

教育專業



香港教育工作者聯會
Hong Kong Federation of Education Workers

ISSUE 02

教育篇

教育熱話

資助學校教師職位全面學位化
如何計算薪酬？〈附例及薪酬表〉

管理新思維

正向心理學融入校政管理
推動正面文化 帶領學校持續進步
打鼓嶺嶺英公立學校 朱國強校長

教育專欄

給新晉副校長的錦囊
幼師要有 6 顆心 發揮專業培育棟樑
「翻轉教室」需要完善的配套

優秀教師專訪

鳳溪第一小學
楊詠盈主任、冼文標主任、
張淑冰主任、鄒立明主任

基督教聖約教會堅樂中學
蔡開華科主任、任靜儀老師

消閒篇

中醫保健
個人理財
吃喝玩樂

招聘篇

教育好工
等你應徵

同步發展

「教學」

「行政」

與

教師專業
階梯雙軌並行

特 別 鳴 謝

鳴謝 教育傳媒集團贊助
第一、二期 《教育專業》
寄送給 **3500** 位退休會員



HKCERI
香港才能教育研究會



《教育專業》是香港教育工作者聯會出版的專業教育月刊，由教育傳媒集團有限公司統籌出版工作，我們歡迎教育同工和各大機構提供資訊，讓我們能夠充實刊物的內容，如欲查詢刊載內容或贊助廣告詳情，

請聯絡教育傳媒：任小姐 (852)6655 3843 (電話 /WhatsApp) 、
陳小姐 (852)9050 7567 (電話 /WhatsApp)

教育篇

教育專業

香港教育工作者聯會

地址：九龍旺角道 33 號凱途發展大廈 17 樓

電話：(852) 2770 3918

網址：www.hkfew.org.hk

出版：教育傳媒集團有限公司

地址：九龍長沙灣青山道 485 號

九龍廣場 21 樓 03 室

網址：www.edumedia.hk

主編：陳翠賢

編務統籌：鄭樂婷

美術統籌：廖智森

市場統籌：曾頌恩

技術統籌：黃榮栢

總經理：周日發

業務聯絡：張惠萍 (852) 3612 9743

電話號碼：(852) 6655 3843

圖文傳真：(852) 3020 5738

電郵：cs@edumedia.hk

發行：教育傳媒集團有限公司

印刷：匯宜有限公司

地址：新蒲崗九龍黃大仙大有街 2 號

旺景工業大廈 15 樓 C6 室

發行量：30,000 冊

免費贈閱

版權所有 翻印必究

封面故事

02

08

教育熱話

10

14

16

管理新思維

18

優秀教師專訪

22

24

教育專欄

26

28

30

32

活動回顧

34

35

36

學界活動

37

38

39

消閒篇

中醫保健

46

個人理財

48

教聯資訊

50

吃喝玩樂

54

56

58

62

招聘篇

專業招聘

68

教師專業階梯雙軌並行 「行政」與「教學」同步發展
危機還是轉機 三問教師學位化
香港教育大學教育政策及領導學系 副教授陸佳芳
香港教育大學教育政策及領導學系 講師何振聲

資助學校教師職位全面學位化 如何計算薪酬？

JSIT 聯校資訊科技學會

認真看待外判教育——問題剖析及實用策略

香港教育大學教育政策及領導學系 助理教授崔太偉

2019/20 年度財政預算案撥款

有否關注中、小學體育發展及需要？

JSIT 聯校資訊科技學會

正向心理學融入校政管理

推動正面文化 帶領學校持續進步

打鼓嶺嶺英公立學校 朱國強校長

來一場華麗的數學大冒險

創意與傳統並重的繪本教學

楊詠盈主任、冼文標主任、張淑冰主任、鄧立明主任

鳳溪第一小學

當科學遇上通識

探索生命秘密 經歷生命意義

蔡開華科主任、任靜儀老師

基督教聖約教會聖樂中學

給新晉副校長的錦囊

長洲官立中學 陳耀明校長

幼師要有 6 顆心 發揮專業培育棟樑

明慧國際幼稚園及國際幼兒園 陳杏校長

「翻轉教室」需要完善的配套

香港中文大學學能提升研究中心 藍澧銓教授

教師的工作壓力為何這麼大？

伍家珍（中文大學教育輔導及諮詢（特殊教育）碩士、

中文大學教育行政碩士）

五四運動教育沙龍追古溯今

2019 粵港姊妹學校經典美文誦讀比賽

「香港居民考取內地中小學教師資格」講座

聯盟與三大工程師學會攜手舉辦

「第一屆未來工程師大賽」

「我們一起『悅』讀的日子」新書發佈會

《缺氧女孩》—— 青少年精神健康放映分享會

JSIT x Enjoyneur : MakeBlock Halocode

補肺健脾防過敏

李逸嫻（博愛醫院註冊中醫師）

基金——魔鬼還是天使？

教聯會會員優惠

如何選購好的葡萄酒

體驗極簡約主義 Quique Dacosta Restaurant

米芝蓮三星餐廳

在鬧市中品嚐地中海海鮮滋味

領略真正的陽朔山水

教育招聘

教師專業階梯
雙軌並行

「行政

「教學」與

同步發展

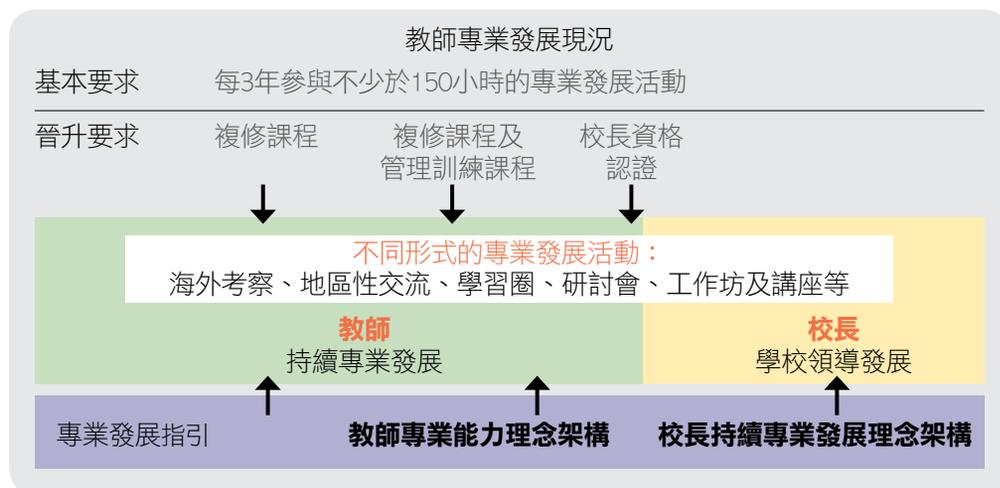
最近，教育界爭取多時的幾項議題，透過各方的努力與磋商，終於在2018年政府發表的《施政報告》中得到回應，其中包括教師全面學位化、一校一行政主任等，實為業界打了一支強心針。教師專業發展專責小組亦於2019年3月26日公布檢討結果。

專責小組不負所望，於短短一年半間透過對香港教育界的仔細觀察及深入研究，再加上參考海外經驗，共提出了18項建議，例如教師全面學位化、建立教師專業階梯、調整小學校長薪酬及增加小學中層主任職位等，不僅反映其認真負責的態度，也體現本屆政府重視教育、與各界「一起同行」的誠意和胸襟。

總體上看，報告的建議以學校現實情況為依托，勾勒了未來教師專業發展的基本框架結構，確立教師專業階梯，並優化及理順管理層的職級安排，更有效地推進落實全面學位化。

深化現況成效 開拓未來新方向

一直以來，政府亦透過不同措施以提升教師的專業發展，以校本專業發展為例，教育局與前師訓與師資諮詢委員會（ACTEQ）於2002及2003年分別制定了「校長持續專業發展理念架構」及「教師專業能力理念架構」；持續專業發展方面，則訂立「軟指標」，鼓勵所有教師於每3年周期內參與不少於150小時的專業發展活動；至於優化管理方面，教師及校長專業發展委員會（COTAP）更於近年啟動「T-標準+」，描述教學專業團隊的專業角色和形象，協助教師及校長反思其專業角色，從而訂定持續專業發展計劃。



報告對建立教師專業階梯的 4 大建議：

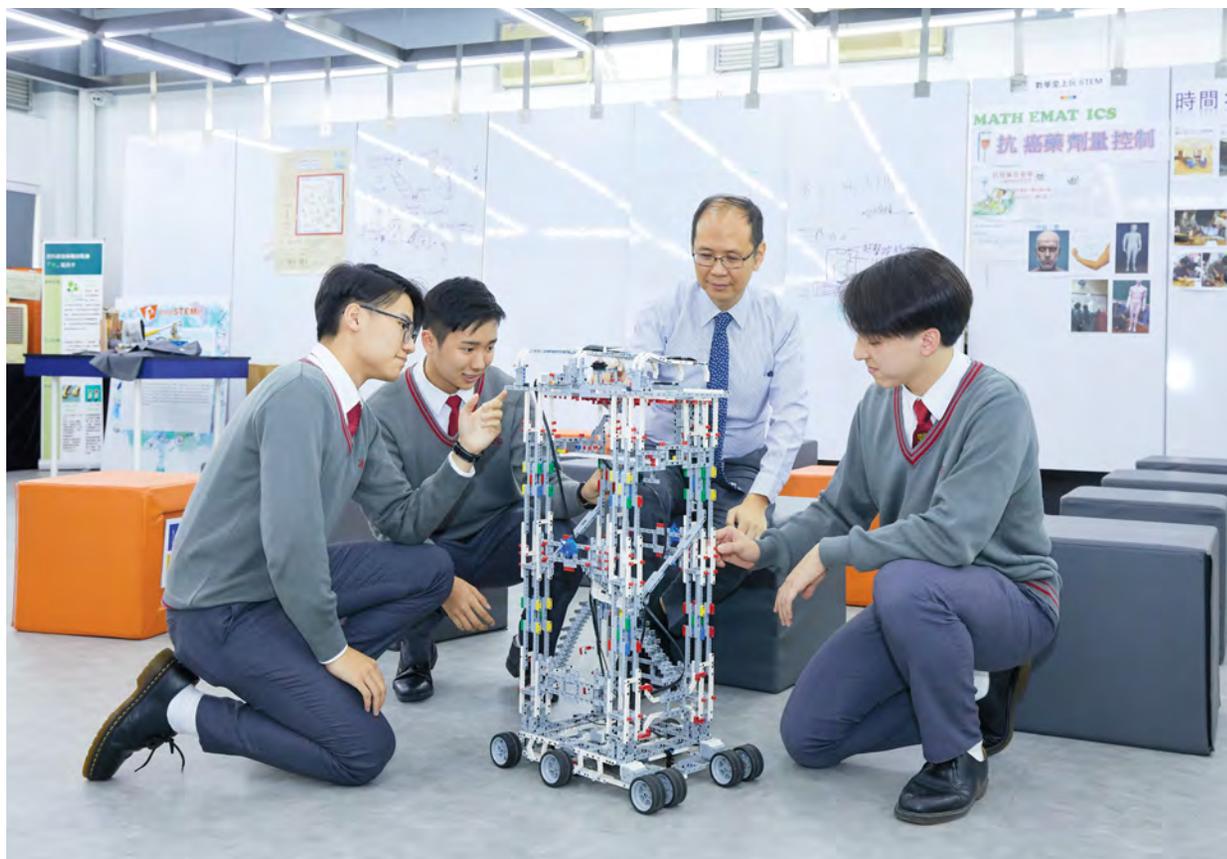


專責小組於最新報告中提出了對建立教師專業階梯的4項建議，為未來教師專業疏理出一個新方向，以提升教師專業地位為最重要目標，研究出建立教師專業階梯的可行方案。不過，現時本港教師持續專業發展活動欠缺有系統的規劃，培訓質素參差。再者，教聯會去年進行的「香港教師政策建議」的研究亦發現，不少受訪教師對COTAP缺乏認識。為此，教聯會建議政府參考新加坡的做法，向全港校長及教師進行大型調查研究，了解他們對培訓活動的評價和需要，以建立能回應不同教學階段需要的進修計劃。

全面學位化是教師專業發展前提

業界關注專責小組研究如何落實教師全面學位化、理順小學管理層的薪金及職級安排等。報告中建議小學校長的頂薪點加2.7萬元至逾12萬元；亦建議在全港中、小學增加約2000個中層及副校長職位。

職級	現時薪酬 (\$)	建議薪酬 (\$)
一級校長	81,975-93,315	101,520-116,265
二級校長	71,520-85,770	89,460-101,520
高級小學學位教師 (副校長)	70,590-71,520	70,590-85,770



教聯會主席黃錦良表示：「過去多年，教聯會不斷爭取教師全面學位化，這一項政策非常重要，教師全面學位化後社會對老師的要求也相應提高，老師的專業及士氣有所增加，家長亦樂見資源多了，整個社會也受惠。」文憑教師與學位教師「同工不同酬」問題，過去一直困擾業界。教育局剛公布全港所有資助和津貼學校的學位教師比例劃一增加至100%，涉及額外開支約15億元，新政策將讓教師受惠，解決積壓多年的問題。

同工不同酬問題積壓多年

現時香港絕大部分教師擁有大學學士學位資歷，但鑑於現有編制限制學位教席的比例，不少持有學位的老師仍停留在薪酬待遇較差的文憑教師職級。目前小學學位教師職位的數目只達學校核准教學人員編制的65%；中學方面，則學位教席比例只達85%。教師全面學位化正是解決這問題的重要良藥。

如何理順學校中層管理職位？

「在全面學位化的實踐上政府須有一個長遠而周全的規劃及配套。」黃錦良道：「就以學校會一次過或分兩年時間去落實政策為例，已需要深思熟慮，學位化是否真的可以一步到位？太急又可有反效果？校長們要負責起整間學校的教育質素，加上將會落實一校一行政主任，需要大量中層職級人才，如有一些老師只着意做好教學工作，沒有走入行政行列的打算，他們的職業發展階梯又該如何理順呢？」

黃錦良表示這一層問題值得業界大力關注，當教師的專業發展有路可循，中層的管理人才又該如何分配呢？

他建議當局應考慮設立不同的晉升階梯。獲晉升的教師可因應自身的專業發展，選擇承擔更多行政或教學工作。部分較擅於處理行政的教師，可專注人手協調、資源管理等行政管理職務。至於有興趣在教學方面發展的教師，則專注在教學上不斷追求卓越，推動教育研究，藉以提升教師的專業地位。



教聯會建議日後可以按照老師的意願，發展自己的職業階梯，使學校的教學及行政方面也有專才。



未來學校對行政主任的需求將會很大，除了教育局，教聯會亦將計劃推出一系列培訓課程，為教師面對未來的業界新方向。



中、小學教師承受處理行政工作的壓力，教聯會爭取「一校一行政主任」多時，今天終於有成果。

實施一校一行政主任 加強培訓行政專才

早前發表的《施政報告》建議向中、小學提供二級行政主任津貼或增設常額行政人員職位，達致「一校一行政主任」。黃錦良樂見新措施將有助釋放教師空間，使其專注教學及關顧學生。不過正如前文提到，學校面對增加了的2,000個職缺，人才何來？「目前市場上的確較少這一類專才，學校行政工作一般由校長或副校長跟進，而行政主任這個職位期望會負責採購、招標、管理非教職人員工作安排等，業界現在需要開始培養人才，我們正在計劃推出一系列行政主任的課程及講座，務求盡量配合業界的發展。」

教聯會對於政府終於回應了教育界多項訴求，包括成立專責小組研究落實全面教師學位化、一校一行政主任、建立教師專業階梯、調整小學校長薪酬等措施感到雀躍，為了配合政策的全面推行，教聯會除了將策劃一系列培訓課程外，亦會研究與人力資源、市場及管理機構合作，規劃如何為學校實施「一校一行政」而提供支援，務求與整個教育界攜手同步，一同開拓未來的新方向。



“

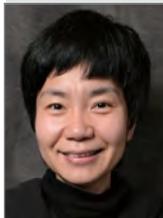
最令人振奮的消息，莫過於落實教師全面學位化，並推行「一校一行政主任」。教聯會過去多年堅持爭取落實的訴求，其努力總算沒有白費。

——教聯會主席黃錦良

”



危機還是轉機 三問教師學位化



陸佳芳

(lujf@eduhk.hk)

香港教育大學
教育政策及領導學系副教授
主要研究領導力培訓模式、
管理團隊，以及教師創新。

重視學校中層領導的培訓及學校變革；善於協助教師及學校檢視；思索如何在學校培養中層領導；提升學校效能。早前筆者在明報以教師學位化與教育專業承傳立論，提出在職教師培訓的重要性。故此，在此篇章中，筆者亦不想再詳述個人見解。相反，筆者想藉此平台，以非學術的角度，提出三個有關教師學位化的問題，讓學校管理層及教師好好思索新政策對學校帶來的「機」遇。

第 1 問：危機還是轉機—— 學位教師（GM 或 APSM） 是主任級工作嗎？



何振聲

(hocs@eduhk.hk)

香港教育大學
教育政策及領導學系講師
重視學校中層領導的培訓及
學校變革，善於協助教師及
學校檢視及思索，如何在學
校培養中層領導，提升學校
效能。

在傳統的薪酬制度下，理所當然以薪酬決定教師的職級與工作量。所以學位教師一直以來都代表着教師需兼任科主任或行政主任工作，而文憑教師則代表任教初中或無需擔當主任職務工作的同事。當然，自合約教師盛行開始，文憑教師為求續約而擔當主任職務的同事亦大有人在。不過，這並非筆者想大家思考的重點。相對地，筆者認為我們應把重點集中在「加薪等於加派職務」的問題上。

首先，大家需要明白，是次加薪是對學位教師們的一種認同。正如筆者在明報所言，是還持有學位的教師一個公道。另外，筆者希望大家能思量薪酬與教學質量的關係。一般情況下，為突顯公平原則，以往學校以薪酬與工作量掛勾是無可厚非的。但既然大部分教師將來都是同酬不同工，而部分工作量又難以量化，我們是否有必要為工作或職務都分配得分毫不差？我們是否應把焦點集中在如何協助同事提升教學質量，而非分擔更多的主任級職務之上？

第2問：危機還是轉機——

學校如何留住人才？

自筆者投身教育工作以來，經常聽到前輩說到「學校不會因為失去誰而生存不了」。當然，這句說話的前提是，學校有穩健的基礎，學生來源不成問題，以及同事協作良好等因素支持。就如筆者以往在程度不俗，加上在區內薄有名氣的學校任教，親證學校失去誰也可以生存的道理。

可是在學位化之後，大家失去的可能不是普通的教育。高級學位及正在倡議的新副校長政策都提高了全港中層教師的流動性。加上這數年的校長荒，在可見的將來，除校內晉升機會大增外，會有更多有經驗的「學校支柱」會轉投其他學校，尋找晉升的機會。從整體教育界而言，擴闊有能者晉升的空間當然是好事。但對一所學校而言，「第一梯隊」的轉移，意味着「第二梯隊」的承接。他們又是否已經準備接任？為挽留人才，提升教師對學校的歸屬感，我們有何策略？全都讓其內部晉升？還是學位化為學校加強培養「第二梯隊」建立契機？

