



九龍真光中學

家長教師會會訊



2023年7月

地址：九龍塘沙福道真光里一號
網址：<http://www.ktls.edu.hk>

電話：3655 0000 傳真：3655 0110
電郵：mail@ktlms.edu.hk

主席的話

主席李凱茵女士

女兒今年中五，屈指一算，我也是第五年為九真PTA服務了。

今年是我第三年擔任主席。名銜當然不重要，重點是：我可能是最有嘢做、最 hea 的主席——因為疫情的緣故。

踏入 2023 年，隨著各種防疫措施逐一鬆綁，學校和 PTA 都努力復辦各式各樣的活動了。

幾年沒辦過的陸運會，在二月份舉行。我和很多家長都有抽空到場觀賽。

幾年沒去得成的 PTA 親子旅行，在四月底也成行了。很感恩，參加人數不遜於疫情前。

幾年沒法在學校舞台正式演出的中一開社音樂劇，在五月份校慶日終於 on stage 了。有家長踴躍幫忙做化妝義工，也有很多家長撥冗到校欣賞女兒的演出。

在此，我不打算把會務報告內的活動項目一一重覆。我想說的是，我其實不想做個最 hea 主席，我深信我們一眾家長同樣不想在學校像個過客。

以往幾年沒法做的事、沒法辦的聚會、沒法舉行的活動，我都希望全部「復常」，而且，更希望家長們大力支持，讓九真的家校合作氛圍，不止要「復常」，更要「超越往常」。



會務報告 (2022年7月至2023年6月)

2022年7月	7月12日早會中，家教會主席親身代表家長表達對老師的謝意，並向教師代表致送老師感謝狀。 7月20日舉行委員會會議。
2022年8月	8月2日，舉辦中一家長講座，邀請了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」。 - 家教會推薦委員陳振寧先生、蔡立基先生及林書華女士，於8月13日出席九龍城區學校優秀家長嘉許禮，表揚他們對家教會的付出和貢獻。 8月27日新生家長日中，宣傳家教會來年的各項活動。
2022年10月	家長學堂第一次聚會於10月15日舉行，主講嘉賓為中華基督教會望覺堂張漢強牧師，講題為「不要用別人的腦袋去代你思考如何培育孩子」。
2022年11月	11月11日，順利舉行第四十屆周年大會暨第四十一屆委員選舉與就職典禮，中一、中二及中三家長會，出席會員接近200人。
2022年12月	家長學堂第二次聚會於12月3日舉行，主講嘉賓為王培琪女士(馬時亨夫人)及馬露明女士(馬時亨長女，品格教育協會創辦人)，講題為「親子心得分享：馬太與女兒真情對話」。
2023年1月	家長學堂第三次聚會於1月14日舉行，主講嘉賓為李敏聰牧師(中國基督教播道會恩福堂牧師，前電台節目《自我增值力》主持)，講題為「濁水清流 - 栽培兒女在疫/逆境中成長」。
2023年2月	2月28日中六惜別會，致送畢業布偶給中六畢業生。 - 家長學堂第四次聚會於2月18日舉行，主講嘉賓為林秋霞女士：生命教育機構 (Why Not Education) 總監，講題為「讓家長與孩子結連：體驗子女的苦楚，發現孩子的挫折」。 - 家長教師會主辦「家長興趣班——泡茶」，於2月18日在本校《德馨學舍》舉行。由尹婉芬老師擔任導師，帶領18位家長淺嘗泡茶的樂趣，並了解不同沖泡技巧，氣氛愉快。
2023年3月	- 家長學堂第五次聚會於3月18日舉行，主講嘉賓為資深執業家庭治療師屈偉豪博士，講題為「正向家庭，健康孩子」。 - 家長教師會於3月18日舉辦「家長興趣班——食品打印工作坊」，林震東老師教導家長如何運用食品打印機，製作具個人風格的特色曲奇餅，從中了解到科技與生活品味的結合，家長十分欣賞此活動。
2023年4月	4月23日舉辦「真光親子生態遊」。當天有70位師生及家長出席，大家皆盡興而返，既可享受大自然，亦可增進師生及家長間之交流，樂融融融。
2023年5月	5月5日舉辦家長座談會，使家長加深對學校的了解，校長、兩位副校長及助理校長在輕鬆愉快的氣氛下與家長溝通。當天參加人數眾多，與會家長就女兒學業及成長各方面，分享經驗和心得。 - 家長學堂第六次聚會於5月20日舉行，主講嘉賓為香港家長教育學會榮譽顧問陳廷三博士，講題為「培養子女的價值觀：看成就，更應看對錯」，家長從中獲得不少寶貴親子溝通技巧。
2023年6月	6月進行家長也敬師運動。發謝師帖，由家長填寫後交回，最後交給獲嘉許的老師。 - 在6月底的早會，由家教會主席代表家長向全校教職員致送小禮物。 - 籌備家教會會訊，將於7月派發。

