



恩主教書院 VALTORTA COLLEGE

地址：香港新界大埔培賢里 Pui Yin Lane, Tai Po, New Territories, Hong Kong

電話：2656 0017 傳真：2654 6224 網址：<http://www.valtorta.edu.hk> 電郵：valtorta@valtorta.edu.hk

二零一七年七月 | 第四十二期校訊 | July 2017 | School Bulletin No.42

校長的話

「Que Sera Sera—幾大就幾大！」

近月最多朋友問我的問題是：「你退休後有什麼計劃？」雖然我的工作很忙，但我十餘年前已開始計劃退休一事，可是過去十年世界實在變化很大，當日訂立的退休計劃今日已不合時宜了。今年5月12日晚，在創校校長陳學文先生的追思會上，楊偉基副校長分享已故陳校長生平軼事時，提到他的一句口頭禪：「Que Sera Sera，幾大就幾大！」陳校長的這句話正給我未來的退休計劃一個很有深意的答案。這句句子是來至一首英文歌《Whatever Will Be, Will Be》，歌詞是這樣寫的：

When I was just a little girl,
I asked my mother,
"What will I be? Will I be pretty? Will I be rich?"
Here's what she said to me, Que Sera Sera;
Whatever will be, will be.
The future's not ours to see.
Que Sera Sera.

歌詞描述一位小女孩問了媽媽兩個很純真的問題：「我會美麗嗎？我會富有嗎？」她的媽媽給了她一個充滿智慧的回答：「我們不可以預見未來，未來是什麼就是什麼好了。不必強求，也不可強求。」真的，我們不能預見未來，退休生活是精彩還是平淡，全看自己面對生命的態度，很感謝陳校長留下充滿智慧的說話，亦非常感謝他過去二十年為恩主教書院立下基礎。退休後，我會靜下心來，梳理大半輩子的人生經歷，想想我曾接觸的人和事，我們不可以預見未來，未來是什麼就是什麼好了！幾大就幾大，豁出去吧！

我要感謝各位老師，感謝他們長年不辭勞苦的教學與付出，讓同學身心靈都能夠健康成長。每一學年，老師定期在校本教師發展日分享學習成果，例如：如何透過跨學科行動研究提升初中同學以英語學習的效能、如何推行故事寫作訓練及讓中三同學有效地運用數碼媒體，提升英文寫作能力。我最開心的就是看見老師為提升學生學習效能而持續進修，並且樂見多年來建立的持續專業發展文化在校內日漸成熟。

我也要感謝各位同學，因為出任恩主教書院校長一職，我最享受能與攝影學會同學一同為各校隊和參賽同學於比賽和活動中拍攝，讓我有機會與學生一同經歷比賽成敗得失的喜與樂。雖然每次拍照前後都要花時間執拾攝影器材，又要背負沉重的器材到場地，拍攝完結後，又要回家花上一整天揀相和調色。但這些時間都是值得花的，因為拍照能好好保留各同學緊張刺激、悲喜交雜的比賽片段。其次，在親臨場地為校隊拍攝中，我也從同學身上學習到甚麼是向著標杆出發，永不放棄！退休後，我必定懷念這些與學生一起度過的美好時光。

回顧在恩主教書院過去八年，遇上的挑戰著實不少，有時甚至感到氣餒。因為許多時社會上討論的熱門議題，例如：社會對校園驗毒爭論不休、小六人口持續下跌、大埔區中學帶頭減班、國民教育風波、教育微調語言政策等，都會為學校發展添上不少變數。在每一次失望時，我都會想起在一次退省避靜中，夏志誠主教的一句說話，他說：「對基督徒而言，耶穌給我們的救恩是白白送給我們的，我們不應事事斤斤計較，因為工作原是一份使命，生命更應該是一份奉獻。」至今，我仍時常提醒自己：只要甘心付出和施予，餘下一切都不用計較了，幾大就幾大！

