



# 香港基督教服務處 培愛學校

第 26 期校訊  
2021 年 5 月

香港新界屯門恆貴街 6 及 8 號

電話：24902955

傳真：24906187

網址：<http://www.pos.edu.hk>

## 校長的話

### 疫有您同行

今年是非常特別的一年，新冠肺炎疫情持續，擾亂了大家的日常生活，也擾亂了學生的學習模式，令學生、家長和學校面對著不少新挑戰。幸好培愛學校得到各持份者默默的支持和付出，讓我們克服了一個又一個難關，感恩沿途有您同行！

首先，我要感謝勞苦功高的家長們。面對這場突如其來的疫症，學生的學習模式隨著疫情反覆而改變，家長亦需不斷適應此等轉變。家長除了要照顧孩子的日常生活外，還要協助孩子們在家學習和進行家居訓練。感恩有您們的支持和配合，讓我們可以做到「停課不停學」！

其次，我要感謝學校團隊。在這不一樣的學習期間，老師透過不同的教學模式，努力支援學生在家學習，更為身處內地的學生提供學習資料，亦在資訊科技方面因應學生需要而作出支援，減少學生因教學模式轉變而影響學習，並與家長保持緊密聯絡，了解學生的近況及學習進度；各部門治療師在停止面授課期間與學生、家長、宿舍及老師保持緊密聯繫，並提供適切的

支援；學校護士密切跟進學生健康狀況，致力維持校園及宿舍的衛生；學校社工亦不斷跟進學生的行為及情緒狀況，適時提供協助；宿舍團隊更在疫情下不辭勞苦照顧宿生，持續提供住宿服務等。全體教職員透過不同方式，努力支援同學在家學習，讓學生在家中都能感受教職員的支持和關懷。雖然網上學習不能取代課堂實體學習，當中亦有很多挑戰，但相信憑着大家努力合作，定能把難題逐一解決，幫助同學在「疫」境中成長。

在疫情期間，學校成立一隊抗疫小組，密切跟進疫情發展及防疫措施。學校亦制定了一系列的防疫措施，例如：添置防疫物資、加強校園和宿舍清潔及消毒、聘請專業公司到校園及宿舍噴灑消毒塗層及納米光觸媒塗層等，有效地預防病毒傳播。這一切全賴大家的協力，才讓學生在安全和舒適的環境下學習和成長。

此刻，新冠肺炎已踏進第四波，疫情仍然不穩定。學校團隊仍會堅持以學生為本，努力不懈地守護我們的學生。在此，讓我再次感謝一直緊守崗位的學校團隊和家長的配合和支持！祈盼大家持續攜手同行，同心抗疫，為孩子締造一個安全和關愛的學習和生活環境，健康快樂

地成長。最後，祝願各位身體健康！生活愉快！



# 編者的話

由新型冠狀病毒引發的疫病，在全球肆虐已超過一年。各國先後推行種種措施抗疫，香港自不例外，由限遊限聚到停工停課。佩戴口罩、清潔雙手、保持社交距離，若說疫情改變了我們的生活常態，大概無人會持異議；可是抗疫之路如同漫漫長夜，晨曦臨到前，思潮難免起伏。在過去這段日子，培愛學校的同學、家長以及一眾教職員，又如何面對疫情帶來的衝擊？本期校訊嘗試從不同角度，透視眾人的心路歷程，讓複雜微妙的思緒感受如實呈現，深信只要「疫有你同行」，困頓終能渡過。

## 防疫措施

自 2020 年 1 月起，新型冠狀病毒在香港肆虐，疫情初期全港抗疫物資短缺，一些市面常見的廁紙及消毒液（如漂白水及火酒）也嚴重缺貨，更何況外科口罩及消毒搓手液等不是恆常必需的抗疫用品。培愛學校的一眾護士肩負著重大的使命，每天透過網上平台、打電話及 whatsapp 等途徑，為全校的師生張羅抗疫物資。在網上每次打出「2 盒 thanks」和訂期貨好像打水漂一樣，水過無痕。連一向使用中的紅外線測溫儀亦報銷，令人氣餒。

更換紅外線測溫儀

搜羅抗疫物資



幸運地不少有愛心的慈善機構，如恩光之友會、香港獅子山獅子會、屈臣氏集團等向本校捐贈口罩及搓手液等。護士在協調後將所得的物資分發予學生，讓學生在疫情下，仍有足夠的防疫物資保障健康。同學收到物資後非常開心，亦感激捐贈者在疫情期間雪中送炭。

學生獲贈口罩



獲贈的物資

停課期間，沒有學生上學而變得空盪盪的校園，校工跟隨衛生防護中心的指引加強清潔消毒。除此之外，學校亦定期安排專業消毒公司為校園噴灑消毒塗層。大家努力締造安全衛生的校園，為恢復面授課堂作好準備。

