



寶血女子中學

校訊 第三十七期 二零二一年二月

地址：香港柴灣新慶街338號 電話：2570 4172 傳真：2578 2491 電郵：contact@pbss.edu.hk 網址：www.pbss.edu.hk

寫給

「未來自己」 的信

杜師正校長

記得我在中五那年，會考放榜前夕，心情忐忑不安，面對前路人生充滿問號，思前想後之際寫了一封「給三十年後自己的信」，此刻終於穩妥地夾在舊日記裡，「寄到」現在的我的手上。信中寫道「無論會考成績好壞，不管將來貧富順逆，也要忠於自己，做個正直誠實的人，活出精彩有意義的人生。」當時也希望三十年後的自己有些成就，有個美滿的家庭，身體健康，受人尊重……如今重讀舊信，很感恩中學給我播下「正直誠信」的種子，讓我回首多年來走過的路，也能得到上主的保守。

同學們又會對「未來的自己」有什麼期許？

活出「智、義、勇、節」

我們學校很重視同學的品格培育和靈性修養，希望在中學階段便為各位在心田播種。耶穌說：「種子落在好的土壤裏，長苗，長大起來，結實百倍。」學校一直把校訓「智、義、勇、節」融入校園生活，希望學校能成為培育學生的好土壤。「智」指明辨是非，透過課堂內外的學習，期望同學能夠培養思辨能力，理性地分析對錯；「義」是關愛行義，重視學生對社會、環境的關懷，通過義工服務，希望學生能嘗試為弱小者奉獻；「勇」是勇於承擔，希望同學在不同活動中學懂承擔責任，培養責任感，委身服侍，現在為學校付出，未來就是為社會、國家，甚至全世界作出貢獻；「節」使意志作主，自律守規，不重物質生活，不為物質而有損人格，培養同學自律節制的精神，過簡樸生活。學校致力學生品格的培育，雖世道艱險，但願各位將來回顧往昔種種，能夠在生命裡體現寶血校訓精神：「智、義、勇、節」。

燃點閃亮的火花

最近看了一齣很富啟發性的電影《靈魂急轉彎》(Soul)，講述靈魂要投入世界之前，須在「萬物堂」(The Hall of Everything)找到屬於自己的火花(Spark)。在萬物堂裡，可以體驗各式各樣的活動，發掘自己的才能，如園藝、攝影、籃球、烘焙；嘗試去畫畫、救火，甚至當總統、當航天員——當找到專屬於你的「亮點」，就會得到「地球通行證」。

寶血女子中學，就是各位的"Hall of Everything"。透過成長課、價值教育、領袖訓練、全方位學習、生涯規劃、宗教培育……，各個範疇為同學提供不同面向的機會，為自己未來打好堅實的基礎。學校提供機會，也得各位同學主動參與，積極投入。30歲的人生不是30歲才開始，假如我們想像「我的人生還有十年才開始」，那甚麼都不會發生。我們要為往後的人生努力，從今天起，努力探索自己的潛能。希望同學把握今年學校提供的機會，挑出自己喜愛的火柴，側盒一擦，燃起自己的亮點。

祝願各位同學找到屬於自己生命中閃亮的才華，也願學校能成為培育各位成長的好土壤，為同學的成長提供充足的養分。

專題 陶鑄寶血人



Q&A 參觀香港航空



聖雅各Career Live 職業體驗遊戲

生涯規劃

生涯規劃是一個持續和終身的過程，以達致人生不同階段的目標。透過生涯規劃教育，讓學生獲得所需知識、技能及態度，以配合自己的興趣、能力、方向作出明智的升學／就業選擇，並將事業／學業抱負與全人發展及終身學習連結。

本校生涯規劃組每學年均安排不同的活動，以配合學生不同成長階段的發展需要，並培養學生良好的學習態度及習慣。初中著重加強同學的自我認識，鼓勵學生根據興趣、能力和志向作出學習或事業選擇，並建立良好的學習態度及習慣。高中著重協助同學為未來確立目標，培養學生對自己的決定負責，進一步改善學習態度及習慣。

過往所安排的活動包括職場參觀、工作體驗、模擬放榜、面試技巧講座及工作坊、大型生涯規劃活動、內地或海外之交流計劃、各類型的升學或職業講座、求學選科工作坊、Career Live職業體驗遊戲等等。本學年更加強對中三、中五及中六級之升學／選科輔導，協助同學因應自己的能力及興趣，妥善確立未來目標，善作生涯規劃。



