

獎項

比賽	獎項	獲獎同學
香港青少年科技創新大賽17-18 (香港新一代文化協會)	數理及工程一等獎、最優秀項目大獎 (初中組) — (作品: 突破性機械式義肢) 數理及工程二等獎 (高中組) — (作品: 神奇巴士拿與螺絲) 化學及材料三等獎、艾默生材料科學專項獎 (高中組) — (作品: 福爾摩斯G四螺旋偵探) 能源及環境科學二等獎 (初中組) — (作品: 非回收類垃圾壓縮箱) 優秀STEM活動 — (作品: 塑膠變變變) 優秀STEM教具 — (作品: 三角規)	3A梁東嵐 3A張鈺焯 3A吳嘉汶 4B文迪妍 4A吳家琪 4A鍾百圓 4A鄭樂星 4B曾子偉 1A陳柏橋 1A歐俊言 3A游東胎 3A陳子怡 3A韋綺菁 蕭淑芬老師
國際傑出電子教學獎 (香港大學)	計算思維教學金獎	謝建邦老師
聯校學生科研科創大賽 (順德聯誼總會翁祐中學及優質教育基金)	一等獎、最佳表達獎 — (作品: 突破性機械式義肢) 一等獎 — (作品: 神奇巴士拿與螺絲) 優異獎 — (作品: DNA納米機器之四螺旋偵探) 優異獎 — (作品: 視障人士尋物器) 優異獎 — (作品: 黑板環保消毒器) 優異獎 — (作品: 分子水凝膠) 優異獎 — (作品: 清潔小兒室)	3A梁東嵐 3A張鈺焯 3A吳嘉汶 4B文迪妍 4A吳家琪 4A鍾百圓 4A鄭樂星 4B曾子偉 4C張威林 3A陳子怡 1B 陶詠思 1B陳煒祺 1B張湛謙 2A潘卓楠
第一屆粵港澳青少年科技創新合作交流活動 (廣東省青少年科技教育協會)	珠港澳大橋模型設計大賽 一 冠軍 投石機設計大賽 一 亞軍	4B黃金榜 4B呂保傑
我是發明家大賽 (香港科技協進會)	銀獎 (作品: 突破性機械式義肢)	5B謝苑霖 5A賴曉慧 3A吳嘉汶 3A梁東嵐 3A游東胎
全港中學創新科技大賽2018 (家庭及學校合作事宜委員會)	優異獎 (作品: 智能逃生路線)	4A李百麒 4C張威林
Go Green, Act Green回收物升級再生設計比賽 (環保促進會 Green Council)	最綠設計大獎	2A潘卓楠
2018資訊及通訊科技獎 (香港新興科技教育協會)	學生創新獎 (作品: 那些年, 我們一起輕視的一場颱風)	2A黃凱駿 2A關嘉晉 2B陳子健
水底機械人大賽 (香港科技大學)	銅獎、聯校最佳共融獎	1A陳柏橋 1C關摩協 1D吳學禮 1D黃恩諾 3A麥澄軒
學習如此多紛2018 (i-Code組) (香港電腦教育學會)	優異獎 (作品: 那些年, 我們一起輕視的一場颱風)	2A黃凱駿 2A關嘉晉 2B陳子健
葵青區長者友善日用品設計大賽 (葵青區議會及香港聖公會麥理浩夫人中心)	優異獎 (作品: 慎防滑倒鞋)	2A關嘉晉 2A黃凱駿 2C羅樂澄
香港生物學素養競賽 (香港數理學會)	三等獎 優異獎	6A蔡龍華 6A梁煥威 6B張籽匡
香港STEM 大獎2017 (香港城市大學)	參與證書	2A關嘉晉 2A黃凱駿 2C羅樂澄

