



順利天主教中學

Shun Lee Catholic Secondary School

SHUNLEEers



校長的話

與小貓的一場邂逅



回想三年前出席香港天主教教區校長遴選面試時，校監狄和詩神父問及我對團隊合作的看法。由於這是第一道問題，加上心情特別緊張，我只是給予一個簡單的回應。回想起來，狄神父的問題實在充滿智慧，因為要帶領學校發展，單靠一人之力絕不足夠，作為學校的領導，更重要的是發揮團隊各成員的優點，互相合作、補足和支持，才可令學校不斷向前。在新學年開始前一星期，與一隻流浪貓相遇的經驗，讓我感受到順利團隊的力量。

事緣在八月二十四日，老師進行各科組的會議，大家忙碌不已。接近黃昏之際，一隻小貓被發現瑟縮在一樓平台的冷氣槽旁。其他老師得知後毫不猶豫走到平台，準備拯救可憐的小貓。可是小貓害怕得四處逃竄，躲在走廊狹窄的夾縫中，身體不停顫抖。一眾老師齊心協力，想盡辦法捕捉牠，有的用力搬開書櫃和檯櫈、有的俯伏在地上用電筒照射縫隙，最後老師冒著給小貓抓傷的危險將牠捉住，放入膠箱，暫時讓牠容身。為了一隻陌生的小貓，我們的老師尚且奮不顧身，竭盡所能，更何況是與我們朝夕相對的學生呢？老師懷著大愛，在課堂上用心教學，利用與時並進的教學方法，提升教學效能；下課後則向學生分享人生經歷，為他們排難解憂，這專業的團隊實在令我感到驕傲。

老實說，只要將小貓轉交愛護動物團體，問題就得以解決。當中有老師提議藉著順順（對！順順是貓兒的小名）教導學生尊重和守護生命，不少研究亦指出動物的陪伴有助學生穩定情緒、減少壓力，於是便萌生暫養順順的想法。由此可見，我們的團隊是如此關愛學生，凡事都以學生的利益為先，即使預視困難和挑戰，也敢於共同面對。然而，要暫養順順，談何容易？透過大家同心協力，現在貓屋、貓糧、貓玩具已一應俱全。甚至有老師發揮創意，為小貓設計了貓牌和職員證呢！具有飼養貓狗經驗的老師抽出額外時間為順順進行不同訓練，務求令牠面對人群能保持溫馴、鎮定。還有辦公室的職員和校工，即使並非職責所及，也願意為順順清潔砂盤和貓屋。這是何等美麗的畫面！學校上下一心，為了讓學生學懂尊重生命，毫不介意多做一點。這種團隊合作的精神讓我深受觸動，眾人為同一目標而努力，互相支持和協助。

然而，在考慮暫養的過程中，也有不同的意見，而這正是團隊合作中常見的情況。正如世界主教會議提出「共議同行」的精神，就是當出現不同的聲音時，我們要停下腳步，彼此聆聽和理解，以達到奉行天主聖意的目的。縱然順順的去向未定，感恩在新的學年遇上了祂，也感恩順利擁有這充滿仁愛、彼此尊重、與時並進及無懼挑戰的專業團隊。

順利榮譽榜

姓名	文憑試成績	分數 (最佳七科/六科)	入讀大學學系
楊尚羲	5**, 5*, 5*, 5*, 5, 5, 5	40分	香港理工大學 物理治療(榮譽)理學士
葉嘉濠	5*, 5*, 5, 5, 5, 5, 4, 4	36分	香港中文大學 金融科技學
楊 潼	5**, 5*, 5, 5, 5, 4, 4	36分	香港中文大學 專業會計學
李汶晞	5*, 5*, 5, 5, 5, 5, 4	36分	香港中文大學 藥劑學
黃泳嘉	5*, 5*, 5*, 5, 4, 4, 4	35分	香港中文大學 護理學
馬曉悠	5**, 5*, 5, 5, 4, 4, 3	34分	香港城市大學 法律學學士與工商管理學士(會計)
雷妙茵	5**, 5, 5, 5, 4, 4, 3	33分	香港中文大學 護理學
張少維	5*, 5*, 5, 5, 5, 4, 3	33分	香港中文大學 數學與信息工程學
李嘉俊	5**, 5*, 5*, 5, 4, 4	32分	香港中文大學 護理學
王霆祖	5*, 5, 5, 5, 4, 4, 3	32分	香港科技大學 主修人工智能
吳港逸	5**, 5, 5, 4, 4, 3, 3	31分	香港大學 精算學
何雅雯	5*, 5*, 5, 5, 5, 4	31分	香港中文大學 社會科學學士
張恩妍	5*, 5*, 5, 5, 4, 4	30分	東華學院 物理治療學(榮譽)理學士
李泳祺	5*, 5*, 5, 5, 4, 4	30分	香港大學 工商管理學(會計及財務/會計數據分析)
吳家軒	5**, 5, 5, 4, 4, 4	29分	香港大學 工商管理學(會計及財務/會計數據分析)
王芷欣	5*, 5*, 5*, 4, 4, 3	29分	香港中文大學 專業會計學
徐偉浚	5*, 5*, 5, 4, 4, 4	29分	香港中文大學 護理學
吳芷欣	5**, 5**, 4, 4, 4, 3	29分	香港中文大學 文化管理

順利天主教中學 接近九成同學入讀本地大學

追求卓越

馬曉悠

放榜以後，叫人放不下的，除了是那份未如期許中美滿的成績表以外，更甚，是順利的人與事。

說實在，考生們又怎能輕易地接受多年以來的心血被草率地，以一個個的等級來定義？放榜日，看著手中的成績表時，不自覺地開始挑剔起來。於較量付出與收穫之際，感嘆「一分耕耘 一分收穫」的說法原來並非必然，腦海中不斷浮起狀態不佳、缺乏運氣等不能掌握的因素作解釋，以緩解那份期望落差。但倒過來想，既然可以做的都已盡力做了，而且結果亦是不能逆轉的了，那又何須如斯念念而不釋懷？能真正定義自己的人，只有自己。即使最後收穫未如理想，但亦不能否定自己一路走來的默默耕耘。