訓育輔導



本校一向重視學生品格的陶成，以全校參與訓輔模式進行班級經營及生命教育，通過不同的訓育輔導活動及校規的執行，教導學生欣賞及尊重生命。

體驗式的學習，例如成長歷奇活動讓學生發掘自己的潛能、跨越限制及突破自己。加強升中的銜接適應活動，培養學生積極面對挑戰的態度。部份具前瞻性的學校活動Project WeCan在推行時配合學生的成長階段需要，逐年加強她們的責任感、樂觀感、堅毅信念及潛能開創，重視發掘學生的成長亮點。為應屆考生對中學文憑試放榜的挑戰做好心理裝備，鼓勵她們以積極的態度面對，善作生涯規劃。

教師利用班主任課時段，與學生分享不同話題，進行品德培育，加強學生掌握合宜的處世態度，並適時提供身心良方，鼓勵學生正面思維。同時，學校社工及社區的支援網絡齊備，可以緊急援助有需要的同學。



港式奶茶及飲品調製班



中三藝術治療



中一迎新活動

價值教育

在廿一世紀，香港與全球多個城市一樣，在經濟和社會方面面對不同轉變及挑戰。為保持競爭優勢，並為未來發展締造新機遇，我們期盼下一代能夠具備廣闊的知識基礎、展現理性思考及作出道德判斷的能力，以及擁有果敢堅毅的精神，行事為人持守正面的價值觀和態度。

成功的價值教育有賴全體教師的支持及不同持分者的配合和積極參與。本校以「全校參與」模式，結合認知、情感及實踐，推動價值教育發展。推行價值教育時，學校會透過課堂學習（各學科和成長課）、實踐體驗（其他學習經歷活動）及學習氛圍，為學生提供全面而均衡的學習經歷。期望同學經過六年的學習生活，既可活出「犧牲修和」和「智義勇節」的寶血人精神，亦可以培養七種首要的價值觀和態度。



深港青少年志願工作者 雙向交流考察



「性在有愛」工作坊



同學在皮革上刻上自己的名字，製作獨一無二的皮革卡片套。

在表達藝術治療的活動中，同學運用不同材料和圖案代表她們生活中重要的事情和人物。

學生領袖培育

學校著重發掘學生學業以外的潛能，協助學生突破自己及訂立自我提升的目標。透過不同的領袖訓練活動，讓學生認識訂立富挑戰性目標的元素和學習因應不同的因素而作出策略調整以達成目標。

校本領袖訓練計劃主要為學會、學社等學生組織培訓領袖，提升履行職務的技能及信心。透過活動、分享及討論，讓學生領袖學習需要具備的條件，包括自我認識、情緒管理、會議和籌劃活動技巧、溝通技巧、處理衝突及時間管理等。

義工領袖小組透過服務學習計劃，學習作為領袖應具備的素質之外，透過義工服務了解到弱勢社群的特性和需要，有助學生的個人成長和建立正面樂觀的人生，回饋社會的態度。

司儀培訓班訓練同學說話技巧、臨場應變能力、控制現場氣氛及說話禮儀技巧，讓同學有自信地擔任校內活動司儀和校園推廣大使。



宗教培育

本年度推出一項嶄新的獎勵計劃，結合校訓「智、義、勇、節」及靈育發展元素，以學校名稱的英文簡寫(PBSS)作為培育學生品德的綱領（P=Purpose and Prayer目標及祈禱、B=Body and Blood聖體聖血、S=Sacrifice犧牲、S=Self-discipline自律節制）。「智、義、勇、節」是天主教教會的四個樞紐德行，其中已包含眾多普世價值的內涵，非常切合本地富多元文化這大都會，亦符合本校校情。本校的宗教培育計劃旨在為學生設立提升靈性素養的平台，縱或學生們在成長過程中面對種種的變幻和挑戰，她們仍能以基督徒的價值觀作為人生抉擇的基礎。



全方位學習

以全方位學習的理念籌組各類課外活動，照顧同學不同的需要，結合課堂學習，同學可以得到發揮潛能，發展自我的機會。

為了培養同學的服務精神及個人紀律，本校設有三支制服團隊，更特別為中一同學制定「一生一制服」計劃，希望透過持續的紀律性訓練，提升其自律與堅毅精神。其他服務團體還有公益少年團與圖書館服務團，讓同學從服務中學習，達致助人助己的目標。

