



*Thanksgiving & Accompanying
Succession & Innovation*

(1963-2023)

六十周年校慶鑽禧紀念特刊
感恩同行
承傳創新

培聖資料

創校意旨及校訓釋義	P.3
校徽釋義	P.4
校歌	P.5

賀辭

教宗方濟各宗座降福	P.6
周守仁主教	P.7
蔡若蓮博士	P.8
翁惠思女士	P.9
龔廣培先生	P.10
陳順清女士	P.11
李志源神父	P.12
鳴謝	P.13

校監及校長的話

校監的話	P.14–15
校長的話	P.16–17

培聖·人

與教區校長訪談 (蕭思銓校長、劉廣業校長、潘永強校長、黃見儀校長、阮章凱校長)	P.18–19
校長對談 (馮金燕博士、潘詠儀校長、陳俊賢校長、許燕姍校長)	P.20–21
校友陳茂波司長	P.22–23
校友陳志豐校長	P.24–25
校友樊善標教授	P.26–27
校友鍾志光先生及陳炳安先生	P.28–29
校友鄭傳忠博士及黃介原先生	P.30–31
校友羅永生博士及羅婉嫻博士	P.32–33
校友李家文博士及陳興昌先生	P.34–35
校友杜昀祐神父	P.36–37
校友會主席 (校友梁嘉明及黃增基)	P.38–39
家長教師會主席及副主席	P.40–41
冼萬勝副校長	P.42
黃振邦老師	P.43

目錄

培聖·亮點

宗教及倫理科	P.44–45
English Department	P.46–47
其他語言課程	P.48–49
人文學科	P.50–51
創科及資優教育	P.52–53
綜合藝術科	P.54–55
體育	P.56–57
跨課程閱讀推廣組	P.58–59
近五年傑出學生成就	P.60–63

校慶主題曲

六十周年校慶主題曲	P.64
-----------	------

培聖60年歷史印記

培聖60年歷史印記	P.65–68
-----------	---------

大合照

全體教職員合照	P.69–73
領袖團隊合照	P.74–76
班相	P.77–89

校慶活動

對聯創作活動	P.89
中文徵文比賽	P.90–94
English writing competition	P.95–97

廣告

廣告	P.98–100
校刊委員會名單	P.100

本校校訓

「明德至善」

摘自《大學》。

原文說：「大學之道，在明明德，在親民，在止於至善。」「明德」，即人與生俱來靈明不昧的天性，分辨是非善惡的能力，其高潔雅淨有如一面不染點塵的明鏡。憑此天性，世間一切真是、真非、真惡，可昭然辨明。至於「至善」，為事理之極致，即人生品格已臻完美無瑕的至高境界。「明德至善」英譯校訓EXCELSIOR為拉丁文，有「更佳、更高、更完善」的意思。

本校所以採「明德至善」此四字作為校訓，目的是希望同學好好認識人類與生俱來、屬於自我最寶貴的「明德」。同學以此作為起點，認真學習，謹慎修養，求品格日有進境。如此，雖則社會因物質進步而人的欲望日趨強烈，學校教導學生要有所守、有所持，提點學生不論在家庭、學校或社會中都要做到最好，並謹慎地知所取捨，遷善遠惡，以求在學識及修養方面皆有進益，成為貢獻社會的良好公民。

創校意旨及教育方針

創校意旨

本校的創立是秉承當年白英奇主教的意旨，在香港教區內創辦一所純粹的中文中學，以教育中國青年。本校創立於一九六三年，校址位於九龍塘牛津道，當時乃隸屬於香港天主教教區轄下，由政府津貼之唯一中文男校，而當時教區其他中學多為私立中學。

創校教育方針

本校首任校長李耀波先生本著一貫中文中學辦學方針，以純樸校風教導學生進德修業，務使學生能「博學於文」、「約之以禮」，養成崇高人格，並以此為進德修業之楷模，使學生畢業後能貢獻其能力，造福社會人群。為此，學校之訓導方針著重品德陶冶、理性啟發及透過潛移默化，培育學生充滿愛、美、笑和力的生活，養成具有禮、義、廉、恥的品德，並具有樂羣、善羣和愛羣的德性。

校徽釋義



「十字」標誌

作為一所天主教學校，學校肩負發揚基督精神和作育英才的使命。校徽中的「十字」標誌象徵耶穌基督的福音精神，祂曾說：「我是道路、真理、生命，除非經過我，誰也不能到父那裡去。」祂透過十字架上的苦難，捨命拯救我們，把天國永生的福樂無條件施予人們。

「星形」標誌

校徽中星形的標誌象徵本校校訓「明德至善」的精神，散發人性光輝，達至至善的境界，有如明亮的星晨。

「盾形」標誌

盾牌是保護，用來阻擋外來攻擊，象徵學校為致力培育和裝備學生如手持盾牌，在面對社會各樣挑戰和衝擊時，能保護自己，並勇敢繼續向著理想邁進。

校徽代表學校的精神，涵蓋真、善、美三種精神價值。本校校徽構圖無論在選形、設色和線條各方面皆深具藝術之美。願所有培聖人都能珍之重之！



校 歌

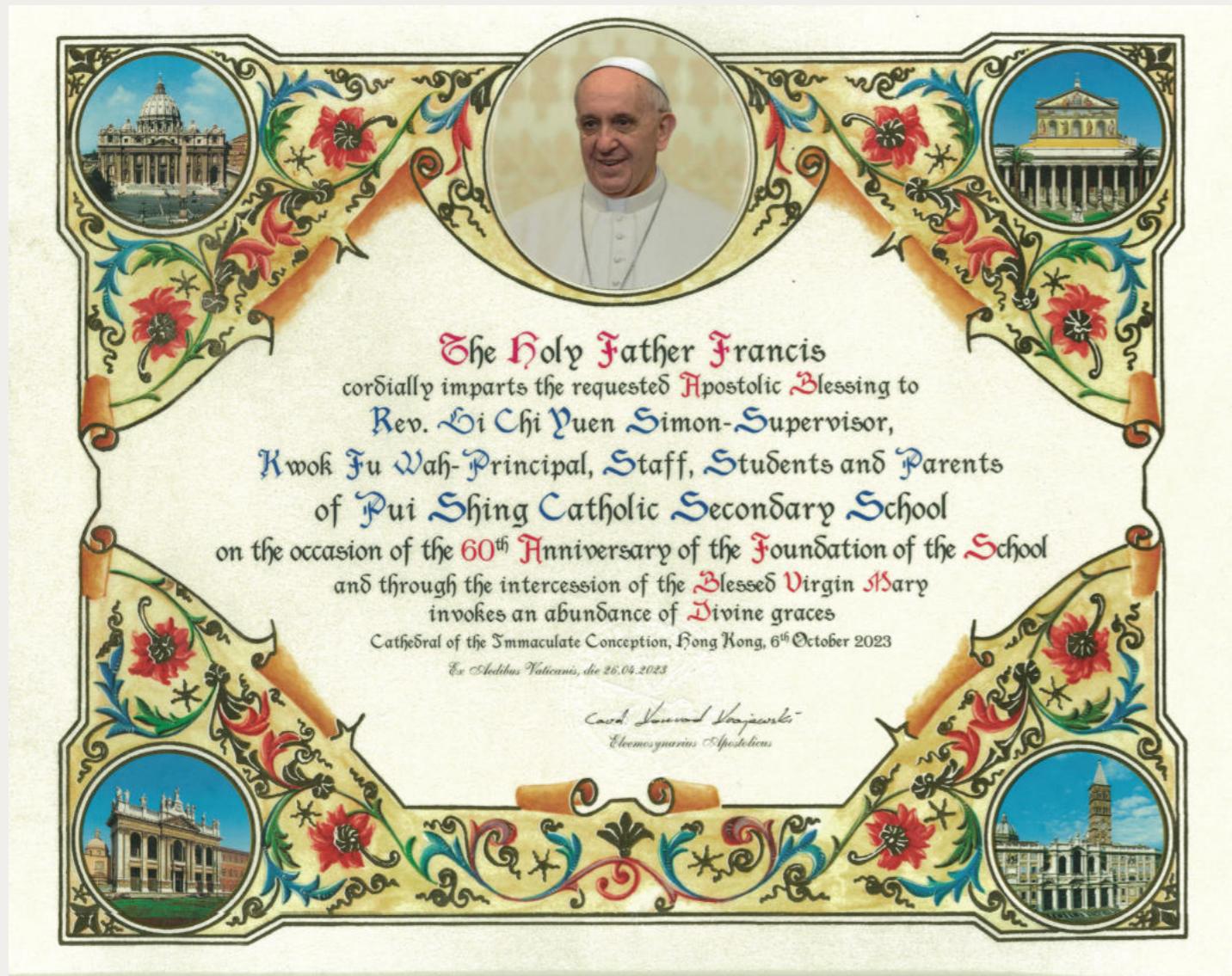
莊嚴高貴地

作曲：余尚實神父
填詞：龐之楫先生

約但河流 西雍山岡 天心一顆 永吐光芒
魏峩培聖 賴顯輝煌 中西薈萃 國學恢張
春風時雨 桃李芬芳 同雲恩澤 盡作賢良
達己達人 愛連昭彰 至聖至善 矢志不怠
培聖培聖 仁育多方 名教德音 木鐸鏗鏘

嘉賓賀辭

教宗方濟各宗座降福



天主教香港教區主教
+周守仁主教



敬賀

天主教香港教區主教
周守仁主教

學校六十年來致力培育學生愛主愛人，在品德及學業上追求卓越。祝願學校往後能繼續與青少年同行，讓他們在天主的愛中成長，有著喜樂而豐盛的人生。

明德至善

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

教育局總學校發展主任(元朗)
翁惠思女士



鐸聲遠振
良木成林

教育局總學校發展主任(元朗)
翁惠思女士



敬賀

教育局局長
蔡若蓮博士



甄陶六秩
範領學林

蔡若蓮博士
教育局局長
敬賀

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

教育事務主教代表助理
陳順清女士



培才弘學
聖化育人

教育事務主教代表助理
陳順清女士 敬賀

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

教育事務主教代表
龔廣培先生



培賢六十年 傳揚真善美 承先啟後
聖化三千士 懷抱信望愛 博古通今

教育事務主教代表
龔廣培 敬賀

鳴謝

校監李志源神父



聖化人靈 培育英才

李志源神父 敬賀
校監

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

天主教香港教區教育事務處廖慕賢女士	校友鍾志光先生
校董王美笑修女	校友林偉雄先生
校董劉國裕博士	校友劉偉強先生
李晉鏗校長	校友羅婉嫻女士
趙垣林校長	校友李家文女士
陳明生校長	校友李德仁先生
李志光校長	校友李樹甘先生
關中明校長	校友梁嘉明先生
蕭思銓校長	校友梁達文先生
岑練英老師	校友羅永生先生
家長教師會主席侯家宇先生	校友莫永豪先生
家長教師會副主席歐淑敏女士	校友潘恆基先生
校友歐陽枝先生	校友杜首南先生
校友陳興昌先生	校友黃陞光先生
校友陳聯新先生	校友越棠先生
校友周世平先生	七二屆誠社善班舊生
校友蔡裕星先生	



各界賀辭繁多
未能一一刊印
歡迎登入校網細閱

天主教香港教區教育事務處

廖慕賢女士

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

聖言身教育英才 主恩綿綿
繼往開來六十載 積果纍纍

教育事務主教代表助理(幼稚園組)

廖慕賢女士 敬賀

天主教培聖中學校董
王美笑修女

	 <p>Maryknoll Sisters of St Dominic Inc China Region</p>	天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶
<p>王美笑修女 Sr. Michelle Reynolds PSS Manager & Former Supervisor Sister Michelle Maryknoll Sisters Hung Shui Kiu</p> 	<p>培育人才承師訓 聖賢古籍導孺生 中悅天主傳信望 學以致用愛社群</p>	

天主教培聖中學校董
劉國裕博士

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

培育學生六十載

聖言滋養臻至善



劉國裕博士
敬賀
校董

歷任校長
李晉鏗校長



癸卯正月李晉鏘敬賀



甲子重新育羣英
春秋幾度弘教化

天主教培聖中學創校鑽禧志慶

歷任校長
趙垣林校長

天主教培聖中學創校六十周年

讚禧誌慶

自我完善沒停步
服務社群培聖人



趙垣林敬賀

歷任校長
陳明生校長

天主教培聖中學 鑽禧誌慶

培德培才弘主愛
聖神聖寵祐師生

陳明生敬賀



歷任校長
李志光校長



李志光校長

李志光
印

敬賀

栽培青苗歷甲子
弘聖德表耀千秋

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

歷任校長
關中明校長



關中明校長 敬賀

承先啟後

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

歷任校長
蕭思銓校長



蕭思銓校長

敬賀

「我的天主，看，我已來到！我樂意奉行你的旨意。」

(詠 40:8, 9)

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

退任教師
岑練英老師

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧紀念

中道宜行遠

華風樂育群

癸卯年仲春
李陳英



敬賀



家長教師會主席
侯家宇先生

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

培育桃李六十載

聖賢良材滿天下



第二十一屆家長教師會主席
侯家宇先生 敬賀

家長教師會副主席
歐淑敏女士



天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

培育英才六十載
聖潔同心創未來

天主教培聖中學家長校董
歐淑敏女士 敬賀

校友
歐陽枝先生



歐陽枝博士 漫會大學持續教育學院前副院長 敬賀

義德之鏡；
曉明之星。

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
陳興昌先生



香港有線新聞有限公司副總經理 陳興昌敬賀

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

聖 培
立 桃
賢 育
興 李



校友
陳聯新先生



第二屆陣社校友

陳聯新敬賀

桃春
李風
滿化
門雨
遍六
海十
外載

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
周世平先生



德才並重

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

一九六八年畢業斌社

周世平敬賀

校友
蔡裕星先生

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

恩師培練啟迪豐 萬千嘉駿耀譽堂

龍泉天水連永樂 至善聖潔明德彰



八六年畢業校友 蔡裕星



敬賀

校友
鍾志光先生

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧紀念

至聖
矢志不忘
至善



第十四屆校友鍾志光



敬賀

校友
林偉雄先生

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

培聖甲子化桃李
明德新民止至善



一九八零年畢業生

香港中文大學榮譽院士 林偉雄敬賀

校友
劉偉強先生



劉偉強校友

敬賀

薪火相傳
青出於藍

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
羅婉嫻女士

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

教澤弘彰



香港浸會大學歷史系一級講師

羅婉嫻 敬賀

校友
李家文女士



李家文校友 香港樹仁大學新聞與傳播學系系主任 敬賀

聖教恩慈

培材功懋

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
李德仁先生

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

立己務立心命

力踐明德終至善

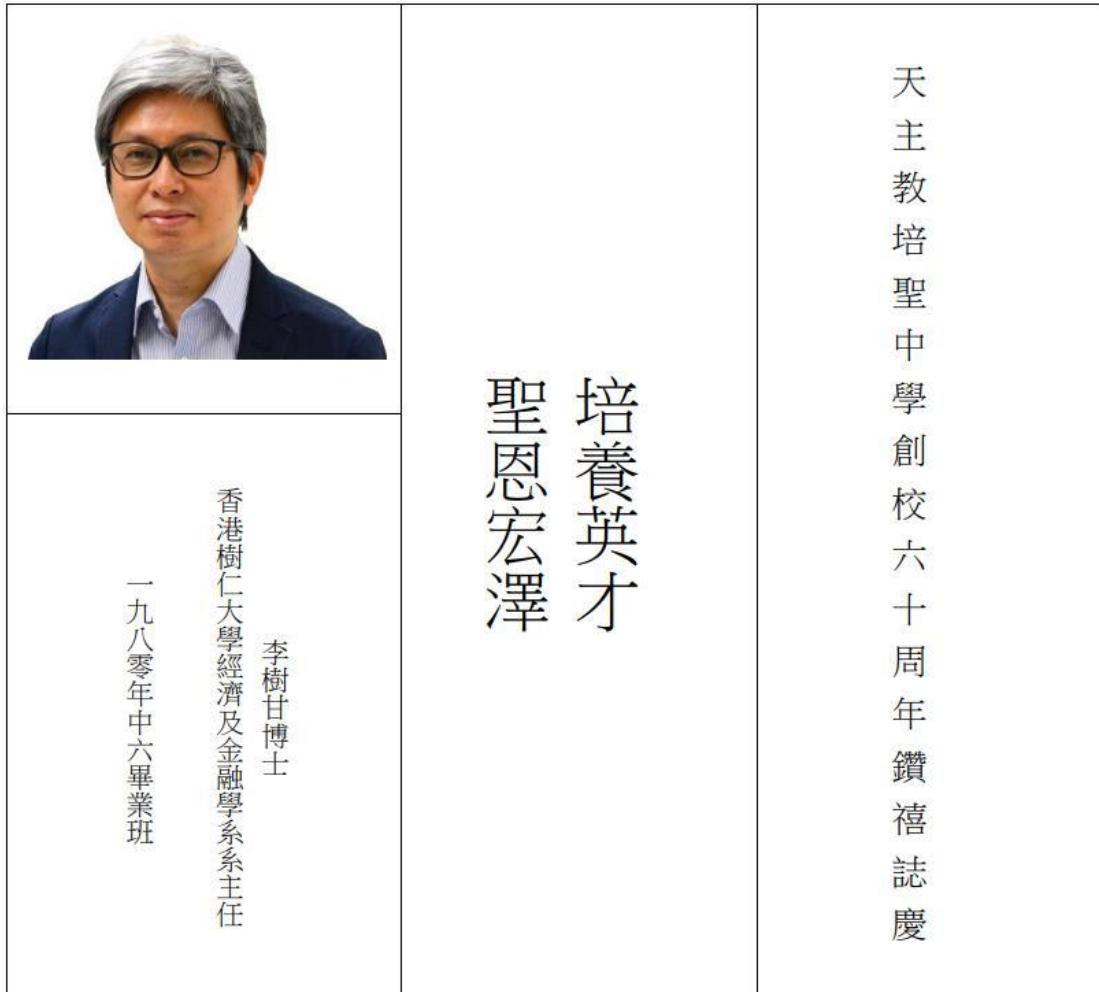
達人須達博通

勤思探索為求新



七二屆誠社善班李德仁博士敬賀

校友
李樹甘先生



校友
梁嘉明先生



天主教培聖中學創校六十周年鑽禧紀念

培育學梓六十載
聖德訓誨千萬年

第七屆校友梁嘉明



敬賀

校友
梁達文先生



梁達文先生
校友
敬賀

學子勵志成棟樑
園丁弘德成名師

梁達文
二〇一三〇年四月四日
一九七二至一九七七年

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
羅永生先生



和易以思，可謂善喻。

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

香港樹仁大學歷史學系 羅永生博士 敬賀

校友
莫永豪先生



莫永豪校友 敬賀

義 菁 育 樂
澤 潤 教 感 銘

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
潘恆基先生



潘恆基校友 敬賀

感恩常在 培育英才

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
杜首南先生



杜首南先生 敬賀

木鐸鏗鏘

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
黃陞光先生



校友

黃陞光 敬賀

校譽日隆

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

校友
越棠先生

聖 恩 浩 瀑
培 育 英 才



一九六九年 校友 越棠 敬賀

校友
七二屆誠社善班舊生

天主教培聖中學創校六十周年鑽禧誌慶

誠為源奉主興學

善以至明德育人

七二屆誠社善班舊生敬賀



校監的話

「賀培聖鑽禧！」



14

今年適逢培中學成立六十周年（甲子之年），藉此兔年也恭賀大家「揚眉吐氣」，繼往開來作育英才！

回顧六十年前，香港教區於牛津道開辦天主教培聖中學，查看歷史，當時由德國天主教培聖會捐款建校舍，因而命名為「培聖」以表銘感。時移勢易，由於配合發展，教區決定把培聖遷移到現址天水圍，好能培育更多莘莘學子，並由男校轉變為一所男女校，貫徹有教無類的精神。想當年透過培聖中學，人才輩出，在此未能逐一列出；感恩的是校友飲水思源，繼續在各方面支持母校的發展，至今從未間斷。

