

聖芳濟各書院

家長教師會 特刊 2025 年 9 月

敬主愛人

校監 蕭思銓題



主席的話

主席 李藹欣 (6D 萬鎂詩)

大家好，我是家教會主席李藹欣。隨著女兒今年中六畢業，我在家委會的角色也即將完結。回顧這六年的經歷，令我獲益良多，心中充滿無比的感激和自豪。

在這六年中，我深刻體會到家庭與學校之間的溝通與合作是多麼重要。透過家委會的工作，我們能夠更好地了解學校的運作，同時也能將家長的聲音帶入學校的決策中。這種雙向的交流不僅促進了家長與教師之間的理解，也為學生創造了一個更好的學習環境。

在這段時間裡，我們與校長和老師們共同籌備了多個親子活動，這些活動不僅增進了家庭成員之間的聯繫，也讓家長們有機會更深入地了解孩子的學校生活。這些活動的成功，讓我看到家長和學校合作的力量。

近期，學校推行的一系列關注精神健康活動，受到家長及學生的廣泛關注。這些活動不僅提升了學生的心理健康意識，也讓家長們意識到自己對孩子的支持與關愛是十分重要的。我相信，這些努力將對學生的未來會產生深遠的影響。

在這最後一篇的心聲中，我感謝所有家長、校長、老師和學校的工作人員，感謝你們的支持和合作。雖然我的家委會之旅即將結束，但我會永遠珍惜這段經歷，並期待未來能夠繼續關注和支持學校的發展。

祝福大家，願我們的孩子在未來的道路上越走越好！



校長的話

校長 馬慧茹

本學年 (2024-2025年) 十分感謝家長教師會舉辦豐富而精彩的活動。

為了照顧家長及學生的精神健康，家長教師會共舉辦了7次家長及親子精神健康活動：「抗壓親子瑜伽體驗及講座」、「正向情緒與子女同行」家長講座、「伸展運動工作坊及講座」、「舒緩精神壓力香薰工作坊及講座」、「禪繞藝術減壓工作坊及講座」等等。其中不得不提的是：2025年3月15日的「舒緩精神壓力香薰工作坊及講座」，我們與11個家庭到了「錦田香Fun喜園」參加活動，一起認識香薰治療和有機種植的知識，並調製無酒精香薰噴霧，享受親子互動的樂趣。不過，當天天氣十分不穩定，在活動期間風雲變色，我們一起擠到接待機構的村屋中，等候雨勢稍停，才能乘車回程。當時家長們巧妙地利用膠布料充當特大雨傘，一起齊步同行到候車位置。那一刻，我成家長及師生一起發揮最強的團隊精神，所有老師和家庭都安全上車，愉快地回程。

另一個大型活動是2025年4月13日舉行親子旅行，其中一個活動為「蝦膏製作工作坊」，了解香港非物質文化遺產的價值。絕大部分的家庭都表示能從是次活動中認識香港非物質文化遺產——蝦膏製作技藝、傳統漁村風貌及體驗傳統漁村文化。透過旅行，親子歡樂中也認識到國家安全。

在此，我要特別感謝家長教師會主席李藹欣女士及兩位家委鄺昕微女士和曹君女士，她們的子女都是應屆中六畢業生，家委與學校老師一起同行，互勵互助，就是一個大家庭。她們子女的畢業也掀起了我們的不捨。

再次衷心感謝聖芳濟各書院家長教師會各委員及老師多年來的努力和付出，擔任家校之橋樑，促進家校合作。主祐各位！



聖芳濟各書院家長教師會
新界粉嶺欣盛里壹號 電話：2677 9702 / 2677 9709

2024-2025第三十屆執行委員名單

教師委員

教師姓名	職位
馬慧茹校長	副主席
林秀芬副校長	顧問
林麗霞老師	負責老師/文康
林紫奇老師	文書
古柏龍老師	文康
梁文冠老師	總務
林海浩老師	總務
戴嘉誠老師	聯絡
李芷晴老師	聯絡