在領袖培訓方面，學生會及四社幹事負責策劃全校性活動，從中發揮幹事的領導才能，提升其自治精神。

至於潛能發展方面，本校設立不同的校隊，務求在多方面發揮同學的體藝才華，培育同學的團隊精神與堅毅意志。

我們強調從實際體驗中學習，為同學迎接未來的挑戰作好準備。

學生支援

以全校參與的模式，因應學生不同的學習、情緒、社交和成長需要，為有需要的同學提供適切支援。

本校聘請有經驗的導師以小班教學模式，為同學提供個別學科的學習技巧班和課後輔導班。建立同學之間互相學習的風氣，並鼓勵同學養成定時自律學習的習慣。

在情緒方面，表達藝術治療師帶領同學透過創作藝術、音樂、戲劇等媒介和感官，覺察並抒發自己的情感和想法，並讓同學發掘自身的潛能。學校舉辦了正向心理學小組——「健心工房」，鼓勵同學建立正面思維面對生活中的壓力和挑戰，推動學生培養正面和樂觀的生活態度。

社交小組讓同學透過遊戲、角色扮演等小組活動訓練學生的社交溝通技巧。

在學生成長方面，我們聯同不同機構為同學進行生涯規劃活動，希望同學能藉着探索不同行業和個人生涯規劃的輔導，認識自己的長處及定立未來升學就業方向。



A New Perspective on Teaching English



English Ambassadors are preparing for the morning story-sharing session.



Students are having fun with the NET.

Ms. Ruby Ho

Why do we need to learn English at school?

'For DSE, for the examinations,' students may say matter-of-factly. There seems to be a lack of motivation among Hong Kong local students to study English if it is not for earning high scores and competing with others in the examinations.

Let's just step back and reconsider what learning English can bring us and how we can look at the subject from a new perspective.

There is no doubt that William Shakespeare and Louisa May Alcott brought us back to the world of classic English, where we got to appreciate the beauty of the

traditional English language when we read *A Midsummer Night's Dream* and *Little Women*. Simultaneously, we haven't neglected the importance of learning English through games and activities. Through games, students are able to communicate with teachers and peers in English. Through the story-sharing sessions in the morning assemblies, students have more opportunities to listen to English.

The ability to read is of utmost importance. Students have been encouraged to read a wide variety of materials. They will be trained to read skillfully through a specially designed Reading Programme and school-based curriculum.

We are ready to guide our students to embark on a journey of discovery. Many have started to make videos and share their knowledge and ideas with others in English. Some are even ready to be a YouTuber, doing research on their own under the guidance of English language teachers and presenting their ideas confidently in English. The project is undeniably challenging but at the same time, satisfying for our students.

The Earth is ever-changing. The role of English as a global lingua franca means that it is vital for our students to master the skills in order to communicate effectively with the outside world. It is our mission to guide our students to pave the way for a better future.

2020年校外比賽光榮榜 (2020年1月至2020年12月止)

體 育 成 就 學 術 及 其 他 成 就

姓名	班別	獎項
屈臣氏集團香港學生運動員獎2019-2020		
施詠姿	5H	香港學生運動員獎2019-2020

德 育 及 公 民 教 育 成 就

姓名	班別	獎項
香港交通安全隊		
莫雅琳	5R	香港交通安全隊總監特別嘉許獎狀 及嘉許笛繩
葉卓妍	4F	
MUHAMMAD HAFSA	3F	2019/2020年度香港交通安全隊 (學校隊伍)獎學金
黃皓怡	5H	
范芷惠	5F	葛量洪青少年制服團隊 傑出服務獎2019-2020
葉卓妍	5F	
馬煇桐	5F	
星島第三十六屆全港校際辯論比賽		
*許錄敏	4F	最佳辯論員

藝 術 成 就

姓名	班別	獎項
第二屆全港非華語學生中文硬筆書法比賽		
簡曉彤	2H	初中組亞軍

姓名	班別	獎項
Disney's World of Physics		
張 馨	4F	Outstanding academic achievement in Disney's World of Physics
周沅芝	4F	
王雅雯	4F	
陳皓昕	4H	
朱鳳儀	4H	
郭曼晞	4H	
林心如	4H	
莫梓晴	4H	
吳思俞	4H	
莫詠恩	4C	
鄧伊澄	4C	
黃惠華	4C	
蔣曉瑩	6F	
賴嘉雯	6F	
胡婉儀	6F	
鄭詩泳	6F	
張珮琳	6H	
周沅平	6R	
祁良神父獎學金		
黃佩婷	6C	
尤德爵士紀念基金高中學生獎		
胡婉儀	6F	
鄭詩泳	6F	
2020「明日之星——上游獎學金」		
鄭慧鈴	4C	
蔣鈺琳	5H	
Nicola and Kenneth Bursary 2020		
唐碧琪	6R	

