



校園齊惜福 不做大嘍鬼

為培養小朋友從小學會珍惜食物減少浪費的美德，「齊惜福」去年開展「2015-2016校園齊惜福」計劃，以培養幼稚園、小學和中學生養成健康的惜福文化，逾四十間學校參與。大會早前假東華三院王余家潔小學舉行頒獎典禮，行政長官夫人梁唐青儀主禮並頒獎。有獲獎學校師生表示，從計劃中學習減少廚餘有助減少堆填區的負擔，以及處理出現「霉菌」的有機泥土，實踐教學相長。



特稿

大公報記者 黃穎雅

該計劃今年共有46間學校參加，其中兩間為幼稚園，共回收13噸廚餘轉化為有機堆肥，培養出3971位同學成為「惜福學生」，乃參與人數及惜福人數最多的一屆。「齊惜福」為參與學校先後舉辦回收工作坊和講座，教導師生認識電動廚餘堆肥機和廚餘桶，以及在校內制定廚餘回收系統，協助學校減少浪費和回收廚餘，並將廚餘循環再造為有機堆肥，以後如何做好往後的持續種植。

「齊惜福」根據各學校的參與度，種植

成果、收穫及積極度頒發「惜福學校」金、銀、銅及優異獎，大會又頒發「惜福學校」、「惜福學生」及「惜福班別」各項大獎與得獎學校和學生。上學年共有六間學校奪得惜福學校金獎，11間學校取得銀獎，19間學校取得銅獎，10間取得優異獎。

將廚餘轉化為堆肥

東華三院王余家潔紀念小學是其中一間獲銀獎學校。該校環境教育組統籌常識科主任石慧霞表示，學校是第二年參加計

劃，校內原已有一部廚餘機和菜田供學生學習珍惜食物，因知道「齊惜福」設有種植班和工作坊，希望可由「有機農夫」教導學生種植技巧，如何使用廚餘桶及培植箱，將廚餘轉化為堆肥，放在菜田改良土質。

石慧霞說，該校菜田產量豐富，品種繁多，先後出品木瓜、蘆薈、迷迭香、羅馬生菜、紅桑梅、粟米、番薯等，學校待蔬果成熟收割後會分派給學生，生菜則讓學生帶回家打邊爐或作生菜沙律。參與計劃的六年級學生丁梓軒說，在計劃中學會使用廚餘機，而減少廚餘亦有助減少堆填區的負擔。

東華三院呂馮鳳幼稚園校長李美玉，對首次參加計劃便奪得金獎感到高興。她說，參與計劃期間校內推行相應的環保活動，如在校園內種植羅馬生菜，收割後在校內讓幼童享用，幼童由此明白食物經由種植而來，回家更鼓勵家人不要浪費食物，不要做「大嘍鬼」。學校又推行「環保月」，每月有不同主題，並設有紀錄冊，讓幼童將在家的惜食和環保家居等行為記

