

Flair Beyond Infinity

TWGHs Mrs Wu York Yu Memorial College

MAGAZINE

Blue • Diligence • Purple • Frugality • Red • Loyalty • Yellow • Faithfulness • Blue • Diligence • Purple • Frugality



若
動
飛
瑜



TWGHs Mrs Wu York Yu Memorial College
東華三院伍若瑜夫人紀念中學





全人 All-Round Development 發展

學術發展

生物科研小組.....P.2
辯論隊.....P.23

領導才能

學生會—瑜樂 REUNION.....P.8
領袖實務培訓課程.....P.24-27

團隊合作

紅十字會青年團(YU324).....P.11
童軍(1388旅).....P.19

體藝潛能

雷霆音樂之旅.....P.10
藝術全接觸.....P.18
舞蹈隊.....P.22
體育校隊.....P.12-15

創意思維

第三屆全港中學學界廣告賞橋王.....P.1
全港中小學產品設計大賽.....P.20
社創青年訓練營暨羅桂祥青年社創日...P.21

生涯規劃

A-Life Academy 菲律賓宿務工作實驗計劃....P.7
「太空夢想·勇敢成長」少年太空人體驗營.....P.9

關心社區

寵物小組.....P.3
義工組「生命守門員」計劃.....P.16
東華三院文物保護大使計劃.....P.17

放眼世界

英語大使澳洲黃金海岸領袖交流計劃.....P.4
逆流挑戰2018.....P.5
東華三院溫哥華參訪團學生大使.....P.6



第三屆全港中學學界廣告賣橋王

~同學獲邀參與品牌商的新產品廣告的拍攝工作~

由Good morning CLASS及am730舉辦，獲全港兩大廣告協會「香港廣告商會」、「香港廣告客戶協會」及「香港品牌發展局」支持之比賽，參賽者要為知名品牌構思廣告橋段。本校同學在接近二百隊參賽隊伍中脫穎而出，獲得佳績。

全場技術獎 一 至Sell得大獎 得主
 全場技術獎 一 醒你一條好橋大獎 優異獎
 高級組品牌大獎 (品牌ASUS) 優異獎

劉家鳴

最初懷著「玩玩下」的心態來參賽，最後卻收穫豐盛。我學會了推廣產品的技巧，亦體驗到真正廣告的製作：有專業化妝師為我們化妝，有悉心準備的戲服道具，更有富經驗的導演及攝影師即場指導，是難忘的經歷！

綠幕下拍攝，方便後期加入CG效果！



化完妝，記緊要認真卸妝！

梁嘉倫

感謝同學及老師的信任，令我有這樣美好的經歷！雖然要長時間的練習和討論，但能得到評判的欣賞，實在喜出望外。



李文迪

能得到大品牌公司青睞，的確令人雀躍萬分。作為演員，要在炎熱天氣下化上濃妝，穿上厚實的戲服，還要耐心的等候「埋位」...箇中滋味，不足為外人道！

劉永維(隊長)

「一支竹仔易折彎，幾枝一扎斷折難。」簡單直諳盡訴比賽心得。反覆「度橋」的過程縱然艱辛卻不乏趣味。大家親眼見證廣告的誕生，燈光、化妝、道具更是一絲不苟！

校長來片場「探班」！



不停被大風扇直吹，就是要營造白骨精飛天的效果！

陳伊晴

很慶幸能參與拍攝，讓我開闊眼界！看著師兄師姐在舞台上綠幕下認真的拍攝。雖然看似輕鬆，但其實要忍受射燈的長時間照射是很辛苦的。這次活動令我明白到每一套影視作品都得不易，背後包含著眾人的付出與汗水。

廣告分鏡圖ready!

呂振鏗

比賽前要趕製故事分鏡圖及宣傳海報，真的蠻辛苦的。慶幸大家都欣賞我的作品！最難忘的是上台領獎一刻，感覺有點不真實。回想過去種種，三個月的努力都是值得的！

匯報完畢，與評審合照！



手繪宣傳海報ready!

吳梓謙

不論是與隊員在校拼搏至晚上的片段，或是比賽匯報時的情況，都烙印在我腦海裏。制作團隊都很認真友善，縱使我們會因經驗不足而「走錯位」，甚至口吃，他們都會耐心地指導！

華美極緻 穩如磐石



陳伊晴飾 女情客串





生物科研小組 Research Team

鄺俊璋 (初中組)

我很喜歡跟大家一起做科研，亦享受發掘到新事物的成功感。雖然開始時有不少阻滯，但我們不斷汲取經驗，最終邁向成功之路。



視察生態園



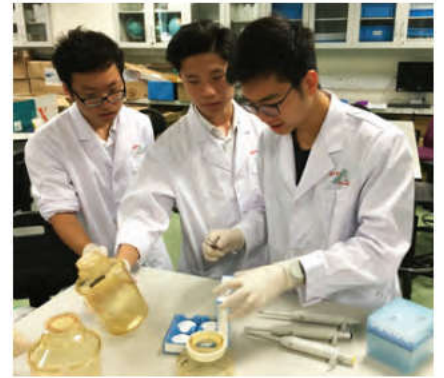
李麗璇 (高中組)

參加生物科研小組讓我能夠接觸到較深入的科學知識，掌握實驗室器材使用技巧，亦增強我對生物科的興趣。



杯康雨 (初中組)

好奇、趣味盎然是我對科研的感覺。研究過程中雖然偶有失誤，但經過老師的循循善誘，問題均迎刃而解。



吳梓謙 (高中組)

在大學裡進行科研實是機會難逢，是次體驗不是一般中學生可以擁有的！期間我學到很多新奇的知識，亦令我開始思考未來的路向發展。



精準的移液管



張浩光 (高中組)

這次活動令我明白到科研工作必須具備充足的知識基礎，才能使研究更順利；耐性和細心亦是成為科研人員的必備條件！



王楠 (高中組)

養殖小球藻中



正在練習精準地移取溶液



這次活動不但加深我對生物科技的認知，更使我明白觀察和探究的重要性。其實人類、環境、日常生活都與科學環環緊扣，密不可分。



寵物學會希望宣揚愛護動物的信息，鼓勵同學多了解社區動物和被遺棄動物的處境，支持愛護動物，領養不購買。



寵物小組 Pet Pet Club

黃曼玲

電視劇《踩過界》的狗明星 Golden 就是由這位馴狗師李 Sir 訓練的，原來要寵物聽指令一點也不容易！劇中狗咬賊人的橋段原來是狗狗與主人經歷長時間訓練的成果。（還要不時練習以免牠忘記！）

飾演導盲犬「Golden」的拉布拉多犬「細佬」



方嘉怡

看到那些可愛的小動物，真不明白人們為什麼會把牠們遺棄！幸好有SAA的義工幫助，讓牠們有一個溫暖的家。人人說貓很高冷，但在探訪時遇到的小貓卻十分可愛，不斷向我撒嬌，令我印象難忘！