最後，讓我借用蔡元雲醫生對於「生命師傅」的看法，與在校師生互勉。他說：「假如我仍要與年輕人同行，我必須不斷成長，謙卑地向他們學習，細心聆聽，明白及融入他們身處的世界，認識這世代的文化土壤。所以說，不單我是他們的師傅，他們也成了我的學習對象。」

感謝恩主教書院現任和已離任的所有老師、員工、校監、校長，在過去四十年裡不斷燃點他們生命的火。盼望恩主教書院這大家庭天天都生氣勃勃，我真誠地祝福你們！

葉德明校長



宗教及靈性培育組

新教友心聲

本年度有四位中三同學在復活節期間接受洗禮，成為天主教徒。他們由中一開始參加恩樂堂，初步接觸天主教信仰，中二正式慕道，並於中三時加入大埔聖母無玷之心堂的青年慕道班，預備領洗。

以下為他們領洗後的心聲：

成為教友不僅令我獲益良多，還讓我與天主的關係更親密。回想當初我只因為相信天主而領洗，沒想到還讓我學會了很多美德，懂得如何待人接物及克制脾氣，感覺自己成長了。我十分珍惜這個教友身分。

3A 文凱彤

領洗過後，不單使我與天主的距離拉近了，我更深深感受到天主的恩澤施加在我的身上，更感受到聖神的臨在。我願意在我的生活中，傳揚天大的愛。

3C 朱柏鳴

洗禮後，天主在我內心有了一個重要的位置，以致我在做每件事前都會想想聖經的教導；讓我的心靈更整潔，生活更充實；而且每星期上教堂祈禱的生活，更令我感謝天主。

3C 李嘉駿

當初參加慕道班是為了想更加認識天主，學習道理，讓心靈得享平安。領洗後，參加彌撒時切切實實地感到內心的平靜，感覺天主的臨在，也讓自己明白更多人生道理。

3D 陳永霖



新教友與他們的代父及代母

社會服務團

長者家居清潔服務

在4月16日早上，約20名社會服務團同學參加了由新界傷健中心主辦的長者家居清潔服務活動。同學們分成4組，每組到不同的長者家居進行服務，雖然當天義工清潔工作艱辛，但當清潔完畢後，他們十分開心。我們觀察到大部份長者皆沒有體力替自己的家居進行清潔，特別是風扇、窗及鐵閘。其中只有一、兩戶長者家居比較整潔，同學很快完成工作後便與他們談天。

經過這次服務，我們發現社會上仍有很多需要我們幫助及關心的長者，希望大家都能多關心身邊的長輩，並為社會出一分力。

5E 陳樂遙



義工協助長者清潔家居



活動大合照

傷健人士服務感想

本校社會服務團於4月8日參加由新界傷健中心舉辦的傷健人士義工服務活動。在服務前，透過培訓，我們認識了一位因意外而失去左手的傷殘人士，他那堅持不畏懼的精神，讓不完美的人生變得完整，他不但寫作出書、獲迪士尼樂園聘用為演員，克服了生活上各種大大小小的困難，更以無比的勇氣、決心去挑戰一切，而且他更擁有完美的家庭及盡力照顧年幼女兒，這點是值得我們學習的。

到了傷健人士探訪當天，服務的對象更帶給我耳目一新的感覺，他們不單是我們的服務對象，更是值得結交的朋友。他們與普通人一樣，各有所長，獨特及有個性，一樣友善和睦及容易相處，只是先天的缺陷問題，令他們生活有點不便而已。是次服務讓我感到非常滿足及感恩。

5E 陳政軒



服務當天大合照



與傷健人士一起製作復活蛋

天主教核心價值——生命

天主教會相信每個人的生命都是獨特、尊貴和有價值的。我們都是按天主的肖像而受造的。本年度宗教及靈性培育委員會選取了「生命」此天主教核心價值為學年主題，透過體驗活動，學習愛護弱小，關懷傷病，認識生命價值，把價值實踐出來，讓生命活得更豐盛，正如聖經上說「我來是為叫他們獲得生命，且獲得更豐富的生命。」(若10：10)



