舉例自己當年參與壘球運動並不是一帆風



順，曾經在出戰菲律賓國際賽事中未能參與賽事，但她一直堅持不懈準備應戰，而在事後終於得到正選的機會，參與壘球運動十餘年之久。另外，成就方面，一般人認為成就是成績、獎項，但她認為自己在壘球訓練中所得到的不僅是獎項，而是訓練過程中和隊友的默契、態度、溝通能力，這都對她後來的工作極有幫助。她對能在學校因老師鼓勵，令她熱愛壘球十分感激，亦希望同學能在運動上更加努力和堅持。

本屆陸運會經一輪比拼，結果如下：

團體賽：

社際全場總冠軍：修社
社際男子組冠軍：信社
社際女子組冠軍：博社
最具體育精神獎：博社
最佳啦啦隊：愛社



個人賽：

男子甲組個人冠軍：楊凱傑(修社)
男子乙組個人冠軍：張靖昊(愛社)
男子丙組個人冠軍：葉鳴軒(信社)
女子甲組個人冠軍：李曉晴(修社)
女子乙組個人冠軍：潘尚言(信社)
女子丙組個人冠軍：戴思祈(愛社)

● 四社社長感言 (相片提供：5D 李嘉星)

博社 5C 方甲樺

很高興今年終於能夠舉行陸運會，一眾博社幹事們在十二月就開始準備。當體育科林老師和梁老師將通告交給四位社長輸入比賽項目資料，我們便開始在各個班級找我們的社員，希望能讓更多人報更多點項目，為社爭取更多社分。一開始，我發現不少低年級的同學都選擇了做工作人員或是只報了一項比賽，所以我和社幹事們每天小息都去呼籲每個社員多報些項目；在不斷努力下，我們社的參與情況很理想。



另外，防疫措施放緩，跳啦啦隊社舞也能順利進行。但因為準備期間有年中考試，所以我們準備社舞的時間很緊湊。社以前用的啦啦球已遺失，要重新自己做。起初我們因為經驗不足，做的啦啦球全部都不是很好，在練舞期間已經把啦啦球用得破爛。最後在剩下幾天，我們決定直接去買啦啦球，但找到的並不理想，所以我們在最後一次練舞結束後才急忙地重新做。幸好，在四社的社幹事們幫助下，順利完成。

陸運會的兩天都有不少中六的同學回來，他們幫忙帶領低年級的社員叫口號，令我們社的打氣聲更響亮。另外，我們在接力項目很多都不夠參賽者，臨時找人幫忙，很多同學一開始都不太想參加，擔心自己運動不太好，但在每位社幹事堅持不懈地呼籲每個社員下，最後一些即使不太擅長運動的社員也願以為雙倍的社分幫助跑接力。很高興看到高、低年級的社員都投入參與，最終為博社爭取到社際女子組冠軍和最具體育精神獎。



愛社 5C 曾佳佳



回想起我對上一次的中學運動會還是中一的時候，當時的我還是一個普通社員，見到師兄師姐們都拼盡全力為社付出。今年擔任社長，讓我對責任感有更深的體會，更有一份帶領幹事和社員為社拼搏的毅力。

運動會為我們留下了寶貴的回憶，這是我中學生涯不可忘記的一部份，也是我最開心的回憶。回想起開始籌備運動會的時候，會擔心自己不能妥善照顧各方面的需要，幸好有社幹事們為我分擔，為我提出建議和幫助。籌備運動會的過程中，設計打氣牌、購買社物、組裝物資和編織手繩、頭繩等都令我非常難忘。印象最深刻的是啦啦隊表演，在排練社舞的過程中，也有過艱難的時候，但我們在困難中互相幫助，最後在大家的共同努力下，表演得以成功演出。最後，愛社更奪得最佳啦啦隊獎，成果得來不易。

在陸運會的報名階段，社幹事亦都竭力鼓勵社員報名參賽，很慶幸社員們都積極參與，在運動會的時候盡他們所能參與各個項目，為愛社取得不少分數。在運動會那兩天，深刻感受到每一位社員、社幹事都齊心合力，拼命地為場上的愛社健兒打氣，場上的健兒也不負眾望，取得佳績。



能繼續大放異彩，為各社勇奪佳績！

信社 5D 王逸熹

本年陸運會是在三年疫情後久違地成功舉辦。因為我們沒有經驗，實在有其他同學和老師的協助；亦由於大多寫物都已變得殘舊，我們甚至要在練習社舞後一起製作用作打打氣的紙牌和草



球等。2月期間努力練習，即使大家累了仍繼續做好每一個動作。運動會前準備的氛圍實在令我感到十分亢奮，啦啦隊、各師兄、社員吶喊助威，雖然我當時沒有十分大的表現，但此情景其實令我感動不已。還記得一場男子乙組800米的賽事上只有兩名信社運動員比賽，

但他們在也能竭盡所能相互領先，感到他們的熱血沸騰。信社之後取得男子全場總冠軍，這獎項都是大家一同造就的。

作為社長，我最想感謝各幹事們，沒有他們一起幫忙製作社物，願意抽出時間練習社舞，並在運動場上帶起氣氛，我絕不可能獨自一人完成工作。同時要感謝社員們，沒有你們參與比賽，我們也看不到大家精彩表演、在校運會中未能達到最佳成績。相信信社未來亦將百折不撓，努力爭取更好成績。



修社 5C 馬凱琳

這是疫情開始以來第一次舉辦陸運會。大部分同學都沒有參加過我校的陸運會，而連我們中五級也只是有幸於中一時參加過一次。因此也沒有太多籌備陸運會的經驗，對事前的準備工作亦不熟悉。有賴各位老師的幫助，令我們了解更多有關陸運會的籌備要點。在陸運會的前一個月，我們便開始排練社舞、準備社物等。這是我們第一次了解到原來前一整月準備工作是如此的忙碌，一邊



要兼顧學業，一邊又要在放學時間與社員排練社舞。在準備的過程中亦遇到不少阻滯，例如時間不足等等，幸好最後都能完成籌備工作。

經過一個月繁忙的準備，終於到了陸運會當日。啦啦隊一開始都十分拘謹，叫口號也不十分具氣勢。第二日大家慢慢熟悉，為運動員打氣的人也越來越響。大家在社員贏得比賽時都特別興奮，陸運會的氣氛也開始變得熱熾。每次解散前，陳副校長都會宣布各社的積分，記得第一次宣布的時候，大家都十分緊張。可一聽到修社是最高分的時候，大家都激動得跳起來，這都是各位社員共同努力的結果。最後，修社亦獲得了全場總冠軍。籌備至陸運會，同學間更熟悉對方，又認識了新朋友。看著大家由一開始的拘謹情態，去到最後灑脫的變化，這就是陸運會最美好的事吧。

運動員分享 3C 張靖昊

這個寶貴的獲獎經驗令我十分驚喜。感謝上天讓我有最佳的狀態來面對這一場比賽，我亦十分感謝老師和同學們令我充滿力量的打氣，我在得獎後的心情十分感動，因為我努力和血汗並沒有付諸東流，希望我可以利用這次比賽的經驗去代表學校參加更多比賽，為校爭光。



衝出香港——南京蘇州交流團

本校10名中三學生參加七天蘇港青少年交流團，活動由6月26日至7月2日進行。此團目的為加強香港、蘇州兩地交流，幫助兩地學生加深對自然、人文歷史、經濟發展和社會風俗的了解，增進學生之間的交流和友誼。交流團由林希陽老師領隊。



抵達後，本校同學和一批當地學生進行了一系列觀光和參觀，包括中山陵、南京條約史料陳列館、日軍南京大屠殺遇難同胞紀念館、夫子廟、蘇州博物館、千年古鎮周莊，另外有體驗活動，如了解蘇州桃花塢木刻年畫、蘇式麵條製作；並進行了學校的探訪。又到訪當地的家庭，較深入了解當地生活。

3C 丁思雅



蘇港交流團進行一半，我卻早已百感交集。最多的當然是開心，與同學一起去旅行是文化交融、認識不同文化和更多知識；但也有對過去歷史的追憶緬懷，以及對戰爭和百姓慘況而感到悲哀。

飛機送我們飛到南京地帶，風景的轉變

，從原本香港的高樓大廈和城市化氣息，慢慢變成了綠色一片，河流和不同顏色的田野映入眼簾，接著是一些小矮樓的出現，每一座都散發著古色古香的氣息。下飛機後，當地老師都在熱烈地歡迎著我們，每個人都說著普通話，南京風土人情在這一刻體現地淋漓盡致。



