

協和會訊

非賣品

2024年6月

靠著基督

協和小學

家長教師

同心協力

幫助孩子

達成夢想

家教會網址：<http://itschool.heepwohcs.edu.hk/pta>

地址：九龍長沙灣東京街 18 號

電話：2111 9099

傳真：2111 9826

2023-2024 年度家長教師會周年會員大會

校園記者小蜜蜂

時間過得真快，轉眼又一年，今日是 2023 年 11 月 11 日，噢！是光棍日，此情此景，更顯得我小蜜蜂的孤獨，寫了這麼多年，每年都為大家報導協和小學（長沙灣）一年一度的家長教師會周年大會，大家可有感到厭倦？下期要邀請我的親戚上來寫文，有大蜜蜂、肥蜜蜂、小小蜜蜂和完全蜜蜂，各有不同風格，保證不會悶蛋。

話說回來，今年是家長教師會第十三屆會員大會，由於不用選舉，所以時間十分充裕，首先由家長教師會主席賴文耀先生匯報工作，原來一年過來，家教會提供了不少服務，如校服環保著、家教會旅行、參與投標等，可謂眾志成城，為校服務。由於賴主席的兒子畢業了，匯報過後，他便正式將工作移交至下一屆主席。

之後便是家長講座，由彭智華心理學家分享「培養聰明但不衝動的孩子」，你要聰明的孩子，還是不衝動的孩子？大部份家長都選不衝動的孩子，因為操行比聰明更重要。彭先生說話風趣，引證有理，贏得家長的不少掌聲，在家長的互動討論下，講座很快便完成，真是快樂的時光過得特別快。

轉眼間我小蜜蜂已在協和小學（長沙灣）寄居了十三年，體重已不小，年紀也不少，我只好拖着疲倦的身軀，慢慢地飛回老巢，口中喃喃地安慰自己：「不要緊，慢慢抖，明年再工作吧！」

家教會親子旅行

家教會主席鄺雪雯女士

親子關係是人生最重要的關係之一，然而，現代社會的忙碌生活常常使得家庭成員之間的交流變得有限，為了加強家庭的凝聚力，家教會每年都會舉行親子旅行，藉此機會與孩子共同建立美好回憶。

今年的旅行地點是元朗大棠有機生態園，園內有不同設施供小朋友玩樂，家教會特別為每家庭準備了一份心意禮物，包括：飛機、吹泡泡、濕紙巾及蚊帶，更在場地進行緊張的抽獎環節，令每位參加的小朋友都滿載而歸。

在籌備這次親子旅行讓我深刻體會到，家庭的重要性不僅在於提供物質上的支持，更在於共同創造美好的回憶，一起成長並相互扶持。我們鼓勵每個家庭能夠抽出時間，進行親子旅行，讓愛和溫暖充滿整個旅程，並為家庭帶來無盡的美好回憶。



家教會義賣活動

家教會委員張儷文女士

家教會每年在家長日都會舉辦義賣活動，活動收入將用作購買「摘星獎勵計劃」的禮物，以獎勵在各方面表現良好的學生。

義賣當天，小朋友能購買心愛的玩具，家長們亦能購買合用的家庭用品。無論成績如何，購買了優惠又合意的物品後，當為自己送上一份鼓勵和動力吧！小朋友努力溫書學習，辛苦了；家長為兒女擔憂操心，也辛苦了。大家一起繼續努力加油！

在此十分感謝家長們慷慨捐出禮物，亦十分感謝大家踴躍支持家教會義賣活動。

家長義工首次聚會

家教會委員廖健皓先生

家教會為了讓家長義工有彼此認識及增加凝聚力的機會，舉辦了家長義工訓練暨首次聚會。

感謝黎姑娘安排了手沖咖啡體驗工作坊，導師除了現場實測和講解，家長義工們亦能即場品嚐手沖咖啡，再配上委員準備的咖啡餅，為聚會增添了一份色彩。

在此再次感謝家長以行動支持學校的義務工作，加入家長義工行列。

協和幼稚園舉辦聖誕親子同樂日

家教會增選委員吳泳妍女士

叮叮噹！叮叮噹！又來到小朋友最喜歡的聖誕節了。

去年是我們第一次參與了協和幼稚園舉辦的「聖誕親子同樂日」義工活動。還記得剛剛升上小一的綽朗便以「大哥哥」的身份去協助「弟弟妹妹」做手工和玩遊戲，至今記憶依然深刻。