狗狗「咬賊人」訓練動作示範



動物零距離



DIY小屋，希望給流浪貓一個溫暖的家

為宣揚領養不購買信息，扮鬼扮馬亦在所不惜！



蘇芷瑛

除食物獎勵外，原來馴狗師還會用不同的方法和道具訓練狗隻。他還提醒我們要與愛犬建立持久正面的關係，不要強迫寵物完成動作，要正向訓練！



參觀保護遺棄動物協會(SAA)



課外活動組與英語大使合辦英語大使領袖黃金海岸交流計劃。同學獲得香港航空「飛越雲端·擁抱世界」計劃贊助機票，前往澳洲體驗當地語言文化，開闊眼界。



英語大使澳洲黃金海岸領袖交流計劃

Exchange Programme to Gold Coast (ECA Leadership & English Ambassador Training)

莫迪

人生首次衝出亞洲，與良師益友們在異國闖蕩，體驗不一樣的風土人情，實在別有一番風味。細看旅程中拍下的照片，想起在澳洲的遊歷，至今仍叫人回味不已。

與袋鼠Selfie



與國鳥鸕鶿Selfie



體驗當地飲食文化與餐桌禮儀



夜訪藍光螢火蟲洞！北半球的螢火蟲為了吸引異性發光，澳洲的卻為了獵食而照亮洞穴。

城市雖然近在咫尺，但黃金海岸卻仍然靜謐悠閒。



李家裕

最難忘的是可以抱著樹熊拍照。原來要「熊抱」成功，秘訣是要鎮定、十指緊扣、掌心向上，讓樹熊覺得你是一棵不折不扣的樹！



到雷明頓國家公園，體驗樹冠吊橋行走的樂趣

黃嘉穎

澳洲的夕霞和海濤都是一望無際的，與維港的舢舨唧唧不同，浪聲風聲呼嘯而過，別有一番風味。

每日都要完成不同的任務！酒店忙碌中！



與當地人交流，是愉快的回憶！





活動由公民教育委員會贊助，由社工、教師等專業人士及大專生帶領。同學透過自我磨煉及與伙伴共同生活，學習逆境自強，尊重、包容和勇於承擔的領袖特質。



逆流挑戰2018 - Adversity Challengers 2018

逆流挑戰第一階段是跑步測試和團隊定向挑戰，接著是珠海為期四日三夜的訓練營。幸運地，我成為最後獲選的四十位逆流少年之一，前往雲南大理及四川西昌，進行九天單車挑戰。



到西昌衛星發射中心參觀，成為第一批參觀的香港人。

首日旅程是騎車前往大理。我們還入住古城的青年旅舍！城裡古色古香，熱鬧非常！途經雲南洱海，風光明媚！



其中一日騎程約115km，當中爬坡佔27km，有運動習慣的我也感到吃力。慶幸有同伴支持，再難也能撐過去！

有伙伴因高原反應入院，大家都十分擔心，幸好最後沒大礙。



少數民族服裝體驗



受到涼山人民政府邀請，與州李共晉晚餐及交流。

莫燭堯

旅途中我與同伴合作無間，一起挑戰各項任務，建立了深厚的情誼。記得一次任務是要餵另一同伴進午膳，其實大家剛完成騎乘訓練已十分疲倦，但見各人為完成餵食任務都手忙腳亂，大家都忍俊不禁；在古鎮的晚上，我與兩位室友聊天至深夜，及後我與其中一位同伴到房外上廁所，怎料留在房間的同學卻把門上鎖就寢，結果我倆在房外依偎着睡了一整晚，實在難忘！

東華三院以「鑒往知來 可持續發展」為主題，安排學生大使拜訪溫哥華的政府機構、華人組織及教育機構，實地了解華人在海外的歷史，以及現今華人在當地參與政治及民生的實況。



東華三院學生大使溫哥華參訪團

TWGHs Student Ambassador Exchange Programme 2018 - Vancouver

學生大使：
蘇衛鵬
黃詩涵

在南瓜田參與競猜南瓜重量的活動，與主持人謝利及隊友合影



蘇衛鵬

出發前，天文台預測說當地整個星期都陰天有雨，幸得上天眷顧，我們享受了多日的好天氣—萬里無雲、陽光溫暖明媚。溫哥華優美的自然景色，不但色彩繽紛，且清新舒服。原本我不太喜歡拍照，但美景在前，使我不禁拿起手機拍個不停，希望把這珍貴的時刻紀錄下來。

在英屬哥倫比亞大學的人類學博物館與王賢誌主席合照。

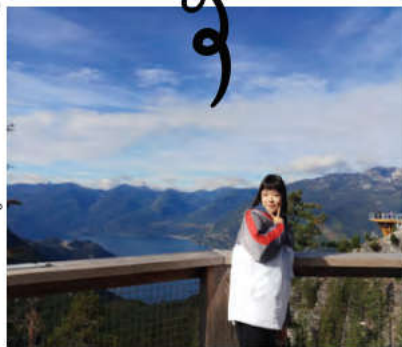


黃詩涵



煤氣鎮--溫哥華發展的起源地

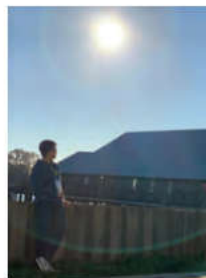
在Sea to Sky平臺上，天朗氣清。



溫哥華有蔚藍的天空，連綿的山脈，遠看還有壯麗的雪山！10月的天氣就是非常非常冷，要穿很厚的羽絨服才能抵禦。我們周遊各處，其中人類學博物館展出大量印第安人圖騰以及過去不同種族的生活器物，令我瞭解到人類文明的發展與歷史。這旅程中我嘗試了很多新事物、學到很多大道理，更認識到一群志同道合且真摯的朋友。



史丹利公園是我們經過12小時飛行旅程後，首批參觀的地方之一。



YMCA-A-Life Academy 是一項為期兩年的活動師友計劃，當中的海外交流團，有助擴闊學生視野，在知識、待人處事、職業生涯規劃等方面給予同學支援和鼓勵。

菲律賓宿霧工作實驗計劃 A-Life Academy Programme

劉家鳴

到過宿霧，才發現當地的人情味比香港更濃。雖然物質享受不多，但人們的臉上卻常掛著笑容。記得有次購物回家，我們即興打開車窗向路人揮手問好，他們都報以友善的回應！在我們離開前，認識只有數天的當地同事買了很多禮物給我們留念，這份質樸的感情最令我動容！