比賽	獎項	獲獎同學
荃葵青傑出學生選舉2017-18 (荃葵青校長會)	傑出學生優勝者	5B 李卓霖
香港校際戲劇節 (英文組)	傑出演員獎	4A李百麒 2C許秀嫻 2C關愛莎
「尋找香江的故事」專題研習報導比賽 (鏡宗語文化館)	初中組亞軍	4A許佳茵 4A龔芷澄 4A沈嘉敏 4A張淑津 4A王智龍
Amazing Teens荃灣CYC聯校領袖培訓計劃2017聯校專題報告比賽 (荃灣區公益少年團)	評理優異獎、我最喜愛大獎、最具視野獎	2A何潤妍 2A許雅淇 2A劉婉一 2A李宜真 2A黃梓晴 2A陳俊權 2A童英善 2A黃德浩 2A張澤希 2B林楚怡
「關懷服務四十載 公益互助創未來」-「樂得耆所」長者同樂日攤位設計比賽 (荃灣區公益少年團)	「最佳活動內容獎」	3A黃卓瑩 3A黃詠嫻 4A陳心怡 4A許佳茵 4A沈嘉敏 4A張淑津 4A陳熙賢 4B陳諾言
「環保為公益: 慈善清潔籌款活動2017-2018」 (荃灣區公益少年團)	優異獎	全校
關愛長者機構嘉許計劃2017 (社會福利署與荃灣及葵青區安老服務協調委員會)	一星級證書	全校
香港電台通識徵文比賽	3月優異作品 (高中組) 4月優異作品 (初中組) 4月優異作品 (高中組)	4A陳妙盈 5C歐陽錦濤 2A何潤妍 2A張嘉茹 5A羅顯滯
香港大學明德學院徵文比賽	冠軍 優異獎	4A許佳茵 4A張淑津
2017-2018 校際排球比賽 (香港體育聯合會荃灣及離島區中學分會)	亞軍 (男子丙組)	2A黃德浩 (隊長) 1B黃家立 1B李坤榮 1B葉永康 1C陳俊延 1D鍾子軒 1D葉展熙 1D劉健豪 1D莫日東 1D李澤翰 2A張澤希 2C李子睿
2017-2018校際手球比賽 (香港體育聯合會荃灣及離島區中學分會)	季軍 (女子丙組)	2B孔樂怡 (隊長) 2A李宜真 2A黃梓晴 2B陳希翹 1B鍾麗嫻 1A劉曉琳 1C卜鐵盈 1C譚雅文
2017-2018校際室內賽艇錦標賽 (香港體育聯合會新界地域中學)	亞軍 (女甲團體) 季軍 (男甲團體) 季軍 (男甲2000米) 第六名 (男甲2000米) 第四名 (女甲500米) 第七名 (女甲500米)	6B謝稀雅 5D余嘉儀 5B李卓霖 5D陳曉瑩 3A沈鑑汶 2D莊莉莎 5D何宇恒 5D黃洛淇 5B林兆斌 4A賴浩 5E文嘉浩 3B林启明 5D何宇恒 5D黃洛淇 6B謝稀雅 5B李卓霖
全港學界保齡球公開賽2018 (香港保齡球總會)	冠軍 (男子組個人賽)	5E文嘉浩
青年學院室內賽艇邀請賽2018 (葵涌青年學院)	冠軍 (中學組男子高級組1000m) 第十名 (中學組女子高級組1000m)	5D何宇恒 5D余嘉儀
「划出彩虹, 社區共融!」室內賽艇錦標賽 (香港道教聯合會圓玄學院第三中學、將軍澳賽艇)	亞軍 (男子甲組1000m)	5D何宇恒
SAMSUNG第61屆體育節—香港室內賽艇錦標賽暨慈善長途接力賽 (中國香港賽艇協會)	冠軍 (青少年團體 4X500m 接力賽) 第8名 (U18 男子個人 2000m)	5D何宇恒 5D黃洛淇 5D黃洛淇
SAMSUNG第61屆體育節—室內賽艇短途挑戰日 (中國香港體育協會暨奧林匹克委員會)	冠軍 (隊際四人混合接力賽 4X500m) 冠軍 (U18 男子個人 1000m)	5D何宇恒 5D黃洛淇 4B李新傑 5D何宇恒

活動花絮



小聖堂重新裝修後, 於2018年3月21日由陳耀明主教主持奉獻禮



校友會於4月舉辦馬鞍山山活動



五位初中同學陳柏橋、關摩協、吳學禮、黃恩諾及麥澄軒於2018年4月參加由香港科技大學主辦的「水底機械人大賽2018」, 獲取銅獎及聯校最佳共融獎



本校派出5位中二級同學何潤妍、何凱惠、許雅淇、江愛嵐及潘婉莹聯同姊妹學校可園中學的同學參加2018年粵港澳姊妹學校中華經典美文誦讀東莞區比賽, 結果取得銀獎及最佳創意獎