校工清潔校園



噴灑消毒塗層



同學枱上加上圍板  
課室添置了紫外線  
殺菌消毒燈

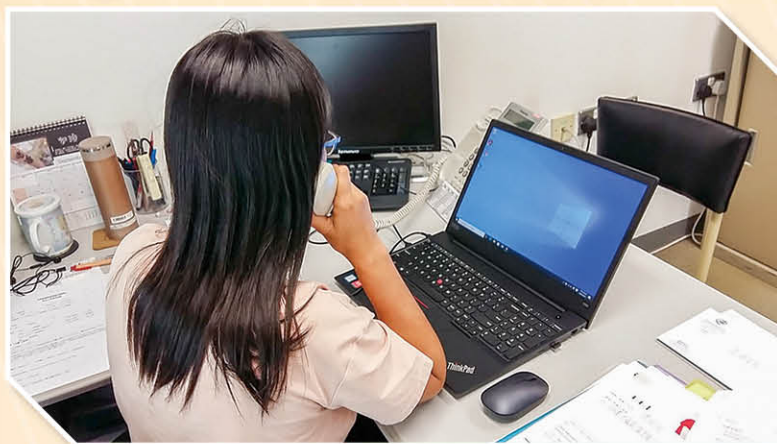


# 停課不停學措施

香港的學校因應新型冠狀病毒停課，在停課日子裏，學校有甚麼安排讓學生能夠「停課不停學」呢？

停課期間至面授課堂開始，教學模式的轉變主要影響以下項目：

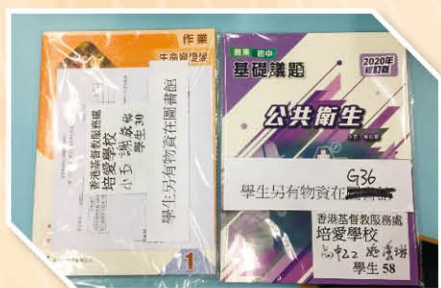
1. 在停課期間，各科課堂、治療課及全年的校本支援計劃改為以 Zoom 形式實時教學。同時，宿生亦可在保持足夠社交距離下進行網上學習。
2. 教師使用 Google Drive 建立網上學習資料庫，治療師使用電郵或通訊軟件向學生發送教學片段及網上功課。
3. 各班主任及各部門以陽光電話聯絡家長及運用 Zoom 舉行小一新生家長日。
4. 學校在疫情緩和的時候，安排家長到校領取學習物資，同時我們亦為不便到校的家長安排郵寄。部分物資由於較多和較重，我們安排校車送往學生住處。
5. 學校因應未能回港復課的學生設立 OneDrive 網上學習平台，把所有學科的學習素材，如工作紙、教學簡報等，以及停課期間以 Zoom 進行教學的錄影片段，上載至 OneDrive 供學生學習。



社工以陽光電話聯絡家長



治療師與同學進行視像治療



學校把新學年的書本、作業及功課郵寄及透過校車送到學生手中

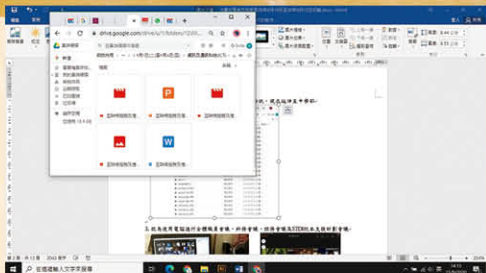
宿舍同學使用  
ipad 網上學習



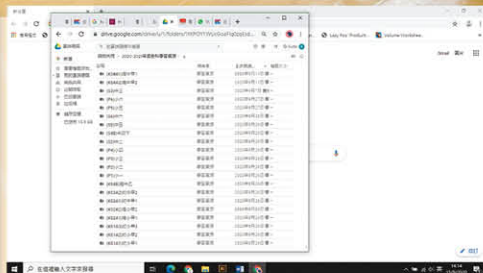
在校的同學  
和在家的同學  
一起使用  
ZOOM 學習



宿舍的學生在禮堂專心上課



學生收到教學片段及網上功課



使用 Google Drive 建立網上學習  
資料庫



教師跟學生透過 Zoom 進行網上  
教學

# 善長捐贈

疫情肆虐，防疫物資短缺，但有幸「疫有您同行」。這段時間，香港基督教服務處培愛學校感謝各界捐贈抗疫物資，共渡時艱，以行動傳達對我們的關愛。我們收到以下物資，包括：口罩、盒裝紙巾、消毒濕紙巾、酒精搓手液、酒精消毒噴霧、自動感應消毒機、自動泡沫洗手機、泡沫殺菌潔手液、75% 乙醇消毒液、護目鏡、抗疫包及乳膠手套。