第3問：危機還是轉機——

學校如何減少內耗？

「有人，就有競爭。」校長們當然明白更多的晉升機會，意味着同事之間有新一輪的競爭。若競爭正面得當，同事惺惺相惜，則有效提升同事工作效能及效率。要是誤用競爭為誘因，催迫同事工作或惡鬥，在欠缺相應的回報下，最終只會弄巧成拙，人心散離。特別在當今時局，學校內部事務稍有處理不當，則動輒成為傳媒焦點。所以，學校管理層有必要用心權衡晉升空間所帶來的危機。

如是者，建立公平開明的晉升制度，好像是唯一出路。但筆者不禁想問，為何部分學校的教師會特別把同事的競爭視為晉升過程的必然產物？同時又有一些學校的教師，從不理會誰是高級學位教師或學位教師，只要是做好教育工作的任務，大家都無分你我，全程投入。到底，他們的學校，做了甚麼減少這些內耗？還是真的是人的問題，對這些教師而言，晉升真的只是一種肯定，而非利益的分配？

思索「機」遇

筆者提出3個現實的問題，同時亦絕無解答問題的打算，因為不同學者會對以上有關提升教師的工作動力及增強團隊合作的問題提出不同的見解。有人會說關鍵是做好校長領導、改善教育管治、提高教師正向心理、建立教師團隊，而筆者當然會提出培訓中層領導。仿佛答案很多，只是取向的問題。但在沒有實例實證的支持下，筆者不希望誤導大家，隨便提出特定的答案。所謂家家有求，只希望大家就以上三問，好好思索「學位化」在你的學校代表着甚麼。我們又應如何解讀這「機」遇，以想出對策提升教學效能。

預告：

為了讓同工更深入了解全面學位化後的薪酬計算安排，教聯會將於5月份舉辦講座，邀請資深校長講述有關安排，敬請密切留意本會最新公布。

資助學校教師職位全面學位化 如何計算薪酬？

政府終於接納「教師專業發展專責小組」的建議，在《2018年施政報告》中宣布，於2019/20學年全面將公營中、小學教師職位學位化；學校可因應校本情況，安排於2020/21學年或以前全面落實。以現時核准教學人員編制而言，小學學位教師職位的只有65%，中學學位教席亦只達85%，在2019/20學年或之後，所有核准編制內的教席均轉為學位教師職位（包括過往在各項措施或基金下為學校提供的非學位教師職位）。

JSIT聯校資訊科技學會
Joint School Information Technology Association

JSIT 聯校資訊科技學會

T 老師

根據教育局通告第11/2019號（下稱「通告」）指出，在教師職位學位化後，教師的職責不會只是課堂教學及現有職務，他們須擔任更多樣化的專業職務，當中包括學生支援、學與教、課程發展、教師專業發展等範疇的統籌工作，並建議這些工作都應由學校整個教師團隊承擔。這樣大的轉變，對學校是「契機」還是「危機」？正面來看，學校可藉此檢視和調整人力資源運用和職務分配的情況，從而提升整體教師團隊的專業能量；但同時要留意教師職務分配是否公平公正，免生齟齬。

即使教育局已為學校教師職位學位化訂立時間表，但通告亦指出如現職非學位教師因個人意願選擇不改編至學位職系，或學歷未符合改編至學位教師職系的要求，這些教師仍可繼續於現職資助學校留任非學位教師。此外，如學校有特殊的校本需要，校董會/法團校董會可考慮聘用現職未持有認可學位的資助學校常額教師，填補教師學位後的職位空缺，以提供所需服務。學校亦可以文憑教師職位聘任這些非學位教師，但會造成學校未完全用盡所有學位教師職位，學校便須抵銷相應職級和數目的學位教師職位，讓在職的非學位教師繼續留任現職，直至有關教師自然流失，或符合相關資格並選擇改編至學位教師職系；同時，有關的學位教師職位便不能凍結以領取現金津貼。

至於核准編制以外的合約教師（包括學校以現金津貼/自資的經費聘請的合約教師）轉職為屬核准編制內的常額教師，亦屬新入職的常額教師。而學校現時以界定合約期方式（教育局不建議學校以此條款聘用教師）聘用的常額教師亦屬現職核准編制內的常額教師。此外，因資助中學減少中一班而獲延長保留的過剩非學位教師和在「自願優化班級結構」計劃下獲准保留的過剩非學位教師，如已持有本地學士學位資歷（或同等學歷），均可在2020/21學年或以前，在其任教的學校改編至學位教師職系；但有關超額/過剩教師則只可留任基本職級。

由此可見，這項政策對部分教師的確是好事，但亦有存在問題：非學位職系教師的晉升機制將不獲保留，即非學位教師須先改編至學位教師職系，如符合《資助則例》訂明的相關學歷、條件和教學經驗要求，才可獲考慮署任或晉升至學位教師職系內的晉升職級；此外，在工作分配時，亦有可能出現同工不同酬的情況。故此，學校在制定相關工作分配的機制時，應以公平公正公開為原則，讓校內同工知悉及了解相關安排，避免不必要的誤會。

為了讓讀者們更了解相關的薪酬計算方式，以下有兩個中小學例子以供參考：

入職薪酬（中學）

• 2010年10月1日後入職薪酬

- **學位教師**：第15點 / 第17點（有合適師訓可加2個額外的增薪點）
- **一級校長（Pr.I） / 二級校長（Pr.II）**
 - 以每年開班班數+年資決定
 - 一級校長（Pr.I）：出任設有18班或以上中學的校長（建議）
 - 二級校長（Pr.II）：出任設有12至17班中學的校長（建議）
- **首席學位教師（PGM）**
 - 出任設有11班或以下中學的校長
 - 中學副校長
- **高級學位教師（SGM）**
 - 高級學位教師在資助或官立或直資中學最少有三年認可的中學教學經驗
- **學位教師（GM）：根據教育局《薪金評估指南》，薪金評核有兩種計算方法**
 - **方法一：以教學年資決定（Fit-in）**
 - Fit-in 評薪
保留改編職系前的實職薪金（即直接將文憑教師職位的薪金帶過去學位教師職位）。如果轉職日期為教師擔任文憑教師的增薪日期，便會在獲得增薪一點的同時改編職位成為學位教師。若教師已達文憑教師的頂薪點，在轉職時不會有即時的薪金調整（只可以帶24點頂薪），直至擔任學位教師滿一年才會增薪。

• 方法二：取得學位資歷決定（Reassessment）

- Reassessment 評薪
以現行學位教師（GM） / 高級學位教師（SGM）的起薪點計算，如持有合適師訓可獲獎勵加2個額外的增薪點，再加以取得有關資歷後之教學經驗作認可資歷增薪。根據這個原則，受聘為學位教師者，只有在取得學位或同等學歷後所累積的教學經驗（包括文憑教師的教學年資），才可用作計算遞加增薪。
（計算式： $15 + 2$ （合適師訓）+ 取得學位後的教學年資 = 轉職學位教師後薪酬）
- 按教育局一貫的做法，在選擇「以教學年資決定（Fit-in）」或「取得學位資歷決定（Reassessment）」的計算方法時，是以對教師較有利的。

* 薪酬最終決定權由教育局薪金核實小組決定

中學學位任教小學或小學學位任教中學將扣取1個增薪點

入職薪酬（小學）

• 2010年10月1日後入職薪酬

- **學位教師**：第15點 / 第17點（有合適師訓可獲獎勵加2個額外的增薪點）
- **助理小學學位教師**：第15點 / 第17點（有合適師訓可加2個額外的增薪點）
- **一級小學校長（HMI） / 二級小學校長（HMII）**
 - 以每年開班班數+年資決定
 - 一級小學校長（HMI）：出任設有24班或以上小學的校長
 - 二級小學校長（HMII）：出任設有12至23班小學校長
- **高級小學學位教師（SPSM）**
 - 出任設有11班或以下小學校長
 - 小學副校長
 - 以學位教師年資決定
- **學位教師（PSM）**
 - 以學位教師年資決定
- **助理小學學位教師（APSM）：根據教育局《薪金評估指南》，薪金評核有兩種計算方法**
 - **方法一：以教學年資決定（Fit-in）**

• Fit-in 評薪

保留改編職系前的實職薪金（即直接將文憑教師職位的薪金帶過去學位教師職位）。如果轉職日期為教師擔任文憑教師的增薪日期，便會在獲得增薪一點的同時改編職位成為學位教師。若教師已達文憑教師的頂薪點，在轉職時不會有即時的薪金調整（只可以帶24點頂薪），直至擔任學位教師滿一年才會增薪。

• 方法二：取得學位資歷決定（Reassessment）

- Reassessment 評薪
以現行助理小學學位教師（APSM） / 學位教師（PSM）的起薪點計算，如持有合適師訓可獲獎勵加2個額外的增薪點，再加以取得有關資歷後之教學經驗作認可資歷增薪。根據這個原則，受聘為學位教師者，只有在取得學位或同等學歷後所累積的教學經驗（包括文憑教師的教學年資），才可用作計算遞加增薪。
（計算式： $15 + 2$ （合適師訓）+ 取得學位後的教學年資 = 轉職學位教師後薪酬）
- 按教育局一貫的做法，在選擇「以教學年資決定（Fit-in）」或「取得學位資歷決定（Reassessment）」的計算方法時，是以對教師較有利的。

* 薪酬最終決定權由教育局薪金核實小組決定

中學學位任教小學或小學學位任教中學將扣取1個增薪點

官立、資助學校教師薪級表 (2018年4月1日生效)

此表僅供參考, 以政府或學校資料為準



CM

入職日期	起薪	關限
2007/08/01或以後	14	19
2000/04/01-2007/07/31	12	17
2000/03/31或以前	14	19

註: 已受師訓者不設關限

GM*

入職日期	起薪	關限
2010/10/01或以後	15	20
2007/08/01-2010/09/30	17	22
2000/04/01-2007/07/31	12	17
1997/09/01-2000/03/31	17	22
1980/12/05-1997/08/31	17	27

APSM*

入職日期	起薪	關限
2010/10/01或以後	15	20
2007/08/01-2010/09/30	17	22
2000/04/01-2007/07/31	12	22
1991/01/01-2000/03/31	17	27

*已受師訓的起薪點加2點, 不設關限

2000/03/31或以前 或 2007/08/01-2010/09/30入職
2000/04/01-2007/07/31入職
2010/10/01或以後入職

中小學文憑教師

小學學位教師

中學學位教師

薪級點

現行薪酬

			49	129,325
			48	124,830
		一級校長 PI (45-49點)	47	120,495
			46	116,265
	一級小學校長 HMI (43-46點) (建議)		45	112,250
			44	105,175
		二級校長 PII (40-44點)	43	101,520
			42	97,340
	二級小學校長 HMII (40-43點) (建議)		41	93,315
		首席學位 教師 (副校長) PGM (38-41點)	40	89,460
			39	85,770
	高級小學 學位教師 (副校長) SPSM (34-39點) (建議)		38	81,975
		高級學位 教師 SGM (34-39點)	37	78,380
			36	74,830
			35	71,520
			34	70,590
			33	70,090
	高級助理教席 SAM (30-33點)	小學學位教師 PSM (30-33點)	32	66,945
			31	63,930
		學位教師 GM (不同時期入職, 薪級點不同)	30	61,060
			29	58,345
			28	55,705
	助理教席 AM (25-29點)		27	53,195
		助理小學學位教師 APSM (不同時期入職, 薪級點不同)	26	50,825
			25	48,540
			24	46,420
			23	44,325
			22	42,330
	文憑教師 CM (不同時期入職, 薪級點不同)		21	40,420
			20	38,490
			19	36,665
			18	34,930
			17	33,290
			16	31,685
			15	30,165
			14	28,725
			13	27,340
			12	25,790

教師薪酬（2018年4月至今）

入職年份	CM	APSM	GM
2019	28,725(pt14)	33,290(pt17)	33,290(pt17)
2018	30,165(pt15)	34,930(pt18)	34,930(pt18)
2017	31,685(pt16)	36,665(pt19)	36,665(pt19)
2016	33,290(pt17)	38,490(pt20) 薪金關限	38,490(pt20) 薪金關限
2015	34,930(pt18)	40,420(pt21)	40,420(pt21)
2014	36,665(pt19) 薪金關限	42,330(pt22)	42,330(pt22)
2013	38,490(pt20)	44,325(pt23)	44,325(pt23)
2012	40,420(pt21)	46,420(pt24)	46,420(pt24)
2011	42,330(pt22)	48,540(pt25)	48,540(pt25)
2010	44,325(pt23)	55,705(pt28)	55,705(pt28)
2009	46,420(pt24)	58,345(pt29)	58,345(pt29)
2008	46,420(pt24)	58,345(pt29)	61,060(pt30)
2007	46,420(pt24)	58,345(pt29)	63,930(pt31)
2006 1/4/2000-31/7/2007	46,420(pt24)	53,195(pt27)	53,195(pt27)
2005 1/4/2000-31/7/2007	46,420(pt24)	55,705(pt28)	55,705(pt28)
2004 1/4/2000-31/7/2007	46,420(pt24)	58,345(pt29)	58,345(pt29)
2003 1/4/2000-31/7/2007	46,420(pt24)	58,345(pt29)	61,060(pt30)
2002 1/4/2000-31/7/2007	46,420(pt24)	58,345(pt29)	63,930(pt31)
2001 1/4/2000-31/7/2007	46,420(pt24)	58,345(pt29)	66,945(pt32)
2000 1/4/2000-31/7/2007	46,420(pt24)	58,345(pt29)	70,090(pt33)

薪酬計算方法 = pt 15 + pt 2 + 取得學位後的教學年資 = 學位教師薪酬起薪點 + 有合適師訓 + 取得學位後的教學年資

* 入職時已經接受師資訓練及取得學位

薪金評估指南

學校有責任依據『資助則例』及『薪金評估指南』的規定，評估以薪金津貼支薪的教職員薪金。教育局會盡快核實學校的薪金評估。

“GUIDE TO SALARY ASSESSMENT for Aided Secondary Schools”（中學）/

“GUIDE TO SALARY ASSESSMENT for Aided Primary Schools”（小學）

*** 以上只作參考，最終決定以教育局所核實的薪金作準 ***

認真看待外判教育 問題剖析及實用策略

將部分學校課程外判予校外機構在香港相當普及，政府亦有提供各類資助以支援學校實踐這種形式的外判教育。然而，筆者發現業界鮮有對外判教育這個行之已久的做法進行討論，亦因此容易忽視當中所牽涉的議題以及各方可能面對的問題。本文將以此作為出發點，嘗試為大家提供對外判教育的一些觀點及討論，為邁向成功的外判教育作出建議。

甚麼是外判教育？

傳統而言，學校課程（特別是在公營學校）都是由政府全盤設計及由學校負責教授，並不涉及任何第三方機構。但自所謂新自由主義（Neoliberalism）的思潮在上世紀 80 年代開始席捲全球，公營與私營的界線日漸模糊，公私營機構合作開始被廣泛接受，亦被視為有效率的做法，學校與私人機構的合作亦因此變得普及。聯合國近年亦將公私營合作列為 17 項可持續發展目標之一，其影響與普及性可見一斑。外判教育正是在這種公私營合作趨勢下的衍生物，一般指學校將部分課程交予校外機構進行課程設計，教授以及評估學生的學習成果。

及遊學團等。據筆者所察，這些機構或是坊間的教育中心，或是學校自身的辦學團體、或是一些非政府組織、或是大學、或是非牟利團體例如慈善機構，亦可以是自由工作者。學校與上述的校外機構大多以購買服務的形式來換取相關的教育服務。至於資金來源，有部分是學校自掏腰包，但更多的是來自政府在千禧年開始所提供的各類資助計劃，當中較為常見的例如「學校發展津貼」、「多元學習津貼」、「學習支援津貼」等。筆者想強調的是外判教育在香港行之已久，卻並非顯而易見，亦相較容易忽視當中所涉及的議題。究其原因，也許是學校老師教務繁重，有「外判」需要之餘，亦視之為減輕工作量的重要方法。在現時香港這個高度商業化的社會中，此舉並不罕見，外判教育在眾持份者眼中亦因此「習以為常」。



崔太僖

(choith@eduhk.hk)

香港教育大學

教育政策及領導學系助理教授

香港教育大學將於 5 月 25 日（星期六，10am-1pm）在該校會議中心舉辦公開論壇，屆時將邀請不同學者、學校、和服務供應機構分享他們對外判教育的看法及經驗，費用全免，歡迎蒞臨參與討論！詳情可電郵至 edupolhub@eduhk.hk 查詢，你亦可登上 www.eduhk.hk/edupolhub 索取更多有關外判教育的研究資訊。

外判教育在香港

那麼外判教育在香港普及嗎？讀者也許並不為意，學校經常使用外判教育服務，例子更是多不勝數，亦幾乎涵蓋所有科目。外判教育並不單指聘請校外導師或邀請嘉賓入校演講，其範圍亦遍及常規課、課後功課輔班、新高中課程中的「其他學習經歷」、乃至不同形式的課外活動、校外比賽

認真看待教育質素問題

但當「習以為常」成為外判教育的常態（Norm）時，往往令人忽視一些基礎性但卻關鍵的問題，例如外判教育是否具備質素（Quality）。在外判教育的框架下，買賣雙方，亦即學校（或老師）及服務供應機構必須面對在不同階段中所衍生的問題。常見的例如學校能否找到符合相應需求且具備質素的服務供應，或是他們只能在資源所限下，退而求其次，草草選擇？負責安排外判的學校人員是否具備相應知識和時間來以服務質素作為考量條件？在實際的服務安排中，課程的質素又是在哪種機制下受到管理及監控？學校老師應如何與這些外判教師互相配合達致教學目標？我們又應該如何檢視和評估外判教育的成效？應以哪種標準，又應以甚麼角度出發呢？

相對而言，服務供應機構所面對的是，他們應該如何確保自身的教育服務質素能夠切合學校需要，才能避免「福特主義式」的量產或是單從商業考量的經營模式？另外，我們又應該如何確保外判課程得以持續發展呢？在現行制度下，很多外判教育都是透過一筆過的政府資助或是按年計逐次的招標方式（Tendering）進行，導致課程的長遠持續發展性成疑，對服務供應機構來說這更是朝不保夕的惡夢。

這裏所談及的質素並不單指「外判」的管理監控層面，更重要的是「教育」本身。若我們視外判教育作為一個締造教育平等（Equity）願景的方法，各方更應在質素問題上多下苦功，例如，學校可以思考在外判的過程中有否顧及學生的需要和聲音？學校與服務供應機構之間是否具備充足的討論去為學生需要而「度身訂造」課程內容？

實用策略

選取外判服務時

- 選取服務時，與其盡信宣傳單張，應採取主動向其他曾用相關服務的學校尋求建議。
- 及早聯絡服務供應機構，確保由教學經驗豐富的導師負責課程。
- 簽約時，清楚列明學習目標和期望，並應確保服務供應機構會撤換不理想的服務。

課程進行中

- 盡早監督課程進行並提供反饋，由於這能確保教學成效，機構導師普遍歡迎這種做法。
- 確保機構導師獲得足夠支援，例如對備課和教學空間的使用和對教學材料的準備。
- 學校可考慮加強校內課程與外判機構所授課程間的關聯，互相參考，提高學生對課程的理解及學習效益。