家長委員

家長姓名	職位	學生姓名	班別
李藹欣女士	主席	萬鎂詩	6D
鄺昕微女士	副主席	葉子鈴	6D
馮美琳女士	司庫	黃永遠	4E
邱曉先生	聯絡	邱比翼	3A
吳汝欣女士	聯絡	唐梓淇	1C
葉玉芬女士	聯絡	袁敏聰	3B
曹君女士	文康	梁穎婷	6C
陳子南先生	總務	陳蔚賢	1C
麥建成先生	總務	麥浚軒	3E
吳麗霞女士	總務	李曉丹	4B

家長聚餐

本會於2024年9月21日舉行家長聚餐，內容包括認識傳統飲茶及中國點心文化的活動。家長與校長、現任家長委員及各候選委員共聚，共享午膳，藉此機會互相認識，交流溝通。



家長教師會周年大會暨執行委員會選舉



家長教師會周年大會暨第三十屆執行委員會選舉於2024年10月26日完成，並選出了第三十屆家長教師會執行委員。



敬師日

香港特別行政區政府於1997年將每年9月10日定名為「敬師日」，與內地的「教師節」同步。本校亦於2024年9月6日當天舉辦「敬師日」活動，由家長教師會委員作為家長代表，送贈禮物予老師，期望在學期伊始，即憑藉慶祝這個節日，提醒教師和學生「敬師愛生」的精神，以弘揚師道，讓師生建立彼此互信互愛的教與學環境。



家長也敬師

為發揚我國尊師重道的優良傳統文化，及為莘莘學子樹立一個良好的敬師榜樣，教育局、家庭與學校合作事宜委員會、香港教育城及星島日報於2024/2025學年繼續合辦「家長也敬師」運動，讓家長藉「敬師卡」向教導他們子女的老師致以衷心謝意。



中一資訊日

本校於2024年11月30日舉行升中資訊日，家長教師會設置攤位，向來賓介紹學校，以及解答疑難。



親子旅行

家長教師會於2025年4月13日舉行親子旅行，當日行程包括：參觀青馬大橋觀景台、遊覽大澳、參觀咸魚工場、蝦膏製作工作坊，更共晉自助午餐，共享美好的親子時光及了解香港非物質文化遺產的價值。所有家庭都樂也融融，享受了一天美好的親子時光。



愛的花語：親子心連深工作坊

家長教師會於2025年5月10日聯同與融合教育組合辦「愛的花語：親子心連深工作坊」，讓家長與學生重新感受生命之間的連繫與交流，體驗「心連深」（「彼此關心」、「互相連繫」和「加深快樂感」）的感覺。活動內容包括：鮮花花藝創作、捲紙花相架製作、拍攝即影即有照片、填寫心意卡及互贈禮物。家長在導師指導下親手製作相架，而子女則進行鮮花花藝創作。完成後，由子女將親手製作的花束連同親手寫下感謝字句的心意卡送給家長，工作人員以即影即有相機為他們拍下合照，紀錄這珍貴的時刻，並將此相片放於家長親手製作的相架內，讓家長及學生感到溫暖及彼此的關懷，加深親子關係。



紓緩精神壓力香薰工作坊及講座

家長教師會於2025年3月15日舉辦「紓緩精神壓力香薰工作坊及講座」，由國際認可香薰治療師帶領參加者認識香薰治療和有機種植的知識，一起收割時令植物，調製無酒精香薰噴霧，並讓家長和子女一起享受親子互動的樂趣。



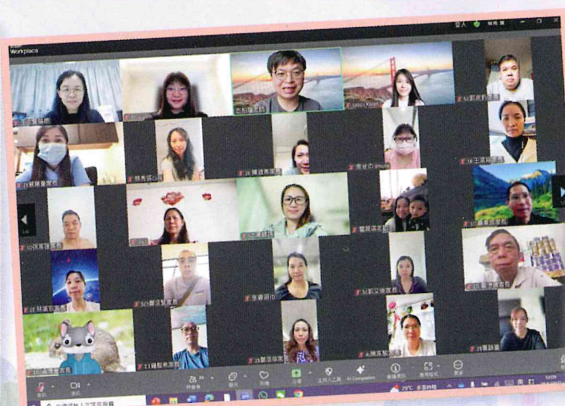
禪繞藝術減壓工作坊及講座

家長教師會於2025年5月9日聯同價值教育及中國文化科合辦關注精神健康活動系列：禪繞藝術減壓工作坊及講座，活動主題為「仁愛」和「愛德」。透過學習「禪繞」在杯墊上繪畫出圖案，並在過程中複習練習圖案，增加專注力及學會靜心，讓家長和學生能增加正面積極的人生態度。活動後，為每位學生贈送朱古力，以示欣賞及獎勵；另送上茶包，讓學生回家後給父母泡茶，把愛帶回家與家人分享。



