



文德家書



2024-2025

第三期



學校Instagram帳戶





目錄

校長的話	----- 3
金禧校友會 主席的話	----- 5
文德慶新春	----- 9
55週年校慶彌撒	----- 12
中六祈禱會 及 自修室開放	----- 15
精神健康周	----- 23
科學及科技周	----- 25
行業介紹展	----- 28
活動剪影	----- 31
同學專訪	----- 36
老師專訪 - 王漢堅老師 及 精神健康專題	----- 43
佳作共享	----- 48
同學獲獎消息	----- 60

校長的話



各位家長、友校校長、校友及同學：

走過香港短暫的寒冬，陽光明媚的春天使人份外舒暢，心神直往外面飄；而即將來臨的夏天，炎熱的天氣又會令人昏昏欲睡，難怪某打油詩說道「春天不是讀書天，夏日炎炎正好眠」！

我們以甚麼來克服環境或其他誘惑對我們的影響？除了意志力，還有價值觀！如果你認為「讀書」的機會很珍貴，那你又怎麼捨得在該讀書的時間「夢會周公」呢？

讀書的機會何其珍貴！

早期貧苦人家的孩子大多沒有讀書的機會，年紀小小就要做童工賺錢以幫補家計。我校當初就是為了照顧徙置新區適齡學童的需要，由丁立人神父及司徒克神父於1970年建立。而香港於1971年才開始推行「6年免費教育」，1978年進一步改為「9年免費教育」，到了2007年才落實「12年免費教育」，讓本地學生完成高中課程，人人都有考大學的機會。

今時今日的香港，同學們可以安坐課室內，享用各種校舍設施、電子設備，得到老師的教導，課後有不同類型的活動，讓大家發掘潛能、舒展身心，這一切，難道不值得感恩嗎？正如上次所說的：感恩不是道謝而已，而是要加以珍惜和善用。

珍惜讀書的機會，採取主導權，主動完成該做的事，不但學到更多知識，也是自我歷練、提升意志力的良機；若被動地等父母、師長來催促，不情不願，馬虎了事，那就是一件無所進益的苦事了！



校長的話



龍應台在《親愛的安德烈》記下與兒子的一場對話：「孩子，我要求你讀書用功，不是因為我要你跟別人比成績，而是因為，我希望你將來會擁有選擇的權利，選擇有意義、有時間的工作，而不是被迫謀生。當你的工作在你心中有意義，你就有成就感。當你的工作給你時間，不剝奪你的生活，你就有尊嚴。成就感和尊嚴，給你快樂。」擁有選擇權，活得有尊嚴，滿足而快樂——相信所有父母、師長都會對你們有這樣的期許！現在你們擁有讀書的權利、資源，去成就更好的自己、更好的未來，難道不值得感恩嗎？

推遲享樂，主動學習，盡力而為；有了充足的準備，日後在面對難關、面對公開試時，你必能充滿自信地說：「搏盡無悔！」

最後，謹以《漢書·項籍傳》的一句話作結：

「先發制人，後發制於人。」

與大家共勉！



金禧校友會 主席的話



尊敬的校長、各位老師、各位校友、各位同學：

本人是第二屆聖文德書院金禧校友會主席任敬賢。很榮幸能夠代表校友會於《文德家書》與大家見面，先容許我簡單介紹一下有關金禧校友會的背景。

金禧校友會於2022年成立，由一眾剛畢業投身社會的校友組成，本會宗旨是維繫和加強聖文德書院校友之間的聯繫與友誼，以及促進母校與本會之間的良好關係，協助母校的發展。本會於近年致力與母校合作，期望可以擔任校友與校方的橋樑，令一眾校友於畢業後仍能與校方保持聯繫，了解母校最新發展之餘亦能回饋母校。

早前校友會與校方合作，舉辦了不同活動連結校友與一眾師弟師妹。例如於去年11月至12月與校友聯絡組合作共舉辦了三場職場實習體驗，由咖啡師校友作指導，讓同學可以體驗職場環境，吸收經驗之餘亦能提升待人接物的技巧和自信。除此之外，校友會亦於去年12月與學校學風組合作舉辦由校友擔任導師的韓式蛋糕製作班，讓同學學習烘焙蛋糕技巧之外，校友亦同時分享其創業心得及相關經驗，令同學可以了解畢業後不同的發展路向，而畢業校友亦能與師弟師妹及母校保持聯繫。



除了以上的活動之外，每年第一個月的第三個星期六，是我們聖文德書院的校友日。於今年1月18日的校友日，校友會除了向一眾校友匯報來年活動計劃之外，同時亦舉辦了校友足球、籃球錦標賽及燒烤活動供一眾校友報名參與。當中燒烤活動深受校友歡迎，由校友會及校方準備食物、燒烤爐及燒烤叉等，讓校友們可以聚首一堂，閒聊近況之餘，亦能在母校這個見證我們成長、別具意義的地方燒烤，分享食物、笑談往事，共渡了一個難忘的晚上。

由於金禧校友會成立不久，目前尚在起步階段，能順利舉辦一眾活動實在有賴一眾熱心校友及校方的支持。期望接下來可以有更多畢業校友參與校友會的活動，令我們可以保持與母校的連結！



一眾校友回校參與55周年燒烤活動

校友教導同學製作蛋糕



管樂團校友演出



籃球友誼賽



足球友誼賽



文德慶新春



本年度適逢聖文德書院創校55周年校慶，為慶祝新年，本校在5/2(三)早上舉辦文德慶新春活動，由廖智佳老師連同舊生莫英鎮舞獅，由1A鄭梓謙、2B黃俊稀、3A曹文健、4A孔祥聞康以及5A尹崇義同學飾演財神，3A杜駿耀同學飾演大頭佛，為學校師生送上祝福！

舞獅是中國民間傳統的喜慶吉祥物，意味帶來吉祥與祝福。今次舞的獅乃金色，外形威武神氣，「獅」象徵吉祥，預示著好運的到來，亦有避邪之用。校長主持簡單而隆重的儀式點醒祥獅，寓意著新一年的開始，醒獅隨即繞場一周，將祝福送給聖文德書院的學生，現場氣氛熱烈，同學都十分興奮，期待與醒獅見面。

接著醒獅上台採青，越爬越高，此舉寓意學生的成績步步高升，聖文德書院排名節節上升。文憑試將至，預祝中六同學在公開試考獲佳績，金榜題名，大展鴻圖！

最後瑞獅將得到的才氣同福氣拋出，拋出「人人入大學」的祝福，送給在場每一位的同學，祝願各位蛇年大吉！心想事成，人人入大學！





文德舞獅賀新春同學感想



3A許瑋心：

從沒想到熱鬧的新年氣氛竟能帶進校園，今年學校舉辦的「文德舞獅賀新春」活動，讓我們感受到傳統節日喜氣洋洋的感覺，每個同學都因這個意外之喜，在臉上掛上了笑容，希望我們也能夠像舞獅表演最後的祝福般「人人入大學」，向自己的目標前進。