第二天我們先後去了中山陵、南京條約史料陳列館及南京大屠殺遇難同胞紀念館等等。我印象最深刻的莫過於南京大屠殺遇難同胞紀念館中看到的、聽到的歷史。那是比課本更加詳盡，說明當時南京百姓的悲慘遭遇和侵華日軍的殘忍無情。兩個日軍比賽殺人，先殺到100人的勝出。結果最終碰面後一個殺到了105個人，一個殺了106個人，這種行為將無辜百姓性命當成兒戲，慘無人道。日本到現在仍然沒有承認曾經的大屠殺，但我相信，歷史擺在眼前，是客觀、公正的，而且不可被抹去。大屠殺的事實的確讓我們所有人都感到氣憤和悲傷，但我認為，我們要記住歷史，將這段恥辱深深記在我們的腦海中，卻不要記住仇恨，因為這樣才是世界和平的第一步。



再次感謝蘇港機構能夠讓我們有機會參加本次活動，希望能夠與內地同學建立美好持久的關係，並讓自己增廣見聞，獲益良多。

衝出香港——惠東航空海洋科研考察團



本校18位同學7月3-4日參加惠東航空海洋科研考察。此團目的為令對飛行體驗及海洋科普有興趣的同學增加認識。考察團由嚴賦天老師、馬梓澄老師領隊。

行程中海洋科普方面，第一天同學參觀了海龜館，學習海龜保育知識，如餵食與清潔護理體驗；珊瑚知識講解，珊瑚分株體驗等，又坐小船出海遊船河，一睹沿岸風光和了解海洋生態。晚上觀看當地居民大放煙花，對於同學感覺新鮮。



第二天為重點節目飛行體驗，首先了解飛行以及旋翼機原理、機件基礎，認識六軸全覆蓋式模擬飛行等理論。同學除進行了操作體驗，更可參加約十分鐘空中飛行體驗，由合格機師駕駛，一嚐一飛衝天的感覺，同學均覺十分刺激。兩天行程雖短，但也十分充實有趣。



衝出香港——珠海航空科技探索之旅

(攝影: 5D 李嘉星)

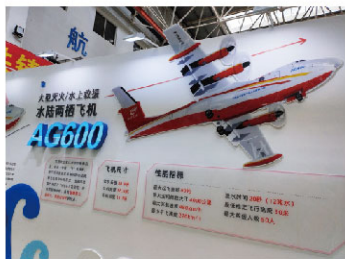


本年度中五級公民與社會發展科內地考察以珠海航空科技探索為主題，讓學生認識內地航空科技的最新發展、機遇和挑戰，培養開拓與創新精神。全級中五學生於2023年5月9日展開珠海航空科技探索之旅，行程由上午八時至下午六時。

此行旨在讓所有高中學生通過實地考察活動，親身了解國情和國家的最新發展，增進對中華文化的認識和欣賞，提升國民身份認同。學生回程後須根據考察所得，進行專題研習，並撰寫報告。

5C 鄧芷淇

在這次的珠海航空科技探索之旅，我們參觀了位於珠海的愛飛客航空科普研學遊基地，我們在其中參觀了飛機總裝廠房，並從中了解到中國近代以來航空文化和精深的航空理論。



在此次行程當中，最令我深刻的是參觀飛機總裝廠房。由踏進廠房的一刻開始，一架架龐大的飛機進入我的視野當中，我彷彿就是渺小的螻蛄一般，看著眼前的飛機，我心裏不禁感嘆中國航空業飛快發展的速度，講解員一邊介紹，我一邊看著真實比例的飛機模型，感嘆飛機生產製造的科學、嚴謹。在此次的旅程明白到中國的科技行天水平提高，可以增強國家的硬實力，提升中國的綜合國力，有利中國的

長遠發展。此外，中國的科技進步航天技術於全球有較重要的地位，也會增加因國家快速發展而產生的自豪感。

5A 李嘉珩

其次，我們也有參與由現役航空員主持的航空講座，了解飛機的基本結構、飛行原理、中國航空業的歷史及發展，現今面對的機遇和挑戰，以及珠海的地理優勢對發展中國航空科技及產業的潛力和其重要性。此外，這個講座令我們更深入認識由中國自主研發和製造的飛機及其用途，例如於2017年12月試飛成功的AG600水陸兩棲大型飛機，能在20秒內汲水12噸，可被應用於大型滅火、水上救援、物資投送等多項任務。



另外，我們亦體驗操作機械人的活動，四個同學為一組，兩組同學為單位進行比賽。每組分別會有一部投球機械人及三部拾球機械人，同學以遙控器操作機械人身體的各個部份，使機械人作出前行、蹲下、拾球及投球等動作，擊中最多保齡球樽為之勝利。透過此活動，我們增加對機械原理的認識，並了解中國的航空科技人員可以透過編寫不同的



程式解決不同的需求，感受中國科技的先進及強大。除此之外，此活動增加我們對航空業的接觸和興趣，令我們大開眼界、獲益良多，更深入了解投身航空業的道路、機遇與挑戰。通過展現中國科技的強大實力，使我們明白中國航空業於未來的蓬勃發展的前景，增加對中國航空業的信心。

豐富多姿的活動日參觀

2023年3月10日為本年學校活動日，中一至中五級均有3月10日是活動日，旨在促進學生之全面發展。各級別有不同參觀活動，例如中一同學往海防博物館、中三同學參觀錫克廟，中四、中五則有成長及職場之專題講座及參觀。活動形形色色，同學行程後均覺有所得益，不同性質活動拓展大家的視野，以下是部分同學的分享。

中五級：職業相關的參觀活動

5D 陳少錦

敏銳的洞察力是成為中醫必備的特質。中醫不像西醫有很多數據化的診斷方式，例如以X光透視來判斷骨骼的情況，兩者的差異就像是舊時代的警察與現代警察的查案的不同，中醫得問遍故里，再推測犯人，而西醫則動用天眼攝像頭使犯人無所遁形。「望聞問切」的治療理論更是體現洞察力的重要性。每當病人走進診室，醫生會觀察他的精、氣、神，從最表面的皮膚顏色，到深層的行為舉止如說話、呼吸的節奏，可觀察項目之多，猶如浩瀚海洋，其觀測的難度之大，恍若大海撈針。這種洞察力更是跨越了西醫豎起的天塹，解決了許多西醫未能解決的病症。例如鼻出血這一疑難雜症，在西醫的眼裡是乾燥出血、鼻黏膜過薄，而每當受鼻出血驚嚇得六神無主的家長問診時，由於孩子既沒有當場流血也沒有出現血液，只得不了了之。而中醫能通過詢問孩子的日常飲食和觀察行為，判斷出孩子的病理，如濕氣重是由於孩子喝太多冰飲，導致胃黏膜出血。除此之外，中醫藥學家屠呦呦前輩更是透過古籍，敏銳地察覺到青蒿是治療疾症的關鍵，並因此提取青蒿素，獲諾貝爾生物或醫學獎，造福人群。正是中醫敏銳的洞察，中醫和西醫一樣廣受世人認可和依賴。



5C 招艷馨

投身款客服務行業須樂於助人，原因有兩個。第一，服務態度會更好。服務業表面上人人可從事，但要做好卻不容易，如果能將幫助他人當作一種樂趣，那麼服務顧客就不僅僅是一項工作，而是一大樂事，從中收穫快樂、成就感、幸福感。當一個人把一件事當作樂趣去做，便會心甘情願，態度自然更好，自己和顧客都能獲得一段愉快的經歷。相反，如果只把服務顧客當作工作，幫助顧客解決困難就變成了一項苦差，態度相對而言較為冷淡，顧客得到體驗也更為糟糕，鬱悶心情雪上加霜，雙方的只會得到一段令人心煩意亂的經歷。第二，有些客人遇到問題會不知應向誰求助，此時，一位樂於助人的服務人員就會上前幫助，令客人得以解決問題，不至於在原地不知所措地轉圈，像迷路的小孩一樣無助。總結而言，投身款客服務行業須樂於助人。

5A 李曉晴

參加「迪士尼款客服務體驗坊」能讓我掌握款客服務業的基本運作概念，了解迪士尼款客服務的特色，並深入探討行業的營運管理模式。

假如要我須為該職業招募新人入行，我會極力推介這一行業的服務能為賓客締造奇妙體驗。我們能透過自己用心的熱情款待為客人帶來一次開心的旅程，透過客人滿意的表情，我們亦能從而獲得成就感。探訪迪士尼亦有可能是一家人少有團聚玩樂的機會，如果我們能在當中表現平易近人、體貼細心的一面，他們便能於此感受來源於工作人員的溫暖，令他們享受一起玩樂的時刻，有一種在家團聚的感覺。服務者的快樂大多都是源於客人在體驗後的心，客人臉上的微笑便是服務者成功的標籤。



除此之外，此行業亦能帶給工作者一種其他行業並不能體驗的感覺，此行業不會有像商務業的工作壓力，不用長期因為要見客人、開會而感到壓抑，反而能因為自己造就了別人的快樂而歡樂。

中三級：參觀錫克廟

3C 丁思雅

當日踏進錫克廟的那刻，我已感受到了它與別處的不同——有很多戴著頭巾、光著腳、留著長鬍子的教徒們在前台接待我們。大廳裝潢漂亮空曠，有很多馬賽克燈飾掛在頭頂。還沒多看，我們便被領隊先生帶領到一邊，每人派一張印有花紋的藍色頭巾



