



清旬

The Ringing Ten

323

2015.6.30

寶安商會王少清中學定期通訊/通告，2002年創刊，逢每月10、20及30日派發。



預防中東呼吸綜合症

暑期將至，因應「中東呼吸綜合症」的最新發展，本校特別呼籲家長避免安排學生參加前往韓國的遊學團，如須前往韓國及中東應盡量避免到訪當地的醫療機構。若到中東外遊時應避免到農場、農莊或有駱駝的市場，亦應避免接觸病人及動物，特別是駱駝、雀鳥或家禽。為預防感染中東呼吸綜合症，本校參考衛生防護中心之建議，採取以下的措施：

(a) 保持室內空氣流通

- 如不使用空調，應打開課室窗戶，保持室內空氣流通。
- 使用風扇/抽氣扇，增加保持室內空氣流通。
- 確保空調設備正常運作。
- 經常及定期清洗空調隔塵網。

(b) 環境清潔和消毒

- 保持課室、洗手間及校園範圍清潔和衛生。校務處會透過每日清潔和消毒，確保學校的衛生水平。
- 經常接觸的表面、傢俬物品、共用物品和地面最少每日一次用適當的消毒劑或漂白水清潔消毒。

(c) 支援手部衛生

- 學校正門備有酒精搓手液，以供使用。
- 電子報告板顯示洗手步驟圖，以供參考。
- 呼籲學生勤洗手，特別是在以下情況：處理食物及進食前；打噴嚏、咳嗽、清潔鼻子及如廁後；以及上體育課或運動後。

(d) 個人衛生習慣建議

- 妥善處理垃圾，不應隨地吐痰。
- 打噴嚏及咳嗽時，用手巾或紙巾掩著口及鼻。
- 分泌物應用紙巾包裹好，然後放入有蓋垃圾桶內或廁所沖走。
- 接觸過呼吸道分泌物或其污染物後，應立即洗手。
- 感染呼吸道徵狀，應戴上外科口罩，盡快求醫。

相關參考資料：

- (1) 衛生防護中心中東呼吸綜合症網頁 http://www.chp.gov.hk/tc/view_content/26511.html
- (2) 食物及衛生局網頁 <http://www.fhb.gov.hk/cn/index.html>
- (3) 保安局「外遊警示制度」網頁 <http://www.sb.gov.hk/chi/ota/>

合唱團表演

本校初級及高級組合唱團將於 8/7/2015 (星期三) 上午九時至十時於本校禮堂表演，現誠邀 貴家長撥冗蒞臨是次試後活動，好讓大家能欣賞合唱團辛勞練習的成果。

~表演曲目~

- | | |
|------------|--------------------------------------|
| 初級組合唱團 A 隊 | 1. Celebrate with Jubilant Song |
| | 2. Ritmo |
| 初級組合唱團 B 隊 | 1. 星月交輝 |
| | 2. 只有和聲 |
| 高級組混聲合唱團 | 1. Spanish Serenade |
| | 2. Where Your Bare Foot Walks |
| | 3. The Music's Always There With You |

本校 5F 梁凱盈同學 榮獲「隊伍優秀女童軍」



4C (Confidence, Care, Commitment & Courage) 青年義工領袖計劃



團員於烏溪沙青年新村參與青年義工領袖計劃培訓營



團員於「城市之峰」進行義工領袖進階培訓



團員利用自己電腦的知識，協助長者學習新科技

本校 11 名中四同學自 2014 年 11 月便開始參與由義務工作發展局舉辦之「4C 青年義工領袖團，4C 的四個 C 字代表：Confidence 自信、Care 關懷、Commitment 承擔、Courage 勇氣，計劃透過義工培訓及服務參與，建立青年義工領袖的 4C 素質，本年度他們參與多項訓練項目，當中包括：4C 青年義工領袖團迎新日、4C 青年義工領袖計劃培訓營、4C 青年義工領袖進階培訓及 4C 青年義工領袖計劃聯校畢業營。本領袖團在本年度參與了區內「樂聚松明長者友善社區」巡禮攤位活動及教導長者使用平板電腦，以下為部分團員參與服務後的心聲：

