



本期內容

秋季親子遊 / 1-2

優質家長學堂工作坊 / 3

本校優秀同學分享 / 4-9

以愛服務 回饋社區 / 10-11

新委員介紹 / 12

校園新設施 / 13

上學期學科獎及
學業成績得獎名單 / 14-16

家教會 秋季親子遊

本校家教會每年都舉辦「秋季親子旅遊」，並交替地安排「陸路」和「水路」，令行程豐富多彩，又照顧不同家長和學生的喜好，深受大家的歡迎。今年以水路為主題舉辦了「印洲塘海岸公園、吉澳故事館、鴨洲鴨眼洞、荔枝窩遠望鬼爪石、吉澳海鮮團」，吸引了183位老師、家長、學生及其親友參加。





我們先後遊覽了荔枝窩，她位於中國香港世界地質公園之內，是一條擁有超過 300 年歷史的客家圍村。來到這裡，您可以訪尋古鄉，也可以欣賞荔枝窩海岸、風水林及紅樹林等美景。之後乘船前往印洲，沿途經過飛鼠岩、和尚望海、黃泥洲和靈龜守洞等名勝。我們再乘船往吉澳島，享用美味的特色海鮮午膳，再參觀吉澳故事館、外國人門神及趣怪天后廟，不少人還購買了當地特產，滿載而歸。

最後一站是因形似而得名的鴨洲。大家參觀了鴨眼洞、綿羊石和狗頭石等景點，憑着三分形似七分想像，大家能否欣賞到大自然雕塑的美態？當天秋高氣爽，道路平緩，無論男女老幼都在愉快中收穫滿滿；而在大抽獎得到禮品的人，更是錦上添花啊！





優質家長學堂工作坊

家長教育是近年熱門的議題，家長要與下一代有效溝通，就必須緊隨時代的步伐，不斷學習和自我更新，才能與新一代並肩而行。家教會每年都會舉辦不同的講座和工作坊，讓家長認識青少年的成長特性，認識最新的青少年文化、社會新潮流等知識，把自己提升為優質家長。

本年度的兩個工作坊主題分別為「AI 新人類」和「親子理財觀」，家長對有關議題非常感興趣，分別有幾十位家長參與。主講的社工深入淺出地把有關內容向家長介紹，引導他們理解和融入青少年的生活，學習與年輕子女溝通，以便更有效培育子女成長、成材。



本校優秀同學分享

九龍地域傑出學生

6D 陳梓謙

時光飛逝，傑出學生的旅程不知不覺間結束了，但我會永遠將所學的事物細細保存於心，繼續成長。

首先，我非常感謝學校給我參加觀塘及九龍傑出學生活動的機會。起初，我對這些活動感到十分害怕，甚至在老師建議我參加時一度拒絕，因為我認為學校外總有比我更優秀的學生，自己何必參與呢？然而，在老師們的鼓勵下，我決定給自己一次機會，這不僅是證明自己的才能，也是不想辜負老師們的期望。最終，我成功成為觀塘及九龍地域的傑出學生。在此，我要再次感謝老師們，若沒有你們的支持與鼓勵，我不會有今天的成就，謝謝你們。

此外，在活動中，我很感激能有一群充滿想法、願意表達意見並共同奮鬥的隊友。在九龍地域傑出學生的活動中，我們需要就傳統文化是否需要與時並進完成報告。在建立內容之初，我常常因時間緊迫而只想儘快確定脈絡，反而忽略了一些細節，導致弄巧成拙。每當我感到焦急時，身後總有隊友默默支持著我。他們願意在夜深人靜時開會，源源不斷地提供不同文化的見解；在辛苦完成一天的活動後，仍然願意反思當日的內容及可改進之處。我最印象深刻的是我們完成報告後露出的笑容，那笑容中藏著喜悅與放鬆，也隱含著不捨，因為活動結束後我們便要暫時分離。在這短短幾天中，我們的每一滴汗水都是為了讓這短短數分鐘的報告能更完善地進行。雖然討論過程中遇到許多困難，但我們始終相互支持，從不埋怨，攜手並肩前進。

報告中的評審們也給了我很多寶貴的建議，讓我能察覺自己的不足，重新裝備自己，成為更好的自己。

在此，我想告訴師弟們一樣事情——你們真的很優秀，請不要害怕向他人展示自己優秀的一面。的確，學校外確實亦有著很多傑出的學生值得我們學習，但是對於其他學校的人來說，我們又何嘗不是他們眼中傑出而優秀的學生呢？因此，倘若我們有不同的才華，師弟們請不要過分地看輕自己，反而可以主動向老師自薦參與這些傑出學生選舉，在經歷活動後更加了解自己的強處並改進自己的弱點，成為更好的自己。

每段旅程總會走到終點，我必將帶著在傑出學生內獲得的珍貴的友誼和所學的經驗，邁向未來。



觀塘區傑出學生

4D CHOI KA CHUNG ALVIN

Joining the KTOSA brought me three keys to success.