在一個新地區作「開荒牛」實不容易，難得的是，當時的校長及老師，本著魯迅先生的名句「橫眉冷對千夫指，俯首甘為孺子牛」，願意懷著服務的熱誠，由市區去到新界大西北，繼續教育的工作，真的可欽可敬。沒有他們的努力，不會看到今天的成就，願主百倍賞報他們的努力。

培聖中學本著校訓：「明德至善」辦學，英譯校訓EXCELSIOR是拉丁文，有著「更佳、更高、更完善」的意思。在二零零四年學校轉變為「法團校董會」的時機，由陳日君樞機奠定《天主教教育理念——五大核心價值》：即真理、公義、生命、家庭和愛德。此舉不單融匯天主教教育的精神及大中華文化，也能使教育基督化，使學教信仰化。

在過去出任培聖校董及校監之職時，我經常去到學校作早會、典禮等活動。特別感受到同學的禮貌。雖然大部份同學都不是天主教徒，但無論在我負責的聖葉理諾堂或學校禮堂，同學都非常專注及積極的參與。各典禮中對各嘉賓的敬禮，深受與會者的讚賞。

同學在老師指導下，亦獲得不同範疇的獎項，其中最有意義的創作成就，要計在二零二一年參加「賽馬會齡活城市計劃 – 鄉郊樂『屯』『元』2」STEM 設計比賽，主要改善偏遠鄉郊長者的生活質素。經同學及導師一番努力後，獲得驕人成績，中三組以作品「免提追蹤買餸車」榮獲比賽冠軍及最受歡迎齡活大獎，而中四組以作品「輔助上落購物車」榮獲比賽季軍。因為這不單是獲得殊榮，更重要能為長者提供實用又方便的用品。期望同學能繼續透過對社區的「觀察、判斷、行動」，為坊眾帶來更優質的生活。

「謀事在人，成事在天」這句說話正好作為我們同學未來的目標，在福音中亦有一段記載與之相關，就是馬爾谷福音第四章「天主的國好比一個人把種子撒在地裏，他黑夜白天，或睡或起，那種子發芽生長，至於怎樣，他卻不知道，因為土地自然生長果實：先發苗，後吐穗，最後穗上滿了麥粒。當果實成熟的時候，便立刻派人以鐮刀收割，因為到了收穫的時期。」我深信上主過去、現在及將來，必然會看顧培聖中學，只要大家懷著信德，便可以得到更大的成就，但要記得「愈顯主榮」呀！



15

校長的話

「同行六十載、承傳創未來！」



六十年前的夏天，天主教培聖中學由首任校長李耀波先生承白英奇主教委任創校，是天主教香港教區營辦的首間中文中學，在九龍塘牛津道1D號校舍營辦三十多年，致力培養人才，以校訓「明德至善」的精神培育學生品德，塑造出不少傑出的社會棟樑。

及至一九九二年，本校遷入位於元朗天水圍天河路9號校舍，在這新發展區延續天主教教育使命，為區內青年提供具天主教特色的優質教育。牛津道校舍亦繼續服務至一九九六年後完成本校於市區的教育服務。

相信對天主教培聖中學稍有認識和了解的人，無一不清楚「培聖人」的特質：善良親切、尊重包容、

願意溝通、樂於服務、知足感恩、常懷希望、明理守規、力臻至善、環保關愛、服務弱少、與時並進、敢想敢創。這些培聖人特質，藉著多年來歷任校監、校長和教師們的悉心教導和栽培，都一一反映在學生的表現和成就上。

自二零一九年至今，新冠疫情對學校的運作做成了極大影響，學校無法正常運作，學與教的節奏大受干擾，課外活動亦無法進行。縱然如此，學校仍上下一心積極面對，不斷解決重重困難，為的就是盡量減少疫情對學生學習和成長所做成的影響。在此，本人實在要感謝這幾年間為應付所有因疫情帶來的「無常」而花盡心思、為持續應對各項不斷改變的指引、措施和政策而不辭勞苦地工作、以及為教導和培育學生而努力不懈的同事。

因著他們的努力堅持和盡心盡力，讓這幾年的學生總算能安穩渡過。然而，無可避免的，是年輕人在這幾年實在損失了不少成長的寶貴經歷，相信這也是這一代人因疫情而承受的，無法補回的沉重代價。

雖然疫情久久未退，且對我們的影響非淺，但本人總相信雨後總有晴天。

聖經中，信德之父亞巴郎曾聽從了天主的指引離開家園，找到了客納罕地，興起了以色列民族。天主教培聖中學也曾回應天主教教育的使命，為服務3L (the Least, the Last and the Lost) 而遠遷到天水圍，延續教會的教育理念。

舊約中，除了亞巴郎，天主亦揀選了梅瑟拯救以色列子民，逃離為奴為役的埃及地。梅瑟一生一百二十歲，經歷了三個四十年。首四十年在埃及皇宮長大，其後四十年離開皇宮，到荒野之地反思自己的身世和生命的意義，並接受天主的召叫，勇敢地重返埃及。天主透過梅瑟的手施展了大能，經歷十個災難後，擊退了法郎的心硬。終於，梅瑟帶領著數十萬以色列子民離開埃及，在曠野經歷四十年的長征，最後進入了天主應許的福地，建立以色列國。

在天主的引領下，天主教培聖中學也經歷了兩個三十年。首三十年在九龍塘牛津道校舍培育人才，第二個三十年長途跋涉遷入天水圍天河路校舍至今，服務區內莘莘學子。今天，我們為培聖六十周年鑽禧校慶慶祝的同時，讓我們為培聖未來的第三個三十年祈禱，求上主繼續帶領所有「培聖人」，讓我們明悟天主的救恩計劃，繼續繼往開來，完成天主透過本校彰顯的教育使命，把年青人在各種誘惑和操控中，以及各式各樣的困厄和礪難中解放出來，使他們能健康成長，並能善用天主賦予每人的

自由意志，發展個人潛能，貢獻社會人群。

天主教培聖中學創校至今轉眼已達鑽禧之年，今年，學校為籌備這本「六十周年鑽禧校慶紀念特刊」，特別專訪多位「培聖人」，並把訪問片段剪輯紀錄在刊物內的連結中，務求編輯成一本結合硬本和網上軟本內容的紀念特刊，望能透過傳統文字和現代化影像紀錄的方式，與大家分享六十年來「培聖」的人和事。

最後，本人有幸接任成為第十任校長，在這短短的五年間，有幸見證學校最新近的變化和發展。展望將來，不論還可能遇上怎麼樣的新挑戰，本人企望能與校監、校董、全校教師、師生、職工、家長和校友們，共同攜手，藉著學校慶祝六十周年之際，一同回應「感恩同行、承傳創新」的口號，與時並進，延續「培聖人」的夢想和特色，為培聖開創更美好的未來，繼續為社會培養具培聖人特質的青年，愈顯主榮。

郭富華校長
2023年春



人才「培」出 ——與教區校長訪談

六位與培聖有深厚淵源的教區校長難得共聚，接受培聖60周年校慶的訪問。其中包括本校上任校長，現任屯門天主教中學的蕭思銓校長，還有多位已晉升至校長的培聖前任副校長，包括荔景天主教中學劉廣業校長、聖若瑟英文中學潘永強校長、元朗天主教中學黃見儀校長和聖貞德中學阮章凱校長。甫入座，大家已經興高采烈地聊起來，可見其中的熟絡和友好。



一眾校長接受郭富華校長（前排右一）訪談，前排左起為阮章凱校長、黃見儀校長、蕭思銓校長、劉廣業校長、潘永強校長。



問及各位校長在培聖任內所感恩的人和事，他們帶出一位位歷任校長、各資深同事的事蹟，「感謝他的栽培、給予的機會」、「多謝他的同行」、「感謝他讓我學到……」，訪問中這些話不斷說起，更是滿滿的表達著他們的感恩之情。潘校長提及培聖歷任校長給予他很多成長的機會，他尤其感恩得到李志光校長及關中明校長的幫助和鼓勵。劉校長則憶及學務組梁啟義老師和梁偉強老師注重工作細節，讓他學會工作上的嚴謹。黃校長對昔日歷史科科主任，即座席上潘校長的帶領，由他仔細檢查擬卷細節中，學會做事要追求完美的態度。阮校長談及對關中明校長的感恩，讓他自英文科科主任的崗位上開始，學習到不同範疇的行政工作，幫助他日後的發展。

雖然各校長入職培聖時間不一，但從他們的分享可感受到「培聖有愛」，他們都感恩能從昔年的校長、同事身上得到不同的幫助和鼓勵，成就日後的發展。從他們的分享中可見，不同年代的培聖師長關愛學生外，亦關愛身邊的同工。

是次訪問中每位現任教區校長，當年均是在培聖由副校長晉升校長一職，每位尤其感謝蕭思銓校長，因為蕭校長在任內為他們作出指引、鼓勵，協助同事晉升，讓他們一路向前邁進。

蕭校長分享他的看法，直言作為校內管理層，要為學校建立梯隊。當時他看到教區需要新血的加入，便以為教區學校尋找繼任人為使命，盡力為教區服務。他本人特別感恩在任九年來，得到三任校監——SISTER MICHELLE（王美笑修女）、陳德雄神父和李敬志先生的指引，以及各副校長的意見和幫忙。

提到培聖的獨特之處，劉校長認為培聖人傳承校訓「Excelsior」，追求至善，保持懂得感恩的傳統。

潘校長認為培聖多年來定位清晰，致力幫助和關愛學生。蕭校長特別指出，培聖上下互相合作，能讓學生成長。黃校長和阮校長不約而同談及「情」，黃校長認為培聖一路以來傳承的，正是「情常在」，指的是同事之間的關懷、對學生的關愛，讓學生能夠發揮所長，並對學校有歸屬感。阮校長則以「情理兼備」形容師生、同事間的關係。由各位校長的分享中，實在處處感受到培聖的「情」。

由培聖的「情」，各校長聊到在校時最珍貴的片段。這些片段往往並非發生在課堂內：潘校長跟學生進行歷史研究活動的經歷、劉校長與同學一起打球、操練至天色轉暗的片段、蕭校長與學生到外地考察的趣事、黃校長在課餘時與同學相處的點滴，阮校長與畢業學生的交流。凡此種種，均體現出師生之間寶貴的感情，這些感情即使經過再多的歲月，都會長留心中，使人會心微笑。

最後，大家談及對培聖邁向七十年的寄語時，各位校長均期望培聖人的愛得以傳承，不論是師生、同事之間，甚至於家校與校友間的關愛之情。我們應當把握現時的優勢，以愛傳承、連繫不同的持分者，讓學校發展日臻完善。大家均期望培聖能繼續以學生作為主導，秉持培聖人「勤奮、負責、整潔、守規、環保」的理念，追求至善，在人生路上追求更豐盛的果實。

負責老師：伍億浩老師 杜展周老師

採訪學生：2B陳綽偲 2B陳熹 2B貝芷盈 2B蘇思源

拍攝：校友余芷榕 周子嘉老師 撰稿：伍億浩老師

短片 QR Code



培聖60年情未變 ——與四位校長的對談



初春的一個星期六早上，四位曾在培聖工作過的現職或已榮休校長：圓玄學院妙法寺內明陳呂重德紀念中學前任校長馮金燕博士、元朗公立中學校友會鄧兆棠中學潘詠儀校長、培英中學陳俊賢校長及德貞女子中學許燕姍校長特意聚首一堂，蒞臨本校重新裝修的圖書館，聯同郭富華校長回顧培聖的歷史與變化，討論培聖的教育理念與現況。他們當中的大部分在培聖工作了超過20年，由他們跟我們回顧培聖從男校到遷入天水圍校園的轉變最適合不過。

馮校長率先介紹培聖的歷史。馮校長加入培聖時，學校仍位於九龍塘，是一所男校，當年校舍雖小但很精緻。在九十年代開始，培聖逐步遷到天水圍，有一段時間兩間學校同時運作。老師們繼續教導學生直至他們畢業，天水圍的校舍才正式發展。

時光飛逝，培聖在天水圍屹立多年。許校長感恩培聖為學生提供的全面發展，宗教色彩日益濃厚，為學生提供精神支持的同時，教學設施亦不斷優化和現代化，例如人文室、健身室和修整翻新的飯堂，為學生提供更舒適的學習空間。另外，許校長亦感謝多位前任校長及「恩師」，感恩教學生涯中有各位指導，亦令她有機會信靠天主。

培聖門口的小路，沿路種滿茂盛的花朵和各式的植物，鳥語花香，蝴蝶翩翩起舞，令潘校長不禁回想起當初應徵時走過的感覺。培聖對其而言一直充滿了親和力。潘校長指出圖書館的新轉變十分美麗，良好的採光和舒服的設施都增添了學生們的學習動力。

陳校長認為培聖為學生的思慮周全，一體化的設施更好地為學生提供服務，例如1999年時候圖書館在3樓，教員室則在7樓，後來為了方便學生向老師請教，便將其搬到更方便的地方。許校長亦表示，校舍不斷翻新及新增不同設備，令培聖成為一所更能配合學生成長的學校，為社會培養不同範疇的人才。

如此良好的學習氛圍使培聖的學生獲得極大進步。潘校長指出在一個悼念南京大屠殺的活動上遇上培聖學生，當時培聖學生的表現令她驚喜，因為學生大方得體，侃侃而談，充滿自信地面對鏡頭，表現十分出色。

陳校長指出看到現在培聖校園的樓梯上有很多宗教氛圍的圖片和語錄，他認為學生會潛移默化，接受靈性的熏陶，令學生變得更有自信、更容易獲取成功。郭校長亦補充，培聖的老師樂於給予學生展現自我的機會，提升學生的成就感。

培聖如此以學生為本的教學理念從創校到現在從未改變過。馮校長分享了一個暖心的故事：當年創校的李耀波校長非常關愛學生，由於學校當時的招生對象主要來自社會低層，有些學生在家中沒有溫習的地方，於是李校長便和其他老師商量買床褥放到學校教室裡，為學生提供學習和休息的地方，這體現了師生之間密切的關係。老師關心學生的需求，並致力於幫助他們。這種師生關係使學生感到被理解和支持，促進他們的學習和個人發展。馮校長認為自己在培聖22年中，一直感受到師生之間珍貴的連結。

師生之情溫暖動人，老師之間更是團結一心。校長們紛紛七嘴八舌地細數了不少老師，對同事表示感激，氣氛溫暖動人。這些老師影響了校長們為人處世的態度、工作態度、思維方式甚至是人生目標，



希望成為更好的帶領者、成為更好的人以幫助學生。這份愛與熱情將會隨著培聖以人為本的教學理念繼續發揚光大。

最後，四位校長紛紛祝福培聖的學生。潘校長讚嘆道，「天水圍南區以一片荒蕪之地到現在的車水馬龍。在過去二三十年中，培聖在天水圍人的素質和面貌改變方面做出了很大的貢獻。因此，今天我們才能看到堅守規矩、有魄力、勇於拼搏的天水圍人。很快，便能看到新一代培聖人在社會上擔當重要的職位。」馮校長則希望學生多留意世界的變化，為自己儲備力量，在未來更有力量為社會做出貢獻。

最後，陳校長以天主教的角度作結：「我們深信天主在每個人身上都放置了不同的潛能，每個學生都是獨一無二的。在這個獨一無二的基礎上，我希望學生都能夠發揮自己的潛能，並且記住自己有無限的可能性，未來可以為社會做出貢獻。」願每位培聖人都能發揮自己的力量！

負責老師：黃雅媚老師 撰稿：2B 貝芷盈 黃雅媚老師
採訪學生：2B 貝芷盈 2B 蘇思源 2B 黃志銘
拍攝：2A 蘇楷華 校友余芷榕 周子嘉老師

短片 QR Code



結伴同行： 未來在香港青年人的手上

——陳茂波司長訪談

適逢培聖六十周年鑽禧校慶，本校非常榮幸能邀請校友——香港特別行政區政府財政司司長陳茂波先生進行專訪。陳司長於訪談中憶述在培聖的校園點滴，並分享對師弟師妹的期望以及對香港未來經濟的看法。



校園生活之純

談及昔日校園生活時，陳司長總是掛着笑容。一班同學不論是晚上回校一起溫書，還是到球場打球、一起分享汽水：「中學的友誼是最為真摯的，這些朋友我至今還有聯繫。」培聖純樸的學習環境，也為司長帶來這段與摯友們共同奮鬥的難忘旅程。「雖然大家家庭條件一般，但都懷著目標、勤奮用功，每天組織學習小組一起溫習功課，也會一起分享筆記。」同學之間互勵互勉、相互扶持，是成長的美好回憶。

不僅同學團結一致，培聖的老師也十分愛惜學生，「雖然培聖老師要求嚴格，但也很疼愛學生，還記得當時老師會帶著一班同學沿牛津道走去旺角茶樓喝茶，又會帶學生去旅行，大家的相處充滿樂趣。」亦師亦友的關係，師生之間有著更好的互動。

在分享人生經歷時，司長鼓勵同學要用心為自己的路徑謀劃，「高中選科的時候，雖然選擇了理科，但發現自己同時對歷史和文學深有興趣，因此最後選擇文理混合。」選擇自己感興趣和喜歡的事情，讓你更能全情投入，發揮最大潛能。

對未來充滿希望

特區政府正推動香港經濟朝高質量方向發展，促進經濟產業更多元化，讓不同志趣的年青人有更多不同的出路選擇。陳司長對培聖的師弟師妹和香港的青年人充滿期許。他以政府最近推廣的「城市運動」為例，他為此人生第一次嘗試了「踩滑板」，期間認識了幾位約十歲的學員，發現他們都技術了得，其中一位更贏得了國際獎項，「年輕一代的興趣是多元化的，只要肯堅持，有熱忱，即使遇到挫折，堅持下去就會成功！」培聖的學生來自不同的背景，即使來自於基層家庭，司長認為成長路上，最重要的是保持對自己的信心，「我在培聖的時候，身邊的同學家庭環境普通，踏足社會的時候與人相處、做事有時會不夠自信。

但大家不必因此而失去信心。即使我們無法改變自己的過去和家庭，但困難的環境就是對我們的歷練。要保持對自己的信心，相信未來掌握在我們的手上。」

香港前景璀璨

對於香港未來經濟前景，司長充滿信心。香港是一個細小而全開放的經濟體，雖然易受全球經濟變化的影響，但仍然擁有明顯而獨特的優勢，「首先，香港背靠祖國，祖國給予香港極大的支持，而且快速發展，是我們經濟增長的一大動能。與此同時，香港是國家最國際化的城市之一，實行普通法制度、資金自由流通，這是獨特而不可替代的優勢。未來，香港金融和創新科技產業的發展，充滿潛力，前景亮麗！」他又指，香港是中西文化薈萃的國際大都會，也是全球唯一匯聚「中國優勢」和「國際優勢」的地方，能為年青人提供很多機會追尋自己的夢想。

結語

司長寄語同學們，儘管時代不斷變化，但在校園中的人格培養和人際關係仍然是非常重要的。他亦希望大家珍惜學生時期的摯友，特別是大家之間單純而珍貴的友誼，只要大家一直相互扶持，就定能成就事業。最後，司長祝福師弟師妹們一切順利、快樂成長！祝願培聖母校繼續樹人育人，成就我們的年青人！

負責老師：黃雅媚老師 撰稿：黃雅媚老師
採訪學生：3A 劉思恩 3A 霍巧悅 3A 梁智森 3A 葉善維
拍攝：柯重廷老師

短片 QR Code



憑意志力面對人生高低 ——專訪校友陳志豐校長



陳志豐校長是培聖牛津道舊校舍首幾屆的畢業生，多年來他熱衷於教學，投身本港教育界多年，及後更到內地開展教育工作。今年是培聖六十周年，我們十分榮幸能邀請他進行訪談，和我們分享他對培聖感恩的人和事，以及對師弟師妹的寄語。