雖然隔著世代鴻溝，但在探訪長者們的過程中，我不單當了他們的朋友，以遊戲陪伴他們渡過短暫的時間，更成為他們的學生，聆聽他們對人生的體會，獲益甚多，看著公公婆婆生澀而投入地操控著高科技遊戲，以柔和卻哽咽的嗓音訴盡心聲，我就被深深觸動，這次探訪的經驗我將銘記於心。 4A 林嘉淇/4D 伍詠琪

一年的時間說長不長，說短不短，但這都不重要，而是如何運用一年的時間。一年間，我們曾到訪松靈社，與好學的老人家一起用過平板電腦，我們細心的教，他們細心的聽。一字一句都希望對方能夠受到祝福和關心。和我同一組的婆婆只懂我不擅長的國語，經過磨合，相信我們的心意也傳到對方的內心去。到離別時，望見那背影，就希望可以做得多些，不僅是對那位婆婆，而是身邊所有人。大家的一字一句，都是溫暖窩心，我會好好善用每一年的時間，去祝福身邊每一個人。 4A 雷芊雅

想起專心聽著我們教授電腦知識的婆婆的臉容，令我難以忘記。儘管他們對近年興起的平板電腦的用法一無所知，依然樂於嘗試使用。有不清楚的地方會樂於向我們詢問。他們比我們更嚮往學習新事物。面對年老的人有時可能因為語言不通或話速緩慢，而令我們感到鼓噪。但是每人也會經歷這階段，應該多多包容。這次探訪老人的經歷令鍛煉了我的耐性，並再次感受到公公婆婆對學習的熱誠，令我對「活到老，學到老」這句話有更深刻體會。 4A 楊蔚霖

不同的人在不同的時間會做不同的事情，但做義工是無分年齡，性別、界限……每次做義工都有特別的感受，尤其見到對方臉上掛著燦爛的笑容，自己即使再疲倦，都會深受打動。這些獨一無二的義工活動都是珍貴的，令我們一生受用。 4A 何思敏

每當爺爺奶奶們以燦爛而慈祥的笑容望向我，每當他們毫不忌諱地向我分享自己的人生經歷，我心中就只有無限的感動。作為義工探訪長者，不只是陪伴他們，更多的是他們在我的人生作出指導，讓我感悟到他們的辛酸，亦使我在這相處過程中由衷的感到快樂，是他們給我一個難忘而珍貴的經驗。 4A 楊穎欣

他們蒼白的頭髮，他們滿面的皺紋，他們遲鈍的動作，都好像對我細說他們的故事。當中有喜有悲，有愛有恨，他們為自己的長壽而喜，為親友的離去而悲，為年幼的孫兒而愛，為時光的飛逝而恨。「他們」是誰？他們是你和我的將來。生老病死身為一個人是避不到，我從活動中學會關懷長者，細聽他們的需要，盡力幫助他們，因為關懷他們就是關懷將來的自己。 4C 徐穎詩

聽著長者訴說他們一生的故事，我才明白有些事情真的是親身經歷過才會有所感悟。我認為這次的長者探訪，身為年輕一代的我們，能夠和他們交流，聆聽他們面對分享人生經驗，也是一個不可多得的寶貴經驗。 4E 梁樂芯

老人家臉上斑駁的皺紋，一筆一劃，像刀子刻的字，清清楚楚記錄著他們一生的辛勞和歷練。在探訪的過程，他們訴說自己獨一無二的一生，使我有所裨益。 4E 謝穎怡

我校 10 位中五級同學於

「香港理工大學數學及科學比賽(SSMSC 2015)」奪獎

本年5月，我校派出48位中五級同學參加「香港理工大學數學及科學比賽2015」，與全港超過7000位數學、物理、化學及生物科高手爭奪獎項。最近學校收到理工大學來信，獲通知當中本校10位同學在比賽中奪得「高級優異獎」(最優秀15%成績)。這10位同學將獲頒發嘉許證書並獲理工大學的邀請，可以參加將來大學聯合招生(JUPAS)特別入學面試，增加入讀理工大學的機會。獲獎同學名字見右表。