抗疫包



自動感應消毒機

酒精搓手液



口罩



抗疫包

# 鳴謝

鳴謝 Trinseo (Hong Kong) Limited  
送贈平板電腦予本校宿生。



鳴謝林忠成先生捐贈  
\$10000 獎學金及  
捐款予本校作一般用  
途。

鳴謝 Mr. So Chor Wo  
Jeffrey 捐款予本校  
宿舍作一般用途



鳴謝「點滴是生命」送贈農曆新  
年福袋及兒童手繪袋予本校學生。



鳴謝劉鑾雄慈善基金送贈平板電腦予  
本校低收入家庭。



鳴謝「Apple Daily Charitable  
Foundation」贊助宿舍沙畫及  
單車活動。



鳴謝「超敏會」捐贈 \$3000 獎  
學金及送贈電視屏幕予學校。

# 心聲

「本港新增 XX 確診，XX 宗源頭不明……」現在已成為我每天最留意的新聞。每天總盼望報章報導「零確診」的消息，但無奈新冠疫情始終反覆，近期第四波的爆發，更令人深感憂慮。

不知不覺，疫情已持續了近一年，不論在工作、生活及社交都出現了不同程度的轉變。除了擔心感染的風險，社交限制也令到生活失去很多的色彩，而讓我感受最深刻的是受影響的家長及學生；停課安排無疑加重了家長於照顧上的負擔，但留宿的學生更因疫情限制不能參加大部分的活動而感到失落，更讓我感同身受；讓我意外的是，他們非但沒有怨天尤人，反而在疫情期間提高了防疫及衛生意識，甚至會主動向職員提出餐前要用消毒液搓手及保持社交距離等，實在令人倍感欣慰。

最後，相信只要在各方面的配合下，人人做好自身防疫工作，疫情會很快過去。

宿舍家長 莫維先生  
2020年12月

疫情下，整個香港籠罩着擔心與恐懼，一波又一波的疫情，一個又一個的感染群組，一天又一天在上升的確診數字，配合一行又一行結業潮的報導，就像旅遊業、航空業、餐飲業……香港，彷彿要在新華字典上賦以一個新的含義：沒有希望。

有工作的，擔心明天工作不保；失業的，在家中等待着疫情消失這個虛無飄渺的奇蹟，望着那些「相信政府」、「唔怕！」的 Whatsapp 貼圖，不禁苦笑。有子女因為停面授課程而要在家中網上學習的，更是為所有貧苦家庭帶來很大的壓力：父母需全天候照顧小朋友，一來要擔心他們能否趕上學業，另一方面亦很難敦促他們在「家」這個自由度十足的地方專心上課。每個人的壓力指數都邁向爆錶的臨界點。

然而縱然疫症無情，香港人更需要以愛互相扶持，不應被恐懼、擔憂蓋掩生活的一切，再難，日子還是要過。所謂山不轉路轉、路不轉人轉、人不轉心轉，既然疫情已是既定事實，何不將愁緒轉化為動力。只要相信疫症會有過去的一天，現在正好是磨練的機會，積極裝備自己。上帝關了一對門，必然為你開一扇窗，疫情下大家都多留了在家，哪怕不是上帝認為香港人只懂「返工」，可辛勞一輩子卻難得有與家人共聚的時間，現在亦是補償的機會。

我經常勉勵自己：要記着，走到街上，與我們擦肩而過的並不是陌生人，他們都是同行者，都是在疫情下搏鬥的戰士，所以我們並不孤單。曾經，我看到別人分享的一則生活動態，內容是在口罩最匱乏的時候，朋友出門忘記戴口罩，巴士上竟有熱心人士送贈了好幾個給她。雖是小動作，但卻蘊含大意義，「一枝竹仔易折彎，幾枝竹一紮斷折難」，相信在大家同心協力下，疫情很快會消退。

宿舍家長 錢思俊先生  
2020年12月



春去秋來，執筆時，2020年快將完結。2020年對香港人（甚或全世界）都是印象深刻的一年。新冠肺炎自2019年尾肆虐，至今尚未見扭轉疫情的重大突破。媒體報導主題由年初「一單難求」、「在家抗疫」，到近日「宅度假」、「跳舞群組」（還真的印證了回歸前常說的「舞照跳」……），看來大家都漸漸習慣了疫情下的新常態。

疫情之下，我的健身生活亦漸漸變得不一樣：打不了籃球、上不了健身房、上不了餐館……可是，正所謂「山不轉路轉，路不轉人轉，人不轉心轉」嘛。

打不了籃球、上不了健身房，就留在家中做徒手訓練及拉筋；

上不了餐館，就在家預備三餐；

見不了朋友、去不了旅行，倒是有空翻翻健身書籍和看看健身教學視頻。

一年過去，疫情仍然反覆，做不了的事還是做不了，但只要熱情不減，總會找到好轉變的：在家做徒手訓練改善了過份集中重量訓練的陋習；自己在家煮食，既健康亦能更有效控制熱量及營養成份。身形雖然沒有更壯碩，但耐力及柔軟度均見改善。健身的方式及重點都變得有點不一樣，但仍見進步。