*註：除此項為本學年外，其餘各項為上學年。

頒發各項獎學金

姓名	班別	獎學金名稱
以優異文憑試成績入讀大學		
梁溢桐	中六信	梁鳳儀校友獎學金
鄭詩泳	中六信	梁鳳儀校友獎學金
鄭詠心	中六望	梁鳳儀校友獎學金
盧婉宜	中六望	梁鳳儀校友獎學金
謝苑翹	中六望	梁鳳儀校友獎學金
中文科成績第一名		
羅凱瑩	中一信	陳梓溢慈善基金獎學金
袁煒琳	中二信	陳梓溢慈善基金獎學金
馮敏妍	中三信	陳梓溢慈善基金獎學金
張馨	中四信	陳懿行校友獎學金
孫家文	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金
向紫叶	中六信	陳梓溢慈善基金獎學金
中文科進步獎		
區嘉寶	中一愛	獎學金
潘梓瑩	中二望	獎學金
徐子晴	中三望	獎學金
英文科成績第一名		
潘莉莉	中一信	潘中時先生紀念獎學金
袁煒琳	中二信	羅次雲女士紀念獎學金
馮敏妍	中三信	陳福林先生紀念獎學金
鄭慧源	中四信	陳燧棠夫人獎學金
林嘉蓮	中五望	呂燃金修女紀念獎學金
英文科進步獎		
陳鴻欣	中一愛	林洪光先生獎學金
王怡君	中二望	邱海燕校友獎學金
梁盼	中三愛	黎雪凝校友獎學金
數學科成績第一名		
陳紫程	中一信	陳梓溢慈善基金獎學金
何正行	中二信	呂燃金修女紀念獎學金
潘潔儀	中三望	呂燃金修女紀念獎學金
張馨	中四信	中四級數學科(M1) 陳梓溢慈善基金獎學金
袁曉晴	中四信	中四級數學科(核心部份) 陳梓溢慈善基金獎學金
洪芷妍	中五信	中五級數學科(核心部份) 潘中時先生百歲紀念獎學金
向紫叶	中六信	中六級數學科(M1) 陳梓溢慈善基金獎學金
數學科進步獎		
李卓恩	中一信	獎學金
潘梓瑩	中二望	獎學金
許洛遙	中三望	獎學金
通識教育科成績第一名		
梁婉庭	中四信	Arron Brock紀念獎學金
李家雯	中五望	潘浩明校友獎學金
向紫叶	中六信	陳梓溢慈善基金獎學金
中國文學科成績第一名		
張馨	中四信	黃氏獎學金
孫家文	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金
生物科成績第一名		
梁穎琦	中四信	陳梓溢慈善基金獎學金
鄭慧茵	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金

姓名	班別	獎學金名稱
化學科成績第一名		
梁穎琦	中四信	陳梓溢慈善基金獎學金
洪芷妍	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金
物理科成績第一名		
張馨	中四信	陳梓溢慈善基金獎學金
洪芷妍	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金
鄭詩泳	中六信	陳梓溢慈善基金獎學金
歷史科成績第一名		
莫欣嵐	中四信	潘浩明校友獎學金
呂紀嵐	中五望	陳梓溢慈善基金獎學金
中國歷史科成績第一名		
呂紀嵐	中五望	陳梓溢慈善基金獎學金
林紫鸚	中六信	陳梓溢慈善基金獎學金
地理科成績第一名		
袁曉晴	中四信	陳梓溢慈善基金獎學金
盧以穎	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金
向紫叶	中六信	陳梓溢慈善基金獎學金
經濟科成績第一名		
黃子津	中四望	陳梓溢慈善基金獎學金
鄭慧茵	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金
向紫叶	中六信	陳梓溢慈善基金獎學金
資訊及通訊科技科成績第一名		
鄭慧源	中四信	陳梓溢慈善基金獎學金
陳祉妍	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金
陳慧婷	中六信	陳梓溢慈善基金獎學金
視覺藝術科成績第一名		
湯寶儀	中五愛	陳梓溢慈善基金獎學金
旅遊與款待科成績第一名		
黎沛瑩	中四信	陳梓溢慈善基金獎學金
洪若菁	中五敬	陳梓溢慈善基金獎學金
學行顯著進步獎		
區嘉寶	中一愛	區綺雯修女獎學金
高芷澄	中一望	區綺雯修女獎學金
潘梓瑩	中二望	區綺雯修女獎學金
馬芷晴	中二望	區綺雯修女獎學金
陳子晴	中三愛	區綺雯修女獎學金
張嘉怡	中三愛	區綺雯修女獎學金
徐琦欣	中四望	余翠卿校友紀念獎學金
黃煒琳	中五愛	陳梓溢慈善基金獎學金
蔣鈺琳	中五望	陳梓溢慈善基金獎學金
模範實血人獎學金		
向紫叶	中六信	范靈芝修女紀念獎學金
卓越領袖獎		
譚家樂	中五望	范靈芝修女紀念獎學金
傑出學生獎		
鄭慧茵	中五信	呂燃金修女紀念獎學金
體藝表現成績最優		
陳皓昕	中四望	體育表現成績最優 笑蓮獎學金
劉恩希	中五信	體育表現成績最優 笑蓮獎學金
黃曉彤	中五望	表演藝術表現成績最優 笑蓮獎學金
初中義工服務特優獎		
陳煒喬	中三信	陳梓溢慈善基金獎學金
施鐸泳	中三信	陳梓溢慈善基金獎學金
陳子晴	中三愛	陳梓溢慈善基金獎學金

