



# 聖公會阮鄭夢芹小學 家長教師會

## 會訊

香港新界大埔廣福邨 2658 9183 2650 6287

2024-2025年度 第一期

顧問：陳嘉文校長 會訊組：林偉強副校長、羅艷群主任、林慧婷姑娘、羅芷欣老師、蕭麗儀老師

### 顧問的話 陳嘉文校長

各位家長：

您好！今年是我加入夢芹大家庭的第三年，心中充滿感恩。感謝各位家長齊心協力，使去年的工作得以順利推進。我期待今年能與大家攜手合作，共同促進家長教師會的發展。

聖公會阮鄭夢芹小學家長教師會(PTA)成立於1996年，至今已二十七周年，這是一個值得慶賀的重要里程碑。今年的執行委員選舉於九月二十日順利進行，共有十三位家長參選，競爭非常激烈。今年共收到1052票，投票率達80.9%，為歷年第二高，感謝各位家長的積極參與。

首先，我要祝賀新一屆當選的執行委員，包括：主席劉偉業先生、副主席劉曉雯女士、姚詩妍女士、尹倩女士、伍詩朗女士、黎嘉儀女士及陳麗平女士。當中有多位家長已在家教會服務多年，默契十足，彼此合作無間。此外，今年學校也招募了五十多位熱心家長，願意在空餘時間參與學校的義工服務，攜手推動各項會務，包括40周年運動會義工及YCMC CAFÉ 2.0等活動。

今年是夢芹創校四十周年，學校於十月二十二日在大埔運動場舉行校慶運動會，感謝神賜予我們美好的天氣。夢芹的師生及家長一早已齊集運動場，在陳校長的帶領下，開展了步行籌款活動。當天，健兒們全力以赴，表現出色。我校深感榮幸，能邀請誼密柏雨中學校長黃偉強博士蒞臨主禮，為我們頒獎及致訓，同學們獲益良多。而四十周年校慶嘉年華及感恩崇拜將於2025年1月11日及1月25日舉行，歡迎各位家長踴躍參加。



### 失敗是通往成功的必經之路

隨著運動會圓滿結束，我想與大家分享一些感想。運動會不僅是比賽的舞台，更是我們學習與成長的重要時刻。無論成績如何，我們都應以積極的心態面對每一個挑戰，就如同學習一樣，我們不要因為一次失敗而輕言放棄。

我知道，有些同學可能在比賽中遇到挫折，因此感到失落或沮喪。但我要告訴大家，失敗並不是結束，而是通往成功的必經之路。每一次嘗試都是寶貴的學習經歷，讓我們在未來的道路上走得更穩、更遠。希望同學們能夠鼓起勇氣，從失敗中汲取教訓，繼續努力，追尋自己的夢想。

此外，我也要祝賀夢芹小學男子及女子乒乓球校隊，在最近的大埔區學體會比賽中分別奪得男團及女團亞軍！這不僅是運動員們辛勤訓練的成果，也是全校師生共同努力的象徵。希望他們能繼續保持這份熱忱，努力邁向更高的目標，也希望其他同學以他們為榜樣，勇於挑戰自我，追求卓越。

### 校長寄語



### 如何有效地與孩子溝通

在家庭教育中，溝通至關重要。有效的溝通不僅能增進親子之間的理解和信任，還能幫助孩子更好地成長與學習。以下是幾個溝通的要點：

#### 1. 用心傾聽

溝通的第一步是傾聽。當孩子與您分享想法或感受時，請專注地聆聽。這不僅是聽他們說甚麼，更是理解他們的情緒和需求。您可以通過點頭、眼神交流和適時的回應來表達您的關注。這樣做能讓孩子感受到被重視和尊重，從而更願意與您分享。