3A陳穎琳：

在文德舞獅賀新春的活動中，我覺得非常新穎，在學校中可以看到精彩的舞獅表演，在新的一年里可以獲得學校的祝福，而我最深刻的是「人人入大學」希望這個目標真的可以做到。



55週年校慶彌撒



為慶祝聖文德書院成立55周年，全體師生在1月24日於聖文德堂舉行隆重的校慶彌撒。學校十分榮幸邀請夏志誠輔理主教主禮，陳滿鴻神父、蔡俊源神父、及楊博言神父襄禮。在彌撒中主教帶領師生及嘉賓一起祈禱，同學們專心聆聽神父的講道，表達了對學校55周年的感恩之情，以及對未來的美好祝福。

回顧往昔，55年前，司徒克神父應天主的召喚，從美國來到慈雲山創立了聖文德書院，將天主的愛傳遞給我們。如今，我們在此共聚一堂，共同參與彌撒，這一切皆是天主的恩典。正是祂的引導與庇佑，使我們的學校、教師與學生得以成長，並以喜樂和感恩的心分享天主多年來對學校的眷顧，為祂美好恩賜作見證。

本次55周年校慶的主題為「承載主愛，感恩滿懷」，我們將懷抱天主的愛與恩寵，不忘初心，堅守育人使命，培養謙遜智慧的文德人，並將他們奉獻給天主，為主作證。









中六祈禱會 及 自修室開放

2月26日是中六同學文憑試前的最後上課天，為了給他們送上祝福和鼓勵，我校特地安排了中六祈禱會。透過歌聲、校監和校長的分享，以及專誠邀請陳神父為他們一一覆手祝福，讓中六同學感受天父的護祐，滿懷自信地赴考，再創佳績。各班代表亦透過照片回顧多年來在聖文德書院的美好時光，並表達對學校及班主任們的感恩之情，場面溫馨。



校長及校監訓勉





同學排隊接受
神父覆手祝福



6A班向班主任林建庭老師贈送紀念品



6B班向班主任羅子樂老師
致送紀念品



6C班向班主任徐建邦老師
致送紀念品



6D班向班主任羅漪琪老師
致送紀念品



6D班向校監與校長贈送紀念品



學校為每位同學準備了印有同學名字的原子筆和筆記簿，並由校長親自送上，象徵著學校、校長、老師的心中，亦有著每一位。



校長親自贈送學生紀念品



在此刊登祈禱會中由上屆學生會主席6A班鄒演城同學的致辭，為各位中六同學加油打氣！



陳神父、劉校監、羅校長，各位同學，大家好！我是6A班鄒演城，很高興今天有機會跟大家說幾句話。

時光飛逝，我們在學校已經有六年時間，感謝學校為我們提供了優良的學習環境，讓我們能夠茁壯成長。我們在此找到了知己好友，見到了會留在我們記憶一輩子的事情。我同時感謝校長總對學生的需求有着細緻入微的觀察，領導學校變得更好，致力讓學校成為我們的第二個家；更要感謝每一位老師的辛勤栽培與無私幫助，你們的教導不僅傳授知識，更點亮了我們的人生方向。沒有你們的付出，就沒有今天的我們。

過了今天便開始study leave，這是一個既期待但又壓力大的時候。期待的是我們終於可以脫離課堂的框框，自由安排時間；大壓力的是代表考試就在眼前，每一秒都好像在提醒我們要抓緊時間進行複習。Study leave其實是一個很珍貴的時刻。這段時間不是用來讓我們偷懶的，而是給我們一段時間，去證明自己的努力和能力，能帶自己走到多遠。考試成績當然重要，但更重要的是，這段日子可以讓我們學會如何管理自己，如何在壓力下找到平衡，如何為自己的目標全力以赴。

我知道，溫習的過程真的很枯燥，課本翻來翻去還是那一頁，筆記寫到手酸，腦袋卻還是霧濛濛的。但請你們記住，每一次你翻開書本，每一次你把一個概念弄清，都等如你在向目標靠近。這些努力，可能現在看不出多大的效果，但到了考場上，到了未來某一天，你必會感謝今天拼命的自己。

只有不斷的努力才會成功。我們每一個人都是自己的將軍。現在，請拿起筆、翻開書，帶著信心去拼吧！我相信我們一起可以做到最好！

謝謝大家，祝大家溫習順利，考試加油！

各班的班會主席亦有數句勉勵話語向各班同學分享：



6A 劉欣瑜

不知不覺就接近開考日，而家快要來到最後一關，各位心情一定會很複雜、擔憂和害怕，但是要相信自己！DSE並非終點，反而是一個起點，考完之後，便能做自己想做的事，無論結果如何，最緊要是盡力，無悔便可！祝各位考試順順利利，加油✻

6B 黃韋智

6B的同學們，回顧這6年，我們一起經歷了許多難忘的時刻，定能在這關鍵時刻發揮所長，揚帆起航，乘風破浪，譜寫人生新篇章。讓我們共同努力，為自己的未來譜寫輝煌。相信我們必能勝利而歸！



6C 蕭朗祺

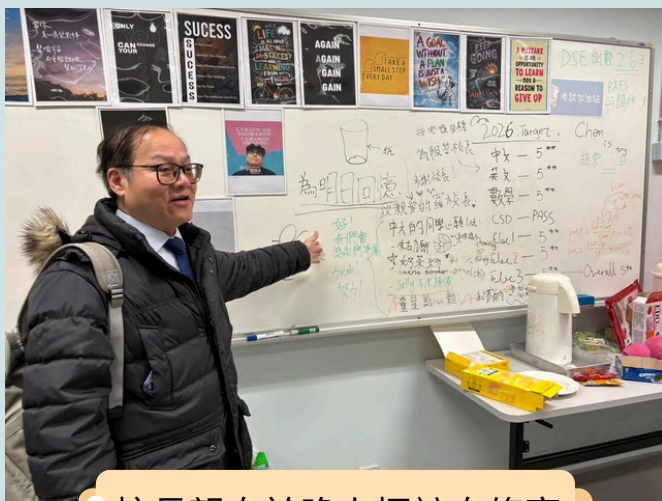
親愛的6C班同學們，恭喜你們畢業了！這不僅是結束，更是人生旅程的新起點。希望你們在未來的日子裡，勇敢追尋自己的夢想，探索屬於自己的方向。無論遇到什麼挑戰，都要保持積極的心態，珍惜每一天的美好，讓生活充滿歡笑和成就感。相信你們的潛力無限，期待你們在未來展現精彩，加油！每一步都是成長的機會，勇敢前行，創造屬於自己的輝煌！



6D 陳靖鏘

時光匆匆，畢業在即。榮幸可以與大家相遇，共同經歷種種無法細數，但盡在心中。無論是舉著印有大家手印及簽名的旗在風中揮舞、還是為大家頒發榮譽證書，抑或是共同見證陳老師變身粉紅豹，皆是心中難忘回憶。願此去繁花似錦，再逢依舊如故，祝同學們皆能成功取得心儀的成績。

此外，學校亦開放自修室，為中六同學提供寧靜、舒適的溫習環境；更聯同家長教師會撥款提供小食和熱飲，為中六同學加油！讓他們在勤奮溫習之餘，可以稍事休息，舒緩壓力，並感受到師長及家長對他們的關愛和支持。