，手把手教我們綁在頭上，這樣做是因為該教的人認為頭髮是很重要的東西，要用布專門包起來。

領隊先生帶著我們到房間換鞋洗腳，作進入寺廟的準備。完畢後，他讓我們先摸一下腳下的白色門檻再跨過去。一班人馬進去後，就見到了一位虔誠的教徒拿著一把像小毛刷的東西，一邊在空中慢慢左右揮著，一邊讀著他面前一本厚厚的經書。聽說這場所是他們日常禱告的地方。我不禁佩服他們的虔誠和毅力。接下來，我們坐在毛茸茸的地毯上聽那裡的人介紹他們的宗教，並做了些小遊戲，我也因此知道了很多印度人的生活並不是我們想像中那麼傳統——他們不是每天吃咖哩的。有人還會八種語言呢！我們增加了對錫克教的認識，以及彼此的了解。

3C 陳頌謙

到了錫克教廟，一進到廟裏，一股莊嚴的氣息頓時撲鼻而來，整座廟無論內外都是純白色。驚嘆而又好奇地觀察了一會後，有幾位文化大使出來迎接我們，我們脫了鞋襪、戴工頭巾後便前往祈禱室了。進入祈禱室映入眼簾的便是一個戴著白色頸巾拿著毯子的祭司，正在對著錫克教的聖經靜坐，我們悄悄地經過了他，坐到了祈禱室的後方。

之後有位錫克教的資深信徒向我們介紹錫克教的教義和創立歷史，此外他還介紹了5k，也就是錫克教徒需要時刻配戴的東西，教徒以此來提醒自己要時常遵守神的教誨。之後他們更即場演示了他們日常是如何敬拜的，大家都十分專注地聽著他們的音樂，讓我感覺自己好像到了印度，感受到當地的風情。敬拜和介紹完畢後我們離開了祈禱室前往公平食堂，在哪裏我們是食了印度的傳統食物。雖然食物的味道不太適合我，辣味也讓我叫苦，但卻十分高興能夠有機會品嚐其他地方的食物。這次的交流使我的眼界廣闊了許多，亦是我對少數民族和其他宗教有更深入的了解，是一次有趣而有意義的體驗。



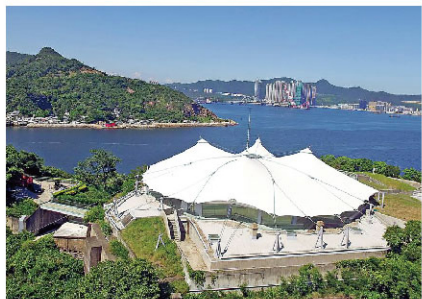
中一級：參觀海防博物館

1D 郭雅淇



戰的裝備。

館內還設有室內的展區，擺放了很多有關香港舊時所經歷的軍事故事，戰士的衣服、槍和一些士兵雕像。在一些較為珍貴的展品旁還設有一部平板顯示器，為遊客講述展品的來歷、作用等。當然在海防博物館不但可以看到香港當時的一些作戰設備，還能在山上看到香港的海景，博物館位於鯉魚門的黃金水道，遊客能夠更方便的觀賞香港風光，可以說是絕佳的觀光景點。



海防博物館是一個值得大家一遊的景點，不但能看到關於香港的海防歷史，還能一覽香港的美麗海景。這是我第一次去戶外博物館給我很大的震撼，第一次看到實物的坦克和魚雷等武器，給我留下很深的印象。

疫情退卻，校園內外都多了許多活動，小息、午膳時間校園內因各項活動而人群聚集亦多見了，希望熱熾的氣氛持續，大家更投入各項活動。(相片提供：5B 鄭珀庭)



許銘駿老師本年接任「其他學習經歷委員會」主任，我們專訪了許Sir，請他為大家介紹一下本年其他學習經歷委員會的情況和未來方向。此外，許Sir亦會為大家分享一些過去任職記者的心得。

(記：記者 許：許銘駿老師)

記：請問其他學習經歷委員會有什麼宗旨或者理念？

許：其他學習經歷委員會(OLE)的理念，希望可以令大家「開闊眼界」；同學可以在不同方面積累不同經驗，如藝術、音樂、體育活動和義工服務等，所以近一年OLE周會上，曾邀請不同領域的專業人士來分享經驗，以開闊同學們的眼界，例如體育方面就曾邀請過霹靂舞(break dance)、排球隊的專業人士來校分享；音樂方面亦曾邀請過趙sir及其朋友表演色士風；此外，本校同學也透過崇德社參加義工服務。該會的成立理念也是為了培養學生多元發展，避免出現為人垢病的學生「高分低能」現象。



記：今年其他學習經歷委員會籌辦的活動有哪幾方面？

許：主要有兩方面。一，即OLE周會，以往主要以講座的方式為主，但今年則以不同形式進行，例如有打排球、跳舞等，希望不單只有嘉賓分享，而是可以令同學與嘉賓之間能有更多互動；畢竟多加嘗試才能發掘同學於不同方面的興趣或天賦，所以模式和範圍方面亦較以往有所革新；二是義工方面。以往同學做義工服務令人有做「免費勞工」之感，而今年則希望可以在參與模式方面加以改變，故近月在富亨邨聯繫了一所長者中心，與他們建立了一個長期關係，以讓長者中心的老人家可以更信任本校學生，學生亦因而可以嘗試更多事務。例如，同學可以參加義工服務，教導老人家使用3D打印，而老人家亦可以教學生做傳統食品，由此長者、同學間大家便可以互相學習。



記：你最希望同學可以在OLE周會有什麼收穫？

許：這些周會上講者曾分享過的技能、知識等，希望同學在日後生活中有機會可以運用到；不過，實際運用到該類知識可能頗有難度，所以如果同學在未來中能夠記得聽過這些經歷便已足夠，所謂「其他學習經歷」的理念便是如此。有些經歷不到最後關頭並不會知道是否真的有用，所以如果同學未來若仍記得OLE周會的經歷，就已算是擴大眼界了。當然，若日後能運用到所分享的知識則更是再好不過。



記：下半年我們留意到學校有許多大型活動，例如內地交流團等，能否介紹下其中情況如何？

許：因為近年疫情情況多變，境外交流等大型活動停滯多年，所以今年在限制放寬下，終於可以組織各類交流團，例如盧旺達交流團，即幫助當地貧困村民安裝太陽能板，並觀察當地野生



動物；還有前往內地蘇州、南京七日交流團，可以讓同學體驗寄宿當地家庭的生活，深切接觸並瞭解到當地人的生活方式。

記：請問其他學習經歷委員會未來有什麼工作大計？

許：今年在義工活動方面有所推進，有如中四同學至少要有有一次在外擔任義工的活動經歷。因為發現本校參加義工活動的人數頗少，而且不同學會、義工團體間有著「搶人」的情況。且在一次活動的反饋中發現，原來部分同學對於跟老人家聊天頗感興趣，所以今年想藉著公民科活動的機會，讓全級學生可以一起探訪老人，嘗試和他們交流。來年應該也會進行類似活動，不過如何做、如何改善則待日後再研究；而探訪長者並非唯一選擇，本校學生還可以嘗試參加探訪小學生、有特殊需求的學生，或做清理垃圾等義工服務。而交流方面則需要看政府的防疫措施限制，若有機會，希望可以重新籌辦以往計劃過的蘇格蘭交流團和日本交流團。

記：得知許老師之前曾擔任記者工作，請問可以分享一下你對記者和教師的工作體會嗎？

許：記者、教師都有著相同、相異之處。相同之處為，教師和記者在工作上都需要面對不同的人，例如在記者一天的工作當中，有機會上午訪問社會賢達，如特首，下午就要採訪基層市民、甚至露宿者的情況，需要出入不同的場所；同樣作為老師，在學校裏亦會面對不同背景的學生。二者都可能會面對不同社會階層，有時候地位和背景差異可能會頗大；而相異之處在於教師主要是要面對學生，記者就需要面對更多社會中不同的人。而且，在工作要求方面，記者比老師需要有更迅速的臨場反應，同時亦需要保持可以隨時進行訪問的狀態，譬如遇到突發事件時，需要第一時間作現場報導，負起作為記者的責任完成每項訪問。與記者相比，老師在學校中需要給予學生解答，使命和責任就較為重大和長久，需要更細心了解不同學生的學習需求，協助他們完善自身的不足之處。

記：我們作為新手記者，請問可以請教一些訪問技巧嗎？

許：在採訪前應該較深入自己採訪的對象，以便採訪時追問問題；訪問期間，我們需仔細聆聽，思考是否有更多值得追問的內容，並斟酌是否有追問的空間，這就視乎訪談對象的回應。此外，若受訪者的回應與你準備的問題不相符，則需聆聽受訪者的分享，再結合訪談主題作進一步追問或止步；如專人訪談可以試著追問受訪者一些生活趣事，作出提問方向的修正。正所謂「無招勝有招」，不妨嘗試從原本的提問作出進一步的延伸，令採訪內容更豐富和充實。