渡假村的潛水體驗叫人難忘！我們第一次試用氧氣樽在泳池深潛！



我們認識了一班好朋友！我們一起等待日出，一起潛水，深厚友誼就此建立！



嘗試接待遠方而來的客人

周紫千

和當地員工一起工作、說笑打鬧的情境讓我難忘。在酒店吧檯前一邊摺著餐巾，一邊談天，我感受到當地人的熱情及善良，語言及種族的隔閡亦因而打破了。



我們負責收拾房間，不但學會了正確鋪床的方法，還掌握到摺毛巾的手藝！



李麗璇

在這次工作實習中，我不但成為了渡假村的前台員工，也學會了不少酒店管理的技巧，更能與當地人交流互動，體驗到當地的風土文化。

酒店人員細心教導我們如何應對住客的來電，又扮演客戶去測試我們的應付能力，場面搞笑。



出海浮潛是難忘的經驗：海水十分清澈，可以看到約40米深的海底。

林翠芬

最窩心的是當地人的笑容及熱情。我被分配到 F&B 部門，員工們不但耐心教導我們這些「新丁」如何摺餐巾、使用托盤，又鼓勵我們多嘗試，更助我們解決疑難！

他們的熱情使原本慢熱的我很快放開懷抱！因我的膚色較深，大家都認定我是當地人，令我很快「融入」成為他們的一份子！

劉榮達

旅程中我體驗了外國酒店度假村的日常工作，感受到當地人的純樸與熱情。短短數天，我們已和他們打成一片，閒暇時更一起玩「大電視」遊戲！

Reunion, 意即「團結」, 代表學生會上下一心、眾志成城, 以凝聚同學為己任。中文名取名「瑜樂」, 代表團隊為同學提供多元化的活動, 讓同學發揮所長、追求理想。

:REUNION!

2018-2019 學生會--瑜樂 REUNION

會長：孫郁淳
 內務部副會長：呂振鏗
 外務部副會長：曾泳搖
 財政部副會長：劉永維
 康樂部副會長：吳梓謙
 福利部副會長：胡緯忠



孫郁淳(會長)

由籌組內閣到上任, 雖然一路上遇到不少困難, 但我們都能咬緊牙關, 憑著彼此的信任和團結走到現在, 這段經歷實在是令人難以忘懷。希望我們可以一直保持著這股熱誠和拼勁回饋校園, 提供最好的服務給同學!



劉永維(財政部副會長)

常言道:「人心齊, 泰山移」, 籌備及選舉過程縱然艱辛, 但全賴一群隊友同舟共濟、共同進退, 才能成就今天的Reunion。



呂振鏗(內務部副會長)

競選時為爭取同學支持, 大家都各出奇謀爭勝。拉票過程縱然艱辛, 但最後得到同學的信任和肯定, 之前的辛苦努力也是值得的!



吳梓謙(康樂部副會長)

選舉前大家都抱著滿腔熱誠, 暑假時經常討論政綱至深夜。選舉後這股熱誠仍未減退, 大家都為服務學校而努力。



胡緯忠(福利部副會長)

在參選過程中, 大家要兼顧會務、學業及其他練習, 實在令人喘不過氣來, 有時連相約開會亦很困難! 幸好我們仍努力保留著當初的那團火, 勿忘初心, 向著同一目標出發!



曾泳搖(外務部副會長)

當大家朝著同一目標進發, 揮灑青春的汗水, 將會是中學時光最美好的回憶, 也是將來回首最值得驕傲的事。





由香港太空館及中華總商會舉辦，參加同學須經過問答比賽、營前集訓和面試三輪甄選，合資格者於暑假前往北京航天城及酒泉衛星發射中心等國家重點航天設備參觀體驗，從中啟發對天文學和太空科學的興趣。



「太空夢想·勇敢成長」少年太空人體驗營2018

HK Young Astronaut Training Camp

嘗試各種太空食物，最為印象深刻的是太空餅乾，口感比普通餅乾結實得多！



首輪考核合格，第二輪是要入訓練營進行體能測試及知識培訓！



試穿太空衣：十分悶熱沉重！重達十多公斤，設計猶如密閉空間，只有一條管道吹風解熱，穿起來走路較吃力！

出發儀式由政務司司長張建宗主持！



酒泉衛星發射中心：當晚沙塵暴來襲！



自己組裝小火箭，用真火藥發射升空！

在興隆觀測站觀星的那個晚上，工作人員耐心地給我們解釋不同的天文現象，更教導我在滿佈繁星的夜空中找出不同星座。

鄭凱恩

血液重新分佈訓練



訓練的確辛苦，慶幸認識到很多朋友，一見如故！



訓練營中有大量步驟訓練，更要冒雨考驗耐力，當然要享用一個豐盛的早餐去迎接挑戰！

經歷了四小時的顛簸才能到達位於戈壁灘中的酒泉衛星發射中心。車上看到的是橫無際涯的沙漠外灘，這些地方和設置都不是普通市民能隨便參觀的！



從前，我並不知道到航天員訓練會是如此艱辛嚴格：血液重新分佈訓練會令人頭脹鼻塞；每天跑山五十公里只是「熱身」，還要穿著厚重的航天服，體能訓練及考核之困難程度更是難以想像！他們每年投放高達一千多個小時於訓練之中，其堅毅不屈的精神的確令人敬佩！



透過不同的音樂活動及表演，讓同學建立自信，培養對音樂藝術的興趣，亦可紓緩學習壓力。



雷霆音樂之旅 Band Sound of Music

吳梓謙

音樂令我認識到更多朋友，視野更開闊。要「Good Show」就要不停練習，力臻完美！凡事堅持、不怕艱辛、重視人與人之間的磨合，這種處事態度使我畢生受用！

表演show: 快樂西貢人 2017-2018 啟動禮



莫崇禧

校慶開幕禮表演

經過一年多的樂隊生活，我學會了與人相處的技巧！所謂「要夾band，先夾人」，樂隊內各人性格不同，總會有意見不合的時候，但共同的音樂嗜好令我們互相協調，從中取得平衡！

學會招募日表演嘉賓



表演show: 賽馬會網上青年外展服務「奇想奇創-社創計劃比賽」



表演show: 香港葵涌扶輪社周年晚宴

岑妙生



劉家鳴

「夾Band」最重要的是團員之間的溝通與配合。大家總有不同看法，如果缺乏溝通，就容易引起磨擦，表現亦會失準。

尖沙咀海旁街頭Busking



musicubehk 6,429次瀏覽次數

音樂使我改變，為我的生活增添色彩。如果沒有拿起結他，我不會結識現在的伙伴，不會創作出一首又一首的作品！在去年我校樂隊Awake成員畢業的時候，我就許下承諾，希望用自身力量感染其他志同道合的同學，令我校能出現更多自組樂隊！

紅十字會青年團(YU324) Red Cross Youth

葉卓靈 (高級訓練隊長)

加入紅會，培養了我對急救的興趣，令我學到豐富的實用知識，也明白到團隊合作的重要。另外，透過團隊相處，我亦領略到與不同性格朋友的相處之道！

宣誓授章
大日子



黃伊雯 (文書)

我在紅會收穫了不少知識和友誼。在急救課中，與拍檔互相提點，令我由手忙腳亂變得淡定自如。我雖然偶有失誤，但都可得到大家包容及指導，使我不斷進步。

李凱盈 (助理服務隊長)

紅會給我的感覺就像大家庭一樣，有好老師、好朋友、好團長，每個人都很親切。步操訓練雖然辛苦，但正所謂“一分耕耘一分收穫”，經過反覆練習，我們的步操考試最終也成功合格！



舉辦健康周



余曉華 (高級服務隊長)

不經不覺我已經加入紅會這個大家庭兩年了，作為當中的一員，最重要的是要互助互勉。希望於往後的日子可以和YU324的會員打成一片，共同進退，一起宣揚紅會的人道精神！



步操考試全體
PASS! YEAH!