● 校長親自於晚上探訪自修室



掛於自修室的「人人入大學」勉勵句子



同學氣勢如虹！



健康精神周



輔導組於3月3日至10日舉辦了精神健康周，幫助學生減輕心理壓力，並提高他們對心理健康重要性的認識。活動期間，輔導組設計了許多活動，例如舉辦減壓水拓畫工作坊、美食派發、午間攤位活動等等。同學們積極參與，在享受放鬆的時光之餘能夠更多認識精神健康與其重要性，更重要的是為他們繁忙的日常生活帶來了一絲輕鬆與愉快。活動不僅增進了同學之間的交流，還讓大家意識到心理健康對於每個人來說都至關重要。





為同學派發雪糕，
師生共樂



情緒健康講座以及
午間減壓活動



科學及科技周



我校於3月10日至14日舉辦「科學及科技周」(Science & Technology Week)，除了圖書館舉行了科學書展，生物、物理、化學以及STEAM學科亦於午膳時間舉辦攤位活動，以及共同設立「科學及科技常識問答比賽」，以開拓初中同學視野，及早探索課堂外的科學知識；科學學會亦藉著本周舉辦「認識張拉整體結構及製作」工作坊，讓初中同學感受物理的奧妙，一整星期的活動最後以香港科技大學化學及生物工程學系 黃子維教授到校為初中同學舉行「從像素到診斷：怎樣利用AI提升CHAMP顯微鏡檢測癌症效果」講座作結，當日同學更有幸目睹校長即席示範如何製作電磁炮，為「科學及科技周」劃上完滿句號。

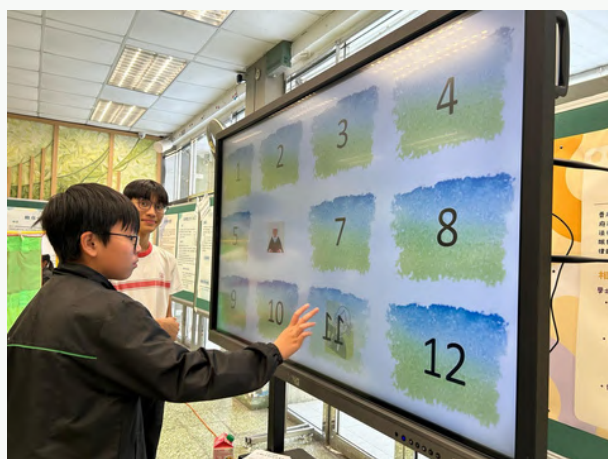
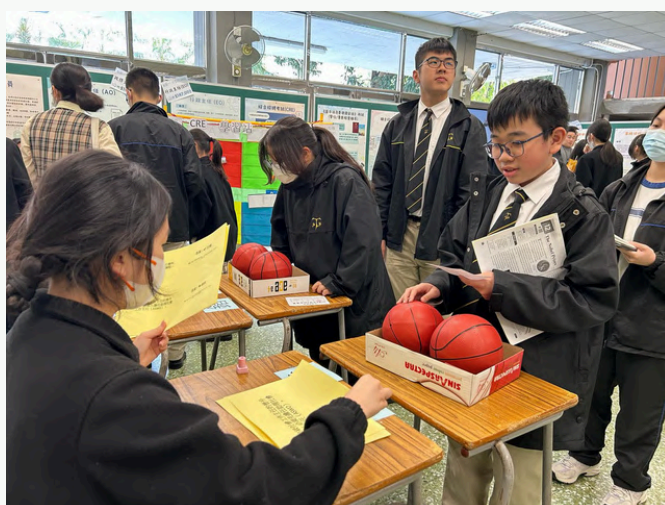




行業介紹展 - 社福、法律及政府行業



緊接著「科學及科技周」，生涯規劃組亦於3月17至21日舉辦了行業介紹展，是次介紹的行業涵蓋社福界、法律界及政府行業。在該星期內，同學能於各個展板查閱有關行業的升學資訊及工作範圍等等，亦能於午膳時間到各個攤位遊玩，從中了解不同行業；生涯規劃組更預備了不同的簡報，分別在早會直播和初中班主任節時與同學詳細分析相關行業的資訊，亦安排了在六月份前往沙田IVE參觀，以了解社工的工作技巧。





生涯規劃組特意製作的
各個社福界簡報



1. 正向減壓計劃

修讀3X及M2的中五同學相比大多數同學投入更多時間學習，以保持各科平衡，輔導組專為他們舉辦了一節正向減壓活動，學習新興運動芬蘭木棋，以舒緩學習壓力，當日活動氣氛熱烈，同學們均非常投入活動。



2. 填詞分享會

伯樂音樂學院親臨校園，為中二級同學帶來了一場別開生面的填詞分享會。當天，知名填詞人張楚翹傾囊相授，分享其填詞心得，啟發同學探索文字的魅力。學生們更可即席創作，讓嘉賓即時點評指導，增添互動趣味。同場更有學院旗下藝人載歌載舞，為活動增添熱烈氛圍，令現場氣氛高漲，精彩紛呈。



3. 興趣班

下學期的興趣班於2月份正式開始，今期興趣班內容非常廣泛，包括國術、和諧粉彩、結他、書法、篆刻，讓同學提升藝術素養，建立自信和內涵，亦有躲避盤班和健球班，切合較好動的同学的需要。



4. 中五行業分享

適逢學校附近聖母醫院正進行重建項目，學校以此為契機，邀請承建商中國建築公司的工程人員為中五同學作行業分享，同時為對工程專業有興趣的高中同學進行升學輔導，令同學於分享中認識工程管理、建築資訊模擬以及機電工程等專業，讓同學進一步裝備自己。



5. 教育局積極人生計劃

輔導組派出七位學兄學姐去馬灣參與【教育局：學生大使 - 積極人生計劃】的7小時活動日營，同學通過各種團體遊戲，反思自己於團隊裡該扮演的角色，並學會信任隊友的重要性；在繩網活動中，同學需突破自我心理障礙，克服恐懼，方能成功達至最高點，完成後，同學均立志以後亦同樣要積極面對人生各種挑戰。



6. English Field Trip to Nan Lian Garden

In March, all the S1 students went on an English field trip to the Nan Lian Garden near the school. By appreciating the architectural styles of the garden and the integration with nature, they used worksheets to learn how to write descriptive pieces. This transformed what could have been a rather dull assignment into an engaging experience that stimulated their senses and learning. Students could enjoy learning English outside the classroom!