#### 總結

「說話的藝術」不僅是技巧，更是心靈的交流。在與孩子的每一次對話中，我們都在塑造他們的世界觀和促進他們的情感發展。通過用心傾聽、選擇合適的語言、情感的表達及尊重彼此的觀點，我們能夠建立更深厚的親子關係，幫助孩子健康快樂地成長。讓我們一起在這條溝通的道路上，成為孩子最好的支持者。

家長們，教養孩童實在不易，這過程需要愛、耐心和技巧，並沒有捷徑可言。正如哥林多前書 13:7 所說：「凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。」

期待與大家一起努力，攜手共創美好的夢芹未來！

#### 2. 語言的選擇

在與孩子交流時，您使用的語言應該簡單明瞭。盡量避免使用過於複雜的詞彙或術語，這樣孩子才能真正理解您的意思。同時，使用積極的語言來鼓勵孩子，而不是批評或否定，能更有效地激勵他們。

#### 3. 情感的表達

在溝通中，情感的表達非常重要。通過語調、表情和肢體語言來傳遞情感，讓孩子感受到您的關心和支持，從而增強親子關係。

#### 4. 提問的技巧

提出開放式問題能促進更深入的對話。例如，與其問「你今天在學校好嗎？」不如問「今天在學校發生了甚麼有趣的事情？」這樣的問題能激發孩子的思考，並鼓勵他們詳細分享自己的經歷和感受。

#### 5. 尊重孩子的觀點

即使不同意孩子的看法，也要尊重他們的觀點，讓他們感受到自己的意見被重視，並教會他們如何表達自己的想法。您可以說：「我明白你的想法，但讓我分享我的觀點。」這樣的方式能促進健康的討論，增進彼此的理解。

#### 6. 創造安全的溝通環境

確保孩子在與您交流時感到安全和放鬆，選擇一個安靜的時刻進行重要對話，讓孩子知道您會無條件支持他們，促進坦誠的交流。

#### 第十五屆家長教師會執行委員

顧問	陳嘉文校長	
職位	家長執委	教師執委
主席	劉偉業先生	/
副主席	劉曉雯女士	林偉強副校長
秘書	姚詩妍女士	羅芷欣老師
司庫	伍詩朗女士	/
學術	尹倩女士	蕭麗儀老師
康樂	黎嘉儀女士	羅艷群主任
聯絡/總務	陳麗平女士	林慧婷姑娘

## 「我的目標」執委分享

## 目標是邁步前行的動力



**主席 劉偉業先生**  
(3B劉佩凝、5E劉柏喬家長)

大家好，我是Kenny，好榮幸得到各位家長支持，當選本屆家教會主席。今年適逢蓼芹40周年校慶，將會舉辦很多慶祝活動，希望屆時能跟大家多些交流，分享照顧孩子的心得。

作為六位小朋友的爸爸，我的人生目標只有一個，就是盡能力在工作及生活上取得平衡，盡可能抽多些時間跟小朋友一起玩耍，陪伴他們成長，聆聽他們的生活瑣事，授業解惑，引導他們快樂成長，這就算是成功了。



**副主席 劉曉雯女士**  
(5B杜梓楓家長)

大家好！各位蓼芹家長，再次透過家教會會訊自我介紹，我叫劉曉雯(Isabel)，在蓼芹家教會擔當執委已第七個年頭了。

今年學校的校風主題是「我的目標」。而我的目標就是成為孩子們的榜樣和支持者。作為一位開朗的媽咪，我希望女兒在中學生活中勇敢追求夢想，無懼挑戰。同時，我也鼓勵兒子繼續探索自己的興趣，找到熱愛的事物。我希望能培養他們的自信心和獨立思考能力，讓他們無論在學業或在生活上都能發光發熱。我的目標是讓他們相信：只要努力，就能有機會實現自己的夢想，成為更好的自己。共勉之！