紅十字會成員訓練營

魏宇恒 (高級人事隊長)

青年急救課程令我獲益良多，令我由以往對急救知識一知半解，到現在勇於實踐。當中既認識了一班團員，亦對學校以外的社區了解更多。

試後活動：
卡牌聯誼！
腦力大作戰！



參與急救深造
課程的愉快片段

許雅瑛 (人事隊長)

我學會更細心地規劃及分配時間，以免紅會的活動與其他活動時間相撞。熱血過後，領略到什麼是苦中亦甜，亦明白有犧牲才有得著，這樣的校園生活才是精彩！



透過體育訓練及比賽，培養學生自我管理能力和積極的態度。在不同活動過程中，展示「永不放棄、堅持到底」的體育精神，全力以赴，做到最好。



體育校隊 Athletics Team

渣打香港馬拉松少年跑

林恩揚

跑步是一件快樂的事，我從來不把它當成一個任務或一個苦差。運動融入了我的生命，我深深熱愛它。假如一段時間不去練習，總覺得生活好像缺少了點什麼似的。

烏溪沙田徑領袖訓練營



東華三院慈善障礙挑戰賽



葉芷茵

很榮幸能參加這次比賽，亦為我的隊員感到驕傲。縱使今年未能發揮出最好表現，希望能累積經驗，來年可奪得更好的成績，幫助學校再續連霸偉業。

東華三院聯校越野賽



陳悅

三日的學界比賽轉眼便畫上句號，我懷着緊張的心情去參加一項又一項比賽。回想每次訓練，總讓人心力交瘁，但當我們男子丙組站在頒獎台的那一刻，感覺一切都值得了！



台灣田徑集訓營



莫煒堯

運動令我學會自我反省，找出自己的不足並加以改善。只要努力不懈，必定會得到勝利女神的眷顧！



葵青區學界田徑賽



透過體育訓練及比賽，培養學生自我管理能力和建立樂觀及積極的態度。在不同運動過程中，展示「永不放棄、堅持到底」的體育精神，全力以赴，做到最好。



體育校隊 Athletics Team



羽毛球隊



黃秋琦

運動令我體會堅持和團體精神的重要性。過程雖然艱辛，但只要堅持便能獲得成功。在賽場上，隊友的鼓勵使我更有自信，積極面對這更艱鉅挑戰。



東華三院五人足球比賽



伍得榮籃球校園體驗計劃



男子籃球隊

何雅梅

今年，很多隊員都已是中六生，要兼顧學業與練習真不容易！在最後一年中學生涯中未能達成擠身學界比賽四強的目標，實在有點遺憾...但看見球員在比賽中齊心協力，實在十分感動。

葵青區學界女子籃球隊





為培養同學的領導才能及關愛精神，本校義工組與生命熱線合辦生命守門員計劃，期望同學能透過不同體驗活動，培養對社區不同界別人士的同理心。



義工組「生命守門員」計劃 Gatekeeper Training Project for Youth Suicide Prevention



歐陽駿安

活動令我認識很多新朋友，過程中我嘗過當領導者的角色，也有與人協作，使我學會如何與人相處，完成團隊任務。

生命守門員培訓營

張卓婷

參加此計劃令我交遊廣闊、變得勇敢，亦有機會走出安舒圈，學會如何堅強地面對困難。



林雅雯

活動令幹事們在短時間內由陌生變得很熟悉，彼此亦建立了友誼。此外，我們更學習到如何用合適的方法去開解安慰他人，令身邊人變得更開懷樂觀。



李浩暉

在義工活動中明白到關懷的重要性，希望這個信息可宣揚給身邊的每一位。

考試前夕：
彩虹加油站



張宜煥

活動令我更了解自己，同時亦學會如何去關心朋友、體諒別人，有時為別人想多一步，世界會變得豁然開朗。

全城喜義
關懷
大行動

葉慧丹

最大的得著是可令我更了解社會上的人和事，體會到參與義務工作其實十分有意義，施比受更開心愉快！



劉嘉文

我在活動中學到很多實用技能，如剪片、拍攝技巧等。另外更留下很多難忘的回憶，例如與同伴一起划獨木舟！



是次計劃以東華木構建築和文物作主題，讓學生從學習和修復文物的過程中加深對東華及香港歷史文化的認識、培養同學對文物保護及從事歷史文化工作的興趣，讓同學有機會接觸及修復東華珍貴的文物以及訓練同學團隊合作精神。

東華三院文物保護大使計劃

TWGHs Student Conservation Ambassador Programme

胡曉敏 陳子茵
許仲德 呂振鏗

許仲德

從前我以為復修文物很簡單，不外乎是用化學劑或機器去處理，但原來是門很深奧的學問：先要判斷文物是什麼年代的產物、是如何製作，再決定用什麼方法去復修以保其原貌。最難忘是在歡笑與汗水交織下，與友校同學共同修復「神威普佑」牌匾！



組員大合照



胡曉敏

中國傳統建築源遠流長，可惜香港學生很少機會可以接觸。例如古人會在建築物外牆繪畫瓜果以表達對家族的祝福；繪畫成語故事以警剔族人嚴守禮教。參加這次計劃後，我才發覺這類建築其實近在咫尺！



以話劇形式匯報文物的歷史

復修牌匾，必須細心和有耐性！



陳子茵

透過實地考察屏山文物徑和南蓮園池，我們對中國古代建築有更深入的了解。很榮幸能參與復修「神威普佑」牌匾，原來這是光緒皇帝御賜的，以表揚東華樂善好施的善舉。我們的工作是把漆黑的污積擦去，令牌匾重現金光璀璨，是既具挑戰性又有滿足感的任務！



呂振鏗

從前，我已對文物修復工作充滿好奇，修畢課程讓我獲益良多。原來修復工作進行前，必要進行多方面評估和考慮，以免文物被二次破壞；因為文物大多十分脆弱，所以修復時決不能操之過急。

