



道慈佛社楊日霖紀念學校

第二十六屆家長教職員聯會

2019-2020年度 家長通訊



校址：新界元朗天水圍天柏路六號 電話：26178738 傳真：26174130 網址：www.yyl.edu.hk

家職會主席的話

校長、副校長、各位老師、各位教職員、各位家長、各位同學：

大家好！我是中一班麥嘉希同學的媽媽梁麗嫦。首先，多謝大家的支持與鼓勵，我被選為今屆家職會的主席，感到非常高興和榮幸。

眾所周知「家校合作」一向是家職會的宗旨，透過家職會這個平台，教職員和家長可以互相接觸和溝通，有效地營造一個更好的環境給我們的子女愉快地學習及成長！

回想去年我擔任康樂幹事時，家職會舉辦過各式各樣、大大小小的活動，包括：聖誕聯歡會、親子旅行、年宵活動、境外遊，以及各類形的探訪服務等等。

家職會的成功，除了有賴校長、教職員及委員共同努力之外，我們更加得到一班不辭勞苦及熱心服務的家長義工協助，無私地為家職會出謀獻策，各展所長，在此感謝各位勞苦功高的家長義工，你們的表現實在

令人欣賞及鼓舞！

今年，家職會將會陸續舉辦不同的活動，期望各位家長能踴躍支持和參與。如果時間許可的話，更歡迎各位家長加入義工行列，為我們這個團隊在籌辦活動時作更強大的支援！

家職會的口號：「加入家職會，生活多樂趣！」及「只要加入義工隊，包你笑到停唔到嘴！」，現誠邀各位參加。最後，我謹代表我校第二十六屆家長教職員聯會全體執委，祝願各位身體健康！同學們學業進步！



家長教職員聯會幹事就職禮暨敬師活動

本學年的家長教職員聯會幹事就職禮暨敬師活動於23/10/2019已順利舉行，本屆共8名家長幹事及7名教職員幹事。在8名家長幹事中，很高興有2名家長是首次加入家職會。在簡單而隆重的頒發委任狀儀式後，便開始敬師活動的環節，學生以演奏敲擊樂及合唱的形式向老師們表達謝意，其出色的表演均獲在場老師、家長和同學的熱烈掌聲。活動的最後部份，是由學生代表向全校教職員送上的小禮物。這些小禮物均是由家長義工花了很多時間搜購材料並製作而成，獲贈的教職員均感到既開心又窩心。



家職會新家長成員介紹



大家好！我是小二班鍾思娜媽媽，大家可以叫我GiGi，我很榮幸當選成為學校的總務，希望我可以幫助大家。由於我第一次擔任總務，所以我的心情十分緊張，請大家多多指教。我會盡力做到最好，感謝校長、老師、家長和同學們的支持。



各位師長、同學，大家好！我是小二班關慧君的媽媽楊威威，大家都稱呼我為君君媽媽，我是家職會的康樂，感謝同學及家長的支持，感謝家職會主席和幹事的信任和幫助。

第二十六屆家長教職員聯會委員名單

顧問	鄭裔威校長	
主席	梁麗嫦女士	
副主席	吳美芳女士	黃德恩社工
總務	林輝云女士	鄧錦盛社工
文書	文秋霞女士	陳楚英姑娘
聯絡	王凱儀女士	王燕青副校
財政	何潔欣女士	吳光歷老師
康樂	楊威威女士	陳詠嫻姑娘
康樂	張藹華女士	黎月霞姑娘

家長心聲



新生家長

小一 A 鄧翹翹家長

雖然真正上學的日子只有四至五個月，但翹翹進步了不少，在社交方面：以前的他只會投入在自己的世界，很少向我作出回應，現在的他經常能回應我，在需要別人幫助時，他會盡力說出，即使只限家人或有時會說錯意思，但已有明顯的進步。

我相信隨着翹翹成長會有所進步外，其實教職員對他有很大的幫助。雖然他不能像其他同學一樣，說出自己每天在學校發生的事情，但他的表情及行為都表現出開心自在，真的很感激教職員無微不至的照顧，謝謝校長及老師的教導。