中五級李卓霖同學勇奪荃葵葵涌及青衣區中學校長會主辦的「2017至2018年度荃葵青區傑出學生選舉」的「十二大傑出學生」殊榮

總編輯 | 陳心怡 編輯 | 周菁菁、雷舒舒 顧問老師 | 陳偉雄
許佳茵 蕭凱欣 李麗禎



無巧不成話。今個學年本校有兩位同學分別在運動及科學兩個範疇代表香港到美國參加比賽, 他們比賽的地點同是美國波士頓。能夠代表香港足證他們實力非凡, 而美國之行, 他們又有何收穫? 以下是他們的分享:



中四級 張舒恆

iGEM賽美國奪銅獎

眾所周知, 香港在2017年爆發流感, 因此我們希望探究一種方便快捷的方法用以檢測流感。經過長時間的努力, 付出沒有白費, 我們憑著利用DNA納米技術去檢測H3N2流感病毒的研究成果, 最後取得了到美國參賽的入場券。得知結果, 大家都十分興奮, 深感榮幸。2017年的11月9日, 我和郭文楨同學代表香港, 踏上征途, 到美國波士頓參加國際基因工程生物競賽, 簡稱iGEM (International Genetically Engineered Machines competition)。

回望比賽過程

整個比賽連同開幕、閉幕典禮, 總共五天。當中最緊張就是匯報研究成果的時候。剛開始時我已經膽戰心驚, 幸好之後能投入其中, 表現尚算滿意。長達30分鐘的匯報及問答環節都是用英語進行, 評審的提問十分尖銳, 幸好我們在賽前已做足準備工作, 故能應付裕如, 有條不紊地回答有關問題。之後, 我們有機會觀摩不少高中及大學的科研成果, 每一個研究都極具創意, 如能配合高科技研發成為產品加以應用, 必能改善人們的生活。

每天中午我們都會享用大會提供的午餐, 然後便與其他參賽者交流。其中一天下午, 參賽者須要向評審及其他參賽者介紹自己展板上的內容, 評審亦會在這段時間評分。當中除了多位評審外, 還有其他學校如麻省理工大學、中文大學及東九龍匯基書院等學生參觀我們的展板, 他們對我們的研究計劃作出了點評, 並提出了建議, 啟發我們進一步思考問題。

最後一天是閉幕暨頒獎典禮。典禮中頒發各個獎項, 部分參賽團隊更被邀請介紹他們的研究。細聽各個研究項目的匯報, 均令我大吃一驚, 其中所研究的納米技術已超乎了我的想像, 十分厲害。頒獎過程中, 我期待著一直以來的努力能開花結果。最終, 結果實在是令人興奮、鼓舞, 在云云多國參賽隊伍中, 我們奪得了銅獎!

中五級 黃洛淇

出戰波士頓



我很榮幸能夠代表香港參加2017年10月於美國波士頓查理士河舉行的第53屆Head of the Charles Regatta 賽艇比賽。是次比賽, 香港賽艇會派出了12位年齡介乎13至17歲的賽艇手參賽, 我代表觀塘啟德青年社區賽艇會, 有幸入選成為其中幸運兒。我參加的比賽組別是少年組男子四人雙槳有舵艇(共32隊參賽隊伍)。賽事以追逐的形式進行, 每艘艇之間相隔15秒開始, 要在3英里的賽道中超越對手, 而賽事總共須要穿過六道橋。



花絮與感受

比賽以外的閒暇時間, 我們有機會遊覽當地的景色, 其中包括教堂和麻省理工大學。那裡濃厚的學術氣氛, 讓我深有體會。在麻省理工大學參觀了它們的科學展覽, 令我大開眼界, 學生成就非凡, 展出的作品與發明都非常獨特, 使我獲益良多。最後我當然買了不少紀念品作為留念。

五天的經歷讓我們獲益良多, 雖然乘坐十多小時的長途飛機十分辛苦, 又因時差影響作息時間, 令身體出現不適, 有幾天晚上甚至難以入睡, 可是能藉這次難得的機會到外國交流體驗, 令我的溝通技巧、閱歷眼界等均得以提升。除此之外, 各參賽者具創意的科學研究令我從中收穫了不少寶貴的知識, 增進了我對科學領域的見聞。最後, 我非常感謝學校給予我機會去參加這個比賽, 擴闊了我的視野。同時, 十分感謝校長鼎力的支持和學校提供的豐富資源, 令研究可以順利進行。