與東華檔案及歷史文化辦公室總主任史秀英小姐合影



實地考察，融合知識與實踐！





藝術全接觸 “ART in touch” Programme

區嘉怡

我最喜歡的是李永銓「玩·物·作」設計展。當中有他所設計的商業品牌作品、書刊和海報，如新九宗罪，蝙蝠俠等。我亦曾經參考他的作品作畫，看畢他的作品令我對八十年代的香港文化有更確切了解。



世界男子保齡球錦標賽“保齡狂熱”繪畫比賽

參加薩凡納藝術設計大學工作坊
漂染工作坊

鍾曉晴

在花卉展覽會場，無數花朵映入眼簾，感覺有如置身花海，我亦不知不覺沉醉其中。



花卉展覽寫生



吳詠甄

在「文化新人類」活動中，我不但了解到博物館的運作和藏品保存知識，亦結交到很多朋友。原來要為陌生人提供導賞極具挑戰性，事前必要準備充足，是訓練膽量的好途徑。

美荷樓之旅

黎嘉瑜

藝術創作絕不可閉門造車，要視野開闊才能創作出令人產生共鳴的作品。不同藝術家的作品及設計展都令我留下深刻印象。我們可從作品中看到作者對社會的看法或其風格是如何隨時間轉變、革新。





童軍生活，令同學們不斷成長。無論國際性的世界大露營，或是步操訓練，都給予他們不同的鍛鍊，開拓視野，學習與人共存。



童軍(1388旅) Scouts

本團榮獲第2017-2018年度童軍主席盾技能比賽季軍

盧欣攸

連日的訓練使原本對童軍技能一竅不通的我能順利完成地域比賽。成功秘訣是要努力掌握知識，更要與隊員建立默契，才可合作無間！

與新加坡童軍交流



余仲邦

自從加入了這個團隊，我們一起笑過、哭過、失落過、煩惱過。為準備比賽犧牲個人時間亦在所不惜。緣份讓我們遇上，我很珍惜和隊員相處的時光，童軍就像我的第二個家，時刻帶給我們溫暖。



黃思婷

最深刻是原野烹飪考核，由理論、嘗試、實踐到改進，我們都有所得着，生活技能亦因此累積（例：樹葉含水份，不宜作為易燃物生火）。每當遇到問題，我們都會反覆討論嘗試，期望下次表現更好。



2017-2018年度童軍主席盾技能比賽

李汶迪

有時覺得自己的表現會拖慢團隊的進度，其後得到隊友的陪伴與鼓勵，信心漸漸提升。凡事只要盡力去做，不管成功與否，都能給自己、隊友有所交代。感謝隊友們一次又一次的包容！



香港童軍總會新界地域主辦2018年度童軍支部技能錦標賽

香港大球場童軍大會



比賽由香港理工大學工業及系統工程學系主辦，由概念圖至原型整合製作，均由同學負責，目的為提升學生對產品設計的興趣，鼓勵創意思維，同時展示學生在科學、科技、工程和數學等方面的學習成果。

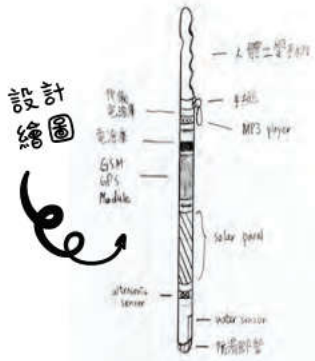


全港中小學產品設計大賽2017-2018

中學組亞軍(衛生保健或復康產品)
梁頌其、李浩堯、葉迪榕、鄧詩敏

梁頌其

比賽期間每天都要留校撰寫計劃書及製作產品，過程雖然辛苦，但是可以親手將我們的構思由理論化為實物，真的很滿足！



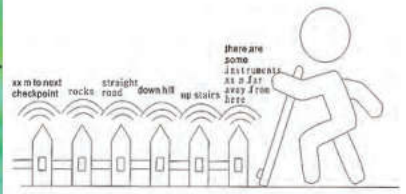
神棍

六腳章魚支撐架
(意念源自章魚，使神棍可於任何時候和地方都可直立放置)



人體工學手柄
(可伸縮，以適合不同身高的使用者)

Arduino 外殼
(外有不同功能按鈕，內置喇叭警示)



仗尖
(RFID card reader外殼，內置水位感應器及超聲波感應器)



匯報前的最後測試

葉迪榕



我們的作品是AI crutch. 又名「神棍」，它代表著我們四人的友誼。比賽期間雖然很辛苦，有時要通宵寫計劃書，但是四人一起，使我擁有了了一個很難忘的中三生涯。雖然我們曾為比賽細節而吵架爭執，但這卻使我們更了解彼此，友誼亦更深厚。

向來賓介紹設計

李浩堯

能夠為「神棍」共同奮鬥，是刻骨銘心的經驗。過程雖然辛苦，有時候更需要「加班」至晚上，但大家能在過程中互補不足，互相扶持，實在難能可貴。

頒獎禮上





同學經過大學生及義工的指導，以遊戲及體驗方式了解弱勢社群情況。他們同時參與「小想法、大改變」社創點子(團體賽)比賽，以提升他們對社企的關注，激發他們的創意，就不同社會議題提出創新點子。



社創青年訓練營暨羅桂祥青年社創日 Young Social Changemaker Camp

本校與安柱中學的聯校團隊榮獲社創點子(團體賽)比賽亞軍

何咏怡

我們憑藉此創業計劃晉身決賽，是難得的體驗！回想當時要向評判匯報構思、財務報表和實際運作等細節，更要接受評判的質詢，真的十分難忘！



唐嘉竣

我們參與了一些社企的體驗服務，聽取樂行俠等社企創辦人的分享，使我們對社企有更深入的认识。



計劃可活化校園，更可提供橋樑讓同學親身接觸弱勢群體，學習共融接納的良好概念，建立關懷支持的校園氣氛。

塗Art·圖

推廣有繪畫技能的唐氏綜合症人士至各區中學，與同學合作進行校園壁畫計畫。

我們的意念是向各區中學推薦有繪畫技能的唐氏綜合症人士，期望他們與同學合作進行校園壁畫繪製。



黃坤瑜

這次是十分難得的體驗，把我們天馬行空的創業概念轉化成現實生活可以實踐的計劃！



計劃能為唐氏綜合症人士提供就業機會，期望歧視和隔閡亦可消除。

張愷康

雖然評判團的問題都十分尖銳，幸好我們都準備充足，最終都能應付自如。



親身體驗上屆獲獎隊伍「密室欺凌」社創企業活動

Life is BETTER when you DANCE!