Let's start with the stage of submitting a portfolio. In the very beginning, I thought submitting a CV was just simply listing out all activities and introducing myself. However, it turned out that summarising my past activities and services required a long time. I was often confused and frustrated about document formatting and categorising different information needed.

Hope is like a tiny ember in the dark forest - After lasting frustration, I realised that I was not the only one going through these obstacles. Instead, I decided to seek help from teachers and peers. That's the first thing I learnt - There is often someone standing by me whenever I am facing unexpected challenges, if I ever ask.

Moving to the most challenging part - preparing for the interview. To be honest, I had exactly no idea about what I should say or how I should act on that day by just listening to my teachers. Surprisingly, I learnt the most important key through the conversation - keep calm.

Right before the interview, I told myself to breathe slowly and get prepared for the upcoming interviews. Even though I was being interviewed by four interviewers at the same time, I didn't show any hesitation. Instead, my mind was clear enough to elaborate my ideas well and was able to cooperate with other participants in the next part.

It was an unforgettable and memorable experience to put effort into a student election. Here, I encourage all of you to calm down and seek help when needed. It is important to have a clear mind and not worry too much when performing tasks.



4D 李泓希

在服務中成長，以行動照亮他人

傑出學生的名銜像一片意外的陽光，突然照進我埋頭服務的日常。一直以為自己只是默默播種的人，卻在低頭耕耘時，被這份榮譽輕輕拍了拍肩膀：「你看，那些看似微小的堅持，早已長成一片蔭涼。」

「欲買桂花同載酒，終不似，少年遊。」我深信青春不該留白，因此積極參與義工服務與課外活動，在奉獻中磨礪自我。從義工服務時的應變、挑戰，到擔任公益少年團主席籌辦活動，每一次經歷都讓我成長。猶記初次派發口罩時，長者緊握我的手道謝，那份溫暖讓我明白服務的真諦——不僅是付出，更是心與心的連結。而在幫助基層兒童的過程中，我學會傾聽需求、調整方案，體會到「真正的幫助」必須貼近對方的生活。

此外，各種課外活動也開拓了我的視野，讓我關注全球議題，思考如何為社會帶來改變。這些經歷教會我：成長不在於榮譽，而在於能否以行動影響他人。感謝所有指導我的師長，以及每一位讓我學習的服務對象。這份榮譽是鼓勵，也是責任。未來，我將繼續秉持熱忱，以微小卻堅定的光芒，照亮更多需要溫暖的角落。





4D LEE CHEUK YUE

Receiving the Kwun Tong Outstanding Students Award was an achievement I never anticipated. Initially, I believed this honour was reserved for students with flawless academic records and a shelf full of trophies. However, as I progressed through the application process, I came to understand that this award values not just excellence, but resilience, growth, and the willingness to challenge oneself.

Submitting the portfolio was only the starting point. While it required effort, the real test came with preparing for the interview. I was filled with uncertainty, unsure of what questions would be asked or how I should present myself. The fear of freezing mid-sentence constantly lingered in my mind. To overcome this, I began preparing thoroughly. I practised common interview questions, organised my thoughts in writing and arranged mock interviews with my teachers. Their comments played a crucial role in helping me refine my responses and gain clarity in expressing my ideas.

Despite all the preparation, nervousness still crept in. Right before the interview, I reminded myself to stay composed and be true. I realised I didn't have to be flawless, I simply needed to speak with sincerity and confidence. During the interview, I focused on articulating my experiences and values with clarity and passion. To my surprise, the conversation flowed smoothly. That moment taught me an invaluable lesson: true confidence does not stem from having all the answers, but from believing in your own voice.

Winning this award has significantly shaped my mindset. It has boosted my self-belief and encouraged me to embrace new challenges without fear. More than just a title, this experience has given me a sense of direction, a reminder that perseverance, reflection and courage are just as important as the achievement itself.