在此感謝48位同學努力參與比賽，並恭賀以上10位得獎同學替本校爭光，亦預祝這班同學在2016年香港中學文憑試奪取優秀成績。

科目	同學姓名
數學	梁凱盈、蕭哲晞、談芷晴、沈家聰、黃子威
物理	潘德駿
化學	陳逸天、魏璋樂、沈中傑、沈家聰、曾明春
生物	魏璋樂

備註：在過去3年，我校分別有12、14及9位同學奪得獎項。王少清今年再有同學力壓來自多所傳統英中名校的學生而奪得優異獎等殊榮，實在可喜可賀。

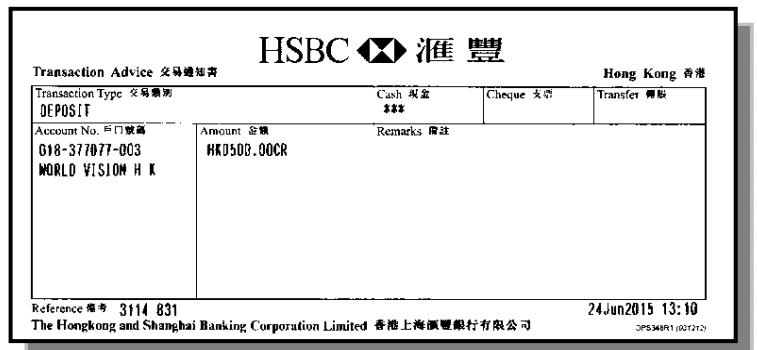
本校五位高中同學出任 「無煙青少年大使」

4A 張晶煜、5B 何晉傑、5C 楊慧雅、廖健汝、方紫瑤獲選參加由香港吸煙與健康委員會主辦的「無煙青少年領袖訓練計劃」。同學先於暑假期間在香港青年協會賽馬會西貢戶外訓練營接受為期兩日的訓練，然後在校內擔任無煙青少年大使，推行有關「無煙校園」活動。因為計劃書詳盡，反思充足，活動成效顯著，剛獲大會頒發證書以示鼓勵。

五位無煙青少年大使已加入「無煙青少年團」，繼續參與及協助委員會推行各項控煙活動，宣揚無煙訊息，建立領袖才能。

實安商會王少清中學 家長教師會通告

本會於30/5舉辦的包糰活動，原定會包糰送給區內長者，但由於贊助機構未能配合而取消。有見較早前尼泊爾地震災情嚴重，活動當天本會特向參加者募捐，籌得善款共500元，現已捐往香港世界宣明會「尼泊爾地震救援」項目。



學生文章分享

《活著是福氣》原載於24/6《文匯報·試筆》

對於生物來說，活着便是福氣。但是活着真的是福氣嗎？這個問題一直困擾着我，兒時的我，現在的我。

所有生命都必有走到盡頭的一日，所有東西、遊戲、上課、資源，都會完結，除了時間.....既然如此，那我又為什麼會被生下來，活在這個生命終將完結的世界裡？同時我又感到十分害怕，擔心自己某一天會失去知覺，不能再睜開雙眼看見這個世界。

自祖父離開後，一切都變得非常混亂，我不知道祖父去了哪裡，可我清楚他不能再回來。我不明白「生不比死重要」的含義，既然終要死，為何要有生？

看到媽媽抱着小弟弟的那一刻，我的心裡百感交集，這是一個生命的誕生，我摸他的小手，是暖的。他正在活着。常聽祖母說，死不可怕，只要珍惜活着的一刻便可。可我不明白，既然珍惜活着的時光，又怎能不害怕死呢？我知道那種不能再見到或觸到心愛東西的感受，就像祖父的離去，那種恐懼一直存在於我心中。