訪談中，他和我們分享昔日在培聖學習的生活，他最感恩的人是當年遇到的老師，由於培聖是中文中學，入學時同學的英文程度不太理想，因此老師對他們的英文要求很高，他們亦每天堅持留校背英文，令很多同學在一年之內英文成績突飛猛進。他在訪談中特別感謝賴德信老師、鍾嘉祥老師、鄧健安老師、梁玉泉老師以及巫瑞麟主任，全賴老師的用心教學讓他成長。

面對人生路上的種種挑戰時，都會令陳校長勾起昔日在培聖學習生活中和同學參與體育運動的片段，參與體育運動的過程能鍛鍊他的意志力。他說，在人生路上，例如讀書，或出來工作，都總會有起有落。當遇到挫折時，社會上未必有人會願意伸出援手，只能靠自己去面對，而這就要靠鬥志和一顆不怕困難的心，才能「在哪裏跌低便在哪裏站起來」，這些都是他從體育訓練中得到，令他在人生歷程中能不斷向前。

陳校長寄語師弟妹不要怕困難，遇上什麼情況都憑毅力自己解決問題。即使成績或不及別人優異，也不要怕困難和艱苦，凡事不斷嘗試。

短片 QR Code



負責老師：伍億浩老師 王康年老師
撰稿：5A甄婷 5B何卡琳 採訪學生：5A甄婷 5B何卡琳
拍攝：伍億浩老師

熱愛可抵歲月漫長 —專訪樊善標教授

樊善標教授是香港中文大學中國語言及文學系教授，也是香港一位著名散文作者。詢問起教授在培聖中學就讀時對自己職業的影響，教授卻笑談道：「我中學時可是不折不扣的理科人。」本來可能是醫生的樊教授「棄醫從文」，決意投身於他熱愛的文學之中。

回顧過去的校園時光，樊教授細數著他的每一位恩師。老師們對他的成長和發展產生了極大的影響，例如數學老師林啟興老師，教會他理科的思考方法，使其能夠輕鬆應對考試。Miss Angela Wong為他訂閱一年的英文版《讀者文摘》鼓勵他努力學習。地理老師陳宗榮老師會在課室設立讀書角，並推薦了各式各樣的經典作品以開闊大家的眼界。尤其是中文老師洪英駿老師及中國文學科老師陳樂生老師，他們所描繪出來的文學世界深深打動了樊教授，為他之後的選科方向埋下了種子。

在步入大學的門檻前，樊教授的父親說：「做醫生吧！」真的要為了高薪厚職去讀自己不喜歡的東西嗎？樊教授思考後，毅然決定選讀中文系。他說：「大學就該尋找一些真心熱愛的東西。我做的工作裡，教書和寫作是我做的最久的，我也最喜歡的。」因為熱愛寫作，對於樊教授而言，這是公餘一種休息的方式，可以梳理自己的思緒和抒發情感，修身養性。散文或論文的創作都豐富了樊教授的自我，讓自己充滿活力與創造力，充實而又平靜，能抵禦時間的流逝。

世界變化之迅猛，旁人始料未及。樊教授認為在遵循本心、選擇自己真正熱愛的事情的同時，健康是重要過一切的，因此他建議大家一定要培養一種穩定的心態。最後他祝福培聖的同學們身體健康，學業有成，未來一切順利！

短片 QR Code



負責老師：黃雅媚老師
採訪學生：2B 陳綽偲 2B 陳熹
拍攝：校友王若瑄 周子嘉老師 撰稿：黃雅媚老師



培聖體育人 球場話當年

——與陳炳安、鍾志光重遊牛津道



春日午後，與陳炳安、鍾志光兩位師兄漫遊牛津道校舍。由地下的有蓋操場、球場以至昔日的教師辦公室，他們都一一為我們仔細講述着其中的故事。一路上兩位師兄繪影繪聲，如將舊日培聖學校生活重現眼前，展現出培聖昔日簡樸的學習生活。後來，兩位師兄更與師生到牛津道球場進行專訪，與我們一起細味當年點滴。

回顧昔日的學習生活，兩位師兄向我們細說學生時代的感恩難忘事。雖然年月過去，但師兄們都能一一細述當時經歷、老師的話語，讓我們深刻感受到培聖的關愛。陳炳安師兄昔年在球場受傷嚴重時，得到老師和同學的照顧，體現出培聖人的溫暖；鍾志光師兄憶述的師生足球比賽上，與梁玉泉老師、鍾家祥老師、陳彼得老師同場競技，師生打成一片的情景。還有班主任岑練英老師以《孟子》「富貴不能淫，貧賤不能移，威武不能屈，此之謂大丈夫。」來引導同學討論，為當時中三的他們作啟蒙，讓年輕的他們開展對人生的思考。這些畫面都體現出培聖師生之間深厚的感情，以及老師對學生的關愛和指導，讓學生能夠在愛底下茁壯成長。

培聖老師願意為不同的同學提供學習機會，因材施教、處事公允，啟發學生學習。陳師兄十分感謝當時的梁玉泉老師和鍾家祥老師，願意給予他很多參與體育活動的空間和機會，才可以在培聖這片「耕地」上發芽成長和進步，啟發了他在體育上的發展。中三時的班主任，教授英文的吳老師一句「只要我仍在校，你們也可以找我學習。」令陳師兄感觸，感到老師對同學的關顧。

期間鍾師兄更是感謝歷史科的袁永強老師，袁老師不但提升了他的學術成績，更是燃起他的學習興趣，對他日後的進修和事業發展有莫大的幫助。鍾師兄亦直言因為得到梁玉泉老師給了很多處理體育行政事務的機會，受到了梁老師和鍾老師的影響，為之後投身體育事業打了基礎。鍾師兄引述陳樂生老師的話：「培聖同學起步比較艱難，因為語文方面的確比英文中學相對為差，但是他們的努力能夠令他們凡事都變得有可能。」由此可見，培聖老師對同學的關愛和支持，這些「養分」讓培聖的同學都能在社會上不同範疇做到恰如其分，各展所長。

陳師兄勉勵現時的培聖同學：「不要被任何『荊棘』影響自己的想法，只要可以做到就要去做。要做到『知所進退』，只要是力有所及的都要勉力去做好本分；對於現時力有不逮的，則要裝備好自己，只要不要放棄，不要想一步登天，腳踏實地去做，便會有克服『幾許風雨』邁向成功的一天。」鍾師兄亦勉勵同學們：「千里之行，始於足下。如果只有計劃、想法，但不去做，結果只會是零。所以要謹記只要付出努力，一定能有回報。縱使某時候會有失意，但千萬不要放棄。只有不放棄，才會有成功的機會。」

黃昏斜陽下，兩位師兄讓我們看到的不只是昔日培聖對學生的關愛，更重要的是兩位師兄縱使畢業多年，在社會上有所成就，仍感恩母校，更傳承培聖的關愛之情，延續給現時的培聖同學，讓同學能夠如昔日的他們一樣茁壯成長。

負責老師：伍億浩老師 撰稿：伍億浩老師
採訪學生：3A霍巧悅 3A劉思恩 3A葉善維
拍攝：周子嘉老師 杜展周老師 林俊希先生

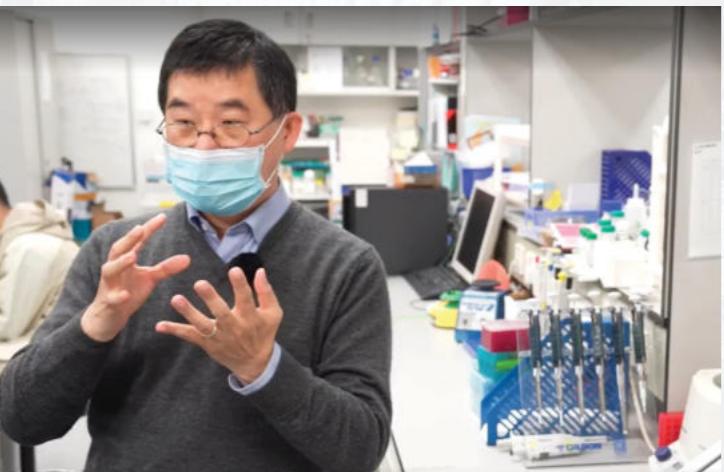
短片 QR Code





樸實無華 科研路

—專訪鄭傳忠博士 與黃介原先生



鄭傳忠博士現為香港大學李嘉誠醫學院生物醫學院副教授，黃介原先生現為香港通用檢測認證有限公司研究及發展部醫療器械首席顧問、理大學系傑出校友（專業成就）。

問及兩位在整個培聖旅程曾遇上什麼感恩的人或事，他們均感恩培聖老師的栽培。鄭傳忠博士特別感謝生物科梁兆偉老師的教導：「他在培聖任教了兩年，他的教學啟發我對生物化學的認識，例如新陳代謝免疫反應神經對外界的接觸反應。」另一位則是馮金燕老師：「她讓我做很多練習卷，如果沒有操練練習卷，是難以進入大學的，所以我需要感謝這兩位老師。」

黃介原先生記住老師的金石良言：「有一位老師對我說過，絕大部份人的智商是一樣的，培聖學生是其中之一，所以我們能否讀上大學，或者會否輸給他人，取決於我們投放多少時間和精力。」兩位均不約而同地指出，因為培聖並非一所傳統名校，所以學生特別需要老師循循善誘。

談及培聖有何獨特之處，他們首選當年的男校生活。黃介原先生分享男校獨有文化和趣事：「我們以前就讀的時候培聖是男校，其中一樣我們最喜歡做的，就是在體育堂打球，把球打到隔壁女校，然後找一些機會拾回。」有趣的是，當年培聖的老師沒有第一時間批評學生，反以開放、包容的態度，鼓勵他們直接聯絡鄰近學校合辦活動，主動擴闊社交圈子，可見師生關係密切，引導學生正面成長。鄭傳忠博士非常認同：「我認為老師和學生之間的親切程度，是可以教我們做人，並非『教完就走』。」他認為老師如此的教學對年輕人成長階段十分重要。

最後，兩位師兄寄語一眾師弟妹，應該承傳培聖人的堅韌、不屈性格。雖然培聖中學不是傳統成績最好的中學，但每一個培聖人只要不斷追求進步，最終定必能夠成功。



負責老師：杜展周老師 撰稿：杜展周老師
採訪學生：5A凌嘉儀 5A甄婷
拍攝：杜展周老師

短片 QR Code



史學傳薪謝師恩

—專訪羅永生博士與羅婉嫻博士



羅永生博士與羅婉嫻博士分別是樹仁大學歷史系副教授和香港浸會大學歷史系一級講師，兩位學者一直鑽研史學研究及相關教育，其受培聖影響甚深。甫開始訪問，兩位羅博士已向我們分享難忘的校園點滴——前者就讀於牛津道男校年代，後者則在天水圍新校畢業，回憶各具特點，卻同感謝師恩。

回顧在培聖的青春時光，羅永生博士雀躍地說：「最令我難忘的是能夠與同齡朋友共同成長和經歷，現今我們仍常聚首一堂。」據他形容，

當時培聖仍是一所男校，大多學生熱愛運動，如其在多次運動會奪得中距離賽跑獎項。「當年培聖大多數學生都是基層子弟，有賴學校鼓勵學生參與運動，引導學生正面成長。」羅婉嫻博士則說：「多謝當年老師給予自由度，令我擁有充實的校園生活。」當年羅婉嫻博士作為預科新生，曾參與學生會事務。她認為培聖師生充分互信，校長作風親民，令她容易融入校園，能夠積極成長。

談及在培聖曾經接受的歷史教育，羅永生博士感謝袁永強副校長、岑練英教授和陳錦棠老師的裁



培，他尤其受他們生動的歷史教學啟發，他說道：「感謝培聖中學的歷史教育，為我打下堅實的學習基礎。」羅婉嫻則特別感謝潘永強校長（培聖前歷史科科主任、現為聖若瑟英文中學校長）：「當年電子教學仍未普及，但潘老師非常用心製作歷史科教材，例如翻閱不同的深奧參考書，然後親自製作實體展板，為的就是教好我們。」他們不約而同地認為培聖培養了他們對歷史學科的濃厚興趣，並帶動了他們日後的歷史教育使命。

時代一直向前，培聖亦然。兩位羅博士均感謝當年培聖中學提供優良的母語教學環境，讓他們能夠在自己專長的道路上步步向前邁進。最後，他們同冀一眾培聖師弟妹互勵互勉，並能發掘個人所長，並祝福培聖能夠邁進更多個十年。

羅永生博士
短片QR code



羅婉嫻博士
短片QR code

負責老師：杜展周老師 撰稿：杜展周老師
採訪學生：4A袁樂琳 5B徐式渝 5B麥靜茹 5B黃凱潼
拍攝：余芷榕校友

說出我天地 —專訪李家文博士與陳興昌先生



李家文博士現為香港樹仁大學新聞與傳播學系系主任、專業應用副教授及大學傳訊總監，並曾擔任無綫電視新聞主播及駐北京新聞中心主任等職務。陳興昌先生則現為有線新聞副總經理（媒體策略），曾任有線新聞總監、香港開電視節目製作助理總監、亞洲電視副總裁（新聞及公共事務）及九龍巴士顧問。兩位校友均為香港樹仁大學新聞與傳播學系校友，亦是香港資深傳媒人，具備豐富行業經驗。

問及最難忘的校園點滴，李博士率先分享當年預科時入讀培聖並為「男校女生」的經歷。李博士認為當時的培聖男同學非常好動，與以往在女校就讀氣氛不太相同；老師非常關愛學生，整所學校人情味濃厚，並道：「老師給我們的升學意見，並非泛泛而談，而是確切了解每位學生的專長，然後給予不同意見。」陳興昌亦深感認同：「我們放學之後都不捨得離開。」他認為培聖老師會鼓勵學生按專長發展，不會隨意批評或只看學生的缺點，令他非常珍惜培聖師生之間的情誼。

問及他們在培聖遇到最感恩的人，李博士提及當年預科叩門收生的經歷。「多謝培聖當年給予我一個機會。」她形容自己是公開考試的「失敗者」，非常感恩袁永強前校長願意給予寶貴的入讀預科機會，讓她日後有機會進入大專院校，並踏上往後在

傳媒及大學教授的工作。陳興昌則特別感謝陳明生校長以親和力引導學生：「培聖像一個親切的家，雖然校舍不大，但人情味濃，學生非常願意貢獻學校。」此外，兩位校友指出，慶幸當年老師鼓勵他們，勇敢跨出舒適區，報讀樹仁學院，令他們日後能夠分別在傳媒行業發光發亮。

兩位不約而同鼓勵師弟妹不要看輕自己，並以身為「培聖人」自豪。李博士特別提及，當年她曾於聯校辯論比賽擊敗傳統勁旅，並獲「最佳辯論員」獎項。陳興昌則感謝當年學校給予學生會充份空間，令他可以主導活動宣傳，有不少機會上台演講，對他日後開展傳媒工作有莫大幫助。

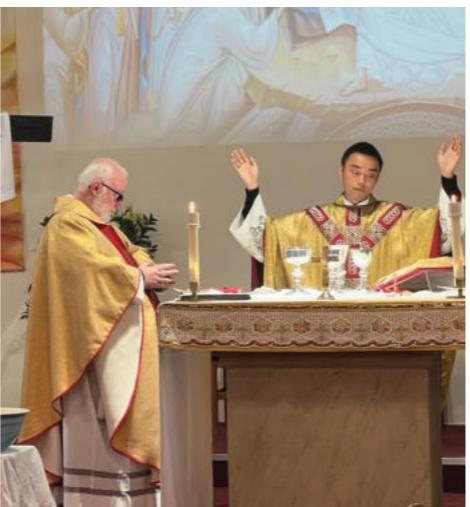
最後談及對母校未來發展的展望，李博士期待能在中華文化傳承方面與母校繼續合作，例如目前正在合作的「中華武術與體育文化傳播」等研究項目。

訪問完結前，李博士抒發她的感受，她認為現今世代時代一直進步，並不存在「文科畢業生謀生困難」，只要是自己擅長的科目，就是最適合自己的發展方向。陳興昌則期望培聖能繼續扎根社區，秉承一直以來培聖老師擅於發掘學生優點的精神，找到自己的辦學特色。

負責老師：杜展周老師 撰稿：杜展周老師
採訪學生：4A袁樂琳 5B許靖晞
拍攝：校友余芷榕

短片 QR Code





少一分抱怨 多一分感恩

—專訪杜昀祐神父

杜昀祐神父自幼在家庭和學校內深受信仰薰陶。在天主教培聖中學度過了六年的求學生涯中，他憶述特別是因為在升中五的暑假，參加在西班牙舉行的普世青年節，在旅程中他感受到天主的召叫，開始思考自己能否成為一位神父。其後杜神父積極參與堂區活動、加入修院，終於於2022年7月2日在元朗聖伯多祿聖保祿堂領受司鐸聖秩，並到意大利繼續修讀哲學碩士。

杜神父這次透過網絡，跟培聖人分享昔日的學習生活，他笑言對在學時的很多事情仍記憶猶新，而最為難忘的是培聖十分注重學生的多元發展，給予學生很多機會去展現自己的才能，例如上台分享、演講，也有機會協助學校不同組織籌辦活動等等，讓他不單學習到書本上的知識，亦可融入團體生活，同時能夠讓他回應天主的號召，成為一位對社會作出貢獻的人。

杜神父最想感謝的是一眾培聖老師和同學。杜神父認為老師除了教導知識之外，他們的言行舉止都是青少年值得學習仿效的。他認為培聖的老師像大哥哥、大姐姐，和學生之間的關係如朋友般融洽。此外，杜神父很感激六年中學生涯中，有同一班同學一起努力，一起分享喜怒哀樂，一起去面對各種挑戰，甚至他們

到現在仍會交流生活狀況，這種陪伴與共同成長讓他十分感恩。

杜神父回憶起當時剛升上高中，課程不再像初中那樣輕鬆，要應付各種測驗、補課，面對即將到來的公開試，有種「打大佬」的壓迫感。然而身邊的老師、同學均十分認真看待這事，覺悟到自己需要更加努力來追趕進度，勤能補拙。杜神父坦言培聖學生或許在學術上並不是最好的，但培養勤奮的品質，不僅在學習上有所提升，更能提升個人修養，成為有德行的人，為身邊的人帶來良好的影響，因此他強調「勤奮」是培聖人最值得傳承下去的一項品質。

最後，杜神父提及：「機會是留給有準備的人」，他勉勵學弟學妹除了努力學習，成為一個更全面的人之外，更要珍惜老師的教導和學校給予的各種體驗、活動機會，凡事少一分抱怨，多一分感恩。同時他亦希望同學好好享受美好的中學時光，在培聖這一個安穩的海港中，學習到各種知識與品行，就如指路明燈，未來可在社會上的風雨中勇敢航行。

短片 QR Code



負責老師：黃婉柔老師 撰稿：黃婉柔老師
採訪學生：4B蘇鳳雲

感恩回饋 薪火永傳

—專訪培聖校友會主席



大師兄梁嘉明先生擔任培聖校友會前主席已歷四十載，近年火棒交予黃增基先生，兩位師兄對校友會的貢獻良多，同時也代表不同屆別的培聖畢業生對母校的支持，適逢六十周年校慶的到來，我們有幸代表新一代培聖人訪問兩位大師兄。

校友會交接 薪火相傳

不少校友都尊稱梁嘉明先生為「嘉明哥」，許多學校的典禮及活動，都能看見他的身影。在充滿回憶的校史室中，我們談到嘉明哥多年來擔任校友會主席的原因，他說：「我於1972年畢業那年，由伍育光老師推薦為校友會創會幹事。」他指出校友會不單是聯絡校友間友誼，更是校友與母校之間的橋樑，他本著服務校友的精神，加上工作是自僱人士，工餘有餘力兼顧校友會的職務，不經不覺做了約四十年主席。

2013年畢業的增基師兄憶起當初接棒成為校友會主席的情景：「有一年的校友日，我得到羅浩倫老師和何玉娟老師推薦擔任校友會主席。經過前主席和師兄師姐投票支持便當選校友會主席。」

優美的腳蹤 感恩與回饋

即使培聖人畢業後各散東西，也能透過校友會得知學校的近況，談及校友會對凝聚培聖人的作用，嘉明哥深有體會。他認為校友間聯繫友誼外，也可互訴工作心得，而且校友當中不少是傑出人士，能給予培聖人作為榜樣，增強培聖人對母校之向心及歸屬感。