比賽前的準備

比賽前的兩天, 我們已經到達波士頓作準備。第一天, 我們視察比賽場地, 以了解環境。其中艇倉的環境令我們眼前一亮, 進入其中, 大家都情不自禁地發出讚嘆之聲。美國的艇倉比起香港的要大一倍, 而且設備先進, 令人大開眼界。隨後, 大家二話不說, 立刻把我們的賽艇搬進河裡進行練習。看到河畔盛開的花草、河裡暢遊的天鵝和一群群的鴨子, 都像在伴著我們練習, 景色之美令人心曠神怡, 好不愜意。中午時份, 我們到附近的食肆午餐, 稍作休息。前往食肆途中, 我們看見不少攤檔售賣有關賽艇的商品, 各式各樣, 目不暇給, 大家都十分興奮。最後只稍作停留, 便到附近的食肆買漢堡包作午餐。第二天, 我們到了塔夫斯大學的河道進行練習, 並且參觀了大學的賽艇部。大學賽艇部最吸引我的是室內賽艇機, 因為它的座椅設計十分舒適。

努力求突破

比賽當天, 大家的心情既緊張又興奮, 面對各國勁旅, 心情難免有些忐忑不安。緊張是擔心於比賽能否發揮正常水平, 興奮是能夠在這大型比賽中與各國選手切磋較量。雖然美國的選手在身形方面佔有優勢, 但我們沒有因此而退縮, 而且鬥志昂揚, 越戰越勇, 使盡渾身解數, 最終以19分21秒的成績順利完成比賽。這次比賽對我們來說, 極具挑戰, 除了考驗我們對賽艇的控制及導航技巧外, 還挑戰我們的韌力和爆發力。最後, 我們雖然未能名列前茅, 但相比起平時練習, 時間上卻有大突破, 所以大家都十分滿意。比賽完結後, 我們參觀了哈佛大學。校園的建築以古樸的紅磚為主, 古色古香。在遼闊的大草坪上, 有的學生在閱讀、有的在運動、有的在聊天, 整個校園在週末散發出一種休閒的感覺, 十分令人羨慕。

這次比賽加深了我對賽艇運動的認識, 亦了解到一山還有一山高, 刻苦鍛鍊是進步的不二法門。此外, 透過連日與隊員的相處和合作, 增進了彼此之間的友誼和默契。所謂讀萬卷書不如行萬里路, 是次比賽的經歷令我獲益良多, 擴闊了我的眼界, 亦讓我得到更多的磨練機會, 賽艇技術更上一層樓。日後, 我希望還有這樣的機會, 繼續參加這類型的比賽。