4E CHAN CHAK YAN

If you ask me how to become a Kwun Tong Outstanding Student, I would say that being brave and learning from failure are the keys.

One of the criteria for becoming a Kwun Tong Outstanding Student is having a solid academic record. I've generally performed well in school tests and exams, but like everyone else, I've faced setbacks. For example, I was in the top three of my class in Form 1, but my ranking dropped a few times later on. I felt disappointed, but I didn't let it hold me back for long. Instead, I reflected on my study methods and found ways to improve. Eventually, I managed to regain my position. This experience taught me that failure isn't the end—it's an opportunity to learn and grow.

Another important criterion is active participation in extracurricular activities, including social services and competitions. To be honest, I was initially reluctant to join social service activities in Form 2—my parents encouraged me to take part, and I didn't enjoy them at first. But over time, I began to appreciate the value of these experiences. I learned practical life skills, such as proper social etiquette. I still remember being scolded by a teacher for wearing inappropriate clothing at a joint-school event. It was embarrassing, but it helped me understand the importance of respecting different occasions—something textbooks don't always teach.

To me, being a Kwun Tong Outstanding Student isn't about being perfect. It's about staying open to growth, learning from every experience and striving to become a better version of yourself. I'm still on that journey, and I believe anyone can take the same steps with determination and an open mind.



4E 周鴻鈞

站在聚光燈下，聆聽著如潮水般湧來的掌聲，這一刻的喜悅像蜂蜜般緩緩流淌進心底，而更深的感觸是——原來勇敢嘗試的種子，終會開出意想不到的花。

從整理物資時的手忙腳亂，到第一次帶隊綵排；從被參與者質疑語無倫次，到在大型活動中擔任司儀。那些在後備方案裡反復修改的標註，活動前夜檢查清單上密密麻麻的螢光記號——所有這些碎片都在此刻，彰顯著曾經努力和成長的價值。

最珍貴的從來不是獎項，而是在跌倒時學會重新站起來，是在意見衝突時能夠解決問題的智慧，是明白真正的成長永遠不會發生在舒適圈。

我清楚地看見，曾經躲在幕布後的自己，正站在光裡微笑。原來當我們勇敢地邁出第一步時，世界早已準備好溫暖的擁抱。這份領悟，比任何獎項都更值得珍藏。



Highlights from BETT UK 2025

Participants: Hui Tin Chak, Lam Fu Hang, Lee Yin Chun, Ng Pan, So Pui Hei

Teacher-in-Charge: Mr. Cheung Man Mau

Event Dates: 17 - 25 January 2025

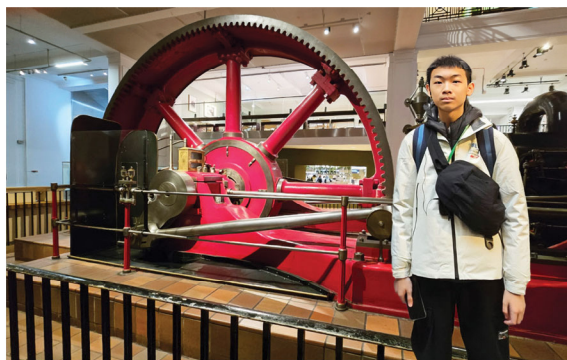
A Journey of Innovation and Discovery

Five of our F.3 students traveled to London this January for the renowned BETT UK 2025 education technology show. Led by Mr. Cheung Man Mau, the group explored famous landmarks and proudly demonstrated their AI invention to an international audience.

3A HUI Tin Chak, Jack

Jack was especially moved by the visit to Cambridge and the **Grasshopper Clock**:

"The Chronophage, or 'time eater,' made me think about using my time wisely. Cambridge felt so different from Hong Kong—it was inspiring!"



3A LAM Fu Hang, Jerry

Jerry found the museums fascinating:

"The Science Museum's exhibits showed how technology shapes our world. Exploring London and trying new things made me feel more independent."

3B LEE Yin Chun, Alex

Alex enjoyed the rich culture:

"The British Museum's collections were incredible, and Windsor Castle's treasures showed me how history connects to the present."

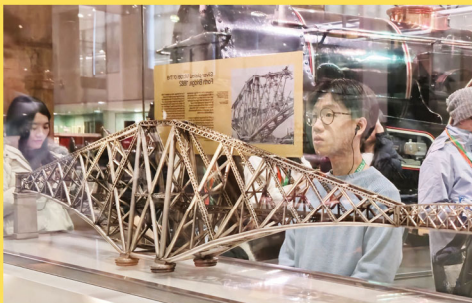


3B NG Pan, Lawrence

Lawrence led the team in presenting their **AI RECIPE** app at the BETT Show:

"Over 20 people visited our booth in just two hours! Sharing our app and receiving feedback from visitors around the world was an unforgettable experience."