小一 B 周林燁家長

林燁的適應能力頗高，他喜歡背起新書包，會期待升上小學的日子，所以我不太擔心他升讀小一的適應能力。雖然小學的功課多了，林燁肯嘗試完成，但他會只動嘴不動手，督促他專心完成也頗為勞氣的。

開學至今時間雖然不算很長，但我發覺林燁在溝通方面進步了，他能夠主動表達個人需要，主動與人溝通及發問，而且內容十分有趣，哈哈！作為家長能見證孩子的進步，真是十分開心，還要感謝老師的功勞呢！



家長義工

小一-B Shamik (古尚覓) 家長

I am happy to participate in different kinds of school activities. I get to know other parents in our school. I also get to contribute my time and help whenever I can. It is important for parents to be involved and engaged in the school activities.



小三 B 葉宇澤家長

宇澤剛升上小學時，較難控制情緒，容易興奮更會躺在地，經過老師專業和耐心的教導，宇澤的行為改善了很多，在學習方面亦有進步，例如：他在小一時只能依虛線填寫簡單生字，現在他已能依照書本抄寫較多筆劃的字詞，更能運用詞語作句。

今年我們回鄉過春節，暫時未能回港。老師多次透過表姐聯絡我們及關心我們的情況，學校更千里迢迢郵寄學習教材給宇澤。我們非常感激學校的安排和老師的關心。



中六 B 班 葉健朗家長

大家好，我是中六 B 班葉健朗家長，健朗在學校就讀小一至現在升讀中六了。當年他似隻「跳跳虎」蹦蹦跳跳地上學，現在他不再是昔日的「跳跳虎」，他已長大了，亦定性了，從一個小小的男孩變成牛高馬大的大男孩。時間過得很快，有時我不捨得他長大得太快，但亦很欣慰他可以照顧自己。健朗即將畢業，希望在未來日子，他會更努力學習，回饋社會，做個有貢獻的人！

在此我感謝各位由小一至中六教過健朗的親愛老師們，多謝您們給予健朗很多學習和活動的機會，到了高中亦有很多外出工作體驗，令他更體會到工作的辛苦，另外亦多謝各位用心教導和關懷他的教職員。

在此再次多謝校長和各位師長，令他在校園裏有愉快和美好的回憶！祝大家身體健康！



畢業生家長

校長家書 - 齊心抗疫 學習轉型

鑑於新型冠狀病毒疫情的最新情況，教育局已宣布全港學校會進一步延長停課，確實的復課日期仍有待進一步評估。

停課期間，學校會保持校舍開放，並作出有效預防傳染病的措施，以加強校園清潔及消毒，確保校園環境衛生。家長及同學應響應政府呼籲，盡可能留在家中以減低受感染的風險。

為達致「停課不停學」，在停課期間，老師根據各科的學習進度設計網上學習教材及課業，讓同學能善用時間在家中繼續學習，期望藉此培養同學的自主學習能力，有助於在復課後能盡快投入校園學習生活。學校亦郵寄了課文及課業，並發放了各科的學習指引片段，以支援家長教導子女在家學習。校長明白，同學的學習進度難免存有差異，因此班主任會定期致電了解各同學的學習情況及健康狀況。學校亦鼓勵同學們善用餘暇多看有益身心的課外書。在此，我想與家長分享幾個協助子女在家中自學的心得：

- 共同編排學習時間表：與子女商議每天的學習時間表，應包括學習和遊戲兩部份以平衡生活，亦讓他們有自主參與感。如：9 時至 10 時為中國語文科學習時間或 11 時至 11 時 30 分在家做體育科建議的家居運動。
- 輔助學習：指導及輔助子女學習，鼓勵他們專注及安靜地學習，並把事情做好。另外，建議盡量抽時間與子女一起進行親子閱讀，讓子女能從閱讀中學習。
- 保持良好作息習慣：培養子女每天做運動的習慣，安排他們在家做最少 10 分鐘的運動，如：伸展運動或跳繩，以保持身體健康。有規律及良好的作息習慣亦有助子女減少行為和情緒的問題。
- 鼓勵分享自己的感受：疫情期間，我們的生活及學習難免會受影響，不妨讓子女說出自己的感受，並鼓勵他們收看訓導組提供的週會短片及社工組提供的正向心靈齊抗疫分享，培養他們正向思想的能力，學習關心身邊的人和時常感恩。