生涯規劃 胸懷天下

記台灣升學 考察之旅2018

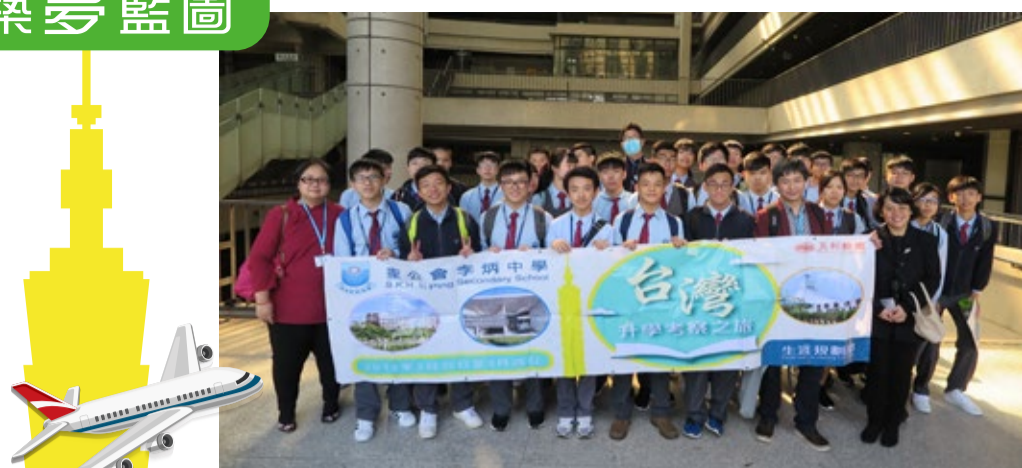
築夢藍圖

「世界正被抹平！」隨著全球一體化、資訊科技的急速發展，世界各地的距離大幅縮短，未來人才的流動只會愈來愈頻繁，不同國籍的人一起工作、生活成為常態，升學及就業也不再局限於本地。為讓家長及同學考察台灣升學的最新發展，為生涯規劃作好準備，生涯規劃部於復活節假期舉辦了「台灣升學考察之旅2018」。

四日三夜的行程，師生走訪了三所各具特色的大學，包括聖約翰科技大學、長庚大學及元智大學。

聖約翰科技大學由台灣聖公會創立，開設工程、商管、民生與設計等不同學科。本校師生在聖約翰眾師長及同學帶領下參觀校園，感受到無比親切熱情。參觀時知道原來聖約翰科技大學對來自港澳的聖公會各中學的學生，不論是獎學金、學費等都有特別的照顧！

長庚大學和元智大學分別於「遠見雜誌2017台灣最佳大學排行榜」位列第7及27，以醫科為主軸的長庚大更是私立大學的榜首。師長介紹了長庚大學近年在生物科技、醫學及商業設計等學科的出色發



展，看來大有作為呢！元智大學在商業經營、企業管理、工程研發等學科有不俗評價。參訪中大家瞭解到元智大學近年積極發展不同學系，例如同學參觀資訊傳播學系，設備完善的攝影棚讓人大開眼界。

除了參訪大學，行程亦包括遊覽不少景點，例如在淡水老街、饒河街夜市飽嘗地道美食，還有木柵動物園、西門町及十份老街等，這次同學更有機會學做台灣名物鳳梨酥！是次考察之旅讓大眾對台灣的大學教育、社會狀況都有更深入的了解，同學帶回的不只是歡笑和伴手禮，同時他們藉今次親身的考察，掌握台灣最新的升學資訊，為日後的出路作選擇。

信仰 分享園地

詩歌 分享

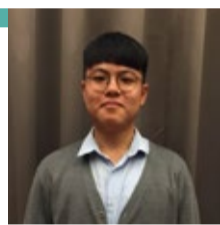
尋著你的那天



李麗禎老師

我很喜歡《尋著你的那天》，因為歌曲的旋律十分優美，而且這首歌的youtube版本是我一位在香港演藝學院畢業的朋友演唱，她現在已經移居德國，每當我聽到這首歌時，便會回憶一起在團契的快樂時光。

歌詞中提及人們不斷找尋生命的意義，當他們認識耶穌後，灰色的人生便會變得精彩。相信這是很多基督徒的生命寫照。其中我最喜愛的歌詞有這一句「如黑夜盡頭重現晨曦」，歌詞讓我想起在黑暗中等待日出的經驗。在漫長的等待後，終於見到第一道曙光劃破黑夜，四周變得光明，充滿生機，代表新的一天又來臨，一切又變得生機盎然，這讓我感受到人生的盼望和喜樂。另一句感動我的歌詞是「驚喜人生乃來自祿」。人生不是我們所能控制的，太多變數，充滿挑戰。經歷有時讓人開心，有時讓人憂傷，不過遇到的困難，在上帝手中，總可以化為「驚喜」，我們總能靠著神跨過。他日回望，就像生命中的漣漪一樣。



中五級 林聰

我喜歡《足印》是因為詩歌的歌詞能令我知道自己並非孤軍作戰，神一直在我身邊看顧我，雖然肉眼看不見神，但這首歌能提醒我，神一直陪著我面對困難與挑戰，讓我即使在困苦中仍能重新振作起來。

詩歌令我最深刻的歌詞是「回望我過去多少的失意，但你每次每次也在旁」，這句歌詞給了我非常大的勇氣，每次遇到困難時，一想起這句歌詞，便知道神一直與我面對挑戰，無時無刻聽我禱告。



王雅瑜老師及1D班學生



我們選擇了《主禱文》這首詩歌去參與福音週的詩歌比賽，獲得了冠軍。我們喜愛這首詩歌的原因，是因為歌曲旋律優美，而且1D班的同學在音樂室常常唱，因此對他們來說特別深刻。

