



博愛醫院歷屆總理聯誼會 梁省德中學 家長教師會會訊

第十一屆
二零一九年七月

地址：新界荃灣石圍角邨

電話：2414 5151

傳真：2415 8226

網址：<http://www.lstc.edu.hk>

江長安主席專訪

李紫琪、高穎、文詩程撰文

長風破浪會有時，直掛雲帆濟滄海



江長安先生是博愛醫院歷屆總理聯誼會的現屆主席，自2012年加入博愛醫院的大家庭後，就一直熱衷於與各界溝通，幫助機構改善運作，盡一己之力服務香港。對於我校的訪問，江主席十分重視，以充足的準備，認真的態度，為我們解惑，傳遞正能量，令我們心生敬意。

尋覓方法，速讀閱覽人生

江主席在談及自己中學時期的學習經歷時，向我們強調：學習需要方法，找到適合自己的學習方法才能事半功倍。江主席提及，由於當時所就讀的中學，離家較遠，單是來回的路程就要花費上兩三個小時，他為此犧牲了不少參與課餘活動的機會。但是，在這種極其辛苦緊迫的學習狀態下，江主席依然堅持閱讀，他尤愛金庸老先生筆下的武俠傳奇，人性黑白的彰顯，文字意境的呈現，都讓他深陷其中。沉浸在書海中的他，竟漸漸掌握了一套「武林秘笈」——速讀，速讀能讓江主席在有限的時間中，博覽群書，提煉重點，豐富自己的知識庫。這種學習方法，不僅在中學時期陪伴江主席度過求學時期的艱辛歲月，亦讓他終身受益。在之後的職業生涯裡，江主席都是通過善用有限的時間，來迅速吸收知識與技巧，實踐人生。

健康體魄，重視學習方法

江主席亦分享在應付考試前，首先要做的事情是保持身體健康，擁有良好的魄力，才能夠應付繁重的考試。江主席建議學生可以建立做運動的習慣。雖知道現今學生學業繁忙，課後亦有不少補習或課外活動，但若能在放假時抽空做兩至三次運動，例如游泳、跑步等，保持良好的體力，才能夠讓我們有足夠的精神去應對考試。第二，適當地在書本上做記錄，學生可按照自己的學習習慣，用螢光筆劃出重點，次要的內容可以用鉛筆圈起，這既讓學生方便溫習，亦可以讓學生更加了解課文內容的脈絡。當然，除了文科生要做筆記摘錄外，理科生也要善用做筆記的技巧。

不進則退，成功沒有捷徑

江主席強調每個人的天賦與興趣都有所不同，人生的路也有所不同。江主席提及他在早些年，曾就職於大機構，但是他漸漸發現，這種工作模式並非是他真正想要的。於是，他毅然辭去了這份安穩的工作，跳出常規的束縛，選擇創業，選擇從零開始。但是創業又怎會一帆風順呢？江主席在這條佈滿荊棘的創業之路上，可謂是步步艱辛。但江主席卻從未有放棄的念頭，有的是屢戰屢敗，屢敗屢戰的勇氣和毅力。正是這種令人欽佩的勇氣和毅力，支持江主席度過那段艱難辛苦、起早貪黑的創業期，讓他遇見希望的曙光。江主席在通過不斷的嘗試和思考，不斷地尋找資金、人手和客戶群後，終於創立了屬於自己的會計師樓。但是，儘管如今已經踏上成功的階梯，江主席還是謙虛地認為，在社會的進步中，一切都只是小小的開始，他還需要更努力地拼搏，一直向前。所以他勸喻年輕人，雖然人生總會經歷失敗，但只要不斷思考，不斷進步，即使失敗的時間是以「年」計算，也不要放棄。人如果「不進」則「退步」，所以我們要一直向前走。

緊隨潮流，新時代新創建

談及對新一代的看法，江主席表現出對現今年輕人的欣賞。江主席認為現在的年輕人佔據良好的先機，能夠較早地接觸新科技，對時代的發展，一直掌握著豐富的資訊。在當下資訊騰飛、變遷迅速的社會中，新一代創意思力十足，能夠踴躍嘗試新事物，有自己一套獨特的想法，實為讓人欣喜的。但遺憾的是，因為不少的年輕人都誤認為，在社會中向上游很