課程完結時

- 一般服務供應機構都會檢討課程並撰寫評估報告，學校可向有關機構索取。
- 如學校收集到學生對課程的反饋，應將之向機構分享，令他們能夠改善課程，有助學校（或其他學校）使用時獲得更好的學習效益。
- 妥善保存與課程相關的紀錄，方便任何校內老師接手。

小結

所謂知易行難，上述的問題看似顯淺，但能否具體實踐正是問題核心。作為教育工作者，我們有責任去確保教育質素。重要的是，我們必須明白在外判教育中所外判的只是教學（Teaching acts），並非我們確保學習質素的責任（Responsibility to ensure learning）。外判教育的趨勢不容忽視，現正在世界各地引起廣泛爭論，篇幅所限，筆者未能一一剖析，僅期望上述建議的思考向度和實用策略（詳見上表）能夠締造建設性的討論空間，讓外判教育的成功邁進一步。

2019 / 20 年度財政預算案撥款 有否關注中、小學生體育發展及需要？



預算案中可見政府重視職業運動員的發展，但是卻並未顧及培養未來運動員的中、小學校的運動發展。

在2018/19年度舉辦的多項國際體育賽事中，香港運動員都表現超卓，屢獲佳績；其中單車選手李慧詩更是多項世界單車賽的獎牌得主，並得以穿上彩虹戰衣（世界冠軍贏得特定項目、類別和車種時，必須穿着彩虹戰衣）；另外，香港跳繩選手亦於世界公開賽獲13金8銀8銅，表現實在令人鼓舞。香港的運動員獲取了這樣的佳績，香港政府有甚麼政策去幫助運動員延續下去呢？或者說，政府是否有意識地把佳績延展下去呢？

我們先看看2019/20年度財政預算案（下稱「預算案」）給中、小學校的預算。在預算案中，中學生的學習及心理需要似乎備受關注，政府「大手筆」撥款於科普教育及增加社工人手。先撥款5億元在未來3個學年推行「中學IT創新實驗室計劃」，向每所資助中學提供100萬元，讓學校自行購置所需的資訊科技設備和專業服務，以及舉辦更多相關的課外活動，加深學生對嶄新資訊科技的認識，例如人工智能、區塊鏈、雲端運算、大數據等，務求在中學階段已為年輕人建立良好的資訊科技基礎。另外，在學生心理方面，為增強青少年精神健康及提升抗壓能力，由2019/20學年起，政府會在全港460多所中學實行「一校兩社工」計劃，並相應增加督導人手，涉及每年經常開支約3億1千萬元。但同樣的政策，未惠及小學生。

我們再看預算案中的體育發展方面。政府會向「香港運動員基金」注資2億5千萬元，增加獎學金支持運動員體學雙軌發展，並於未來兩年撥款約1億元資助60個體育總會，以應付參與海外比賽、代表隊訓練、支援清貧運動員，以及其他營運支出。職業運動員的發展備受重視，但是，卻絲毫未提及中、小學校的運動員。作為發掘、培養運動員的最前線「基地」，學校的學生運動員並未受惠於今年度的預算案。其中，小學生似乎較被忽略的一群，他們在預算案中有甚麼得益呢？

政府在制定政策時，是否充分了解中、小學的真實情況？或是只重視學業成績和科普發展？又或者認為增加學校社工就可以緩解學生的心理壓力？

有否想過問題的根源可能在於學生沒有機會紓解壓力！

體育訓練正是調節心理、生理的重要方式；即使我們不用擔心未來10年香港體育界是否能保持現有的佳績，也要想想如果中、小學的體育訓練仍不被重視，缺乏政府提供的撥款或資源，香港不但未能栽培下一代的運動員，體育運動也會逐漸被其他項目取替，中、小學生心理、生理、體能問題更會陸續浮現。難道香港的教育僅需栽培只懂讀書但健康欠奉的書呆子？個人作為專業體育訓練的教育工作者，真不希望這情況會在香港的將來出現。

JSIT
聯校資訊科技學會
Joint School Information Technology Association

JSIT 聯校資訊科技學會
T老師



體育訓練有助學生保持心理健康，是紓解壓力的好方法，香港教育應該多加重視其體育發展。

採訪：教育傳媒 攝影：教育傳媒、部分相片由學校提供



打鼓嶺嶺英公立學校

朱國強 校長

正向心理學融入校政管理

推動正面文化

帶領學校持續進步

由2010年起擔任打鼓嶺嶺英公立學校校長朱國強，十分重視與校內教職員的關係，致力透過真誠的溝通，從而增加互信，提升推行校政的效能。作為身心語言程式學（NLP）高級執行師的朱校長，在校內大力推動正面文化，並藉此帶動學校繼續前進。

建立團隊共同價值觀

朱國強校長清楚記得剛剛上任時，全校有13位教師及只開設6班，當時面對很多問題，同事的想法及要求各有不同，要尋求共識團結一致，需要找到溝通的方法。當時他深信即使彼此想法和價值觀不同，但最終都是希望學子受惠，校長和老師的目標是一致的。所以他身先士卒，主動向老師分享己見，而老師也樂於表達自己的想法，透過真誠的溝通，大家才能訂下共同的價值觀推動校政。該校十分重視正面文化，朱校長上任首3年努力推動，最重要的是大家的價值觀一致及正面，他更親自邀請NLP（身心語言程式學）專家到校培訓老師，他認為推廣正面文化不只限於老師，學生及家長層面也應積極推動。經過NLP訓練後，發覺有些老師不論是思想或說話模式都有所改變，更趨向正面。因此他更相信學校的管理文化是要建基在共同願景及目標之上。

真誠溝通加深彼此互信

朱校長指出，作為學校最高管理層，要有效推行校政，從來都是一門艱深的學問，他認為校政管理上有很多重要的地方需要注意，其一是個人道德領導。如身為校長，身教或行為上有所偏差，老師的信任度自然大打折扣，其言論亦不獲重視；其次是專業能力，如缺乏判斷力就無法帶領學校進步；第三，是極需了解別人的內心世界，人與人之間的溝通其實是很表面，只有深入了解才能達至溝通，若對方動機是好的，也該給予尊重，跟老師以真誠溝通，對方自然願意配合及合作。

朱校長特別重視同事間的和諧和信任，他理解彼此位置不同，看事物的角度亦可能不一樣，所以他會向老師提出參考意見，希望與對方共同努力，做得更好，相信老師亦會有所感受，從而作出反思及改善。這種真誠的溝通並不只限於校長，主任也可一樣，向老師給予善意的提點及意見，讓他們發揮更大的效能。

提升師生自信 發揮最大潛能

另外，朱校長認為人的心理狀態十分重要，如處於快樂的心情或從成功帶來的滿足感，有助師生提升自信。他以學生為例，用NLP的語言解釋，學生的自信不足源於與別人比較，如學業上的挫敗或外表不吸引，學生信心如此低落又怎會有好的學習狀態？朱校長留意到早期的學生抱着放棄學習的心態，連老師亦受影響，覺得學生知識基礎薄弱，又缺乏家庭支援，感覺他們只是「陪跑分子」。因此校長知道首要任務，首先提升師生的自信。他於學期末檢討時設立考績表，給予老師充分表達自己想法的機會，讓他們有一個情緒得到表達的機會，而校方又能理解老師所面對的問題，從而作出改善。

正面文化 目標

1.

提昇教師個人有關正向思維的專業發展，從而促進教學的正面效果

2.

修訂學校各類型文件及媒體的文字，令其內容有更正面的意義及影響

3.

運用 Knowledge Management，「知識管理」的技巧，讓校內正面的教學觀念及技巧得以內化及延續

4.

向教師、學生及家長推廣欣賞、感恩及關愛文化

5.

致力發展學生的體藝潛能



學校雖然位置較為偏遠，但其森林般的校園設計卻是其珍貴之處，讓小朋友從小培養親近大自然的興趣。

校政管理愛和公平公正的並重

朱校長表示，如要用一個形容詞去形容學校，那就是「愛」字，因為「愛」在學校教育十分重要。如要選擇其他形容詞，那就是「公義」、「快樂」及「和平」，如價值觀不正確，就會出現不公義的情況。朱校長希望以校長的角色，改善制度上的缺失，以建立一所富公義及充滿快樂氣息的學校。要有效推動校政，身為校長需要知人善任、勇於承擔。即使試過不小心錯怪了老師，他亦會主動道歉，若不以身作則承認錯誤，老師同樣在學生面前也會潛移默化受到影響。校長同時也需知人善任，按同事不同性格來安排職務，他重視能力多於年資，該校的中英文科主任也只有短短2至3年年資，但他們卻在課程編排上表現出色，而且他樂於老師在不同學年擔任不同崗位，讓老師們能更投入工作。在他眼中，老師及學生能發揮最佳狀態同樣重要，因此會盡量減少他們的壓力。故此該校的功課量很少，一年級不設考試，上學期也沒有默書安排，讓學生愉快學習，因為他深信教學質素不是取決於數量；而老師的工作量也盡量減少，該校老師的課堂節數少，師生比例高，該校約有450名學生，而老師也有42位，這有助靈活調配人手資源。



朱校長重視師生身心發展，提倡經常舉辦不同的學習日及活動，提升他們的情緒發展。

推動全體參與校務 客觀全面

談到資源運用方面，朱校長上任時該校屬於弱勢學校，當時只得6班，面臨殺校危機，而且設備簡陋，甚至連洗手間沖水設備也欠奉，爭取資源只能由慈善團體的捐款開始，該校位處邊境鄉郊，交通不便，所以首先最需要的是校車，幸得獅子會的捐款才能購置，朱校長更加倍留意有甚麼資助可以申請及妥善調配資源。學校推行3年計劃作為大方向，朱校長表示由全體老師共同制定，不是只有校長決定。全體老師一起檢討過去校政上的得失，這樣做既客觀又全面，更能針對弱點而作出適當的改善。老師們的參與，絕對有助提升校政的效率，因為老師作為持份者，互相信任，自然能更投入教學工作了。





2018 優秀教師教學研究組
得獎者

(左起) 楊詠盈主任、洗文標主任、
張淑冰主任、鄒立明主任
鳳溪第一小學

來一場華麗的數學大冒險 創意與傳統並重的繪本教學

數學科常常被人看作是艱深又抽象的學科，因為它充滿了符號、公式和法則，一想到繁瑣的計算，對學生來說，尤其對就讀小學的小朋友來說更為困難。但當如此枯燥乏味的科目落到一班用心教學，着重小朋友學習過程的教師手上，數學可以是一場刺激、有趣又興奮的華麗冒險。鳳溪第一小學的楊詠盈主任、洗文標主任、張淑冰主任及鄒立明主任化身為「費順勇士」，帶領學生仰頭挺胸走進看似可怕的數學世界，訪問間他們拿着一套《費順的勇敢傳說》繪本滿意地說：「其實只要作為老師的願意多做一點，便足以影響小朋友以後會否真的愛上數學，這樣便足夠了。」

去片！



<https://qr.go.page.link/xvbf>

《費順的勇敢傳說》 數學繪本的學習目標

在訪問開始時，鳳溪第一小學的朱偉林校長已經用他的辦學宗旨，帶出為何這一班數學老師會成為優秀教師選舉 2018 的教學研究組得獎者。創意與傳統並重，是校長的願景，也是未來教育的大方向，亦是這四位老師所看重的。政府大力推動 STEM 教育，其中最重要的一環是希望培養學生的創意及解難能力，傳統的教育着重操練，鳳溪一小的 4 位數學老師則相信學習知識有很多不同渠道。他們留意到無論成人或小朋友，大家都喜歡

看故事，針對小朋友以圖畫及文字來傳遞知識總是事半功倍。繪本教學也許不是首創，應用在數學上，絕對是先河。



以數學繪本打好基礎 克服難點

「其實整個計劃是一個歷程，當決定要實行數學繪本教學後，我們設計了一整套校本課程。我們留意到學生在 5、6 年級學習分數或除數時有難點，追溯源頭及再三研究，原來在學生 2 年級時就需進行補救教學，以打好基礎。於是我們在 2 年級開始加入數學繪本教學。」楊主任把計劃的進程娓娓道來，他們針對分數學習設計教材，構想角色及故事情節，於是費順勇士就此誕生。一開始是老師們自行製作繪本，繪圖設計文字一手包辦，計劃一直進行下去，有了可見成效，學校又開始推行教學研究，於是 4 位老師才運用資源不斷優化繪本，逐層深化，後來 2 至 5 年級也各有一本。

四位老師一開始自行製作的數學繪本，雖沒有現在的版本精美，但亦盡顯老師心思。



學生們接受繪本教學後，亦發揮創意創作自己的繪本作品。



學生上繪本課時反應雀躍，老師亦從中學到不少新的教學技巧。

一場數學的冒險之旅

那麼《費順的勇敢傳說》其實是一個怎樣的故事？張主任仔細介紹：「我們設計了主角『費順』，取其譯音 Fraction，當費順勇士在村落中遇到『比較魔王』，學生就要學會不同的分數比較策略來打敗他以去到下一關。」看到繪本中的精美插圖及精彩情節，成人也禁不住投入，嘗試去解決老師們融入的數學題，小朋友又怎能不喜歡？「我們更會在課堂中加入戲劇元素，讓學生真的去演繹故事情節，感受主角的世界，利用及不斷累積他們學到的知識進行各種探究及挑戰。」說到了冒險，席間有兩位男老師，笑問他們有否向電子遊戲取經？冼主任笑笑說：「一開始也有覺得故事未夠刺激，後來經過幾位老師的努力，終於設計出一個非常精彩的故事。」

科組結合新嘗試 創意與傳統並重

當學生要面對傳統的教科書及補充練習，難免會感到沉悶及疲憊。四位老師看到了這一點，把操練包裝成一件更有趣的事，以提高同學們的學習興趣。不少學生於下一個學年還記得費順，亦很興奮可以繼續以繪本學習。學生自發學習給了 4 位老師很大的鼓勵，鄒主任感動地說：「我認為這是一次很成功的科組結合嘗試，我本身在學校亦負責閱讀推廣，看到學生真正愛上數學之餘同時亦透過閱讀體會品德情意教育，

真的很開心。」問到學校未來會否繼續發展數學繪本，老師們的答案是肯定的，除了設計一個全新的故事外，亦會展開家長學堂一同推廣閱讀氛圍，讓家長義工來為小朋友講故事，共同秉承朱校長於訪問之始就提到的理念、創意與傳統並重。

要數今時今日在老師及家長群裏最流行的一個「潮語」，定必是「STEM」。其實所謂STEM是由科學、技術、工程及數學四個學科的首個字母縮略而成，一般人看科學，離不開嚴謹的定律、複雜的實驗及公式等。一門講求邏輯的學科，如果遇上以人為本的通識科，又會產生什麼化學反應？基督教聖約教會堅樂中學的蔡主任及任老師以「水耕栽培系統（Hydroponics System）探究」來做了一場有關生命的實驗。兩位老師笑說：「我們不是想所有同學也成為科學家，但希望他們可以有科學家那份追夢的勇氣及思維，令他們的前路可以更開闊。」

當科學 遇上通識

探索生命秘密 經歷生命意義

「水耕栽培系統（Hydroponics System）探究」是堅樂中學參與香港大學的「促進以自主學習開展STEM教學創新的多層領導網絡」計劃下的一個科學教學項目，這是7個合作計劃的其中之一。港大會派專人過來跟老師開會討論教學主題，又會共同備課及觀課，期間亦帶來專業知識及技術，無論同學與老師也有專業發展。這個項目以科學探究為基礎，讓學生以水耕蔬菜的種植方式去學會公

平測試之重要，在過程中兩位老師會帶領學生種植水耕蔬菜、研究不同環境對幼苗的影響、比較土耕蔬菜的不同之處等，學生以小組形式動手設計模擬裝置，透過用電子平台記錄及分析去進行科學探究，蔡老師滿足地道：「上課時同學們都很投入，最開心是培養到學生親手作的的能力，遇到問題會仔細檢視，設法用科學解決，這也是STEM學習中重要的一環。」



去片! 📺



<https://qr.go.page.link/asUW>



兩位老師帶領中三學生進行水耕種植，進行科學探究之餘，亦加入生命教育及正向思維，讓學生有多方面發展。

同時進行生命教育

至於為什麼會選了水耕種植作中三年級的教學主題，原來是源起自任老師對種植的興趣。蔡主任笑言，主教通識同時兼任輔導工作的任老師原來是耕種專家，手藝心得固然齊備，沒想到的是她那份從耕種中感受生命。「我希望透過這次教學亦能進行生命教育，」任老師謙遜地續道：「我覺得STEM是比較理科人的思維，主張創新，打造未來新世界，蔡老師很精準地以生物學程式的角度來討論；在我而言，則是人與科學的關係，耕種有助思考甚麼是生命，而且亦能減壓呢！」蔡主任帶領學生探索生命之秘密，而任老師則是讓其經歷生命的意義。

正向思維 從跌倒開始

人生的高低起伏，對中學生來說未免太早體會，不過也可以從學習跌倒開始感受。既然是一個研究生長的教學，難免會遇到菜苗死亡或生長不良的情況，學生們面對挫敗，兩位老師同時認為是正向學習的契機，「這正好向同學說明科學不是一步登天的，例如裝置砌好了才發現菜苗的根根本接觸不到水源，那便找出問題再重新設計，重點是不要放棄。」發現，才是科學的過程，亦是人生的驚喜之處。



整個水耕項目由一班專業團隊打造，無論技術員或「植物通」校工民叔，亦是成就這個項目的要員。



學校操場旁開設了一個空間讓學生進行水耕教學，同時亦種植了不少其他植物品種，營造令人心曠神怡的綠色環境；同學與老師皆可以前來舒暢身心。

以跨學科發展 STEM 教學

對於未來學校STEM方面的發展，兩位老師希望可以打破學科間的牆壁，這一次水耕教學是一個好例子，當通識遇上科學，學生們能實踐知識再放回生活層面，凡事動手作，思考突破，正是現代需要培養的心態。兩位老師不忘感謝自己背後的團隊：「要謝謝李校長的鼎力支持，不但釋放空間給老師，亦提供場地給我們教學，由一班技術員至本校工友民叔，亦是這個項目背後的功臣！」



給新晉副校長的錦囊

「追」

副校長要追求什麼呢？名利？金錢？全皆不是。我們要追求的是夢想、理想，因為「成就源自夢想·卓越始於追尋」。作為一個新晉副校長，要懂得發夢！因為有夢想的人才會有發自內心的原動力去推行改革，帶領學校進步。其實夢想是十分便宜的，人皆可冇；但它也是昂貴的，因你要為達成夢想付出一切。請大家切記：夢想不足以使我們到達彼岸，但是到達彼岸的人一定是有夢想。就讓我們一同尋夢、追夢吧！

「趕」

「趕」的意思是因有所不足，所以要趕及追上。一位新晉副校長之所以能升任新職，主要是因為過往在某些範疇上（例如作為科目主任、訓輔導主任或教務主任等）表現出色而獲晉升。但一旦成為副校長時，你便要掌管半邊天，從過往的「單項專長」到如今的「多項」精通；不同科組行政工作要從過往的「點」與「線」到現在的「面」-全面、全方位的看顧。這時候你會發現有很多事情原來自己是不太熟悉、甚或未曾接觸過（例如財務管理、人事管理、如何與上司和不同持份者相處、如何處理不稱職的員工等等）。所以，新晉副校長要快快起步，急起直追去進修、追趕不足。值得一提的是，除了不斷上課進修外，新晉副校長亦要參與相關的專業組織（例如香港副校長會），擴大自己的人際網絡，發揮同儕互助精神。