增基師兄非常同意嘉明哥的意見，他說：「像梁嘉明先生一樣，雖然已經榮休，我還是把他當作我的主席。因為畢業後仍在校友會的圈子裡，大家感覺上好像還沒離開學校。」增基師兄補充道：「在我加入校友會之後認識了很多師兄，他們在工作崗位上很有成就，他們的經驗對師弟師妹有很大的幫助。」除此之

外，增基師兄還分享了他對校友會凝聚力的領悟：「有很多的師兄姐非常慷慨，只是一通電話，就會捐款給學校，體現六十周年校慶的主題——「感恩與傳承」，我透過校友會也學習到回饋的精神。」師兄近年在饒宗頤文化館開設了一間咖啡店，當中正是聘用培聖的同學在店裡工作，身體力行體現傳承精神，跟隨師兄師姐回饋學校的腳步，相信他日新生代的培聖校友也會跟隨黃先生的足印，這，就是校友會的凝聚力！

校園經歷學會永不言敗

人生路上面對不同的挑戰，兩位師兄分享在培聖的學習經歷。嘉明哥說：「人生路上當然有不同挑戰，在母校期間，我學會凡事不怕困難、富耐心及具道德操守。」他分享自己要花七年才完成五年中學課程一事。原來師兄自幼患上嚴重哮喘病，愈是努力，精神愈緊張，導致氣管收縮而病發，即使勉強死記硬背，到考試時腦裡卻一片空白，在這期間他只能用不怕艱苦和堅忍的精神來對待考試。期間，他體會老師具愛心、耐心的教導，並授以做人道理，學會凡事要敬業，也成為師兄工作五十年來的宗旨。

增基師兄的在校經歷中，最深刻是擔任舍長，他說：「做舍長那一年我參與了很多活動，包括舍劇比賽和歌唱比賽。」他認為一間學校可以為學生租用劇院舉辦活動是很厲害的。

恩師的教導 人生的明燈

嘉明哥回顧在培聖中最想感謝的老師，他說：「李培均老師是我中四、五的班主任及數學老師，他的親和力、感染力和教學方法，使我們一眾學生『聽教聽話』，令我的數學由差變好，也

教導我做事要盡力而為。」嘉明哥跟我們分享當年男生的趣事，他憶述中五時一眾男同學想開派對，由於當年培聖隔壁是一所女校，於是他們想向學校借用班房，晚上邀請女校同學參加派對，這事訓導主任和校長都不知情，只有李老師知道。派對結束後事情被人發現，校長請李老師去問話，據說校長好像想處分一眾男生，最後李老師不知道用了甚麼方法，竟讓這件事不了了之，讓他非常感謝李老師。增基師兄則表示要感謝的老師有很多，其中一位是潘永強副校長（現為聖若瑟英文中學校長）。他笑言跟潘副校有一個『秘密』，事緣他考完文憑試後成績未如理想，但他回想自己曾擔任舍長，籌辦過不少活動，所以他想去做婚禮統籌，不過這種私人學院舉辦的自資課程學費很昂貴，而他家境困難，於是他大膽地向潘副校求助，而他二話不說答應了，此事讓師兄印象深刻！

鼓勵與寄語

嘉明哥鼓勵中六同學努力溫習之餘，也要適量休息，否則考試時思路塞車便得不償失！至於在校師弟妹，他寄語他們珍惜學校生活，最後，嘉明哥不忘提醒即將畢業的同學：「畢業後請盡快加入校友會大家庭！」至於經歷過文憑試的增基師兄提醒同學在考完文憑試以後不要氣餒，他說：「不少畢業生的工作和他們所讀的課程未必有直接的關係，文憑試完結才是你們真正的開始。至於仍在培聖的師弟妹，你們要好好享受在培聖的生活，發掘自己的興趣和才能。」如增基師兄所言，我們做的事可能沒法立刻享受成果，但不要隨便放棄。任何一份工作，如果用心、投入去做，最終會享受到成果的！

短片 QR Code



負責老師：麥菊韵老師 撰稿：5C黃卓炯
採訪學生：5A凌嘉儀 5C黃卓炯
拍攝：3B黃楚穎 3B黃景鶴

家校合作「培」伴成長 —專訪家長教師會主席及副主席



侯家宇先生二零二一年被推選為本校家教會主席，而副主席吳歐淑敏女士過往已任家教會家委多年，現為副主席，兩位家長對家教會可謂盡心盡力，身體力行成為家長與學校的溝通橋樑。

從另一個角度 站在另一個位置陪伴子女成長

擔任家教會主席的侯生表示想從另一個角度、站在另一個位置陪伴自己的子女成長。侯生認為中學階段其實是邁進人生另一階段最重要的部分，很多時候同學完成中學就要出社會工作，或者入讀大學繼續學業，那麼，成為家長教師會主席就可以在這個重要的人生經歷裡面起作用，帶領家長給予學校意見，盡量令學校有更好的環境、更完善的設施來幫

助子女學習及成長，子女日後繼續學業也好、踏出社會也好，都能有家長的同行。成為家教會主席，能更貼近子女的中學階段，陪伴子女成長的最重要時刻。副主席吳太認同學校的家長教師會作用很大，是在學校、家長和社會之間的一道橋樑，能使家長有不同的渠道發表意見。家教會不定期舉辦一些活動及講座，能促進子女和家長的親子關係。吳太說：「我們希望能夠做到家校合作，讓學生在學校裡有歸屬感和投入感，能夠促進子女在學業以及身心方面都有健康的成長。」

家長眼中的承傳與創新

培聖踏入六十周年，無論校政、課程上都有不少承傳與創新，站在家長的角度，他們又有何意見

及看法呢？侯生分享意見：「在創新方面學校做了很多，尤其學校加設了很多不同的資源，過去三年遇上疫情，在運用資訊科技上，學校投放了很多不同的資源讓學生持續學習。圖書館也趁這個機會進行裝修，讓同學有更好的環境閱讀圖書或者自修。另外，禮堂也新增一些相應的設備，讓學生能夠接觸影像處理、攝錄器材，以及如何去做一些大型活動的技巧，給予學生更多實踐的機會，讓他們能夠好好地學習，踏出社會的時候也不會很生疏，反而更很貼近潮流。」

吳太認為學校在硬件的設施不斷的優化，例如課室的學生椅更換成更符合人體工學的椅子、課室的互動屏幕、圖書館重新裝修後開放自修室予學生，令校園的環境及設置更臻完善。

承先啟後 繼往開來 秉承天主教學校精神

六十年為一甲子，培聖以穩定的步伐邁步向前，家教會主席及副主席對培聖的未來有何期望呢？首先，侯生以八個字「承先啟後，繼往開來」祝福培聖六十週年，他說：「希望培聖在接下來的六十年繼續有更多創新的東西，可以讓學生接觸、學習，令他們成為另一個六十年裡面的良材。」

吳太則認為學校踏入六十週年要秉承天主教學校的宗旨去教導學生，她分享說：「因為我們是一所天主教學校，學校一直以天主教的道理去教導學生，學生都一直感受到老師是如何愛他們、用心教他們；而老師方面，我希望他們繼續愛護學生，在培聖健康成長。」



負責老師：麥菊韵老師 撰稿：5A黃敏莉
採訪學生：5A黃敏莉 5A黃凱文

短片 QR Code



愛與感恩的教化 ——專訪洗萬勝副校長

潮起潮落，春去冬來，一轉眼，洗萬勝副校長（下稱洗副校）在培聖大家庭中與學生渡過了四十餘年的光陰。

偶然的入行機會

踏入社會之初，洗副校並沒有考慮與教育相關的工作，而是從事商業工作，後因一次「加薪不成」毅然辭職。面試之際，他重遇大學的師兄，巧合下成為教育界的一份子，在位於九龍塘牛津道的培聖舊校任職生物科教師。

角色的轉變

洗副校坦言，在入行初期他並沒有感到太大的壓力，因當時他與學生的年齡相若，如同兄長及朋友般；到了後期，他擔起爸爸的角色，全心全意照顧著學生的各種需要，心境上稍有轉變——期望學生能夠在引導下獨立自主、有個人想法，並希望學生得到足夠的呵護與關愛。

至於工作上，自他當上學校的管理層後，他注重培養新生代，樂於與他們分享不同的教學方法及教育心得，期望年青教師有所裨益，薪火相傳。

愛與感恩的傳承

回顧過往的工作，洗副校一方面秉承「明德至善」的優良傳統，鼓勵學生在品德及學業上追求卓越，另一方面他亦積極實踐自己所珍視的「愛與感恩」。



洗副校分享了一件關於感恩的事：一名年少氣盛的學生與家人的關係破裂，亦不願上學，最終犯下了錯誤，但感恩的是社會沒有放棄他，給他改過自新的機會，亦幸好他亦沒有放棄自己，以誠意換取重新上學的機會，到後來更改善與家人的關係，對父親有感恩之心。「所以說，教育就是不能過早判斷一個小朋友……」洗副校說道。

十年樹木 百年樹人

除了感恩的事之外，多年的教育生涯中，當然也少不了會讓他動怒的事，特別是面對心高氣傲的年輕人。洗副校坦言，教育的回報可不是今天下單，明天就能送到的商業交易。對待學生時，他認為互相關愛是必不可少的，與學生建立到一定的關係，他相信在未來的日子，學生始終會明白你的苦心。

未來的展望

在目睹每位學生從少不更事到成熟穩重的過程中，洗副校收穫到不少的回報與鼓勵，而在未來退休後的日子，他計劃到不同的國家進行深度旅遊，體會不同地方的人文風景，亦希望能夠擔任義工以回饋社會。

採訪：黃婉柔老師 游嘉欣老師 撰稿：游嘉欣老師

教育的本質是有溫度的 ——專訪黃振邦老師

溝通的橋樑

在培聖的這些年，黃振邦老師既擔任學校中層的領導，當統籌帶領同事推動校政，如：學生事務、升學及就業或學校典禮事務的統籌；另外他也致力培訓及協助學校組織優質的教師團隊，推動學校的發展。

感恩遇上有心有力的好同事

黃老師與培聖一同成長，最為感恩的事莫過於每天都能夠回到這個家庭當中，與大家共同奮鬥。其中記憶猶新的是新學制展開之時，他擔任通識教育及旅遊與款待科的統籌，需要從零開始制定所有教學套件及課程內容，他表示責任重大，也有一定憂慮。幸得一群有心有力的好同事伸出援手，組建新的團隊以支持新學制、新課程的開展。在組員的互相支援下，達成了一個「小成就」，這成為了黃老師心目中具有滿足感且難以忘懷的事，而他希望這種無私奉獻的關愛精神能夠在培聖傳承。



給年輕一代的寄語

何謂老師的職責？「傳道、授業、解惑也」（出自韓愈《師說》）在數據化的時代中，不少行業以數字作為其中一項考量的指標，教育行業也不免以數據作為對比。雖然這是無可厚非，也是看出學生進步的一個客觀指標，但他希望新生代的教師能夠謹記「教育的本質是一種人性化的工作，我們更需要注重的是有溫度的關懷，注重與學生一同成長的過程。」他認為在扮演帶路人這個角色的路途上，我們不但要提升學生的學業成績，更需要關注育人，以一言一行帶領學生在人生的道路中走正道。

展望

在教育界默默耕耘數十年，黃老師希望退休後有機會到世界不同角落居住數個月，深入體驗當地的生活、文化，滿足自己喜歡發掘新事物的個性。其次他希望能夠成為義工，回饋社會的栽培。



採訪：黃婉柔老師 游嘉欣老師 撰稿：游嘉欣老師

亮點課程及學生成就

宗教及倫理科



本科目標

- 啟導學生認識福音精神和基督徒的價值觀，使他們在作種種抉擇時，能具備多一個角度作考慮和取捨
- 使學生體驗和了解天主教信仰生活及祈禱精神，並願意藉著祈禱轉化自己，過充滿活力和愛心的生活
- 引導學生反省生命中的經歷及成敗，培養積極進取的生活態度

本校宗教及倫理科對學生的社交、道德和靈性發展有重要的貢獻。為了讓培聖人在六年中學生活中有系統地認識天主教的知識和價值觀，我校宗教及倫理科的使命是配合天主教的辦學宗旨，以六年一貫教學理念，採用「厄瑪烏教學法」引導學生結合信仰、文化及生活經驗，認識聖經的教導、教會的文獻和社會訓導，闡釋教會對不同議題的立場和見解，讓學生能以天主教的價值觀面對人生各階段遇到宗教和道德問題的挑戰：包括生命起源和生存目的、身份認同、性與婚姻、受苦、死後的生命等，預備學生將來踏足社會能以天主教價值、社會訓導面對各種挑戰。

為了更全面讓同學認識天主教教育五大核心價值，從2019–20年度開始學校特別成立「天主教核心教育組」，檢視每一學科也要選取其中一個課題融入其中一項天主教五大核心價值當中。



宗教活動

宗教及倫理科推展不同的宗教活動讓同學多作體驗。例如教授同學善用詠讚祈禱與天主溝通、透過宗教週向同學介紹天主教教育五大核心價值及基督宗教的知識、校監李志源神父到校為每班同學解答和分享信仰等。

本科策劃不同的宗教、德育及心靈活動及體驗，以培養同學正確的價值觀，以期望他們養成愛主愛人的精神，除了鞏固他們在宗教的知識外，也能在將來的生活中成為自己及別人的福源。



心靈教育

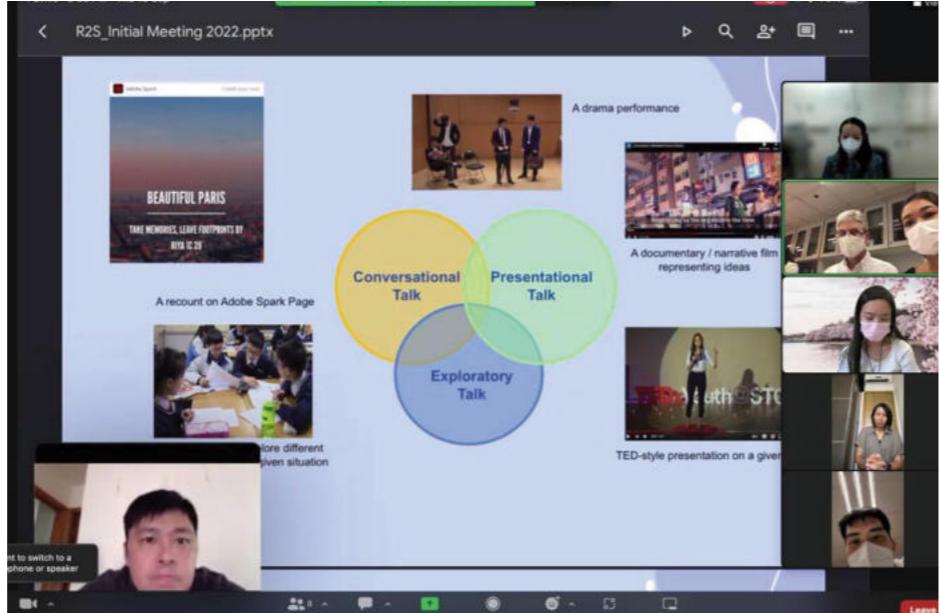
心靈教育能讓學生明白每個人都是獨特、是根據天主的肖像而造，從而促進學生對生命的肯定、珍惜身、心、靈全面發展。透過靈修方法加強對自己的認識，滋養心靈，發揚愛的精神，學習聆聽、感恩，面對生活種種挑戰，從而勇於承擔，懂得作出負責任的抉擇，成為重視生命及具有健康身、心、靈及正能量的培聖人。

級別	靈修方法	作用
中二及中三級	自處教育	<ul style="list-style-type: none"> 明白安靜的需要 初步體驗定靜的自己、淺嚐安靜的方法
中四及中五級	大愛教育： 服務學習課	<ul style="list-style-type: none"> 理論學習（自處、大愛教育）至生活體驗 發揮「手足情」、「微末心」 看到社會上有需要的人，令自己心靈上有所轉化
中六	人生教育： 生死教育工作坊	<ul style="list-style-type: none"> 認識和學習死亡的意義，作自我反思，重新覺察和認識自己所得的恩典 認清路向，計劃人生

主保聖人 玫瑰聖母

為了迎接天主教培聖中學六十周年校慶，我們選立了一位主保聖人繼續保守培聖為社會培養出更多擁有天主教價值觀的年青人，經本校17位公教老師選出五位聖人，供全校同學投票，最後同學於2022年2月份選出「玫瑰聖母」為天主教培聖中學的主保聖人，並於2023年3月獲得法團校董會通過。

Highlights of the English Department



Seed Project

The English Department was chosen to participate in the Seed Project organized by the EDB NET section. We met regularly with members of the NET section who are both highly trained and qualified in order to tap into their vast experience and expertise to help us design tailor-made lessons to enhance our curriculum. We explored multi-modal texts and organized structured interaction to promote communication and collaboration so as to develop students' oracy skills.

Musical

We created our school musical-team 2 years ago, which provided expert guidance for our members to develop a deep love for, and value, of musicals regardless of their existing skill level. We engage their imagination and foster their creativity through tangible experiential learning opportunities. We firmly believe that being a part of something great promotes self-confidence in students.

Global Perspective Dialogue

Some of our students took part in the "Global Perspective Dialogue" organized by Intercultural Education. Students were divided into small groups and conducted cultural discussions with the overseas trainers, who were from Singapore, Indonesia and Korea. On top of the global dialogue, students also experienced a live virtual tour of South Korea. This was an eye-opening experience and the students who participated found this activity fruitful and memorable.

Language Support Section

Great teachers never stop learning. Thus, we were committed to the programme organized by the Standing Committee on Language Education and Research (SCOLAR). Our objectives were to enhance students' writing competence through self-regulated writing strategies and e-learning tools. Teachers attended the professional development workshops and then implemented the school-based programme in the second term. Both students and teachers benefited greatly from participating in this programme.

Curriculum Plus Prequel

It was our great honour to be selected as one of the partner schools for the "Curriculum Plus Prequel" programme. After a thorough assessment, fourteen of our S4 students were enrolled in the programme which is funded by The D. H. Chen Foundation and coordinated by the Hong Kong Policy Research Institute. More than \$10,000,000 was budgeted for the programme. Exposing our students to various high-quality teaching strategies and materials means they are now better equipped for the HKDSE.