更何況，這些年來的生活，絕非能以一紙證書概括的。與朋友們由相識到相知，相知到相伴，那一段又一段珍貴的友誼，在學校之中活躍於一個又一個的團體組織，以及那一切一切的青春回憶，這些都是六年以來所結下的果。這些收穫，未有書寫在成績單之上，卻是比起成績更為重要的存在。

所以，備載文憑試固然重要，但身為中學生，除了為前途負責，更要為一逝不返的青春負責。於認真對待學業的同時，亦要認真對待自己的興趣，以及身邊的朋友，務求能於這短暫的中學生涯之中，綻放一度專屬的異彩。



楊尚羲



「授人以魚不如授人以漁。」深刻體現了順利老師們的價值，他們不僅是知識的傳授者，更是我們成長路上的引路人，感謝他們無私指導，授予寶貴知識，如同燈塔指引前行。老師們教導我們 故知新，從歷史中汲取智慧，遇困難時，他們耐心教誨，因材施教，讓我們發揮所長。他們的愛心傾注，亦如明珠暗投，默默耕耘，是我們的知音良師。

還記得中六那年，我們夜以繼日地在自修室為了公開試而全力備戰，彼此激勵，追求卓越的火焰在心中燃燒著。那深夜的自修室宛如我們奮鬥的聖地，散發著專注的氛圍和熱情的光芒。我們彼此的支持與鼓勵，不斷推動著我們向前邁進，超越自我。

在新的學年即將開始之際，我希望每一位師弟師妹都能擁有一個充實而有意義的學習生活。無論面對什麼困難，都請記得保持堅持和積極的態度。相信自己的能力，相信未來的可能性。「千里之行，始於足下」，期望各位能踏實地學習，從小事做起，一步步積累知識和成就，勇敢地嘗試新事物，發掘自己的潛能，並且記得學習不僅存在於課堂上，生活本身就是最好的老師。願你們的努力和汗水能結出豐碩的果實，並為自己和這個世界帶來美好的改變。

楊潼

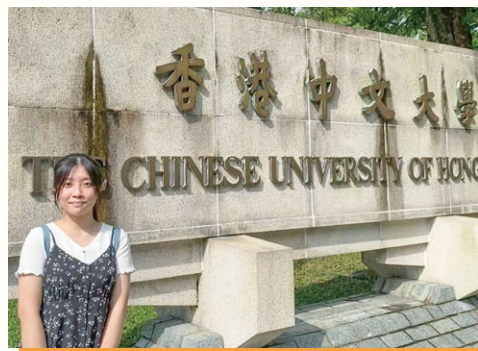
初入「順利」的自己總認為五年後的畢業遙遙無期，誰知中學生活轉眼即逝，一張藍色的成績單印證及結束了六年的中學奮鬥生涯。

三年的高中生活並不容易，還記得當初眼看著同學們的成績突飛猛進，卻為自己的頓足不前而感到焦慮；總覺得未如理想，責怪自己辜負了父母及老師的期望；臨近公開試卻仍然混淆基本概念而焦頭爛額。慶幸的是，順利的老師們樂於開解陷入迷茫的我，開導及消除自己的顧慮，不厭其煩地為自己一遍又一遍地釐清概念；又感恩有老師們在深夜時分仍解答各種難題，在開考前送上真摯的祝福，讓我感受到「順利」是我背後堅強的後盾。

當然，「順利」這個「家」給予我挑戰各種的「第一次」的機會。中三時候的我自薦成為咖啡學會的第一任主席，沒有上一屆幹事的帶領，只能硬著頭皮，學習主席需要完成的事務；中五的我參加了JA學生營商計劃，在一個陌生的範疇內與組員們完成集資、生產及售賣的工作。不經不覺，我學會溝通、嘗試及帶領，也感謝負責老師的帶領及協助。

在課外活動中，不得不提起班際比賽和排球隊。還記得中一、二的班際比賽，全班在場邊為場內的同學打氣，為了班級榮譽而奮鬥，贏了便一同歡呼，輸了因感到可惜而落淚；在排球隊中訓練到傍晚時分，為學界比賽而努力，累透了卻無比快樂，那份青春的熱血無法熄滅。

光陰似箭，日月如梭，願各位學弟學妹珍惜中學青春又稚嫩的時光，留下美好的回憶。





體育校隊成績

項目	組別及排名
中學校際手球比賽 (港島及九龍地域) D1	男子丙組 冠軍
中學校際排球比賽 (九龍一區)	女子丙組 冠軍
中學校際羽毛球比賽 第三組	女子團體 第二名
中學校際籃球比賽 (九龍二區)	女子丙組 第三名
中學校際羽毛球比賽 第三組	女子丙組 第四名
中學校際排球比賽 (九龍一區)	女子團體 第三名
中學校際籃球比賽 (九龍二區)	女子團體 第三名
中學校際田徑比賽 第三組 (二區)	女子丙組 鐵餅 冠軍 女子丙組 鉛球 冠軍
龍城回歸盃乒乓球賽 學校邀請賽 (九龍城支部)	冠軍
京士柏創青盃手球分齡賽	U15組別季軍



卓越運動員



女子田徑 3A 蔡筠玉

去年，我參加了學界田徑比賽鐵餅和鉛球兩個項目。能夠獲得兩面金牌，我感到無比榮幸。

感激學校田徑隊的訓練和栽培，在訓練時發現的問題，教練都會細心解答，糾正我們的錯誤。即使未能即時領略箇中竅門，教練還是會一次又一次的示範。在悉心栽培下，我也從一名新手變成可以代表學校，與其他健兒決一高下的選手。

站在投擲區內，孤獨地等待那蓄勢待發的一刻，那份緊張是前所未有的。即使不斷告訴自己盡力就好，但還是會不由自主地在腦海浮現種種念想，幸好最後還是專注當下，奮力一擲。想起來比賽前老師的說話「志在參與，享受過程，盡力就好」也正正是這句話令我受用至今，令我勇敢面對種種挑戰。