姓名	班別	獎學金名稱
高中義工服務特優獎		
譚家樂	中五望	陳鄭觀海女士獎學金
鍾曉彤	中五信	陳梓溢慈善基金獎學金
宋婉雯	中五望	陳梓溢慈善基金獎學金
校內服務特優獎		
宋婉雯	中五望	呂燃金修女紀念獎學金
初中家境清貧成績及操行良好		
徐詠嵐	中一信	葉轉章校友助學金
梁詩旗	中一望	蘇衍慧修女助學金
高中家境清貧成績及操行良好		
梁穎琦	中四信	蘇衍慧修女助學金
陸蓓蕙	中五信	范靈芝修女紀念助學金
操行進步獎		
林琬庭	中一信	新界崇德社操行進步獎 獎學金
吳止盈	中一望	
陳玟欣	中一愛	
陳祉玥	中二信	
曾卓詩	中二望	
王欣雨	中二愛	
陳煒喬	中三信	
陳姿彤	中三望	
梁盼	中三愛	
袁曉晴	中四信	
胡諾頤	中四望	
鄭慧鈴	中四愛	
盧以穎	中五信	
宋婉雯	中五望	
吳嘉燕	中五愛	
陳卓穎	中五敬	
林麗珊	中六信	
李卓豫	中六望	
陳羨婷	中六愛	
黎寶珠	中六敬	

陳梓溢慈善基金獎學金

2019-2020年度各級操行獎			
姓名	班別	姓名	班別
林琬庭	中一信	梁盼	中三愛
吳止盈	中一望	袁曉晴	中四信
陳玟欣	中一愛	盧以穎	中五信
陳祉玥	中二信	宋婉雯	中五望
曾卓詩	中二望	陳卓穎	中五敬
王欣雨	中二愛	林芷嘉	中六信
陳煒喬	中三信	劉嘉怡	中六愛
陳姿彤	中三望	李凱婷	中六敬
2019-2020年度初中各級首三名			
姓名	班別	姓名	班別
羅凱瑩	中一信	中一級全級第一名	
陳紫程	中一信	中一級全級第二名	
曾獲詠	中一望	中一級全級第三名	
袁煒琳	中二信	中二級全級第一名	
何正行	中二信	中二級全級第二名	
吳迪	中二望	中二級全級第三名	
潘潔儀	中三望	中三級全級第一名	
馮映琪	中三望	中三級全級第二名	
施欣欣	中三望	中三級全級第三名	

人物 專訪

培育學生

依禮守規 盡顯潛能

合規與發展委員會
助理校長司徒美儀



2020-2021年度學校行政架構新增「合規與發展委員會」，由助理校長司徒美儀老師統籌。

司徒老師概述委員會的職務，主要涵蓋「合規」與「發展」兩方面：「因應社會環境的變化，委員會將審視校本的規章制度，確保科組於處理校務時，符合社會及教育局所訂立的法例章則」；此外，委員會亦須「構思適切本校的發展方向及策略，促進學校穩步發展，並提供機會予學生展現潛能、發揮所長」。

「學生依禮守規，素為寶血傳統，合規方面不難達到。」司徒老師續道，她並期望同學能「知止而後有定，定而後能靜，靜而後能安，安而後能慮，慮而後能得」。同學要能修心養性，敦品勵行，知其所止，止於至善，意志才有定力，心才能靜下來而不加妄動，思慮周詳，達到至善的境界。司徒老師認為每一位同學均能達致品學兼優的境地，只要同學心生嚮往，日趨篤厚，雖不能一蹴而就，但最終人人可以成為才德兼備的寶血人。