本校舞蹈隊希望同學可建立自信、發展潛能，故每年均參加多項公開及校際賽事，更屢獲殊榮。



舞蹈隊 Dance Team

第五十四屆學校舞蹈節

亞洲中學生校際嘻哈舞蹈大賽2018-香港選拔賽(校際排舞組)

亞洲中學生校際嘻哈舞蹈大賽2018-香港選拔賽(香港分區 Freestyle Battle) 冠軍

亞洲中學生校際嘻哈舞蹈大賽2018-亞洲總決賽(校際排舞組) 優異獎

ROOKIE STARS DANCE CONTEST 2018_中學組齊舞 亞軍

香港街舞公開賽：街舞一對一鬥舞比賽(中學組) 冠軍

甲級獎
冠軍及季軍
冠軍
優異獎
亞軍
冠軍

謝佩怡 我們的導師 Jessica

在舞蹈隊裏，Jessica不單是我們的跳舞老師，更是交心的好朋友！在課堂上或排練時，隊友們都會互相幫助！舞蹈令我們彼此相遇，我們一起成長，一起進步，有著共同的回憶。



黃家儀

我很珍惜在舞蹈隊的時光，大家互勉互勵、不分彼此，就像一個大家庭！我們一起比賽、練習，這些經歷令我更進步，與隊員的關係亦變得更深厚。



亞洲中學生校際嘻哈舞蹈大賽 2018



賴愛曼

全程投入 揮灑汗水



每次比賽前夕，我們都要排練到晚上，雖然犧牲了休息及玩樂的時間，但為求以最佳狀態演繹舞姿，大家都傾盡全力。這團隊創造了很多美好的回憶：大家互相扶持、互相鼓勵，老師們亦在我們身旁為我們加油！無悔！



校際舞蹈節，整裝待發！

魏卓婷

陳寶珊 比賽後席地而生，共進晚餐！

隊員之間的支持和鼓勵，是我堅持的原動力。比賽前夕，大家晚上留校練習的片段，是我難忘的回憶！

來自台灣的導師！



回想剛加入舞蹈隊時，每次排練都令我體力透支，心想課堂快點完結。但漸漸地，我在隊中認識了一大班伙伴，我們有著共同的經歷與回憶。每次排練或聚會都叫人期待，每次分離均感不捨！

辯論隊成立的目的是為提高同學對時事、辯論的觸覺與興趣。每年均會參與不同的賽事和活動，讓同學建立自信，擴闊視野。在第二屆葵青區聯校比賽中，我校辯論隊連續兩年榮獲亞軍。



辯論隊 Debate Team

成員包括：

黃嘉穎 唐嘉琪 黃愛玲 陳詠豪 姜芷恩 李珮嘉 余曉華
 李榮信 林康雨 王儂羨 李可瑩 鄧玉婷 王耀艇 馮智善
 葉芷茵 莊曉桐 李志穎

陳詠豪 (二副)

成為辯論員，除了要有姿勢，更要有實際。加入辯論隊不單令我學會了辯論的技巧，還令我在與人溝通時更有自信。



李可瑩 (二副)

搜索資料、設立準則、模擬賽等訓練雖然艱辛，但我從不悔加入辯論隊，因為每一次比賽，都是成長的蛻變。



黃嘉穎 (隊長)

最感恩的是能夠見證師弟妹的成長，看着他們的稿件逐漸圓足，亦更有勇氣站出來回應友方的提問，這些都是我們一同歷練過後的成果。

跟保祿六世書院在大賽前進行友誼賽

鄧玉婷 (結辯)

要將多日所收集的資料在短短的時間展現出來，真是極具挑戰！

問評判意見

台下答問環節



余曉華 (主辯)

在這一年間，我們積極裝備自己，亦珍惜每次磨利刀鋒的機會，只為能振翅高飛。



唐嘉琪 (二副)

每一場舌劍唇槍的辯論賽，背後都需要隊員費力勞神，每一場勝利都來得不易。

姜芷恩 (一副)

每一次比賽前的刻苦準備，都是為了突破自己極限。



李珮嘉 (台下發問)

「寶劍鋒從磨礪出，梅花香自苦寒來。」加入辯論隊，得到的不僅是知識，更是每個跟隊友共同進退、磨練自己的好機會。

每項比賽前都要認真設定主線，研究攻擊位置！



王耀艇 (一副)

