



九龍真光中學

家長教師會會訊



2021年7月

地址：九龍塘沙福道真光里一號 電話：3655 0000 傳真：3655 0110
 網址：ktls.edu.hk 電郵：mail@ktmls.edu.hk

主席的話

真光與我何干？

主席李凱茵女士

我12歲進入真光前，是屋村小學的中游學生。

唸完中六離開真光時，是以全級最優成績，進入當時夢寐以求的中文大學。

畢業後我回真光搞校友會，因為深知道「沒真光就沒我」。

女兒12歲我就為她選了真光，領受同一位神、同一份恩典。

也許你不像我。

真光於你，可能只是女兒在唸的學校；
 真光於你，可能只是加強版的日間暫托；
 真光於你，可能只是一年去一次取成績表的地方……

但，請想一下，你女兒在真光，
 應該會像我一樣被改變、被陶造，
 可能也像我一樣找到人生的方向，
 甚至都像我一樣認識生命中的真光……

請問你願意多了解真光一點點嗎？
 你又願意多了解女兒一點點嗎？

希望藉著家教會，讓家長能緊貼真光、緊貼女兒的成長！



會務報告 (2020年7月至2021年6月)

2020年7月	中一家長講座： 由心鈴輔導及生涯發展中心張燕鈴輔導心理學家主講，講題是「如何協助女兒適應中一生活」。
2020年8月	推薦第39屆委員蔡立基先生、趙惠卿女士及黃秀娟女士，成為九龍城區學校優秀家長。 新生指導日： 再次與中一家長見面，宣傳家教會各項活動。
2020年10月	第39屆周年大會暨第40屆委員選舉與就職典禮，並同時進行中一至中三家長會。 家長學堂第一課： 由香港有品運動機構總監凌葉麗嬋女士主講，講題是「6A品格教育之接納、讚賞篇」。
2020年11月	家長學堂第二課： 由李伊瑩總校長主講，講題是「如意VS失意」，以網上直播形式進行，對象是中學、小學及幼稚園部家長。 家教會主席李凱茵女士及家長校董陳振寧先生應邀出席預慶真光創校150周年校慶活動之《熱血合唱團》電影欣賞。
2020年12月	家長學堂第三課： 由突破輔導中心資深心理輔導員趙翠嫦姑娘主講，講題是「當子女說你好煩——當子女機不離手」，以網上直播形式進行。
2021年1月	聯同學生會及校友會，合辦Sweet Café為中六同學打氣，共同贊助熱飲及暖手包。 家教會主席李凱茵女士及家長校董陳振寧先生當選為九龍城區家長教師會聯會第十屆常務理事。
2021年3月	送贈九真畢業公仔給應屆中六畢業同學。 原定的兩次家長興趣班（茶道、STEM）及家長學堂第四課都因疫情取消。
2021年4月	家長學堂第五課： 由本校駐校教育心理學家陳靜妍姑娘主講，講題是「說出『我』期望」。
2021年5月	向學校致送圖書金，祝賀真光149周年校慶。 家長學堂第六課： 由麥何小娟女士（十優港姐麥明詩的母親）主講，講題是「如何增強子女的上進心」。中、小、幼家長共130人參與。

財政收支報告 1/7/2020~31/5/2021

收入		支出	
摘要	金額HKS	摘要	金額HKS
會費	38,880.00	獎學金	10,000.00
教育局津貼	25,740.00	校慶賀禮	4,000.00
家長贊助	7,900.00	校本活動資助	300.00
銀行利息	44.54	本會活動	3,328.50
		畢業學生紀念品	1,725.00
		會訊印製	4,000.00
		學生活動保險	823.50
		家校合作活動 (中一新生家長講座、家長學堂、中一新生適應親子工作坊、家長手冊印製)	18,519.80
		影印及文具雜支	1,252.50
		其他 (銀行查核費、核數費、九龍城家教聯會報名費)	4,950.00
合計	72,564.54	合計	48,899.30

盈餘／(虧損)		資金	
累積盈餘	275,863.36	定期存款	76,535.70
本年度	23,665.24	儲蓄存款	202,228.20
		零用現金	1,778.60
		支票戶結存	18,986.10
合計	299,528.60	合計	299,528.60



第40屆 (2020-2022年度) 委員名單

顧問：李伊瑩校長
 主席：李凱茵女士
 副主席：項婉婷女士
 羅楚雲副校長
 財政：蔡立基先生
 周佩芳老師

秘書：林書華女士
 歐陽麗愛老師
 康樂：張素燕女士
 黃鳳雯老師
 聯絡：陳振寧先生

家教會活動花絮

中一家長講座



2020年7月14日，舉辦了中一家長講座，由心鈴輔導及生涯發展中心張燕鈴輔導心理學家主講，主題為「如何協助女兒適應中一生活」。是次活動有123位中一家長參加，家長反應熱烈，獲益良多。