因為去年有著美好的回憶，所以今年我們繼續參與同樂日的義工活動。有了上年的經驗，今年我們很快便「上手」了。

同樂日為三個不同年級的小朋友分為三個時段。小朋友可一個時段內在在不同的課室參與不同的活動，例如：做手工、唱遊、故事分享和拍照區。小朋友完成活動後，還有各式各樣的扭扭氣球送贈留念。

當天早上，我們義工隊到達幼稚園與校長和負責老師互相介紹後，並去到不同的課室協助老師開始活動。

我和綽朗首先到二樓課室的影相區。一進入課室，綽朗便叫著：「嘩！這課室佈置得好美！」。這課室完全感受到老師給小朋友的愛，佈置得非常用心。當有小朋友和家長進來，我們便擔當攝影師幫助他們合照留念。在聽著聽著聖誕歌曲，我們也「玩」得很開心。然後，我們到了地下做手工的課室。綽朗協助老師派發手工物資給小朋友，亦幫忙指導小朋友如何完成。忙著忙著，整個活動很快就完結了。

我們很開心連續兩年參與了同樂日義工，很感恩在活動中學識的一切。希望來年我們可以繼續參與，一起在幸福的節日分享愛。





陸運會

家教會主席鄭雪雯女士

陸運會是學校每年一度的全校運動會，除了運動的競爭，陸運會也是一個團結友愛的場合。運動員在競技場上全力以赴，這份體育精神是栽培孩子成長的重要元素之一。

一場如此大規模的活動需要大量的工作人員及協調，感謝這次陸運會籌備和組織的老師們，以及一班家長義工協助，大家的努力，展示了家校合作的精神，讓我們經歷一次難忘的回憶之旅。



卡王爭霸戰

家教會委員劉子誠先生

卡王爭霸戰相信是每年最熱鬧的家教會活動，同學們都在比賽前夕和家人先鬥智一番，繼而更希望勝出班制選拔賽及上台和各高手鬥智鬥力！

在台上的每一位參賽者都出盡渾身解數，戰勝對方奪得冠軍寶座！在台下的同學們都熱烈打氣，爭取班代表同學勝出，場面十分興奮！

另外多謝家教會委員為了活動都準備不同的禮物，與眾同樂。

多謝老師及家長義工的參與，令這次活動能夠順利完成！最後感恩能夠一齊陪住小朋友成長！



水運會

家教會委員李淑珊女士

疫情後，第二屆水運會同樣精彩！我們又打破了一次自由泳紀錄，利害！

我發現水運會最可愛的地方是一低年級的同學都像「小水鴨」那般，一個個排好隊，跟著帶隊老師，有秩序地比賽，有時候，還會出現些「蝦碌」場面。雖然，低年班的比賽沒有高年級的緊張刺激，而且需時「較長～」，泳天泳隊的評審員通常會有額外資訊，例如：在自由泳比賽中，選手是可以游蝶、背、蛙式的，因為是「自由」泳，每每可以長知識。



聖誕節小掛飾義賣

家教會委員陳寶英女士

謝謝家長義工們到來參與小吊飾的製作，亦感謝委員們由構思採購到製作的參與。



摘星獎勵計劃

家教會委員梁翠敏女士

家教會每年都會舉辦不同的活動，包括聖誕節小掛飾，校服環保著和家教會義賣活動。透過舉辦不同嘅活動籌得所有款項都會全數作〈摘星獎勵計劃〉之用。

每當見到同學們都可以抱著心愛的禮物回家時，心裏都會感到莫名興奮，對於同學們對過去一年的付出，力求上進，不斷努力都是值得鼓勵的。

希望每個同學都可以在品行，學業，閱讀和體藝上突破自己，繼續努力，向目標進發！

在此，亦感謝一班家長義工協助，令〈摘星獎勵計劃〉繼續發光發亮。



校服環保著

家教會委員陳汶龍先生

萬眾期待的校服環保著已於3月4日完結。當日盛況空前，不少家長一早就到校排隊，傳承著一代又一代的協和精神，連剛下學期插班的家長也有參與呢。在此感謝參與準備工作的委員及義工家長，令活動能得以順利舉行。各位準備升中的小六同學，記得畢業後也能將校服捐回學校喎！