早前，學校得到劉鑾雄慈善基金捐贈成人及小童口罩，並於三月份郵寄了給各位家長，以解燃眉之急。最近，校方申請了賽馬會捐款為本校學生提供高質量口罩（每個家庭一盒 50 個），現郵遞到府上。

學校再次呼籲家長與學校發揮家校合作精神，督促子女加倍注意環境及個人衛生，減少感染疾病的風險。如學生於學習上遇有疑難可致電 / 短訊班主任，老師會盡快回覆。如有需要，家長可致電校務處查詢。

祝願府上各人身體健康

校長 鄭裔威



與佛有緣 - 浴佛意義

西元 1999 年起，佛誕成為香港之法定公眾假期；不少人只知放假，而不知佛陀出生之故事；或只知當天浴佛，卻不知浴佛之意義。故此，特刊此文以述之。

佛祖釋迦牟尼生於西元前 565 年，乃古印度迦毗羅衛國（尼泊爾）太子。古印度早有浴佛儀式，東漢末年，漢傳佛教亦沿襲。惟日期多次更改，至元代統一定為農曆四月初八。

傳說佛祖誕生，天空下瀉兩泉，洗淨軀體。每逢佛誕，則重演佛祖初生一幕：在佛堂中或露天淨地，設灌佛盤，盤中置一佛祖童像（佛像一手指天、一手指地），然後以香水灌之，以表慶祝、供養及紀念佛祖出生。香水浴佛，象徵洗滌凡人內心污垢，所謂「自淨其意，是諸佛教」。因此，浴佛除了憶念佛陀誕生，還應發菩提心，至誠懺悔，祈請聖眾，淨除眾生之惡業煩惱，並觀想心垢，隨水流淨化。

浴佛心態，也有進度：一是「我今灌沐諸如來」，並生起對一切諸佛如來之崇敬；二為「淨智功德莊嚴聚」，學習如來之慈悲與智慧，作修行之榜樣；三則「五濁眾生令離垢，同證如來淨法身」，發起「自己與眾生一同證得覺悟 / 成佛」之心，願成佛度眾生之心，就是「菩提心」。浴佛儀式，乃警醒自己，學佛所教，行佛所行。

昔日西域習俗，天天浴佛。淨心修德，不僅於四月初八。只要發心正確，我等便可日日清淨心靈、增長福慧。

新師長介紹

I believe that nothing is impossible to a willing heart. Don't be afraid of failure, as long as you never give up, success will be earned eventually. To all of my lovely students, besides transferring knowledge to you, always remember that I care for you. I love how unique you are. I am here to grow with you for a fruitful future. (葉曉彤老師)



我從主流學校轉到本校任教是一份特別的恩寵。在這數月裏，很感受到大家彼此幫助的精神。我很高興能在這和諧關愛的氣氛中，開展新嘗試。(林翠儀老師)



猜猜我是誰？對！我是唐大衛老師。假日你們會如何渡過？我會選擇單車遊，或許某天你們會在天水圍遇上騎著單車的我呢！你們平日喜歡做甚麼事情呢？我喜歡騎著單車四圍去，有時去飛機場，有時去迪士尼。如果你們騎單車時遇到我，我們就一起騎單車吧！（唐大衛老師）

大家好！我是李惠君老師，本學年任教初小常識科和數學科。除了教學工作外，我也熱愛藝術創作，閒時會學陶器及寫書畫等。現在重返學校執教，我再次感受到同學們的活潑可愛，真的感到很开心！（李惠君老師）