其他語言課程

多元語言學習拓展學生全球視野

本校於2012年起開辦「其他語言課程」，以配合新高中多元化課程及照顧學生多樣性。本校已與日本京都女子大學結盟，未來將提供更多元化活動，增加學生學習體驗。期望透過在校內校外營造多元文化學習氛圍，讓學生能多說、多學、多體會不同國家的語言和文化。

外語興趣班

- 日語 · 法語
- 韓語 · 西班牙語

新高中日語課程 (中四至中六級)

目標：讓學生從小培養學習外語的興趣及基礎外語知識，銜接新高中其他語言課程。

多元化學習經歷

- 每年一度日本高校學術文化交流日
- 實地日本遊學團（大阪、長崎、橫濱及東京）
- 線上交流團（宮崎縣、沖繩縣）
- 日本文化體驗日（茶道、劍道、接待參訪團體）

人文學科 優質課室無疆界 培養21世紀人文素養



學生在戶外拍攝多媒體教材

學校自2019學年起獲優質教育基金計劃撥款設立「21世紀人文學科教室」（下稱：人文室），專為中國歷史、歷史、地理和經濟四個學科學生提供優質學習空間。

人文室硬件設備豐富，包括多元電子學習影音製作室、多影像融合投影屏幕、小型戲劇表演舞台、AR智能沙箱與VR虛擬實境等多媒體感官教具，學

生可在此創作多媒體影片，親身體驗多元化的學習經歷。

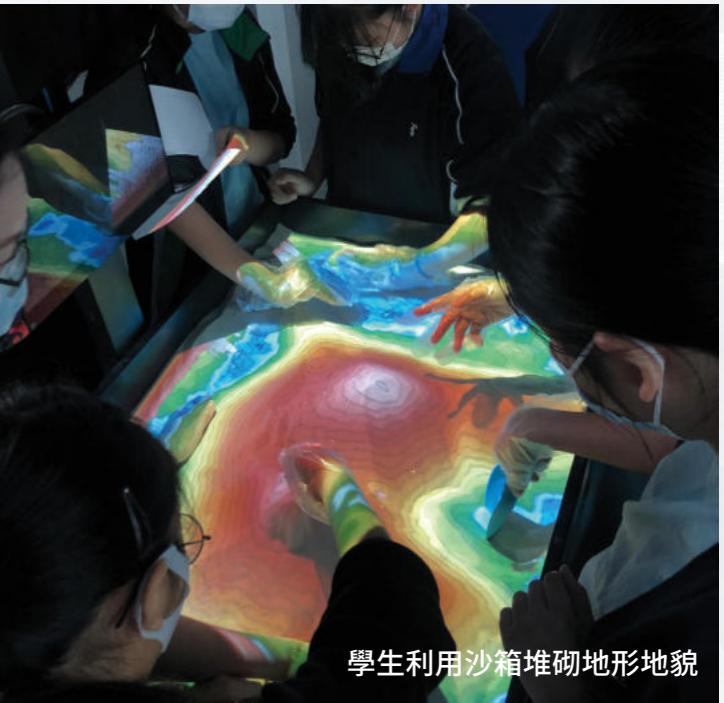
人文室讓不同學科可協作交流，革新師生之間學與教的模式，利用教室及表演舞台的互動，滲入戲劇及互動元素，以發揮學與教的多樣性，提升學習效能，讓學生從書本走到21世紀人文科技，深化學科知識和概念。



學生體驗水耕種植



利用VR可安坐人文室走進世界名勝古蹟



學生利用沙箱堆砌地形地貌

創科及資優教育

校本常規 STEM 課程為期2年，分4個學期修讀7個跨學科課程，包括：

- 電動模型船製作 •立體繪圖設計及列印
- 再生能源電路裝置創作 •無人機編程
- 保護瀕危物種 •Arduino 編程
- 專題習作：學生運用創意利用 Arduino 設計及製作智能化的科創產品。

第一層

全班式校本常規課程

於2022–2023年度，中一級模型船及中二級專題習作以「培聖這一家・齊賀六十周年」為主題，讓學生發揮創意，進行創作。

透過中一級班際模型船大賽及中二級科創作品發佈會作為平台，甄選 STEAM 範疇能力高的學生加入創科先鋒，安排專門培訓課程，包括科創藝術班、鐳射切割雕刻設計培訓課程、無人機多機編舞課程及無人機比賽培訓課程等。

創科先鋒曾於第57屆畢業禮暨60周年校慶啟動禮進行無人機多機編舞匯演及參與第58屆畢業生及校慶60周年紀念品鐳射切割雕刻設計製作，讓學生發揮所長。

第二層

校本抽離式培訓

本校學生研發多款科創作品，包括「免提追蹤買餸車」、「輔助上落購物車」、「升降機自動消毒神器Xonox」、「自動回收裝置—鐵甲小寶」、「向日葵涼亭Helios」及「長者健身換Fun站」等，分別在香港校際及全國性創科比賽贏得多個獎項，不同STEAM展覽中亦得到社會人士認同。參與研發學生應邀出席香港電台、公教報專訪。

本校與「LEI嶺南大學創業行動」合作提供資助及培訓，協助本校學生研發得獎作品「免提追蹤買餸車」及為作品申請專利。

第三層

校外支援活動或代表學校參加比賽

本校於第24屆香港青少年科技創新大賽榮獲「STEM學校」優異獎，在推行校本STEM教育方面獲得認同及嘉許。在「學與教博覽2022」，郭富華校長帶領STEAM教學團隊及創科先鋒學生代表，應邀出席InnoSTEMer分享會作為「資優教育三層架構概念推行STEM教育」專題演講講者嘉賓，向教育界同工分享及交流教學成果。

學生作品



獲獎受訪



綜合藝術科

因應學生需要及社會環境
發展創新科目



藝術領袖專才計劃 – 校友與一眾師弟妹合照



合唱團表演

學校巡回演出讓學生明白甚麼是沉浸性劇場

發展校本科目 廣受校內學生歡迎 結合創意思維工作坊 聯結社區

除了學生作品的質素作為本科的評估準則外，本科亦以量性的問卷調查作評量。不論在課程內容及檢示和探索課程對個人及團體的學習感受方面，持正面意見的受訪學生佔整體不少於九成。大部份受訪學生滿意學習內容與主題及覺得課程很有意義，並大都同意就讀此課程能夠提升不同的技能及態度，如同學尊重、溝通能力及問題解決能力等。

邀請明愛天悅長者中心第三齡長者學院作服務學習的對象，互相學習及交流影片製作和共同合製真人圖書館；部份長者在視藝堂前來本校接受同學訪問，讓學習製衣的同學親身設計相關的服飾。並於「學校藝術作品展Showcase@PuiShing」活動中展示學生作品。

發展高中「藝術科技」課程 成就環球藝術專才

由2023–2024年度，因應核心科目優化課時課程規劃，綜合藝術課程將會開辦高中課程，作為其中一個新的校本選修科，以便學生能延續初中音樂、視覺藝術和資訊及通訊科技的學習元素，進一步提升藝術技能的訓練，配合「藝術升學及就業專線計劃」，幫助學生發展藝術專業。新課程重點教授「藝術科技」(Art Tech)的技巧，認識人工智能的生成科技，了解虛擬實境VR、混合實境MR、擴增實境AR的應用等，並以沉浸性藝術作品作學期功課。



培聖學生
藝術作品展
(網上展覽)

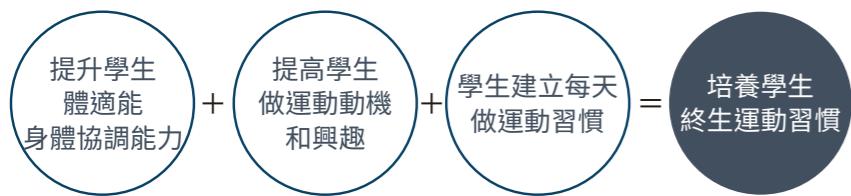


體育科

興建體適能訓練中心 培養學生終生運動習慣

體育科透過學習多元化的體育技能，在不同年級引入各類型體育活動，藉以令學生建立積極、活躍及健康的生活方式。學校隨與時並進，在體育課進行HIIT高強度間隔訓練。近年我校積極發展校本「全校體適能計劃」。

校本「全校體適能計劃」



此外，為了讓學生有更完善訓練，學校在2020年開始籌劃興建體適能訓練中心，並在2021年9月正式投入服務，為學校校隊和修讀體育科同學提供多一個訓練場地，也可供其他同學體驗運動樂趣。



體適能訓練中心

學校購置了約10部訓練全身不同位置肌肉力量的機器及一系列配合的輔助工具，提昇同學的肌肉力量，鍛鍊體魄。

隨著體適能訓練中心的興建，期望提升學生的體適能水平，並為日後的培聖體育發展開拓新一頁，延續「人人運動」的培聖精神！

心肺耐力訓練專區

學校採購了8部Wattbike供同學使用。透過單車機訓練，並注入各種電子科技元素，如心跳錶、各種手機訓練程式等，以科學化的方法提升訓練效果。

Wattbike為同學提供「真實騎行感覺」外，更可讓同學與其他運動員在線上作競賽訓練或比賽，如置身實境中。



體適能訓練中心 使用情況



跨課程閱讀推廣組 讓閱讀融入生活 使閱讀成為習慣

「世界上沒有任何技能比閱讀更重要，因為所有必備的技能，都是根據書寫的知識去培養。一個人如果不會閱讀，那他很難於社會立足，現代所有複雜的工作都由不同領域的專業結合起來，這些技能也是奠基于知識。」

——聯合國教科文組織全球讀寫計劃2019–2023年度主席
赫伊奇•呂蒂寧



推動閱讀

閱讀對學習的重要可說是人所共知，本校設立跨課程閱讀推廣組，利用閱讀作為支柱，促進跨學習領域的連繫。「讓閱讀融入生活，使閱讀成為習慣」，在日常本校推動閱讀不遺餘力。除了中四至中六級設有閱讀課外，早會各級亦設有晨讀課，鼓勵學生培養良好的定時閱讀習慣。我們鼓勵學生參與廣泛閱讀獎勵計劃，給予學生機會於

早會及讀書分享小組交流及匯報閱讀心得，使能培養同學閱讀興趣之餘，更提升他們的語文表達技巧。跨課程閱讀推廣組積極舉辦不同的閱讀活動，盡量以富趣味性的活動提高閱讀和思考的興趣，例如：作家講座、專題書展、大型書展、午間師生共讀、新書推介、漂書活動等等，營造了校園濃厚的閱讀氣氛。



跨課程閱讀規劃

除了透過全校參與的廣泛閱讀計劃和閱讀活動，在培養閱讀興趣的同時，本組更著力推動有系統的跨課程閱讀規劃，拓寬學生的知識基礎。透過有目的、有意義的閱讀，引導學生將文本與各學習領域連結，以增進新知和建構知識，拓闊視野幫助學生發展獨立的學習能力，對閱讀材料作進一步思考，在不同知識領域中延展語文的學習，提升閱讀能力和個人素質，發展多方面的興趣和能力，以達到終身學習、全人發展的目標。

本年度我們將計劃和十四個科組協作，進行一系列跨課程閱讀推廣活動，把閱讀材料、技巧和策略等進行整全的課程規劃。學生的閱讀量和閱讀面大幅增加，培養學生廣泛閱讀，增強識見，更透過不同主題的學習，豐富了學生語文及其他學科的知識。我們採用循序漸進的做法，以較小規模的嘗試，用某些特定的課題，例如「認識恐龍」，提供相關閱讀材料、設計學習任務和活動，鼓勵學生進行饒具意義的創新設計，然後逐步拓展合作範圍，聯繫更多的學習領域、科目、課題和級別，以上嘗試對學生的學習過程和成果起了正面的作用。



推廣網上閱讀資源

因應新媒介、新溝通方式的出現，新時代也需要「新讀寫素養」。本校積極推廣網上閱讀計劃，本年度參加了「賽馬會數碼『悅』讀計劃」，豐富網上閱讀資源，培養學生自主學習能力：

- 智愛中文網上閱讀平台iLearner
- e-Read閱讀網 (教育城E閱讀學校計劃)
- HyRead電子圖書館

近五年學生傑出成就

中文科

年度	學生	項目內容	成就 / 奬項
2019 2020	5B 王若瑄 5B 梁詠琳 5B 潘慶南	生命勵進基金會主辦「萌動短篇故事創作比賽」作品結集成《怪獸家長學生小說集》並於2019年書展發佈	獲獎
	6B 鄧凱莉 3B 黃思穎 6B 張裕婷	第71屆香港學校朗誦節 新市鎮文化教育協會主辦「第二十二屆全港中小學普通話演講比賽2020」元朗區公民教育徵文比賽	女子散文獨誦季軍 初中組新界區亞軍 高中組冠軍
2021 2022	2B 鄧韻姿 3B 袁樂琳 5B 何俊傑	童言無忌——全港中小學兒童權利演講比賽決賽	初中組冠軍 初中組季軍 高中組季軍
	5C 鄧樂煊 5B 何俊傑	第十四屆鳴辯盃全港中學生辯論賽初賽 中學生「青年心城」房屋政策辯論比賽	最佳辯論員 最佳辯論員
2022 2023	4B 袁樂琳 5B 許靖晞	星島第三十八屆全港校際辯論比賽初賽	最佳辯論員 最佳交換答問辯論員 最佳辯論員

地理科

年度	學生	項目內容	成就 / 奬項
2020 2021	1A 劉思恩 1A 劉子晴 1A 黃楚穎	WWF 「海豚知音」短片創作比賽	中學組亞軍
	4B 徐式渝 4B 許靖晞 4A 何浩文 4A 甄婷 4B 黃凱潼	WWF Flow with Nature: 青年行動計劃 創作桌上卡牌遊戲——《香港動物探索隊》	青年主導項目 優勝學校
2021 2022	5B 李錦熙 5B 洪嘉榮	Secondary School Mathematics & Science Competition 2019	Distinction in Physics
	3B 張樂兒 3B 江俊杰 3C 李俊傑 3C 曾詠豪	香港工程師學會電機分部主辦 工程與初中生—2021太陽能充電車模型設計比賽	最佳微電影獎 優異獎

物理科

年度	學生	項目內容	成就 / 奬項
2018 2019	4B 張芸嘉 4B 張詠傑 4B 洪智健 4B 周俊芊	第十六屆中學基建模型創作比賽	最佳外觀獎： 亞軍
	5B 施棉西 4A 鄭淳禧 4A 周志聰 4B 葉煜烽	THEi 建築科技與工程生涯規劃體驗 「手工模型飛機飛行」比賽	著陸準度比賽：亞軍 創意比賽：亞軍
2020 2021	5B 李錦熙 5B 洪嘉榮	Secondary School Mathematics & Science Competition 2019	Distinction in Physics
	3B 張樂兒 3B 江俊杰 3C 李俊傑 3C 曾詠豪	香港工程師學會電機分部主辦 工程與初中生—2021太陽能充電車模型設計比賽	最佳微電影獎 優異獎

歷史科

年度	學生	項目內容	成就 / 奬項
2018 2019	5B 梁嘉浩 5B 鄧嘉升 5B 鄧浩賢 5B 林軾然 5B 胡樂瑤	第七屆校際香港歷史文化專題研習比賽	高級組 (多媒體製作) 冠軍
	5B 陳尚輿 5B 王若瑄 5B 黃盈盈 5E 陳梓俊 3B 李嘉怡 3B 伍仲恩 2B 許靖晞 2B 何卡琳	第八屆校際香港歷史文化專題研習比賽	高級組(多媒體製作) 亞軍 初級組(多媒體製作) 亞軍
2019 2020	5A 陳家慧 5A 黎承恩 5A 徐雅姿 5A 黃富盈 5B 黃思穎 2B 麥子鈴 2B 黃楚穎 3B 麥秀楓 3B 袁樂琳 2B 許靖晞	第十屆校際香港歷史文化專題研習比賽	高級組(多媒體製作) 亞軍
	5B 麥靜茹 5B 許靖晞 5B 徐式渝 5B 黃凱潼 3A 劉子晴 3B 鄧韻姿 4B 田籽妍 4A 張嘉軒 4A 袁樂琳 3A 呂晶晶 3A 張凱寧 3A 羅婉晴 3A 鄧嘉寶 5B 麥靜茹	第十一屆校際香港歷史文化專題研習比賽 世界文化遺產青年論壇 嶺南大學「少年史學家計劃」	初級組(多媒體製作) 亞軍 優秀模擬申報 世界文化遺產推薦書 表現優異證書

歷史科 (續上頁)

年度	學生	項目內容	成就 / 奬項
2021 2022	5A 陳家慧 5A 黎承恩 5A 徐雅姿 5A 黃富盈 5B 黃思穎 2B 麥子鈴 2B 黃楚穎 3B 麥秀楓 3B 袁樂琳 2B 許靖晞	第十屆校際香港歷史文化專題研習比賽	高級組(多媒體製作) 亞軍
	5B 麥靜茹 5B 許靖晞 5B 徐式渝 5B 黃凱潼 3A 劉子晴 3B 鄧韻姿 4B 田籽妍 4A 張嘉軒 4A 袁樂琳 3A 呂晶晶 3A 張凱寧 3A 羅婉晴 3A 鄧嘉寶 5B 麥靜茹	第十一屆校際香港歷史文化專題研習比賽 世界文化遺產青年論壇 嶺南大學「少年史學家計劃」	初級組(多媒體製作) 亞軍 優秀模擬申報 世界文化遺產推薦書 表現優異證書
2022 2023	保齡球隊 6E 黃溢羲	新界地域中學校際保齡球比賽 新界地域中學校際保齡球邀請賽	團體總成績第一名 男子個人賽第一名
	4A 張心騫	2018–2019 年度中學校際射箭比賽新界地域 香港中文大學射箭公開邀請賽 首爾國際青少年射箭體育節 香港青少年室內射箭淘汰賽 香港青少年室外射箭公開賽 世界青少年射箭錦標賽	男子乙組反曲弓(個人18米及團體18米) 第一名及第三名 青訓男子組(個人60米)第一名 男子反曲弓(團體18米)第一名 男子丙組反曲弓(個人18米)第一名 男子反曲弓青年組(個人60米)第一名 香港男子反曲弓少年組代表隊
2019 2020	4A 張心騫	香港青少年室內射箭淘汰賽 (18米)	男子反曲弓乙組第一名
	5D 鄧逸晞 5D 蔡焯嵐 6C 傅曉銘	卽盃保齡球聯賽	男子團體殿軍
2021 2022	4B 胡俊賢	2022年香港公路單車錦標賽個人公路賽 2021–22年度全港公路單車賽第二回合個人計時賽 運動博覽十週年Wattbike Challenge 2022 第63屆體育節射箭錦標賽 (60米)	少年組 亞軍 少年組 冠軍 隊制接力組 冠軍 男子反曲弓少年組 第一名
	3A 張嘉軒	香港青少年壁球排名賽2022 香港青少年壁球挑戰賽2022	男子15歲以下組別 第四名 男子15歲以下組別 第六名
2022 2023	4E 周菀怡 6C 勞蔚淇 2E 陳籽青 4E 周菀怡	2022–2023年度新界地域中學校際保齡球比賽 2022–2023年度新界地域中學校際保齡球比賽	女子組團體賽 季軍 女子組個人賽 亞軍

學生支援組

年度	學生	項目內容	成就 / 奬項
2018 2019	6E 鄒元港	第四屆全港學界咖啡拉花大賽	季軍
2021 2022	5A 羅慧霖	第五屆全港學界咖啡拉花大賽	「網上人氣拉花王」亞軍
2022 2023	4E 郭綺君 6A 吳詩晴	香港青年咖啡拉花大賽2022	初級組冠軍 高級組亞軍

公民及國民教育組

年度	學生	項目內容	成就 / 獎項
2018		第十七屆香港綠色學校獎	「零即棄」校園大獎中學組卓越獎
2019		第十八屆香港綠色學校獎	中學組金獎
2019		香港環境卓越大獎2021	中學組優異獎
2020		可持續發展學校獎勵計劃	2020–2022可持續發展學校參與獎
2020		平等機會委員會種族友善校園嘉許計劃	積極參與學校獎 全港首批支持種族友善校園
2021		「2023年國家安全齊參與」計劃	積極參與學校獎
2021	3A 呂晶晶 5A 羅章淦		最佳議案獎
2022	5A 譚永灝	「立法者們」青年議政培訓計劃	最佳議案獎、優秀立法者
2022	4A 袁樂琳		最佳發言獎
2023	3A 霍巧悅	知法·惜法創意比賽：《憲法》與《基本法》急口令創作比賽	少年組全港季軍