財政收支報告1/9/2022-31/5/2023

收入		支出	
摘要	金額HK\$	摘要	金額HK\$
會費	38,520.00	校慶賀金	10,000.00
教育局津貼	25,855.00	校本活動資助	5,725.00
銀行利息	707.06	本會活動	21,200.90
家長贊助	3,300.00	會員大會	1,432.00
親子旅行收費	12,800.00	畢業學生紀念品	9,400.00
		家校合作活動 (一)	10,000.00
		家校合作活動 (二)	10,000.00
		雜支	45.00
		其他	200.00
合計	81,182.06	合計	68,002.90
盈餘／(虧損)		資金	
累積盈餘	258,652.00	定期存款	76,787.23
本年度	13,179.16	儲蓄存款	152,652.73
		零用現金	13,857.10
		支票戶結存	28,534.10
合計	271,831.16	合計	271,831.16

第41屆 (2022-2024年度) 委員名單

顧問	李伊瑩校長	財政	林書華女士
主席	李凱茵女士		周佩芳老師
副主席	杜玉燕女士	康樂	蔡立基先生
	羅楚雲副校長		黃鳳雯老師
秘書	夏雅玲女士	聯絡	潘詠恩女士
	方美玲老師		



家委心聲

杜玉燕女士

感恩！承蒙神的引領，成為了家長教師會的副主席，為學校服務十分榮幸。

參與家教會的目的，除了可向女兒作出身教外，且有更多機會了解她的學校生活，一起服務學校！我和女兒不但投入校園生活，而且讓我有更多機會認識不同的家長和老師，互相溝通和彼此的配合，加深了解，增進友誼，這得衷心感謝校長、副校長和老師委員的勞苦付出，真是值得我們讚賞！

盼望未來日子，真光的女兒們繼續努力學習，服務校園，為學校、為自己發光發亮。但願在老師校長們的共同努力下，培育出更多品學兼優的人才，回饋社會，並成為社會的未來棟樑。

在此我祝願各人都能藉著基督的精神，在耶穌基督豐盛的愛和恩典中，生活更愉快！



夏雅玲女士

不知不覺擔任家委已經大半年了，很榮幸成為家委之一，很感恩有機會可以和校長、老師和委員一起籌辦各種活動，營造家長與學校的密切聯繫，發揮出家校合作精神，從而增進親子關係，讓孩子在充滿愛的環境中成長，在成長過程中獲得很大的進步，真正做到自信自律自愛。盼望在未來的日子，

與家教會全人合作愉快，繼續為大家服務，亦希望更多的家長積極參與及支持家教會舉辦的活動，各位家長和同學的參與是我們最大的支持，希望大家踴躍參與其中，一起分享「愛」。



潘詠恩女士

擔任九真家委數月，是一個很特別的學習，也能增加機會參與女兒的校園生活，讓作為在職家長的我，可以把握機會與女兒一同經歷在九真的日子。

於資訊日當天，能透過家教會攤位與不同家長分享九真的一點一滴，過程中，增加了大家對學校的歸屬感。看見當天參觀的家長人來人往，積極投入認識學校，不禁為九真感恩。但願未來能略盡綿力，為家長及學校之間的橋樑，讓女兒們在大家栽培下快樂成長。