難，故而對這方面的上進心減弱。在江主席看來，這種想法有點過於憂慮了，雖然一些傳統行業式微，但不少新興行業卻隨之冒出，提供了不少上游的機會。

因此，江主席希望年輕人能夠未雨綢繆，利用自身優勢，抓緊身邊的機會，積極向上。當然，在人生的路上，家長亦扮演著相當重要的角色。江主席希望家長可以「朋友」的方式和子女溝通，了解子女的性格，發掘他們的優點和天賦。現今社會進步，各行業、職位、工種已有不同發展變化，有時候，傳統專業及高級學府未必是唯一的出路，只要願意付出，投身於任何一個行業都可以有良好的發展，所謂「術業有專攻」，所以家長宜因應孩子的性格、資質及強項，讓他們發揮所長，並誘導他們走向成功的道路。

培養AQ，攜伴同行人生

在討論到現在青少年輕生的社會問題時，雖然個案發生率不高，但江主席仍希望減少社會各界憂慮及了解箇中原因。江主席認為其中的最大因素是抗逆能力的不足。江主席認為，現在社會上大多數人誤認為只IQ（智商）、EQ（情商）是決定成功的最大因素，導致青少年忽略了培養AQ（逆境商數）。因而，青少年一旦遭遇了挫折和失敗，就會一蹶不振，情緒低沉，甚至產生輕生的傾向。可見其中的影響是不容忽視的。但是，江主席亦提到，人是有思想和情緒的，難免會受到情感問題所困擾。因此，在必要時尋求幫助，也是一個明智之舉。

江主席認為青少年在情緒低落時，可以與人溝通以疏導情感問題；在危難之時同舟共濟，發揮互助精神。他更希望現在的年輕人能夠以面對面的方式直接溝通，提升日後的社交能力。就算在絕望的關頭時，同學也可以向專業人士尋求幫助，「船到橋頭自然直」，人生總能找到出路。至於親人朋友，應該多引導青少年正面應對挫折，給予他們多一點鼓勵，適當的阿Q精神也不失為一件壞事。

迎難而上，登峰貴於挑戰逆境

經過了多年的歷練，江主席對人生別有一番感悟。在他看來，人生不外乎像登山，每個人都有選擇路徑的機會，有的選擇一生平坦，有的選擇攀越高峰，當然，每一個決定都會有得有失，平坦就預示著無緣登峰，登峰就預示著困難重重。而江主席就是一個有勇氣的挑戰者。人生只有一次，江主席願意走出舒適圈，承受無數的挫折和壓力，挑戰自己。在江主席身上體現的精神與品質，也無一不是他畢生座右銘的呈現——「不怕艱辛，迎難而上」。江主席就是憑藉這八字，以此勉勵自己一直向前，勉勵自己攀登高峰，追逐成功。

結語

訪談在輕鬆愉悅的氣氛下完結，江主席的分享，讓我們獲益匪淺。透過江主席的分享和勉勵，相信同學定能找到學習的方法、人生的方向和意義，展望將來，風雨無阻，朝着目標進發。最後，我們期盼江主席能在人生的道路上，能夠邁向更進一步的康莊大道，找到令自己滿意的成功，實現自己的人生意義。



主席有感

家教會主席 孫柳紅女士

大家好！本人承蒙大家的信任和支持，成為家教會主席。

兩年間，讓我認識到很多家長朋友；在各項活動上，我深深感受到家長對學校的愛護，為學校不遺餘力地付出。

此外，我亦非常感謝家長對家教會的支持和認同，本人定當竭盡所能履行家教會的職責，實踐家教會的宗旨，團結家校之力量，共助子女成長。

日後，我希望讓家長、老師及同學間有更多互動、互信和溝通，使學生身心得以健康發展。



校長的話

校長 楊文德博士

本年很榮幸獲本區一所小學邀請於畢業典禮擔任主禮嘉賓，因此近日正考量如何向準備升中的小六學生訓勉。要迎接中一的生活，除了校服、書本、交通等基本改變外，其實最重要的是心態上要作出調整——了解自由與責任的關係。即將升讀中一的同學需要認識及準備，家長們也需要調整心態。

當子女升上中學後，家長亦應該學習如何放手，給予子女適量的自由，才能讓子女學懂承擔更多責任，從而換取更多的自由。小學時，家長可能每天都為子女檢查功課、收拾書包、設定溫習時間表等，這樣不但奪去孩子學習自理的機會，而且還會扼殺孩子承擔本該屬於他的責任。家長的過分保護，目的就是不容許子女出錯，功課有少許瑕疵家長都不能接受。家長不給予子女收拾書包的自由，學生只會推卸責任，如當老師問學生為何忘記帶書，學生的回答便可能是：「我不知道！請問我媽媽。」。