7. 文學散步

中文學會成員在浸會大學策劃的香港文學散步中，漫步於歷史悠久的九龍城寨與宋王臺之間。同學們在導師的引領下，透過實地考察與文學作品的對話，漫遊在歷史長河與文學的海洋中。



8. 香港故宮博物館參觀

中文組帶領中一全級同學到訪香港故宮博物館，親身觀察珍寶文物，探索華夏文明。學生歎為觀止，受益匪淺，可謂「博古通今」。此行寓教於樂，傳承文化，實乃「薪火相傳」之舉也。



9. 方濟之友聚會

方濟之友在三月份舉行了兩次聚會，其中一次更邀請了蔡神父共聚，同學們非常投入，積極與神父交流，並與神父相約日後打籃球！另一次聚會的主題為「禧年」，透過活動讓初中同學認識天主教信仰，同學們積極參與有獎問答遊戲，反應熱烈。



10. 長者中心考察活動

社會服務團早前到區內長者中心進行考察活動以及服務前演練，學習社工們為長者服務時所需的技巧，感受當中的細節，培育社區關懷。



我們都知道學習語文的重要性，但如何才能學好語文呢？兩位學生大使2B班胡皓軒同學和3D班戴君瑤同學訪問了兩位中文科全級第一的同學——2B班的李清如和4A班的周振瑗，探討中文學習的技巧和方法。



胡皓軒：李同學你好，你於中文科取得優異的成績，可以分享你平時會花多少時間溫習中文嗎？

李清如：每天回家後，我會溫習當天學到的中文知識，通常需要一至兩小時。



胡皓軒：你喜歡閱讀嗎？你平時會多花少時間閱讀？

李清如：我喜歡閱讀，有空時我就會看書。我平時會閱讀經典書籍，以提升自己的文筆和語言能力。

胡皓軒：你經常看書，你認為閱讀可以提升寫作能力嗎？

李清如：我認為閱讀對提升寫作能力非常重要。如果想要在寫作上有所進步，可以借鑑一些優秀的文章，分析它們的結構，然後用相似的結構來寫出自己的內容，並進行反覆練習。

胡皓軒：可以分享一下你喜愛的書籍嗎？

李清如：《恰同學少年》是我非常喜歡的一本書。這本書中有許多值得深思的地方，閱讀過程中我學到了很多新詞彙，對我的語文能力提升幫助很大。

胡皓軒：你認為學生能如何提升中文能力？

李清如：我認為語感是學習中文的關鍵，需要通過平時的積累來增強。例如，多閱讀文章和書籍，有助於提升閱讀理解能力。如果不經常閱讀，理解文章的內容會變得困難。此外，我建議同學們多讀時事新聞，以提高自己的理解能力。

戴君瑤：周同學你好！今天我們將探討中文學習的一些技巧和方法。你在中文學習上面有沒有獨特的學習方法或技巧？特別是在文言文，閱讀理解和寫作方面。

周振瑗：首先我認為文言文是需要不斷的去積累的，因為文言文的字詞在考試中每個篇章可能會有重複，你需要記多個意思，才能在文章當中運用出來。寫作方面就是多看書，多閱讀感興趣的書可以提升寫作方面的興趣，同時也能學習到不同作者和不同國家的寫作風格以及一些好詞好句。

戴君瑤：你是如何有效的積累詞彙和提高語言表達能力？

周振瑗：我認為多看一些採訪視頻可以提高語言表達能力，它會讓你的大腦可以更快的反應過來，精準的表達出你要說什麼。積累好詞好句方面就是可以在閱讀時進行摘抄。

戴君瑤：對於課堂筆記和課後複習，你有什麼好的方法或習慣可以跟大家分享嗎？

周振瑗：課堂筆記方面，你可以把老師所說的東西用自己的語言記下來，做一個簡短的總結，回家之後再把它整理成更詳細的筆記，這樣就可以提高這方面的學習。

戴君瑤：你如何安排每天的學習時間？中三的課程是相對比較多的，加上我有其他課外活動，星期一至五的學習時間是不足夠的。你會如何分配時間學習呢？

周振瑗：首先學習中文就是靠平時積累。我平時回家後會留一部分時間來閱讀。閱讀書籍是提升中文很重要的一個方面，並且中四需要學習的科目相對中三是比較少的，所以說時間還是能平均分配的。

學生大使專訪 - 4A 周振瑗

戴君瑤：在學習的過程中，有時候我們會分心。你是如何保持專注，克服分心和拖延的問題？

周振瑗：我覺得克服拖延最好的方法就是你對這個事情是真正有興趣的。如果你平時沒有辦法快速的進入一個學習狀態，可以儘量遮罩掉外界的一些聲音，比如說學習的時候最好就不要放音樂，這樣就不會分心去想其他的事情，就能更專注的學習。

戴君瑤：有沒有什麼特別的學習環境或能让你進入學習的狀態？

周振瑗：我習慣待在自己的房間，比如說我平時寫作業一般是需要一個安靜的環境，不會去吵雜的地方。

戴君瑤：感謝你的分享，希望大家能夠從中獲得啟發，採用這些方法來提升自己的中文學習。



Student Interviews



To help students, top English students Karena S2, Ringo S5, Lorenzo S3 & Kenmen S3 shared some useful tips & advice for better Reading, Writing, Speaking and Listening Skills



Reading

Karena: Set a daily reading routine to build a habit. Choose diverse materials, like fiction, non-fiction and articles to broaden your perspective. Taking notes helps reinforce understanding and discussing what you read with others can improve comprehension.

Ringo: Develop a habit of marking down new vocabulary items. Whether you're watching a movie, newspaper or a TV drama, you may come across some new words.

Try to note down as many of them as possible and look up their meaning. This allows you to expand your vocabulary bank, as well as being able to understand more words of passages in exams.

Lorenzo: The most important part of reading is vocabulary. Reading diverse books with many day-to-day words can greatly improve your vocabulary usage and also broaden your horizons. Additionally, phonics can massively improve the speed in which you absorb information and words. As such, phonics should be your gateway into English.

Kenmen: You could play games that show their story via text, turn the Chinese subtitles to English. You could also read the lyrics to an English song that you like with the meanings, in order to improve your vocabulary bank with entertainment you enjoy on a daily basis.

Writing

Karena: Practice writing regularly, through journals, essays or creative writing. Read well-written materials to analyse style and structure. Seek feedback from teachers to gain constructive criticism. Remember to edit and revise your work to enhance clarity and coherence.

Ringo: Watching videos can also help writing skills. No matter YouTube or Instagram, they allow us to come in contact with English more often. This helps us minimize the chances of making grammatical mistakes, as well as using various sentence patterns in writing.

Lorenzo: A major issue among students' writing is grammar, so students should make good use of their grammar books. Analysing different types of structures in articles on the Internet helps you understand the basics of writing and the appropriate format when you face different questions. Finally, ask for feedback from teachers or seniors, their advice can point out mistakes in your writing.

Kenmen: When you find new words you could always learn it and use it more in your writing. Write short stories, and share ideas with your friends too!



Speaking

Karena: Engage in conversations with friends and family to practice articulating your thoughts. Consider joining public speaking groups like Toastmasters to build confidence. Recording yourself can help, and expanding your vocabulary will enable you to express yourself more effectively.

Ringo: Make listening to podcasts a daily routine. From podcasts, we can learn various informal sentence patterns and communication skills used in speaking exams by observing the speakers' interactions. Furthermore, listening to podcasts about current events and social issues helps to generate better ideas during discussions.