**副主席 林偉強副校長**

大家好，我是林偉強副校長，今年在蓼芹服侍進入周第三十年。剛好又是蓼芹踏入四十周年的日子，對本人深具意義。

談到訂立目標，記得初中時，因很多好友入了學校籃球隊，自己因技術未能過關，遂立志努力改善，很多晚上獨自自在籃球場練習，終於達成目標，由中二至中六成為學校籃球隊隊員，為校爭光，打籃球更成為自己終身的興趣。

在達到目標的過程，想和友伴一起成為學校籃球隊員變成我的動力，然後一直堅持不放棄，最終能夠達到目標。希望同學們也能找到自己的興趣，並努力堅持去提升自己。



**秘書 姚詩妍女士**  
(2B 沈子揚、4B 沈子灝家長)

大家好！我叫Rebecca，十分榮幸能成為本屆家教會執行委員，擔任秘書一職，感謝支持我的家長及學校對我的信任。

我有兩位小朋友，分別在蓼芹就讀小二和小四。我們一家都很感恩可以入讀這間學校，因小朋友都是SEN學生，但學校給了很多資源來幫助他們克服考試、社交、默書等學習難點。

過去三年，我曾參與學校不同崗位，有午飯焗燒、一人一花、運動會、言語治療義工等。參與義工活動，不但可以了解我兒在校的生活方式，還加深了我對學校的認識。

在未來兩年，我為自己定下一個目標，那就是繼續為學校服務，幫助家長解答疑問等，提升大家對學校的歸屬感。



**司庫 伍詩朗女士**  
(1A 彭熙臣、2E 彭熙兒家長)

大家好！我是1A班彭熙臣及2E班彭熙兒家長，很榮幸能夠成為今屆家教會執委，擔任司庫。

自從兩位孩子出生後，我便成為一位全職媽媽。雖然已經經歷過他們初生、幼兒、上幼稚園到上小學等階段，但我仍在努力學習當個「好媽媽」。我認為現在的孩子跟以前長大的方式不大相同，相信是因為時代的進步，科技發展迅速，往往令小朋友較易被電子產品誘惑，令父母與子女之間的溝通模式有所改變。

因此，我希望透過多參與孩子的校園生活，加深彼此認識，與他們一同前行。我相信聆聽、溝通、支持和理解孩子的內心世界比學習更重要，我盼望能在家教會為學校及家長們出一分力，使同學們能享受愉快的小學生活。



**學術 尹倩女士**  
(5C 梁穎琳家長)

大家好，我是尹倩，是新一屆家教會執委，負責學術一職，謝謝大家的支持，更要感謝5C班的老師和家長，讓小女感受到關愛，亦讓我更有勇氣和信心擔當執委職務。每次全情投入義工服務後，我總會看到同學們燦爛的笑容，還體會到家校合作的重要。

我的目標是以蓼芹校训「非以役人，乃役於人」的精神為學校服務，藉着參與家教會工作建立家校溝通合作橋樑，提高家長和學生對學校的歸屬感，讓大家感受到蓼芹大家庭的仁愛。盼望家長們積極參予本校義工服務，期望蓼芹的每一位學子都學有所長，學有所用！



**康樂 黎嘉儀女士**  
(5C張紫穎家長)

大家好我是5C班張紫穎的媽媽(Emily)，十分榮幸能成為家長教師會新一屆的執行委員，為大家出一分力。

要孩子在學校愉快成長，良好的家校合作是重要的元素。我的目標是希望在未來的日子裏，能繼續以自己的能力及時間為家長們舉辦更多多元化的活動，令家長們與子女一同學習，令整個校園變得更融洽，更愉快。此外，我希望能透過籌辦一些有意義的活動，可以連繫學校與家長，實踐家校合作的精神。