「跑」

這裏「跑」的意思是快快逃跑和遠離一些事情和做法。作為一位新晉副校長，有些事情你必須要逃跑遠離和千萬不要嘗試去與它糾纏。例如男女同事獨處訴說「心

底話」、參與一些不公平、不公義的事情、糾纏着「是是非非」的偏私行徑及向個別人員作出任何牽涉利益的秘密協議或交換條件。

此外，副校長亦要逃跑遠離一些經常帶給你負面訊息和能量的人，這會蠶食你樂觀面對事情的勇氣和能力，所以你必須要遠離。相反，你要尋找一些志同道合，充滿陽光氣質的同儕交往，因他們常會帶給你正能量及在有需要時為你「遮風擋雨」，你務必要對這班「患難之交」珍而重之。

「跳」

這裡的「跳」是要跳越難關，尋求突破。新晉副校長要懂得高瞻遠矚，要有「站在巨人的肩膀上鳥瞰大局」的意識，從部分 (Parts) 到整體 (Whole)。要跳出單從副校長角度看事物、要有校長及其他持份者的更高視野。

此外，「跳」是要在工作思維上跳出框框，不可墨守成規，一成不變。因現今世界千變萬化，我們必須要有創新思維，帶領全校師生面對逆境，迎難而上，解決無日無之的教育問題。

「碰」

最後，新晉副校長的「碰」是要敢於硬碰、堅持原則。新晉副校長須無忘初衷，持守教育信念、價值觀和道德良知。在大是大非的議題上不作任何妥協及讓步。一些教育理念和原則，例如「一個都不能少」、「人人有舞台、個個可上榜」、「千教萬教教人求真；千學萬學學做真人」等都是所有教育工作者必須持守的信念，每當遇到衝激之時，我們要敢於硬碰，將教育方向導回正軌。



陳耀明校長

長洲官立中學
香港副校長會會務顧問
教聯會優秀教師
網絡理事會主席



學校專業印刷服務

不論大量或微量

| 歡 | 迎 | 報 | 價 |

教育傳媒專注服務學界，為學界提供一站式印刷出版方案

配合學校行政程序

服務完成才會出單

毋須老師先行付款

免費揭頁版電子書服務：凡經教育傳媒印刷的刊物，本公司均免費提供揭頁版電子書服務，學校並可選擇將電子版刊物免費放置在 GoodSchool 好學校網站，以供家長及公眾人士閱讀，為學校提供多一個渠道發放訊息，費用全免。

印刷服務包括：

- ✦ 學校概覽
- ✦ 升學指南
- ✦ 學校通訊
- ✦ 主題特刊
- ✦ 校務報告
- ✦ 活動場刊
- ✦ 學會會訊
- ✦ 畢業特刊
- ✦ 學生手冊
- ✦ 作品集

 (852) 6655 3843 (任小姐)

如有興趣了解更多教育傳媒的出版工作，請瀏覽公司網站：

www.edumedia.hk

幼師要有 6 顆心

發揮專業培育棟樑

古人有云：「三歲定八十。」原來小朋友一出生時，已經開啟了學習階段中重要的時候，在他三歲前，他的每一學習期，都有影響他一生的重要性。例如在他的爬行期，如他爬得很好，會對他日後的平衡力有好的影響；又例如口腔期時，照顧者能讓小朋友細心咀嚼，可訓練他的口部肌肉，對他日後語言發展也有幫助；感官期時，當小朋友的手觸摸不同的物料時，都會刺激他的大腦，觸摸的東西愈多，對他的大腦刺激就愈發達，這有助他日後的腦部發展。因此，「三歲定八十」原來就是指一出世時，小朋友已有不同的學習階段，2至3歲時就是他們的模仿期，他們喜歡模仿成年人或照顧者，因此對幼師而言，怎樣去栽培小朋友及展現幼師的專業是非常重要的。

幼師專業的重要性

要成為專業的幼師，最重要是需有 6 顆心，分別是：**愛心、耐心、細心、關心、信心及開心**。為何幼師需要愛心呢？因為只有喜愛小朋友，才會表現出愛心及進入幼兒教育行列的意向。耐心是如何運用幼師的耐性去栽培甚麼也不懂的小朋友。細心就是作為幼師，需要細心週到，要細心觀察小朋友的一言一動。關心就是無論小朋友是開心或不開心，老師都需要關心他們。信心是作為一名幼師，如自己都沒有信心，又如何栽培具有自信心的小朋友呢？至於開心，只要老師開心，小朋友亦然，所以老師的專業是對小朋友有重大的影響。



陳杏校長

明慧國際幼稚園及國際幼兒園

幼師堪稱多才多藝

幼師可說是小朋友的啟蒙老師，因為他們的知識技能、態度、教學的靈活性及創作性，都是與小朋友的成長息息相關。如何引導幼兒及提升他們的學習興趣及自學能力呢？這實有賴一位專業的幼師如何作出栽培。學歷方面，專業幼師需在不同的院校、大學修畢具有認受性的學科課程，如證書、學士或碩士課程。當完成認可的課程後，投身社會工作時，就需要有一顆好學的心，需要好好觀察前輩及把學到的知識實踐。除教學層面外，與家長的溝通也是十分重要，所以老師在語言技巧、表達能力、理解能力、接收能力、待人處事的能力，都是缺一不可。要成為一位幼兒教育工作者，他的專業是多才多藝，因為除了要照顧小朋友，還要關顧家長、學校的需要，而且還有與同事、家長的配合。

發揮幼兒創意及潛力

為何要栽培小朋友呢？因為他們就是明日社會的棟樑，正因為三歲定八十，幼師的栽培，可直接影響他們於 20 年後投身社會的發展及待人接物，絕對息息相關。所以作為父母及老師，我們若想 20 年後的小朋友有良好的發展，就要發展小朋友的創意空間，把他們最好的潛力發揮出來，我希望幼兒工作者能夠把持幼師的專業態度去對待小朋友，教育好我們的下一代。

教育專業招聘

跨平台全新教育招聘服務

「教育專業招聘」網站 <http://recruit.hkfew.org.hk>

4大宣傳平台 招聘人才

「教育專業招聘」
網站

專門為教育界而設的
網上招聘平台

「教育專業招聘」
手機應用程式

專門為教育界而設的
手機應用程式

《教育專業》
月刊

免費派發
全港大學、中學、小學、
幼稚園的刊物

《香港教育雜誌》
雙週刊

全港各主要港鐵站出口
及特約地點免費派發

100% 對準目標群組

一般傳統招聘媒體

《教育專業招聘》

宣傳平台	報紙	4大平台 ✓
最快刊登日期	申請翌日	招聘廣告於申請即日上載 * ✓
刊登期限	只限報紙出版當日	《教育專業招聘》網站及 手機應用程式刊出 30 日 ✓ 《教育專業》月刊刊登 1 期 ✓ 《香港教育雜誌》雙周刊刊登 1 期 ✓
收費模式	招聘內容越多， 佔用版面越大， 收費越貴	不論招聘內容多少， 每個招聘職位定價收費 ✓

* 如申請當日為非工作天，招聘廣告將於申請後的第一個工作天刊登

即時刊登

教育界招聘平台及
手機應用程式 (APP)



招聘廣告收費 **

宣傳平台	每個職位刊登優惠價 (港幣)
「教育專業招聘」網站及手機應用程式 (刊期為 30 天)	\$200
可另加：《教育專業》月刊 (一期)	\$200
可另加：《香港教育雜誌》雙週刊 (一期)	\$100
全方位組合 (以上四大媒體)	\$400

** 招聘廣告收費由 2019 年 5 月 1 日起生效

如有興趣於《教育專業招聘》刊登招聘廣告或查詢，歡迎隨時與我們聯絡。



教育傳媒集團有限公司
電話：(852) 3612 9743
傳真：(852) 3020 5738
地址：九龍長沙灣青山道 485 號九龍廣場 21 樓 03 室
電郵：cs@edumedia.hk



IOS



ANDROID

「翻轉教室」 需要完善的配套

翻轉教室 (flipped classroom)，並非什麼學生的惡作劇，而是美國推行已久的學習模式。

十多年前，兩位美國高中老師，為了幫助缺課學生追上進度，非常用心地把課堂內容錄成影片，上載至網絡給學生自習。結果，學生成績有顯著改善！兩位老師隨即改變上課模式：上課前，讓學生用影片自學；上課時，則從旁指導學生完成習作，深化學習。

翻查相關研究文獻，大部分學者都對新模式有正面評價。老師角色成功由教導者上升至引導者，課堂時間更有彈性，更有效率，更易配合新的教學策略。學生亦更易投入課堂，解難能力有所提升，成績自然進步。

經過十多年成熟發展，西方國家在小學便已推行翻轉教室。亞洲亦步亦趨，台灣、新加坡近年亦相繼大規模試行。而筆者也從兩年前開始與本港數間大學合作，共同在高等教育中推廣新模式。惟整體而言，香港還是在起步階段。

歸根究柢，改變固有教學模式與改變其他傳統一樣，都須費上不少心力、時間與資源。最大難處，在於老師須花更多時間自備教材。即使不用自製影片，尋找合適網上資源亦不容易。另一方面，課堂活動及評核亦須重新設計。例如課堂上，需要增加互動與深化學習的內容；評核上，要多重視學習過程的評估等。再者，香港考試主導的學習文化根深蒂固，學生或許傾向被動聽課，也不願主動學習。此等困難，不論在中學還是大學都大同小異。

不過，若能給予學校及師生完善的支援與配套，相信在港推行翻轉教室，並非遙不可及。下學年開始，筆者負責的另一個協作項目，會在本港中學推行及研究翻轉教室。透過提供教學短片及課堂範本，希望能降低翻轉常規學科（如英文及數學）的門檻。我們亦會建置一站式的網上教學資源平台及管理系統，促進學生自主學習之餘，協助老師監察學生進度。而計劃更會舉辦一系列培訓講座及工作坊，讓老師學習設計翻轉教室的有效方法。

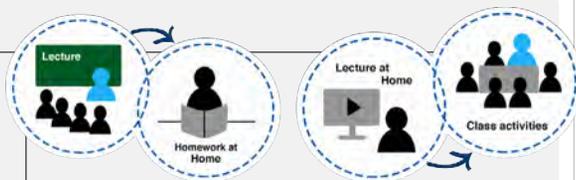
但願計劃實施後，翻轉課堂能更為普及，為本港教學提供多一個選擇。



藍澧銓 教授

(paul.lam@cuhk.edu.hk)
在香港中文大學學能提升研究中心任職副教授；為手機教學應用程式 uReply 的項目監督，積極參與各項創新教學研發工作，包括電子教學，流動學習及翻轉教室等。

傳統教學模式 VS 翻轉教室



何謂「翻轉教室」？
掃描 QR Code 閱覽更多。
連結：<https://qrco.page.link/FT9w>



大學老師翻轉教室的應用實例。
掃描 QR Code 觀看影片。
連結：<https://qrco.page.link/JWpc>



筆者在大學推行翻轉教室的計劃介紹。
有興趣的讀者可掃描 QR Code 觀看介紹影片。
連結：<https://qrco.page.link/k9wb>

趣味教室、高效會議室

智慧互動電子白板



4K UHD 可同時顯示多個版面



**ViewSonic ViewBoard®智慧互動電子白板具備更好的互動性，
專為新世代的教室及會議室提供無與倫比的協同作業功能！**

備55、65、75、86吋以供選擇

內容分享軟體



20點觸控

Multi-user annotation
多重使用者同步註解

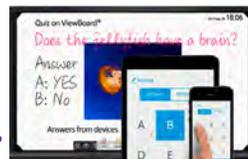
一鍵保存Google
Drive/ OneDrive功能



內置獨有
ViewBoard 2.1
創新軟體



Air Class考試工具



線上會議軟體



多媒體攝錄及即時
板面錄影功能



內建四核心處理器，
強大的運算能力

支援DisplayPort 4K輸入、
HDMI、USB和LAN

除了電子白板，ViewSonic提供一應俱全的數碼公共廣播顯示系統，例如大型的商用顯示器及ePoster系統，機構除可編排播放日程外，更可作即時廣播，輕鬆將各種重要資訊按時傳到不同地點向目標對象傳達，與觀眾溝通互動更有效率。



授權代理商：

Kings Cross (HK) Limited

查詢熱線：3904 1689 / 2557 8339

電郵：info@kingscross.com.hk

教師的工作壓力 為何這麼大？

作為行內人，我曾作出仔細觀察，發現教師的工作壓力大、人際關係複雜，睡眠不足、運動少，不少老師都曾出現過抑鬱寡歡、焦躁不安、急躁易怒或恐懼膽怯、短期記憶力下降、注意力不能集中等亞健康狀態（即介乎健康與疾病的狀態）徵狀。教師其實每天面對怎樣的工作環境？壓力何來？

舉個例子，陳老師和太太都是工作積極，教學能力強，關愛孩子的小學教師。兩人都當了十多年老師，對教學早已駕輕就熟，得心應手，可是他們每天清早6時便出門，晚上8時多才下班，還經常要帶工作回家做，所以每天他們都是拖着疲憊的身軀回家。為免太疲累駕車易生意外，陳老師的汽車常備一支小銀針，駕駛期間要是他暈了，就會請太太用針扎他兩下，以致他能抖抖精神，暫緩困乏。陳老師告訴我這小銀針就是他和太太的保命神器！

陳老師夫婦的工作狀況：工時長，勞累不能休息，下班不能停工，病了仍需上班，這正是許多教師生活的寫照。

作為行內人，我觀察到大部分教師的壓力源於教學工作量大、個人及或學校對教學工作的要求過高、學校考績及監控嚴苛、額外肩負的行政工作繁多、學校及學生以外的第三方人際關係複雜等。相對國家其他省市以及歐美等地，本港教師每天入班授課時間為最長，故其備課及作業批改的時間亦較其他地域相對為多。加上，大部分本港的教

師都刻盡己職，對個人的工作表現要求甚高。為了讓學生獲得最適切的學習材料，近十年許多學校都製作了專門針對各科各級的校本教程、教材課業及輔助學習冊等個別化教學材料，大多數也是教師無償奉獻了自己的休息時間而製作。此外，如教師自我要求亦高或學校對教學工作的要求過高，教師的工作量將更大，而睡眠不足的情況將更嚴重，不但影響身體，更會削弱其免疫系統的功能！

自教育局推出校本管理政策後，學校的行政管理工作如監督工程項目、購置校產、撰寫各種各樣的報告、各種各樣透過學校協助處理的學生津貼申請、發放以至使用等等非教學工作，也是由教師幫忙完成。許多教師並不熟悉這些非教學的工作和相關行政程序，結果事倍而功半，部分教師更因而感到挫敗和焦慮。

融合教育推行多年，教師需同時兼顧學生在學習、心智、能力和文化上的不同，也要應對家長的各種訴求和期望，以平衡各種矛盾及衝突。一旦處理不善，輕則可能遭家長在社交平台上數落幾句，重則可能被投訴至教育局或辦學團體，而這些投訴大部分亦是基於誤會與不信任所形成，然而學校在處理這些個案時往往需要搜證和撰寫大量報告，為免耗時又耗心，教師只好小心謹慎，如履薄冰。長期處於高度戒備的狀態下，精神當然會過度緊張和焦躁，影響身心健康。

（減壓方法，下期待續）



伍家珍

心理輔導專家

亞洲輔導心理學會註冊臨床督導、中文大學教育輔導及諮詢（特殊教育）碩士、中文大學教育行政碩士。

「國慶70周年近代史」 系列講座

為了讓同工以近代史視角瞭解國家成立以來的發展，本會與香港德育及國民教育教師協會合辦「國慶70周年近代史」系列講座；望透過講座支援同工在校內鼓勵學生客觀地認識國家近代史實及當前國情，以明白祖國成就得來不易。

地點：教聯會會所（九龍旺角道33號凱途發展大廈17樓，港鐵旺角站A2出口）

費用：全免

報名辦法：請前往 <https://goo.gl/mLE8QH> 或掃描下方QR Code於網上報名

查詢：2963 5161 呂小姐 / 2963 5120 譚先生

日期及時間

3月18日（一）
下午6:00-8:00

6月17日（一）
下午6:00-8:00

9月16日（一）
下午6:00-8:00

主題

從中國近代史看國慶70周年

70周年國家的發展與成就

從近代史看國家未來的
挑戰與機遇

主講嘉賓

許振隆校長（香港升旗隊總會總監）
胡少偉博士（香港教育工作者聯會副主席）
李偉雄助理校長（福建中學（小西灣））

關穎斌校長（漢華中學）
林伯強導師（香港航天學會）
盧顯珺主任（創知中學）

伍煥杰校長（培僑中學）
鄧飛校長（將軍澳香島中學）
黃錦良校長（香港教育工作者聯會主席）



網上報名





一眾主講者與嘉賓們於現場留影。

「紀念五四運動100周年」教育沙龍吸引過百名老師學生等參與。

五四運動教育沙龍 追古溯今

1919年發生的五四運動由學生及知識分子發動，無論是在政治、社會、文化方面，皆為中國帶來深遠影響。時隔百年，教聯會聯同香港高等教育評議會及香港城市大學教師工會，在4月13日舉辦紀念五四運動教育沙龍，命題為「民主與科學的歷史反思與現代意義」，邀請李行德教授、趙雨樂教授、羅永生教授及邱逸教授擔當講者，分享他們對這場新文化運動的分析。

由陳獨秀創辦的《新青年》雜誌是當時推動運動的主要媒介，李行德教授認為，雜誌反映出運動充滿理性思辨，新舊思想在當時進行激烈交鋒，知識分子認為舊的傳統難以救國，需要力尋新路向。李教授指，這股思潮對當時保守的社會引來極大回響，於困難的歷史環境下，為中國作出了奠基性的貢獻。李教授指出，他們對國家民族的承擔、對學術教育的獻身精神、對東西方文化差異以及中國積弱的深刻分析、言行一致的風範，都對香港從事教研工作有重要啟示。

鑽研日本史的趙雨樂教授以「新舊之間：五四帶來的文化啟示」為主題分享，闡述了「德先生」和「賽先生」的標榜，提到兩者均是譯音轉化而成，並提到日本片假名也是同理，將英文化成譯音變為本國語言，運動期間亦曾有人提倡將中文變為如英文的拼音化，趙教授笑稱，猶幸這主張未有成真。



羅永生教授回顧了五四運動的歷史意義及現代反思，他指出，運動表現了中國人民徹底反對包括反對日本在內的西方強權，以不屈不撓抗爭精神作後盾，中國代表在巴黎和會上以強硬態度及立場，拒絕簽和約，開創近代中國外交史敢於抗爭的先例。他認為，「五四精神」是一種愛國情懷，以行動去「保護民族、保護國家」，而認識這段歷史，是「國民教育」的最佳題材。羅教授認為，西方強權的無理壓迫依然存在，因此須繼承五四精神維護國家民族尊嚴，反對西方無理壓迫。