女子排球 3C 陳詩琪

在首次學界比賽中便取得優異的成績，是這段熱血奮鬥旅程開始時沒有料想的事。回想起來，除了單純一句「熱愛」外，還有許多、許多。

記得我們每個小息，無論在哪一個樓層上課，都會飛奔到操場上對打一下，鑽研技術。時間雖短，但日計不足，歲計有餘，我們的技術不經不覺地提升了。除此以外，透過參加青苗培訓計劃，我們通過額外訓練，開拓了眼界，也見識了來自不同學校精英的技術水平，促使我們不斷進步。

在學界期間，特別鳴謝一直與我並肩作戰的大師姐們，給予技術指導的Miss Lam、林sir和郭sir，還有在背後默默支持的隊友和家人。運動從來都不是一件容易堅持的事，但我相信只要保持熱愛，就一定能在喜歡的領域上閃閃發光，發光發亮！



男子手球 2C 莊嘉謙

暑假期間，有幸參加台北手球交流團。我們與海山高中國中部進行訓練，早上訓練，下午友誼賽，非常艱辛，但我們還是堅持完成這五天的訓練。除了訓練以外，亦有到訪附近夜市，體驗當地風土人情，也讓我了解台灣的多元文化和友好熱情的特質。

同時，我也是香港手球總會U13代表隊的一員，在八月份代表香港參加台中盃比賽，遇到的對手不僅技術優秀，而且身體質素也非常出色，雖然僅以一分落敗，但我們並不氣餒，而是發揮了自己的實力，全力以赴地比拚。

一連串的暑期訓練和比賽，對我來說是一個難得的體驗，不僅提升了我的技能，也讓我知道天外有天，人外有人，好讓我繼續保持謙卑。我還領悟到紀律、自我照顧、時間管理和禮儀等對一名球員的重要性，期望往後在手球的路上走得更遠，躍得更高！



女子羽毛球 4D 郭懿晴

加入校隊四年，從會打羽毛球到精於羽毛球，我在這裡不斷磨練技術，學會了團隊合作和管理校隊。回想中一的暑假，有幸能與中五的師姐切磋。那時的我雖未能勝出，卻讓我定下明確目標——成為出色的運動員，於學界賽為校爭光。經過幾年的磨練，我們女子乙組在上年的比賽八強止步。而女子丙組就贏得了九龍第三組別的殿軍，獲得總成績亞軍。雖然去年我們第一次參與學界未能獲獎，但接下來十一月的精英個人賽和十二月的學界賽，我都將竭盡所能應戰。

在這數年的訓練裡，我從不認同教練的打法到漸漸理解，從堅持已見到嘗試別人的做法，教練、老師和隊友的陪伴都令我成長不少，使我在場上有了獨當一面的能力。慢慢我也成為當年那個中五的師姐，有了帶領團隊的責任，更加投入日常訓練。希望日復一日的努力能有所回報，為團隊取得輝煌的成績。



女子籃球 5A 黃翠瑜

說起籃球，不知道你會想起什麼？熱血沸騰的NBA？與朋友們並肩作戰的比賽？還是最普通艱苦的訓練？

伴隨着我整個中學生涯的就是籃球了。由當初一個未接觸過籃球的小學生，成為了現在的籃球隊隊長，一路上經歷很多風風雨雨，唯一不變的就是爭勝的心。成長路程上，籃球對我來說實在別具意義——使我身體強壯、健康了，令我處事成熟、圓滑了，最重要的是認識了一班志趣相投的好朋友！每星期最期待的就是放學後到操場訓練，放下課堂的壓力，專注地練習，培養默契。即使辛苦，但是與隊友們互相勉勵，讓我們捱過一課又一課訓練。

女籃的大家就像一家人一樣，上上下下雖然只有不超過三十人，但大家真摯和熱誠的心是有目共睹的，感激在籃球隊遇見你們，未來也請一起加油！

最後送上一句歌詞：

『道別重聚也有日期 你已為我寫上傳奇♡』

順利籃球隊即使不是最強勁的隊伍，但感恩有每一個您支持籃球隊。



男子乒乓球隊 李昊洋



近年，乒乓球隊取得令人矚目的成就。作為新隊長，我對球隊未來的發展抱有極大的期望。

球隊的技術水平顯著提升，這實在歸功於球隊成員之間的緊密合作和積極的訓練。記得去年的聖誕假期禮堂正進行裝修，但為了準備學界比賽，我和隊友一起將球檯搬到課室練習，即使被環境所限，也不會因此放棄練習。此外，我們積極參加比賽，並與其他學校的優秀球員切磋交流。去年，我們聯同觀塘官立中學、聖言中學和寧波第二中學進行了友誼賽，讓我們見識到其他球隊的強項。這種交流不僅激發我們的爭勝意識，從其他球隊中學習到了許多技巧和戰術，與隊友一起見證彼此的成長。

球隊氛圍和團隊精神的建設，成員之間互相支持和合作，能夠提高整個球隊的凝聚力和競爭力。在學界團體賽中，即使隊友表現失準，我們仍會互相支持鼓勵，力求晉級。未來，我希望繼續努力，使每位隊員都能夠在這個大家庭中找到歸屬感和成就感。

校友會

校友校董 鄭燕霞博士分享

「為甚麼你想成為一位老師？」

我記得這是大學畢業後，教育文憑面試的第一條問題。

「如果在中學期間，我沒有遇上我的老師，我相信我的人生並不如現在般這樣。」

我還記得，這是我的答案。



教育是：給予？

教育並不是魔法，也不是灑一抹聖水，能把一個人一下子改變；反之而言，教育是一點一滴的關心、日復日的交流，這個過程很漫長，卻能改變生命。九十年代的中學生活，不如現今千禧世代生活般多姿多彩，那時候沒有互聯網、也沒有通訊軟件，在觀塘區長大的我，資源更是匱乏，多元化的課後興趣及學習班更是空想。或者從現今的標準來說，生活相當沉悶單一，可是那個年頭，伴隨彼此成長的，就是一班同學與老師了。

母校的老師們，總是默默地把工作做好，沒有嘩眾取寵，就是簡簡單單的陪伴著我們成長。在記憶中，由中四開始，一到放學時間，我們會在小食部對開的小平台上做功課，或小組學習。亦因為這是通往教員室的必經之路，期間總有不少老師經過，有時他們會帶來工作紙及練習簿加入（即是改簿），更多時間也和我們談談天；功課上有不明白的地方，更可即時發問。