子女們看見父母對學校的投入，便會感受到父母對他們的關愛，令他們健康、愉快和充滿自信地成長。盼望能與大家一同努力！



**聯絡 陳麗平女士**  
(2C 藍溢庭、5C 藍樂庭家長)

大家好！我是陳麗平(Suki)。我有三個兒子，他們都是蓼芹的學生。

年紀最小的兒子去年在蓼芹唸小一，我開始參與蓼芹家長義工的工作。我喜歡擔當Ycmc Cafe 義工，因為可以跟一班家長義工一起工作，除了令學生開心外，我很高興可藉着這機會認識了很多家長，走出了自己的框框，擴闊了我的視野，更可加深對學校的認識。所以我很感恩三個小孩可在蓼芹讀書。11月中Ycmc Caf6 又再營業了，雖然每星期只有一天，但仍然希望為同學帶來歡樂，讓他們天天開心上學。

而我的目標是希望能令我的孩子健康快樂成長，陪伴他們度過每一個難關，分享他們每一個喜悅。



**秘書 羅芷欣老師**

大家好！我是羅芷欣老師，很高興能加入蓼芹這個大家庭，短短數個月的時間已經感受到大家帶給我的溫暖。我的興趣是看電影和唱歌，週末會與家人和朋友唱卡拉OK。而我也喜愛旅遊，去不同地方旅遊可以擴闊眼界。從旅行中，我可以學到更多不同的知識，了解不同地方的文化，亦是一個可以自我放鬆的好機會。

我今年的目標是希望可以更多不同的國家旅遊，認識各個地方的文化特色，發掘更多新的事物。



**學術 蕭麗儀老師**

大家好！我是蕭麗儀老師，很榮幸能繼續在家教會擔當學術一職。

記得當初面試應徵教師時，有一位校長曾問我：「若你當上教師，未來十年的目標是甚麼？」這一問，令我想起韓愈在《師說》裏說道：「師者，所以傳道、授業、解惑也。」這就是我當老師的目標。轉眼間，我在蓼芹教學已三十多年了，能與一群活潑可愛的孩子相處，陪伴他們成長，是何等幸福。直到現在，初心未變。



**康樂 羅艷群主任**

大家好，我是羅艷群主任。人們常說：健康就是福，有健康的體，才能做自己想做的事情。所以，我今年的目標是要保持身體健康，在有空的時候多做運動，希望能令身體保持靈活強壯。



**聯絡 林慧婷姑娘**

大家好！我是學生輔導主任林姑娘。今年繼續與蓼芹家長教師會合作，希望能與各位家長共同努力，為孩子成長出一分力！

我想有快樂「多巴胺」。

今年初我大病一場，在休息期間我給自己一個目標，就是想讓自己身體健康。因此我與家人商量盡量給我多吃一點營養豐富的食物，增強免疫力；而且我也會在下班後抽出時間多與家人相處、做運動，為自己添多一點快樂「多巴胺」。這個計劃我已經堅持實行了四個月，希望可以持之以恆，讓自己擁有一個健康的生活！

## 夢芹家長教育課程

### 「我是小一學生」家長工作坊



**2024年11月7日**，本校舉行「我是小一學生」家長工作坊，當天社工講解及分享心得，提升小一家長對子女成長需要的認識，從而了解子女升小一後家長角色的轉變，並獲得支援子女適應小學生活的技巧。



### 親子桌上工作坊及親子同樂日



**2024年6月8日**，本校為高、低年級的家長及同學分別舉辦了親子桌上遊戲工作坊及親子同樂日。當天家長和同學都非常投入，透過桌上遊戲及親子互動遊戲，讓大家在輕鬆愉快的氣氛下，學習有效的溝通方法，加深彼此了解。



# 家長義工感謝日



為感謝過去一年為學校服務的家長義工，本會於**2024年7月5日**舉行「家長義工感謝日」。當天除了欣賞「全年義工服務短片」、享用豐富自助午餐及親子遊戲外，還有最感人的一幕，就是由同學們代表學校送上感謝狀給自己的父母，加上一聲「謝謝」及一個深情擁抱，令家長們感動不已。