同學在「吾生·悟死」活動中體驗撒灰儀式



戰區90活動後的大合照

為著此主題，中五級的倫理宗教科特別安排同學參加香港紅十字會「戰區90」體驗活動，透過模擬戰區的場景，讓同學體驗在戰區中生活的人民的境況，學會尊重及保護人的生命和尊嚴。此外，利用體驗日的空間，安排部份中五級同學參加由聖雅各福群會舉辦的「吾生·悟死」生死探索體驗活動，讓同學認識死亡，由死看生，讓生命活得更有意義。

福傳周

恩主教書院福傳周 反思生命的不同面

2月27日至3月3日為本校一年一度的福傳周，今年的主題為「生命的……」。

福傳周每天皆設定一項副題，包括：「突破生命的限制」、「分享生命的喜悅」、「尋找生命的奧秘」、「作出生命的抉擇」、「擁抱生命的熱情」及「逾越生命的苦難」。透過不同的活動，讓學生反思生命不同層面的意義。



天主教同學會幹事
分享生命小故事

與非公教學生一同探求「生命」的意義

「每日一答」環節中，天主教同學會於每天早會上解答各班同學所遞交與「生命」相關的問題。藉此讓同學了解天主教對生命的看法，同時也能加深同學在信理上的知識。

另外，福傳點唱活動給予學生機會向老師或同學表達心聲和送上祝福。與此同時，也透過播放勵志歌曲，為生命打氣。

連續三年舉辦的一中一班際聖經集誦比賽，於福傳周特別課節舉行。集誦選材來自聖經《厄弗所書》4：25-32，內容是教導我們要躲避誘惑，在生活中多一份覺察。比賽結果為中一丙班獲得冠軍，而中一甲班獲得我最喜愛的演繹獎。

學習力克·胡哲 突破生命的限制

宗教科老師於福傳周的課堂上分享力克·胡哲的生命故事，讓學生知道每個生命都有它的限制，接受自己不完美的地方，發掘自己的優點和才幹，持之以恆，便能突破自身的局限。

公教老師派糖水 分享生命的喜悅

福傳周第一天放學後，公教老師於學校天井操場派發自家製椰汁芋頭西米露。輪候時，老師和學生可嘗試挑戰福傳急口令：「一年一度福傳周 分享生命樂與憂 老師糖水飲個夠 曲奇賣樂悠悠」，一同分享喜悅。



張樂天神父和社工陳敬洛先生合唱



各樓層的學生圍繞天井欣賞福傳音樂會



公教老師派糖水



老師與學生一同參與貧富宴

福傳電台 尋找生命的奧秘

星期二午膳時間的福傳電台，由天主教同學會幹事主持，透過廣播與同學分享霍金的一生，教學生明白天主早已為每個人安排祂的旨意，而生命的奧秘是需要不斷尋覓的。

克己貧富宴 作出生命的抉擇

貧富宴在星期三午膳時間舉行，當天適逢四旬期之始——聖灰瞻禮日。故不論是富餐或貧餐，食物皆為素食。活動中，學生明白生命需要作出不同的選擇，當中也包括行善的抉擇。貧富宴收取的入場費於扣除成本後，撥捐天主教四旬期運動，幫助有需要人士。

福傳音樂會 擁抱生命的熱情

星期四的福傳音樂會由學生初組成的福傳樂隊主力演出，演繹了多首與宗教信仰及生命勵志有關的歌曲。此外，也邀請了張樂天神父及學校社工陳敬洛先生一同合唱《一雙手》，鼓勵學生重拾對生命的熱情，朝着目標和理想奮鬥，令全場氣氛熾熱。