我們的關係不經不覺間建立起來，有時一起談理想、談人生、談前路……也談談生活中的瑣碎事。長大後才發覺，這對我性情的陶冶實在十分重要。在觀塘區長大，小學時我還是一個「街童」，初中經歷反叛、難教的時期；踏入高中，開始思考人生應該如何走，以及能為社區做些甚麼。



教育是：陪伴？

「如果要你總結一句說話，你認為一個好老師最重要的特質是甚麼？」

這是教師入職面試時，校長問我的最後一條問題。

「和他們在一起」。是我這一刻的答案。

教學生涯中，如果我只能做好一件事情，我會選擇陪伴。不論孩子成績好與壞，能力高與低；陪伴他們走過快樂及難過的每一天，感受很真實。這個選擇，也能讓我輕易面對不斷改變的制度和教與學的變遷，還有我曾服務的學校對教學要求的差異。因為教育工作，從來對象就是孩子，不是別的。以愛建立關係，必能跨越政治、時空及科技建構成的圍牆。

與此同時，因著母校以不同方式給予空間，讓學生在不同平台發揮所長，這個領悟亦造就了我從事教育工作十五年後，進一步研究如何為孩子建構不同的學習經歷及場境，促使「學習」過程的發生，成立了自己的森林學校。校歌中的一句「將我丹心 服務社群 回報社會 將真愛盡滲」亦成為我面對不同困難時的後盾。儘管個人的力量卑微，結集一群人的力量，一點一滴，改變總會發生。時代變遷，教育工作變得越來越不容易。為著學弟學妹們「盡做」，是我常常從現在順利老師口中聽到的。這份盡心盡力的順利精神，默默耕耘，實在難能可貴。

教育是：承傳？

畢業超過二十年後加入校友會，重新以校友身份，認識今天的順利校園生活。在校友會中，亦認識了不同時代的順利人，結集不同順利人的專業與特質，共同回饋母校，持續創新。

物是人非，在學期間的良師相繼退休，還有伴隨近年的人口流動，不同年代的順利人有的失去聯絡，有的散落在世界上不同的角落。誠然，在校園中再已找不到恩師的踪影，但我願意踏上老師們的足印，秉持「力行仁愛」的寶貴傳統，總相信這份順利情能跨越時空及地域，不論身處何地，也能為母校「盡做」。

職涯分享日 Career Day

每年舉辦職涯分享日 Career Day，齊集來自不同行業、不同年代的校友，啟發同學對升學和擇業的思考。



參與學術比賽

吳志威校友指導中五同學參加未來公屋設計比賽，提供技術支援增進同學對建築科技的認識。



舞蹈鑒賞和百人舞

簡威玲校友在校任教舞蹈多年，帶領同學認識和欣賞舞蹈，排練並完成百人舞。



社區長者身體檢查

校友會副主席胡可欣醫生帶領一眾醫生校友、醫學生及高中同學為社會長者提供身體檢查及健康諮詢。



22-24年度校友會幹事會名單

職位	姓名	畢業年份	職業及發展
主席	蕭俊彪Ben	2010	香港中文大學保險、財務及精算學系畢業，現職保險公司精算師。
副主席	胡可欣Wendy	1996	腸胃肝臟科專科醫生
財政	劉智誠Nicholas	2021	就讀香港中文大學，主修專業會計學。
幹事	胡翠珊Tracy	2000	現職香港中文大學香港教育研究所優質學校改進計劃(QSIP)資深學校發展主任，為中、小學提供教師培訓。
幹事	李佩珊Shan	2001	現職香港中文大學香港教育研究所優質學校改進計劃(QSIP)行政主任。
幹事	莊偉維Billy	1995	消防處高級消防隊長，現職消防處檢控組部門檢控主任。
幹事	鄭燕霞Bonny	1996	戶外教育機構總監、兼職大學講師，主力推動戶外及體驗式學習於學校之推行。
幹事	張君騰Philip	2009	香港中文大學商學院畢業，現職P&G，負責個人日用品銷售。
幹事	楊卓諺Perry	2009	香港理工大學中文及雙語學系畢業。現職中學教師，任教中國語文及人文學科，主力教導少數族裔學生。
幹事	許詠嵐Jose	2016	香港浸會大學人文學系畢業，現職香港青年協會發展幹事，負責籌辦成人進修課程。
幹事	陳健衡Michael	2015	香港科技大學商學院畢業，現職Manulife，負責保險Agency團隊管理工。
幹事	鄧子鋒Adrian	2021	就讀香港大學，主修工程學。
幹事	陳遠耀Tony	2021	就讀香港科技大學，主修決策分析（金融工程）、延申主修人工智能。
榮譽顧問	趙逸彤Colen	1997	



正向教育

正向教育課程

何謂「正向」？擁抱正面價值，凡事保持樂觀，並盡己所能改善現況，從而感染身邊的同行者，在時刻變幻的社會中尤其重要。在不同的年齡階段，我們時刻不忘透過學校生活、學科學習等進行正向教育。針對中三級的同學，他們面臨升讀高中的成長關口，是立志和反思生命的良好時機，故為中三全級學生舉辦「正向教育課程」，課程包括工作坊、延伸課堂和「夢想沙龍成人禮」等活動。

課程由正向教育學院合作，該學院提供正向教育導師，透過正向心理學、教練術(Coaching)、遊戲、心理測驗、小組討論、個人反思與個人練習等，讓學生認清個性和方向，探討成功需要具備的條件，並引發學生反思自己的動力來源，訂定目標。

學生需要製作「我的生命線」，深思自己十年後從事的行業和路向，並填寫成人證和錄製「十年後的自己」片段，最後以「夢想沙龍成人禮」家長晚會作結。當晚，正向教育學院的導師為家長提供講座，指導家長如何陪伴和鼓勵學生成長，在孩子成長的過程發揮正面的影響。隨後，學生手持成人證，步入禮堂並向父母展示自己預想十年後的理想職業，家長在子女的成人證上貼上勳章，肯定他們的志向。

這課程對中三同學來說極具意義。他們由中一開始受疫情所限，未能充分透過體驗學習拓寬視野、與同學相處。我們期望藉著推廣正向教育的概念，讓學生從價值觀教育了解自己，認清自己的性格強項，加以發揮，並指引他們面對學業的挑戰盡力而為，選擇自己心儀科目，向理想邁進。

本課程將會在今年中三級繼續推行，期望能帶動更多順利青年找到自己心中理想，朝著目標一生努力幹！





MIT Bootcamp 2023

5A Chan Ngai

As Hong Kong's population continues to age, the challenges associated with this demographic shift have become increasingly apparent. In order to gain a better understanding of the issues related to healthy aging, I participated in the CLAP-TECH 2023 English Bootcamp.