小時候我不喜歡上學，每天都會賴在祖母身邊哭喊着「不要上學」，而現在，除了仍有一點厭惡外，上學這件

事帶給我更多的是愉悅。愉悅是因為我每天可以與朋友又笑又鬧，為日常生活增添了豐富的色彩；厭惡則是因為上學就要與人競爭，而我是一個討厭競爭的人。生存便是一場競爭，我被迫加入，無可奈何。當競爭的結果不如人意時，我會感到痛苦，也很厭惡這種活着的方式，我問自己：「活着，好嗎？這樣辛苦地活着，好嗎？」

當我想起一段段開心的回憶，常會不自覺地笑出來，同時也清楚了自己的想法--活着是福氣。如果我沒有活着，便體會不到有時競爭帶來的快樂，也不會有美好的回憶，不會看到這個美麗的世界。而曾經歷過的一切開心和痛苦，都將化為一縷輕煙，豐富我人生的色彩。正因為活着，我才能認識這麼多朋友，才能吃到喜歡的東西，也能因競爭而開心或煩惱；正因為活着，我才能夠擁有記憶，能做喜歡的事，也對這個世界充滿留戀，害怕死去.....活着的確是福氣。

或許，死亡真的並不可怕，也正因為每個人都會有死亡的那天，才會珍惜活着的時間。常聽老人說「趁年輕要多出去闖闖」，也許那樣才不會有遺憾，當沒有遺憾時，死亡也就不再可怕。正因為活着，我才擁有現在的一切，活着真的是一種福氣。

4B 陳思穎

誠邀各位家長到場觀賞作品，支持子女，與親朋好友一同出席更無任歡迎！

為慶祝本校邁向35週年，本校將於七月舉辦藝術展覽，希望藉此分享平台，展露學生自由揮灑的創意及藝術天分。

展覽將展出同學及老師的各種藝術創作，種類繁多，呈現師生無窮的想像力，細堪玩味。



寶安商會王少清中學
35周年藝術展
7月7日至7月10日

藝想天開

WSC English Debating Team Victorious

The subject of rooftop gardens made for some spirited debate with the WSC English Debating Team crowned New Territories West Term 2 Division 1 Champions.

"It is so great and quite surprising that our dream really comes true, which was to become the champions in the final debate. I am so proud of our whole debate team!" exclaimed an elated Samantha Liu.

In the 2014-15 Hong Kong Secondary Schools Debating Competition, Shung Tak Catholic English College (Affirmative) and POCA WSC Secondary School (Negative) debated the motion that 'Hong Kong should significantly increase garden space on usable rooftops' on Friday 31st May at Shung Tak Catholic English College.

The two adjudicators awarded the victory to POCA WSC based on their argument that rooftop space should be used for the placement of solar panels instead as this would be much more practical, efficient and effective in going green. The adjudicators were also impressed with how the team managed to work together to hammer home the team line, 'Let's get serious about going green, not green gimmicks.' (Gimmick - 'a trick or device intended to attract attention, publicity or trade').

Our team's first speaker, Vanessa Choi (3D), highlighted the problems of rooftop gardens in her rebuttal and included a specific case in which things went terribly wrong, forcing a local secondary school to close its library for a long period because of the water damage through leakage.

Lawati Ning Sang (5C), introduced the idea of placing solar panels on rooftops instead of gardens and compared the two concepts, highlighting the overall benefits solar panels would bring to everyone in Hong Kong.

The victory was sealed after some spirited rebuttal from Samantha Liu (5C) and a clear and concise summary of the arguments POCA Wong Siu Ching had put forward.

A special thank goes to the other members of the English debating team; Chor Hiu Ying (3D) Yang Ning Kwan (3D) and Wong Titus Pak Shing (3D), who represented the school in the earlier rounds of the competition.

If you would like to have a chance at representing POCA WSC in next year's English inter-school debating competitions, please speak to Mr. Healey.