拜苦路 逾越生命的苦難

適逢四旬期，公教老師與學生於星期五放學後，假大埔聖母無玷之心堂舉行拜苦路，邀請張樂天神父主持。一同紀念耶穌基督甘願為人類踏上苦難的旅途，以尊貴的生命救贖世人。



中一丙班獲得中一班際聖經集誦比賽冠軍

學生會活動

閃避球比賽 (25/11-2/12/2016)

學生會今年舉辦了受歡迎的閃避球比賽，不少畢業班參加比賽，為他們的中學生涯增添了一份美好的回憶。



畢業班同學手足情深，
守望相助，互相扶持。



兩位同學在比賽開場爭奪發球權，真是一場精彩刺激的比賽！

四社歌唱比賽 (22/12/2016)

每年一度的歌唱比賽反應依舊熱烈，今年除了有舊生嘉賓外，更榮幸邀請到樂隊“Empty”擔任表演嘉賓，嘉賓演唱時同學們紛紛高舉雙手歡呼，將全場氣氛帶到最高點！



四社社長化身為歌唱比賽的司儀，以幽默搞笑的對白主持比賽。



眾幹事在比賽完結後大合照，其樂融融！

師生羽毛球比賽 (8/5/2017)

本年邀請不少老師一同參與其中，除了讓參賽同學與老師切磋球技，亦讓同學一睹老師在球場上的英姿。除了發掘同學在運動方面的潛力，亦讓同學更認識老師的另一面。



Lost (4/5/2017)

Lost以“逃出香港”作為基礎，增加了不同的解密元素於其中，有一定難度。但我們的同學依然突破重重困難，成功逃出！

最後，感謝各位老師、職員、同學這一年來對學生會的幫助及教導！

體育科活動

運動健兒分享

本年度我校在大埔及北區學界賽事中表現優異，當中男子乙組羽毛球隊及女子丙組籃球隊均奪得冠軍。各隊員在整學年都用心練習，付出不少時間與汗水，經過不斷的努力與堅持的態度，克服每場比賽的挑戰，取得優異的成績。以下是各隊員的感想：



我們在這一年的訓練中學到許多，不單止是技術，還有團隊合作。一個團隊，一定要團結齊心才可以成功。還要感謝教練，他在這年非常用心地教導我們，如果沒有他認真的教導，我們都不會盡心盡力地練習。最後，希望明我們升上甲組時，可以承接今年的優勢，再下一城。

4B 蔡宇軒

很高興在這學年加入羽毛球隊這個大家庭，過去一年的努力都反映在比賽之中，到這一刻仍念念不忘。在這次比賽中我學會團隊合作，由於我們參加的是團隊賽，所以並不能單靠一個人來支撐整隊。希望可以將今年羽毛球隊的精神延續下去，感染其他隊員。

4B 盧旨樂

男子乙組羽毛球隊

一年半過去，所有努力都化為在場上的實力。當日的比賽情境仍歷歷在目，雖然自己的表現不是完美無瑕，但至少已經無愧於心。學期初感覺自己是羽毛球隊的負累，只是球隊的後備，但我並沒有因此氣餒，反而逆流而上，最終有幸成為正選。冠軍對我來說是遙不可及的目標，自己並沒奢想過能夠達到，但最後結果卻出乎意料。成功並非一朝一夕，靠的是意志與努力，希望各位同學在未來生活都能體會這個道理。失敗並不可恥，可恥的是連努力都不願付出的人。共勉之。

4C 吳澤堅

女子丙組籃球隊

在四強賽的前幾天，曾經擔心過我們能否打敗對手進入決賽，因為自己懷疑隊友的能力，覺得她們未必能夠幫助球隊取勝，但當比賽結束後，才發現原來只是自己看不起別人，太自負。很抱歉和衷心感謝她們，在自己輕視她們時仍一直對我不離不棄，亦要感激教練的教導和師姐們的鼓勵。教練在冠軍賽前的一星期，不斷和我們特訓，即使她同時需要兼顧不同事情，但都抽空和我們練習。由第一場學界到冠軍賽，師姐們都到來觀賽，也不斷鼓勵我們，她們的每一句鼓勵，都令到我們信心倍增。