During the first day of the program, Eldpathy, a social enterprise, organized various activities. One of the most memorable experiences was a simulation of glaucoma, a common disease among the elderly. We were asked to wear special glasses that mimicked the visual impairment caused by glaucoma. As I looked at the words on the menu, medical case report, and license plate, I felt as if there was a layer of fog obstructing my vision. This eye-opening activity reminded me of the challenges faced by my own grandparents on a daily basis.

Motivated by the difficulties faced by the elderly, our group decided to develop specialized glasses with high index and prismatic lenses. These lenses were designed to minimize discomfort, alleviate double vision, and provide protection against sunlight. Additionally, the glasses were equipped with

a temperature sensor, pulse sensor, and GPS tracker, as glaucoma is often related to temperature and blood vessel health. Furthermore, we developed a companion application that could notify caretakers immediately.

Initially, our plan was not comprehensive, and we recognized the numerous shortcomings of our product. To address this, we proactively sought advice from the helpers at Eldpathy, a group of passionate elderly individuals. They shared their daily experiences and perspectives as users, which greatly assisted us in refining the details of our design. As a result, we made improvements such as increasing the font size and incorporating more relevant functions.

The Bootcamp not only provided me with technical knowledge but also deepened my understanding of the needs and challenges faced by the elderly. As millennials, we often lack awareness of the obstacles faced by senior citizens. However, this four-day bootcamp taught me the importance of empathy and the value of putting myself in other people's shoes when attempting to solve the difficulties they encounter.



5B Ku Wing Nam

Starting an innovation program is an exciting adventure that provides learning opportunities and fosters friendships, albeit the difficulties it entails.

The innovation program offered an extensive setting where I could interact with a wide range of people from various fields, cultures, and backgrounds. The friendships that were created through brainstorming sessions, group activities, and shared moments of success and failure will always have a special place in my heart.

Nevertheless, there were difficulties in running an innovation program. One of the biggest challenges I had was to accept failure. It's easier said than done to accept ambiguity and uncertainty and to understand that failure is a necessary component of the creative process.

Another challenge was maintaining a balance between practicality and creativity. While it is crucial to think outside the box, it is equally important to base those ideas in reality.

For example, my group was planning to make a ring with the function of detecting fonts for elderly. In this case, we were required to think of the design and function which should appeal to our target customers.

It was also important to consider the technical difficulties. As technology becomes more advanced, it is more difficult for us to keep up. Learning and developing with technology was a crucial component of making a ring such as the UI or UX design, coding and 3D modeling.

The overall experience was really enriching despite the challenges. The innovation program organized by MIT Hong Kong Innovation Node offered me an environment for dreaming, creating, failing and learning. The relationships forged, the abilities developed, and the realizations attained are priceless. In conclusion, an innovation program is more than simply a project or a course. It is a journey of personal and professional development that can change your life.

Nike Basketball Camp in Boston 6A Chen Ho Yeung

Last year, I had the honour of joining a local sports program called Welldunk, which granted me an experience of a lifetime. Through Welldunk, I learned about the Sports Visitor Programme, sponsored by the U.S. State Department, which aims to foster leadership skills, cultural exchange, and English proficiency through sports. After outperforming other participants in an interview, I embarked on my journey to the United States. This program offered me a unique chance to participate in a two-week STEM+ basketball training camp hosted by Nike Basketball Camp in Boston. I was eager to immerse myself in this transformative experience, learn from professional coaches, and interact with fellow athletes from diverse backgrounds.

I have long been fascinated by the intensity and competitiveness of American basketball. It was a dream come true for me to be able to witness firsthand how they played the game. I believe that this exposure to a new style of play will push me to new limits, improve my skills and enhance my understanding of the sport. Moreover, I am determined to bring back the knowledge and spirit of American basketball to my school, inspiring my teammates and contributing to the growth of basketball in my hometown.

Alongside the STEM+ basketball training camp, I am excited to explore the opportunity to learn about sports analytics and statistics, a field that plays a crucial role in understanding and strategizing in modern sports. The United States is renowned for its advanced sports statistical analysis approaches, and I am eager to immerse myself in this knowledge. Acquiring a deeper understanding of sports statistics will not only enhance

my performance on the court but also equip me with valuable analytical skills applicable in various aspects of daily life. I look forward to embracing this unique aspect of the program and incorporating sports analytics into my basketball journey and future endeavors.

In fact, during my participation in the Sports Visitor Programme, I played basketball with a team of talented Japanese athletes. One thing that immediately struck me was their incredible speed on the court. Despite being relatively shorter in stature compared to some of the other players, they made full use of their advantage, showcasing exceptional speed and agility. It was impressive to witness how they utilized their quickness to outmaneuver taller opponents and created scoring opportunities. Playing against the Japanese team taught me an important lesson about resilience and taking advantage of individual strengths. They focused on maximizing their own unique abilities as an advantage. It was inspiring to see how they turned their perceived disadvantage into a strategic advantage, displaying a level of determination and resourcefulness that left a lasting impression on me.

Beyond the basketball court, interacting with the athletes from around the world gave me valuable insights into their approach to the game and their dedication to continuous improvement. They emphasized the importance of discipline, hard work, and attention to detail in their training routines. Their commitment to honing their skills and their willingness to put in the extra effort to compensate for any perceived limitations was truly admirable.