記：謝謝許Sir的分享！



(圖片說明：圖一及四：國際排球隊前隊長孫玥女士分享，以及與同學切磋球技；圖二：Break Dance港隊成員分享和表演，他們正爭取參加來屆奧運，巴黎奧運將會第一次新增break dance項目；圖三：林sir和學生與傷健人士一同嘗試用輪椅打籃球；圖五：理工大學盧旺達太陽能板計劃；圖六：許Sir和記者)

2021至2022年度畢業頒獎典禮

本校2021至2022年度畢業頒獎典禮於2022年12月2日圓滿舉行。本屆典禮榮幸地恭請得香港教育大學校長張仁良教授作主禮嘉賓暨授憑頒獎，並主持本校新建自修室開幕典禮。

張仁良教授畢業於香港中文大學數學系，其後獲取法國政府獎學金，在巴黎大學獲取統計學博士學位；再在英國斯特拉斯克萊德大學獲金融學博士學位。自1985年開始，張教授先後在



城市理工大學、香港大學、浸會大學等院校任教。2013年加入香港教育學院，現任校長、政治行政學講座教授。在香港教育學院工作期間其中最大的成就是成功申請將香港教育學院升格為大學，為學校展開新篇章。多年來，張教授的學術興趣是企業管治、財務及投資市場發展等等，具豐碩的研究成果和著作。



訓辭中張教授以英文縮寫“L O L”統括三點勸勉同學。“L”代表“Learn”學習，勉勵同學要以學校為平台，堅持學習，而且不要懼怕提

問，亦不要視所有知識是必然的。他提到大學中有各式各樣的專家學者，但他們的共通點就是能夠發現問題，並且尋找答案。

“O,”代表化表“open your mind”開放心靈。張教授鼓勵同學尋找到世界各地了解的機會。他以自己為例，早年到法國巴黎留學，物質缺乏、通訊困難，但亦因此令他更加倍努力學習法語，認識新朋友。在外國人溝通的過程中能夠了解到他國人生活和處事方式，接觸到不同的生活背景的人，令你學會設身處地、用他人的角度思考問題，而個人亦會變得更包容、理解和同情，從而亦都令自己成為一個更圓融的人。



最後另一“L”代表“love yours root”愛自己的根。無論在外地學習或工作，始終要緊記自己來自何方，並需要以自己的知識技能貢獻社會，人生之成功並非以學業成績或所賺財富衡量，而是能以自己對社會的貢獻多寡、是否能產生正向作用所決定的。在社會上能夠助人、幫助整個社會前進才是我們應該做的事。張教授諄諄告誡，相信畢業同學均能獲益良多。

新學會介紹

近年新增設了一些學會或組織，更迎合同學的興趣，亦令校園生活更多采多姿，希望多關注和支持。以下為大家介紹其中幾個。

校園媒體學會 5C 涂允菲

校園媒體學會成立的宗旨是希望促進師生之間的互動、交流，能如新聞媒體一般，去記載校園內的種種事。每當我瀏覽學校網址的時候，發現學生很難找回過往活動的照片，而我們在校內因不能使用手提電話紀錄，許多回憶只能銘記於心內，很易忘記；亦缺少學生和老師之間的聯繫的機會。因此，我們希望可以出一分力。起初我們的想法是建立報社一樣的學會，但這並不容易。所幸有校長的提點，而周鎮聲老師有意創辦校園媒體學會，這對我來說是千載難逢的機會，便鼓起勇氣自薦作主席。



校園媒體學會是個嶄新的學會，許多體系要從頭開始建立，只能一邊運作一邊調整。第一，新加入學會的同學可能對該學會並不了解，不清楚我們需要做些什麼，而往往不願投身於各項服務、活動。第二，能力方面。攝影是一項技術，如何捕捉最精美的畫面，保持視頻的穩定性、構圖等等。又例如剪接方面，要怎麼分配任務，要怎麼保證效果，這些都是需要不斷學習的，然而學會中絕大部分人都是第一次拿起相機攝影，剪輯出來的效果同學可能未必滿意，但感謝各位對我們的包容，給予我們不斷嘗試與提升的機會。第三，器材方面。有關攝影的器材總是昂貴的，我們只能在有限的預算購置，或借用學校的器材。儘管如此，我們依舊感謝校務處職員、周鎮聲老師，還有曾經協助我們的老師，這段日子的幫助與包容。一切的一切都在各種困境下度過，我們不斷商議行動，去努力跨越每一個挑戰。



當然我依舊感恩，學會每個成員的積極嘗試，在自己的崗位上盡責盡力，讓我有更多時間處理其他瑣事問題。而幹事們都十分優秀，不時而為我帶來驚喜。更感謝的是他們不厭其煩地陪我將學會提升至更好。

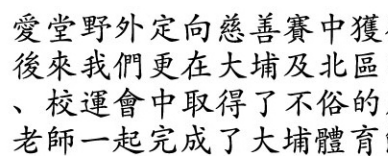
長跑隊 4B 周本軒

長跑隊成立的宗旨是為大家提供強身健體、挑戰自己的機會。

在我中二的時候，周鎮聲老師創立了長跑隊，懷著躍躍欲試的心態，我毅然決然地加入了這個大家庭，沒想到這一個決定竟然竟發掘了我的興趣。可惜遇上了疫情爆發，不少計劃無奈停止。不過疫情間我們依舊透過網課的方式進行體能訓練，保持運動狀態。



中三時我開始參加長跑比賽，完成了人生中第一個五公里賽績，令我在長跑路上越跑越快。中四時長跑隊更是迎來了余組輝老師的加入，活動多了，令長跑隊更形壯大，訓練氣氛愈加熱烈。



疫情漸漸退減，周老師亦開始組織我們參加校外比賽，我們於仁愛堂野外定向慈善賽中獲得了亞軍的佳績，激勵我力爭上游。後來我們更在大埔及北區中學校際田徑、大埔及北區越野比賽、校運會中取得了不俗的成績，於今年四月和兩位長跑隊負責老師一起完成了大埔體育節十公里賽事。

我能夠完成以上成績，有賴長跑這項運動一直以來鍛鍊出的體能及意志力。歡迎各位同學加入長跑隊，發掘自己的興趣，一同與我們強身健體，挑戰自己！

日本文化學會 4D 羅梓庭



首先，先介紹下日本文化學會。日本文化學會的目的是希望出於香港的同學們能夠透過學會認識到非本土文化，向同學介紹日本文化，瞭解更多有關日本的本土知識。於是，我們決定創立這個日本文化學會。

在今年，本會舉辦了兩個活動。在11月中的時候，本會舉辦了有關日本流行音樂及遊戲文化的活動-音游比賽。作為學會的第一個活動，同學反應熱烈，頗多同學參與其中，希望這個活動能帶給同學一個全新的體驗，認識到更多元化的日本音樂。5月期間，我們和學生會合作的流行文化祭順利舉行，期間本會舉辦了日本流行文化知識問答攤位，同學們也有積極參與其中。

來年，本會希望能夠為同學帶來更多的日本傳統文化有關的活動，能讓同學們能夠參與其中。



✦ 得獎快訊 ✦

- 中文狀元挑戰計劃2022-2023(香港教育城舉辦) 3D李昌隽獲「中文狀元」獎
- 第一屆環球兒童及青少年英語才藝賽(環球兒童及青少年英語學會舉辦)，4A農晴獲冠軍、黃梓欣獲亞軍
- 哈佛圖書獎(哈佛大學香港校友會舉辦)，5D謝穎心、5A馬欣林、5A凌絃栢獲獎
- 2022檢控週：「義」問「義」答比賽(律政司刑事檢控科舉辦) 5D余梓駿、謝穎心、劉子豫、郭子曦、5A廖敏希獲冠軍
- 第二屆全港高中生即席演講大賽(香港新一代文化協會舉辦)，5C駱奕慧獲銀獎
- IYACC第十四屆國際音樂大賽-鋼琴-英國皇家音樂學院考試曲目組八級(國際青少年文藝培訓中心舉辦)，5D劉子豫獲冠軍
- 第三屆匯盈全港中樂大賽(匯盈國際音樂交流協會舉辦) 2C賴芷喬獲金獎
- 第十屆香港國際音樂節-藝韻盃2023-少兒鋼琴組(由藝韻管弦樂協會舉辦)，1D廖紫荊獲一等獎