大家好，我是雷夢斯老師，轉眼間又是新的一年，我很感恩能和大家一起努力加油，互相幫助，讓大家不斷進步和成長。各人獻出一點愛，匯集成美好的校園。(雷夢斯老師)



溫暖的楊日霖大家庭讓我能見證著學生的成長，令我的工作充滿推動力及滿足感，我相信生命能影響生命，希望樂觀、正面的我能感染身邊的每一位學生。(溫曉霞老師)

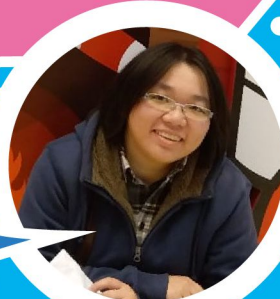


大家好！我是行政主任林詩卉，大學時主修會計，並完成香港會計師公會的考試，對數字及計算特別有興趣。記得當天來到學校面試，有一位低年級同學剛巧經過，他主動地和我打招呼，令我深深感受到同學們的真誠和可愛。我每天上學都很高興見到活潑熱情的同學們。有時見到同學在練琴，他們的琴技非常利害，實在是佩服。有時見到同學們在操場練習高爾夫球，也想立即換上運動服參與練習。上學的生活真是多姿多彩，大家要珍惜學習的機會和學校所提供的優質資源啊！（林詩卉行政主任）



我由醫院走進學校工作，楊日霖學校讓我的生涯規劃變得更完美。我在楊日霖學校的日子雖短，但已深感溫暖大家庭的關愛，我真的很感恩！（黎月嫻校護）

大家好，我是今年新加入楊日霖大家庭的教務助理姐姐張姑娘。祝大家身體健康，生活愉快！（張可兒教學助理）



青春期少男少女面對的問題

青春期是成長中一個轉變及動盪的時期。身體內各種激素的份量都在急劇轉變，引致身體出現變化。這是一個從小孩過渡至成年人的交替時期，青少年急於建立起自我形象，一時又想獨立，一時又想依賴，心理十分矛盾。

大部份家長都會注意到子女的身體轉變，並教導他們處理的方法。然而家長又有沒有注意到青少年在這時候的心理及情緒變化？

青春期的心理及情緒變化有很多可能性，例如：身體改變引致心理的不適應或個人形象困擾等。青少年受了傳媒、家人或長者，以及個人經歷或朋輩等影響，對自己的身體建立了一個理想的形象，有時候甚至是一個不切實際的形象，像是追求現今傳媒常常吹捧所謂的「完美體態」和「淨白肌膚」等等。但當他們慢慢發現自己的體型發展並不符合心中的理想，便很可能感覺到沮喪，自我形象低落。此時最重要的是讓子女明白，並不值得為這些主觀的標準而憂慮，了解到如何分析及接收外在的訊息，引導他們接受和愛護自己的身體，建立自信更為重要。

青春期亦是性的覺醒期。青少年對性充滿好奇，受到性慾的衝擊，亦會開始有意識地進行自慰。重點是要讓他們知道，不論男女，有性慾及自慰均是正常的事情。反而，青少年要學習去面對、接受及正確處理自己的性慾才是重要。

也許有些家長覺得對此難以接受。家長要明白，青少年並非無性的個體，如果是漠視甚至打壓他們的需要，不但未能幫助他們，更可能引致反效果。

在青春期間，家長要教導青少年保持身體健康、整潔及衛生，充足的睡眠，注意飲食營養及適量的運動，更重要的是要與青少年預早建立良好的溝通基礎，讓他們放心在遇到疑問時，可以向家長、老師、社工、輔導者或可靠的途徑尋求答案，而並非胡亂搜尋網上資訊及誤信朋輩之言，甚至把問題藏在心中導致問題越來越複雜。