Lorenzo: Communicating in English with your peers can greatly improve your speaking skills in the long run. Take small steps by adding a few English phrases into your conversation. Then you can advance to having full conversations in English. Speaking with friends in English gives less pressure and is usually less stressful, so speaking through this method will generally improve your confidence, and of course use English with your teachers too.

Kenmen: Speak to classmates, teachers or even family members who are good at English to help them improve their English too. If you're not confident enough, you could also speak with AI tools that can listen to words and have a conversation with AI.



Listening

Karena: Practice active listening by focusing fully on the speaker. Expose yourself to different accents and dialects through podcasts and films to improve comprehension. Summarizing what you hear after listening reinforces understanding, while audiobooks and podcasts offer enjoyable ways to enhance your skills.

Ringo: Listen to songs and pay attention to the lyrics. By listening to music, we can practice interpreting people's voices, especially in fast-paced songs. Moreover, we can familiarize ourselves with the pronunciation of words in different accents by listening to songs from different countries. As a result, we can easily handle listening recordings with diverse accents more easily.

Lorenzo: Phonics is the most important foundation upon which you can build. If you understand the phonics concepts, you can understand the word just by hearing them. Coupled with regularly listening through internet videos or audio books, you can get a grasp on listening in English.

Kenmen: You can watch English videos you are interested in and turn off the Chinese subtitles to let your brain absorb whatever it can, then rewind the parts you don't understand and then turn on the Chinese subtitles, so that your brain can decode the English word into Chinese for you to understand.



老師專訪 - 王漢堅老師

王老師可以自我介紹一下，讓初中的同學也更認識你嗎？

各位家長同學好，我叫王漢堅老師，加入聖文德超過20年。我任教高中經濟科以及參與學生支援、輔導的工作。

在學校工作多年，最大滿足感是什麼？

工作上最大滿足感以及感恩的是看見學校和同學一直不斷進步。多年來，學校校風以及同學在公開試的表現都持續進步，成績有目共睹，亦得到街坊家長肯定。這就是工作動力之一。學校的進步是需要校長出色的領導以及全體老師的努力，自己身為其中一份子，感到與有榮焉。現時舊生回來探訪母校，目睹學校無論在軟件和硬件方面的進步，均大感讚嘆和欣賞，這些就是最大的滿足。

你認為現時的中學生可以如何減壓？

中學生其中一個的主要壓力來源是學業。其實讀書壓力是可以透過及早規劃有效化解的。其中關鍵就是不要臨急抱佛腳，在考試的時候才溫習，肯定沒有足夠時間應付。因此同學們應該制定良好的溫習時間表，例如平時應建立恒常溫習的習慣，遇到有困難的課題，應及早請教老師，不要讓問題堆積。

另外，我認為同學也應建立健康的生活習慣，其中要點是避免沉迷電子產品，網上遊戲等。我們可以自行設定每日打機時間的上限，以騰出更多時間建立其他方面的興趣，例如做運動的興趣。

最後，同學遇到壓力，應立即尋求支援。我們學校有輔導老師、社工、心理學家等不同的專業人士支援同學。

王老師，你對我們同學有什麼期望？

首要是學好兩種語文。每年放榜，見到有部份同學因為英文或中文科未達標，而未能拿到大學入場券，均感到十分傷心。我校的同學都來自比較草根的社區，家庭支援比較薄弱。幸好學校能調動不同的資源，為同學提供全方位的支援，甚至免費請校外導師幫同學補習英文。希望同學懂得珍惜來之不易的資源，常懷感恩之心，努力學習，將來學有所成，才更有能力回報父母和社會。



賴嘉成老師 - 精神健康專題



在現代社會中，精神健康是每個人都需要關注的重要課題。我校一直致力於推動學生的全人發展，其中精神健康教育更是我們的核心關注之一。以下是本校一部分在精神健康方面的工作，希望能讓大家更了解我們的努力。



1. 精神健康週：關愛心靈，從此開始

每年，我校都會舉辦「精神健康週」，透過多元化的活動，讓師生及家長一同關注精神健康。以下是精神健康周的精彩活動：

- 早會短講：由老師及學生代表進行短講，分享如何面對壓力及保持心靈健康的小貼士，讓同學們學會正視自己的情緒。
- 減壓水拓畫工作坊：邀請教育心理學家主辦，讓學生透過繪畫釋放壓力，學習如何以創意方式表達情緒。
- 午間攤位活動及師生演唱：設有多個攤位，提供精神健康相關的資源及互動遊戲，讓同學們在輕鬆的氣氛中學習心理健康知識。學生及師生將進行現場演唱，以音樂傳遞正能量。
- 短片及展板展示：播放及展示不同類型的精神健康相關短片及展板，讓師生了解精神健康的重要性。
- 美食派發：派發爆谷、曲奇、水果及雪糕（更邀請了富豪雪糕車進入校園），讓大家在享受美食的同時，感受到校園的溫暖與關懷。
- 守門人講座：為初中及高中學生舉辦守門人講座，讓同學們學會如何識別及幫助有情緒困難的朋友。
- 動心精神健康同樂日：與海洋公園合作，舉辦一日遊活動，讓同學們在輕鬆愉快的環境中放鬆心情，增進師生及同學間的感情。



精神健康週 – 午間攤位



精神健康週 – 義工午聚

林溢欣周殷廷打氣活動



中六感恩周會

精神健康週 – 派發雪糕





精神健康週 – 水果分享日

精神健康週 – 水果分享日



55周年文德慶新春

新年活動：派發湯丸
及寫揮春



2. 4Rs正常健康約章：共建健康校園

我校是「4Rs正常健康約章」的參與學校。4Rs包括休息（Rest）、人際關係（Relationship）、放鬆（Relaxation）及抗逆力（Resilience），這四大核心價值旨在幫助學生建立健康的人際關係，提升心理韌性。我校透過校園文化及活動設計，將4Rs的理念融入學生的日常學習及生活中，讓他們學會以積極的態度面對挑戰，並與同學及師長建立和諧的關係。

3. 自主學習計劃：彈性學習，關顧情緒

我校推行自主學習計劃，旨在為學生提供彈性學習選擇，幫助他們更好地平衡學業與生活。學生如有情緒壓力或需要特別學習安排，可與家長及老師商量後向校方申請，設計適合自己的學習計劃。我們相信，學習不僅是知識的積累，更應該關注學生的心理健康。這項計劃希望能讓學生在學校生活中感受到更多支持，從而更自信地面對挑戰。

4. 醫教社同心協助計劃

我校是「醫教社同心協助先導計劃」的參與學校。這項計劃聯合學校、醫療機構及社會服務機構的力量，為有特殊需要的學生提供全方位支持。我們希望透過這項計劃，能為學生提供更全面的心理健康服務，幫助他們克服困難，健康快樂地成長。

我校特別重視學生的心理健康，並專門聘請了臨床心理學家駐校，為有心理壓力或情緒困擾的學生提供專業支援。臨床心理學家會與學校的社工、教育局的教育心理學家、學校的輔導老師及明愛駐校社工等專業人士合作，為學生提供個別的輔導服務，幫助他們處理情緒問題、解決壓力困擾，並提升心理韌性。



青少年擁抱情緒計劃 - 文德減壓營



學生大使積極人生日營

What career should I devote myself to?