在發展方面，司徒老師希望學校能夠穩步發展之餘，同學亦能在中學階段有機會展現潛能。「如果同學能把往昔不良習慣仿如洗淨污垢以自新一樣，『苟日新，日日新，又日新』，每天振作、求新求變，發展當可一日千里。」司徒老師語重深長地表達心中所思。

擔任助理校長，職務縱然繁重，然因能促進學校及學生得以向前邁進，司徒老師心感興奮，也衷心多謝全體教師、家長和同學的合作。祝願大家身心康泰、生活愉快。

記者：陳姿彤、丁曉霖、施欣欣



編者的話

時光匆匆，再次遇見已是2021年。這新的開始，本校校報《鳴聲》有幸於今期開始併入校訊出版，以嶄新的形式與大家見面。今年我很榮幸能擔任校報總編輯一職，在此感謝各位幹事們以及老師對我的信任。

《鳴聲》今期的內容包括介紹新任助理校長、各位新老師的簡介，以及展示同學們優秀的作品。

此外，非常感謝各位老師的悉心教導及編輯委員們的鼓勵和合作，校報才能順利出版，在此表示衷心的感謝。

最後，校報會為老師和同學們繼續帶來更精彩的內容，帶大家一起目睹校園風采，記錄校園美好生活。



2020-2021年度 校報編輯委員會名單

總編輯：陳姿彤（中四信）

副編輯：丁曉霖（中四信）

記者：施欣欣（中四信）

周雅純（中四望）

袁煒琳（中三信）

陳穎滸（中二信）

潘慧兒（中二信）

潘莉莉（中二信）

顧問老師：張秀娟老師

龍華媛老師

梁顯奇老師

Ms. Saunders



大家好！我是**伍思敏老師**，很高興加入了寶血這個大家庭，認識了很多活潑善良的小女孩。我負責教授的科目有中國語文及中國歷史，大部分人可能覺得這兩個學科很沉悶；但我卻覺得很有趣，很值得我們深究。

一開始對這兩個學科感興趣，是因為金庸。小學的時候迷上了金庸筆下的武俠世界，每天都書不離手，很想知道故事情節的發展；剛升上中學的時候，金庸的作品都幾乎看完了，那時候上中國歷史課，對朝代發展的興替，真的瞭如指掌！除了金庸的武俠小說，那時候還認識了梁羽生、古龍的武俠世界，及後又愛上了衛斯理的科幻小說、赤川次郎的推理小說……到了高中修讀中國文學時，開始涉獵一些經

典文學和翻譯小說；到了升讀大學選科時，順理成章修讀了中國語文及中國歷史，最後把愛好化為職業，成為了老師，希望更多學生會認識及欣賞這些作家。

除了學術的發展，我覺得中學生涯真的應該多元發展，動靜兼備，讓興趣跟隨自己成長。中學的時候，我加入了羽毛球隊及辯論隊，慢慢發展成為興趣；大學時，正由於參與了這兩項活動，順利地加入了大學的宿舍，興趣得以延續，更認識了很多志同道合的隊友；成為老師後，擔任校隊的領隊老師，見證着很多學生在課外活動的發展不但沒有拖垮學業，反而令他們學到堅毅、團結、勇氣……讓他們在未來的前路走得更穩妥。

對我來說，成功從來沒有捷徑，學習及運動皆如是，多讀多寫多練習，「天道酬勤」，上天會給你合理的回報。

我是**尹燕妮老師**，教授的科目是數學和科學科。我平日的愛好是行山，約好友和家人一起行山，然後去酒樓或餐廳吃大餐。現在我的學習方式是遇到不明白的地方，我會在youtube看不同地方人士的方法和解說，從而理解，理解後最重要是實踐，我亦會找機會實踐所學到的事情。

在本學年，我對學生的期望是能互相幫忙和學習，因為互相交流更能提高學習的效能。

我亦借此機會勉勵各位同學，每一個成功者都有一個開始。勇於開始，才能找到成功的路。希望大家開始自己已想了很久的目標，向着自己的目標前進。



大家好！我是**龍華媛老師**，負責教授中四級中文科及中二、中三級非華語中文科。

關於我的喜好方面，我的家裏養了兩隻肥貓。每天最喜歡回家見到牠們，跟牠們打招呼和說說話。在牠們身上，我體會了萬物有情的道理，也就是古人說的「民胞物與」。

來到寶血女子中學已有一段時間，很欣賞同學們願意受教的表現，希望大家的學業成績有進步，對自己要有信心！加油！

藝林

重遊舊地所見有感

四望 王睿詩

時光飛逝，日月如梭。轉眼間，發現我們已經幾年沒有回過老家鄉下了。由於香港離四川太遠，所以來到香港之後，我們也很少回家鄉看望爺爺奶奶。去年我們在除夕夜前兩天，坐上了回四川的飛機，打算在過年回家看望一下爺爺奶奶吧！