校際戲劇節及公演 6B 翁佩婷

該怎樣描述校際戲劇節的時光呢？與成員一同經歷太多，剎那間竟找不到合適的詞語概括內心感受。那麼，就試著回憶一下吧。

首先要承認，準備比賽的過程可謂是痛苦並快樂著。連續數月，每週末回校排練，同一幕劇情重複排練，說不辛苦都是謊話。辛苦歸辛苦，得著也不少，幾個月的相處使互不相識，性格不同的同學變得熟絡，甚至開始用劇裡的角色「阿媽，老豆，大妹，阿細」等來稱呼彼此。這樣別緻的外號，成為我們之間難以中斷的羈絆。

當天的比賽仍以視像形式進行，這並沒有擊沉我們的信心，反而使大家精神抖擻，充滿幹勁向難度挑戰。當然，不負眾人的努力，我們的演出得到極高評價，獲得六個獎項。令所有人喜出望外的是，我們成功獲得公開演出的機會——這是戲劇節的最高榮譽！

面對更高的要求、更加密集的排練，有賴羅sir、Miss Chan以及戲劇導師Barry對我們的支持與鼓勵，使我們順利撐到登台演出的那天。

當日大家的心情比以往壓抑，不免有點緊張，幸好演出能完滿結束！演出過後興奮的尖叫声、與演員同學相擁而泣，見證了同學的努力付出。回到休息室，見到特地前來支持我們的校長、老師、同學，還有守候著的後台同學，他們的每一句祝賀，每一句稱讚，都令我們感到一直以來付出的汗水、淚水都是值得的。

值得記載的事還有很多很多很多。回到一開始的問題，該怎樣去說盡劇社時光呢？我想那便是，一群人一起追逐對青春的熱愛吧。



咖啡學會 楊潼

一次南豐紗廠考察之旅，打開了咖啡學會的大門。還記得參觀者個活化休閒區域後，老師讓我們自行參觀不同的咖啡店，決定要去哪一家店喝咖啡，並與店員交談。

還記得那杯咖啡，味道苦澀，還有一陣酸酸的藥水味，後來得知咖啡師是剛畢業的年輕人，這使我想到了，要成為一個咖啡師，要經歷漫長艱辛的道路，還要分辨不同品種咖啡豆的特性，鍛煉沖泡的技巧，才對得住來光顧的客人，只是咖啡店規模較少，豆子的質素也是老闆的決定，又要控制成本，有著不少的限制。

幸好，幾年前學校開辦咖啡學會，得到飛龍師傅的指導，他是一個對自己產品要求極高的咖啡店老闆。他的店沒有店員，以能嚴格控制品質，師傅卻不會嫌棄我們對咖啡一竅不通，每次都循循善誘的教導我們。

由咖啡研磨的粗幼度，到控制專業咖啡機的溫度、水量、流速等，才能製作出一杯油脂豐厚、味道適宜的意式特濃，增加成功拉花的機會，每一次都不容易保持。疫情期間，好不容易才有一次練習，之前都要重新摸索，我們會一起上網觀看影片學習，還有用水練習等。不論遇到甚麼困難，也不能澆熄我們對咖啡的熱情！



學界咖啡拉花比賽 蔡淑儀

在加入咖啡學會第二年的暑假，我和幾位咖啡學會的幹事鼓起勇氣，參加了全港學界拉花比賽。當初我是抱着開眼界、取經驗的心態報名，畢竟自己在比賽一個月前才加緊學習拉花。

到達比賽場地，與一眾選手坐在等候區，不禁緊張起來：兩台咖啡機面前，站著蓄勢待發的選手，在指令下開始緊張刺激的比賽，蒸氣噴發的聲音，配合選手純熟利落的動作，短短數分鐘便呈上完美的拉花圖案。我望了望身旁的對手，突然覺得自己不應該參賽——我的實力一定不如他們吧，就連本來的自信和衝勁也消失得無影無蹤。可能因沒抱太大期望，我的發揮比平時更穩定，竟然成功晉級！

在第二輪比賽，我更加緊張了！開始比賽時還遇到阻滯，比對手慢了很多，她完成作品的時候，我才剛開始製作奶泡。那一剎，我只好硬著頭皮，按部就班完成，最後完成了我數月以來最佳的作品！雖然最終未能晉級，但我已經心滿意足了。這次比賽高手雲集，有些更達到專業水準，令我大開眼界之餘，亦明白到放開懷抱，冷靜面對問題才能有機會成功。



李逸龍 少年太空人體驗營

今年七月，在老師的引薦之下，我有幸參與由香港太空館主辦的「少年太空人體驗營」。在這八日七夜的旅程中，我跟隨團隊以及共三十名團員前往了許多普通人無法參觀的地方，當中的經歷使我成長不少。

在整個行程中我印象最深刻的莫過於「冷湖火星基地」。它坐落於地球上最像火星的地方——俄博梁雅丹，那裡的日落和星空絕對畢生難忘的，尤其是它的夜空，漫天星星在周圍的黑暗下顯得格外耀眼，讓人彷彿沉浸在深邃無際的穹蒼之中。

「同門曰朋，同志曰友。」在這個體驗營中，我認識了許多志同道合的好友。大家互相分享著很多關於天文航空的知識，例如世界上口徑最大的大視場與大口徑，以及光譜獲取率最高的天文望遠鏡——郭守敬望遠鏡的構成，原理和歷史。在這熱烈的交流分享之中，我才發現原來自己對探索世界的好奇心，並沒有消失過。

天文知識的廣博，太空奧秘的偉大，一個體驗營又豈足以盡情飽覽？聽著航天科技人員分享研究時面對的困難，我明白到心態決定一切。不論宇宙探索，或者面對人生困厄，勇敢面對才是進步的關鍵。這就如我們無懼在北京遇到大暴雨，繼續前行，抱持著勇敢積極的心態，才能使我體驗不同的人生經歷，欣賞到天地間的大美。



弦樂團 4D 曾宇君

從小學二年級開始接觸小提琴，已經八年有餘。在我生活中，小提琴成為了必不可少的部分。練琴除了為準備升級的考試，更因為一份熱愛及興趣。花時間鑽研自己喜



歡的歌曲及在拉奏的過程，能給予我快樂與滿足感，也是我放鬆減壓的方法之一。小提琴鍛煉我的耐性，不管在調音，練曲，還是換弦，都切忌急進，在只有細微偏差的音符之間游走，完成一趟完美的演繹。