Auk Pak Hin Byron 6A (1)

As graduation day approaches and I prepare to don my cap and gown, I find myself standing at a significant crossroads in my life. The question that looms large is “What career should I devote myself to after my university studies?” My thoughts increasingly gravitate towards a future in emergency medicine, a field that resonates deeply with my aspirations and values.

The idea of becoming a doctor particularly one who works in the emergency room, fills me with both purpose and excitement. Emergency medicine represents not only a career but a calling --- one that allows me to be at the forefront of patient care during some of the most critical moments of their lives. The challenges of working night shifts in a bustling emergency unit are daunting yet invigorating. The thought of responding to urgent medical situation being part of a dedicated team that saves lives is incredibly motivating.

As emergency medicine is a distinctive specialty that combines the adrenaline rush of acute medical situations with the profound opportunity to make a significant difference in patient’ s lives. Pictures of a vibrant emergency room where every second counts keep hovering over my mind. In this environment, I will be tasked with responding to a wide range of critical conditions, from traumatic injuries to life-threatening illnesses. The stakes are high and the pressure is intense, but the reward of caring for patients when they need help the most is what draws me to this field. One of the most appealing aspects of medicine is the diversity of cases encounter daily. Each shifts presents a new set of challenges, from minor injuries to complex medical emergencies. This variety not only keeps the work engaging but also enhances my learning experience. The dynamic environment of the ER demands quick thinking, adaptability, and the ability to work under pressure --- all qualities I am eager to develop.

Working in this field means continually expanding my knowledge and skills, as medicine is always evolving. I would have the opportunity to ongoing education and training, ensuring that I remain at the forefront of medical advancements. This commitment to lifelong learning is not just a requirement but a passion that drives me in the field. Ultimately, what excites the most about a career in emergency medicine is the potential to make a significant impact on individuals and communities. Being part of a team that stabilizes patients in their most vulnerable moment, is profoundly fulfilling. I envision myself not just treating symptoms but also contributing to the overall well-being of my patients, empowering them to lead a healthier life.

As I stand on the brink of graduation, contemplating my future career, the vision of becoming an emergency physical becomes clearer. The combination of excitement, challenges, and the opportunity to make a difference resonates deeply within me. Emergency medicine is not just a profession. It's a commitment to serving others during their most critical times, and I am ready to embrace that journey. Through dedication and hard work, I can foresee a future where I am not only a doctor but a vital part of the healthcare system, making a lasting impact on the lives of those I serve.

How to deal with pressure and difficulties

by Lau Pui Sing Patrick 5A (13)

Dear Editor,

Managing pressure and difficulties have always been a big lesson for human beings, especially for students who may not be mature enough to deal with these themselves. This topic is getting exponentially more attention when tragedies happen. Among all of the stress, our studies is one of the most common sources every single student spends at least half a day. Studying at school and home. An optimal level of stress and challenges allows students to work more efficiently and push for further limits, but too much pressure is detrimental to mental health. Therefore, students undoubtedly need to learn how to deal with pressure and difficulties instead of turning a blind eye to them.

To commence with, students can write a to-do-list every day. Very often, students have tons of homework and revisions waiting for them after school. Writing down everything relieves students from spending effort to memorize tasks and worry about forgetting important tasks. It also helps students take the boxes one by one, which will give them a sense of satisfactions, and encourage them to keep unlocking achievement. For instance, students can complete assignment first, then prepare for future quizzes later in the day. Once this habit is established, studying will gradually become a routine that students can confidently handle themselves.

Apart from making a list, taking little breaks between tasks is crucial. With the long list of tasks, students may feel overwhelmed and will rather rush cleaning up the list and forget about taking a break. However, students are not machines. Spending some time to step away will help refresh and recharge. The rest can be as simple as walking around or a snack break. These are already good enough to help clear the messy mind from studies and release stress.

After dealing with quantity, some tasks, for example, selecting the future study and career path are just too big and difficult to be handled by students themselves. When facing these types of difficulties, students should proactively seek for advice and support from peers, family and trusted adults as students will not be able to break it down into a task list, or have new ideas to resolve after small breaks. Asking for help does not mean failure. It is just being smart to leverage resources to move on. All in all, it is of paramount importance to deal with pressure and difficulties. Students are used to having a competitive attitude with the peers. The above small tricks may sound easy but students should always bear in mind and remind themselves consciously of doing so. It is obvious that health, including mental health is always the top priority, while students sometimes do not know and forget about how to take care of it themselves. Hope the above strategies could help each of us to have a better mind and better life.

What I want to do the most after summer break

by To Chun Yiu Lorenzo

When leaves turn from evergreen to autumn brown, I sit myself down, the hot summer sun caressing my skin, but will not last long. Trying to savour summer time is like trying to grasp sand with your hand, and in the blink of an eye, it is all gone. Over the span of the break, I pondered on the question of, what I want to dabble in after this “short” respite.

Surely the summer break may have passed quickly, but it felt one-dimensional, repetitive and boring as I have gained no new useful knowledge from it. Best thing I knew hot to do was studying and reciting. When people say after summer break usually it is a short-term goal but I would say it is perfect time to look further than now to find an answer.

After all, ‘after summer break’ is a pretty wide period to time, from the 2nd of September to the end of the universe and in that time there are a lot of wants and needs, so I narrowed it down to a year.

Perhaps it will be the same as always, seize the annual first place in my form. Although it may be a bit early, goals are meant to be set early and achieved after a period of time. No other ambition could currently burn brighter than that I’d say. But if there is anything smaller, then maybe just scoring full marks on all knowledgeable subjects during the first midterms is good enough. Or to put it more clearly, learn new knowledge and prepare for the mid-terms. I think that is what I want to do most after summer breaks.

To conclude, the thing that I want to do the most after summer break is to learn new things and get ready for the midterms. Quite an unexpected but ambitious goal if I do say to myself.

《給母校的信》

2A 馮洛迦

聖文德天主教小學嚴兆滔老師：

您好！回首往昔，我已從小學畢業了一段時間，心中不禁湧起一陣懷念與感激，而您，始終是我心中最深的感謝所在。

記得在我剛進入小學的時候，對一切都感到陌生與不安。教室裡的每一個角落都充滿著新奇，但同時也有著一種無形的壓力。當我在課堂上面對那一張張白紙，腦海中總是浮現著疑惑與不知所措。我的成績常常不盡如人意，回到家，看到父母失望的眼神，心中更是沉重。那段日子，像是烏雲籠罩著我的心靈，讓我感到無助與迷茫。

然而，您卻像一盞燈，照亮了我前行的道路。記得有一次，我在考試後郁闷地坐在教室的角落，心中充滿了沮喪。您走過來，輕輕拍了拍我的肩膀，柔聲問道：「洛迦，怎麼了？為甚麼這麼不高興？」我低下頭，無法直視您的眼睛，結結巴巴地回答：「老師，我覺得我永遠也學不好，成績一直不理想……」