- 抗疫英雄繪畫比賽(香港文創薈舉辦)，2C劉瀚東獲金獎
- 「加拿大-香港/加拿大-澳門繪畫比賽 2023」(加拿大總領事館舉辦)，3B柳婉澄獲亞軍
- 美食之都在香港繪畫比賽(香港文創薈舉辦) 2C劉瀚東獲金獎
- 大埔區「國家安全常識大比拼」邀請賽(大埔區撲滅罪行委員會暨大埔民政事務處舉辦) 5D余梓駿、謝穎心、4A譚嘉傑、3A鍾展鵬獲冠軍
- 2023屬會新秀游泳比賽(香港中華業餘游泳協會舉辦) 4B 周本軒(15歲及以上男子組) 100米背泳獲亞軍；2B 戴思祈於14歲女子組 50米及100米蛙泳同獲冠軍
- 2022年度香港校際柔道錦標賽(中國香港柔道總會舉辦) 1A關翠怡(女子48kg)獲冠軍、3B黎芷瑩(女子 48kg)獲亞軍
- 香港柔道隊際錦標賽 2022(中國香港柔道總會舉辦) 3B黎芷瑩獲冠軍

(得獎繁多，難以盡錄，更多得獎消息請留意家長通訊，或登入校網參看)

學生會工作回顧 學生會主席 4A 譚嘉傑

疫症放緩，但回頭一看，發現我們的中學生涯中，有三年都在疫情遮蔽之下，回憶裡大多是在家網課的片段。眼見同學與朋友、老師相隔咫尺千里；不僅現實中的距離遙遠，關係上亦如是，我們學生會八人決定在疫情減退之際，籌組學生會內閣「Accio」，有著「召喚並拉近」的意思，以「拉近距離」為目標，務求在為同學服務的同時，將同學與身邊的人拉近到疫情前般的親密友好。



回顧今年，我們曾經舉辦「師生烹飪比賽」、「聖誕市集」、「選修科分享會」、「聯校模擬口試及筆友活動」等等，透過各種因疫情在以往兩年學校較少辦的活動，彌補同學失去的校園生活，找回可以認識同校、甚至其他學校同學的機會。其中，五月一連三日的「流行文化祭」，以現時同學喜歡的流行文化，例如各地的歌曲和動畫及DIY手工藝為主題，與各學會合作，順利舉行隨機舞蹈、樂隊表演、手工及問答攤位，慶幸同學都能盡興投入，感受校園和樂融融的氛圍；而在服務方面，學生會亦為同學提供雨傘、蚊怕水，及代購計數機等，務求便利同學。

在組成學生會的道路上並不容易，我們由當初對學生會只有淺薄認識的候選內閣，走到當選一年內，學習如何將學生會的每一件事做好：安排會議、準備活動、與學校聯絡的種種工作。一路上有賴周鎮聲老師及其他老師的幫助、各學會及四社的支持，令我們學生會的活動及服務能更加全面可行，真正做到拉近同學與身邊人事物的距離的目標。

隨著疫症過去，相信我閣及日後的學生會會有更大的空間繼續為同學舉辦不同的活動，並提供更適切的服務，令同學有更豐富的校園生活。一年學生會工作即將過去，我閣盼望同學可以在今個學期留下與別不同的回憶，帶著這份回憶在未來繼續享受在王肇枝的校園生活！



領袖生工作分享 總領袖生 5D 劉子豫



領袖生是學校中的重要角色，承擔著領導、維持學校秩序的责任。

我校領袖生團隊多次舉辦校內和校外訓練營。這個訓練營涵蓋了領導力、溝通技巧、問題解決、時間管理等方面的主題。在這個訓練營中，領袖生學習到了如何有效地與組員合作，如何引導團隊達成目標，以及如何處理挑戰和衝突。這些技能不僅對領袖生日常工作有所幫助，同時更有助於發展更全面的人格特質和價值觀。

作為學校領袖，在校內參加訓練營和在校外參加活動都是非常重要的成長經歷，我們可以學習到許多有用的技能、知識和經驗，並成為更出色、更有創造力和影響力的領袖。同時，這些經驗也有助於我們更好地理解和服务學校，實現學校的使命和願景。



2023社際學科常識問答比賽 3C 徐麗媛

「社際學科常識問答比賽」今年繼續齊行，此活動增加本校四社的交流，令社員在陸運會之外亦有學科知識上的競賽。

2023年6月2日第1節課舉行社際學科問答比賽。這項活動由學生事務委員會主辦，宗旨在讓同學在不同方面為社作出貢獻，亦希望增加社員的向心力和團結感。



當日四社各派出一隊參賽，每隊三人進行兩個回合的比賽，題目環繞初中各科的學科內容。經必答題後，愛社率先佔優；再經搶答環節，博社力追之下分數接近，戰況緊湊，一番角逐後，終愛社保持勝局，奪得冠軍；而亞軍則為博社，修社季軍。經此比賽，社員間更具凝聚力。

「第十一屆可持續發展教育學程計劃」



本校公民與社會發展科出兩隊中四至中五級學生，參與由香港聯合國教科文組織協會主辦、香港可持續發展教育學院及香港教育大學協辦的「第十一屆可持續發展教育學程計劃」。該計劃響應「聯合國2030年可持續發展議程」以及

聯合國教科文組織「教育的未來」倡議，通過體驗式教學培養學生可持續發展知識、態度、能力，包括多元、創新思維、協作能力等，促進學生全人發展，建立積極價值觀。本年度計劃以「古蹟保育傳承文化」為主題。

學生在聽取專題講座後，走進香港著名活化保育建築「香港醫學博物館」以及「大館」，感受歷史、保育氣氛，聆聽建築物背後有趣的故事，領會文化傳承與可持續發展的關係。學生在活動後需配合自主研習、團隊合作，完成書面報告及海報，並於2023年3月25日進行匯報。本校七名中五學生：5C招艷馨、李芷咏、麥穎茵、胡洛然、伍嘉騏、高靖涵及涂允菲，以「土瓜灣十三街唐樓群」作為主題，親自探訪、考察，設計一個可持續的居住環境，結果榮獲最佳海報獎，設計將海報分為上下兩部分，上方為唐樓群獨有的十三個街道路牌，而下方為唐樓群彩虹色的建築風貌，黑白與彩色相互搭配，將土瓜灣十三街唐樓群的細節特色和整體外觀充分展現，極具宣傳效果。

5C 招艷馨

參加是次課程，我與同學一起參觀古蹟，一起「大開腦洞」，探討古蹟保育和可持續發展，最終以「活化土瓜灣十三街唐樓群」為主題，針對唐樓群的情況，提出活化計劃。

因此，我深入地認識了十三街唐樓群，還有土瓜灣，甚至其他香港古蹟，為香港擁有這些古蹟而高興。此外，這是我第一次在眾人面前匯報，起初我有點忐忑不安，幸而同學們互相鼓勵，得以全力以赴。



5C 涂允菲

在這次課程中，除了對古蹟保育有更深入的认识外，與組員攜手去創建一個可持續發展社區的過程更讓我获益良多。從商議以甚麼地區為藍本，到實地考察，再分工合作，搜集資料，整個過程艱辛不易；當項目逐漸完成，我們有莫大的滿足感，這更是我們大多數組員第一次在大眾面前匯報，我認為登上講台的那刻，我們不僅是設計了一個可持續發展的社區，更是跨越了自己心中「不可能」的關卡。

STEAM教育博覽會2022

本校五位中四級學生陳進杰、周本軒、李浩榮、廖嘉朗和謝楚珩，參加由教育局主辦博覽會「線上活動」設學校展覽活動，獲30個機構支持，包括國家重點實驗室、專上院校、學校議會、專業團體、非政府組織及其他政府部門。本校同學在中學組中獲得金獎，超過70所本地中小學及兩所深圳市學校參展，主題圍繞「自動化設計」、「人工智能」、「大數據」、「可持續發展」及「智慧生活」。



本校參賽項目名稱是「未來巴士廠數學及科技的應用」，源自兩個獲獎中學數學專題習作：2016/17年中學數學專題習作比賽「正方形的輪子（優異表現）」及2018/19年中學數學專題習作比賽「汽水罐問題及其擴展（季軍）」。

大多數人以為，數學可能只是使用複雜的公式和計算，日常生活中不大用到。然而，事實恰恰相反，數學幾乎存在於生活的各方面，可以幫助我們理解事物的基本原理和世界運作的方式，此次同學的比賽作品正好是一個應用數學原理到現實生活的好例子。

青少年創業營銷體驗活動



本校學生會於2022年12月24日及25日參加了由基督教香港信義會社會服務部所籌辦的，於大埔六鄉學習園地擺放聖誕市集，攤檔名為：「肇」住過聖誕。同學以售賣自家製的聖誕燭台（由家教會家長教授製作）及DIY音樂盒（由本校嚴賦天老師教授製作）為主，是次活動兩天的營業額共為\$4332，成績彪炳。活動