He also enjoyed exploring London's local shops, gaining independence and confidence with his friends.



3B SO Pui Hei, Alvin

Alvin was impressed by the city's history:

"Seeing the Union Jack at Buckingham Palace and learning its meaning made the royal traditions real for me. Windsor's old buildings and flagpoles showed how much history is everywhere."



Mr. CHEUNG Man Mau remarked:

"I'm very proud of our students. They showed great creativity, teamwork, and curiosity throughout the trip."



Congratulations!

Our students returned with new ideas, confidence, and unforgettable memories. We are proud to see them grow as innovators and global citizens!

以愛服務 回饋社區

本校自今年起以「實踐天主教教育核心價值：加強對個人和社會的責任感，培養良好的公民責任」為主要關注事項之一。公民教育組與宗教及倫理科合作，推動中三同學參加不同的社會服務計劃，以培育學生良好的社會責任。學生可從七個不同的社會服務計劃中按個人興趣選擇參與最少一項的服務計劃。當中不少的服務計劃結合了「服務學習」的元素，除了鼓勵學生實踐天主教教育的核心價值愛德之外，也讓他們學習新的技能和知識，擴闊他們的視野。部分活動更回應了近年教育界所關心的議題，比如透過服務推廣精神和情緒健康，又或透過服務培養學生尊老愛幼的傳統文化美德，甚或結合最新的虛擬實境科技，應用在長者復康活動之上。學生透過參與服務，得著甚豐。



3A 徐卓男 大自然同行大使服務計劃參加者

透過我們在大自然中的靜心體驗，我學會了如何和自己的情緒相處。當情緒處於混亂動盪的狀態時，原來只要我們靜下心來，閉上雙眼，聚焦用聽覺尋找大自然的聲音，比如在觀塘海濱，我清晰地聽到了鳥聲、風聲、海浪聲，情緒便隨着聲音的迴轉，慢慢沉澱，緩緩凝聚，我們在大自然的美好聲音中連結自己的情緒，減去對生活的焦慮，一切煩惱都拋諸腦後。我們學會了聲音地圖、樹葉傳感、呼吸默想等方法以後，便帶領長者一同在大自然中減壓。有的長者說，他的兒子、孫女已經移民了，老伴亦已仙遊，現在就只剩下她一個人。大自然能否療癒孤獨呢？我不知道，但我願意與她在一起，透過陪伴來連結彼此，透過觀察大自然的美來安撫受傷的心靈。

風很輕。兩顆懸着的心，緩緩地，著了地。

3B 黃智仁 香薰按摩義工服務計劃參加者

那天我來到服務機構的場所，看見了一位白髮蒼蒼的老人——華姐。她是福建客家人，三十歲時才來香港，如今已經七十八歲了。我輕輕地托起她的手，慢慢地為她塗上在培訓工作坊中自己親手調製的香薰按摩油，薰衣草的香味淡而清幽，若隱若現。

她說，剛來香港時，只會說普通話，一天要打三份工，才能勉強維持一家幾口的生活。我順着她粗糙的手，把按摩油推開。香薰按摩的導師囑咐過，推拿手法要輕柔而緩慢。我的指頭就在她辛勞了幾十年的手掌和手腕之間徘徊，彷彿每一下的推拿，都擠出了她歲月的辛酸。

「我很喜歡看電影。」華姐說。不知道她聞到我精心調製的香薰按摩油，心情有沒有好一些呢？

「只是孩子和老伴都不在了，就沒有人可以一起去電影院了。」

我把力度再放輕柔了一些，像是在安撫受傷的孩子。

甚麼是愛德？大概就是聆聽與了解，然後感同身受。

甚麼是我力所能及的公民責任？大概就是陪伴在旁，了解社區中長者的近況，關心他們的需要，實踐「老吾老以及人之老」的公民精神。





3D 葉俊亨 氣球造型服務計劃參加者

起初，我以為學習製作不同造型的氣球，然後送予社區中的人是簡單而微小的事。學做氣球造型的過程中，儘管我已小心翼翼，但每次氣球在我或身邊的同學手中爆出巨響，我也驀然一驚，然後又嘟着嘴重頭做起——這一點也不容易啊！我們還要教導區內的基層兒童一起完成氣球造型的製作，那就是更大的挑戰！所以，當我們捧着氣球和禮物福袋走進社區的時候，我完全感受到那份精心準備的禮物的重量。這次，我們為各所公共大廈的保安員送上禮物。其實他們一直克盡己責看守着我們的家，但卻一直被我們所忽略。我真誠而慎重地把心意卡和禮物交到各個保安員的手裡，希望他們知道，無論我們的身影多麼微小，但都有着別具意義的重量。