2B 蔡嘉堯



籃球培養了我們的團隊精神，磨練了我們的意志，增強了我們戰勝困境的信心。每一次的挑戰，都促成了我們團隊的成長。其實人生就如打籃球般，在籃球場上總會遇到比你強的人，人生中也總會遇到比你成功的人。天外有天，人外有人。打籃球有善於投籃的，也有樂於助攻的，有時候比賽的勝利往往是取決於助攻者。人生有成功者，但只是少數。儘管你再厲害，隻身上場還是不能進行比賽，所以，特別要感謝隊友和支持者，當然少不了帶領我們的教練。

2B 黃卓孜

多場比賽中最難忘的當然是冠軍賽，捧起獎盃那刻的喜悅和滿足是其他成就無法取代的，實是感動。隊員們頑強、專注和全力以赴的精神，和觀眾們投入、一致、聲勢浩大的吶喊聲，響徹球場。而最想感謝的是隊友和教練，因為我們由從不相識的一群人，就因為籃球而緊靠在一起，直到後來，我們一起並肩作戰，一起在籃球場上留下汗水、努力與戰績。

2D 周臻欣

.....京杭大運河江南研學之旅.....

本校於2017年4月19日至24日參與由香港教育工作者聯會主辦的「京杭大運河江南研學之旅」。透過不同的參觀考察活動，讓學生認識京杭大運河的歷史，深入認識「申報世界文化遺產」中的機遇及挑戰，藉此了解國家近況。行程主要考察京杭大運河(揚州至杭州段)，參觀侵華日軍南京大屠殺遇難同胞紀念館、瘦西湖公園、蘇州博物館、中國京杭大運河博物館、清名橋歷史文化街區及平江歷史文化街區，又安排體驗製作惠山泥人，並與南京新城初級中學進行交流。



.....教師發展日.....

「他山之石，可以攻玉」，古人睿智，果真歷久彌新。在本學年第二個教師專業發展日（二月二十五日），全體老師早上分作五組，分別探訪五所「兄弟姊妹」中學，觀摩它們在不同方面（見下表）的卓越表現。儘管校情有別，範疇各異，每組代表在總結環節裏俱能勾劃見聞和歸納成功要素。友校厚積薄發，我校獲益匪淺，不啻美事一樁。

探訪中學	卓越表現範疇
石籬天主教中學	中文教學
德蘭中學	英文教學及跨學科語言安排
天主教培聖中學	環保教育，公民教育及特殊教育安排
余振強紀念中學	資訊科技教學
天主教郭德勝中學	生涯規劃及其他學習經歷



午後是名為「外評全攻略」的講座。講者黃詩麗女士為學界翹楚，曾任東華三院陳兆民中學校長，退休後續發光熱，現擔任聖安當女書院校監一職。講座循着先遠後近、先繁後簡和先博後專的軌道，追溯歷屆外評的理念和要求，這給予同工一個溫故知新的良機。在外評將至的背景下，是次講座儼如陣前閱兵。

主席的話

今年是本校40周年校慶，校方特別安排步行籌款及40周年晚宴慶祝活動，而校園四周均增設各式裝飾，在此感謝老師及學生們的悉心設計，使學習環境耳目一新。另外，本會了解家長關心學生精神及心理健康，早前邀請社工舉辦家長講座及工作坊，指導家長們採取正面的教育方式，關懷輔導，協助學生適應校園生活，培養抗逆能力，讓子女能夠愉快學習。往後，本會將繼續推動家長教育，並籌辦不同活動，希望鼓勵更多家長參與，與子女同行成長路。

張桂玉

活動照片



活動照片



家教會旅行—沙頭角休閒農莊大探索



聯校家長工作坊—孩子與好習慣有約



家長教師 4x100 接力賽