週年大會及中一至中三家長會



第39屆週年大會暨中一至中三家長會於2020年10月16日順利舉行，選出第40屆家長委員。當天參與的家長人數約有120人。



預慶真光創校150週年活動



家教會主席李凱茵女士及家長校董陳振寧先生於2020年11月26日出席預慶真光創校150週年活動，觀賞生命教育電影「熱血合唱團」。



Sweet Café

2021年1月7日，
家教會和學生會共同提
供免費熱飲及暖包，為
中六學生加油、打氣。



致送禮物予畢業班

2021年3月12日
中六惜別會上，家
教會送贈可愛九真
畢業布公仔予中六
畢業同學。



家教會、校友會及學生會
共同贊助製作真光口罩，送贈
給回校考文憑試的中六同學及
同工，以表感謝和敬意，也為
大家打打氣。



校慶

2021年5月，
家教會致送敬師感
謝狀及圖書金，賀
149周年校慶。



家長學堂

本年度本會一共舉辦了五次家長學堂，分別邀請了香港有品運動機構總監凌葉麗嬋女士、李伊瑩校長、突破輔導中心資深心理輔導員趙翠嫦姑娘、駐校教育心理學家陳靜妍姑娘及十優港姐麥明詩母親麥何小娟女士，分享寶貴親子溝通技巧及經驗，氣氛愉快，亦促進家校合作。



24/10
2020



21/11
2020



2020年12月19日 家長學堂
41人正在觀看

19/12
2020



17/04
2021



24/05
2021



家教會校本資助活動

九真年宵市場

2021年5月7日，本會支持了九真年宵市場攤位，師生同樂。



九龍真光中文辯論隊



為了培養學生的分析和邏輯思維能力，本校中文演辯論隊於本年度參加了由香港學界辯論聯會（HKSDF）舉辦的《全港中學學界辯論比賽》。活動中，同學與各校辯論精英較量，就社會民生、道德倫理等各個議題展開激烈討論。透過活動，同學能開拓眼界，擴闊視野，提升語言表達能力和技巧。本次活動後，同學能將活動經驗應用於學科學習當中，強化分析及論述的能力，提高學習表現。

We Are the Music Makers



由本校音樂科舉辦的學校音樂會 “We Are the Music Makers” 於5月15日順利舉行。在學校、家長和校友的支持下，音樂會首次以網上直播的形式進行，讓一群熱愛音樂的同學有機會突破疫情下的時空限制，於觀眾面前盡展所長，發揮音樂才藝。



贊助生命教育電影欣賞活動

本校與福音機構合辦生命教育電影欣賞活動。6月24日，中一至中三級學生與家長觀賞真証傳播製作福音電影《等一個擁抱》，6月30日，中四至中六級學生與家長觀賞福音電影《仍然要相信》，家長教師會贊助部分門票費用。參與家長表示能在抗疫期間與子女一同欣賞令人深思的溫情電影，實在十分難得，本會主席並致送紀念旗予分享嘉賓王炳雄導演。



一個放手。十個放心

副主席項婉婷女士



感謝神的恩典和帶領！

離開母校多年的我，因著女兒入學的緣故再一次踏進九龍真光中學，由昔日令老師們頭痛的真光學生，到今日成為真光的家長，有幸擔任家教會的副主席服侍，讓我更感恩母校的栽培。

記得在女兒選校之前，為了不影響她的心意，沒有事先向她透露過自己的中學，沒料想到她在參觀過多所中學後就篤定要選九龍真光，當時在校門外就告訴我：「媽媽，我決定咗想揀呢間，我感覺呢間就係我嘅學校，我已經諗到自己喺度返學嘅樣！」我也就是這樣一下放手！

孩子長大了，獨立起來往往要比我們想像的成熟，家長得先學習放手，信任她們的選擇，放手交給她們去經驗，放手才能飛啊！也放手交給神。

升上中學的時間很短，能回校出席面授課堂的時間更短，卻沒有影響到女兒和同學們的友誼，反增長得更快。她們會更珍惜每次回校上課能見面的機會，相約早20分鐘就到校，放學又拖著腳步離開，校慶當日更是相當投入，玩得興高采烈，滿載而歸。看到中一妹妹們的歸屬，姐姐們的模範，讓作為家長的我很放心，放心把女兒交給九龍真光，在這裡能得著學業的成就，也得著信仰的紮根。