中同學不但獲得寶貴的營銷經驗，攤檔更獲大會頒發的「最具人氣獎」及「最佳策劃獎」，成員獲頒共\$2000書券以作鼓勵。

大埔區青年網絡介紹

5B 陳翠美

參加青年網絡後，我認識了許多朋友，擴闊了我的視野和社交圈子。例如在參加海陸空義工團中，我由不懂得如何控制獨木舟，經過訓練後能用乘獨木舟清潔海岸。在服務的過程中，不但可以認識新朋友，更可以深入了解我們日常居住的大埔社區。透過單車送暖義工團，我們親身將物資送給區內有需要的獨居長者，了解他們的故事。盡我們的能力服務區內有需要的人士回饋社區。



「大埔區青年網絡」由大埔民政事務處於2014年起開展，目的是透過大埔區內招募青年成員，為他們舉辦多元化的活動，藉此培訓青年網絡成員的不同技能，裝備自己，然後讓參加者以學到的各項技能服務社區。讓年青人認識不同行業的資訊，從而裝備自己，及早制定生涯規；認識國情，培養對中華民族的身份認同。亦鼓勵年青人自發籌備活動，提升年青人的組織能力及領導才能，培養青年領袖。



計劃舉行不同活動：一、國內外交流活動，加深對祖國認識，以及增進與國外文化的交流，如廣西越南文化交流團、本九州歷史文化之旅。二、海陸空義工團，單車義工團、獨木舟義工團、山野義工團、義診義工團。三、準職人學堂工作小組：生涯規劃體驗/實習計劃、大埔區職業博覽。有興趣同學請留意。

紅十字團活動 2C 呂穎芊

4月11至12日本校紅十字會團進行宿營活動，也是我第一次參加宿營，我懷著興奮的心情出發，期待著這兩天一夜的旅程。早上我到達學校集合，玩了一些集體遊戲才到營地去，在這期間可以認識了來自不同級別的不少新朋友。之乘搭半個多小時的士，到達目的地保良局賽馬會大棠渡假村。

營地裏有很多不同的設施如羽毛球場、箭場、籃球場等，我們分組進行活動，第一站就到了射箭場，射箭教練仔細地教導我們如何拉弓才不會弄傷自己；其後我們到室內羽毛球場打羽毛球。晚餐出乎意料地好吃，營養豐富。晚飯後又是集體活動的時間，比早上各位已沒有隔膜了，可以放開心情地玩，最後我們要狼人殺遊戲作為一夜的完結。



第二日早上五時一些同學已經爬起床，一起到山上看千島湖日出，我本著機會難得心態參加。一行人從天色一片黑暗一直行到天色微亮，到達山頂時，我們已經氣喘如牛，但看到的美景便覺得這些努力也是值得的。更好的是我們剛好看到日出，一粒鹹蛋黃般的太陽從山和山之間慢慢升起。下山後我們狼吞虎嚥地吃早餐，休息一會後又是集體遊戲的時間。雖然已經很累，但是大家還用盡氣力投入地玩，一行人在拍攝大合照後結束這兩日一夜難忘之旅。

校友會 家教會活動

「兔氣揚眉喜接福」盆菜宴

家長教師委員會與校友會於2023年3月11日晚合辦「兔氣揚眉喜接福」盆菜宴活動，校董、校友、老師、家長和學生一同歡聚聯誼。當天共有149人出席活動，不少校友久未會面，趁



盆菜宴聚首言歡，非常熱鬧。席上，除有學生精彩的樂器、舞蹈和樂隊表演外，鄭校長和各位老師的獻唱更把現場氣氛推至高峰。席間有多輪抽獎環節，獎品豐富，各人均滿載而歸。

第十九屆校友會

會員大會暨法團校董會校友校董選舉

王肇枝中學第十九屆校友會會員大會暨法團校董會校友校董選舉於2023年3月11日（星期六）下午在本校禮堂舉行。

當天共有37名校友會會員出席，會上曹紹民主席報告2021-2023年度校友會委員會所成立的4個小組和其背後理念，並介紹這兩年來校友會舉辦的活動，因游達裕校友校董辭世而需補選校友校董等事宜。財務組主任李兆明報告2021-2023年度財務狀況，會務報告及財務報告獲與會者一致通過。26位校友會候選委員自我介紹後，獲會友一致通過成為第二十屆校友會委員會委員。



是次大會也進行了法團校董會校友校董選舉，各會員以不記名投票方式選出梁栢行教授為來屆校友校董，任期為二年。

「夢想對於每個人而言都不同，它們或許平凡，或許偉大。但它們都有共同的特點，就是讓我們的生活更有意義、有目標、有理想！」台上的導師說完後又問：「各位同學回想一下小時候的夢想，有誰是一直為之奮鬥堅持到現在的？」聽完他說這話後，台下的同學都竊竊私語，我也不由得陷入回憶之中。小時候我的想法天馬行空，但當中最長久的，就屬當一名記者了，也正是它，讓我對未來有一個清晰的目標。

那時父親早午晚都準時守在電視機前看新聞聯播，讓我也耳濡目染，有時晚上太晚吃飯，也會捧着飯碗準時收看。正因如此，母親總是笑着說我：「都不像小孩子咯，天天跟你爸一樣不看新聞就不安心。」就算被母親調笑，我還是一如既往地準時觀看，有時還學記者拿個沙錘當話筒，裏面的沙子被我搖得暈頭轉向，第二天卻還要繼續被我「勞役」。看到不認識的字時，便自己拿字典查看，要麼轉頭問父親，逐日累積下來，我對當記者的熱情有增無已，連帶着這份熱情，我努力學習多些字詞，只為日後能當上記者。夢想就是如此不可思議，我能為之奮鬥，努力朝着目標前進。

聽完講座後，我趁着小息去圖書館借書。往歷史類的書籍望去，隨手拿起一本就能看到微微泛黃的邊緣，邊角的殘缺讓它更具有年代感，翻開扉頁，那兒被遺留了一張嶄新的便箋條，上面寫了這一段話：「歷史是一面鏡子，透過鏡子我們看到了過往的浩瀚歷程，而鏡子與現實的光讓我們看到未來。」

剛升讀中學時，陌生的環境與激增的科目讓我無從適應，小學時對學習的游刃有餘到中學成了兵荒馬亂。在第一次考試失意後，我望着書桌上的沙錘出了神，「沙沙」的聲響又在耳旁響起，恍然如夢，兒時逐夢勢在必得的決心，在升學後漸漸消散，才察覺開學幾個月來，我竟沒有一個學習目標，上課成了每日任務，功課也壓得我喘不過氣。

「叩叩叩」，母親進了房間。「這次考試成績如何啊？」她問。我搖了搖頭，一聲不吭。她看了眼立在檯燈旁的沙錘，橙色的，在一片灰暗色調的書桌上分外顯眼，母親隨手拿起，輕聲說：「你還留着它啊……說起來，開學後適應得如何？」我點了點頭，嘆了口氣說：「感覺現在做的事都毫無意義，與我的夢想背道而馳。」
「你可以從學校的科目入手，像歷史科，作為一名記者當然要具備豐富的歷史底蘊。」聞言，我望向母親，玩弄衣角的手也不自覺停下，喃喃道：「歷史？」母親點了點頭，我心頭的巨石豁然碎裂，心情也隨之開朗。此後，我懷着成為記者的夢想，對各科學業上心，對歷史的理解更是深入。無論前方發生多大困難，當人們心中有夢想，便可以衝破難關，自己發光去照亮前方的路程，照亮社會進步的道路。

剛踏入課室，便聽到同桌絕望的吶喊，正在為明日的辯論比賽發愁，看她那副模樣，我拍了拍她的肩膀說：「不要自己嚇自己，邁出第一步你就成功大半了。畢竟你也是因為熱愛辯論才參賽的呀。」聽到這話後她信心滿滿地點了點頭。看着她這副模樣，我的思緒飄回過去……

小學的時候，老師讓想參加獨誦的同學自行找她報名，我猶豫半天也不敢上前，渴望有所成就卻不願與失敗交手，最後回家時滿臉懊惱。父親正看着新聞，轉頭看我一臉沮喪，嚇了一跳，起身問我發生了什麼事。我便把參加獨誦的事告訴他，他聽後哈哈大笑，看我一臉幽怨地看着他才摸了摸鼻子停下來，說：「咳！話說你為什麼想參加獨誦啊？」我晃着沙錘回答：「老師說參賽就當成口語訓練，還說對記者那些職業有很大幫助。」「那確實如此，記者最講究的就是字正腔圓了。既然想參加就不要猶豫，出醜不難堪，難堪的是你連嘗試的勇氣也沒有。」被我父親點醒後，第二天我就找老師要了報名表，之後勤奮練習，雖然最後沒有得到什麼名次，但我因此學會了勇敢。人們懷揣夢想，心中便有了一束光，它照亮前路驅散陰霾，追隨而去，萬千燈火熠熠生輝，它們將夢想的種子散播到世界各處，人們的生活充滿希望與勇敢。