關注精神健康活動系列：「如何有效處理子女情緒問題」網上家長講座

在這個瞬息萬變的時代，孩子們面對的壓力與挑戰與日俱增，情緒問題已成為許多家庭的關注焦點。有見及此，家長教師會與融合教育組於2025年6月28日合辦網上家長講座，透過講座提供實用的策略與技巧，幫助家長理解與支持子女，促進他們的情緒健康。



關注精神健康活動系列

家長教師會非常關注家長及學生的精神健康，特別於本學年舉辦了一系列「關注精神健康活動」，期望能提升家長及學生的身心靈健康，舒緩精神壓力。

抗壓親子瑜伽體驗及講座

本會聯同健康管理與社會關懷科於2024年11月30日舉辦抗壓親子瑜伽體驗及講座。在活動中，治療師會分享與表達藝術治療概念相關的親子技巧，並透過體驗不同的藝術媒介（例如：身體動作、說故事、藝術創作）的親子活動，讓家長和學生一起享受親子的互動和樂趣，從而促進親子溝通及關係。



正向情緒與子女同行家長講座



本會於2025年1月11日（星期六）家長日當天，與融合教育組合辦親子教育講座，講題為「正向情緒與子女同行」。



伸展運動工作坊及講座

家長教師會於2025年1月18日為各家長舉辦「伸展運動體驗及講座」，藉著簡單的伸展運動，改善身體靈活性、減輕肌肉緊張、預防痛症，並促進整體健康。



家長心聲



此刻，在風景如畫的九寨溝寫下心裡話。匆匆六年時光，轉眼純真少年們已然長大，在各自擅長的領域發展學習、考取心儀的高校。這六年，師生家長一起經歷了一些挑戰，相信這些經歷已經轉化為寶貴的經驗及能力，讓孩子在將來的人生路上不畏艱難，勇往直前，腳踏實地的去實現人生夢想！

感謝學校給予我機會，在這六年間參與到學校家委會的事務，與優秀、盡責的校長老師們，以及充滿愛心、無私付出的家長們一起共事，舉辦多元化活動，舒緩身心壓力、增進家庭成員情感、提昇能力，留下了無數的歡樂與感動……

我們學校的家校互動，和諧共進，贏得了教育界以及其他院校師生的稱讚與羨慕，衷心希望更多的家長積極參與家委會的工作，為我們的孩子創造更加美好的身心發展空間。

最後，再次含淚衷心感謝校長、老師們為孩子們的用心付出，心中有萬分不捨，化作祝福：

祝願學校：江山代有人才出，各領風騷數百年！

祝願校長、老師們：歲歲安康，笑顏如花，桃李遍天下！

祝願學子們：勇敢追夢，學有所成，夢想成真！

副主席 鄺昕微 (6D葉子鈴)



光陰似箭，歲月如梭，我在家教會這個大家庭已有好多個年頭。

此時此刻此景，已不在是以前的模樣，當年的孩子如今成長成文質彬彬、風度翩翩、亭亭玉立的少年少女。感恩光陰的陪伴，歲月的同行，感謝老師們的教導，也謝謝孩子們童真善良純潔的心，反而讓我獲益良多。

我也非常感謝家教會這個平台，讓我們有機會彼此學習，學習怎樣引導我們的孩子行當行的道，走當走的路。

司庫 馮美琳 (4E黃永遠)



勝天賦者勤奮也

今年有幸加入聖芳濟各書院的大家庭，有幸加入家教會及擔任家長校董。為了更快融入角色，前年我參加了5節家教會課程，今年參與了6個校董培訓課程，一切都為盡快投入角色。

過去一年，接觸到馬校長、家教會老師及家長、校董會以及教區培訓課程的講者。大家目標一致，只希望把教育學生的使命做得更好，為學生構建更好的學習環境及尋找最佳的升學出路。