錄下來。

李美玉又說，幼稚園參與計劃前，亦曾在校內栽種植物但未能成功，有機農夫則告知，有機栽種須要混合其他泥土栽種才最有效。而有機堆肥栽種的泥土，遇上

潮濕天氣時，泥土表面會出現霉菌，「原以為會對植物有害，但有機農夫說這是正常現象，不用理會，參與計劃亦可達至教學相長」。



▲「校園齊惜福」計劃頒獎典禮，行政長官夫人梁唐青儀（前排左二）主禮



闖闖新天地

英語學習路上，感恩有您

——一個男士和一個少年的故事

五年前，有一個少年離開了自己的家鄉汕尾來到香港定居。人生路不熟的他在香港遇上一個又一個的挫折。但這少年還是很努力生活。

三年前，少年從就讀學校一位老師手上接過一張卡片。卡片上寫着一位與他有過一面之緣的男士的名字。老師代男士轉告少年：若學習上有什麼需要，可以致電他。

那時候少年恰巧需要別人的幫忙。他很想有一個人告訴他提高英語的竅門，教導他克服學習英語的障礙。於是，少年鼓起勇氣致電那位男士。

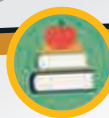
第一次見面，互相了解之後，男士便開始向少年傳授學習英語的「內功心法」。男士熱情地分享自己的成長經歷及學習英語的經歷，例如與同學組織英語學習小組。少年聽得熱血沸騰，並很想去模仿他。之後，男士邀請少年以英文電郵跟他繼續交流。少年猶豫片刻後答應了。以電郵交流的初期，少年感到壓力非常大。少年一方面擔心自己的英語水平太差，寫幾句英文句子可能已用上半天時間。另一方面，少年害怕令男士失望。但少年仍咬緊牙關每天向男士發英文電郵。每當少年遇到不懂的單詞，都會額外查一查字典，確保沒拼錯才寫進電郵。儘管如此，他發給男士的電郵內容還是錯漏百出。但男士沒有怪責少年，反而每次都用心地以紅色的字體幫男士矯正錯誤。雖然男士工作十分忙碌，每到深夜，男士還不忘給少年回電郵。這給了少年更大決心去學好英語。就這樣過了一個暑假，少年電郵內的字數愈寫愈多，內文的文法錯誤卻愈來愈少。少年對自己的信心也逐漸增加了！

暑假過後，新學年開始，少年再沒有回覆男士的電郵。因為他自覺需要更多時間應付學校的功課，壓力太大了。於是少年留下男士寄給自己的最後一封電郵，至今還未打開。他想等到自己考上大學，再回覆這「最後的電郵」。在人生另一階段繼續以電郵跟男士交流，並好好感謝這位男士。

如今，少年長大了。他開始接受老師的邀請，義務回學校幫學弟學妹補習英語。現在他知道當時自己很幸運，得到男士的幫助。如今少年跟隨男士的步伐，開始幫助有需要的同學。同時，少年在常以藉口逃避學習的學弟學妹身上看到自己當年的影子。這時候他才發現當年沒有回覆男士電郵的原因只是一個逃避的藉口。他長大了，開始像男士當初要求自己般要求需要幫助的同學。少年也慢慢能看到，感受到男士成長的影子——艱辛過後，人變得更強。少年開始擁有「沒什麼事是不能克服」的信心。

雖然男士和少年現在的聯繫減少了，但是他們的浪漫，卻一直埋在自己的心裏，而且不斷在蔓延着！我就是那少年——李滿枝。我在這裏要多謝那位男士，他就是我就讀的閩僑中學的校監林泗維先生！

（編者按：李滿枝今年九月入讀香港大學工程學院）閩僑中學畢業生 李滿枝



布告板

聖瑪加利男女英文中小學 小一及中一選校講座

日期：10月23日（星期日）下午2時30分至5時30分
地點：深旺道33號
報名：http://www.smcesps.edu.hk/?p=reg_bs&ts=1460965101

理大北大芝大推合作計劃



大專快拍

香港理工大學、北京大學和芝加哥大學三校在理大宣布啓動一項合作項目，致力促進中國社會工作教育與科研發展，目前已獲得兩間機構慷慨資助三百萬美元。該兩個資助機構是包陪慶基金會和靜瞳投資。

這項三方合作主要鼓勵三校學生和學者交流，具體項目包括設立傑出訪問學者獎學金，以及為碩士和博士生提供國際學術交流和獎學金等。是次合作將為學生提供更多機會接觸學

科內不同的研究方法，也讓學者和專業人員透過交流，於學術知識、研究構思和專業技能方面獲得裨益。三所夥伴院校均具備不同的經驗和專長，其多元化的背景有利於激發創新思維，為社會需求與問題提供新穎的解決方案，貢獻社區。

理大校長唐偉章致辭說：「一所大學能夠做到的實在有限，因此，我十分高興見證三校的合作，透過跨地區交流經驗、專業知識和理念，將有助推動社會工作在理論和實務層面的創新思維，從而使社工作得更有效能，裨益社會大眾。」

勞工及福利局局長張建宗出席啓動典禮致辭時說：「這個三方合作計

劃，充分顯示香港在促進東西方學術及社會相關知識和經驗的交流，擔當着很重要的角色。藉此國際夥伴合作，以及相關的社會工作、社會福利和社會政策的學術研究，將有助提升三地的社會工作教育質素。」



▲左起：理大副校長阮曾媛瑛、北大社會學系系主任張靜、芝大社會服務管理學院院長Neil B. Guterman、勞工及福利局局長張建宗、包陪慶基金會主席包陪慶、靜瞳投資創辦人彭奕、理大校長唐偉章以及理大應用社會科學系主任黎永亮於啓動禮上合照

access to good, clean and fair food.")。香港也有一個致力推廣慢食文化的非牟利組織，旨在令大眾有資訊去選擇食物。

提及吃，筆者今天也就跟大家談談吃、抽血化驗與「快」的關係。

筆者月中做身體檢查，需要遵從指示，於抽血前最少八小時內禁止飲食。這指示的英文本是：「Fast at least 8 hours before blood taking」。美國總統選舉候選人希拉里月中證實患上肺炎，休息了三天繼續其拉票活動，另一候選人特朗普更在一電視節目