新委員介紹



陳曼琪女士

大家好！我是觀瑪家教會新委員陳曼琪女士，很榮幸收到家教會主席黃勁邦先生邀請擔任為家教會義務核數師。作為一名家長，我明白教育子女需要學校與家庭的共同努力，家教會就是家長與校方最好的溝通橋樑。加入家教會短短半年，我深深感受到各委員積極地把家長的建議帶進來，也把學校的愛心傳遞出去。未來我亦會在各位資深委員帶領下，共同為孩子們舉辦更多有益身心的活動，以及創造更優質的成長環境。

校園新設施

食物部 CANTEEN



學校希望改善食物部的環境，讓學生在一個較為舒適的環境進食。得到校長的支持和校董會的撥款後，三月份動工在食物部裝上活動趟門，又安裝了八台空調機。工程趕及四月份悶熱天氣來臨之際完成。每年四月至十月，早上、小息和午飯時間都會開啟空調，夏令時間放學後也會開放一小時，讓有需要的同學使用。今年初夏到來，同學們可以開始在空調環境裏進食，都很開心。



現在把玻璃門趟上，就把食物部和禮堂間隔開來，形成一道隔音屏。從前禮堂進行考試時，食物部的聲響會造成嘈音，以後能大大改善了。

設計工程項目時，另外加裝了兩道水晶趟閘，可以把食物部範圍分隔成三個區域，以便用作其他功能。五月二日為校慶活動日，校方在食物部安排了棋藝嘉年華，大量學生到場比賽和觀戰，場面非常熱鬧！

2024-2025 年度上學期

學科獎及學業成績得獎名單

中一至中六級 各班上學期第一名

班別	姓名
1A	陳達燊
1B	簡俊易
1C	甄浚景
1D	謝天朗
2A	蔡承志
2B	吳卓諺
2C	何正藍
2D	劉杰昇
3A	許天澤
3B	鄭汶朗
3C	李柏琛
3D	吳奕希
4A	甘家健
4B	鍾啟業
4C	曾裕煊
4D	余碩鋒
4E	李馥汕
5A	趙之軒
5B	蔣晉華
5C	湯皓賢
5D	梁煒彬
5E	蔡昊霖
6A	老譽鋒
6B	原埈民
6C	黃銘軒
6D	譚宇軒
6E	劉文揚

中一至中六級 各級上學期第一名至第十名

班別	姓名	班別	姓名
1A	陳達燊	4E	李馥汕
1C	甄浚景	4E	陳澤仁
1B	簡俊易	4E	陳柏豪
1D	謝天朗	4E	陳汶駿
1D	周泳熹	4E	周鴻鈞
1C	林子渝	4E	李兆朗
1C	鄧鈺培	4D	余碩鋒
1A	陳煒坤	4E	鄧梓明
1A	李泊希	4B	鍾啟業
1D	項逸朗	4D	吳駿樂
2B	吳卓諺	5D	梁煒彬
2A	蔡承志	5E	蔡昊霖
2A	蒙民浩	5E	林秦亦
2A	羅峻樺	5E	鄭浩駿
2B	戴樂然	5E	黃思衡
2B	陳亦騫	5E	陳君彥
2B	李俊希	5D	彭梓宙
2A	胡昌熙	5D	繆瑋宇
2A	王子優	5D	馬聖皓
2B	張天佑	5D	馮阡陌
3A	許天澤	6D	譚宇軒
3A	蔡鍵鋒	6E	劉文揚
3B	鄭汶朗	6E	周耀銘
3B	楊正言	6E	梁家源
3A	郭庭章	6E	李焯熹
3A	王耀霆	6E	談啟浚
3B	姚正謙	6E	駱俊港
3A	林志宇	6D	陸偉傑
3A	王樂行	6E	黃世鈞
3B	鄒式賢	6E	吳子鴻