邱逸教授會上提到自己身為七十後，是最後受五四文化影響的一代，又分享自己對民族性格的看法，再引伸到運動的得失。他提到，中國從傳統的宗廟文化、農業社會轉變成工業社會等，邁向現代化之路。邱教授指，五四是站在大國弱勢的視角看待自己和世界，但至今天應站在大國強勢的視角；五四是三千年未變之局的延續，而今天是五百年未變之局的開端。

五四運動雖在一世紀前發生，但當中的精神和意義，仍然影響着今日的我們，學者們精彩獨到的演講，相信



現場的嘉賓和師生都獲益良多。

講學者與主持專心聽取現場人士提問。



2019 粵港姊妹學校 經典美文誦讀比賽

為促進粵港姊妹學校之間的交流合作，教聯會獲教育局委託，舉辦「2019 粵港姊妹學校經典美文誦讀比賽」，旨在加強學生語言運用、溝通和表達的能力，藉此擴闊視野；並為姊妹學校提供一個互相觀摩交流的機會。

「香港居民考取內地中小學教師資格」講座



國家教育部今年1月公布，港澳臺居民可申請參加中小學教師資格考試，在內地成為教師。為此，教聯會於3月21日率先舉辦「香港居民考取內地中小學教師資格」講座，邀請深圳市教育局人員介紹有關考試內容、日程安排、報名流程等，並就內地教師近年聘用條件及日常教學情況進行分享，吸引逾百名教師出席講座，反應熱烈。



參加者合照

聯盟與三大工程師學會攜手舉辦 「第一屆未來工程師大賽」

香港 STEM 教育聯盟首次聯合「全國青少年未來工程師博覽與競賽組委會」、香港工程界三大專業學會，以及「嶺南大學 STEAM 教育及研究中心」，於 3 月 30 日在香港城市大學舉辦「第一屆未來工程師大賽」，以「智慧公民」(Smart Citizen) 為題，動手創作一件作品，展示出有利香港與內地人民更緊密交往的意義，融入國家發展。比賽分小學、初中及高中三個組別，共來自 42 所學校的 65 支隊伍報名參賽，初審後選出共 33 隊參加決賽，現場向工程專家展示自己的智能作品，並接受評判、在場師生的提問。

中聯辦教科部劉建豐副部長、香港工程師學會代表馬紹祥教授及柯亦欣、電機暨電子工程師學會香港分會代表洪小博士及廖日榮、工程及科技學會香港分會代表何臻言及王啟敏，分別向獲獎隊伍頒發獎項，各組別勝出的一、二等獎隊伍，將代表香港參加北京舉行的「全國青少年未來工程師博覽與競賽」。



初中組參賽者



小學組參賽作品



小學組參賽者



小學組一等獎得主優才書院「老人防跌裝置」



初中組一等獎得主聖公會諸聖中學「VRAR 文化導賞翻轉大灣區」



高中組一等獎聖公會普肇添中學「AT.LAS.」



「我們一起『悅』讀的日子」 新書發佈會

由教聯會、亞洲週刊及香港中華出入口商會聯合主辦的「我們一起『悅』讀的日子」系列《少年：悅讀書心》新書發佈會暨悅讀嘉年華，已於4月2日順利舉行，並吸引近40間學校的師生參與，一同分享閱讀樂趣。

今年「我們一起『悅』讀的日子」將於7月18至19日舉行，4月中開始接受學校報名。



教聯會會員免費換領 《少年：悅讀書心》

現凡教聯會會員、家屬會員及教聯之友攜同有效會員證，親臨本會會所，即可免費換領《少年：悅讀書心》乙本。數量有限，換完即止。

我們一起 悅讀的日子

活動信息：

主題：我們一起悅讀的日子2019
 場地：香港會議展覽中心N201(L2)
 時間：2019年7月18日(星期四)中學組
 2019年7月19日(星期五)小學組

參加方法：
 由學校統一向主辦機構申請
 截止日期：2019年5月31日
 聯絡電話：2963 5183(區小姐)
 2963 5181(蔡先生)
 電郵：reading@hkfew.org.hk
 詳情可瀏覽教聯網站：
<http://www.hkfew.org.hk>

名額有限，額滿即止
如超出名額，將以抽籤決定

鳴謝：
 籌委會榮譽主席姚志勝太平紳士
 籌委會主席何志豪先生
 中出慈善基金

2019年第30屆香港書展期間，「我們一起悅讀的日子」活動將邀請來自小四、小五、中一和中二年級的同學，主辦單位將(限額)贊助每位同學逛書展購買心儀圖書；亦有兩岸三地的文學作家與大家面對面交流、現場指導作文；同學即場寫作的優秀文章更有機會錄入新書出版，成為小作家！快來加入悅讀大家庭吧！

青少年精神健康放映分享會

月球上的人 2019.5.15 (三) 2:30-4:00 PM / 九龍佐敦吳松街 191 號突破中心地庫

青少年精神健康放映分享會

● 「逆休息」文化與青少年怠倦研究發佈會 ● 《缺氧女孩》短片首映、導演分享及校長嘉賓分享等

嘉賓——何玉芬博士(迦密愛禮信中學校長、香港輔導教師協會副主席)
陳志堅先生(聖公會聖馬利亞堂莫慶堯中學副校長)

網上報名——截止日期 / 2019.5.10
查詢 / 26320754 (饒小姐)




今日的香港，不少青少年正處於生活與生存的夾縫之中，成長的挑戰包括來自家長的期望、考試的壓力、朋輩之間的競爭等等，造成不少矛盾和窘迫，並且不幸地反映在持續上升的學生自殺及情緒問題上！而師長所面對的挑戰亦是前所未有的大，彼此的生命彷彿被一道又一道的高牆所擠壓，失去聆聽內心聲音的空間，也扼殺了對未來的盼望……

一直以來，「突破」相信每個孩子的生命都是獨特而寶貴的，如何掌握時代的脈搏，為他們開拓心靈和發展的空間，是教育工作者的當前急務。因此，他們於 2018 年底進行了一項有關「逆休息」文化與青少年怠倦研究，收集超過 1,200 位青年人的意見，探討休息觀念如何影響青少年的休息質素、以及對精神怠倦的影響；並透過劇情短片《缺氧女孩》分享一個真實個案，希望從不同角度探討有關現象，更邀請周冠威導演、伍嘉良導演、資深教育工作者何玉芬博士及陳志堅副校長出席，與大家一起探索青少年的精神健康，齊齊為同學們找尋出路。

日期：2019 年 5 月 15 日（星期三）
時間：下午 2 時 30 分至 4 時正
地點：九龍吳松街 191 號突破中心地庫禮堂（佐敦港鐵站 C2 出口）
查詢：2632-0754 /
yiuannie@breakthrough.org.hk 饒小姐

《缺氧女孩》
（劇情短片、片長 6' 27'）
導演：周冠威、伍嘉良（第 35 屆香港電影金像獎最佳電影得主）

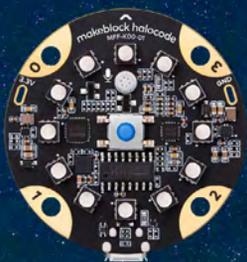
內容簡介：
真人真事改編。一名中學生因學習及家庭壓力受情緒困擾，感到孤獨無助。某天她突然於課室中情緒崩潰，身邊的老師同學又如何回應？此片帶出年輕人面對情緒困擾，尤如獨個兒飄上月球，感到窒息無助；但要是能給予適切關懷，就有如把他們拉回地球，並提供氧氣。

JSIT 工程思 ENJOYNEER
 Hong Kong and Macau Sole Distributor
 永佳科技有限公司 EVERBEST Technologies Ltd.
 Makeblock Construct Your Dreams
 教育傳媒 EDUCATION MEDIA

THE MAKEBLOCK HALOCODE

試玩最新 MAKEBLOCK HK 主控板 - HALOCODE

May 4 and 18, 2019 @9:30 - 11:30
 @聖文德書院 and 浸信會天虹小學



For inquiries contact:

Enjoyneer - 工程思
 九龍灣德福大廈3樓08室
 致電 (852) 3488 - 8350
<http://enjoyneer.com.hk>

光環板是一款內置 Wi-Fi 的單板計算機，小巧機身擁有豐富的電子模塊，專為編程教育而設計。它使用簡單，搭配慧編程軟件，令編程學習手到拈來。光環板帶來了更豐富多元的物聯網應用與編程體驗，讓每個人都能輕鬆實現有趣的電子創作。

JSIT x Enjoyneer : MakeBlock HaloCode

2019年4月6日，JSIT與工程師聯手為學界舉辦了第一場 HaloCode 編程工作坊，亦是全港專為教師而設的第一場。

當天，所有參與工作坊的教師都對這塊只比五元硬幣略大（直徑只有45mm）的小光環非常好奇；期間，除了讓教師了解這塊小光環與其他產品的不同外，更親身感受它的魅力。

老師先後製作了「搖骰遊戲」及「聲控開／關燈」；前者不述，後者則展現出 HaloCode 配合 Wi-Fi 後所發揮的力量。

下一次 HaloCode 編程工作坊再見！



日期：2019年5月4日（星期六）
 時間：上午9時30分至上午11時30分
 地點：香港九龍慈雲山雙鳳街47號 聖文德書院

日期：2019年5月18日（星期六）
 時間：上午9時30分至上午11時30分
 地點：九龍黃大仙竹園南村 浸信會天虹小學

教聯會活動預告

MAY 5月

3日

「五四運動 100 周年」專題講座

5日

教師體育節：
開幕典禮、躲避盤、乒乓球及親子體驗

6日

「粵港姊妹學校計劃」2019 分享會
教師體育節足球、羽毛球及輕排球比賽
截止報名

8日

痛症紓壓工作坊

11日至13日

母親節團：潮汕美食 3 天純玩團

15日

教師體育節籃球比賽 截止報名

26日

2019 全港兒童兩文三語朗誦大賽
教師體育節：足球、羽毛球及輕排球比賽

29日

痛症紓壓工作坊

30日

香薰療法如何提升學習能力
及紓緩學生情緒講座及工作坊

31日

中小學 STEM 創科展覽 截止報名

精選講座

「五四運動 100 周年」專題講座

日期：2019 年 5 月 3 日（五）

時間：下午 5 時至 7 時

地點：教聯會會所

報名及查詢：2963 5120（副秘書長譚建新先生）

主講：何景安先生（香港教育工作者聯會名譽會長）

黃鳳意女士（香港中史教師會副會長）

吳壁堅先生（將軍澳香島中學教師）

黃家樑先生（中史教師會理事）

主持：胡少偉博士（香港教育工作者聯會副主席）

痛症紓壓工作坊

反應熱烈，加開一場！

教職員每日面對不同壓力，工作坊教授如何透過痛症不求人方案，用 60 秒調整姿勢呼吸及伸展肌肉，紓緩肌肉痛症及心理壓力。隨工作坊附送價值 \$98 拉力帶（2 米）。

導師：林忠良教練

日期：2019 年 5 月 29 日（星期三）

時間：下午 7 時 30 分至 8 時 30 分

地點：教聯會教師俱樂部 (T club)

（觀塘成業街 6 號泓富廣場 23 樓 2306-09 室 / 觀塘地鐵站 B 出口）

對象：中學、小學、幼稚園、特殊學校的老師、家長及教職員；對痛症紓壓有興趣人士

名額：30 人

費用：全免（只限永久會員、基本會員、家屬會員及教聯之友參加，可攜同一名親友出席）

報名辦法：

網上報名：<http://bit.ly/2vlyRO0>

獲接納的報名會以電郵地址通知，
先到先得，額滿即止。

查詢：2963 5189 (WhatsApp: 5392 7419)

精選工作坊

如何有效處理各種人際衝突？ 壓力管理和促進身心健康的工作坊

日期：2019 年 6 月 15 日（星期六）下午 3 時至下午 5 時

導師：林寶淇小姐（香港調解資歷評審協會註冊調解員）、
何鉅慶先生（國際專業爭議解決代理人、國際認可專業調解員及仲裁員）

費用：會員免費；非會員 100 元

精選工作坊

專業家長執行師課程 (幼兒教育)*

日期及時間：第一期：7月15日至8月5日(逢星期一)
下午7時30分至下午9時、
第二期：7月20日(星期六)上午10時
30分至下午6時

導師：麥焯堯先生(曾為教育局「優質發展基金」：
eParent網上家長學院計劃主任)

費用：會員 \$880；非會員 \$930(共4堂，每堂1.5小時)

*參加者可免費攜同一名親友參加。課程為循環制，每期內容相同。參加課程半年內免費複讀(報名期數上課日期起計算)。完成課程可獲發證書，並有機會獲派為部分講座及課程的講者。

地點：教聯會教師俱樂部(T Club)

專業家長執行師課程 (安全教育)*

日期及時間：第一期：7月16日至8月20日(逢星期二)
下午7時30分至下午9時、
第二期：8月3日及8月17日(星期六)
上午10時30分至下午4時30分

導師：麥焯堯先生

費用：會員 \$1,320；非會員 \$1,370
(共6堂，每堂1.5小時)

報名辦法(請任擇其一)：

(1) 網上報名：<https://forms.gle/EJGcm4tDyyjxukUG9>

(2) 掃瞄右方 QR Code 於網上報名
獲接納的報名會以電郵地址通知，
先到先得，額滿即止。

查詢：2963 5189 (WhatsApp: 5392 7419)



精選課程

花鳥畫初階課程

導師：劉家蘭(本港著名畫家，為一代國畫宗師劉子久之孫)

A 班(課程編號：19SU01)

開課日期：5月7日(逢星期二，共12節)
下午5時30分至下午7時

B 班(課程編號：19SU02)

開課日期：5月7日(逢星期二，共12節)
下午3時45分至下午5時15分

地點：教聯會會所

學費：會員 \$750；非會員 \$830

C 班(課程編號：19SU03)

開課日期：6月8日(逢星期六，共12節)
下午3時45分至下午5時15分

地點：高齡教工會會所

學費：會員 \$900；非會員 \$990

水墨山水畫課程(課程編號：19SU05)

導師：劉家蘭(本港著名畫家，為一代國畫宗師
劉子久之孫)

開課日期：5月4日(逢星期六，共12節)
下午2時至下午3時30分

地點：高齡教工會會所

學費：會員 \$900；非會員 \$990

行書課程

導師：徐貴三(現為香港書法家協會副主席、香港書法
愛好者協會副會長)

A 班(課程編號：19SU09A(2))

開課日期：5月29日(逢星期三，共8節)
下午5時30分至下午7時

地點：教聯會會所

B 班(課程編號：19SU09B)

開課日期：現正開班，歡迎插班(逢星期六，共8節)
下午2時至下午3時30分

地點：高齡教工會會所

C 班(課程編號：19SU09C)

開課日期：現正開班，歡迎插班(逢星期六，共8節)
下午4時至下午5時30分

地點：高齡教工會會所

學費：會員 \$800；非會員 \$960

網上報名：<https://goo.gl/forms/SuhF9WYy182StA7Jn2>

有關更多教聯會課程的資訊，
請瀏覽 <http://hkfew.org.hk/course.php?cid=6>

查詢：2963 5184(黃小姐) /
2963 5183(區小姐)



禮儀文明教育項目 啟動禮暨專題講座

孩子容易受到社會文化的薰染和影響，推動禮儀文明教育，讓孩子從小學習誠敬謙和，由外而內，內化於心，從而培養良好品行，影響極其深遠，非常有意義。

香港中文大學國學中心聯同清華大學中國經學研究院，攜手推動「禮儀文明教育」，讓學界在中國傳統文化涵養及品德教育的範疇上，得到理論與實踐並行的支援，在社會上形成清流，造福下一代。

禮儀文明教育項目啟動禮暨專題講座

日期：6月下旬

上午 啟動禮：

香港中文大學國學中心主任鄧立光博士、清華大學中國經學研究院院長彭林教授及其團隊介紹項目詳情。

下午 專題講座：

邀請著名學者、校長作專題演講，分享經驗。

1. 清華大學人文學院歷史系教授、清華大學中國經學研究院院長彭林教授
2. 幼兒教育專家、大學教授
3. 北京市小學校長（成功推行中華傳統文化進校園）
4. 北京市中學校長（成功推行中華傳統文化進校園）

禮儀文明教育項目習養課程：7月

兩岸三地數學教育 改革研討會

當前世界各地在推行素養導向的教育改革，培養學生面向21世紀的技能。與此同時，為回應社會發展的需要，電子學習、STEM教育蓬勃興起，各種教學方法、跨學科課程也不斷湧現。在這股改革浪潮之中，同屬於華人文化圈的兩岸三地數學教育會做出怎樣的改變？作為課程實施中堅力量的數學教師又該如何應對？

是次研討會將探討數學教育的發展及路向、數學教育和STEM教育、數學教育和電子學習、素養為本的數學思維活動設計及其他數學教育議題。是次活動希望提供廣闊的平台讓各同業交流及觀摩，促進數學教育的專業發展。

日期：2019年6月27日（星期四）

時間：上午8時15分至下午5時
（名額有限，欲報從速。）

地點：香港新界大埔露屏路10號
香港教育大學



賽馬會毅智書院二十周年校慶開放日暨 「活的教育·深度學習多元學習體驗日」

為了慶祝創校二十周年，本校將舉辦「活的教育·深度學習多元學習體驗日」，活動以「活的教育·深度學習」為主題，以「深度學習」(Deep Learning)實踐「活的教育」(Active Education)，讓不同性向及才華的學生發揮潛能。校慶活動包括深度學習課堂體驗日、攤位活動、學生成果展及中小學公開攝影比賽。

日期：2019年5月17日（星期五）

活動：（一）深度學習課堂體驗日
時間：下午2時15分至下午3時15分

活動：（二）「活的教育·深度學習」攤位活動及學生成果展
時間：下午3時15分至下午4時15分

日期：2019年5月18日（星期六）

活動：（一）深度學習課堂體驗日
時間：上午9時15分至
中午12時45分
下午2時至下午3時

活動：（二）「活的教育·深度學習」
攤位活動及學生成果展
時間：上午10時45分至
上午11時45分

活動：（三）「活的教育·深度學習」
校慶活動頒獎典禮
時間：下午3時15分至
下午4時30分

萬鈞教育機構
Man Kwan Educational Organisation

賽馬會毅智書院
The Jockey Club Cheung Chee College

萬鈞教育機構50周年
賽馬會毅智書院20周年校慶
「活的教育·深度學習多元體驗日」暨畢業禮

活動一
攝影比賽
主題：變遷或成長
截止日期：15.4.19
賽馬會主辦
聯合全球中小學生參與

活動二
深度學習課堂體驗日
日期：17-18.5.19(五及六)
典禮日期：18.5.19(六)
時間：3:15P.M.

活動三
畢業典禮
日期：24.5.19(五)
時間：2:30P.M.