偶爾也會有一些中一家長還未習慣子女的中學生活，凡事多加照顧，每天都問學生的學習進度，測驗範圍是由幾頁到幾頁，事事追問。雖然背後是出自於父母對子女的愛，但這樣，學生又如何培養責任心呢？學生需要學懂為自己的行為負責，家長便必須要給予適當的自由空間，容許他們犯錯，並在錯誤中學習。家長不需要害怕子女會跌倒，即使他們跌倒，學習上遇上障礙，我們的老師都會伸出援手，學生必定會站起來再次上路。跌倒的經驗會使子女學會如何走得更穩，更遠，甚至跑得更快。

梁省德中學的家長一向都十分信任及支持學校，正正是因為有這樣的支持和信任，老師們才放心克盡己職，教導他們的子女。試想想，若家長諸多挑剔，凡事都要向老師問責，結果可能會令老師感到氣餒，減少與家長接觸及不敢管教學生。因此要培育學生健康愉快地成長，家校合作不可或缺！



各項體育活動成績



項目	獎項	
荃灣及離島區學界越野賽	男子甲組	團體第八名
	男子乙組	團體冠軍
	男子丙組	團體冠軍
	男子組	全場總冠軍
	女子甲組	團體亞軍
	女子乙組	團體冠軍
	女子丙組	團體冠軍
	女子組	全場總冠軍
荃灣及離島區學界田徑比賽	男子甲組	團體冠軍
	男子乙組	團體冠軍
	男子丙組	團體冠軍
	男子組(連續二十二年)	全場總冠軍
	女子甲組	團體亞軍
	女子乙組	團體冠軍
	女子丙組	團體冠軍
	女子組	全場總冠軍
荃灣及離島區學界游泳比賽	新紀錄：1項	
	男子乙組	團體第五名
	女子甲組	團體殿軍
	女子丙組	團體第七名
新界地域中學校際室內賽艇比賽	男乙團體	優異獎



家長晚會



家長也敬師運動



梁中端午包糰樂 (與家政科合辦)



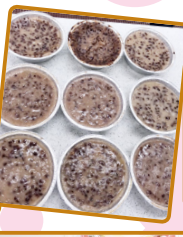
梁中親子烹飪大賽 (與家政科合辦)



烘焙蛋糕工作坊 (與家政科合辦)



新春糕點班 (與家政科合辦)



活動花絮



鳴謝各位家長義工

開放日家教會攤位義工：

Esther、Emily、Elaine、吳智偉、葉貞潔、Eli、Sam、王亞珍、列小燕、陳秀芳、Gloria、Iris

製作愛心食物的家長義工：

葉貞潔、王亞珍、吳智偉、Iris、Ruby、Chris、陳秀芳、余卓樞家長

帶領學生參加中英文朗誦比賽的家長義工：

王亞珍、黃蓉蓉、陳飛、Emily、余卓樞家長

家教會在此謹向各位不辭勞苦、盡心盡力的家長義工致以衷心感謝！

水仙球浸割班



支持學校年宵攤檔



試食飯盒及小食



博愛醫院臨牀試驗協會中學家長助會									
午膳試食小食：食物部試食意見調查表									
日期：_____									
食物部：_____									
食物款式：_____									
試食者姓名	試食者年齡	試食者性別	試食者職業	試食者住址	試食者電話	試食者電郵	試食者意見	試食者簽名	試食者日期
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

沙頭角禁區風情、錦田鄉村俱樂部一天遊



40週年校慶聚餐



40週年校慶開放日學生會梁記善心齊義賣



人文學科常識問答比賽



四社數學常識問題比賽



English Fun Fair



Maths Fun Day



40週年校慶開放日



中一教育營



四社英語常識問答比賽



English Spelling Competition (Lower Form)



動態

考察及交流團

北京姊妹學校文化交流團



大灣區高新科技考察團



海南省環境保育、科技及海上絲路探索之旅

珠海航空科技探索之旅



觀瀾湖文創體驗交流團



School Visit

北京市房山區實驗中學 (北京姊妹學校)



德英樂教育中小學校長團隊



Compassvale Secondary School - Singapore



Dunearn Secondary School-Singapore





2018-2019年度同學獎項及成就 (部分)