青春期子女身與心的成長皆十分重要，家長可留意以下幾點：

1. 當子女日漸長大，他們需要更多機會學習作決定，管理自己的人生，家長的角色漸漸由主導轉變為輔助，多些放手給他們嘗試，引導他們從挫折中學習，有助他們建立正面的自我價值觀。
2. 家長也曾經歷青春期，相信能明白子女的迷惘心情，多給予空間，與子女保持良好的溝通，了解他們所思所感，為他們的成長提供正面的支持。
3. 活用日常生活的事件，引導孩子去思考其他的可能性，不受傳媒和朋輩所影響，歸納出正確的觀點。
4. 家長亦須與時並進，主動認識新事物，時刻檢視自己的價值觀，建立開明多元的思維，才能與子女同行。

* 本文經剪輯及增刪，原文輯錄自：香港家庭計劃指導會教育組專題文章 周卉卉女士



家長義工培訓計劃已順利於12月舉行，家長能加深對家長義工計劃的認識、了解學校學與教的發展方向及初步認識協作教學的技巧及注意事項。在這些年間，非常感謝各家長的協助，期望未來我們一起繼續為學生的學習和成長而努力。

家長義工培訓

全年家職會活動花絮



在14/12/2019舉行了親子聯歡會活動，在各家長幹事及教職員的協助下，超過100名的參加者一起渡過愉快的時光。在遊戲環節，家長和同學一起製作聖誕卡，配合學校的「三好」主題，送給其他同學或師長，再說出祝福語，溫暖萬分。在抽獎環節，大家既緊張又期待，結果當然是人人有份，皆大歡喜。在此感謝一班家長義工為我們準備及包裝禮物，當然少不了美味食物及精緻蛋糕，家長們一邊享用美食一邊閒談，增進友誼。今年本校獲得勞工及福利局資助，讓每位參加者均獲贈精美的禮物，人人滿載而歸。



親子聚餐



臨近農曆新年，同學最期待就是參加學校的新春年宵花市，今年的新春年宵花市一連三天於15/1-17/1舉行，共設有十個攤位。當中包括四個教學組的攤位遊戲，同學們踴躍參加並贏取獎品；在「賀年工藝」製作攤位，家長義工協助同學製作精美的花卉擺設；「歡樂拍照迎新歲」攤位，深受大家歡迎，同學及家長可選擇趣緻的應節道具與三五知己拍照；一班家長義工及陽光茶座的高中同學則在會場默默工作，為大家烹調美味的賀年食品及飲品；還有「妙筆生輝賀新春」攤位，由教職員為大家寫創意揮春；今年一改過往購買賀年禮物的形式，同學憑活動券到「時來運轉」攤位，轉動幸運輪領取不同級別的禮物，無論轉出大獎或安慰獎，同學均歡歡喜喜地拿著禮物離開；今年更新增了「新春樂融融 NEW YEAR FUN」攤位，由一班非華語學生家長與大家玩遊戲及分享特色小吃。

新春年宵

家長興趣班

家職會每年均舉辦家長興趣班，目的是讓家長藉著一同參與活動，分享箇中的樂趣，並增進彼此的友誼。活動由經驗豐富的家長義工擔任導師，向參加者教授製作方法及分享心得。本年度舉辦了鈎花杯墊興趣班及水仙花球切割興趣班。



1. 鈎花杯墊興趣班

利用多種顏色的毛冷以鈎針鈎出多樣的紋理構成色彩豐富的圖案，以製成圓形的杯墊。家長導師更教授把多張杯墊織成披肩及小毛毯的方法。

2. 水仙花球切割興趣班

此興趣班是家職會其中一個頗具歷史的活動，在每年的農曆新年之前便會舉行。經驗豐富的家長義工導師以特定的切割方法，再配合適當的時間種植，讓水仙花球可以盛放出燦爛悅目的花卉。

我是小六 A 班吳叡霖同學，在短短的時間裏，我認識了很多同學，也適應這裏的學習模式和環境，很開心可以在楊日霖學校讀書。

各位老師、同學，大家好。我是中一班陳綺雯同學。很高興我可以在楊日霖學校讀書，我可以認識新同學和結交新朋友，在學業上的壓力減輕了不少，使我在課餘時間發掘自己的興趣。