抗疫生活雖有諸多不便，但只要熱情不減，自有應對方法。有了方法，漸漸就能發現好轉變。與其抱怨不足，不如看看其他尚待開發的地方。這不正是職業治療的精神嗎？肢體殘障學生的身體總有限制，只要學會不同的方法或工具，能獨立完成的事情還是不少的；縱使他們生活中總有需要協助的地方，生活方式與一般人不同，但仍然可以不減生活的熱情。

大家想到疫情生活中一些好轉變嗎？總有的！想不起的話，先找找生活的熱情吧！

職業治療師 蘇建鏗先生

2020年12月



2020年，是我們日常生活出現重大改變的一年，因為遇上了散播全球的病毒。以為這樣嚴重的疫情只會在電影或遊戲中出現，沒想到在我的生命中遇上它，實在令我有點驚訝。在疫情中，我才突然發現人類比想像中脆弱，就算以現今的醫學水平，亦難以抵抗病毒。其實，也不用感到訝異，我們生於自然，不及自然的力量亦是意料之內的事。難道我們只能悲傷絕望？只能坐以待斃？抑或應積極面對、奮力抵抗無情的病毒？

在疫情嚴重時，學校停課，我要留在家中溫習，而隨著應考文憑試的時間越來越近，加上我要處理有關大學選科的事，我才明白到進入大學這個目標比想像中更為困難。於是我便下定決心，制定溫習時間表，要為目標全力以赴，期望在文憑試中取得理想的成績。

從這次疫症令我明白到世事無常，今天所擁有的，明天可能失去。所以我們要好好珍惜每一天，把每天視為生命中的最後一天，把握餘下的一分一秒，珍惜身邊的人、為目標或夢想而努力。如果你認為剩下一天不能達成任何事，就感到消極、絕望，這樣連一點快樂的時間都沒有，那不是很可悲嗎？

其實疫症並不可怕，可怕的是失去了正面的態度、失去了堅持的決心、失去了放下的思維。只要我們樂觀積極，心存希望，放下所有負面情緒，就能堅持到底。最後我期望研發疫苗的工作能順利完成，令我們的生活重回正軌。

中六班 闕俊樂同學

2020年12月

2003年沙士，那時候停課，考試也取消了，學校寄來的功課和成績單擱在一邊無人問津。那年難得擺脫了老二，拿了全級第一，卻沒有機會上台耀武揚威，但仍是開心——不用上學。

2020年春風依舊，身份由學生變做物理治療師。

「下星期我們放假了。」學生忍着拉筋的疼痛，面紅耳赤，酸楚中卻有笑，眼神滿是憧憬。那一節課他特別起勁，快快地交待完要做的運動，頭也不回離開了物理治療室，推着輪椅，比以前推着助行架還要走得快。我彷彿看見我叮囑他放假要做的運動，從一邊耳朵鑽進去，立刻從另一邊耳朵鑽出來。

昔日的我，這時的他，快樂很簡單。單單因為生活中能嘗到突如其來的「幸福」，那種額外的小確幸是甘之如飴的，反之突如其來的「不幸」，那額外的禍就更使人沮喪。

我們渴望生命恆常，可無常才是生命的本質。我們該問「如何活下去」比「為什麼發生」更為重要。

工作上我看見很多學生和家長，在物理治療課「努力活下去」：有家長不得不重拾提醒兒女做運動的責任，學生學習為自己身體着想訂立做運動的時間表。我透過小小的螢幕，看見家長和小兒女擠在一起做運動，很是「親子」，很是溫馨。

《活出生命的意義》有一段話我很喜歡：「一些不可控的力量可能會拿走你很多東西，但它唯一無法剝奪的是你自主選擇如何應對不同處境的自由……人們一直擁有在任何環境中選擇自己態度和行為的自由。」無論是輪椅上的學生，是失業的成人，是臥床的患者，或是牢獄中的犯人……讓我們活出心靈的自由，一起走出這困境！

物理治療師 史文傑先生  
2020年12月

疫情中，你最深刻的事情是什麼？對我來說也有不少，不如就由「口罩」說起。

得知香港出現了第一個確診者，馬上想起口罩，因為之前心存僥倖，以為疫症不會發生，所以家中存貨不多，只是在網上訂了一批兒童口罩。放工後，去了商場，找了幾間店舖也沒有之際，有個保安員告訴我，某間化妝品店可能有貨。匆匆到達時，見到口罩了！立刻告訴店員想買三盒，覺得應該足夠。但是，很有趣地，店員說：「不如買多些吧！」於是用五百多元買了八盒，心滿意足回家去。稍後，突然冷靜想想，可能店員當我是「水魚」，才把一大堆口罩塞給我，因為一盒七十元，已經比市價高了不少，但既然有用，也就算了。