# 午膳家長義工服務



為了一年級學生能順利開展全日制小學生生活，家長義工們於九月份進入一年級課室協助同學用膳，令他們盡快適應校園生活。感謝家長義工們的付出，陪伴夢芹小一學生一起成長。



# 運動會家長義工及親子競技賽



運動會家長義工陣容鼎盛



本屆運動會於2024年10月22日舉行，衷心感謝各位家長義工協助看管秩序及各項比賽工作，令運動會得以順利進行。當天一、二年級學生及家長一同進行「親子競技比賽」，年紀小小的運動員與父母各展英姿，在運動場上奮力拼搏，突破重重難關，不單體現體育精神，還留下難忘的回憶。



完成比賽，同學和家長齊來大合照

# 萬眾期待YCMC Cafè 2.0隆重開業

## 活動簡介

為了令同學擁有豐盛的校園生活，本年度家教會再次獲邀開辦YCMC Cafè 2.0，讓同學在忙碌的學習生活中帶來一點甜。YCMC Cafè 2.0 由籌劃、入貨到營運，均由家教會執行委員及家長義工負責，每逢周一午息營業，目的是以接近成本價售出零食，讓同學享受購物樂趣之餘，亦能學習理財及善用金錢。難怪每到營業時間，學校地下大堂總是擠滿排隊購買零食的同學，滿載歡樂氣氛。





學生輔導主任  
林慧婷姑娘

## 親職教育分享

### 「夢芹正向300+計劃」第一年

我相信各位家長陸續收到學校通告，我們邀請各位家長共同參與「夢芹正向300+計劃」中的感恩日記記錄。而部分家長亦開展了記錄，我亦耳聞有些家長已經完成40則日記，更有約一半同學已完成30-40則日記，正逐步邁向目標100天日記！成績實在令人鼓舞！

我相信每位父母都期望子女健康快樂成長，亦期望子女長大後可有成就，能夠自主自立。研究顯示，家長們面對教養孩子的挑戰時，您們的心境都會直接影響親子關係及管教成效。若作為家長的您們能夠有積極的人生觀，心存感恩，常懷希望，也就更容易對孩子有更多的包容和接納，有能力陪伴孩子走過艱難的歲月。

此外，也有研究發現，每天記錄幾件值得感謝的人和事，只需持續記錄3週，就能在接下來整整半年內比別人多擁有25%的快樂。而100天記錄就可能增長更多更多的快樂！

其實「感恩」主要靠後天養成，老師、家長需要有意識地費心引導。如同現代預防醫學常強調要增加肌肉，正向心理學也探討如何增加「心理的肌肉」，感恩就像是一種心理肌肉，愈練會愈好。有見及此，今年度起我們希望透過「夢芹正向300+計劃」，連續三年為夢芹學生及家長建構正向健康的心態，提升學生的韌力，同時訓練他們寫日記的習慣，培養堅毅的精神，也可透過日記安撫自我心靈，增加對待人事物的同理心。我們鼓勵家長堅持一起與子女完成「夢芹正向300+計劃」，共同推動子女建立積極的成長型心態。



小五及小六學生可按需要分別完成兩年或一年計劃，獲得相應獎勵。

計劃詳情可參閱「100天感恩日記挑戰」小冊子P.1-3或到學校網頁：  
學生成長 > 輔導組 > 校本輔導活動



家長遞交連結

家長遞交連結如下，請註明學生姓名、班別及家長的中文全名，截止遞交日：25年4月30日



家長遞交連結(QR code)

為鼓勵我們的孩子堅持寫日記，培養堅毅的精神，活動中有以下階段性獎勵：



同學完成20則或60則日記：  
紀念夾子（隨機派發）



完成100則日記：成功襟章  
（取得後同學可配戴至學期結束）



完成100則日記：「挑戰成功」證書  
（學期結束前頒發，家長成功挑戰同樣能獲得）



成功完成三年計劃：個人特色獎座  
（家長成功挑戰同樣能獲得）