創科及資優教育組

年度	學生	項目內容	成就 / 獎項
2020	3A 鍾日軒 3B 洗 正 3B 莫晉滄 3B 朱兆邦	教育局舉辦 創新方案比賽 ·項目：免提追蹤買餸車	銅獎
2020	4A 黃卓謙 4B 李嘉怡 4B 伍仲恩 4B 施約瑟 4B 黃文晉	元朗區青年網絡計劃 – STEM工作坊暨比賽 ·項目：升降機自動消毒神器Xonox	冠軍
2021	3A 鍾日軒 3B 洗 正 3B 莫晉滄 3B 朱兆邦 4B 陳冠宇 4C 梁凱恒 4D 楊卓熙 4B 陳家豪	「賽馬會齡活城市計劃 鄉郊樂『屯』『元』2」STEM 設計比賽 ·項目：冠軍 – 免提追蹤買餸車 季軍 – 輔助上落購物車	冠軍 最受歡迎齡活大獎 季軍
2021	4E 羅澆霖 4E 李 琨 5A 林祖澤 5B 符廣榮 3B 洗 正 4B 莫晉滄 4B 朱兆邦	網絡安全博覽2022網絡安全創意提案競賽	Certificate of Gold Award (Preliminary)
2022	2A 錢卓林 2A 梁智森 2A 梁景淳 2A 岑朗禧 2A 葉善維	香港科技大學 – 青年創新創業大賽 ·項目：免提追蹤買餸車	GBA青年創新特等獎
2022	4B 洗 正 4B 莫晉滄 4B 朱兆邦	Ocean Hackathon 海洋創客大比拼 ·項目：處理海洋塑膠垃圾智能設施	冠軍
2022	2B 陳 烹 4B 朱兆邦 5B 陳永耀 5B 何俊傑 5B 施約瑟	第24屆香港青少年科技創新大賽 ·項目：免提追蹤買餸車	專項獎 (職業安全健康局) 二等獎
2022	2B 楊俊彬 2E 徐煒信	全港中小學機械人競技賽2022運「球」帷幄大激鬥	中學組 季軍
2023	5B 朱兆邦 5B 洗 正 5B 莫晉滄 5B 鍾日軒 5B 朱兆邦 5B 陳永耀 5B 何俊傑 5B 施約瑟	第四屆「新地齊讀好書」×「未來工程師大賽」 ·項目：向日葵涼亭 Helios	三等獎
2023	5B 朱兆邦 5B 洗 正 5B 莫晉滄 5B 鍾日軒 5B 朱兆邦 5B 陳永耀 5B 何俊傑 5B 施約瑟	全港中小學環保風力發電機 STEM 創作大賽 2022	中學組 (決賽) 最佳STEM元素改造大獎總季軍 最佳環保設計獎總季軍
2023	5B 洗 正 5B 朱兆邦	大灣區聯校創新發明大賽 ·項目：冠軍-免提追蹤買餸車 卓越獎-向日葵涼亭 Helios	冠軍 卓越獎
2023		第十七屆宋慶齡少年兒童發明獎全國賽 ·項目：免提追蹤買餸車	銅獎

藝術領域發展組

年度	學生	項目內容	成就 / 獎項
2018 2019	戲劇學會	賽馬會平等共融戲劇計劃 二零一七/一八校際戲劇比賽	最佳整體演出冠軍 優異舞台視覺效果獎 最勇往直前獎 優異演員獎
2020 2021	戲劇學會	學校戲劇節	最佳合作獎 最佳舞台效果獎最佳導演獎 最佳女演員獎
2020 2021	2B 陳燁欣 3B 張薰云 4B 鄧釗洋 4B 韓浚楷 5E 曾健成 6B 伍嘉敏 6C 楊家瑤	「屋宇署中學生廣播劇比賽2021」	季軍
2021 2022	4B 鄧釗洋	「屋宇署中學生廣播劇比賽2021」	季軍、最佳男播音員獎
2021 2022	戲劇學會	二零二一至二零二二年度 香港學校戲劇節全港校際戲劇比賽	最佳合作獎 最佳舞台效果獎 最佳演員獎
2022 2023	戲劇學會	線上健康學生戲劇大賽 2022	季軍
2022 2023	合唱團	聯校音樂大賽2023	「中學合唱團挑戰組」銀獎
2022 2023	4A 林采瑤	「創藝荃城」繪畫比賽	中學組優異獎



本校同學在不同學科、
領域獲獎眾多未能盡錄，
其餘獎項請參閱校訊《衛星》

天主教培聖中學
六十周年校慶主題曲
《「培」你飛翔》

曲：文浩然老師
詞：顏詩穎同學 文浩然老師
郭富華校長 周子嘉老師
KWLi

晴朗的天空發出光線照著我
天真的笑容 溫暖我心窩
遙遠的天空裡 星星牽引我手
星空中暢遊

年少赤子之心釋出我稚氣
張開的翅膀 飛遍百千里
尋知識找方向 敢於挑戰創新
隨同著歲月交響再奏起

追尋追光影照溫暖摯真
回望童真的腳步 得到鼓舞 燃亮我心
那年自愧無知感謝恩人
迷路裡 陪伴過渡又同行

培聖信守真理 品德與至善美
珍惜師友情 鋪滿了希冀
明道理懂思考 開闢天賦遠飛
無懼著變幻 終走到鑽禧

飛翔飛出邊際 眺望遠方
藏著旋律的宇宙 漆黑中會 燃亮發光
拍翼共唱歌 將生命開創
全力唱 成就會參天茁壯

天河星光璀璨終會變改
從未忘恩師教導 天主指引 尋覓創開
約定在那天 將信念相傳
全賴愛 來讓這歌曲記載

來用愛 憑著主福音灌溉

續下頁

培聖60年歷史印記

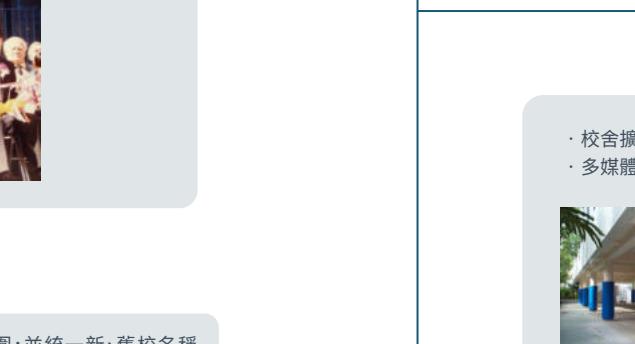
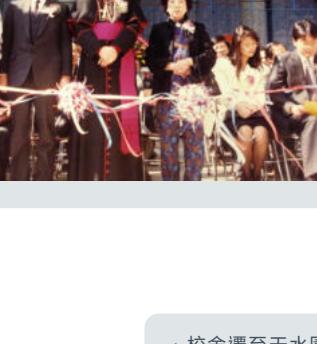
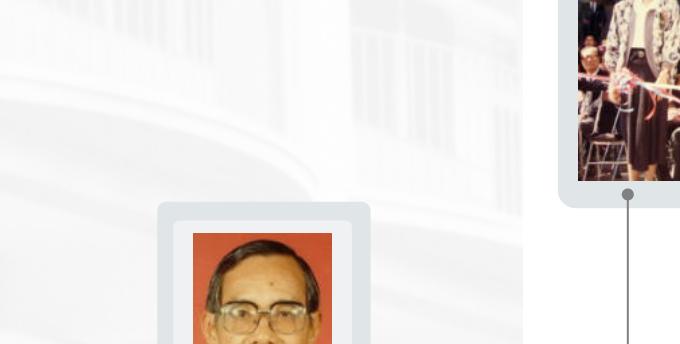
記印史歷60年聖培



· 九龍塘牛津道創校，為大主教教區第一所
政府津貼中文中學男校，名為「培聖中學」



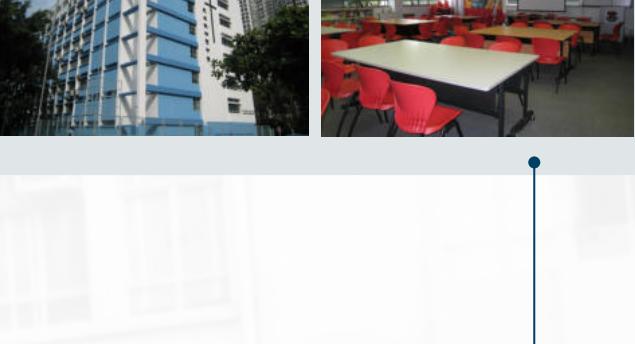
校長
李耀波校長



1



1



100



2022-2023年度 學校全體教職員合照



2022-2023年度 全體教師



第四排：文浩然老師 鍾志雄老師 盧鏡鴻老師 柯重廷老師 王浩倫老師 吳卓然老師 鍾文健老師 Mr. Martin Tse 林澤航老師
陳健邦老師 王康年老師 陳淦龍老師 趙堅恆老師 顏嘉銘老師 余維康老師 邵栢漢老師 李耀文老師

第三排：李國樺老師 游嘉欣老師 連慧晶老師 鍾佩詩老師 黃玉霞老師 梁可欣老師 陳婉婷老師 劉嘉怡老師 曹凱文老師 黃婉柔老師
麥以琳老師 李詠恩老師 黃雅媚老師 葉偉秀老師 黃嘉欣老師 梁利誠老師 周子嘉老師 胡念恩老師 陳嘉怡老師

第二排：黃慶璋老師 譚小淇老師 鄭惠雯老師 陳燕琼老師 林凱欣老師 黃凱欣老師 陳凱詩老師 袁施琪老師 吳家偉老師 伍億浩老師
杜展周老師 江煥芝老師 唐雅莊老師 黃惠貞老師 林靜雯老師 何玉娟老師 柯一利老師 黎兆衡老師 羅浩倫老師 尹志豪老師

第一排：麥德儀老師 黃振邦老師 黃偉君助理校長 梁淑雯副校長 郭富華校長 校監李志源神父 洗萬勝副校長 彭振輝副校長
周俊輝老師 文靖華助理校長

2022-2023年度支援人員

職工合照



第二排：李天慧小姐 黃燕妮小姐 張國樑先生 張文威先生 陳應財先生 黃婉恩小姐 林穎詩小姐
第一排：梁淑雯副校長 郭富華校長 校監李志源神父 冼萬勝副校長 彭振輝副校長

2022-2023年度全體職員



第二排：鄧巧嫻女士 劉文紅女士 賴秀珍女士 何彩娣女士 區秀蘭女士 施斌峰先生 羅美瓊小姐 蕭婉恩小姐
鍾穎晴小姐
第一排：黃偉楠先生 梁淑雯副校長 郭富華校長 校監李志源神父 冼萬勝副校長 彭振輝副校長 宋貴思小姐

2022-2023年度領袖團隊合照

領袖生



第三排：高級領袖生杜俊三 領袖生長莫晉滄 高級領袖生陳天祐 高級領袖生韓浚楷 高級領袖生王銘煒
高級領袖生鄭浚樂 高級領袖生李天睿

第二排：領袖生長黃凱潼 高級領袖生黃靖雯 高級領袖生袁樂琳 領袖生長麥靜茹 高級領袖生梁心兒
高級領袖生楊鈺瑩 高級領袖生張樂兒 高級領袖生呂煥然 高級領袖生田籽妍 高級領袖生何盈嫣
高級領袖生甄婷

第一排：王康年老師 游嘉欣老師 連彗晶老師 江煥芝老師 梁淑雯副校長 郭富華校長 校監李志源神父
冼萬勝副校長 彭振輝副校長 周俊輝老師 邵柏漢老師 鍾文健老師 葉偉秀老師

學生會



第三排：總務謝欣彤 設計張芷怡 主席李晉庭 康樂林家樂 副主席阮德成 宣傳霍巧悅 攝影劉思恩
第二排：文書劉蔓瀅 總務鄧樂煊 IT區栢迪 康樂成家樂 財政黃家強 副主席李進逸 財政羅御亨
設計陳玲嫻 幹事劉子晴

第一排：顏嘉銘老師 陳健邦老師 尹志豪老師 梁淑雯副校長 郭富華校長 校監李志源神父 冼萬勝副校長
彭振輝副校長 李詠恩老師 林凱欣老師

四舍 - 明舍



第三排:舍幹事梁智森 舍幹事何浩文 舍幹事鄧智健 舍幹事麥皓霖 舍幹事黃景鶴
 第二排:舍幹事譚永灝 舍幹事趙倚進 舍幹事陳漢悅 舍幹事區柏迪 舍幹事陶曉維 舍幹事何盈嫣 舍幹事呂晶晶
 舍幹事鍾卓穎
 第一排:舍長簡嘉朗 柯重廷老師 尹志豪老師 梁淑雯副校長 郭富華校長 校監李志源神父 冼萬勝副校長
 彭振輝副校長 黃雅媚老師 舍長李曉瑩

四舍 - 至舍



第三排:舍幹事梁心兒 舍幹事張勁帆 舍幹事梁進彥 舍幹事陳俊鴻 舍幹事周浩銘 舍幹事吳兆綸 舍幹事郭浚晞
 第二排:舍幹事曾曉琳 舍幹事麥子鈴 舍幹事蘇鳳雯 舍幹事劉思恩 舍幹事施心怡 舍幹事劉藝瑤 舍幹事楊卓霖
 舍幹事孫思嘉 舍幹事曾倩怡
 第一排:舍幹事覃家略 黃慶璋老師 尹志豪老師 梁淑雯副校長 郭富華校長 校監李志源神父 冼萬勝副校長
 彭振輝副校長 吳家偉老師 舍長岑宇晴

四舍 - 德舍



第三排:舍幹事張浩天 舍幹事葉善維 舍幹事林鎧希 舍幹事呂嘉傑 舍幹事利卓希 舍幹事莊明軒 舍幹事鄭皓文
 舍幹事呂煥然 舍幹事彭凱彤 舍幹事凌嘉儀
 第二排:舍幹事利曼靄 舍幹事鍾蔚 舍幹事陳露莎 舍幹事薛佩玲 舍幹事楊鈺瑩 舍幹事許思泳 舍幹事姚卓嵐
 舍幹事梁欣希 舍幹事鄧韻姿 舍幹事黃以琳
 第一排:舍長陳杏鈺 胡念恩老師 尹志豪老師 梁淑雯副校長 郭富華校長 校監李志源神父 冼萬勝副校長
 彭振輝副校長 何玉娟老師 舍長黃鴻順

四舍 - 善舍



第三排:舍幹事陸顥軒 舍幹事張嘉軒 舍幹事成家樂 舍幹事楊樂俊 舍幹事黃泓浩 舍幹事徐國峰 舍幹事楊芯瑩
 舍幹事張曉宜
 第二排:舍幹事郭綺君 舍幹事劉子晴 舍幹事黃焯棋 舍幹事楊芮婷 舍幹事黃靖雯 舍幹事鄭雍然 舍幹事田籽妍
 舍幹事張薰云 舍幹事黃凱潼 舍幹事周汶茵
 第一排:舍長鄧子珊 尹志豪老師 梁淑雯副校長 郭富華校長 李志源校監 冼萬勝副校長 彭振輝副校長
 陳婉婷老師 舍長甄婷

2022-2023年度

中一級

各班班相



1A

第四排：陳冠臻 李文字 吳家希 陳子彤 封易廷
第三排：古澔霖 何浩棟 翁俊朗 林耀成 鄭校強 李厚靖 溫浩南 周偉文
第二排：何政浩 曾煒傑 吳子傑 馮巧瑩 楊雅婷 王夢軒 黃欣妍 劉麗思 楊寶賢
第一排：林卓暉 黃浩宇 廖丞澧 林一鳴 陳健邦老師 陳凱詩老師 何梓筵 黃諾瑤 馬紫瑤 錢文希



1B

第三排：栗晨陽 方曉彬 李昊霖 俞嘉旺 葉浩然 何家誠 何藹怡 梁曉瑩 莫凱晴 許心楠
第二排：李澤城 陳駿翹 顏念勤 吳銘浚 戚葉鑫 賴文力 莊鎧澄 林苡澄 何心慈 郭伊童 鄭曉彤
第一排：陳諾勤 謝嘉翀 呂建德 張俊鍵 陳淦龍老師 陳燕琼老師 梁 心 梁曉彤 鄭巧妍 譚柏妍

1C



第二排：許展浩 ZEESHAN KHAN 羅文駿 孫家岳 安凱文 關兆恒
第一排：陳毅銘 梁啟彥 何君洋 王康年老師 陳婉婷老師 羅泳思 黎瑋浩 劉明軒

1D



第三排：蔡俊彤 曾鈺涵 吳喬恩 劉慧林
第二排：黃紫涵 黃琳琳 陳思涵 黃婉柔老師 沈達明老師 林煒傑 張詠兒 段格格
第一排：朱家輝 湯榮誠 林立銘 羅日軒 張峻彬 林澤銘 曹嘉豪

1E



第二排：吳君言 施睿彥 陳文曦 李明耀 鄭俊威 劉駿希 陳宇軒 韓紫悠 吳宜婷 吳宛蔚 吳羽晴
第一排：劉澤言 徐浩証 梁浚昊 文柏藍 林澤航老師 周子嘉老師 鄧念枝 梁樂兒 胡芷澄 胡可欣

2022-2023年度

中二級



第三排：陳傑文 張宗衡 萬柏熙 陳斯狄 蘇楷華 徐銘謙 黃廷晉 陳靜香 蘇學琳 關紫翹
第二排：萬子璇 萬子頤 陶琳瑚 李稼而 葉可晴 黃頌茵 張薷予 李芷妍 曹嬪妍
第一排：劉勁延 何爾萊 鍾晉玟 陳汶鋒 顏嘉銘老師 林靜雯老師 林思明 馮可雯 林靖雯 陳芷雪



第三排：黃志銘 溫家樂 阮文杰 曾子軒 游逸勤 溫凱帆 嚴栢軒 簡峻庭 楊俊彬
第二排：曾慧賢 黃信菲 貝芷盈 陳 烹 聶芍淇 李保祈 何悅晴 陳綽偲 林彩英
第一排：吳智健 楊澤天 李柏燊 鄧天佑 文浩然老師 黃惠貞老師 劉文靜 劉俊羚 黃以琳 利曼靄

各班相



第二排：謝宇欣 陳珮蔓 羅芷晴 廖朗言 劉振聰 葉子赫 江俊軒 陳思蘊 袁瑞晴
第一排：周子朗 鄭智銘 覃文杰 覃文煜 邵栢漢老師 李國樺老師 莫芷瑜 劉靖藍 孫美儀 楊悅彤



第一排：梁浩鳴 何浠晴 余維康老師 鍾文健老師 何芯喬 程姿霖



第二排：曾令滙 鄧兆楷 何穎謙 葉建樟 楊國謙 倪翠蓮 吳姻華 陳楚翹
第一排：羅中志 徐煒信 李耀文老師 柯一利老師 陳樂遜 王慧君

各班相

2022-2023年度

中三級



3A

第三排：陳胤慈 楊卓峰 巫秀男 梁景淳 郭曉翹 梁智森 文璟濠 顏禮諾 林進傑
第二排：鄭海銘 葉善維 葉琛樂 黃凱莉 霍巧悅 KHAN AKSA BIBI 何咏欣 羅婉晴 林雪瑤
第一排：鄺嘉寶 呂晶晶 曾曉嵐 劉思恩 陳嘉怡老師 鄭惠雯老師 劉子晴 陳芷晴 張凱寧 劉靜雯



3B

第三排：侯樂熙 陳嘉田 梁友誠 陳俊恒 黃政喬 陳振東 柳家有 羅嘉榮 方樂文 岑永暉
第二排：譚震生 陳康楠 蘇梓瑤 麥子鈴 張鈺瑩 施心怡 黃楚穎 鄭雍然 陳燁欣 鄧韻姿 吳詠齊
第一排：熊逸昇 伍焯謙 高卓軒 黃景鶴 吳家偉老師 黃慶璋老師 吳詠言 梁紫欣 蔡樂怡 周汶茵



3C

第二排：張俊灝 周雋堯 岑朗禧 鍾軍治 林俊宏 鄧子龍 林凱明 謝文博 錢卓林 羅天生
第一排：雷澤康 何浩賢 李泳樂 黃國棟 伍億浩老師 游嘉欣老師 歐陽樂欣 郭焯儀 楊卓霖 邱雅蕙

3D



第二排：黎凱晴 趙子鋒 楊灝霖 TAYYIB AMIN 黃柱煥
第一排：郭立賢 古筠朗 趙堅恆老師 林凱欣老師 程琬芝 歐家美

3E



第三排：何卓霖 李嘉駿 何宗成 余灝泓 廖展鴻 林諾希
第二排：楊明杰 侯永財 鄭智舟 鍾卓穎 蘇梓玲 陳文舒 李詠筠 曾倩怡 鄭婉彤
第一排：嚴子軒 張浩天 何卓賢 朱諾謙 羅浩倫老師 吳卓然老師 鍾蔚 黃焯棋 何卓希 陳凱嵐