引用我和女兒在家常唱的真光之歌作結：『真光學堂我聞其名……若公不信我之言，快快來真光一見，你便知我不肯說謊言！』

願望藉著家教會能夠給家長認識真光更多，同享這份祝福和親子的快樂！

疫情下

委員林書華女士

疫情反反覆覆已經超過一年，對學生及家長來說也是一個重大的挑戰，停課、網課、考試測驗不斷延期，也加重學生及家長的壓力！疫情已經成為我們生活中的一部份，我們要密切關注疫情發展，不單要去做強制檢測，更要有心理準備要強制隔離。

為了行更遠的路，近來我多了做運動，預防三高！

過往一年，感恩透過家長學堂家長們可以互相交流、互相扶持！

「患難生忍耐，忍耐力老練，老練生盼望；盼望不至於羞恥，因為所賜給我們的聖靈將神的愛澆灌在我們心裡。」未來一年，縱使疫情仍會存在，我們亦能多些陪伴家人，多些關心身邊的朋友。雨過天晴，彩虹再現！

祝大家身心健康！



從小學雞家長成為Form 1仔 家長的心態轉換

委員張素燕女士

作為一個小學雞家長，女兒大部份的事情都能掌控於手中，即使她有不情願，但仍然脫離不了我的魔掌。不論在學業上或是生活上的大小事，我可以大條道理說你還小，仍須依我。上了中學階段，女兒覺得自己已長大了，可以獨立處理事情。作為家長應該怎樣面對這樣的轉變呢？有些家長仍覺得中一還小吧！不能放手，仍須要牢牢的捆綁在身邊，事事只能聽「我」，把一切掌控於手中，才能安心。但久而久之，就成為與女兒對立、起衝突的主要因素，畢竟女兒真的長大了。我覺得家長也要學習面對女兒成長而慢慢放手。在過程中家長可能會有種幻得幻失的感覺，明明前陣子仍然好「掌控」，但現在「她」開始有自己的小秘密、「她」希望有自己的私人空間，但有些家長就開始按不住了，嘗試偷偷地查「她」的電話及在互聯網所瀏覽過的地方。我在此勸喻有此動作的家長要把這習慣改掉。如果真的想知道「她」更多，何不大大方方地跟「她」交流，謹記交流的過程中千萬別指責「她」所瀏覽的網站沒有意義，並提供自以為很益智的網站給「她」好好學習，相信自此以後「她」再沒有興趣跟你交流了。家長應該學習信任「她」、尊重「她」，亦嘗試聆聽「她」的聲音，而不再是「她」聽「你」講，漸漸會覺得其實她也會信任你、尊重你，亦樂於與你傾訴心事。祈願各家長在這過渡期中，能夠成為「她」所信賴的好朋友。



隨筆

委員蔡立基先生



疫情下，女兒度過了難忘的中三，到了現在中四，疫情仍然未有好轉。暑假後就要進入DSE生涯，重要歷程中五。現在雖然有三分之二的學生能面授，在家上網課仍然是主要部分。學生們每天忙碌於面授與網課之間，沒有絲毫鬆懈。每次上完網課，匆匆吃完飯，就趕著返學校面授。要不就是上午面授返來已經饑腸轆轆，接著又要繼續上網課，做功課。

作為家長，有時都覺得心痛，但女兒卻開心可以和同學見見面，聊聊天，苦中作樂。她似乎比我們做家長的更加適應了這疫情下的學習生活。

真心希望疫情快點結束，一切恢復正軌，學生重回校園。

在此也要特別感謝各位老師，你們都辛苦了！

家…遮擋風風雨雨的地方？！

委員陳振寧先生

家是一個讓人安心的地方，父母和孩子因有家而溫暖，好多朋友認為家是有形的住屋，父母是支撐的主要支柱，這樣想法確是無誤，但不全然。

家是由父母孩子組成的，大家沒有注入愛，家只是空洞的空間；有些朋友因為愛而生急躁，或因不善辭令不幸地把家變成一個討論批評對錯的法庭。

雖然我們在不同階段扮演不同的角色、有不同責任、目標甚至使命，但對於家人而言，下一秒都是共建的未來，存在不確定性的擔憂，也存在可塑性的希望。

家對我而言，是家人互相牽掛、互相分享、互相面對、互相鼓勵、互相連繫、也可以一家人無所事事的幸福之地。

願大家無時無刻也是信心愛心滿滿，健康快樂！