我沿着街邊的路燈回家，影子在燈光下變幻無常，一時在前方，一時在後方，一時被拉成長長的影子，一時又縮成一團蜷縮在我的腳邊。這時，一輛車從身邊經過，耀眼的車燈將我暗黑的影子照沒了蹤影，一輛接着一輛的車子駛過，影子被照射得無處可避。光明總能驅逐黑暗，腳下的路便是我的夢想，步步前行，終能遇到光明。

(本文於2021-2022年度參加由香港中華文化促進中心主辦的「中國中學生作文大賽(香港賽區)」，通過評審，最終脫穎而出，奪得初中組銀獎。)

● 向一位香港演藝人員致意——梅艷芳 2A 陳恩橋

親愛的梅艷芳小姐：

18年後的今天，電影《梅艷芳》正式上映。走出電影院後，我一直在感歎，生命本來苦澀如歌，你卻燦爛得傳奇。

人生才短短40年，你卻在舞臺上歌唱了36年，是你。成名後受挫、跌倒，卻堅持爬起來，是你。婚紗，是多少少女的夢？但定義一個女人又豈只是一場婚姻，更遑論你是梅艷芳。穿著一襲潔白的婚紗嫁給舞臺，是你。你曾對台下歌迷說：「此生雖然無人相伴，但自己選擇嫁給音樂，嫁給舞臺。」珍惜生活中的挫折，轉化為自身的力量，也是你。

4歲，別人還在牙牙學語、蹣跚學步，明明是需要被家人呵護和照顧的年紀，可你卻已經登臺演出、賺錢養家了。養家，好像是你這輩子逃不掉的使命，家人對你的苛索好像也成了理所當然。我從小在幸福的環境中長大，我無法想像，在這樣的原生家庭中成長，那一份疲憊和心酸。

最讓我印象深刻的是，你好像從來沒有抱怨過上天：「上天給了我這麼多，我左手接完，右手就應該回饋多一點出去。」明明好像是這個世界欠了你什麼，但你卻從未有過抱怨，反而加倍給予別人。你對歌迷的關愛真的是發自內心的愛，或許，你對所有人都是那麼充滿善意和關愛。

你對待生活柔中帶剛的樣子令我觸動，時隔這麼久，當你的歌聲響起的一刹那，還是會讓人打從心底震撼。如果你還在這個世上，是不是還會留下更多更好的作品呢？你有著歌壇開創性的台風和曲風，強大的舞台魅力，宛如舞臺女王、百變女王。一首《女人花》，將女性一生的美麗與哀愁展現得淋漓盡致；一首《似是故人來》，唱出了多少情真意切。讓我最深刻的莫過於《夕陽之歌》，聽這首歌很容易聯想到你的最後一場演唱會，甚至是一生，令我沒有勇氣多聽。

人們愛滿腹才華的你，愛俠義滿身的你，愛那個孤獨卻又很倔強的你。時光荏苒，再無芳華可還原。驀然回首，似是故人來。

祝
平安

歌迷 陳恩橋敬上
二零二二年十月二十七日

(本文參加香港弘愛會、香港石獅同鄉總會主辦2022「好山好水好香港」全港中小學生創意寫作比賽，榮獲冠軍。)



旭日東升，它放肆地穿過玻璃，折射在我緊緊閉上了的眼窩，陽光映照著我的臉龐，巴士的高速行駛，是整個身體都在晃動，頭也漸漸地不受控制地靠在旁邊的肩膀上。我不禁感嘆時間的流逝這樣就過去了，離開了屬於我的家，離鄉別井的滋味，只是昨日發生的事情。把我從酣睡裡拉了出來，朦朧的瞳孔面對突如其來的陽光格外刺眼，認真看一看，一條條熟悉的街道從我的眼掠過，屬於家的回憶情不自禁的湧出來。

一小時的車程使雙眼變得麻木酸軟，走上斜坡，幾經辛苦終於來到了第一站——香港鐵路博物館。一算好像有十年沒來過這個地方，就算經過也不會特地走上來，環境又熟悉又陌生，驟眼看似沒有什麼改變，但心裏卻在回憶中的畫面添加了一層淺色的濾鏡，或許這就是時間沖淡了記憶了吧？清新的空氣裏氤氳著復古和沖淡的燃油味，正是親切的味道。前方的一群小孩在路軌上比拼平衡力，頓時彷彿看見了自己拖著媽媽白嫩的手一步步地向前走。走進火車，裏面的裝潢是每一次看到會被震撼，不禁讓人聯想到懷舊和復古的氛圍，是一代人的記錄和傳承，統一的木色設計，讓人感到溫馨。隨便找了張長椅坐下，感受著陽光的沐浴和懷舊的氣氛。外在多美麗，內裏卻多醜陋的，縫隙裏塞滿了紙巾，窗邊的罅隙全是煙頭，不單單是驚訝，更多的是驚駭，原來的風采被吞噬，再艷麗的設計終究還是會被污染，只能說是入侵者和破壞者不懂得珍惜這些留下來的歷史，變了，一切都變了，不僅是環境的改變，還有人心，或許這一切的都是時光搞的鬼吧。潔淨的人心在腐朽的路上行，難道這一切都是身為一個大埔人該有的精神嗎？

從憤怒和不甘中走出來，來到附近的富善街，不用走近，只是用力地吸一口氣，歸屬於此的鹹香味便能聞到，我也認為「家的味道」，因為在其他地方很難聞到，可能找也找不到了吧。除了鹹香之外，一間間的老字號也是富善街的一大特色，一個個熟悉的招牌和簡樸的店鋪，也是令我難以忘卻的原因，只是店鋪裏的一個個陌生的臉龐，沒有花白頭髮，沒有皺紋，沒有粗獷響亮的聲音，更會有以往熱情和親切的招待，現在的只有一個個低下頭看手機的人頭。以前在這的人好像是街坊們打交道、聊聊天，現在卻像是把這看待成一份工作，整條富善街變得冷清、孤僻，失去了熱情、失去了人情味，落寞也隨即來臨。店鋪與店鋪之間莫名的出現了一家大型連鎖超市，合適嗎？人流也聚集在那家超市門口，難怪「結業」的大字出現在大大小小的商鋪上、我的笑容不禁露出，不是感到開心，而是感到無奈，感嘆著如此的環境規劃怎會出現在富善街呢？時間使環境滄海桑田，一言難盡，懷舊風和現代風融合在我眼裏，永遠是荒唐的搭配，時間帶走了只屬富善街的味道，連同熱情和人情也不放過，一起沖走了。歸根究底，還是時間的錯。

上了回家的小巴，就連小巴也從以前的十六座，現在的十九座，我對我的家更感陌生了，時間已不早，驕陽似火的紅日也漸漸褪變成橙紅的鹹蛋，小巴的乘客並不多，我便打開了窗，感受著海風撲面而來的感覺，並不刺骨，聽著風在我耳邊就起了交響樂，擺動著髮絲的飄逸，這安詳的氛圍，下意識地讓我牽起了旁邊人的手。餘暉看似也快抵達，在海上揮舞，波光粼粼，像是海上的碎鑽，格外耀眼奪目，而我則閉上眼睛，回味著這陌生、不一樣的大埔風情，也許我也應該拋棄我這守舊的態度，接受時間為大埔帶來的變遷，時間洗滌了萬物，但永遠沖不走我的回憶。

(本文參加2022-2023年度大埔區青年網絡活動策劃委員會徵文比賽，獲高中組季軍)

● 自煮體驗——尋找幸福的味道 2B 戴思祈

偶然，我在圖書館看書看得入神，在食譜裏尋到了令人懷念的味道。

「妹妹，你又吃乾燒伊麵嗎？人人皆說百吃不厭呢！」茶餐廳侍應阿姨的聲音言猶在耳……可惜，那窩心的人情味跟附近的茶餐廳都一起消失了。

跟媽媽到市場買些簡單食材，就開始我的冒險旅程。冒險旅程？對啊！廚房從來都是外婆的基地，今天她讓出大廚一職，說要看看孫女大顯身手。欠缺入廚經驗的我，唯有硬著頭皮跟著食譜試試。

「首先要燒熱一鍋熱水，把伊麵浸軟……」媽媽在旁指導我運用各種廚具。怕熱的我笨拙地用竹筷子挑散伊麵，然後轉置笊箕內。我弄得滿額大汗，心想我這個笨手笨腳的孩子能成功嗎？媽媽彷彿聽見了我的心聲，說：「做飯和學知識一樣，都是一個循序漸進的過程。從最基本的學起來，只要不斷嘗試和練習，漸漸就能煮出五花八門的菜餚。」

接著，我戰戰兢兢地拿起刀，把冬菇、青椰菜和叉燒切絲。外婆取笑我把叉燒切得奇形怪狀，我笑說：「茶餐廳廚師切的叉燒，比我切的大塊十倍啊！」說來有點誇張，但這正是茶餐廳給我的印象，賣相不需講究，味道一流就行了。茶餐廳侍應阿姨平易近人，不是贈我例湯，就是送我小吃。食物固然講求味道，更關乎無價的人情味。