主席 萬鈞 啟
主席 萬鈞 啟
主席 萬鈞 啟
主席 萬鈞 啟

「活的教育·深度學習多元體驗日」

17-18.5.19(五及六)兩天設有「活的教育互動攤位」、
學生成果展及I-Corner(學生自備表演項目)，
歡迎中小學老師、學生、家長、社區人士出席參加。

電話：(852) 2447 2322 傳真：(852) 2447 3058
電郵：ed@ykc.edu.hk 網址：http://www.lycsc.edu.hk
地址：新界元朗天水圍天頌路5號

兒童戲劇

1、全港獨家普通話兒童戲劇課程

2、五大提升

心智（成長關鍵期）、性格（善於交流）
學習（文學修養）、自信（具有領導力）
思維（結構性思維）

3、全年系統的教材、教案：

兒童戲劇\安全教育\故事\
兒歌\主持人詞

4、由淺入深、
主題眾多



Hong Kong JngSiGe
PuTongHua
Education Centre

香港菁思格普通話教育中心

菁思格普通話教育中心，
每一堂課都精心設計教案，
涵蓋了本地傳統學制及國際
學制的課程內容，適合本地和
國際學生學習。除了教授學生
知識，還注重學習方法的培養及
教授孩子做人的道理。



輸出導師：

- A: 派出專業的戲劇導師輔導孩子上課
- B: 配合學校做畢業典禮及大型活動展演

兒童戲劇師資提供

到校師資培訓：

全面提供初級到專業級別的戲劇導師：

- A: 培訓後的老師可以做到自編自導自演，獨立完成一出劇目
- B: 提升現有的教學質量
- C: 老師可獲得專業等級證書



由世界華人兒童戲劇教育學會
國家級評判親臨點評
專業級別高、影響力強
頒發證書

www.hkjsgrthec.com
電話：2882 2488

• 比賽時間

幼稚園組、小學組、中學組
2019年6月16日
上午9:30—下午6:00

• 比賽地點

啓基小學禮堂
九龍又一村界限街71號新翼

• 項目組別

普通話/粵語/英文

• 比賽項目

規定誦材/自選誦材/詩詞/繞口令
散文/主持/故事/話劇

• 報名費

各項獨誦：380港幣
合誦、親子誦、集誦：260港幣/人
話劇（英、普、粵）：900港幣/組

報名方式：

致電 98115060 吳老師

www.hkjsgrthec.com 下載報名表

請在入數紙寫上參賽者：姓名、級別、
誦材題目、家長E-mail, WhatsApp

教聯會到校教師發展日活動

筋腱、肌肉及關節健康

資優教育

電子教學

中醫養生

文化歷史

閱讀藝術

STEM

投資理財

電子學習

環保藝術

職業保健

調解技巧

法律知識

Online Education



可獲發專業發展時數證書

免費及收費講座超過60個不同主題，以供選擇。

推薦題目

主題一 (首次和再次申請均免費)

- 自殺危機評估與初步介入 (香港撒瑪利亞防止自殺會)
- 如何在校園上應用調解技巧? (林寶淇小姐 / 何鉅慶先生)
- 「動物覓趣」學校講座 (嘉道理農場暨植物園) #
- 電子學習 (網上教育平台) 工作坊 (麥焯堯先生)*
- 多元電子資源，提升學與教效能 (香港教育城代表)*
- 以最低成本去製作最高點擊率的影片 (Brian Hui)
- 提升學生閱讀興趣——以現代人視覺審視歷史故事和武俠小說 (黃獎先生)

主題二 (首次申請免費，之後再申請，講座為\$2,000/場)

工作坊類

- 泰拳基本技巧工作坊 (林啟成教練)
- 五常痛工作坊 (香港伸展運動學會)
- 強腰健頸易筋經工作坊 (林文輝師傅)
- 筋腱、肌肉及關節健康工作坊 (註冊物理治療師)

講座類

- 提升教師和家長溝通的技巧 (謝玉嬋校長) #
- 國家改革開放 40 年 (胡少偉博士)
- 香港資優教育的發展及如何有效推行校本資優教育課程 (楊定邦先生)
- 「KG STEM + 課程與教學」專題講座 (亞太藝術創意教育交流協會) #
- 教師必備法律常識 – 安全防範 (英汝興校長)*
- 學校危機處理 (溫霽國校長)*
- 新中國的建立和發展 (何景安先生)
- 中醫聲線護理與穴位保健 (黃楚峯註冊中醫師)

適合幼稚園申請 * 適合中、小學申請

備註：

1. 歡迎中學、小學、幼稚園、特殊學校及聯校參加。
 2. 如有需要，每位參加者可獲發專業進修時數證書。
 3. 本會保留活動的最終決定權。
- 講座詳情及報名表：<https://goo.gl/8I5z7b>
 報名查詢：2963 5186 / 2963 5189
 WhatsApp：5392 7419

教師打氣頻道



去片! @



單車名將黃金寶 為教師打氣



2019教聯內地暑期實習計劃-湖南企業

HKFEW Mainland Summer Internship Programme 2019 Hunan's Company

酒店 • 旅遊 • 傳媒 • 廣播 • 影視

創作靈感新嘗試、創業夢想新平台、創造營運新模式、創新媒體新時代、創意營銷建未來



長沙市位於長株潭城市群，擁有豐富天然景觀及文化古蹟，不少大型企業選擇於長沙市發展。湖南經視頻道、湖南金鷹之聲電台、遠大科技集團及長沙明珠國際旅遊股份有限公司、現正針對各專業領域的香港大學生設定不同部門實習，機會難得。



對象

香港大專學生或以上
必須為香港永久性居民及年滿18歲-29歲

實習日期

2019年7月8日（一）
至8月7日（三）

地點

湖南長沙市

實習企業

湖南廣播電視台經視頻道
湖南金鷹之聲電台
長沙明珠國際旅遊股份有限公司
長沙嘍咿星球文化傳媒有限公司
遠大酒店運營有限公司

聯絡及查詢

歡迎致電2771-3113與何小姐聯絡，或電郵至intern2019@hkfew.org.hk
有關實習團詳情和最新消息可瀏覽網址：<http://www.teacher.org.hk/intern2019>

參加費用

HKD1,000（實習生完成實習團並提交實習報告，
可獲退回參加費用**HKD1,000**）

截止報名日期

2019年5月17日（五）

面試日期

2019年3月25至29日（一至五）期間或4月23日（二）

報名方法

於本會網站<http://www.teacher.org.hk/intern2019>
下載並填妥報名表
遞交方法：電郵至intern2019@hkfew.org.hk
或 Whatsapp至公司電話 9362 6936
（如一星期內未接獲確認通知，請致電本會查詢）

防 過 敏 補 肺 健 脾

居住在人煙稠密、車水馬龍的香港，少不免經常接觸致敏原，如果免疫系統失調，抵抗力減弱，在忽冷忽熱、忽風忽雨的天氣中，過敏性疾病便容易發作。都市常見的過敏性疾病，主要以鼻敏感、哮喘和濕疹為代表，任何年齡均可發病，但兒時初次發作較多。

肺脾腎與過敏病因

過敏性疾病與遺傳、環境、飲食及生活習慣息息相關，在中醫的角度而言，這類疾病的病因與肺、脾、腎關係最為密切。腎是先天之本，遺傳自父母，先天稟賦不耐，腎氣腎精不足，便較易出現過敏體質，但可透過後天調養改善。脾則是後天之本，為身體的重要樞紐，有着運輸和轉化飲食、水液的功能，吸收營養使氣血得以充盈，排除濕濁使經絡保持暢通；後天失於調養，例如經常勞累熬夜、喜歡飲食生冷或「歎」冷氣、長期處於室內缺乏運動等，便會導致氣血不足、濕濁內困，易生疾病。肺主皮毛、主氣司呼吸，並與脾腎一同疏通身體內的水液，使身體各處均獲得充足的滋養；中醫視肺為嬌臟，認為外邪必先侵肺，當氣候變化，身體的防衛屏障受到侵襲，

加上水液不通蘊積體內，風寒濕熱困於肌表皮毛，便易誘發為皮疹搔癢，而困於肺部，便易誘發為噴嚏流涕、鼻塞鼻癢、咳嗽痰喘等。



李逸嫻

博愛醫院註冊中醫師

結語

防止過敏性疾病發作和改善體質，除了平日避免過勞或感受風寒，飲食營養均衡、注意忌口外，可運用補肺益氣、健脾化濕的湯茶藥膳，增強抵抗力和免疫力，加速過敏的痊癒。

扶正祛邪 固本培元

總括而言，中醫治療過敏性疾病，會根據不同的體質標本兼治，扶正祛邪兩相配合，既要補益肺脾腎，滋養氣血，同時亦要辨明風寒濕熱，按需要配合祛風、散寒、化濕、清熱的治法。如此因人而異、正虛與邪實兼夾的疾病，如果不清楚自己是什麼體質，日常應該怎麼調養呢？大體上，可以針對肺脾兩臟入手，補肺益氣增強抵抗力，健脾化濕改善新陳代謝。

黃耆(北耆)、人參、黨參、大棗等都是可以增強免疫力的常用補氣中藥，其中黃耆、人參和黨參偏溫燥，炮製過的人參例如紅參、高麗參溫熱之性更強，較適合畏寒怕風、四肢冰冷的虛寒體質，花旗參則偏涼潤，適宜怕熱喜涼、心煩口乾、面紅小便黃的人士服用，如果遇上涼性或溫性的中藥都不太能接受，例如受寒容易腹瀉頭暈，或受熱易口乾咽痛、發口瘡痊癢的情況，可以溫涼並用，舉例來說可用花旗參3-6克、紅棗1-2枚泡茶飲用，前者益氣清熱潤燥，後者溫補氣血安神。更簡易的方法是選用藥性較平和的補氣藥，例如太子參，雖然補氣力較和緩，但能生津潤燥，且適合兒童服用。冬蟲夏草也是補肺益氣的良藥，惟價錢相對高昂，可酌量使用。

常用的健脾中藥，藥性平和之中也有偏涼之品，可按體質有否濕熱斟酌選用。當中山藥(淮山)、白朮、茯苓(雲苓)、蓮子和扁豆補氣健脾祛濕，除了藥膳湯水，也可考慮服用製成中成藥的常用方劑「參苓白朮散」(由於含有扁豆，痛風患者不宜過服)。至於生薏仁藥性偏涼、擅清濕熱，可配合赤小豆、土茯苓在濕疹發作或涕痰偏黃時使用，亦或生熟薏仁各半，取熟薏健脾止瀉之效，以免清熱利濕太過。

天然免疫自癒療法 醫學氣功

世界自癒力及念力研究院（亞太區）趙婉君創院院長兼總教練，應屆（北京）世界醫學氣功學會副主席，主理太極五行自我康復工程，為中國太極門48代傳人何斌輝老師（太極五行功、「念力醫學」太極五行自我康復工程始創人）的嫡傳弟子。十八年來主理講座課程受益者超過萬人，主旨通過「採氣、煉氣、養氣」鍛鍊來迅速激發調動自身免疫力、自癒力及再生力，從而達至強壯五臟六腑，回復體能，延緩衰老及提升生命質量之功效。

適合任何年齡和體質人士學習，易學易煉，是一項對自己身體高回報的投資！

太極五行自我康復工程（名額有限·報名從速）

免費講座日期

2019年5月23日（星期四）

時間：晚上7時至9時30分



三天課程日期：現已接受報名

2019年5月25-27日（星期六至一）

課程及煉功時間：9:30am - 12:30pm 及
4:00pm - 7:00pm

六天課程日期：

2019年5月25-30日（星期六至四）

課程及煉功時間：早班：9:30am - 12:30pm
午班：4:00pm - 7:00pm

組場煉功班：12:30pm - 3:30pm

三天課程日期：現已接受報名

2019年6月14-16日（星期五至日）

星期五：7:00pm - 10:00pm

星期六：9:30am - 8:00pm

星期日：9:30am - 5:30pm

憑此廣告報讀
三天 / 六天課程
除可享九折優惠，
教聯會員更獨享
\$500
額外優惠

報名電話：（852）28661768

Whatsapp 報名：（852）94098168

www.wishasiapacific.hk

世界自癒力及念力研究院（亞太區）有限公司

地址：香港灣仔軒尼詩道258號德士古大廈11樓（灣仔站A4出口）

基金

魔鬼還是天使？

跟朋友聊起基金，常常得到兩種回應：「很久前買的基金還沒有浮上水面！」、「買了，但忘了買了什麼……」你是否也有類似的經歷？

基金是集體籌集資金，由專業的投資團隊投資，分散風險同時尋求合理回報。基金本身只是一種投資工具，沒有好壞之分，主要看使用工具的人。就如槍械，在警察手裏能夠保護市民，在壞人手中就十分危險了。

全球形形色色的基金數之不盡，有公募的和私募的。我們一般人接觸到的都是公募基金。公募基金透明度及受監管程度高，限制也多。每支基金都受起始預設的投資目標所限制。而私募基金的目標客戶主要是機構投資者及／或高資產人士，監管程度較低，投資彈性較強，例如對沖基金。

怎樣選擇合適自己的基金？

(1) 衡量自己的風險接受程度及投資目標

基金有很多種，按投資標的分有貨幣、債券、股票、混合型股債基金等；按地域分有中國、美國、亞洲等；按行業分有高科技、醫療基金等。從基金的管理模式也分主動型（如互惠基金）和被動型基金（如ETF，即交易所買賣基金）。按照自己的風險承受能力、投資經驗，及對市場環境、行業、地區發展的了解選擇基金，如果沒有時間，也沒有這方面的經驗和知識，找專業的財務顧問了解是不錯的選擇。選定基金後還必須根據市場環境及自身財務狀況的變化，進行定期檢討和及時調整投資策略。

(2) 基金經理的能力

基金經理的眼光、能力對基金的整體表現非常重要。例如大家都熟悉的股神畢菲特就是一位非常出色的基金經理。

(3) 基金收費

每支基金的收費都不一樣，甚至同一支基金在不同時段的收費也不一樣，大家在挑選基金時必須留意基金公司及分銷機構的各項收費。收費的多寡直接影響投資回報。由於ETF所涉的費用相對低廉，而且流動性及透明度高，愈來愈受市場歡迎。盈富基金便是大家所熟悉的一支ETF。

(4) 現金流

傳統基金一般着重追求資本增值，而很多新型基金設置了每月派息功能，可以按照需求配置。建議年輕人可以多配置資本增值的基金；而退休人士需要現金流維持生活，可以多配置派息基金，自製年金安享晚年。

(5) 多比較

主流基金的信息透明度都很高，大家輕易能找到一些有公信力的網站，裏面已經為投資者作出詳細、全面的比較，包括過往表現、投資組合、基金經理背景等。有些網站甚至根據風險程度、過往表現等為基金作出評級。

投資是工薪階層通往財務自由的捷徑，利用金錢替我們打工，絕對值得花時間學習。怎樣學習？（1）留意國際時事，定期閱讀財經報章、雜誌；（2）參加投資專家舉辦的投資講座和課程；（3）實踐、定期檢討、在錯誤中學習；（4）和身邊熱衷投資的朋友互相切磋、學習。

投資就好像長跑，目標是財務自由。雖然贏在起跑線上不一定正確，但早起步總有優勢。常聽人要等待市場的最佳時機才投資，但何時為最佳時機，恐怕連股神也算不準。如果投資的最佳時機是十年前，那其次就是現在，行動吧！

歡迎讀者與Julia分享投資經驗。
電郵：lijulia10@yahoo.com.hk



Julia

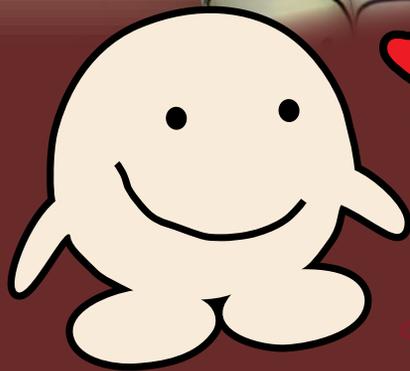
作者Julia曾在跨國銀行企業融資部工作十餘年，離職時為一家星資銀行的高級副總裁，現職大型保險公司財富總監。Julia熱衷投資，並藉着穩健的投資策略於36歲達到財務自由。

手作りの店

アイスクリーム

新鮮な牛乳で作った

楽しむ



手作りの店

© Tezukuri no Mise Ltd.

アイスクリーム
新鮮な牛乳で作った

手作りの店
アイズクリム

TNM
DESIGN 

馬鞍山 沙田 元朗 奧海城 屯門 將軍澳 荃灣 深水埗 鯉魚涌
上水 柴灣 大埔 樂富 九龍灣 葵興 香港仔 鯉魚門 慈雲山

安怡長青高鈣
低脂奶粉 1.7 千克

參考價 ~~\$229~~

會員價 \$160/ 罐

數量有限，售完即止。



會員價 \$46

YDK 韓國品牌蟹膏 / 辣味蟹膏 /
原味蟹肉 / 蟹肉 + 蟹膏

本產品以韓國慶尚北道盈德郡的地區特產盈德大蟹為原料。蟹膏罐頭富含 DHA 及 EPA 等不飽和脂肪酸和無機物，是對我們身體非常有益的食品，不使用任何防腐劑且進行了高壓滅菌，味道鮮美，營養豐富。

Seah's
滋補黑雞湯料

滋補黑雞湯所含的元肉沖淡了中藥味卻不失其風味，使湯頭嘗起來更甘甜爽口，適合全家大小或較怕中藥味的人食用。雞肉細嫩，湯鮮味美，芳香四溢，有滋補的作用。

會員價 \$30/ 包



原條蒲燒鰻魚
5 條裝

以獨家的日式醬燒而成，濃濃的鰻魚汁，鮮甜醇厚。傳統日式蒲燒鰻魚，肉質細嫩肥美，鮮嫩多汁。以真空獨立包裝，開封即可食用，安全衛生。



會員網購價 \$89

稻香集團 \$100 禮券



會員價 \$90

稻香集團 \$100 現金券，有效日期至 2020 年 12 月 31 日。

富臨集團 \$100 禮券



會員價 \$90

富臨集團 \$100 現金券，有效日期至 2020 年 3 月 31 日。

粽券優惠系列

美心粽券 教聯優惠低至 **65折!**



原粒瑤柱裹蒸粽

參考價 ~~\$162~~
會員價 \$105

原粒瑤柱裹蒸粽 · 經典套裝

裹蒸粽 + 貴妃豆沙粽 + 桂花豆沙粽
參考價 ~~\$288~~
會員價 \$172

家鄉靚粽 · 孖寶套裝

一品家粽 + 貴妃豆沙粽
參考價 ~~\$159~~
會員價 \$98

一品家鄉粽

參考價 ~~\$90~~
會員價 \$62

嘉興粽

參考價 ~~\$76~~
會員價 \$50

尊貴薈萃禮盒

原隻鮑魚瑤柱粽 + 嘉興粽 + 一品家鄉粽 + 貴妃豆沙粽
參考價 ~~\$342~~
會員價 \$228

冰粽 (果蜜系列或甜品系列)

果蜜系列：每款 4 款口味各一隻 (芒果味、蘋果味、楊枝甘露味、黑糖味)；甜品系列：每款 4 款口味各一隻 (綠茶紅豆、紫薯味、柚子味、芝麻味) * 每隻約 60 克
參考價 ~~\$83~~
會員價 \$53