早上，我們到達內江，哥哥來接我們回鄉下。在我的印象中，到老家的屋子前，會先穿過一片小竹林和甘蔗林。以前我經常和哥哥姐姐在這邊吃甘蔗，然後挖小竹子帶回家做竹筒飯。這次重回故鄉，老家的屋子前少了一片清新的綠色，只見坑坑窪窪的泥土地。我跑去問奶奶，奶奶一邊剝鄰居給的橘子一邊解釋說：「你不是很喜歡吃橘子嗎？我就想在那邊的地種幾棵橘子樹，你以後回來就可以吃很多橘子啦！所以你們要經常回來才吃得到哦！」聽到這裏，我覺得眼睛有些濕潤。

因為香港到這裏路途遙遠，機票昂貴，所以只有在過年的時候才有可能回來。奶奶常在電話裏說期盼着過年，我們回到家的時候可以吃家裏養的大鵝。爸爸總是嫌奶奶家的鵝肉太老，需要嚼很久才能勉強下嚥，不好吃。我想這是因為平時我們不在，奶奶捨不得自己吃，才把鵝養得這麼老吧！

下午，爺爺這時候帶着弟弟去趕小雞

玩，我和姐姐到院子後面的小山去散步。這裏並沒有什麼大變化，路邊許許多多不知名的小花被青草襯托得十分嬌豔，聞起來只有淡淡的清香。這邊還種着白蘿蔔和白菜，我和姐姐決定走的時候帶點白蘿蔔回去煲湯喝。「你記不記得我們以前最喜歡喝白蘿蔔湯？那時候我們天天吵着叫奶奶煲多點湯，因為老是不夠喝，哈哈！」說完，姐姐摘了朵蘿蔔花別在耳朵後面，問我：「好看嗎？」我點點頭。小時候回老家我就總喜歡往這裏跑，這裏十分清靜，彷彿與世隔絕，成為了只有我自己的世界。

小山後有條不知道通往哪裏的小溪，小溪雖然不如以前清澈了，但是仍然看得見水底的魚在吃鵝卵石上的青苔。這裏黃昏時候最好看，夕陽下的溪水波光粼粼，閃着淺橙色的光，還倒映着岸邊的蘆葦草。我和姐姐站在一旁欣賞着這短暫的、美好的景色。直到遠處徐徐飄起了炊煙，我才想起該回家吃飯了。姐姐輕輕歎了口氣，說：「要是能回到以前那時候就好了啦！我剛剛想到我們以前經常到這邊玩，也是差不多這個時候跑回家吃飯，然後就被爺爺罵了。那個時候都是無憂無慮，自由自在的，真好！」可是，時光哪裏能倒流呢？過去始終只能存在回憶裏，保留着

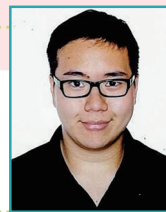
這一份美好，也是成長前進的動力。見姐姐還是戀戀不捨，但是天色不早了，再晚點就很難下山了。我便催促着姐姐：「快點回家吃完飯，然後一起去看星星吧！鄉下的星星很亮，可以看得很清楚。」

因為是冬季，所以山上這時候沒什麼蚊蟲。哥哥提着手電筒帶我們來山上看星星，還帶來了煙火。由於城裏不給放，我們只能在鄉下買來玩。不像城裏的夜晚燈火通明，鄉下一入夜就一片漆黑。這裏看到的星星一閃一閃，卻看得非常清晰。我們兄弟姐妹四人一邊聊天一邊看星星，感慨這樣的聚在一起的機會不多，讀書或者工作為何苦惱，今夜的月亮和星星把夜空裝飾得怎樣……等到聊得有點困意的時候，就拿起煙花準備放完就回家。看着一束束煙火隨着「砰砰」的聲音升到空中，炸成一朵朵燦爛的花，然後花瓣再紛紛墜落。我奢望時間永遠停留在這美好的一刻，或者說……以後還要回到鄉下，像今日這般，和家裏人一起看星星，放煙花。

我常常在想，為什麼時間的流逝時快時慢？家鄉的景色仍然這麼美麗，但現在我們卻沒多少機會回來看了。我懷念小時候回家的感覺，現在唯有將這份美好寄存在心裏慢慢回味……

Hi Everyone!