後來，口罩價錢水漲船高，當聽到有人用了八百元才買到三盒口罩時，慶幸自己已買了一批口罩，還分了一部份給親友和家傭。至於在網上訂購的兒童口罩，幸運地兩間公司都如期交貨，孩子的口罩也足夠。說到這裡，湧上心頭的第一個感受就是「感恩」。或許每個人也有「尋找口罩的故事」，

但我想大部份人結果是有足夠的口罩。除了感謝一些善長、有良心的機構或商店等，更感謝你我身邊有互相扶持的親友，才能在這疫情中支撐下去！

另一個感受最深的，就是「珍惜」。疫情持續，外出不多，唯有去屋苑平台閒逛，陪伴孩子玩耍之餘也看到不少風景，例如少有的白色彼岸花，還窺見花上那隻努力探索的小蝸牛。疫情帶來了不少苦惱，但它造就了機會，提醒大家要珍重身邊的一切，好好陪伴家人，以前忽略的，此時卻難能可貴。願大家繼續健康、平安和快樂！

言語治療師 梁巧倩姑娘  
2020年12月



今天已經是 2020 年度的最後一個月份。2021 年我們仍然要面對始於「19」年所發生的新型冠狀病毒感染病而人心惶惶。感覺時間過得很快，生命很渺小。

記得 2020 年二月新年假期之後，學校就開始停課，疫情影響著我們所有人的生活。於我，生活中最明顯的影響，莫過於外婆的身體開始走下坡：她的食量變得愈來愈少，四五月左右她的體重明顯下降。家人都掙扎要否將婆婆送到醫院，因為疫情醫院取消了家屬探視，而婆婆年紀很大，家人都擔心再也見不到她，故一直沒去醫院。到後來婆婆已經不能進食，我們六月尾將她送入醫院。兩星期後，醫生通知我們，婆婆走了……

經歷生離死別固然難過，可是我更想分享當中有神的恩典伴我們走過：首先，婆婆最疼愛的三舅父他家住河南，來港需要隔離十四天。雖經歷不少波折，但感恩婆婆生命中最後的一個月也有三舅父陪伴在旁。此外，其實婆婆住在醫院期間情況曾經有改善，亦轉到康復大樓，醫生准許家人到醫院學習為她插胃喉，以備將來出院。一開始醫院不允許已隔離 14 天的三舅父參與學習，我媽媽便向醫院求情讓我和她二人去學習。誰知學習當天有突發事故，醫院臨時取消了第一次入病房的安排。第二天醫院致電我媽媽，問能否即時到醫院學習，可是我要上班。因為之前曾經求情，我們有兩個名額，最終我媽媽和三舅父能夠破例進入病房，見到婆婆，亦有少量的傾談時間。最後，婆婆年事已高，但在最後的日子沒有怎樣受苦，更有子女、孫兒和曾孫在她身邊。而其他所有在國內未能來港的兒女和孫兒，都透過視像電話和她見了面、說說話。婆婆雖然走得突然，但我們亦作好了心理準備。

在患難的日子，我們仍然感謝神，因為當中並沒有什麼遺憾，我們知道在新冠肺炎的影響下，全球數以百萬計的病人都只能在孤獨之中離世……家屬的傷口更深、更難癒合。故此，我們一家人感恩能夠在這麼緊張的病情下，藉住入病房學習的機會見到婆婆最後一面。除了感恩，還是感恩！藉着這份特別的恩典，讓家人能夠在後來的哀傷中有所安慰。生命無常，今天我們所擁有的健康也不是必然。除了日常生活的防護，在那些不可上街的日子，讓我們珍惜彼此相愛的機會，多表達對家人的愛吧！

教師助理 杜雪娟姑娘  
2020 年 12 月

逆情下有些人失去工作，很多的店舖失去生意，有些更面臨結業。在悲觀市況下，尖茶最近遇到的「一件小事」，讓人心路歷程高低起伏，難以言喻。

第四波疫情爆發後的一個非常寧靜的星期一，我一個人坐在舖頭坐到傍晚，這時 Foodpanda 外賣機響起，這是透過該平台接的第一宗外賣，客人下了三杯飲品，價值數十元，我們如常認真地處理。一般來說，外賣員都會較原訂時間遲些才到達，而出乎意料地，這次外賣員較預計時間早到四分鐘。