精緻裹蒸粽

原隻鮑魚瑤柱粽 + 嘉興粽 + 一品家鄉粽 + 貴妃豆沙粽
參考價 ~~\$113~~
會員價 \$75

榮華粽券 教聯優惠低至 **75折!**

粽靚茶香券

蛋黃咸肉粽 + 蓮蓉棧水粽 + 精選茶葉一罐
參考價 ~~\$122~~
會員價 \$91.5

清香豆沙及清香嫩滑蓮蓉棧水粽券

清香豆沙棧水粽 + 清香嫩滑蓮蓉棧水粽
參考價 ~~\$76~~
會員價 \$57



風味蛋黃咸肉粽 (兩隻裝) 券

參考價 ~~\$100~~
會員價 \$75

八福裹蒸粽券

參考價 ~~\$126~~
會員價 \$96

榮華加瘦招牌臘腸券

參考價 ~~\$249~~
會員價 \$211.5

榮華極品瑤柱鮑魚海參粽皇券

參考價 ~~\$330~~
會員價 \$247.5
* 指定 8 間門市換領

以上產品詳情及訂購表格可瀏覽教聯優惠物聯網 www.jetsoedu.com
查詢：2963 5191，地址：九龍旺角道 33 號凱途發展大廈 17 樓

教聯會會員優惠

會員優惠

保健養生

參考價 ~~\$1,760~~

全身化驗檢查 會員價 \$480, 60 歲以上 \$420



紐西蘭 Nature Care 蜂膠潤喉糖

檸檬

薄荷

特涼

Nature Care 蜂膠糖

以純紐西蘭蜂膠加上尤加利精油、薄荷、維他命 C 製造而成，味道恰到好處，對滋潤喉嚨、初起咳嗽、咽喉乾涸，以及因感冒發熱而引起的喉痛症狀有迅速緩和作用。

參考價 ~~\$120~~

會員價 \$98 起 (50 粒袋裝)

測試目標	化驗項目
肝功能	ALT, AST, GGT 及 ALP 等四種肝酵素
腎功能	尿素及肌酐
糖尿病 *	血糖
痛風病	尿酸
血脂狀況 *	總膽固醇、三脂甘油 *、高密度及低密度膽固醇
貧血及血球狀況	全血圖：紅、白血球、血色素、血小板、血球分類及計數
乙型肝炎帶菌	乙型肝炎表面抗原
腎 / 尿道狀況	小便常規
肺功能	胸肺 X 光照片

詳細報告分析 * 註：需空腹八至十小時



遠紅外線熱毯

遠紅外線溫濕熱數位電毯的功能已廣泛用於醫療界復康科，藉着強烈的溫濕熱氣，配合遠紅外線熱能夠短時間舒緩疼痛症狀，濕熱的氣體深入細胞組織，促使血管膨脹，加速循環產生新的血管細胞，以達到舒緩疼痛的功效。

會員價 \$850

母親節優惠系列



低至 **55折!**

Kate Spade 女士新款紫色長錢包 (Bajablue Stacy)

參考價 ~~\$1,358~~

會員網購價 \$688



低至 **6折!**

Kate Spade 女士皮革粉藍色單肩包

參考價 ~~\$3,888~~

會員網購價 \$2,288



Michael Kors 卡片夾 / 護照夾 (Black)

參考價 ~~\$3,838~~

會員網購價 \$1,038

Paul Smith 金色地球 T 袖口鈕扣

參考價 ~~\$799~~

會員網購價 \$789



Paul Smith 條紋鉛筆袖口鈕扣

參考價 ~~\$920~~

會員網購價 \$789



樂園門票

海洋公園門票

香港海洋公園是一座集海陸動物展覽、機動遊戲、大型表演的主題公園。無論大人或小孩，熱愛動物與自然，或喜歡挑戰機動遊戲的遊人不可錯過。

參考價
~~(成人) \$480~~
會員價 (成人) \$418

參考價
~~(小童) \$250~~
會員價 (小童) \$208



深圳野生動物園門票

觀賞園內近萬隻、約 300 多種野生動物，包括世界珍禽名獸如華南虎、金絲猴、東北虎等珍稀動物。現代化海洋主題公園，展示絢麗多彩的海洋世界。各種動物表演精彩紛呈，場面新奇有趣，不容錯過。鄰近深圳地鐵西麗湖站，交通方便。

參考價
~~(成人) ¥240~~
會員價 (成人) \$85

香港迪士尼門票

走進童話故事般的夢幻國度，探索 7 大主題園區，展開一段奇妙、驚險刺激的冒險旅程，和你最愛的迪士尼朋友見面！

參考價
~~(成人) \$819~~
會員價 (成人) \$558

參考價
~~(小童) \$458~~
會員價 (小童) \$412



COACH L 型雙拉鏈皮革手拿包 (SV/Watermelon)

參考價 ~~\$758~~
會員網購價 \$658



COACH 軟皮革女裝鈕扣長錢包 (F23504)-IM/Ndue Pink

參考價 ~~\$1,088~~
會員網購價 \$988



COACH 耳環禮盒裝 (F54497)

參考價 ~~\$508~~
會員網購價 \$558



COACH 頸鏈連吊咀禮盒裝

參考價 ~~\$698~~
會員網購價 \$688



COACH 新款星星女士頂鍊禮盒裝 (F24236)

參考價 ~~\$518~~
會員網購價 \$508



禮品套裝 (3)
香氛噴霧 + 身體乳霜 (櫻花香氛噴霧 + 性感琥珀保濕滋潤身體乳霜)

參考價 ~~\$178~~
會員網購價 \$168

以上產品詳情及訂購表格可瀏覽教聯優惠物聯網 www.jetsoedu.com
查詢：2963 5191，地址：九龍旺角道 33 號凱途發展大廈 17 樓

如何選購好的葡萄酒

過去幾十年，本人為了採購葡萄酒，足跡遍及歐洲、美洲、澳紐等主要盛產葡萄酒的國家。現今很多人都認為，白及汽泡酒為葡萄酒，其實來自葡萄之糖份天然發酵，均可稱為葡萄酒。

如何選購好的葡萄酒，在這裏我為大家介紹一個前輩建議的方法，他推介在本地經營多年、有口碑的公司購買，以「用途為本，錢包為副」、「現貨為主，海外、郵寄為戒」，作為選購的大原則。

若為自用，不妨大膽嘗試不同的葡萄品種、國家來源及不同風格的葡萄酒，價錢也可按個人承擔能力再調低一些。價格便宜，品質未必一定差，最重要是選擇自己最喜愛的，在大時大節、重要慶典之際，可投放較多資源獎賞自己，知己良朋暢聚共飲，實為人生一大樂事！

如何選購葡萄酒，作為消費者的角度，需要考慮的有以下幾點：

1. 閱讀標籤，要了解這瓶酒的前世今生，可由招紙標籤入手。
2. 如購物時適逢推廣優惠，想多買一瓶葡萄酒，就要考慮如何收藏才不致浪費？
3. 怎麼優雅地開瓶？
4. 葡萄酒真的需要讓酒呼吸嗎？
5. 「葡萄美酒夜光杯」，如何選擇適合的酒杯？
6. 酒食相配，可怎樣準備？
7. 葡萄酒可投資保值？
8. 怎樣建構有自我個性的酒窖？

下期我會為大家解答以上種種問題。

今天先給大家一個小貼士，當你走入店舖賣酒專區有着不同的品牌，眼花繚亂，對着葡萄酒類型和出產區域資料，不知如何解讀的時候，不妨拿出手機上網，在網絡世界尋找這瓶酒的詳細資訊，相信可幫到你選擇一瓶合心意的靚酒。

當然，如果你對葡萄酒很有興趣的話，探索葡萄酒世界另一個方法，是到圖書館，在書籍中尋求專門知識，也是好選擇！



教聯會會員享有特別優惠

掃描左方 QR Code 連結，
或輸入 <https://qr.go.page.link/QBsa>
揀選貨物後，輸入優惠碼
EMGL2019，即可享有優惠



Horace Cheung

集團營運總監

Yui Kee Co. Ltd 1964 年創立。2000 年開始成立葡萄酒部門，除了在歐洲、美洲、近年足跡更遍及阿根廷、澳紐等地搜尋美酒，也有在香港推行品酒的工作坊，與大學合作教授品酒的餐桌禮儀。

* 酒後不應駕駛，不應食藥，不宜身處溫差極大的環境中，例如桑拿室或游泳

* 盡量控制在 100 毫升以下，才可達到輕嘗淺酌、延年益壽的最佳效果。





T Café 提供多款精緻佳餚

吃喝玩樂在教聯 T Club

教聯會在觀塘開設了全港首個專門為教師而設的休閒空間——「教師俱樂部」(T Club)，集 Café、生活品味及康樂於一身的消閒會所。配合一星期七日的服務時間，實行「吃、喝、玩、樂在教聯」，好讓教師在百忙中整頓思緒，重新出發。

T Club 佔地四千多平方呎，設有 Café、生活百貨區、旅遊專區及茶室，環境開揚、雅緻舒適，並可俯瞰維海兩岸景色，節慶時到來觀賞煙花更是適合不過。平日也開放場地作舉辦課程及會議之用。其中 T Café 因應季節氣候的最佳食材，設計餐單美食，讓同工可享受良朋共聚的快樂時光。

成為教師會員及教聯之友可享有豐富 T Club 優惠如場地租用、Café、購物優惠等等，詳情可瀏覽 T Club 網站及 Facebook 專頁。



T Club 佔地四千多平方呎



環境開揚，俯瞰維海兩岸景色

INFO

營業時間：

星期一至日 (10:00-21:00)

地址：觀塘成業街 6 號泓富廣場 23 樓 2306-09 室

網頁：<https://www.tclub.cafe>

Facebook：<http://www.facebook.com/tclub.hongkong>



體驗極簡約主義

Quique Dacosta Restaurant

米芝蓮
三星餐廳

品嚐知名的米芝蓮餐廳，大家都趨之若鶩，火爆預訂是常態吧?!早在7個月前已預訂留位，今天我們終於來到米芝蓮的三星和世界五十佳餐廳——大名鼎鼎的 Quique Dacosta Restaurant，為美食之旅最重要一環展開序幕!

過去幾天我們一大班朋友在西班牙的華倫西亞打高爾夫球，為了美食，特意繞道而行，光顧這間位於西班牙東部地中海沿岸的港口城市德尼亞的餐廳，享受美妙的美食體驗。酒店坐落在一棟擁有現代設計的地中海白色別墅內，景色宜人，餐廳內沒有金壁輝煌的布置，只是四周安放著小小的、不同的藝術品，感覺親切，完全忘卻了這是要飛越十萬八千里才能到達的餐廳。

外型精緻吸引的花沙律 (Flower's salad)。





很榮幸與主廚 Quique Dacosta 合照。

Esther Ow

前投資銀行大中華總監，三年前決定放下工作，提早實行退休生活，開拓人生下半場。

「Quique Dacosta Restaurant」奉行極簡約主義，餐桌沒有餐具或桌布，除了放在圓桌中間金色頭部裝飾圖和今天菜單。「Self Portraits」是 2019 年的烹飪主調。根據星級主廚 Quique Dacosta 的說法：「Self Portraits 是一種態度，Self Portraits 就是要和『單調』說道別，發揮我們對烹飪的創意，現在更需要我們的想像空間，才能不斷發展和進步。」

我們花了 4 個多小時才完成整個美食的旅程，聽起來很花時間，卻是很好的體驗。在整個用餐時段內，我都沒有感到任何沉悶和冷場，每道菜都經過獨特精心的準備，細節豐富，絕對是我經歷過最佳的美食旅程。



切開從卡略薩而來的金色白蘆筍（Blonde lace of white asparagus）和奶酪，令人垂涎三尺。



玫瑰花瓣內包藏的琴通寧蘋果（Petals of rosses with Gin tonic of apple）。



肉桂枝（Cinnamon branch）。



橙花蜂蜜（orange blossom honey）、杏仁（almonds）和迷迭香（rosemary）。



海鹽煮沸的 Denia 紅大蝦（red prawn），重點是蝦頭多汁可口。



鄧主席
一名學會主席
閒時飲飲食食
遊盡大灣省港澳
專找平靚正美食

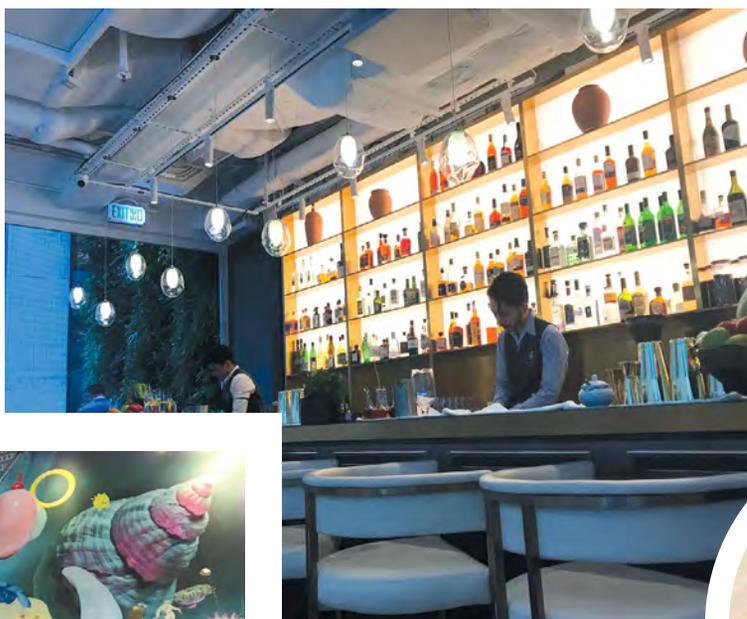
在鬧市中

品嚐地中海海鮮滋味

近來八卦新聞和負面新聞一樣多，說實話，花生太多實在消化不良，真的要好好放鬆一下，在不良傳媒的渲染下，香港已難有一刻安靜。這個月我約了兩位教育界同工吃晚飯，幸好我有先見之明，選了一間有品味及較為安靜的餐廳，靜聽兩位同工傾訴如何在這麼紛擾的社會環境中，依然堅持做好份工的景況。

這餐廳藏身於皇后大道中，中央街市對面，一座新建成的型格大廈中，是一間希臘餐廳，提供傳統的地中海海鮮，而它的點菜方法也很特別，仿如置身鯉魚門一樣，先到前台挑選海鮮，然後再選擇烹調方法。前菜揀選了希臘皮塔餅香烤肉丸、炸希臘芝士和墨魚仔配烏魚子，開胃醒胃，喚醒了沉睡了的味蕾，為主菜拉開序幕。





我們還叫了一盤青口，清甜新鮮，配一瓶白酒，相得益彰，兩位教育界同工暫且將煩惱放下，靜靜享受美食。主菜送上龍蝦炒麵，不過不失，另一款是鹽焗魚，模特兒般的男侍應為我們徐徐打開，頓時香味四溢，魚經鹽焗後仍不乾身，充滿鮮魚味，美味！

香港工作壓力大是人所共知的，尤其是教育界，今期真是多事之秋，無論校長、主任或是老師，每個崗位上總有吃力不討好的工作，如果只是批評而得不到鼓勵，就會很容易失去方向變得沮喪，幸好最後上來的甜品是小檸檬蛋糕，苦中帶甜，人生也不過是如此，各位同工，努力加油！





獨特 配方 生產

自家 品牌

正和隆醬料



創辦人陳根秀先生於40年代來到香港同鄉的醬園工作，於此學得傳統醬料的做法，再加以改良，出產自家品牌「正和隆」生抽（只售頭抽）、老油、甜醋、原曬豉及甜醋等傳統醬料。正和隆以其獨特配方生產傳統醬油，深受街坊支持，有不少客人慕名而來，更有已移民的老主顧，每次回港都會到上水老舖掃貨，一解鄉愁。除了自家製品牌醬料，正和隆亦為客人搜羅來自世界各地的優質食材，包括遠至美國的糖心無花果、來自內蒙古的髮菜、增城黑蔗糖等，深受客人喜愛！

招牌產品

鮮味頭抽

以精選非基因改造加拿大一級黃豆古法釀製，天然生曬釀製，待曬出豉油中的鹽霜，再抽取頭遍最香醇的生抽，用料十足。

配料：大豆、水、食鹽、小麥粉

用法：、煮、蒸、醃肉，或用作直接沾蘸食用，帶出食物鮮味。



腐乳

以黃豆、鹽、酒、辣椒天然發酵而成，不含防腐劑，口感綿滑誘人。



全新產品

香辣椒醬

以新鮮地瓜加入空運泰國辣椒炮製而成，絕對百分百無添加。非一般的辣，絕對能夠刺激你的味覺，令你食慾大增！



老舖豬腳薑

以老舖做甜醋六十多年既功力，加入本地新鮮豬腳、本地老薑、馬來西亞雞蛋，慢火熬製而成。

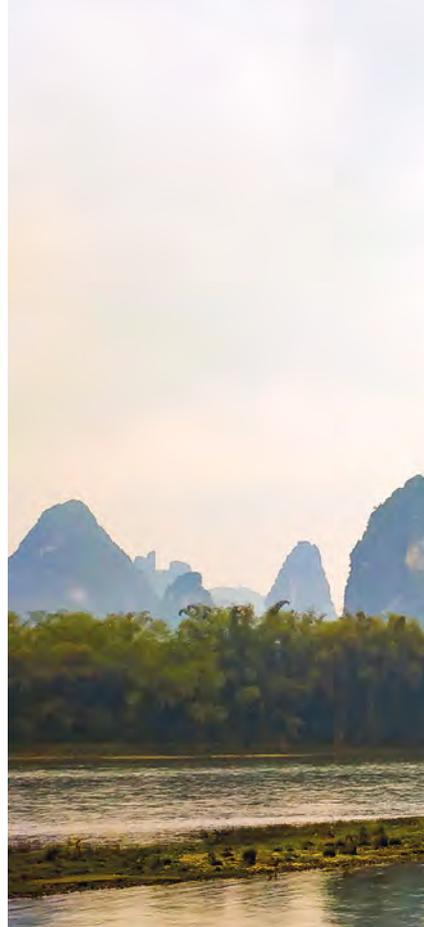
正和隆

地址：上水巡撫街2號A地下
電話：2670 3486



聽琴的牛

退休教育工作者
喜好旅遊歷奇及文字創作
及時行樂
享受優游歲月



領略真正的陽朔山水

「桂林山水甲天下，陽朔山水甲桂林」。

這句說話自小就在課本中讀過，
相信大家已經耳熟能詳，
但究竟有多少人曾真正欣賞過陽朔的風光呢？



作為一個退休人士，數十年來在滾滾紅塵中精彩打拼，什麼繁華塵囂沒有見過？但真正正想反璞歸真，必須在山明水秀的地方，才能放開心懷，擁抱自然。

陽朔，許多人去瀏覽過，卻很可能只在著名的「西街」，吃過「啤酒魚」，便以為已經看到真正的陽朔了。真正的陽朔風景，其實是在距離陽朔數十公里外的一個小鎮「興坪」之中。

國內的高鐵現在無遠弗屆，到「興坪」已經比從前倍加方便，只要乘坐高鐵到「陽朔站」下車，再轉乘5元大巴，僅15分鐘就可以到達了。反而，如果要到燈紅酒綠的「陽朔西街」，卻要遙遠得多。但既然是來欣賞風景的，就應該捨棄煩囂，進入一個柔美的山水世界。



「興坪古鎮」座落在灕江之旁，擁有的風景真可說是冠絕天下。包括：20 元人民幣作背景的元寶山；國內著名十大徒步路線之一的興坪至楊堤步道；冠絕天下的「九馬畫山」；如詩如畫的「遇龍河」；能供遊客真正欣賞陽朔風景的「相公山」和「大面山」；優游的泛舟灕江等。如果有充裕時間的話，在「興坪」呆上半個月也是一個很好的選擇，即使僅有兩三天行程，也可以盡興而歸。