升上中學後，感謝蕭老師邀請我加入弦樂團，與其他音樂伙伴一起訓練及表演，發揮團體精神，增加自信心及膽量，在接下來的表演不再過於緊張，更自然地享受站在舞台表演的過程。

在暑假的時候，樂團連同指揮李澤禮先生在上環文娛中心表演，曲目包括Mozart的Allegro Motlo、Handle的Allergro、Entrance of the Queen of Sheba，之後再由我與其他演奏者拉奏樂曲Canon。經過努力排練，以及李先生出色的指揮與教導，每一位團員都超常發揮，表演得以順利完成。這一次的成功，意味著我們未來將會有更多的機會展示自己及團體，力求進步。在此，我感謝李先生為我們爭取的機會，還有蕭老師百忙之中抽空安排，今次的表演得來不易、意義非凡。

及後我們會與School Band合作，為大家呈現一個更加宏大的管弦樂團舞台，加深同學對音樂的了解及興趣。

管樂團 5D 黃鉅亨



不知不覺，今年已經是
我加入管樂團的第五年了。
五年間，我也從團隊中最小
的薩克斯手成為了主席。一
路走來，我經歷了許多，改
變了許多。

認識薩克斯要從八年
前講起，起初我只是玩玩獨
奏，偶爾覺得無聊和辛苦，
經常逃避排練。直到升讀中
學後參加管樂團，一次看似
平凡不過的音樂會，不知為何，
我忽爾領略到樂譜上的音
符被吹響和敲響的意義，它
們連結在一起，形成了一首
被賦予靈魂的音樂。慢慢地，
我盼望和團員一起將一首動
聽的音樂演奏出來。隨著時
間的推移，管樂團和薩克斯
開始成為我生活中不可缺少
的一部分，團員在放學後一
起練習，直到音樂室上鎖的
一刻才肯離開。

在每週六的排練中，我們演奏音樂，享受音樂，不斷交流，發現不足並且一同改進。今年三月，我們參加了聯校音樂大賽，這是管樂團自疫情以來首次參賽，。除了常規排練之外，我們平日加緊練習。練習雖苦，但在過程中共同努力，相互支持，哪裡有不足就在哪裡下工夫。除了團員的努力外，還要感謝指揮趙先生的細心指導，以及蕭老師的關心，讓我們變得更加優秀。最終，我們獲得銅獎，這個成績不算完美，但卻圓滿，長年累月的努力也得到了回報。

順利管樂團，就像一個小家一樣，大家手中的樂器有一樣有不一樣，但我們目標一致，只為演奏出一首動聽的音樂。第五年，同樣也是我在這個小家生活的最後一年。但順利管樂團不會止步於此，期望不久的未來，我們變得更加出色！



學生成就

港富明德獎學金
得獎者
6A 陳志坤
尤德爵士紀念基金 高中學生獎
得獎者
6B 雷妙茵 6D 蘇樂宜
觀塘區學校聯合 觀塘區優秀學生
得獎者
5A 莫宗輝
香港社會服務聯會 黃廷方獎學金
得獎者
5A 黃獻駐
祁良神父紀念獎學金
得獎者
4D 張藝賢
天主教教區學校助學金
得獎者
6A 陳汝霖 6B 杜彩姿 6D 許靜雯 6B 黃慧怡 6B 王露琪 6D 李嘉俊 6B 林文朗 6C 陳俊康 6D 蔡誠信 6B 楊連 6C 林智傑 6D 蘇樂宜
Dr. Ivy Chan Scholarship
Outstanding Award
3D 蘇卓恆
Excellence Award
6A 陳志坤
Honourable Mention
3D 毛耀熙 6C 邱聖希 5B 蔡子柔 6D 方碧霞
Merit Award
3D 曾翠瑩 5D 黃凱晴 6D 馬曉悠 4A 陳藝 5D 簡海斌 6D 潘君豪 5A 張鍵樑 6B 張恩妍 6D 謝耀行 5A 唐羽芊 6D 李汶晞
Certificate of Appreciation
2C 韓昕澄 4A 何妍雅 5B 鄭芷盈 2C 潘子淳 4A 李嘉熙 5C 吳子君 2D 蘇梓清 4B 莊芷暄 5D 陳浩林 3B 張雄鑫 4B 林偉文 5D 蔡淑儀 3D 何嘉慧 4D 吳卓恒 6B 陳偉榮 3D 李嘉維 5A 李詠芝 6B 黃慧怡 3D 王靖琪 5B 黃莎莉 6C 林婷君 3D 莊鈞賢 5B 張文慧 6D 許靜雯
創新科技獎學金
得獎者
6C 叶世坤 6D 何朗東
"Digi-Science" Video Production Competition for Hong Kong Secondary Schools (2021-2022)
Second Runner-Up
4B 賴仟桐 4B 劉婧 4B 蘇旭逸
「第三十一屆全港中學生十大新聞選舉」
候選新聞初選 最佳反思學習獎
4A 曹咏欣 4A 趙君玲 4B 賴仟桐 4B 張芷欣 4B 古穎楠 4A 楊然昊
第二十五屆香港青少年數學精英選拔賽
二等獎
3D 黃俊熙
第四十屆香港數學競賽初賽(HKMO)(2022/23)
優秀表現獎(個人項目)
5B 周德鑑 5D 林濠康
減緩氣候變化標語及海報設計比賽 2022
初中組季軍
3D 何嘉慧
初中組優異獎
3D 譚昕桐
聯校網絡安全比賽 2022
亞軍
6C 林智傑 6D 馬凌鏘 6D 蘇旭朗 6D 謝耀行
獎牌
6A 陳志坤 6D 張少維 6C 叶世坤 6D 何朗東
HKIRC 網絡安全青年計劃 2022
銅獎 優異獎
6D 謝耀行 6C 林智傑 6D 蘇旭朗
香港生物學素養競賽 (2022/2023)
優異獎
6B 鄧麗藍