詩歌中的一句「不叫我們遇見試探，救我們脫離兇惡」，歌詞令我印象最深刻，雖然我們在生活中面對不同的誘惑、挑戰和困難，但是我們相信神會幫助我們跨過這樣試煉，得著豐盛的生命。

「盡人事以聽天命」



何恬萍老師

出自《鏡花緣》。「人事」指人情事理，「天命」指自然規律。每一件事都有很多可變因素，人無法預知和控制結果。但只要時刻提醒自己，任何事情只要竭盡全力，做到問心無愧便可以了。結果如何，只能聽天命。



洪興禮老師

我喜歡《禱告》這首詩歌是因為每當我失意或情緒低落時，這首詩歌總是提醒我，透過禱告將所要的交托給阿爸父，因為他是唯一能真切明白我們的一位，有時候也就只有祂能作為傾訴的對象，在祂面前坦然無懼。

詩歌的最後一句「所需要的力量祢天天賜給我，祢恩典夠我用」，給人無窮盼望，縱然我們很渺小、很軟弱，但阿爸父仍不會離棄我們，反而時時刻刻聽我們在禱告中傾訴，祂賜予的恩典足夠我們用，甚至超乎我們所想所求。這句歌詞更勉勵我們，要時常透過禱告得力，使我們能跨越一切。



李淑媚老師

《如此認識我》一曲由盧永亨先生作曲和填詞，歌詞內容出自聖經詩篇139篇。這首歌的旋律很優美，能帶我進入詩篇中，感受到上帝對人的愛及看顧，是一首令我感動的詩歌。

「我在地上年日祢已經數算過，心底的意念如海沙那麼多...這高深的愛可測得透麼？」這幾句歌詞告訴我上帝在每個人身上都有祂獨特的安排，在上帝的手中，一切都是美好的。

「迎面障礙雖避不過，但我有主同在能衝破，有北風，有巨浪，有禍患，有艱難，我藏身主蔭下昂然步過。」前些陣子，我遇到了一些困難，在過程中，我並不感到孤單，相信上帝與我同在，給我勇氣及力量面對。

但願這幾句歌詞也成為同學們面對困難時的鼓勵。

「人無信而不立」



呂青揚老師

自幼父親便常教導呂Sir做人要講誠信，事不分大小，只要承諾過他人的事就一定要做到。正因為誠信，呂Sir得到了別人的信任，獲得了很多的機會；同時他亦得到了一幫摯友。

老師座右銘

「無慾則剛」



張家豪老師

人有欲望是自然不過的事，但只有做到無欲的境界，方能保持一顆剛直之心。

「機會是留給有準備的人」



黃焯銳老師

機會是不會停留的，但往往會留給有準備的人。只要每個人做好充足的準備，捉住了屬於自己的機遇，便有可能成功。

3位少女 愛迪生的上海之行



中五級賴曉慧、謝苑霖、黃詩婷三位同學去年憑著作品「未來汽車節能擾流器」於多個科技比賽，如全國青少年科技創新大賽及宋慶齡少年兒童發明獎比賽等均取得多個獎項，成績優異。其作品未來汽車節能擾流器，是以馬格努斯效應設計圓筒型的擾流器，與坊間的平版設計不同。而且當汽車在直路行駛時，擾流器可減少下壓力，而轉彎時則可增加下壓力，讓汽車更穩定、更舒適。

收到邀請

去年10月，她們收到內地節目《少年愛迪生》的邀請到上海接受訪問。《少年愛迪生》是上海東方衛視推出的原創節目，節目以弘揚少年創客的勤奮努力，展現他們科創成就為宗旨。同學初收到邀請時既驚訝又高興，她們意想不到竟然內地有電視台留意到自己的作品，而且想採訪她們；高興是其作品得到肯定，還有機會通過介紹讓它發揚光大，造福社群。

交流體驗

到了上海，她們發現原來參與節目的還有不同國家的「小愛迪生」，如芬蘭及巴基斯坦的朋友。拍攝期間，她們認識了不少新朋友，而交流過程，令她們獲益良多，其中感受至深的是芬蘭學生的作品，原因是其發明品能結合地方特色，如加入了聖誕老人的元素，而且能融合當地的環境，讓她們大開眼界。這點啟發了同學除了有效運用學過的知識外，更重要是懂得觀察當地的人和事，了解社會需要，配合地方發展，這樣才有優秀的發明品。