一場又一場的比賽令我明白，超越別人當然了不起，但更了不起的是超越自己。



LEADERSHIP

領袖實務培訓課程 ECA Leadership Training Scheme

為培養同學的領導才能，規劃多彩人生，課外活動組勉勵有志成為學生領袖的同學舉辦培訓課程。透過完成一系列活動，讓同學裝備自己，盡展潛能。



劉家揚

希望在畢業前可引領更多同學「玩音樂」，為我校掀起新的樂章！

音樂學會主席



孫浩元

希望科學學會舉辦的活動可令同學在玩樂時亦不忘學習，能夠靈活運用科學知識！

科學學會主席

何倩怡

ECA作為學校其中一大組織，經常會遇到各種突發事，需要很高的應變技巧。希望日後遇到任何難關，我們都可齊心合力，做到最好！

課外活動委員會主席



李佩嘉

很榮幸成為籌委會的主席，除可參與籌辦學校的大小事務外，更可訓練自己的應變能力。希望來年能夠盡力帶領姊妹服務學校。

課外活動委員會主席



馮子恩

很榮幸能夠得到社員和社導師的信任，在未來一年必盡我所能，發揮潛能，為社爭光，讓社邁向冠軍之路。

勸社社長



宋仲軒

不知不覺加入童軍已三年多，我由一開始的一無所知到現在成為主席，每步都記憶猶新。我會致力推廣童軍活動，傳承童軍「拼盡無悔」的精神！

童軍主席



冼曉華

希望今年可與幹事攜手舉辦更多新奇有趣的活動，讓同學以輕鬆的方式學習更多時事及辯論的知識。

時事及辯論學會主席



李麗嫻

希望能夠帶領社員一起參與不同的社際活動，使他們各展所長，發揮潛能，為社爭光，讓社邁向冠軍之路。

勸社社長



蔡梓賢

很榮幸可當上社長！其實要在短時間內完成各項社務是最具挑戰性的，幸得幹事們團結一致，互相幫助，大家亦從中汲取經驗，逐漸成長！

信社社長



李之迪

希望今學會活動更有聲有色，讓同學跳出課堂，以有趣輕鬆的方式學習中史，了解中國固有文化！

中史及文化學會主席



董詠彤

希望能帶領社員們在各項比賽中獲取佳績，並能發掘他們的獨特才能，讓他們一展所長，加強對信社的歸屬感！

信社社長



陳智珊

我希望可帶領幹事們渡過愉快既充實的一年，亦希望同學可培養濃厚的閱讀風氣！習慣閱讀，享受閱讀！

圖書館學會主席



朱寶恒

希望引領同學認識更多電影知識，令他們懂得欣賞這門藝術，亦可於繁忙多采的學校生活中放鬆心情。

電影學會主席



朱錦馨

希望可以透過學會活動宣揚正面的樂趣！作為領袖，希望幹事們可以團結一心，各展所長。

家政學會主席





為培養同學的領導才能，規劃多彩人生，課外活動組為有志成為學生領袖的同學舉辦培訓課程。透過完成一系列活動，讓同學裝備自己，盡展潛能。



領袖實務培訓課程 ECA Leadership Training Scheme

馬可慧

希望可舉辦多元化活動，向同學宣傳普通話的魅力，與同學一起從學習中享受無窮樂趣！

普通話大使主席



鄧詩敏

語文往往給人望而生畏的印象，其實它是變化萬千的，甚為有趣！希望我們的活動可培養同學對中文的興趣！

中文學會主席



何嘉甄

希望可讓大家認識更多地理知識，關心周圍環境，熱衷身邊的大小事！

地理學會主席



李志慧

希望提升同學的環保意識，讓同學對減廢、升級再做、可持續等概念有更深的體會！

環保大使主席



葉卓靈

希望令同學對青年獎勵計劃及扶少團有更深的了解。在奮力學習同時，也可跟朋友行山、露營，欣賞香港動人的自然景緻，或參與不同的社會事務，貢獻社區！

青年獎勵暨領袖培訓計劃主席、校輪社少年團團長



舒悅良

希望同學能對不同的動物有更多的認識與關懷，要愛護動物，飼養不購買。

寵物學會主席



梁日鏡

這是我第一次成為學會主席，雖然經驗不多，但我有信心能勝任此職，希望可以集眾幹事之所長與意見，向着共同目標努力！

棋藝社主席



盧振如

希望同學可以多認識橋牌這項有益心智的遊戲，透過我們舉辦的活動放鬆心情，亦可好好享受中學生涯。

橋牌學會主席



羅宜暉

希望把福音傳入校園，讓人更認識天父、感受到祂的愛！

學生福音團契主席



陳宇喆

棋藝活動可以幫助我們鍛鍊思考能力，希望可以為同學提供嶄新的棋藝體驗！

棋藝學會主席



黎嘉瑜

希望能為學校營造更好的藝術環境，透過舉辦不同的藝術活動，讓同學發展所長。

美術學會主席



葉迪瑤

希望能為大家帶來非一般的设计及製作活動，讓同學發揮創意，一同製作獨一無二的作品！

設計與科技學會主席



臨海呼

希望能舉辦不同類型活動，培養同學「自己動手做」(D.I.Y.)的樂趣，並發現其魅力所在。

手工藝學會主席



李浩峰

希望令同學明白數學不只是一門學科，也可應用於日常生活，趣味十足。

數學學會主席



本年度本校各科組舉辦或參與之活動 (節錄)

- 體育行業體驗—躲避盤
- 體育行業體驗—健球
- 魔術表演及魔術生涯就業講座
- 藝術行業體驗—形體舞蹈工作坊
- 藝術行業體驗—升級再造工作坊
- 藝術大使計劃
- 寵物學會馴狗師講座
- 離島區分齡田徑賽
- 醫護工作簡介及心肺復甦訓練
- 薩凡納藝術設計大學創意專材大學開放日
- 職業面試講座
- 聯校陸運會
- 聯校生物營
- 嶺南大學虎地書室「思辯競技場」
- 餐桌禮儀工作坊
- 遠京青少年夏令營2017
- 貓貓Café體驗
- 歷史科台灣考察之旅
- 橋牌研習班
- 學會招募日
- 學界籃球馬拉松比賽
- 學界越野之王長跑賽
- 學生領袖文職典禮
- 學生會提案日
- 學生組織實務培訓課程
- 鄭州姊妹學校來訪
- 鄭州西安歷史文化交流之旅
- 廣州足球訓練營
- 廟宇文化節「成年禮」活動
- 劏房戶全接觸
- 領袖生組長培訓日營
- 輔導組好心情計劃正向大使活動
- 精神健康急救課程
- 跳繩強心講座及花式跳繩示範
- 葵青聯校辯論賽
- 葵青區學校巡回跳繩推廣計劃
- 一帶一路—敦煌西夏考察團
- 葵青區校際越野賽
- 葵青區中學校際辯論比賽
- 葵青區中學校際籃球賽
- 葵青區中學校際游泳賽
- 葵青區中學校際足球賽
- 葵青區中學校際羽毛球賽
- 葵青區中學校際田徑賽
- 葵青青年節之洞察職場活動
- 聖誕聯歡及聖誕綜合表演
- 聖若翰救傷隊心肺復甦急救課程
- 義工服務—長者校園同樂日
- 義工服務—安老院探訪
- 葵青區書法比賽
- 義工100聖誕愛心之旅
- 新加坡學生到訪交流
- 敬老護老愛心義工服務
- 開心快樂家長心理健康講座
- 渣打香港馬拉松少年跑
- 普通話詩詞廣播劇訓練工作坊
- 第五十四屆校際舞蹈節
- 第三屆全港中學學界廣告賞橋王2018
- 第十三屆文化新人類—青年領袖獎勵計劃分享會暨頒獎禮
- 第十八屆觀鳥比賽—觀鳥技巧及比賽路線實習工作坊
- 第十八屆學界觀鳥比賽
- 第二屆葵青區中學辯論比賽
- 清華附中文流團
- 清華大學香港招生宣講會
- 彩虹書法培訓班
- 基因工程訓練計劃
- 國際創意設計巡禮
- 國防教育體驗營
- 啟德喜樂扶輪金菜宴
- 參觀香港金融管理局
- 參觀沙田IE
- 參觀屯門騎術學校
- 高校科學營2017—優秀高中生獎勵計劃
- 高中科研項目—環境DNA技術x教育大學
- 馬灣柳重方舟參加宜道會宜麗堂主日崇拜
- 馬灣公園寫生
- 逆流挑戰2017—單車挑戰
- 班際植額設計活動
- 馬溪沙田徑訓練營
- 海洋公園獎勵計劃
- 桌遊咖啡廳
- 校際戲劇節
- 校長層辯論比賽
- 校本學生精神健康急救課程
- 旅遊團款待科—馬來西亞之旅
- 弱能人士探訪—香港四邑商工總會陳南昌紀念學校
- 香港網球公開賽導賞
- 香港遊樂場協會—迷你奧運會輕排球比賽
- 香港童軍總會新界地域童軍支部技能錦標賽
- 香港國際機場參觀
- 香港青年協會創新科學中心—有趣「變態」實驗
- 香港大球場童軍大會操
- 飛越學堂：歷奇日營
- 飛越學堂：健球體驗活動
- 香港歷史文化專題研習報告比賽
- 英文學會打保齡學英語活動
- 英文大使澳洲領袖交流團
- 英才盃STEM教育挑戰賽2018
- 紅十字會捐血日
- 青年家書徵文比賽