項目	參與同學、學社、團體	結果
荃葵青優秀學生選舉2018	6D 蘇 婕	榮獲「高中組優異獎」殊榮
慶祝中華人民共和國成立69周年 學生徵文比賽	2D 呂穎超 3D 陳倩彤	初中組亞軍 初中組優異獎
杜葉錫恩教育基金 「2018第四屆全港青少年進步獎」	5C 陳福星 3D 王咏欣、6C 楊兆倫	獲得2018第四屆全港青少年進步獎 優異獎
紀念改革開放四十周年 第八屆 全港學生中國國情知識大賽	5B 李紫琪、5B 曾嘉燕、5B 姜可兒、5D 陳錦裕	中學組優異獎
第二屆「思科創意解難挑戰賽」	3D 陳鈺恒、3D 柯 翔、3D 黃爾諾	入圍第二階段
有聲好書 全港中學生聲演比賽2019	4A 楊博程	入選十強《普通話組》
校際網上問答比賽—知識產權大決鬥	4D 鄭詩曉	高中組個人優異獎
荃葵青區傑出學生選舉 2018/19	5D 鍾 政	入選荃葵青區十二大傑出學生
柏立基爵士信託基金 2018-19	5B 曾嘉燕	獲選柏立基爵士信託基金傑出學生
2018香港青年音樂匯演	博愛醫院歷屆總理聯誼會梁省德中學	中樂團比賽 (中學B組)銅獎
荃灣青年會積極參與 馬來西亞歷史文化生態遊	6B 吳穎怡	嘉許狀
少年警訊名譽會長會杯 禁毒滅罪愛荃城定向比賽2018	3C 何歡殷 4A 何進業、4A 余嘉晉、4D 王晞晞、4D 鄭詩曉	初中組亞軍 高中組優異獎
2019-2020年度荃灣區名譽會長會就職典禮暨社區同樂日	2A 王灝灝、2B 黎樂軒、2C 葉文冲、2C 葉天正 2D 丘汶琛、2D 簡芷玥、2D 趙澤煒、2D 楊正皓 3C 何歡殷、3D 陳嘉欣、3D 李韋亮、4A 何進業 博愛醫院歷屆總理聯誼會 梁省德中學	最優秀少年警訊領袖團學員 最佳少年警訊學校支會 (中學) 冠軍
全港書法大賽	博愛醫院歷屆總理聯誼會 梁省德中學	最踴躍參與學校獎
2018全民閱讀博覽會—三好一生 中小學三好徵文比賽	3C 馮 健 4A 黃綺豪 4A 何進業	中學組冠軍 中學組優異獎 小隊優秀隊員
少年警訊領袖團周年會操2018	1A 陳逸朗、1C 陳心穎、1C 蔣汶珈、1C 布嘉美 1C 楊海遙、1C 廖余軒、1D 謝睿峰、2A 盧碧瑤 2A 王灝灝、2B 黎樂軒、2C 葉文冲、2C 葉天正 2D 丘汶琛、2D 簡芷玥、2D 趙澤煒、2D 楊正皓 3C 何歡殷、3D 陳嘉欣、3D 李韋亮、4A 何進業	最佳制服小隊冠軍
康麗時裝設計比賽2019	2D 陳 錦	亞軍及優異設計獎
無煙Teens計劃2018-2019	4B 葉希彤、4C 梁寶兒、4D 陳淳恩、4D 張羽婷 4D 黃依琪、4D 李詠心、4D 林易旻、4D 蔡綺琳 4D 伍卓玉、4D 何寶賢、5C 郭建麟、5C 姚培懷 5C 馬啓岡、5C 余柏輝	優異無煙Teens團隊
第70屆香港學校朗誦節	2D 簡 慧、2D 徐芷恩 4D 何寶賢 4B 鄭卿鏘 4B 黃慧杰、4D 鄭詩曉 4D 王晞晞 5D 鍾 政	一、二年級二人朗誦冠軍 四年級粵語女子組詩詞獨誦冠軍 三、四年級普通話男子組詩詞獨誦季軍 三、四年級二人朗誦季軍 三、四年級普通話女子組散文獨誦季軍 五、六年級粵語男子組詩詞獨誦季軍
全港青年普通話朗誦比賽 (公民教育)(2018-19年度)	4A 陳宇涵	高中組優異獎
2018-2019中國中學生作文大賽 (香港賽區)	5B 李紫琪	高中組銅獎
2019 亞洲國際數學奧林匹克 公開賽初賽	3D 陳鈺恒、3D 陳子民 3D 劉凱暉 3D 林福銘、3D 李浩逸	金獎 銀獎 銅獎
新界校長會香港廣東社團總會 慈善基金合辦獎學金計劃2018	6B 樊君妮 (17-18 年度)	獲得獎學金一萬元
尤德爵士紀念基金	6B 李恩怡、6B 梁曉彤	尤德爵士紀念基金高中學生獎， 各獲得1000元現金獎。
2018-2019年度新界地域中學 全能傑出運動員選舉 (荃灣及離島區中學分會)	3D 陳倩彤	全能傑出運動員
香港印度商會六十週年教育信託基金 Nehru Memorial Trust Scholarship	6B 李欣彤 (17-18 年度)	獲得獎學金一千元