家教會室大掃除

家教會增選委員林志勁先生

在這個農曆新年前，家教會安排了一次「大掃除」，讓各委員一同起來，把我們家教會室打掃乾淨。分類好各類物件。透過大掃除活動我們更可以和委員彼此合作。

讓家教會室變得更多空間，舒適的地方讓各活動進展更輕快流暢。

謝謝大家委員參與。



協和敬師日

家教會委員張儷文女士

十分感謝協和老師諄諄教誨讓協和學生受益終生！

家教會除了為各老師送上了蜜糖和喉糖外，亦準備了一個豐富的生果籃，並送上對聯：一片丹心隨世古，千聲讚語頌師恩。

家教會還製作了一幅「彩虹敬師壁報」，把學生們的心意卡貼上，壁報上的文字和畫作比壁報上的色彩更為繽紛。看著大家毫不吝嗇地表達對老師的感恩之聲，讓作為家長的我也感動不已！

在這個屬於教師的日子裏，深深祝福您們節日快樂！

雙親節義賣

家教會增選委員林志勁先生

今年的「雙親節」終於可以回復了疫情前的義賣活動了！

母親節，我們設計了「掛住您的花語系列」掛飾小禮物，三款掛飾，代表著不同的花語。

父親節，我們除了推出「ILOVEDAD」和「SUPERDAD」電話繩外，亦設計了「HFD手繩」，取其「Happy Father's Day」的縮寫。

希望孩子們能透過這份禮物，送給父母親表達他們的愛意。在此祝願各位母親親，節日快樂！

今次是我第一年參加製作，很驚喜有很多很熱心的家長一同參與，在過程中感受到他們對自己兒女的疼愛。

在委員和義工的一同努力下，在一片歡樂和諧的氣氛下順利完成，非常感恩。

在此十分感謝各家長義工，願意騰出寶貴的時間參與這項活動。

亦十分感謝校長和各老師們對我們的信任，可讓今年的「雙親節」添加一份色彩。





家教會副主席陳寶英女士

回想返女兒小一時，我同好多家長都一樣，都希望可以看到孩子在學校的成長，開始參與學校家長義工工作。

回想返，在女兒小一入學時，參與不同的義工活動，例如量體溫，分發報紙，圖書館義工，陸運會義工，摘星獎勵計劃以及卡王爭霸戰……每次的義工工作，都令我更加了解孩子在學校的生活，都是充滿歡樂的氣氛。

還記得當年停課時在網上 zoom，因為我是全職媽媽，一日 24 小時都同小孩在一起，回想返係人生中最難忘的回憶。

還記得體育堂要在屋企上嘅時候，學校鼓勵家長同小朋友一齊參與上體育堂。呢個情況應該係絕無僅有，難得的親子體育課，亦都成為我同女兒其中一個難忘的時光。

當時老師們要轉用 zoom 教學，在此再一次謝謝協和的老師團隊，對學生們的用心教導。

上年年頭，社會逐步復常。學校由上年度的下學期回復全日制上課。學生們可以有更多的在校時光，看到孩子們在操場愉快地玩耍，學校回復疫情前嘅熱鬧。當中小食部的重開成為同學之間一大喜訊。