最後，我放入炒熟了的冬菇絲、青椰菜和叉燒在熱鑊中，跟伊麵炒勻。「大功告成！」我興奮得大叫起來，並把伊麵盛上碟，送到家人面前。大家都大快朵頤，讚不絕口。「伊麵，有細水長流及延年益壽之意……」以食寄情，傳遞愛意或祝福，無聲勝有聲。」食譜這樣寫著。伊麵是一道從小吃到大的療癒食物，它不但能果腹，還有難以忘懷的幸福滋味，這次自煮體驗更給我美好的記憶。

原來做菜也不難，只要循序漸進，按部就班和用心學習，就能煮出好味道。看著家人吃我親手烹調的伊麵，那吃得津津有味的樣子，令我感受到：能夠為家人做菜是充滿愛、溫暖又快樂的事。期盼我也能創造出幸福的味道，味道烙印在味蕾上。時間除不掉也拿不走那幸福的味道，偶爾它會回來敲一敲你的窗，喚醒我們對人情、親情的思念和記憶。

(本文參加香港公共圖書館主辦「2023年4.23世界閱讀日創作比賽—閱讀好滋味」，獲優勝獎)

● 談尊重、包容和關懷 4B 鄧兆享

現今文明的社會裏，有人提倡尊重、包容和關懷他人、對人或是負責。在這科技發達的時代，人們講求效率及結果。隨著時代變遷，人也跟著一起變化，有人說，人與人之間相互的尊重、包容、關懷和負責變得罕有，彷彿認定其中的人情味也不復存在；亦有人說，很難想像會有人身體力行地去實踐尊重、包容這些迂闊、難以捉摸的美德。

我的親身經歷則相反。在學校，我看到的是同學們互相容忍、接受、考慮另一方的行為，儘管他們之間他們的思維方式存在差異。走在大街上，我看到的是人們會尊重，尊重規則、遵守規則，願意花時間去等待紅綠燈轉信號，儘管那條馬路許久也沒有車輛經過。在家裏，我看到的是兄弟姐妹之間相互包容，如姐姐佔了家中唯一的洗手間很長一段時間，弟弟妹妹也會選擇包容。疫情反覆無常，「近來身體安否？」「外出緊記帶口罩」我常聽到別人這麼說，這不是關懷是什麼？父母對子女無私的奉獻，對子女負責，父母顧及子女的需要，不推卸照顧子女的責任，亦是負責的一種表現。要做到尊重、寬容

、關懷和負責，看似吃虧、很難為的事；但其實又看又視乎你是否願意這樣做，因此心態亦是能做到尊重、寬容關懷和負責的一項重要因素

(本文參加由大埔區公民教育運動委員會主辦大埔區公民教育運動委員會2022-2023 徵文比賽，榮獲亞軍)



EXORDIUM

Artificial Intelligence: Friend or Foe?

4A Cheung Tsz Hei Matthew

Since the 1990s, the concept of artificial intelligence has been ingrained into our minds with the help of box office hits like Terminator and The Matrix containing iconic scenes, e.g. the terminator removes its eye, giving us a cold gaze and people being trapped in the Matrix in order to let the machines survive. These sci-fi films often depict the consequences or the reality of AI going rogue, leading to human extinction. Although these movies had often been exaggerated, but had they? Since the 2000s, our technology has been advancing in an accelerating speed, and AI has been evolving as well. When looking back on the first rendition of AI, artificial neurons, it's day and night when compared with Social Media algorithms and Amazon's Alexa. Recently, there has been a growing voice of concern over the new path of AI technology.



With the continuous advancement of AI, there will be drastic changes in the future. With the stepping stone of AI voice, soon voice actors might become obsolete in the movie industry. Since AI could replicate our voice with just a few sample recordings, you could be hearing your favourite voice actors acting in movies without them actually saying anything! The script writers could just feed AI the script that they wrote and then they'll say it with the voices of famous voice actors like Robin Williams and Frank Welker. This means that in the future, movie studios could just pay for the copyright of the actor's voice and not hire them, since they could replicate their voice with AI.

Recently, there has been a debate on the creation of AI arts, which are images that were assembled by AI using a vast amount of data from the Internet. There is a lot of potential with this. By training the AI, it could produce arts that may rival humanity's greatest artists. Adding on to that, AI arts might evolve into entire animations produced by it. With enough motion capturing and training of the AI, it could produce animations that require an entire studio of animators, background artists, special effect artists and visual effect artists singlehandedly. This could be a game changer for the animation industry. Companies might start to hire these work-efficient AI instead of hiring studios to work on animation films.

Another thing AI could revolutionize is education. Teachers have to manage a class of more than 25 students and more often than not, all students' potential may not be realized and cultivated. This is where AI steps in. An AI assistant could be assigned to each student, playing the role of their own personal teacher. Students could ask it questions and seek advice which the AI could provide to them like a normal search bar on Google. However, here's the difference between the AI assistant and a Google search bar – the data could be accessed by the teacher in charge. For example, one student could often be asking about Maths questions, the teacher could then obtain the data about where this student's weakness is in Maths. The teacher could then better understand each student's weaknesses and strengths, which could improve each student's academic results since data analyses could help teachers better manage the potential of each student in their class.

Well, you might be asking, what has caused the surge of development of AI? The root cause is that society currently wants to automatize everything. Since some of us are tired of doing mundane tasks every day, be it working or studying, we want leisure time to do things that we are interested in. With AI, some of our work could be

minimized, like cleaning our houses with AI assistants, mowing the lawn and so on. Businesses are also involved in the advancement of AI technology. In the business world, profit is the key to survival. With profits, you could allocate your funds into developing a better working environment for the employees, invest in new projects and so much more.



Another contributor is the creation of technology itself. Technology has made our lives more convenient, safer and easier, so the development of AI came naturally since it's just a branch of technology with a lot of potential to benefit our daily lives.

When talking about benefits and drawbacks of AI, it really boils down to what industry utilizes it. Let's talk about its benefits brought to businesses. It'll increase the profit of the company by a mile, since it could do the mundane tasks faster and more efficiently. An AI could do the workload of more than 10 people a day, and it'll overhaul the entire business model to accommodate AI technology. However, a major downside that applies to all industries is that, it'll cause a lot of workers to lose their jobs if they don't offer something special to the company. When AI develops into being able to do simple tasks, it'll change the market drastically. Since companies need workers that offer something more than the ability to type or calculate, like being a great leader that'll be able to lead the company to greatness or being a creative individual coming up with plans that's new, original and profitable to the company. It'll increase the competitiveness in acquiring jobs.

Now that we're done with business, let us delve into the perspective of the art industry. For the artists, they'll be demoralized since they basically got the short end of the stick, being slowly replaced by AI. For the art studios, they would switch to hiring AI animators to do animations for them, since the AI would be more sufficient in the animating progress. All the studios need to hire is story board artists and concept artists since all they need is a good story and good character designs and the AI would make haste of animating the scenes. It'll be a big hit to the market since AI completely changes the game plan of art studios, which considering hiring more cost-efficient AI animators instead of human animators. Artists with talent will also be badly affected since their main income of art commissions will be hit badly by people who use AI to draw more beautiful arts than themselves to make money. This is up for debate because it really depends on how the public's preference changes. Will they stick to the hand-drawn arts or computer generated arts? There is also another issue: since AI arts use a large data base in order to learn and create arts, legal troubles over the copyrighted artworks being integrated in the AI art's design will be a tricky situation to tackle.

To conclude, AI technology surely has a lot of potential in changing humans' lives. It's really up to us to decide on whether AI would be widely used or only used in some areas in the world. In my opinion, AI should be used as a tool to better our lives, not to destroy others. It isn't malicious, but it has no emotions after all. We humans are the ones who hold the key to unlocking the true potential of AI to benefit all of us. We shouldn't use it to push an agenda nor destroy other people's career. Let us hope that AI won't fall into the wrong hands and it will be renowned as the greatest invention of human technology that helps us advance towards a bright future!

Comic drawing 4A Nong Qing



Why my School is the Best

2A Lam Adrian King Jau

Third in Public Speaking Solo

74th Hong Kong Schools Speech Festival (2022)

Get ready to be wowed by the enthusiasm of Adrian as he takes you on a tour of his school and explains why it is simply the best. From the spacious sportsground that students share, to the school hall that "may be the greatest you have ever been", his public speech showcases the amazing features that make his school stand out.



Let's remove the label of addiction to technology

5D Tse Wing Sum

First in Public Speaking Solo

74th Hong Kong Schools Speech Festival (2022)

Ladies and gentlemen, put down your phones and prepare to be convinced by Summi's thought-provoking speech on challenging the notion of addiction to technology. In her video, Summi offers an explanation as to why we should disregard the label of addiction to technology as she takes us on a journey through the important benefits of technology when well-used.