I am **Mr Tsang**. It is my first year teaching at PBSS. I am an English teacher and I teach S1, S3 and S4 this year. I love music a lot and I enjoy playing guitar. I also love video games, movies and also cooking different kinds of food. One thing I do to help me learn is watch videos on YouTube because there are many different explanations and videos that help me understand something better! I hope students can stay healthy and work hard during e-learning. Everybody is a student in life, you should never be afraid to ask!



Hi! I am **Miss Lai**. I am very happy to be part of the PBSS family where I can find lots of well-behaved, self-motivated and hardworking girls as well as helpful colleagues.

This year, I am teaching Form Three, Four and Five English Language. I am one of the class teachers of Class 4C. I am also in charge of the Community Youth Club (CYC). If you want to join the activities organised

by CYC committee, don't hesitate to contact me.

I guess some of you might be intrigued in knowing what kind of person I am. Well, I am not an "interesting" person with lots of exciting personal stories to share. However, I do love reading interesting stories. I enjoy reading all kinds of books, especially fantasy ones. I think to some extent, reading enriches my life experiences and it makes my life less boring because I get to live in someone else's life, see what they see and learn what they learn after overcoming some ordeals. Therefore, I highly recommend that all of you start engaging in reading if you have not yet developed an active reading habit. Remember, if you do not like reading, it is only because you have not yet met the right book. Do visit the library or any bookstores to search for a book that you like and start reading it.

In addition to reading, I enjoy savouring scrumptious cuisines. The pleasure of eating nice food makes me forget my stress and any upsetting feelings that life has given me sometimes. It is therefore my habit of treating myself to something nice for my birthday or some special occasions. Well, that's all about me. I do hope you will strike up a conversation next time you see me and tell me more about you.



李曉盈老師

副教師



莊嘉怡老師

學生輔導員



劉欣桐老師

學生輔導員



林翹恩老師

教學助理
(英文科)



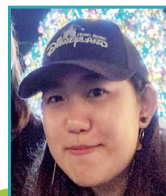
何惠杰老師

教學助理
(中文科)



黃繩頌老師

教學助理
(生涯規劃)



梁家麗老師

學生成長項目
發展主任



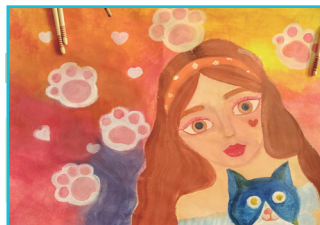
蕭天佑老師

資訊科技技術
支援主任



林昇遠老師

電子教學
助理



三望 吳迪 愛由此生



六敬 關鎮頌
真假義賣

六望 蔣鈺琳
炎熱的聖誕節



一望 黃美晴 看得見的旋律

Think Twice Before You Go Under The Knife

5F Christy Sentoso

There is no question that cosmetic surgery is a booming industry. Do you know that the number of people undergoing cosmetic surgery increased by 5.4% from 2018 to 2019? Undoubtedly, that statistics will persist as newer yet riskier procedures are marketed.

As the beauty industry prospers, there is a growing pressure to look younger and more beautiful. People, mostly women, undergo cosmetic surgery like tummy tucks, breast implants and liposuction to remove imperfections and enhance their overall appearance. Of course, this is not the only reason. As beauty standards become narrower and people become ashamed of looking unique, cosmetic surgery is available so that people can receive more job opportunities and be accepted into our society. Nowadays, some jobs require applicant photos which allow companies to prejudge interviewees simply from their looks. But like most surgeries, there are risks. There are countless cautionary tales about people receiving botched procedures only to end up disfigured. In addition to being irreversible, cosmetic surgeries also contain many mental health risks, namely, addiction. A couple of procedures here and there can spiral into an obsession which may cause one to spend thousands of dollars per surgery.

Abolishing cosmetic surgery is not an option considering how promising the industry is. However, there are ways to improve the situation. For anyone who is contemplating cosmetic surgery, remember to ask your doctor the right questions: "Is it safe? Will there be adverse effects?" and verify if your doctor has the right qualifications or not. Furthermore, question if it is a decision you want to make. Some psychological research revealed that people who want to or have undergone cosmetic surgery show signs of body dysmorphism, a disorder that causes someone to continually point out flaws in their appearance. Make sure to get to the heart of the issue before making a drastic decision.

All in all, cosmetic surgery is a multifaceted issue. Everyone has their reason for getting cosmetic surgery. However, it's undeniably unnecessary if you take into account the physical and emotional health risks one may face.