中四級

4A



第三排：張進杰、區栢迪、麥秀楓、李宏杰、陳焯韜、錢嘉希、李宗熹、張宇航

第二排：林金玉、劉嘉琦、袁樂琳、呂煥然、陳嘉瑩、楊鈺瑩、張曉宜、陳曉渝、譚浩君、薛佩玲

第一排：張嘉軒、陳苡鋒、江宇軒、陳祖名、莊明軒、劉嘉怡老師、楊芮婷、劉心怡、潘穎茵、李林沁、王靖瑜

4B



第三排：張正楠、陳天祐、胡樂、覃家略、林國翔、利卓希、林志瑜、王銘輝

第二排：田籽妍、黃靖雯、鄧雅心、梁心兒、鄭皓文、周浩銘、王翠瑩、蘇鳳雯、陳雯淇、鄧瑋姍

第一排：曾嗣泓、李天睿、陳永恆、呂嘉傑、嚴浩、黃玉霞老師、何盈嫣、梁欣希、陳露莎、張薰云、巫秀軒

4C



第二排：孔日暉、吳梓滔、陳嘉浚、廖梓華、陳俊鴻、黃子康、盧卓宇、常嘉軒、曹進灝、張鈞嵐

第一排：文子暉、郭天佑、廖雋軒、杜俊三、成家樂、黃雅媚老師、劉藝瑤、楊芯瑩、許思泳、黃晞玟、陳倩儀

4E



第二排：李思堯、張仙緣、賴柏仲、吳冠樟、鄧添明、鍾漢賢、雷日晞、歐陽巧慈、何珈潞

第一排：馮迪信、鄺浚樂、蔡鎧軒、李家寶、曹凱文老師、郭綺君、周菀怡、梁泳兒、梁凱軫

2022-2023年度

中五級

各班相

5A



第三排：葉名謙 何浩文 黃泓浩 古皓森 麥皓霖 梁進彥

第二排：黃晉霆 黃鴻順 張勁帆 麥智軒 鍾峻霖 葉嘉欣 張鈺儀 黃敏莉 凌嘉儀 姚卓嵐

第一排：趙倚進 譚永灝 羅章淦 姚子帆 吳兆綸 麥德儀老師 李曉瑩 鄧子珊 甄婷 孫思嘉 林采瑤

5B



第三排：黃彥凱 鄭嘉淳 陳嘉明 韓浚楷 羅國豪 胡俊賢

第二排：鍾日軒 郭浚晞 莫晉澗 黃曉楠 張智傑 曾漢傑 張樂兒 麥靜茹 許靖晞 徐式渝

第一排：冼正 葉迦皓 羅仲然 李俊傑 江俊杰 麥以琳老師 黃凱潼 周蔚翹 周詠婷 梁凱渝 何卡琳

5C



第三排：徐國峰 楊樂俊 湯杭 簡嘉朗 莊智涵 陳梓樂

第二排：江俊聲 陶曉維 萬彥希 岳宇晴 梁志韜 陳旻謙 陳漢悅 陸顥軒

第一排：呂慧玲 李曉敏 林芷煊 彭凱彤 李詠恩老師 黃卓炯 陳春妙 鄭靖喬 劉沁雅

5D



第一排：李子希 錢雨洪 馬崇謙 鄧智健 連彗晶老師 蕭鈴姍 黃盈瑩 鄭承勵

5E



第二排：侯永祺 羅天賜 黃鎮揚 李臻 鄭栢宏 王嘉淇

第一排：鍾竣丞 黎啟陞 黃榮浠 胡念恩老師 羅澆霖 陳杏鈺 曾曉琳

2022-2023年度

中六級



第三排：黎承恩 葉翠珊 黃卓謙 陶俊曦 鄧嘉熙 張定康 曾衍霖 張芷怡 梁詩瑤 黃曉晴
第二排：吳詩晴 黎洛希 黃富盈 盧慶諺 張禮文 羅御亨 孔德政 彭卓嵐 張嘉棋 羅慧霖
第一排：林祖澤 鄧詠昊 葉駿耀 李澎烽 郭富華校長 校監李志源神父 鍾佩詩老師 陳家慧 陳羚姍 徐雅姿 黃麗喬



第三排：劉宇淳 陳冠宇 黎旭恒 黃薪耀 黎仕進
第二排：黃曉嵐 莊秀樺 梁祐彰 潘俊軒 何俊傑 何智豪 陳家豪 牛俊傑 黃思穎 黃悅燕 鍾志雄老師
第一排：蔡孟熹 施約瑟 符廣榮 黃誌熙 郭富華校長 校監李志源神父 何玉娟老師 羅曉炯 成嘉瑩
李嘉怡 伍仲恩

各班相



第三排：林家樂 李晉庭 方禹璋 梁凱恒 阮德成 鍾志雄老師
第二排：李進逸 陳焯麒 梁瑋軒 張學斌 鄭子鴻 黃家強 IFRA AMIN 吳詠婷 鄧樂煊 勞蔚淇
第一排：馮均豪 岑永昭 廖銳山 胡立義 郭富華校長 校監李志源神父 黃嘉欣老師 謝欣彤 伍婉君 劉蔓瀅 鍾思霖



第二排：蔡承叡 鄧逸晞 洪梓軒 文浩朝 陳凱瑤
第一排：鄭慷慨 楊卓熙 郭富華校長 校監李志源神父 杜展周老師 傅曉冰 蕭曉淇



第二排：曾健成 何子樂 陳樹熙 傅韋誠 梁政元 馬曉楓 余日飛 曾凱瑤
第一排：麥兆豪 連韋銳 郭富華校長 校監李志源神父 文靖華助理校長 潘芷晴 何嘉琪

各班相

2022-2023年度

跨境生及插班生



第四排：3D曾琦添 2C徐朗淇 2D張寶泰

第三排：2A袁文曦 1C蔡建鋐 1C歐峻熙 2D明敬瑄 1C李左琳 1C周子琳 4A林楚凡 3B廖美婧

第二排：4A陳雲凌 3C劉軒 2C陳志謙 2D楊丰赫 郭富華校長 4A周令欣 2D王夢鑫 1C李左璇 2E黃彩霞

第一排：3A文俊源 1C何柏賢 3D劉旭東 3D陶金銳 2D鄭澤洲 2D段楹楹 2C陸穎淇 2B許華倩

60周年校慶 「對聯創作」活動

冠軍 阮洪鑑(1968斌社)

感恩同行，承傳華夏道統，明明德止於至善。
懷惠永記，創新歐西科研，吐光芒盡作賢良。

評語：阮君一聯，既切主題，亦融入校歌校訓，允為魁首。

亞軍 梁嘉明(1972)

感恩培育賢能同行六十年
承傳聖德禮義創新千萬代

季軍 黃偉權(1968斌社)

培賢導聖有教無類桃李滿天下
精文善武學無先後同儕譽香江

藉學校慶祝60周年校慶之機聯繫校友們，以『感恩同行、承傳創新』為主題，讓校友透過創作，抒發培聖人對母校感恩之情。

活動評判:陳樂生老師



徵集所得作品眾多，
其餘優異作品請見連結。

中文徵文比賽

初中組題目 培聖六十周年有感

初中組冠軍
2B 陳綽偲

等間識得東風面，萬紫千紅總是春。轉眼間，又到了萬物復甦的春天，四周滿是春意盎然。

培聖即將踏入六十周年校慶，老師和同學們正默默地準備著形形色色的慶祝活動，周遭正彌漫著濃濃的幸福氛圍。而作為初中生的我，很幸運地，能夠與培聖一同享受這個普天同慶的大日子。

在十月初，首次於校友日擔任工作人員，與許多素未謀面的師兄師姐見面，望著數不勝數的校友回到母校相聚，閒談起近況，場面彷如嘉年華般熱鬧非凡，心頭也莫名地泛起陣陣的暖意。

後來，我採訪了昔日再培聖讀書的校友，從瞭解背景、構思問題撰寫文稿，都由我一手包辦，這無疑對我來說是一個挑戰，但這是一個能夠磨練自己的機會。只要鼓足幹勁，迎難而上，最終便會迎來成功。

距離我剛剛入學已經一年多了，這段時間我也成長了不少，全賴老師們的悉心照顧和關懷。老師更耐心開解面對繁忙課業的我。我也從當初的懵懂無知，各項事情都需要別人提點的新生，逐漸成長到獨當一面，能夠提攜中一新生的師姐。

「明德至善」作為我們創校至今的校訓，「明德」即是人與生俱來靈明不昧的天性，分辨是非善惡的能力。「至善」乃事理當然之極致，即人生品格已臻完美無暇的至高境界。弗桑德·斯曾說：「品格能決定人生，它比天資更重要。」天賦固然重要，但人的品德才能令我們更成功。

培聖中學這棵大樹六十年來一直悉心培育了無數的果實，校長老師們用愛心與智慧灌溉學校裏每一株幼苗，使他們枝繁葉茂，茁壯地成長。希望培聖能創造更多個六十年，培育更多優秀人才。最後祝培聖六十周年生日快樂。

評語：文句暢順，用詞恰當，從自我經驗出發，推展至校訓與校慶及學校的未來。

60周年校慶「對聯創作」活動

優異作品 黃陞光(1968)

培育人才要創新
聖教修養務用心

優異作品 黃陞光(1968)

日日好日日美好
天天說天天妙說

優異作品 李良堅(1969 仁社)

培聖明明德五洲佑桃李
饗宮至至善甲子樹樑才

優異作品 劉國雄(1969)

培聖母校巍峨首甲子 榮光大盛事 嚴師教誨達已達人 終身都受用感恩真謝
且看今朝 約但河流靈溉天水圍 乾坤挪正泰 春風兼時雨 木鐸尚鏗鏘 善啊
仁社眾兄聚散渡金禧 忽然而已矣 同窗友諒五洲海內 半世紀牽掛請多保重
還憶當年 西雍山岡聖臨牛津道 群雄齊競逐 底線再傳中 龍門擋前鋒 壯哉

優異作品 鄭森(1970 健社)

培育英才造福人間振香港
聖名感召春風化雨盈萬心

優異作品 陳偉明(1972)

培育英才成國棟
聖教後學作子民

優異作品 馮卓欽(1972)

培那狂狷有教無類成國棟

聖言吐納榮神益人報天恩

優異作品 周榮傑(1977)

六十載教導，承傳創新，培聖人遍環宇

甲子年盛典，感恩同行，眾校友同敬賀

優異作品 蘇成志(1978)

崢嶸歲月渡甲子

培育英才出聖賢

優異作品 陳國強(1981)

培才樹人六十載

聖恩至善傳萬年

優異作品 洪偉財、張劍龍(1989)

培育英才慶渡六十載

聖工浩瀚宏顯主大愛

優異作品 林景駿(1992)

培育英才六十載

聖恩承傳創未來

優異作品 黎志華(1992)

明德至善匯培聖

無限六十載校慶

優異作品 江煌(2018)

春雨潤萬物，明德育賢人

得知千載外，人巧日爭新

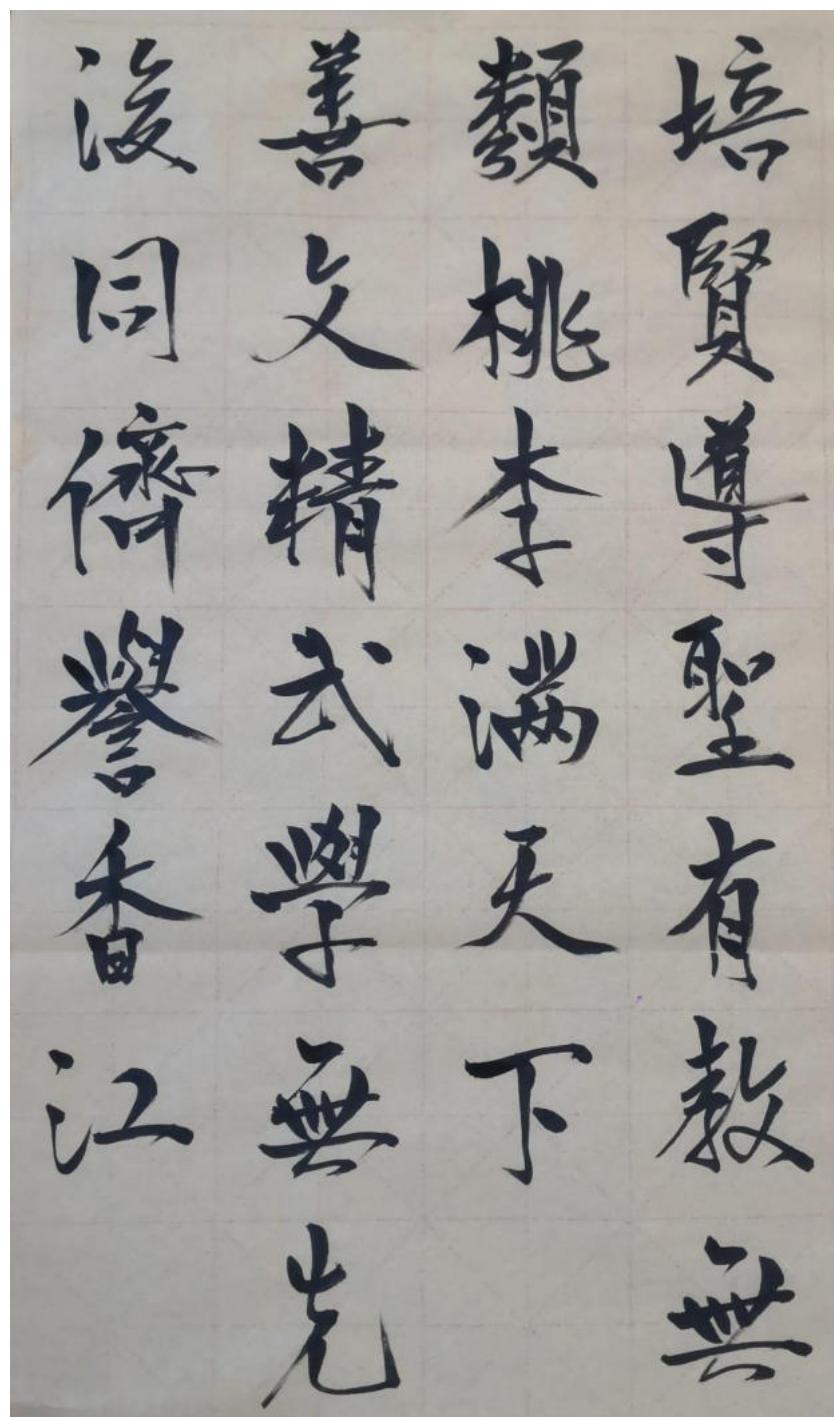
優異作品 鄧樂恆(2020)

國髓禮道四海弘

德澤流芳惠蒼生

參賽者手稿

季軍 黃偉權(1968 斌社)



參賽者手稿

優異作品 李良堅(1969 仁社)

培聖明 明德五洲佑
桃李
饗宮至至善甲子對樑材

初中組亞軍 1B 許心楠

作為一個中一學生，對新學校的周年慶實在沒有感受，簡直就像剛出生就要和好朋友參與的二十年友情聚會，不能說沒有想法，只是沒有感觸。

其實算算，我來到培聖也有大半年了，這段時間發生了不少事情，多得在我想起只過了半年的時候，也有一瞬驚訝。

大家都很忙，說到底，又有哪所學校不忙呢？如果有時間，真想在學校慢悠悠地走走。每次上學，洗手池角落的葉子，會把顏色印在洗手池上，黃色溫和的光影，是我見過最多次的風景。但我從未抬過頭，也不知道是哪棵樹如此美麗？下次走過，我定會抬頭尋找。

不知道有多少人知道呢？洗手池旁的花園有座精美的聖母像。應該有不少人知道，但敢在上學時走進去看的，怕不是一個都沒吧！

離開洗手池，走上樓梯，一層層的台階總是累人。要是長大來培聖當老師就好了，這樣就可以坐電梯了——我常常這麼想。

走去課室的路很長，我一個人走的時候，就會很慢、很慢。我想，來到學校沒多久的我，都能在腦海內描繪出一幅一幅的畫，那在培聖學習了幾年的學姐呢？或者，即將畢業的學姐呢？她們自然會比我更清楚。

「兩位陳老師也很溫柔」媽媽也時常說。有這麼負責的老師，是一件幸運的事。老師和大部分溫馴的同學們，是我創造美好回憶的根基。左手旁的同學總讓我充滿動力，在每次轉頭看到她，我便會聯想到「努力」，無論什麼科目，我都能在她臉上看見認真，全力以赴的表情，再想着經常偷懶的我，就會覺得愧於自己。

六十年了啊！就像對歷史的感觸，想了解過去的感受，或許只有中一的同學們能知道吧！

評語：細緻描述上學所經之處，畫面清晰。

初中組季軍 1C 蔡建鋒

時間如梭，光陰似箭，我到培聖的時間是短暫的也是快樂的，一轉眼，四個月過去了。

培聖中學，充滿歡聲笑語，對讀書的熱愛和一股積極向上的信念。

早晨，我帶着忐忑的心情步入培聖的大門，首先映入眼簾的是藍白色的教學樓，門口站幾位和藹可親的老師，老師親切的和陸續到達學校的同學們打招呼，校園中遍佈着青春洋溢的氣息。

校園的生活是充實的。上課鈴一響，同學們便把對學習的熱情釋放出來，迎接新的挑戰。叮鈴鈴下課了，同學們到了操場揮灑青春，彷彿下一個國家運動員就是他，有些同學則在課室中溫習，把知識融會貫通，分秒必爭，彷彿下一個科學家就是他。

校園的生活是充滿挑戰的，只要一不小心不認真，就會被別人遠遠甩在身後。

校園的生活是有情感的，同學的友愛，老師的關心，隨時幫助着我們。

校園處處都充滿着色彩，時時充滿歡笑，給遠道而來的學子們一個良好舒適的學習環境，使少年們的青春充滿歡樂和積極向上的動力。

校園內的時間過得飛快，但是每天都樂趣無窮，校園外公園的鳥語花香，食堂中溫熱的飯菜，圖書館的翻書聲，健身房揮灑着青春的汗水，老師的關心，同學的幫助，無一不是校園中美好的事。

我愛這校園，我的校園獨一無二。

評語：為學校的人和事，加添了很多情感。

中文徵文比賽

高中組題目 培聖六十 感恩同行

高中組冠軍 5A 黃凱文

時光飛逝，眨眼間我來到天主教培聖中學已經五年，我見證了學校五十五周年到六十周年的變化。在這五年中我見證了不同新老師的入職、見證了新同學的到來，也見證了很多師兄師姐的離開，春去秋來不知不覺間我也快要畢業了。

記得在二零一八年的九月，我踏進了培聖的校門正式成為培聖大家庭中的一員。那天，陽光明媚晴朗湛藍的高空萬里無雲，猶如碧玉一樣澄澈，我懷着忐忑的心開始了我的中學生涯，一開始我以為進入一個新環境是一件很恐怖的事情，但事實卻並非如此，來到培聖我發現這裏的老師都十分友善親切，同學也都十分有趣，漸漸地我發現中學生活的美好，也漸漸地愛上了這所學校。

這五年間老師就像花農灌溉花朵一樣灌溉着我們的成長，每天都細心地照顧我們，陪伴我們成長。中一時每天都要面對十多科的學習壓力，讓我難以喘息，不知為何腦海中浮現出放棄學習的念頭，那半個月我每天都過得渾渾噩噩不知道人生的方向，但我當時的班主任林老師發現了我的不對勁，她沒有責怪我放棄學習，反而耐心開導我，讓我不要太緊張學習，多出外散心減輕壓力，等心情好些後再慢慢去學那些不懂的學科。林老師就像一抹媚陽照進了我灰暗的生活。