公開其健康檢查報告。希拉里的健康報告詳細列出最近的維他命B12和D以及空腹血糖檢查結果，結果為正常（"The report detailed the recent lab tests for vitamin D, B-12 and fasting blood glucose, which were 'normal'."）。在這些情況下，很明顯「fast」所指的並不是快，而是指空腹或空腹。

大家不妨留意一下自己下次做身體檢查時有否相關空腹抽血的指示。

快與空肚

葉澱澱



英語百子櫃

相信大家都聽過慢食(slow food)這個概念，其意思並非要提倡大家要「慢慢食」，勿狼吞虎嚥。慢食於二十多年前源於意大利，

主要對抗快餐(fast food)速食文化，但其實慢食文化也包含食物來源、其運送和出售等等，是一個系統。Slow Food International於全球160個國家和地區工作，致力令所有人都可以得到良好品質、潔淨和公平的食物（"Slow Food International works in more than 160 jurisdictions to ensure everyone has

馬時亨勉學生要懂感恩



學校動向

聖公會蔡功譜中學於早前舉行第三十屆畢業暨頒獎典禮，並邀請香港大學經濟金融學院名譽教授、香港鐵路有限公司主席馬時亨蒞臨致訓、林田校監致辭、蔡克昭律師頒發蔡氏獎學金。

馬時亨致訓時，向畢業生提出七種立身處世應有的品格：包括「正義」、「謙卑」、「感恩」、「勤奮」，他指出做事要全力以赴，切忌做「差不多先生」；「勤奮」不只是投入「100%」，而是投入「120%」，這樣才能超越自我、超越別人；其餘品格則有「樂觀」、



「堅毅不屈」及「盡責」。

梁少儀校長在校長報告中指出，學校在聖公宗中學監理委員會的協助下，於2015年8月31日成立法團校董會。教育局在外評報告中，對學校的專業領導、教師專業發展、課程規劃、評估及教學策略、學生成長支援工作及學生整體表現，均予以肯定和讚賞。

2015年11月，該校舉行了首個中國文化雙週暨文物展覽，學生觀賞到由昔珍舊舍及敦煌研究專家李美賢借出總值過千萬的文物。在校外獎項中，戲劇學會以戲目「掙扎」，勇奪六個獎項，更首度奪得評判大獎，並獲得公演的機會。對外聯繫方面，學校分別接待了美國日耳曼城號登陸艦的二十位官兵、日本北星學園大學附屬高等學校約六十位師生及新加坡約二十位學生。透過接待不同國家的訪客，同學可接觸不同文化，又增加運用外語的機會。

授憑後，中六畢業生致謝辭並由無伴奏合唱小組獻唱。最後在李國權牧師祝福下，典禮圓滿結束。

▲馬時亨勉勵聖公會蔡功譜中學畢業生要懂得感恩等七種品格



李求恩中學救傷隊奪多項大獎

李求恩紀念中學的「聖約翰救傷隊少青團」及「蒙巴頓護士見習支隊」，分別在九月十日及十八日，「急救及護理學與步操及制服檢閱比賽」中，囊括多項大獎，為校爭光。

蒙巴頓護士隊分別奪得「香港及九龍總區急救比賽」第一名，「香港及九龍總區護理病學比賽」第一名，「香港及九龍總區步操比賽」第二名，「香港及九龍總區制服檢閱比賽」第二名，求恩學生更取得「香港及九龍總區全場」亞軍。「聖約翰救傷隊」亦在「香港及九龍總區急救比賽」中取得第三名的優異成績。當美好消息傳來，師長及全體「求恩人」都歡呼喝彩。

李求恩紀念中學的救傷隊及護士隊自成立至今，一直貫徹香港聖約翰救傷隊「竭誠為人類服務」的精神，兩隊亦着重隊員的步操訓練，每年都會參加由香港聖約翰救傷隊主辦的「周年步操及制服檢閱比賽」，藉此活動磨煉隊員的鬥志，並嘉許隊員過去一年內的表現。

校長賴炳華特別感激劉志鈞、許嘉輝、張慧欣及嚴佩蓮四位老師對隊員的悉心栽培，而在比賽中屢獲殊榮。劉志鈞特別感謝現任該隊長官何詠琴和鄭子峰。他們雖已畢業多年，仍心繫求恩，積極訓練這班師弟妹。他期望學校和歷屆舊生能繼續通力合作，使更多的學生能投入制服團隊生活。

▲李求恩紀念中學在「急救及護理學與步操及制服檢閱比賽」得大獎