您微微一笑，眼中卻閃爍著鼓勵的光芒。「每個人都有自己的步伐，不必。失敗並不是終點，而是通往成功的必經之路。你要相信自己，努力就會有收穫。」那時，您的那句話如同春風拂面，讓我感受到了一絲希望的氣息。

隨著時間的推移，我的成績逐漸有了明顯的改善。在六年級時，您更

《給母校的信》

2A 馮洛迦

是無微不至地關心著我。每一次的考試，我的成績雖然依然不理想，但您從未對我失去信心。您總是耐心地為我講解每一個難題，鼓勵我勇敢面對挑戰。有一次，我在數學課上遇到了一個難題，沮喪地說：「老師，我真的不明白，這道題目我怎麼也解不出來！」您卻微笑著說：「不要急，洛迦，讓我們一起來看。」

那一刻，我感受到您的包容與耐心，心中陡然起了學習的熱情。每當我在學習上遇到困難時，您總是會在我身邊輕聲說：「不要害怕失敗，失敗是成功的一部分。」這些話語如同充滿了力量的果實，滋潤著我渴望進取的心靈。

在您的指導下，我開始逐漸找到了學習的樂趣。每天放學後，我都會留在教室裡，向您請教問題。您耐心地解答著，偶爾還會給我分享一些學習的小技巧。您教我如何制定學習計劃，如何在學習中找到樂趣。每一次的交流都讓我感受到知識的魅力，也讓我對學習產了無限的熱愛。

當我在期末考試中取得了優異的成績時，您欣慰的微笑深刻在我心上。那一刻，我感受到的不僅是成就的喜悅，更是您辛勤付出的感銘。我對您說：「老師，謝謝您！我能有今天的成績真的多虧了您的幫助！」您只

《給母校的信》

2A 馮洛迦

輕輕拍了拍我的肩膀，笑著說：「這是你自己的努力，洛迦，你值得這一切。」

如今，在聖文德書院的生活，我依然時常回想起您教導我的每一句話。每天晨曦初露，我都曾在心中默默感謝您，是您讓我明白了努力的價值，更讓我懂得了感恩的力量。每當我在學校裡參加活動，或是與同學們一起合作時，我都會想起您對我的鼓勵，這些都成為我前進的動力。

感謝您，嚴老師，您不僅是我的老師，更是我人生中的指點明星。您的教誨如春風化雨，讓我在面對困難時不再畏懼。未來的日子，我將會繼續努力，做一個不辜負您期望的人。

祝

工作順利

學生

馮洛迦 敬上

二零二五年二月八日

《給母校的信》

3A 蕭海晴

聖博德天主教小學(蒲崗村道)

親愛的張老師：

您好！你最近好嗎？

我今年是中三了，而且結識了很多新朋友並和他們相處得很友好。雖然這次的成績一般，但希望在下學期可以在較弱的科目中取得佳績，在高中能選讀我的心儀科目！

有時候，小學的回憶像幻燈片般一幕一幕地在我的腦海裏閃現。那溫柔的聲線、大而圓的眼睛和捲起的頭髮，她正是小五和小六一直默默陪伴和支持的張老師。

首先，您教導了我如何更堅強地面對失敗。有一次，我中文寫作的分數未如理想，當時的我心想：噢！我這次退步了。我該怎麼向父母解釋呀？在我感到迷惘的時候，張老師說：「你很不容易才走到這一步，為何你會因一次失敗而被屈服呢？在我們的人生會經歷高低起伏，失敗其實並不可怕！因為它教了你如何在逆境中更堅強！」她的鼓勵讓我明白只有懷着樂觀的心態去面對失敗，在下次才會有進步。

《給母校的信》

3A 蕭海晴

然後，您也令我懂得如何說出自己的感受。以前，我是個害羞的小女孩，很少主動和同學們接觸，我的心和口像被一堵無形牆包圍。那時候的同學取笑我是個「膽小鬼」，每當我遇到困難時，張老師大聲斥責：「為甚你們會欺負同學呢？難道你們不懂站在別人的角度去思考自己的行為嗎？」到了小息，我向她說出事件的來龍去脈，便鼓勵着：「以後如果被人欺負的時候，要先說出自己心中的感受和叫老師幫忙。這樣，他們才覺得你不好惹！」聽了她的一番話，我明白了勇敢說出自己的看法才可以避免相似的事情發生。

最後，雖然我們很少機會再見面，但是您在我小學的時候總會開導我，是我最好的「人生導師」。正因為你對我的肯定和鼓勵，才會成就出今天的我，我永遠不會忘記您！

祝

生活愉快

學生

海晴上

三月十一日

《給母校的信》

4A 陳澤鋒

親愛的陳校長：

「愛、誠、真、毅」，這幾個字的力量大於您的想像！於我離位開小學後一直教導、提點着我。時時提醒着我作為「培道人」的身份與使命，雖然我已於小學畢業了一段時間，如今的我是一名聖文德書院的中四學生，我謹記「承載主愛，感恩滿懷的教導，感激您和培道所教導我的人 and 物，並感激培道對我細水長流的爱與關心。」

回首，當初我每天清早，一步一步走在回校的路上，在這處看着您正一個一個的向我們打招呼、閒閒談，在我眼中，您是十分值得敬重的校長，您不但把原本可以休閒的吃早餐的時間放棄，更是用更多的心力、精神為學生上。您對我們沒有一點不耐煩。相反地，您從來也是發自內心的熱誠和關心學生，照顧我們的需求。此外，您有一個超強的技能！您可以將所有學生的名字一一記住，甚至畢業生！您所付出和對教育的熱誠令學生感受到愛，以致我們對培道有超乎正常的愛和歸屬感，以及深深體會到你以身作則的去傳達愛與善良。您讓我們身為培道人因為您更懂得去愛、照顧人和關懷他人。而您用心的教導和關照下，不同的培道人如四葉草般，散落在不同地方，為神，為培道去表達人與人之間的愛。

如今的我，雖然成績未算標青，但因着您和培道的老師教導，令我明白到人也是一個獨立、特別個體。小時候的多元智能課令我培養了發掘自己的潛能的習慣，

《給母校的信》

4A 陳澤鋒

學校的安排不僅令我有一技之長，更令我明白到我們在神裏是特別的。

因此我未因自己的成績平平而忘記自己的價值，於母校的教育下願意接納自己的強弱項，並找出解決方法。而最重要的是，學習陳校長您於忙碌中也將所有歸於神，使祂成為我們的依靠。

「祂的話是我腳前的火燈，是我路上的光」。培道的教育者為學生點亮前路，感激您和培道給予我一個充滿愛和快樂的童年，這造就了一個個善良有愛的我們。

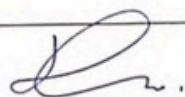
最後，衷心感謝母校提供良好的中英語課程，以致令我容易應付中學課程。感激所有老師和教職員工的付出，也請為我向譚 sir 問好。

十分有幸身為一個培道人，並會以母校的教導為人生的宗旨。
在此祝願母校一切順利，校長你身心健康！

畢業生

陳澤鋒上

三月五日



獲獎消息



The English Association of Asia - Canadian English Writing Competition 2025 Arch Cup Live Preliminary Competition

Bronze award	Lui Chu Chu	2A
	Hu Ho Hin	2B
	To Chun Yiu	3A
	Chan Cheuk Yin	4A
	Fang Jiayu	5B
	Wong Wai Tsz	5B
	Au Pak Hin	6A
Silver award	Au Yeung Hin	5A
	Lau Pui Sing Patrick	5A
	Wong On Kiu	5A

News Commentary Competition (Junior Form English Section) - Hok Yau Club.