中六 A 黃靜宜

不經不覺我已經踏入高中生活的尾聲，在此我非常感謝學校全體教職員對我的照顧。

我是在中五時轉來本校就讀的，這裏的學習模式令我減少在學習上的壓力，使我能輕鬆愉快地學習。師長對我循循善誘，用不同的方法指導我解決學習上的困難，增強我對學習的信心和興趣。

過去，我的人際關係很差，但轉來本校後，我從一個性格內向害羞的人，漸漸變得健談而且有自信，我更擴闊了社交圈子，這能讓我擁有既充實又快樂的校園生活。

愉快而充實的時光隨即流逝，我亦即將於學期完結後畢業及升學，心中實在依依不捨。在此，我希望各位學弟、學妹能像我一樣過着既充實又愉快的校園生活，好好珍惜每一天。多謝各位！



中六 B 劉俊健

今年很特別，因為這是我的畢業年。

回想當初在小學的時候，我是一個不懂說話、很容易便哭和自我中心的小孩。但是經過多年來老師和言語治療師的悉心教導，上述情況已漸漸改善。

此外，老師亦提供了很多機會讓我探索自己，例如：參加各種有關資訊科技的比賽、進行不同的工作體驗，以及參觀各種職業的工作地點和培訓學校等等，這能讓我為將來好好裝備自己。如果沒有老師的教導，很可能沒有今天的我。

愉快的課堂時光，除了有老師外，還有同學。這裏的同學大多數也很善良和容易相處，我在學校認識到不同的朋友之餘，還學習到正確待人處事的態度，對我未來工作有很大幫助。

天下無不散之筵席，我知道我無法永遠留在學校這個「溫室」。我相信在離開學校的時候，應該會很依依不捨。雖然我自知處事尚未成熟，但是我會繼續努力，不斷學習，積極面對往後不同的挑戰。



星影匯工作體驗
(11/12/2019)
中五 黃煒晉

今次到戲院工作的體驗令我大開眼界，原來在戲院工作是需要團隊合作，如果同事間不能彼此合作，戲院就難以暢順運作。我體驗過票務工作，需要有禮貌、要具備良好的數學運算能力、懂得利用電子付款和信用卡結賬。另外，我在小賣部嘗試製作爆谷，起初覺得製作程序頗為複雜，但親身體驗過後發覺也不太難，我在小賣部體驗沖熱朱古力，發現和自己在家中沖調的方法很不同，我還和其他參加者一起試飲自己沖的飲品呢！總括來說，我覺得這次的工作體驗十分難得及寶貴。

科學園 Hc:Cafe 工作實習
(13/1/2020-17/1/2020)
中五 黃海明



我早前在香港科學園的 Hc:Cafe 順利完成了五天既充實又難忘的工作實習。我從中了解自己有些甚麼不足及需要改善的地方，這讓我能踏入社會工作前作充分準備。

是次實習，我主要在樓面工作，學習到如何擺放和收拾餐具、抹桌子、清潔用具，送餐時應有的禮儀、技巧和注意事項，亦學習到如何與客人溝通，例如：當客人有要求時，如何作出恰當回應及向其他同事匯報或求助、與客人對話時聲量不能太大、送餐後應如何站立才能給予客人「專業」的感覺、工作時要注意職安健、要懂得應變和解難等。最難忘的事情是我需要用英語和普通話與客人溝通，非常有挑戰性！

這幾天實習讓我深深體會到原來工作一點也不輕鬆，而學好英語和普通話，以及懂得應變和解難，原來對工作是很有幫助的！

家長通訊編輯委員會名單

顧問：鄭裔威校長
總編輯：吳美芳女士（曾家穎家長）
收稿：梁麗嫦女士（麥嘉希家長）
校對：陳麗雯女士（蔡灝謙家長）
排版：張可兒姑娘（教務助理）

學校刊物及宣傳組組員名單

張帶嬌老師、文少輝老師、鄧卓衡老師
葉曉彤老師、陳嘉琪老師、陳詠嫻姑娘