我既開心又不禁感慨他們被疫情偷走了多少在校的歡樂時光呢？

一個疫情可以令到全個社會以及學校停頓了，令到學生有不少改變，家長們亦都一樣。

疫情的到來，令到大家更加明白每日所發生的事並不是必然的，疫情過後令大家更加珍惜目前所擁有人與事。

女兒將於今年畢業，再一次多謝協和賜給我們的 6 年珍貴回憶。

我亦會同女兒一起畢業，離開家教會了。在此再次多謝家長義工們對學校以及家教會的支持。

祝大家身體健康，生活愉快！

家教會委員李淑珊女士

不經不覺，擔任今屆家教會委員已經一年半了。我想藉此機會向大家表達我的謝意。

這一年半的時間裡，我深深體會到了委員們的辛勤工作和奉獻精神。作為一個團隊，我們共同努力創造了一個支持和關懷的學習環境，這是我們引以為傲的成就。

當中，我們也遇到了一些挑戰，但這些挑戰使我們更加堅定地履行我的職責。我們將一如既往地代表學生、家庭和教師的利益，為我們的使命和目標努力。

我希望在接下來的時間裡，能夠與其他委員們更緊密地合作，共同推動家教會的事業。我們每個人都有獨特的才能和貢獻，我相信通過團結協作，我們可以創造更多的成就。

最後，我要再次感謝大家的支持和信任。作為一個家教會委員，我感到無比榮幸，希望下屆大家都會參與家教會活動，讓「協和人」精神延續下去。

家教會委員梁翠敏女士

轉眼間，我的女兒很快便會在協和小學（長沙灣）踏入第五個年頭……非常感恩學校每位老師悉心教育，更加開心能加入家教會，和一班委員參與學校的一些工作，大家都不分彼此積極參與，家長和孩子們的歡笑聲實在令人感動，使我更加不忘初心，希望能繼續在家教會服務。

家教會增選委員吳泳妍女士

大家好！我是 2D 班梁緯朗媽媽 Winnie，是今屆家教會的其中一名增選委員。過去兩年分別參與了家教會舉辦大大小小的活動，例如執拾摘星計劃禮物、協助親子旅行日、家長日義賣、協助陸運會、準備環保着等等……令我體會到「齊心就事成」，與各委員和各家長義工同心投入為學校做事。藉着我們的努力和付出，令到各家長和各學生能夠有著開心又美好的回憶。

在未來日子裡，希望家長們繼續支持家教會舉辦的活動，並一起發揮家校合作精神，讓學生們看見無私奉獻的力量和愛。謝謝！

家教會增選委員林志勁先生

日子一天天地過去，回顧過去 2023 年參與家教會的義工，今天是增選委員，深感我們全體教職人員對教學的熱誠和對孩子的愛心，實在令身為家長的我為感動！另外，還要感謝一群充滿熱誠並無私付出的委員和家長義工！有了你們的參與，才能令學校的各項活動得順利進行。以爾識真理和真理釋爾的態度教養孩子。在這裏，孩子們獲得優質的教育。成長上，得到愛與包容。2024 年，本人得到大家的信任，成為增選委員，實在深感榮幸，並衷心地感謝大家對家教會的支持。老師和委員是充滿活力的一群，冀望繼往開來，發揮家校之間合作的橋樑作用。每一年，家教會攜手共同創造一個優質的校園環境，為孩子們締造更美好的未來……謝謝大家

家教會委員李家昌先生

不經不覺做了家教會委員一年多，期間有不少得着。

首先認識到一班有幹勁、有活力的委員，同心協力的推行各項活動，滿足感油然而生。此外，與學校接觸多了，加深了解學校的辦學理念及政策，更易於配合學校讓教學效能充分發揮。

最重要的是推行各項活動而受惠的是我們的子女，很是欣慰。鼓勵各位加入家教會或積極參與家教會的活動，一同感受當中的喜悅。

家教會委員陳汶龍先生

好榮幸能參與家教會的工作，與一班充滿熱誠及幹勁的委員，一同籌辦各種活動。疫情終於告一段落，各種不同的活動讓我更了解小朋友的校園生活，親子間的話題變得更多更深入。祈望未來的活動，能與大家見面，一同經歷孩子們的學校生活點滴。

家教會委員莫韻雅女士

感恩，我能再次成為家教會的委員，感謝蔡校長、各位老師及家長們的支持，讓我可以繼續為大家服務。

在校園裏當義工服務的同時，我也像經歷了多一次童年，回校參與的義工活動，都是在歡樂的氣氛中渡過，我很享受在活動當中和孩子的有趣互動，還有與各家長們的互相交流。能夠陪同孩子一起成長，實在是一件非常幸福的事。

求主帶領學校和家長，深耕細作，讓協和成為孕育好種子生長的好地方。願每一張天真的孩童笑臉，都能在主的看顧庇護下，健康快樂地茁壯成長。

家教會主席鄺雪雯女士

家教會副主席陳寶英女士即將離任，在過去的任期裡，寶英給我們無私的付出及支持，使家教會在新舊傳承裡給予建議及指導。

認識寶英的日子不是很久，她需要照顧家庭並兼顧家教會的義務工作，實在是不輕易，每次她都會盡力為學校默默付出，藉此我代表家教會再次感謝寶英、前主席賴文耀先生 (Andy) 及前司庫邱小媚女士 (May)，給予本屆的支持及鼓勵，他們的領導及組織能力，使家教會充滿活力和意義，本人與眾委員們，定必將家教會的傳統承傳，繼續發揮家校合作精神，與學校及家長建立重要的溝通橋樑，促進孩子的學習成長和發展。