香港學校戲劇節 2022/23
傑出導演獎, 傑出劇本獎, 傑出演員獎, 傑出 影音效果獎, 評判推介演繹獎, 傑出合作獎
1C 李衍陶 3D 蘇俊峯 4C 周文傑 1C 陳緯謙 4A 吳璟軒 5A 林曉茵 1C 周紀濛 4A 樓恩言 5B 翁佩婷 3C 張雄鑫 4B 朱泳榆 5C 周梓靈 3C 吳家熙 4B 黃芷儀 5D 馮芷茵 3C 張焯然
RoboMaster 2022 青少年挑戰賽(香港站)
分組冠軍
2D 蔡子健 3B 黃梓軒 5A 李淼梓 3A 黎奉津 4D 文雋樂 5B 許松栢 3A 潘卓琳 5A 陳健銘 5B 王梓宇 3B 潘慧盈
十樂十 KOL - 綠建短片拍攝比賽
學生組亞軍
5B 黃煒鈞 5B 吳偉鋒
感創敢為 2.0——青年社會創新服務獎
銅獎
5A 張鍵樑
未來職場接班人—高中生職場體驗計劃 (第二期)
最具創意匯報獎
6D 何曉琳
香港青年獎勵計劃 AYP
銅章
5C 黃裕超
第 12 屆彩繪夢想 香港藝術菁英繪畫大賽
亞軍
6A 李詠琳
賽馬會學童繪畫比賽
優異獎
3B 梁家信
香港校際合唱比賽暨大師班
銅獎
順利天主教中學女子合唱團
聯校音樂大賽
管樂團銅獎 順利天主教中學樂團 高級組銅獎
2A 葉菁藍
校際音樂節樂團比賽
單簧管銀獎 2B 凌曉丹 2C 陳芷瑩 4B 盧嘉希 2B 關皓信 3D 譚昕桐 4D 莫湘宜
中音薩克斯管銅獎 1A 毛敏希 2C 蔡筠玉 4B 古穎楠 1B 陳宇琛 4A 盧頌晴 4D 黃鉅亨 2B 倫詩婷
長笛銅獎 2C 韓昕澄 4D 陳子恩 3D 李培榮 5B 司徒佩珊
校際音樂節獨奏比賽
鋼琴銀獎 1D 蔡文煒 2C 韓昕澄 4D 吳卓恒 2B 王錫營 3D 陳政揚 4D 文雋樂 2B 梁樂熙 4B 陳曼筠
鋼琴銅獎 1B 譚樂心 1E 吳曉玫 2C 林俊言 1C 鄭嘉堯 2A 李穎彤
中音薩克斯管第一名 4B 古穎楠
中音薩克斯管銅獎 4B 古穎楠
單簧管銅獎 3D 譚昕桐 4B 盧嘉希
長號銀獎 5D 盧熙賢
長笛銀獎 3D 李培榮 5B 司徒佩珊
長笛銅獎 4D 陳子恩 2C 韓昕澄
小提琴銅獎 1E 施錦添 2D 鄧俊禧
箏銅獎 箏第一名 1B 李思瑩 2A 葉菁藍
結他銀獎 1C 羅紫瑩

中學校際手球比賽(港島及九龍地域) D1
男子丙組冠軍
1A 郭嘉浩 1E 李飛濤 2A 梁丞韜 1B 呂健峰 1E 梁濤仁 2A 謝鼎軒 1B 黃梓皓 1E 盧景揚 2C 關啓健 1C 莊嘉謙 1E 楊文鑫 2C 林俊亨 1C 朱承鋒 2A 方梓榮 2D 廖德政
京士柏創青盃手球分齡賽
U15 組別季軍
1B 呂健峰 2C 林俊亨 3B 鄭梓軒 1C 莊嘉謙 2D 廖德政 3B 周健賢 1E 梁濤仁 3A 陳諾舜 3B 余啟軒 2A 方梓榮 3B 陳卓言 3D 文鈞灝 2A 梁丞韜 3B 陳文迪 3D 吳遠 2A 謝鼎軒
中學校際排球比賽(九龍一區)
女子丙組冠軍及女子團體第三名
1A 蔡紫晴 2A 梅傲怡 4B 林露均 1A 余芷珊 2A 葉菁藍 4D 梁嘉琪 1B 羅臻 2A 張善文 5A 洪穎欣 1B 譚樂心 2D 馬詩文 5A 葉泳芝 1B 余舒童 2D 馬睿 5B 曾穎茵 1C 周紀濛 2D 翁琬嵐 5B 張文慧 1C 吳澄楷 3C 陳美琪 5D 林凱茵 1E 李泳妍 3C 林泳嵐 5D 林嘉雯 1E 吳曉玫 3D 何嘉慧 5D 蔡淑儀 1E 柯敬希 3D 駱言 6B 方凱儀 1E 鄧奕婷 4A 何沛嘉 6D 鄭曉歆 2A 陳詩琪 4B 鍾敬晴 6D 馬曉悠 2A 梁鈺熒
中學校際田徑比賽 第三組(二區)
女子丙組鐵餅冠軍及女子丙組鉛球冠軍
2C 蔡筠玉
龍城回歸盃乒乓球賽 學校邀請賽(九龍城支部)
冠軍
4B 李昊洋 5D 簡海斌 4D 成煒銓 6A 黃子睿
中學校際羽毛球比賽第三組
女子團體第二名及女子丙組第四名
1B 李綺菲 3A 王子彤 5B 蔡子柔 1B 朱玟菲 3C 黃紫婷 5B 方心妍 1C 張凱晴 3D 葉佈彤 5D 李雅婷 2B 張顯齡 4A 陳藝 6A 何寶兒 2D 林子晴 4A 劉曉敬 6B 陳凱怡 2D 劉殷璇 4C 胡曉嵐 6B 陳穎欣 3A 郭露晴 5B 王凱由 6D 陳愉鸞
中學校際籃球比賽(九龍二區)
女子團體第三名及女子丙組第三名
1A 劉心愉 2D 曾梓榆 2D 翁琬嵐 1E 陳穎瑤 2D 林子晴 2D 邱頌雯 2C 蔡筠玉



學校介紹短片