在培聖我也認識了很多有趣的朋友，她們陪伴我度過了整個青春，度過了每一個開心或是難過的瞬間，每次都會在我人生迷茫時陪伴我開導我，很喜歡華盛頓的一句話：「友情像一顆樹木，要慢慢的栽培，才能成長友誼，要經過困難，才可友誼永固。」這句話帶出了最真實的友誼，而這句話也證實了真正的友誼也確實是這樣的，很幸運我在培聖也遇到了這種珍貴的友誼，為什麼我會這樣說呢？大概是因為在初一去露營時，老師給我們安排了夜行，而我從小到大都十分怕黑，那天我怕的一直發抖，但我身旁的同樣怕黑的女生卻義無反顧地牽起了我的手，告訴我：「別怕，我陪着你」當時原本害怕的我，心裏被深深地鼓勵了，牽起她的手慢慢走了起來，經此一事我雖然沒有克服怕黑，但我收穫了一段珍貴的友誼。

中二開始不久後，席捲全球的新冠病毒來到了香港，學校根據政府要求也開始了網課，我以為這個疫情很快就會過去，但卻事與願違，我怎麼也想不到這網課一上就是三年，這三年裏我們的感情全靠手機支撐，這個疫情不只讓我們失去了上課的樂趣，更是讓我們失去了很多在學校的美好回憶，讓我們的青春留下不少遺憾。

培聖中學為社會培養了很多各行業的人才，我時常在想等我畢業以後是否也能夠像那些師兄師姐一樣能夠為社會帶來貢獻。還有一年多就要畢業的我，對這間學校充滿了不捨，即使網課三年，但這間學校依然有很多值得我留戀的人和事。無論如何今年是天主教培聖中學六十周年，祝福培聖，無論經歷多年月，依然能夠永遠輝煌！

評語：能帶引讀者投入情感，亦能從個人連結到疫情，及對學校以及未來的情懷。

高中組亞軍 4C 吳梓滔

轉眼間，我已入學四年有餘，時光荏苒，我們都從懵懂少年長大成人，無數莘莘學子聚集在這校園裏組成了我們青春年華中的校園。滄海橫流，斗轉星移，而佔據我青春數頁的學校——培聖中學也已然迎來它的六十歲生日，在這所學校裏老師帶領學生走過了多少春夏秋冬，經歷了多少風雨滄桑，送走了一批又一批學生，六十載風雨培養精英無數，老師滄桑孕育桃李滿園。這慶典在我的記憶寶典留下了絢爛一頁使我難以忘懷，銘記在心。

從踏入校園起，就被老師的細心照顧所包圍，同學滿滿的熱情所感染，那是在別地無法體驗的。它雖然比不上小學的歡快雀躍，但已然在我的心目中留有一席之地，在校的茫茫陌生人海中，我無聲無色地成為了他們的一員。在那容得下上百人集會的禮堂中，無數次集會在此召開；那教導無數學子的教室，洋溢着陣陣書卷氣；那校園裏的一草一木……都刻畫在我的記憶寶典當中。正是這種種畫面形成了我所熱愛的校園，因此熱愛，令我格外重視這次校慶，盡我所能去協助此次的慶典圓滿舉辦。

作為學生會的成員之一，我們需要策劃校慶中的各種活動，我與其餘成員召開過數次會議，商討過各種各樣的點子，修修改改才造就了這一次完美的校慶，既能讓來賓合理運用時間參加活動，又能欣賞各種各樣精彩絕倫的表演。曾看見學生們課後犧牲自己的時間留校為校慶活動作準備而進行排練，驕傲感油然而生，看啊！大家都重視着此次的校慶，為之而努力。

和其他慶典一樣，校慶當天人山人海，洋溢着歡樂的氣氛，也許是因為校慶的原因，學生們都懷着激動而緊張的心情。當宣布校慶開始，鳴禮槍聲響起後，無數氣球隨着槍鳴聲接連不斷地升上空中，使寂靜的天空一下變成五彩繽紛的海洋。喧囂過後各種各樣的表演既將輪番演出：聲情並茂的演唱、精彩絕倫的音樂劇演出、輕盈優美的芭蕾舞表演……令人目不暇及。其中令我深受觸動的是音樂劇，其內容講述了成立六十週年所經歷過的種種，配合音樂的抑揚頓挫，樂劇演員傳神的表演，贏得台下掌聲無數。

校慶隨着主持人的謝幕而落幕，日暮時分，太陽為大地渡上一層金色，原本喧鬧興盛的校園隨着盛典結束而冷清下來，但那盛況空前的模樣就如同相機按下快門，永遠定格在我們心中。六十年在漫漫歷史長河中只是須臾之間，但學校經歷過的種種風雨和造就過的輝煌，都是真實而不可磨滅的證明，它的存在充實着我們的生命，伴隨着我們成長，在我們的記憶寶典裏留下珍貴而無價的濃墨重彩的一筆。

評語：文筆好，有創意，描述場景栩栩如生。

高中組季軍 5A 甄 婷

中學生涯是很多人影響未來人生規劃的一大階段，在培聖生活也將近四年六個月，讓我感受到生活充滿愛和幸福。

遙想中一踏進校園門口第一步，對這個陌生環境感到無比緊張，那時候我還是個沉默寡言且內向的女生，在培聖學習歷程中我最想感恩老師，是老師猶如陽光一樣把我們這棵幼小的小草帶給我們陽光，他們就像進行光合作用把能量帶給我們成長。

老師們給了我們很大的成長和發展空間，勾起中一的記憶時學習成績不理想，因此老師對我們要求很嚴格，表面上老師逼迫着我們，但他們把很多心思放在他們的教學事業，讓我們不斷進步，是老師的支持鼓勵牽引了我，使我對學習提起了更大的興趣。

再者在人生上遇上種種挑戰時，曾經有一位老師不斷在我最墮落的時候，跟我說了這句話：「社會上未必每

(續上頁)

個人擁有善心伸出援手拯救你，因此需要靠自己擁有鬥心不怕困難的決心扶持自己。」所以我非常感恩老師讓我明白到在哪跌倒就從哪站起，讓我成長了很多。

培聖自創校到現今一直都是充滿如家庭般的溫暖，前陣子我到了舊校舍參觀，聽到校友的分享令我感受到他們過往校園生活至現今都是個大家庭，大家有各自的職位互相扶持，共同努力，令我看見品格比資質重要，我想我校六十年來受不同的老師引導和堅持信念的緣故，才讓我校栽培了無數成功人士。

看到校友們懷着感恩之心和成就探望母校，即使滿身成就也會記得母校回來報恩，我深感佩服，我校六十多年來傳承感恩之心，所有學生都持有積極樂觀的人生態度，勇敢面對困難，傳承了多年培聖獨特的文化。

五年來我在老師的支持和關心下成長，努力讀書建立了有夢想的人生態度，由當初中一懵懵的小女孩金蟬脫殼，我也找到了人生意義，目標就是為了在文憑試好好地發揮現在所學到的知識，答謝老師，感恩學校和老師多年為我付出的心血。

最後，這六十年以來學校精心栽培了多枝小幼苗，幼苗們成長後變成一棵棵堅實高大的植物。祝培聖六十周年快樂，未來更創多個六十周年栽培更多英才。

評語：分享訪問校友的經驗很寶貴、獨特。

高中組季軍 5C 黃卓炯

有人說，學校是一個很辛苦的地方，有人說，學校是學生學習的寶地，而我覺得學校就像我們的家一樣，我們在這裏一起學習，一起生活，一起成長。所以，要感恩和我們朝夕相處的老師，培育我們的學校。

還記得我背著書包第一次站在學校大門前的景象，是那幅「歡迎中一新生」的橫幅，用它熾熱帶給我深深的暖意。開學後，我們接觸的是更深層次更有深度的知識。剛開始我們接觸的語文、數學、英語、通識、歷史和科學等等，還算得心應手。後來漸漸的到了中三，有難度的物理和化學接踵而至，我們的作業、測驗也越發的多了起來。那些練習題，明明非常痛恨，卻做了一題又一題，我們都抱怨著題難，量大，可我們都在不知不覺間就做完了不少練習題，認真的字跡從第一題蔓延到最後一題，一本本佈滿紅色筆跡的練習冊，一根根用完的筆芯，一張張畫滿的草稿紙，拼湊了我們的校園生活。

老師的循循善誘和無微不至的照顧刻在我的心頭。早晨，我們早早的來到教室，但是我們不是專心致志的學習，而是和同學們談笑風生。突然，班主任的聲音如警鐘一般響起：「大家都安靜，早上是讀書的最佳時期，快在早會之前拿你們那些今天要測驗要默寫的資料複習一下。」這時同學們都拿出當天要測驗或者默寫的資料。每次天氣變冷的時候，班主任就會第一時間告訴我們，讓我們多添衣服，注意保暖，老師就像一個老母親一樣，無私又偉大。

班裏的同學留下的一點一滴都是美好的回憶，我們要把這些回憶放進寶盒裏，永遠珍藏。聽，那一陣陣爽朗的笑聲在耳邊環繞，原來是我們班那些活潑的同學正在開玩笑，常常都會把同學們弄得捧腹大笑，也把老師弄到哭笑不得。

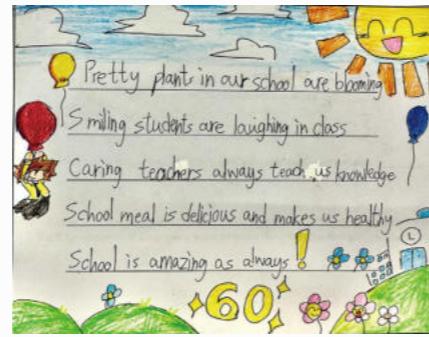
同學給我帶來的關懷，老師給我帶來了溫暖，學校給我建造了這個家，讓我們在這充滿溫馨的大家庭裏茁壯成長。感謝學校，帶我來到這個大家庭；感謝老師，謝謝您的無私奉獻和諄諄教導。

評語：文筆不錯，有一定閱讀價值。

Junior form Poem Competition

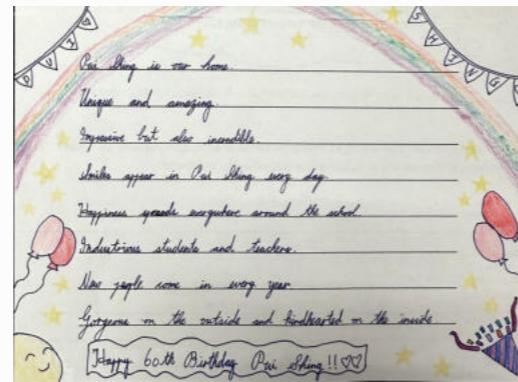
1E(1) Chan Hiu Nam

Pretty plants in our school are blooming.
Smiling students are laughing in class.
Caring teachers always teach us knowledge.
School meal is delicious and makes us healthy.
School is amazing as always!



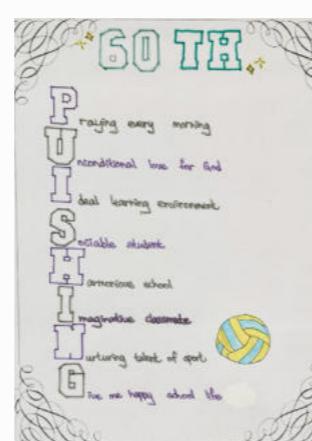
2B(17) Tsang Wai Yin Kelly

Pui Shing is our home.
Unique and amazing.
Impressive but also incredible.
Smiles appear in Pui Shing every day.
Happiness spreads everywhere around the school.
Industrious students and teachers.
New people come in every year.
Gorgeous on the outside and kindhearted on the inside.



3A(25) Wong Hoi Lee

Praying every morning
Unconditional love for God
Ideal learning environment
Sociable student
Harmonious school
Imaginative classmate
Nurturing talent of sport
Give me happy school life.



Senior form Writing Competition

My most memorable teacher 5B Law Chung Yin

As Pui Shing Catholic Secondary School approaches its 60th anniversary, there are countless memories to cherish, but perhaps the most treasure memory is the sense of camaraderie that has been fostered over the years.

From the moment students step into the campus, they are welcomed into a warm and supportive environment where they can learn, grow, and thrive. Whether it's through participating in extracurricular activities, engaging in class discussions, or simply sharing a smile with a fellow student or teacher, the sense of belonging is palpable.

During my time at Pui Shing, I had the opportunity to meet all kinds of people and things, but my favorite memory is of my English teacher, Miss Mak. She is a responsible and friendly teacher who always has our best interests in mind. She understands the needs of her students and tries her best to help us, even when our English scores are not satisfactory. Her encouragement has helped me gradually improve my English, and I am very grateful to her.

Whenever I was worried about my English grades, Miss Mak was there to relieve my concerns. She always taught in a pleasant and engaging way, and would patiently explain concepts that were unclear to me. I remember in one English class when I was in Form 4, Miss Mak played music and asked us to guess the lyrics. The activity was so interesting and fun that it made English words easy and enjoyable. Even our English scores were not good, Miss Mak never gave up on us.

Although my English scores did not improve drastically, my confidence in English and myself did improve since I met Miss Mak. She may be just an ordinary teacher to others, but she is the most memorable and treasured teacher to me. She is friendly and takes care of her students, and for that, I will always be thankful.

No need to be a winner to be cheered 5A Chung Chun Lam

"Come on! You can do it!"
I have never thought about the power of cheer until I was benefited from it myself.

Every year, there are a wide array of sports events held at school. Most students, if not all, think that Sports

Day is the most iconic among all, but to me, the annual campus marathon always carries special meaning.

Back in the day when I was voted to be the class representative for the annual campus marathon, I was nervous yet eager to win glory for my class. Hearing the whistle blow, all the athletes started running. The boy next to me took the lead and ran at the front. Not to be outdone, I chased after him. I caught up at a very fast speed and left most of the opponents far behind. I still remember there was a continuous drizzle in the sky, cooling us down while running. After a while of full speed, I could not help but sweat profusely, but I didn't care to wipe it off in the slightest. Although my legs felt sore and fatigued, when I thought of my classmates, I gritted my teeth and run the last bit of the race with all my strength. Unfortunately, my mind was not in sync with my heart. Seeing one athlete after another ran past me, I found it more and more difficult to lift my feet...

When the race ended, I was a little dizzy and my face was flushed. My breathing was short, and I didn't even have the strength to speak. All I wanted was rest. I knew I had lost – lost thoroughly. I dared not to face my classmates. The guilt was eating me up and tears rolled down unconsciously. The more I wiped them, the more they flowed as if my brain had a conflict with my heart. My kind-hearted classmates came over, comforting me and handing me water and tissues. They encouraged me, 'Don't be sad! You have done a good job.' "At least you have defeated yourself and ran the race with all your strength, haven't you?"

That day was an unforgettable day. Despite the fact that I didn't win the race, I found something more treasurable than being a champion.



A trip with teachers and classamates 4B Wong Ching Man

Miss Li, who is my biology teacher, regularly takes us to different activities, such as visiting museums and farms and joining some territory-wide competitions. I will always remember that day we went to the Kadoorie Farm and Botanic Garden.

That was a sunny day. No sooner had we finished our lunch than we went to the Kadoorie Farm and Botanic Garden by a shuttle bus. When we arrived, a tourist guide called Suki took us to an activity room. We all felt excited and had high expectations because we knew we could see a real snake! I couldn't imagine a real snake arising in front of me up close. After Suki finished the introduction of the farm, she showed the snake to us. It was beyond my imagination! It was Python regius. Usually, in people's mind, Python regius should be large and thick snakes. Although the one we saw was not as large as I had expected, I felt surprised to see a genuine one. We were allowed to touch the snake, whose texture was weird but amazing. I would say that was a special experience in my life.

We left the room and started to go sightseeing in the farm. We saw various types of animals, for example common barking deer, owls, parrots, and leopard cats. We were fascinated by the animals while Suki was introducing them. I found that all the animals in the farm were hurt and that's why they were in the farm. Fortunately, they would be released once they recovered.

In this trip, I have acquired a wide range of knowledge about the wild animals in Hong Kong. We need to take actions to protect the wild animals immediately. I talked a lot with Miss Li after the trip. We all enjoyed the trip and the memory will be cherished in my mind for the rest of my life.



Chairman: Sam Poon

Mobile: 6698 1112

Engineer Director: Gary Poon

Mobile: 9168 9990

e-mail: wlcproductionhouse@gmail.com

<http://www.wlcproduction.com/>

WLC Production Ltd. Specializes in audio production, lighting design and installation as well as entertainment production with our professional and up to date equipment. Our professional and experienced crew members provide you with the best event production solutions for various types of concerts, exhibitions, corporate events, annual dinners, private parties and wedding.

雲禧制作有限公司，專業音響製作、燈光設計及建築及娛樂製作服務。本公司以最先進的設備及具豐富經驗的團隊，為閣下室內的各種典禮及活動提供最佳製作。

豐昌順

校服專門店

網址：www.fcsl.com.hk

電話：(852) 2684 1386

傳真：(852) 2687 4921

豐昌順有限公司

校服專家

品質優良

豐昌順(沙田)有限公司

歷史悠久

信譽保證

門市部：

沙田：沙田禾輦邨禾輦商場三樓 319 號鋪 2684 1387

馬鞍山：馬鞍山恒安邨恒安商場 2 樓 220 號鋪 3549 6799

大埔：大埔安埔里 2 號新興花園商場 47B 鋪 2665 1733

粉嶺：粉嶺和豐街 9 號榮熙閣地下 3 號鋪 2319 1300

將軍澳：將軍澳寶林商場寶勤樓 304-305 號鋪 2702 7066

東九龍：牛頭角振華路 20 號安基商場一樓 114 號鋪 2684 1380

天水圍：天水圍天秀路 8 號天一商城 3 樓 3081 號鋪 3156 1752

西九龍：深水埗長沙灣道 62 號地舖 2728 2761

北角：香港英皇道 290-304 號五洲大廈地下 L 舊鋪 2578 1421

筲箕灣：筲箕灣愛東邨愛東商場 2 樓 210 號鋪 2578 1423

上環：上環皇后大道中 328 號中源廣場地下 1 號 2881 6511

營業時間：上午十時半至下午六時半

(1-6 月份逢星期日休息，7-12 月份加開星期日營業)

通訊處地址：沙田火炭坳背灣街 26-28 號富騰工業中心

17 樓 1708 室

祥豐窗簾布地毯公司
CHEUNG FUNG BLIND CARPET CO.

林聰玲

電話：2446 2788

地址：嘉湖新北江商場地下 A160 鋪

UNDERWRITER SECURITY TO PROTECT & TO SERVE

友邦護衛有限公司

Scope of Service

- Specialized services for Schools, Residential & Commercial Properties, Government Organization, Social Service Organizations, Religious institutions, Hotels, Retails, Construction Sites, Factories & Logistics Warehouse, Exhibitions, etc.
- Mobile Patrol Squad Services
- VIP Escort Services

各項保安服務

- 學校、住宅、政府機構、私人機構、社會服務機構、宗教、工商業大廈、酒店、商舖、建築地盤、廠房、物流倉庫及展覽會等服務
- 流動巡邏車隊監察服務
- 貴賓護送保安服務

友邦護衛有限公司

UNDERWRITER SECURITY LIMITED

Flat A, 12/F, On Dak Industrial Building, Nos. 2-6 Wah Sing Street,
Kwai Chung, New Territories, Hong Kong.

香港新界葵涌華星街 2-6 號安達工業大廈 12 樓 A 室

Telephone : 2464 7801 (24 hours)
 Facsimile : 2456 3709
 Website : www.usl-security.com
 E-mail : marketing@usl-security.com



金威旅遊有限公司

承辦本地及海外遊學團、
本地旅行團、旅遊巴租賃、
會議及獎勵旅遊服務及港、
澳大灣區地接服務。

地址：香港九龍紅磡漆咸道北 399 號
東貿商業大廈 18 樓全層

電話：23107000

傳真：27730961

郵箱：kamwai@qq.com

網址：kamwaigroup.com

旬

鮓心

SHUN
by kokoro sushi



校刊委員會名單

顧問：郭富華校長 梁淑雯副校長

責任編輯：周子嘉老師

編輯委員：伍億浩老師 杜展周老師 黃雅媚老師

麥菊韻老師 游嘉欣老師 黃婉柔老師

排版設計：在地文化

印刷：E I Production



六十周年校慶鑽禧紀念特刊
感恩同行
承傳創新

*Thanksgiving & Accompanying
Succession & Innovation*

(1963-2023)