3rd runner-up	To Chun Yiu	3A
---------------	-------------	----

Book Report Writing Competition (English Section) – Senior Forms

Outstanding Award	Chan Cheuk Yin	4A
-------------------	----------------	----

HKICPA/HKABE Joint Scholarships for BAFS (2024/25)

Yiu Yat Tung	6C
--------------	----

香港學校音樂及朗誦協會 - 第七十六屆香港學校朗誦節

組別	獎項	學生姓名	班別
詩詞獨誦 (普通話)	優良	李清如	2B
		汪子榮	1D
		孔子軒	1D
散文獨誦 (普通話)	優良	陳希彤	1D
詩詞獨誦 (粵語)	優良	梁栢熹	1D
	良好	歐政言	2D
	良好	胡皓軒	2B
二人朗誦 (粵語)	良好	冼幼璇	3A
		吳嘉欣	3A
		許瑋心	3A
		陳穎琳	3A

香港教育發展協會 - 「粵港澳大灣區正能量音樂大賽 (香港賽區)」 (中學組 S1-S4演唱組)

冠軍	劉凱晴	1A
	梁芷晴	1A
	甄泳芯	1A
	陳詩藍	1B
	蔡嘉雯	1B
	周敏兒	1B
	劉穎彤	1B
	王家豪	1C
	鄭穗穎	1D
	梁栢熹	1D
	譚穎霖	1D
	汪子榮	1D
	黃彥朗	1D
	張梓灝	2A
	梁沛賢	2A
	雷某某	2A
	戴穎喬	2A
	余采恩	2A
	蕭凱澄	2B
	鄭潼	2B
	歐政言	2D
	施幸霖	2D
	陳子苗	3A
	陳穎琳	3A
	許瑋心	3A
	施善曦	3A
	李煒基	3B
	呂汶殷	3B
	王楚盈	3B
	江樂瑤	3D
	林楚凝	3D
	黃楚悅	3D
	張雯婷	4A
	黃宇霖	4A
	李漢立	4C
	呂卓洛	5C

香港校際合唱節 2025 - 「比賽暨大師班」(中學初級組)

銀獎	劉凱晴	1A
	梁芷晴	1A
	甄泳芯	1A
	陳詩藍	1B
	蔡嘉雯	1B
	周敏兒	1B
	劉穎彤	1B
	王家豪	1C
	鄭譽穎	1D
	梁栢熹	1D
	譚穎森	1D
	汪子榮	1D
	黃彥朗	1D
	張梓灝	2A
	梁市賢	2A
	雷笑笑	2A
	鄭穎喬	2A
	余采恩	2A
	蕭凱澄	2B
	鄭童	2B
	歐政言	2D
	施幸霖	2D
	陳子苗	3A
	陳穎琳	3A
	許瑋心	3A
	施善曦	3A
	李煒基	3B
	呂汶殷	3B
	王競盈	3B
	江紫瑤	3D
	林楚凝	3D
	黃楚悅	3D
	張雯婷	4A
	黃宇霖	4A
	李漢立	4C
	呂卓洛	5C

祁良神父教育基金 - 「祁良神父獎學金」

祁良神父獎學金	黃銘濤	6D
---------	-----	----

「尤德爵士紀念基金」

高中學生獎	韋傑林	6A
-------	-----	----

2025 價值觀教育傑出學生獎 (團隊精神界別)

黃安翹	5A
-----	----

黃大仙警區 - 燃亮青少年領袖訓練計劃 Project Light 2024

優異領袖獎	黃安翹	5A
-------	-----	----



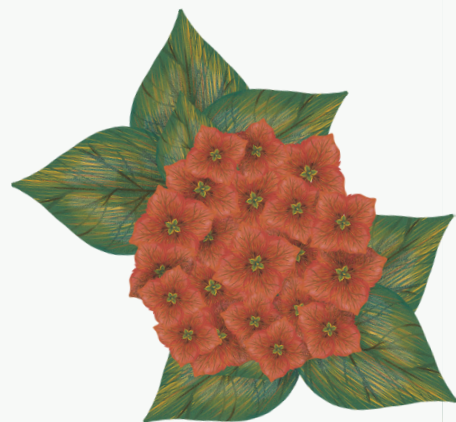
本校合唱團在眾校暨
合榮，於「比賽」中，成績
殊再，2025「中學初級組」
獲手，節「銀獎」，
外多際大令
屢對合師獲人
令



5A班黃安翹同學同時榮獲「2025價值觀教育傑出學生獎（團隊精神界別）」以及黃大仙警區舉辦「燃亮青少年領袖訓練計劃PROJECT LIGHT 2024」優異領袖獎，實屬可喜！



6A韋傑林同學榮獲「尤德爵士紀念基金」高中學生獎。



獲獎學生得獎感言



To Chun Yiu (3A) - 3rd Runner-up of 'Students' Top Ten News Election 2024 News Commentary Competition – Junior Form'

I started this competition without knowing what a news commentary was and so it allowed me to do some extensive research, to discover what was expected of me in what form of writing. After contemplating for a while, I had written my first word and it just kept going. Paragraphs were written one after another and it got my blood rushing. The statistics and words created a well-crafted news commentary ready to be delivered, which in the end got great results.



學生感言 – 2024 – 2025合唱團團長4A 劉穎琳

作為合唱團的團長，我深感責任重大。每次站在舞台上，看到團員們投入的神情，我的心中充滿了驕傲與感動。合唱不僅僅是音樂的結合，更是情感的交流與團隊的合作。在排練中，我努力引導每位成員發揮最佳表現，並鼓勵他們克服困難，提升自信心。

在每場演出前的緊張與期待中，我也學會了如何平衡壓力，保持積極的心態。合唱團就像一個大家庭，每個人都在這個過程中成長，彼此支持，共同追求音樂的美好。看到觀眾因我們的表演而感動，這份成就感無法用言語形容。這段旅程讓我更加熱愛音樂，也更深刻地理解了合作的力量。

學生感言 – 2024 – 2025合唱團成員 4A張雯婷

隨着歌聲漸大，四年間的點滴彈指而過，亦刻在我中一至中四的回憶集中。

這四年間，我們合唱團每次表演和比賽的經歷如今還印象深刻。在祈禱會和彌撒中，我們投入地獻唱不同的聖詠。而在後來兩次的比賽中我們皆獲得銀獎。比這更但重要的，是我們非常享受比賽和練習的經歷，努力為大家的合唱團貢獻一分力。

四年前的今天，我們才剛剛加入合唱團。四年後的今天，我們已經身經百戰。下一個四年的今天，願青春的歌聲常在，薪火繼續相傳！