我們各個持份者，都向著更佳、更強、更優的目標奮進。希望在馬校長的帶領下，我們的學生能閃耀著自信的目光，及堅定不移的笑容！揮灑青春的汗水，為自己奮發向上！

總務 陳子南 (1C陳蔚賢)



光陰似箭，我在家教會已有3個年頭，使我獲益良多。學校舉辦很多相關的活動，培養學生積極樂觀的態度，讓學生好好裝備自己，迎接未來的挑戰。同時，亦能讓家長更了解學生在學校的表現。我會繼續參與家教會工作，為學校出一分力。謝謝！

總務 麥建成 (3E麥浚軒)



感謝學校及各位家長的信任和支持，讓我有幸成為家委的一份子，令我有機會加深瞭解學校的發展動向，深切體會到校長和老師們無私的奉獻、不辭勞苦地為同學們爭取資源改善學習環境，並舉辦很多與生涯規劃相關的活動，務求讓同學們能預早定下目標，為將來作好準備。學校又為同學們尋找合適的平台和機會，讓他們發展所長，建立自信。

隨著時代的轉變，同學們將會面對更多的挑戰。祈願所有同學們在校長和各位老師的帶領下，能夠發光發亮，展翅高飛。

總務 吳麗霞 (4B李曉丹)



感恩得到學校及家長的信任，令我能夠加入家教會這個大家庭。很榮幸可以擔任家委一職，以家委的身份去參加不同活動，從而協助推廣學校，以及成為各家長及同學與學校溝通的橋樑。

每一次的活動都讓我獲益良多，也樂在其中。參與各項活動，令我更清楚學校的政策及方針，更令我感受到校長及各位老師對學生的關愛，讓孩子能夠在一個充滿愛的地方成長及學習。

我會繼續盡力做好家委的工作，盡力配合學校各方面的發展，亦鼓勵各位家長可多參與家教會舉辦的活動，令大家更加了解學校及家教會，從而發揮家校合作的精神。

最後，祝大家的孩子能夠健康茁壯成長，在不同的領域都能發光發亮。

聯絡 吳汝欣 (1C唐梓淇)



彈指一揮間，已經參加了兩屆中六的畢業典禮，孩子也將迎來中三的TSA及第三學期考試。

回首我在家委這個崗位上，一年來親自參與組織過的每一項活動，一切都歷歷在目：關注家長孩子的精神健康系列講座、舒緩壓力系列活動、親子中華廚藝比賽、親子旅行……這些活動都讓我印象深刻，感悟良多！在與孩子們的陪伴中，感悟到成長的煩惱與快樂；在與家長們的交流中，感悟到深沉的期望與焦慮；在與老師們的互動中，感悟到悉心的教誨與關懷。同時，對家教會作為家庭與學校之間、學生與老師之間的橋樑紐帶作用的重要性，有更深的認識與體會。

所以，在接下來的工作中，我會更加努力地做到最好，用行動篤行「進德修業，敬主愛人，和平美善，芳濟精神」。

聯絡 邱曉 (3A邱比翼)



我很榮幸能夠繼續成為家委，擔任聯絡一職，與一班為學校盡心盡力的老師和家委共事，彼此衷誠合作，發揮家校合作精神。多謝學校每年舉辦不同活動，讓學生能健康快樂地學習及成長。同時，這些寶貴的經驗也讓我獲益良多，與學校及家長共同合作，建立一個充滿愛的校園，在此感謝校長、各位老師及家長的無私付出！

聯絡 葉玉芬 (3B袁敏聰)



感謝學校和家長的支持和信任，讓我加入家教會這個大家庭，為學校發展出一分力。

家教會舉辦了各項豐富的活動，使我獲益良多，受益匪淺，讓我明白到孩子的全面發展需要家校共同努力。為了讓孩子健康快樂的成長，培養積極樂觀的態度，我會繼續竭盡所能，全力配合學校的發展，和大家共同努力，做好家教會的工作。

文康 曹君 (6C梁穎婷)