蔡立基先生

疫情下，轉眼間女兒由九龍真光小學至中學也十二年了，而我由小學開始加入家教會到現在，擔任財政、康樂和替代校董。近幾年是疫情最嚴重的時期，女兒上網課令我們感到十分無奈，孩子隔著屏幕，缺少了與老師和同學相處的時光。過去幾年孩子面對文憑試的挑戰，相信校長、老師和同學都感到疲累。今年3月1日全港脫下口罩，相信孩子在這疫情下上了寶貴的一課，再次感謝真光校長和老師的培育，在學校正向的教育理念下學習和成長，孩子一定能超越自我，貢獻社會。



家長學堂

本年度本會一共舉辦了六次家長學堂，分別邀請了中華基督教會望堂張漢強牧師、王培琪女士（馬時亨夫人）與馬露明女士（馬時亨長女，品格教育協會創辦人）、中國基督教播道會恩福堂李敏聰牧師、生命教育機構（Why Not Education）總監林秋霞女士、資深執業家庭治療師屈偉豪博士及香港家長教育學會榮譽顧問陳廷三博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。



2022年10月15日

中華基督教會望堂張漢強牧師主講
不要用別人的腦袋去代你思考如何培育孩子



2022年11月23日

王培琪女士（馬時亨夫人）及馬露明女士（馬時亨長女，品格教育協會創辦人）主講
親子心得分享：馬太與女兒真情對話



2023年11月14日

中國基督教播道會恩福堂李敏聰牧師主講
濁水清流——栽培兒女在疫/逆境中成長



2023年2月18日

生命教育機構（Why Not Education）總監林秋霞女士主講
讓家長與孩子結連：體驗子女的苦楚，發現孩子的挫折



2023年3月18日

資深執業家庭治療師屈偉豪博士主講
正向家庭，健康孩子



2023年5月20日

香港家長教育學會榮譽顧問陳廷三博士主講
培養子女的價值觀：看成就，更應看對錯



家長座談會

家長教師會於5月5日舉辦了家長座談會，使家長加深對學校的了解，讓校長、兩位副校長及助理校長，在輕鬆愉快的氣氛下與家長溝通；當天參加人數眾多，與會家長就女兒學業及成長各方面，分享經驗和心得。



家長興趣班——泡茶

家長教師會主辦「家長興趣班——泡茶」於2月18日下午在本校德馨學舍舉行。本校尹婉芳老師為導師，4位同學任助手，帶領出席的18位家長淺嘗泡茶的樂趣，並了解不同沖泡技巧，氣氛愉快。



家長興趣班——食品打印工作坊

於3月18日舉辦「食品打印工作坊」，家長學習如何運用食品打印機，製作出具個人風格的特色曲奇餅，從中了解到科技與生活品味的結合，活動氣氛愉快。



中一家長講座

2022年8月3日，家長教師會舉辦中一家長講座，邀請了心鈴輔導及生涯發展中心，輔導心理學家張燕鈴主講，主題為「如何協助女兒適應中一生活」，讓家長更明白女兒面對的情緒困擾及成長階段的需要。是次活動活動約有120位中一家長參加，反應十分理想，整體對是次活動安排亦相當滿意。



第40屆周年大會暨第41屆委員選舉與就職典禮

2022年11月11日舉行第40屆周年大會暨第41屆委員選舉與就職典禮。於就職典禮後，舉行了中一及中二家長會，亦為中三家長安排選科講座。當晚出席家長接近200人。大會及講座均有助促進家長及學校的交流。



家長也敬師

2023年6月底，在敬師早會上，家教會主席李凱茵女士致辭及致送敬師禮物予老師，李校長代表接受。



親子生態遊

2023年4月23日(星期日)舉辦「真光親子生態遊」。當天有70位師生及家長出席，乘船往荔枝窩，探訪客家古村、欣賞風水林和紅樹林、故事館等。沿途經香港海岸公園、鬼手岩、吉澳及鴨洲。大家皆盡興而返，既可享受大自然，亦可增進師生及家長間之交流，樂也融融。



旅行一記

徐紫嵐 IC

2023年4月23日是美麗的一天，因為學校舉辦了疫情以來第一次的生態遊。

我們從學校到達馬料水碼頭的時候，我一下車就聽到美妙動聽的海浪聲，感覺非常舒適。在船上還有抽獎活動，令同學和家長們都多一分樂趣。而且這次旅程的導遊，會一邊介紹著不同的風景，也一邊說一些生動有趣的話，為個多小時的船程增添氣氛。