我客氣地問：「單 number(號碼)」；外賣員不作聲並舉起手機，似乎示意我自己看。外賣員的工作態度一直為人詬病，除了遲到，另一個問題是不打招呼。外賣員來到店舖，需要核對單號，打招呼是正常不過的禮貌行為，但近來愈來愈多年輕的外賣員沒有做到。

但這位看起來四、五十歲的外賣員，似乎並不是不識大體，而是另有苦衷。待我包裝好三杯飲料後才得悉原委。他一隻手指著嘴巴，一隻手指著耳朵，不斷地做交叉動作，原來他是個聾啞人士。疫情下港人生活不易，但看到仍有許多聾啞人士正在為工作、為生活而努力，亦明白到只要不放棄，總會走出「疫」境。



尖茶導師 鄭先生  
2020 年 12 月

日常工作中不時也會遇到家長與我訴說他們生活上的難處，尤其在新冠肺炎疫情下，大家的生活更顯艱難。回顧過去多月以來，我的生活也因疫情遇到一點點的影響，讓我跟大家分享一下吧。

談到疫情，「醫院」必然會被列為十大高危地方的榜首。在本港出現第三波疫情期間，爸爸因患病的原故需要頻密前往醫院接受治療，適逢當時正值暑假，我也盡量申領年假陪伴爸爸前往。每次到醫院，總見周遭的人各施各法，如臨大敵——口罩、眼罩、面罩是最基本裝備，全程穿著膠雨衣的也大有人在。我會為此擔憂嗎？總是難免吧……但每想到能讓爸爸體會家人對他的愛和支持，我就有了動力和勇氣。

疫情為我帶來的另一大影響，就是醫院取消了家屬探訪的安排。因著爸爸的身體情況，他需要留院接受治療。雖然打電話甚至視像通話已相當普及，但無奈爸爸的身體狀況連伸手拿電話也有困難，亦不好意思經常請求醫護人員幫忙取電話，故此我們便「失聯」了，只能隔日拿物品到病房門外，期望當職員把物品交到他手上時，他就知道我們仍默默地用行動支持他。可幸的是，不少次當我完成「交收」，仍身處醫院時，便會接到爸爸把握時機請職員代他打出的電話。但若然完成「交收」後，良久仍未收到爸爸的來電，不禁又讓我擔心起來，唯有再考慮是否要致電病房打聽打聽。那種既怕打擾醫護人員工作，又怕爸爸孤軍作戰的感覺，真教人矛盾。我相信，這也是不少病人家屬的心聲。

疫情下與人之間總要保持社交距離，雖然如此，在照顧患病爸爸的經歷中也讓我更深體會人情味的可貴，尤其感謝疫情下仍勇於親自到病房門外陪伴我的、曾經代我到病房門外「交收」的、主動提出要送午餐到醫院給我的、曾經駕車接載我往返醫院的……「醫院」這個地方，在疫情下更顯出身邊友好對我和我一家的關愛。



喜歡電影「歲月神偷」裏的一句：

「一步難，一步佳；難一步，佳一步。」願共勉之。

社工 李嘉敏姑娘  
2020年12月

疫情一波又一波，全港停課已經不止一次。停課時學生雖然會在家上網課，但是因上網課容易出現網絡以及其他技術性問題，例如電腦卡一下就會聽漏了老師的講授，加上改為半天上課，對課程進度及上課成效的影響實在很大。

記得疫情初期，耳邊環繞的不是感染情況，就是購買口罩的問題。當時買口罩的店鋪大排長龍，每當有貨就被搶購一空，有的也是售價昂貴。我們家也為口罩的問題擔心不已，還好最後托親戚在日本買了幾盒，省著用才度過了口罩短缺的時期。期間最大的感觸就是親戚朋友的噓寒問暖，特地打電話過來詢問我們口罩夠不夠。

雖然疫情帶來許多壞影響，但這疫情也警醒了我們，讓我們能更注重環境及衛生問題。

中六班 唐芝江同學  
2020年12月

不經不覺，香港疫情已接近一年了。戴口罩的生活，相信大部份人都不太喜歡，無奈為了保障自己、保障他人，我們只好隱藏自己的嘴巴及鼻子。成年人當然明白保護自己健康的重要性，可從小朋友的角度，所有人的臉都被遮蓋一半，即使復課了一段日子，小孩還是認不出哪個是張老師、哪個是陳老師，亦認不清新同學的樣子。不過，所有人一樣可以繼續生活，可見香港人的適應能力真強呢！

疫情期間，我曾經到垃圾站派發口罩給清潔工人。不論疫情如何反覆，他們就是每日工作、努力為香港營造清潔環境的一群。當中令我印象最深刻的是一位尼泊爾婆婆。記得當時口罩還是十分短缺，她由早上6時工作至下午4時，一個口罩用兩三天，掛耳繩子斷了就綁好再用，以致口罩表面都有毛粒了。當收到我們送出的口罩時，她突然跪下來，不停說「多謝多謝」。她，是一個八十多歲的婆婆。試問看到這情景，有誰會不心痛？