初上螢幕

首次在電視台接受訪問肯定不習慣。事前她們要熟讀訪問稿，訪問前又要化粧，之後就是綵排與等待。在鎂光燈下難免緊張，幸好她們熟讀內容，介紹作品倒背如流，可是到答覆環節，專家又不跟原定的訪問稿發問，同學雖慌張，但總算能隨機應變。三位女同學從事汽車發明，多少讓人感到是理工女，故節目另一部分是展現她們其他才藝。真猜不到原來她們是K-POP愛好者，平時已有鍛鍊，故能在節目中大跳K-POP舞蹈，讓人耳目一新。節目已在本年2月播出，同學不妨上網搜尋她們的訪問及跳舞的片段。



做個好撒馬利亞人—義工隊分享

作為社會的一份子，我們加深對社會的了解，服務社會上的弱勢社群，回饋社會，這樣才有助我們擴闊眼界，了解自己。以愛服務他人是基督教的宗旨，人際間須要互助關懷，社會各階層才得以融洽相處。學校的義工隊秉承以上理念，服務社區有需要的人，以下是本學年的義工隊的工作。期望來年，同學可以加入我們。



公益少年團 「環保為公益」慈善清潔籌款活動

公益少年團的「環保為公益」慈善清潔籌款活動安排在歲晚期間為荃灣及葵青區的長者清潔家居及派發福袋，並為香港公益金籌款。同學們於2月3日及10日連續兩個星期六為葵涌邨和大窩口邨的長者進行歲晚家居清潔，希望他們在寒冷的冬天可以得到溫暖。

出發前，老師把有經驗的同學和首次參加的同學分在一組，以便互相照應。經過中心的社工姑娘簡單說明後，我們便以小組形式分配到各長者的家居進行清潔。有不少同學擔心自己無法與長者溝通而「幫倒忙」。不過，到達後，經長者熱情的招待，同學都不再擔心。

有同學分享其中一家長者家裡環境惡劣，髒亂不堪，滿佈灰塵垃圾，有時還會傳來一陣陣異味，使他們不知所措，最後他們決定全組一同清潔，以提升效率。完成清潔後，同學都感到疲累，但當長者滿心喜悅與感激，同學都很欣慰。另一組探訪的長者家裡十分整潔，要打掃的地方不多。長者更需要的是有人與他聊天。長者非常感性，聊天的過程教導了同學很多人生大道理，同時又勉勵同學努力讀書，最後他更感觸流淚。透過兩次清潔活動，加深了同學對獨居老人情況的了解。長者人生閱歷豐富，有如一本人生字典，歷經風雨後的分享，讓我們深有體會，從中領悟到不少人生道理及待人處事的態度。

院舍探訪：聖公會林護長者之家

義工隊於4月14日及21日到訪聖公會林護長者之家進行探訪。長者看見我們的來訪高興不已，十分熱情，大家共度了一個愉快的下午。

第一次探訪，同學陪伴長者進行一連串的簡單運動。過程中有不少長者礙於身體狀況，無法靈活運動，故並不熱衷參與其中。但亦有部分長者嘗試加入，跟著指示活動身體。同學表示看見長者願意嘗試，感到高興和鼓舞。之後共唱懷舊金曲環節，長幼打成一片，倍感開心，樂也融融。

講故事的時間，同學印象深刻。與長者分享自己親自挑選的繪本，長者聽得津津有味，同時亦能傳遞正能量。亦有長者因身體機能減退，未必能理解同學分享的內容，有些反應較為冷淡。然同學利用身體語言輔助演繹，令分享過程變得更生動有趣。有一位同學原來說故事給長者聽，可是一位有說話困難的長者卻捉緊同學的手不放。幸好有老師和姑娘的幫忙，同學才懂得如何應對。人與人的相處是一門藝術，有同學反應多次探訪，讓她成長，讓她不斷進步，從以往不懂開展對話，到現在可主動找話題與長者攀談，令自己也變得成熟。

兩次的探訪，同學獲益良多，幫人的同時更上了一堂成長課。同學學習到與長者相處需要耐心，亦要以一顆真誠的心去尊重和包容長者。