這次的旅程最令人難以忘懷的是鴨洲，在那裏可以看見深刻的景象，在遠處會看見一隻躺在地上的鴨子，外形十分可愛。到達那裏以後，我和同學還爬上了岩石上拍照。

在吉澳，我吃了一餐非常美味可口的午餐，感到非常滿足。還吃了鉢仔糕。接著，我們到訪姻緣樹和觀音廟，還上了觀景台欣賞鴨洲的外形。

這次的旅程真是非常有意義，提升了家庭之間的親密關係，還有可以認識到不同級別的同学，也令人大開眼界。希望學校可以多舉辦這些令同學親親大自然的活動。

關愛周

本校「S.H.I.E.L.D.S」領袖成立「心·呼吸」，於九月下旬關愛周期間在校內推行正向活動，包括在 Instagram 設立「kts.shields」帳號，提供處理情緒及壓力的資訊，並回答同學留言；放學後舉辦手工藝創作坊，派發心意卡及零食鼓勵同學；以及 9 月 26 日校會，透過師生話劇，帶出關心他人的重要性和技巧。「S.H.I.E.L.D.S」大使表示會繼續努力，期望能讓同學得著支持，有美好、愉快的校園生活。



STEM Week

STEM 科組於 10 月 10 至 14 日舉行一連串活動，以推動校內的 STEM 學習氣氛。首先有「男神廚房工作坊」，讓師生一同運用食品打印機製作特色食品。各理科組安排不同的攤位活動，讓學生能從遊戲中學習，同學們於攤位遊戲及工作坊表現投入，氣氛良好。活動高潮為 STEM 班際木結構比賽及社際 Robomaster 比賽，透過競技活動提升學生的學習動機。



新春嘉年華

新春嘉年華於 2 月 4 日進行，師生籌備各項精彩攤位、活動和表演，本校中、小、幼師生、家長及校友踴躍參與，場面非常熱鬧。



新春嘉年華，家教會主席聯同校長和校友會主席一起為醒獅點睛，增添熱鬧氣氛

中一音樂劇

本年度中一開社典禮及英語音樂劇於校慶感恩崇拜後進行，演出劇目為“Pride and Prejudice”。家教會一如以往，全力支持，既資助活動，亦組織家長義工隊，替演出同學梳頭、化妝，令演出盡善盡美。



通識公民生活社會科活動

參觀美荷樓生活館

本校生社科與中文科於 4 月 20 日帶領中二至中四級同學參觀美荷樓。透過導賞員的講解，同學深入淺出地認識香港五十至七十年代的居民生活狀況、碩果僅存的 H 型徙置大廈的誕生歷史、香港公共房屋發展，以及保育與活化對香港文化傳承的重要。同學們於活動期間積極回答導賞員的提問，投入參與。是次活動不但有助擴闊視野，更重溫香港市民昔日刻苦奮鬥的精神，成為年青人的學習楷模。



中六惜別會及 High table tea

為了向中六同學送上祝福和支持，以迎戰文憑試，特舉辦了「惜別會」和 High Table Tea。有李校長勉勵、老師和學妹為中六同學打氣、家長代表李凱茵致送紀念品及致辭環節。中六同學在滿滿的祝福和關懷下，必能在文憑試考獲佳績！



惜別會上，家教會主席送上真光妹畢業公仔，陪伴中六同學迎戰文憑試。



校方特設 High Table Tea，為中六同學送上祝福和勉勵。

水果入饌比賽

環保健康教育組及家政科合辦「水果入饌比賽」，初中組比賽主題為：「水果蛋糕」，高中組比賽主題為：「中式菜」。

是次比賽，每組由 3 位同學及 1 位老師組隊參加，過程發揮師生合作精神，更應用到臨場解難能力，製作充滿祝福與關愛的作品。活動能展露師生的烹飪潛能，並促進師生感情。



初中組



初中組冠軍



高中組冠軍



高中組

中六級（體育科）燈操

中六燈操表演是同學的畢業活動，經過一個多月的努力練習，於畢業當晚在學校操場進行分班及全級表演。同學手持燈飾，以歌曲配合動作及拼出各種不同的圖形，展現燈飾動態美。同學們盡心編排及表演，同心協力為中學生活留下美好的回憶。