過去一年，不單止香港人有所改變，整個世界的的生活節奏都有所改變，甚至我們對生命的看法亦有所改變。病毒無情，有人一夜之間失去親人、失去朋友，這個疫情讓我們對環境、對人生的價值、對生命的意義有新的定位，讓人重新認識「生活」。你和我對生命的想法或有不同，但我深信在每個人心裏都有相同的問題：「究竟這種疫情底下的生活，何時才會完結？」

願你我他都能平安渡過。

黃嘉懿老師  
2020年12月

2020年是非常不一樣的一年。自一月國內發現「新冠肺炎」疫情後，感染人數每日也在上升，而全世界也開始出現零星個案，香港也不例外。我們的生活就在此時開始出現變化：每天只可留在家裏那細小的空間，除了上班、購買食物及日常用品外，盡量減少外出。每次外出必須佩戴口罩，有時候下了樓才發覺忘記戴，又要回家取回，回家後第一樣事情就是清潔雙手及面部，這些已成為日常外出的指定動作。兒子煒熙在疫情前每週回家的星期六及日，也會在屋外電梯大堂與走廊之間用步行架來回訓練，現在只能留在家裏聽聽兒歌，這樣的生活真的令人非常懊惱。

去年年初二那天，約了所有兄弟姐妹各家庭成員回來團聚過節，本來是非常開心的事情。就是因為疫情，姐姐在大陸工作的兩個兒子及孫女因為擔心染疫而沒有出席聚會，為此與妻子發生爭吵，之後不歡而散。可幸現在大家已和好如初。

另外就是自從年初一那天在酒樓飲茶之後，直到今天也沒有外出用膳，只有母親節及我生日的這兩天除外。以往的社交活動現已變成奢望……

每天在電視上留意疫情感染的人數，高高低低、起起落落。疫情一波又一波的出現，我們只能配合香港政府的各種措施身體力行，減少外出聚集，加強家居清潔。身為港人的一份子，我們全家也做了檢測以求安心（結果當然全是陰性，哈哈！）。

最後說一下這次疫情的感受：「新冠肺炎」是一種新的病毒，在全世界已有六千七百多萬人感染，超過一百五十萬人死亡，其殺傷力非常強大，是近百年來未曾出現的全球性傳染病。人們活動受限，各行各業的經濟受到嚴重衝擊。雖然是非常負面的訊息，但從正面看，人們的個人及公共衛生意識比疫情前有所提高，最起碼每人外出必定佩戴口罩，甚至自備消毒液隨時使用。而部份經濟活動受限下，例如餐飲業的堂食時間減少了，間接地增加了外送行業的數量。任何事情也有多面的，只是我們從哪個角度去看待。正所謂月有陰晴圓缺，我相信物極必反。疫情總會過去，我們要做的是努力裝備好自己，迎接疫後的新挑戰。