2024-2025 年度上學期

學科獎及學業成績得獎名單

學科成績優異獎

班別	姓名	科目	班別	姓名	科目
1A	陳鍵培	公民與社會發展	3A	許天澤	電腦
1A	陳達樂	中史			地理
		地理			數學
		科學			物理
1A	李泊希	數學	3A	林富恆	英文
1B	簡俊易	普通話	3A	林少宇	視覺藝術
1C	周柏賢	視覺藝術	3B	鄭汶朗	生活與社會
1C	馬朗僑	音樂	3B	鄧式賢	倫理
1C	鄧梓謙	電腦	3B	鄧灝鋋	音樂
1C	鄧鈺培	歷史	3B	楊正言	生物
1C	甄浚景	中文	3C	李進熹	體育
		倫理	4A	甘家楫	企業、會計及財務概論
1D	周泳熹	體育	4A	甘子健	體育
1D	洪昕翹	音樂	4A	高梓洋	公民與社會發展
1D	劉嘉竣	英文	4A	吳明燁	倫理
1D	甄浚淳	中史	4B	鍾啟業	倫理及宗教
2A	程浩霖	中史			倫理
2A	蔡承志	倫理	4D	李浩揚	生物
2A	李曜亨	生活與社會	4D	李泓希	中文
2A	蒙民浩	數學	4D	劉偉洛	體育
2A	曾浩廉	視覺藝術	4D	文峻彥	中史
2A	王子優	音樂			中文
2B	陳卓宏	地理	4D	吳駿樂	歷史
2B	張天佑	歷史	4D	孫樂軒	地理
2B	羅卓楠	中文	4E	陳澤仁	化學
2B	李俊希	視覺藝術			物理
2B	李曉臻	電腦	4E	陳汶駿	英文
2B	吳卓諺	英文	4E	陳柏豪	生物
		科學	4E	周鴻鈞	倫理
2B	歐梓佑	普通話	4E	朱小沙	數學
2C	盧俊樂	體育	4E	林政熙	倫理
2C	冼昊燃	體育			歷史
3A	蔡鍵鋒	中史	4E	李馥汕	化學
		中文			經濟
		普通話			物理
3A	莊佳城	視覺藝術	4E	呂晉毅	體育
3A	郭庭章	基本商業（一）	4E	吳俊浩	通訊科技
		歷史	4E	鄧梓明	地理
3A	許天澤	基本商業（二）			體育
		化學	4E	王珀熙	體育

學科成績優異獎

班別	姓名	科目	班別	姓名	科目
5B	黎君灝	倫理及宗教	6C	陳閔賢	歷史
5B	湯清鴻	體育	6C	鄭梓鴻	公民與社會發展
5B	楊盛霖	倫理及宗教	6C	吳卓斐	中史
5C	許栢泓	中史	6D	洪煒豪	企業、會計及財務概論
5D	馮阡陌	倫理	6D	陸偉傑	經濟
5D	梁煒彬	生物			數學
		中文			數學（單元一）
		公民與社會發展			物理
		倫理	6D	譚宇軒	倫理及宗教
		數學（單元一）			倫理
5D	李梓堯	通訊科技	6E	陳卓頤	體育
5D	彭梓宙	英文	6E	陳諾賢	英文
		歷史	6E	賴駿和	數學（單元二）
5E	鄭浩駿	化學	6E	梁家源	通訊科技
		數學	6E	駱俊港	生物
		數學（單元二）			化學
		物理			中文
5E	鄭敖行	體育	6E	任耀華	地理
5E	蔡昊霖	經濟			
5E	許方均	通訊科技			
5E	王嘉羲	企業、會計及財務概論			
5E	黃思衡	地理			

獎學金得獎名單（中六）

獎學金名稱	班別	姓名
陳振威校長勤奮獎學金	6E	駱俊港
林清新老師上游獎學金	6D	譚宇軒
中文科獎學金	6E	駱俊港
英文科獎學金	6E	陳諾賢
數學科獎學金	6D	陸偉傑
生物科獎學金	6E	駱俊港
思賢化學科獎學金	6E	駱俊港
林清新老師地理科獎學金	6E	任耀華
體育獎學金	6C	黃銘軒

出版 觀塘瑪利諾書院家長教師會

地址 香港九龍觀塘翠屏道 100 號

編輯 吳美珊老師、黎倩如老師

鳴謝 屈能伸副校長、梁嘉瑤副校長、張萬茂老師、周匯仁老師、陳曼琪女士及各撰文者