本年度本校各科組舉辦或參與之活動 (節錄)

- 施政報告座談會2018
- 思辯競技場2.0—思考人生的哲學
- 非常領袖訓練營
- 阿仙奴足球學校—五人足球邀請賽
- 綠色建築全港學生比賽
- 社創青年體驗營
- 東華聯校遼寧交流團
- 東華聯校北京50中姊妹學校交流
- 東華聯校牛津劍橋英語夏令營2018
- 東華與市建局「才能展現、起動傳愛」青年領袖計劃
- 東華越峰成長基金學生幹事培訓日
- 東華面試工作坊
- 東華三曉聯校越野賽
- 東華三曉聯校地理資訊系統卓越應用比賽2018
- 東華三曉學生大使溫哥華參訪團
- 東華三曉學生大使訓練
- 東華三曉貴族日
- 東華三曉慈善障礙挑戰賽
- 東華三曉五人足球比賽
- 東華三曉中小學歷史問答比賽
- 東華STEM+領導力培訓圓桌會議
- 東北沈積岩圍區:串燒三小島海上遊活動(東平洲、吉澳、鴨洲)
- 迪士尼物理世界
- 亞洲中學生校際嘻哈舞蹈大賽-香港選拔(校際聯誼)
- 亞洲中學生校際嘻哈舞蹈大賽-香港選拔(香港分區 Freestyle Battle)
- 亞洲中學生校際嘻哈舞蹈大賽-亞洲總決(校際聯誼)
- 扶輪少年團成立典禮暨年度晚宴
- 快樂由我創小組
- 佛山南海藝術文化交流團
- 自我管理能力提升課程
- 好人好事獎勵計劃
- 地理韓國濟州考察團
- 共創TEEN地計劃:體驗工作坊—橡皮圖章
- 共創TEEN地計劃:體驗工作坊—保鮮花飾物
- 共創TEEN地計劃:親子活動—卡通湯圓
- 全新界區際田徑賽
- 全港水火箭比賽
- 生活書院研習室體驗
- 生物科米埔自然保護區考察
- 生命歷程體驗館參觀
- 生命啟迪大使
- 市區重建全接觸—導賞及義工服務
- The Speaker全港中學生英語演講比賽
- 四社越野賽
- 四社社長、學會大使主席及文書會議
- 台灣田徑集訓營
- 北京故宮文物醫院紙本修復專家交流活動
- 北京青年聯合會交流團
- 科學科海洋公園導覽
- 創作天地比賽
- 文憑試加油站
- 文物保護大使計劃—北京文化考察
- 東華三曉何超儀聯校公民教育獎
- 少年警訊名譽會長獎學金計劃
- 少年警訊名譽會長獎學金計劃-綜合訓練營
- 天文學會校內觀星
- 公共衛生(肺結核)講座
- 中國剪紙藝術體驗
- 中西區文物徑—中環線考察活動
- 中四尋志營
- 中六級模範放榜
- 中五英語求職體驗日
- 中一新生茶聚
- 川龍河考察
- 山西歷史文化考察團
- 大埔生疏書院體驗
- 大哥哥大姐姐歷奇訓練日
- 「老愛我家」攝影及短片比賽
- 大型氣球裝置製作班
- 上海交通大學升學資訊講座
- 一人一CAKE蛋糕製作班
- 中文狀元挑戰計劃
- Summer Fun DIY工作坊
- STEM領導力培訓團
- Smart Teens: 歷奇日營
- Smart Teens 學習獎勵計劃—咖啡甜品行業體驗
- Shine on Stage 閃耀舞台體驗計劃
- Rockie Stars Dance Contest 2018 中學組比賽(齊舞)
- F.3 Science Fun Days
- F.1 暑期銜接課程
- DIY押花飾物工作坊
- AI、Photoshop 電腦繪圖培訓課程
- 3D打印技術體驗課程
- 「繽紛智樂在滄森」嘉年華攤位
- 「關心一線」義工培訓
- 「零扣分」獎勵計劃
- 「愛我中華」兩岸四地青年大匯聚大車團
- 「喜樂同行」成長小組計劃
- 「非凡SN體驗」戶外歷奇訓練
- 「咖啡達人」咖啡拉花體驗
- 「南習方舟」交流計劃(北京/開封)
- 「成就夢想·勇敢成長」少年太空人體驗營
- 「好戲量」自選劇場:白紙
- 「正面思維」開心快樂心理健康講座
- 「友·導向」師友計劃
- 「No More Plastics」塑料回收大行動
- 「Get Set Go」理財工作坊
- 《基本法》多面體—全港中學生辯論賽訓練
- 《香港200》領袖訓練計劃
- 四社社長、學會大使主席及文書會議

RABIULAKHIR
يوم الأربعاء

齊來參加笑呵呵

2

1440
24hb

課外活動好處多

庚辰龍十一月運程
辛巳蛇十一月運程

年出生的人，參加課外活動，必須注意安全。
年出生的人，需帶眼識人，以免影響學業前程。

山羊座		戊戌年 十一月大		WEDNESDAY		豬日冲蛇生年																	
廿七日		星期三																					
鐵版神算 15 20 29 47		時辰吉凶		子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥		易經妙算 17 34 24 46																	
本日貴人時 子寅未申		子 丑 寅 卯 辰 巳 午 未 申 酉 戌 亥		吉 凶 吉 吉 凶 凶 凶 吉 吉 中 中 凶		每日胎神 每日相煞																	
己亥木壁閉日 三十寒		宜 課外活動		忌 無所事事		占房內中 歲煞西66																	
四柱預測 10 22 33 35		本日五黃		<table border="1"> <tr><td>12</td><td>24</td><td>04</td><td>16</td></tr> <tr><td>36</td><td>48</td><td>28</td><td>40</td></tr> <tr><td>09</td><td>21</td><td>10</td><td>22</td></tr> <tr><td>33</td><td>45</td><td>34</td><td>46</td></tr> </table>		12	24	04	16	36	48	28	40	09	21	10	22	33	45	34	46	吉神方位 生門正東 貴神西南 喜神東北	
12	24	04	16																				
36	48	28	40																				
09	21	10	22																				
33	45	34	46																				
漲潮 03:00						退潮 07:30																	

《若動飛瑜 Flair Beyond Infinity》特刊

策劃及製作：課外活動組

編輯及校對：課外活動大型活動籌備委員會

何倩怡 同學 李珮嘉 同學

東華三院伍若瑜夫人紀念中學

葵涌安捷街13~21號

電話：2428 5129 傳真：2480 3015

Email：wyyss@tungwah.org.hk