煒熙家長  
2020年12月

# 學生作品

## 學生視藝科作品



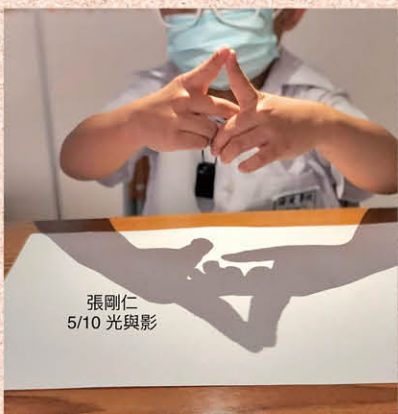
《聖誕樹》小五 郭俊文作品



《皇冠》初小甲2 文穎滄作品



《扇子》高小甲2 周凱瑩作品



張剛仁  
5/10 光與影

《光與影》初小甲3 張剛仁作品



《房子》高中乙 M. Adil 作品



《萬花筒》小二 楊洛翹作品



《大樹心意唔》高小甲1 高亮星作品



《收縮膠鎖匙扣》中二 丘怡恒作品



《魚缸》小二 劉雅雪作品



《小鯨魚》初中甲2 陳進一作品

# 新同事介紹

## 學校部



教師助理  
甄曉琳姑娘



教師助理  
劉穗濤姑娘



教師助理  
劉愷綾姑娘



教師助理  
許嘉寶姑娘



校工  
梁菊女士



校工  
李海燕女士



校工  
陳紅女士

## 宿舍部



副舍監  
李靜雯姑娘



宿舍家長  
許漢傑先生



宿舍家長  
歐陽沛瑩姑娘



半職宿舍家長  
伍柏基先生



半職護士  
鄧美鳳姑娘



宿舍家長助理  
劉雅兒姑娘



活動輔導員  
高智榮先生



校工  
黃彩嬋女士



校工  
黃振生先生



看守員  
溫麗娜女士



看守員  
王欣欣女士



看守員  
陳國輝先生

# 遊戲

新型冠狀病毒病，你認識多少？  
試把**提示**譯成英文，填入格中。

## 提示

直：(1) 感染新型冠狀病毒病，  
有可能出現嚴重**肺炎**。

(2) 要預防新型冠狀病毒  
病，必須注意**手部**衛生。

(3) 顧名思義，新型冠狀病毒  
病由**病毒**引起。

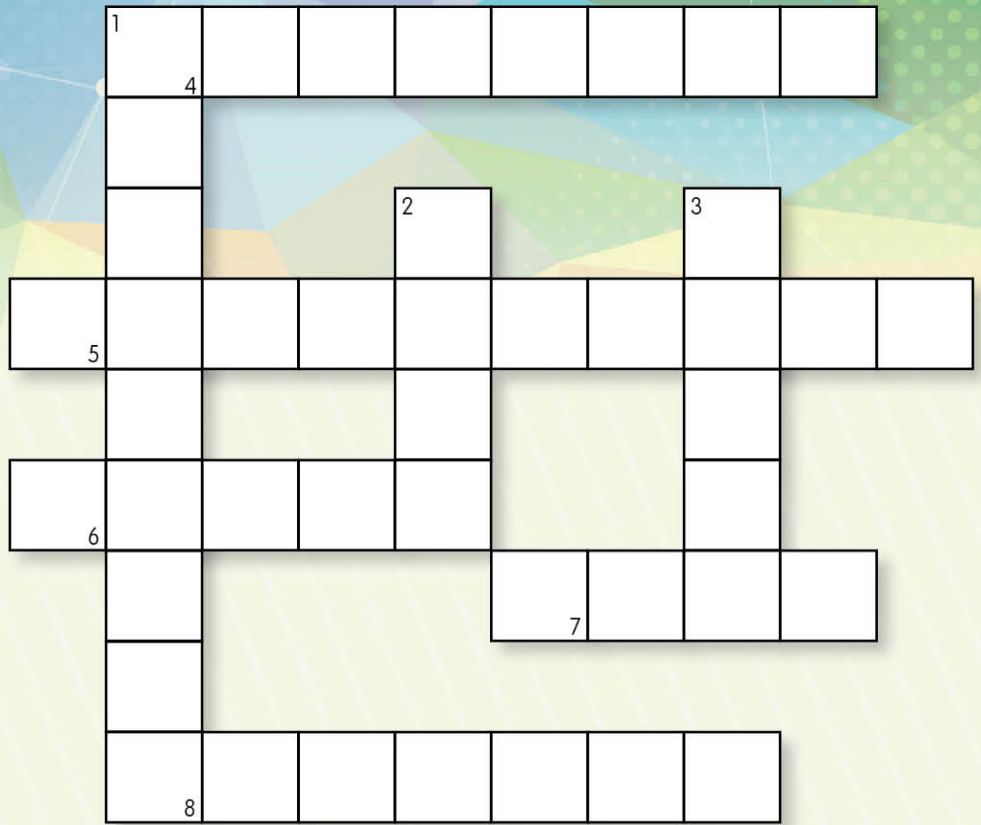
橫：(4) 2020年3月11日，世  
衛組織把疫情定性為全球  
**大流行**。

(5) 與新型冠狀病毒病確診者有密切接觸者，須接受**隔離檢疫**。

(6) 是次疫病，世衛組織正式命名為 2019 **冠狀病毒病**。

(7) 在公眾地方戴上**口罩**，可以減低病毒感染風險。

(8) 用含有**酒精**成份的潔手液搓手，能有效殺死新型冠狀病毒。



答案：(1) pneumonia (2) hand  
(3) virus (4) pandemic  
(5) quarantine (6) covid  
(7) mask (8) alcohol

# 家長教師會通訊



## 第十九屆家長教師會執行幹事會職位

主席：解詩韻女士（芷穎家長）

副主席：林珍元老師

文書：張文英女士（浩江家長）、  
張珞祺老師

財政：何淑清女士（玉衡家長）、  
余震東老師

康樂：王英傑先生（毅朗家長）、  
蘇嘉慧老師

聯絡：秦小宴女士（旻芯家長）、  
陳健莊老師

顧問：溫振期校長

李嘉敏姑娘、謝慈恩姑娘及簡淑敏姑娘協助家教會工作。



第十九屆家長教師會執行幹事會幹事

## 編輯委員會成員名單

督印：溫振期校長 委員：鄧寶琪老師、吳榮超老師、  
周柏堅老師、鄭月雯姑娘

欲知本校最新動向，歡迎隨時瀏覽學校  
網頁 <http://www.pos.edu.hk>。