特別一提，今年 11 月，將會有新一屆「家教會委員選舉」期待到時有你的參與！

感謝之聲

2023-2024 年度家長教師會執行委員分工名單

職位	家長	老師 / 校長 / 職員
主席	鄺雪雯女士	/
副主席	陳寶英女士	蔡世鴻校長
司庫	張儂文女士	陳國源副校長 *
文書	李家昌先生	林嘉琪老師 *
總務	李淑珊女士	葉紹強老師 *
會籍	李淑珊女士	葉紹強老師 *
康樂	莫韻雅女士	親子旅行：黃雪鄉主任 * 試後參觀：江蓓雯老師 *
興趣	廖健皓先生	暑期活動：羅詠霞主任 *
教育成長組	梁翠敏女士	王家麗姑娘 *
出版及網頁組	劉子誠先生	吳凱琪老師 *
福利組	陳汶龍先生	林嘉琪老師 *

* 老師幕前

嘉賓會員：賴文耀先生、李寶紅女士及霍寶玉女士

增選委員：林志勁先生及吳泳妍女士

學校午膳運作



姨姨準備



食物相



午餐盒 (1-2 年級)



小記者和仔

大家知不知道學校午膳是如何運作？今日小記者和仔實地視察，同大家分享以下多個方面：

確保食物安全和衛生：

午膳供應商提供的食物需符合食品安全和衛生標準，包括食材的新鮮度、儲存和處理方式以及廚房設施的衛生狀況。

確保均衡營養：

午餐對學生的健康和學習十分重要，根據「學校午膳營養指引」午膳供應要提供給學生的食物需有多元化選擇，並採用低脂的烹調方法，例如蒸、灼、少油煎炒或烘焗。同時亦提供足夠的蛋白質、蔬菜、碳水化合物、脂肪、維生素和礦物質，確保學生營養均衡。

確保食材來源：

午膳供應商會按食物衛生指引，確保採購食材來源可靠，例如本地生產、有機食材或可持續性的選擇。

促進學生健康：

本校午膳供應商有參加「學校減鹽計劃」，希望減少學生吸收的鈉含量。午餐不僅是提供能量，還可以培養學生健康的飲食習慣，教導同學們要珍惜食物，切勿浪費，保護地球。

減廢回收在校園 廚餘再生變資源

追求品質的同時，午膳供應商竭力履行對社會和環境的責任，更是首間提倡「環保午膳」之供應商。在日常營運中，從環保採購、節能生產、廢油回收、捐贈食物、使用環保物料之餐盒、廚餘回收等都有不同措施，減低對環境造成的污染。

和仔約左同學仔一齊去食熱辣辣的午餐～～ Bye Bye!!



同學排隊取餐

添飯

親子旅行攝影比賽

高組冠軍

4B 王馨韻 - 水車轉錦鯉游開心笑



高組亞軍

4D 李梓晨 - 我和小羊



高組季軍

5D 陳焯熙 - 親近大自然向快樂出發



高組優異獎

3B 楊竣傑 - 兄弟齊齊玩賽車



高組優異獎

3D 王知珩 - 鄉間拾趣



高組優異獎

3B 何柏杰 - 振翅高飛



高組優異獎

3B 范文哲 - 友情



低組冠軍

2E 林日嵐 - 親子同樂



低組亞軍

2E 林宛平 - 第一次去燒烤



低組季軍

2D 梁綽朗 - 有一天我們會飛



低組優異獎

1A 李籽謙 - 兄妹情深郊遊去



低組優異獎

1D 吳銳陞 - 與同學們相處的開心時光



低組優異獎

1D 陳穎詩 - 迎難而上



低組優異獎

1E 李姿穎 - 親子旅行的朋友



低組優異獎

1E 胡日朗 - 在愛中成長



低組優異獎

1D 葉仲翹 - 旅遊氣泡