退休人士來陽朔旅遊，可以選擇租住青年旅舍，不單租金便宜，亦可和年青人一起去徒步穿越，當地有絡繹不絕的外國旅者一起溝通交流，還可以到旅舍附設的圖書館和當地的小朋友讀書和說故事，或者坐在旅舍的路邊陽台，喝着啤酒，欣賞這個淳樸的小鎮。無論晴天、雨天、日出和日落，都充滿一種獨特的美，只屬桂林獨有的。

當然，你也可以租住江邊的小房，看着秀美的灕江一整天的變化，所需花費並不多。淳樸的「興坪」，商業化仍然不如「西街」般嚴重，到處仍可見純真的笑臉，消費也是豐儉由人，由青年旅舍最便宜的 30 多元的床位，到古鎮中由古宅改建而成的望江景樓，也不過 200 多元而已。只要有興趣花半個小時攀上碼頭旁的老寨山，不需門票就可以欣賞到絕美的日出日落，這種旅遊才是一個渴望回歸自然的退休人士的理想選擇。



香港教育工作者聯會
Hong Kong Federation of Education Workers



門票有效日期：28.06 - 11.07.2019

門票優惠 \$130

購票方法：
由即日起親臨 教聯會會所 (旺角道33號凱途發展大廈17樓) 或
T Club教師俱樂部 (九龍觀塘成業街6號泓富廣場23樓6-9單位) 購票
查詢：2963 5191 / 2963 5197



香港教育工作者聯會

Hong Kong Federation of Education Workers

教聯會入會申請表

介紹人

介紹人會員編號

新入會 / 續會 / 資料更新 會員編號：_____

甲 | 個人資料 (所收集的個人資料，將遵照「個人資料 (私隱) 條例」使用)

個人資料

姓名 (中文)

(英文)

出生日期

性別

男 / 女

身份證號碼

(首 5 個字, eg A1234)

中文住址

(會員證會以郵寄方式寄到閣下登記住址)

住宅電話

手提電話

電郵地址

辦公室電話

傳真號碼

現申請為 * 基本會員 / 學生會員 (教育專業職前培訓課程學生) 請附學生證副本

乙 | 任職 / 就讀學校資料

學校名稱

職 位

關注項目 (可選多項) :

- 校長 副校長 教師 大專講師 / 教授 / 研究員
- 教學助理 技術員 校務文員
- 工友 退休 / 離職
- 其它 (請註明 _____) * 請刪除不適合資料

- 教師專業培訓 STEM 教育 教育管理 旅行團 / 交流團
- 減壓休閒課程 文康體育活動 求職招聘 教師權益
- 福利優惠 其他 (請註明: _____)

備註：凡註冊學校的全職員工，均可申請入會。會員證將以郵寄形式寄到閣下上述登記住址。

有關會務的資料，可瀏覽網頁：www.hkfew.org.hk。

有關「收集及使用個人資料」聲明

本會將依個人資料 (私隱) 條例使用及保密，並只用作本會內部會籍分析、宣傳活動及聯絡之用。

詳情請參閱 <http://hkfew.org.hk/privacy.php>

申請人聲明本申請表的資料及內容均正確無誤

申請人簽署：_____

日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日



eye¹ eye3 智能生活通訊服務¹

一個月費可享：HKT 家居電話線² + 指定 Samsung 平板¹
+ 超過 100 個精選內容³

新客戶須成功安裝指定 eye3 服務¹，
可享平均優惠月費 HK\$140

- 合約禮品¹ – Samsung Galaxy Tab A (A2) 8" LTE (建議零售價HK\$2,598)
- 12個月嘉保手機及平板電腦維修計劃⁴ (價值HK\$1,288)
- 家居電話線服務及10項指定增值服務² (正價月費HK\$168)
- 超過100個精選內容³ (參考價值約HK\$1,800)
(承諾期為最少30個月)

HKT HKT 家居電話線⁵

新客戶成功申請指定家居電話線服務，
可享平均優惠月費HK\$47

- 超市禮券\$800
- 8個月月費回贈
- 24個月免費通話組合
(承諾期為最少24個月)

網上行[®]

教聯會會員轉用指定網上行家居寬頻服務⁶

即送你總值超過 **\$2000** 禮品

額外禮品



樂信牌多功能煮食鍋 (RMC-Y8)
建議零售價 HK\$1,080



轉台優惠



Origo 纖幼旋風式吸塵機 VC-10
建議零售價：HK\$998

申請專線

2883 2323 或 WhatsApp 9079 1323



條款及細則：

● 以上服務及優惠均由本公司Hong Kong Telecommunications (HKT) Limited提供，須受相關條款及細則約束，詳情請瀏覽香港電訊網頁 www.hkt-eye.com/hkfewoffer.tc





Shell FuelSave 無鉛汽油
Shell V-Power 性能汽油

\$2.6 /L



Shell FuelSave 柴油

\$5.3 /L



Synergy Supreme+ 特級汽油
Synergy Extra 汽油

\$2.4 /L



Synergy 柴油

\$6.0 /L

申請辦法：

填寫申請表及連同右邊所需文件，寄回：官塘敬業街61-63號利維大廈1字樓128室

如果文件交齊，完成審批後，最快會於大約4個星期後以平郵方式郵寄油卡給你！如往後有任何問題，可直接致電聯絡！



Esso 油咭申請表



Shell 油咭申請表

1. 填妥申請表格 (正本)
2. 香港身分證 (副本)，如牌簿與申請人不同，需要對方ID Copy
3. 車輛登記文件 (副本) 牌簿非申請人亦可
4. 申請人的住址證明 (副本) 最近一個月賬單
5. 如公司名義申請或牌簿以公司名義持有，須提供BR及CI
6. 教聯會有效之會員證或電子證

We are Hiring
招聘

校長

副校長及助理校長

香港教育工作者聯會黃楚標中學 | 全職 | 離島區

經驗及學歷要求：認同辦學團的辦學宗旨及理念。具教學熱誠、良好的團隊協作能力、具領導才能及承擔精神；有實際學校行政經驗，能為學校的持續發展擬訂有效策略；任職高級學位教師五年或以上。



二級小學校長

國民學校 | 全職 | 離島區

職責：國民學校誠聘二級小學校長，於2019年9月1日到任。申請人須符合以下條件：認同辦學團體的辦學理念及宗旨；符合香港教育局規定的校長資歷要求，具五年或以上小學行政管理經驗；富領導才能，良好溝通能力，廣闊的教育視野；具教育理想，能為學校的持續發展擬訂有效策略。



科主任

英文科科主任 (可即時到職優先)

佛教慧因法師紀念中學 | 全職 | 離島區

經驗及學歷要求：主修英文或具語文基準資格，主要任教英文科，具豐富之教學經驗，能提升英文科教學效能。電郵至 wyb-mail@hkcedcity.net，申請人所提供的資料將予保密及只作招聘有關職位用途。



19-20 學年英文科課程主任 PSM

順德聯誼總會李金小學 | 合約 | 屯門區

經驗及學歷要求：須具本科教育文憑或學位。須達到本科語文基準測試第4級或以上水平。具備領導英文科課程發展之經驗。到職日期：2019年9月2日，合則約見。申請人資料絕對保密，只用作聘用有關職位。



數學科科主任 (乙名)

佛教黃允畋中學 | 全職 | 沙田區

職責：任教數學科，能兼教電腦科者優先。

經驗及學歷要求：須持有相關學位及教育文憑。具管理數學科科務工作之經驗。



聘請老師

教師 (全職 / 兼職) 多名

Victoria Harbour International Education (HK) Development Co. Ltd. | 全職 | 深水埗區

職責：誠聘教師多名，教授科目包括：中國語文、英國語文、數學（必修部分和選修部分M1、M2）通識教育、生物、化學、物理、經濟、地理、中國文學。**經驗及學歷要求：**持有相關科目學士學位及教育文憑；能以普通話有效溝通。熟悉香港中學文憑課程及考試評分方式；有教授香港中學文憑課程經驗者優先；有意常駐廣東地區工作者優先考慮。



常額助理小學學位教師 / 合約教師

佛教中華康山學校 | 全職 | 香港東區

職責：中文科、英文科（達英文基準）、數學科教師數名、可任教音樂科、體育科、普通話科者優先考慮。

經驗及學歷要求：須具相關大學學位或教育文憑。



Teachers (Mathematics) (2018-19)

和富慈善基金李宗德小學 | 全職 | 元朗區

Requirements: Have equivalent professional training and qualifications. With experience on STEM development will be an advantage. **Enquiries:** Interested parties may apply with resume, expected salary and availability.



Supply Teacher (from March to June 2019)

和富慈善基金李宗德小學 | 兼職 | 元朗區

Job Description: Mathematics. **Enquiries:** Interested parties may apply with resume, expected salary and availability to The Human Resources Department.



以上教育招聘職位詳情，請瀏覽「教育專業招聘網站」 網站：<https://recruit.hkfew.org.hk>

聘請老師

中文 / 英文 / 數學教師

香港基督教循道衛理聯合教會亞斯理衛理小學 | 全職 | 葵青區

職責：任教中文 / 英文 / 數學 (能教授術科者優先)。經驗及學歷要求：具相關科目師資訓練，須帶符合教局資助則例學位教師的入職及語文能力要求。申請截止日期：2019年5月14日



英文科科主任 - 小學學位教師 PSM 職位

香港教育工作者聯會黃楚標學校 | 全職 | 離島區

經驗及學歷要求：申請人須持有相關科目的認可大學學位及教育文憑。申請者必須達到英語基準要求第4級具有豐富之教學經驗及推動學校英文科發展之能力。到職日期：2019年9月2日。



文憑教師

循道中學 | 代課 | 油尖旺區

職責：以英語教授中三及中四生物科及解答學生有關科目之問題。經驗及學歷要求：曾教英中學校。備註：代課日期有可能延長，請直接聯絡黎小姐。



中、英文科老師

港九潮州公會中學 | 全職 | 油尖旺區

職責：旺角津中誠聘 2019-2020 年度職位。經驗及學歷要求：須具備教育局認可資歷及已獲取英國語文或普通話教師語文能力資歷。無需經驗，有任教高中經驗者優先考慮。



全職幼兒教師

油麻地循道衛理楊震幼兒學校 | 全職 | 油尖旺區

職責：按學校服務時間當值，教導及照顧 3-6 歲幼兒，處理日常班務及編寫教案、設計活動、預備教材及撰寫觀察報告，編寫兒童學習歷程檔案等。經驗及學歷要求：香港中學會考五科合格或香港中學文憑考試五科 2 級以上。



19-20 學年合約 / 常額教師 (多名)

順德聯誼總會李金小學 | 合約 | 屯門區

職責：教授中文 (普教中)、英文、數學、視藝或音樂。經驗及學歷要求：中文科 (普教中) / 英文科申請人必須具備本科教育文憑或學位及普通話 / 英文基準。到職日期：2019年9月2日。



數理科老師

港九潮州公會中學 | 全職 | 油尖旺區

職責：旺角津中誠聘 2019-2020 年度職位。
經驗及學歷要求：任教電腦 / 數學科，無需經驗，主修系統工程優先考慮。



初至高中英文科代課老師 (3月18日至7月上旬)

伯裘書院 | 合約 | 元朗區

本校辦學理念「人人可教 皆可成材」，我們相信每一位孩子都應該有受教育的機會，每一位孩子都有其獨特的天份及才能，在接受多元化的培育下都能成材。合則約見。申請人提供之全部資料絕對保密及只作招聘之用。



中史科代課教師 (一名)

福建中學 | 代課 | 黃大仙區

本校為一優質直資中學，推行「以人為本」教育，並落實「兩文三語」政策。經驗及學歷要求：現擬聘請中史科代課教師一名 (由4月底起)，須具有本科學位，並已接受教師專業培訓，有教學經驗者優先。



英文科代課教師 (一名) 合約 / 代課老師

福建中學 | 代課 | 黃大仙區

本校為一優質直資中學，推行「以人為本」教育，並落實「兩文三語」政策。經驗及學歷要求：現擬聘請英文科代課教師一名 (由5月起)，須具有本科學位，並已接受教師專業培訓，有教學經驗者優先。



教育
新聞
招聘





聘請老師

短期通識科代課教師

仁濟醫院第二中學 | 代課 | 屯門區

職責：短期通識科代課教師。備註：有意者請將詳細履歷，傳真至 2456 2302 或函寄：新界屯門第 31 區楊青路，仁濟醫院第二中學 校長收，合則約見。申請人所提供資料將予保密及只作招聘有關職位用途。



地理科代課老師

佛教善德英文中學 | 代課 | 葵青區

職責：以英語授課、監考、批改試卷。經驗及學歷要求：大學學位、具教育文憑更佳。
備註：日薪代課，6 May 2019 - 24 Jun 2019。



短期初中英文科 (兼教數學) 代課教師

仁濟醫院第二中學 | 代課 | 屯門區

職責：短期初中英文科 (兼教數學) 代課教師。備註：有意者請將詳細履歷，傳真至 2456 2302 或函寄：新界屯門第 31 區楊青路，仁濟醫院第二中學 校長收，合則約見。申請人所提供資料將予保密及只作招聘有關職位用途。



Supply Secondary Maths Teacher

基督教香港信義會宏信書院 | 全職 | 元朗區

職責：Teach Year 7, 9, 11 (Secondary 1,3,5) Mathematics in English. 經驗及學歷要求：Hold a Bachelor Degree or above in relevant disciplines, with professional qualifications in education is preferred; Possess excellent fluency in English.



各科常額 (合約教師)

香港教育工作者聯會黃楚標學校 | 合約 | 離島區

職責：任教中文 (普教中)、英文、數學、常識、音樂、視藝、體育。到職日期：2019年9月2日。
經驗及學歷要求：持本科教育文憑及學位。教授語文科者須具相關語文能力基準。



小學音樂科老師 (合約)

宣道會葉紹蔭紀念小學 | 全職 | 元朗區

職責：任教音樂科及其他科目教師、帶領學生出外表演及比賽。經驗及學歷要求：大學程度，主修音樂教育、能主理詩歌班、指揮或手鈴音樂者優先。可列明其他可兼教科目。申請截止日期：31/7/2019。



中文、英文及普通話科教師 (常額及合約)

浸信會天虹小學 | 合約 | 黃大仙區

職責：2019/2020 年度擴班增聘教師，教授中文、英文及普通話。經驗及學歷要求：持教育文憑及認可大學學位，語文科教師需達教師語文能力要求。



小學數理及 STEM 科老師 (合約)

宣道會葉紹蔭紀念小學 | 全職 | 元朗區

職責：編程電腦科目、任教數學、電腦、多元活動、帶隊比賽。經驗及學歷要求：大學程度，主修數學、電腦、能教授 STEM 或編程電腦科目優先。



特殊教育支援老師 SENST (常額及有時限常額) 特殊教育 浸信會天虹小學 | 全職 | 黃大仙區

職責：2019/2020 年度增聘特殊教育支援老師。為學生支援組成員，支援融合教育的推行，深化校園共融文化。須擔任教學工作，促進家校合作、安排校本言語治療服務、安排外購服務等。經驗及學歷要求：持教育文憑及認可大學學位。



以上教育招聘職位詳情，請瀏覽「教育專業招聘網站」 網站：<https://recruit.hkfew.org.hk>

導師

初中視藝先導班導師

文理書院（香港） | 其他 | 香港東區

職責：負責中二至中三級視藝先導計劃，包括教授素描、繪畫及版畫等的知識與技巧，另協助推行課後視藝活動。一星期工作一至兩天。**經驗及學歷要求：**(1) 具藝術或設計相關大專或以上程度；(2) 具最少兩年教學經驗片連履歷。



兼職 STEM 課程導師 / 助教

香港才能教育研究會 | 兼職 | 觀塘區

職責：負責教授 / 協助教授 STEM 課程，工作地點為各區學校及屋苑。**經驗及學歷要求：**具大專程度，有責任感，有相關經驗者優先。如獲聘任，須通過「性罪行定罪紀錄查核」。



半職幼兒教學助理 幼教導師

滙豐幼兒學校 | 其他 | 油尖旺區

職責：教育及照顧 2-6 歲幼兒，負責日程及課程上工作。**經驗及學歷要求：**幼兒教育證書或幼兒教育文憑或幼兒教育高級文憑優先考慮，操流利廣東話及基本英語，良好中文書寫能力及電腦及資訊科技应用能力優先考慮。



兼職導師 幼教導師

Hang Ho Tutorial Centre | 兼職 | 九龍城區

職責：負責教導學生，維持課室秩序及預備教材。**經驗及學歷要求：**副學士學位以上守時，盡責，有耐性，工作積極主動，喜愛與小朋友接觸，良好待人接物態度及能夠獨立處理事務。



學校行政

學校行政主任

佛教中華康山學校 | 全職 | 香港東區

職責：支援法團校董會的運作、協助學校人事及財務管理工作、檢視校本機制，內部行政，工作內容詳見教育局通函第 37/2019 號。**經驗及學歷要求：**持有本地學士學位或同等學歷，良好中、英文能力。



合約半職校務助理 OA

順德聯誼總會李金小學 | 合約 | 屯門區

職責：每周工作時數：27 小時（不包括午膳時間）。工作時間：星期一至六，下午 1 時 30 分至下午 6 時正。薪酬：三個月試用期每月 \$4,805；試用期滿後每月 \$5,255。職位可隨時到職。



校務處文書助理及行政主任

香港教育工作者聯會黃楚標中學 | 全職 | 離島區

職責：協助一般校務文書、學校行政、對外聯絡事務。**經驗及學歷要求：**中學畢業或以上學歷；具行政管理及學校工作經驗者優先考慮；熟悉電腦文書處理。



學校行政主任

宣道會葉紹蔭紀念小學 | 全職 | 元朗區

職責：協助法團校董會及校長管理及推行學校的行政措施，負責統籌學校行政事務包括管理非教職員團隊等工作。**經驗及學歷要求：**持有學士學位，或具備同等學歷，其他職務可參閱教育局通函第 37/2019 號。



行政主任（合約）

浸信會天虹小學 | 合約 | 黃大仙區

職責：協助督導及統籌學校行政事務，支援法團校董會的運作，協助財務及資源管理，協助檢視校本機制、內部行政安排及規定，履行校長指派的有關工作，到職日期：2019 年 9 月 1 日。**經驗及學歷要求：**持有本地學士學位或同等學歷，良好中英語文及溝通能力，熟悉文書工作，有學校行政管理工作經驗及有會計知識者優先。



教育
新聞
招聘

We are Hiring
招聘

教學助理

融合教育教學助理乙名

佛教黃允畋中學 | 全職 | 沙田區

職責：協助處理學校行政及學生輔導等。**經驗及學歷要求**：具大學程度。備註：四月中旬到職，有意者請附履歷、要求待遇函沙田大圍美林邨佛教黃允畋中學校長收。



教學助理

亞斯理衞理小學 | 全職 | 葵青區

職責：入班支援及負責相關行政。**經驗及學歷要求**：中學畢業、中英文良好、熟悉中英文電腦軟件、有經驗者優先。申請截止日期：2019年5月14日



合約支援教師及非華語學童教師

佛教中華康山學校 | 全職 | 香港東區

職責：具愛心、耐心。負責協助教師照顧有特殊學習需要及非華語學生，製作教材，推行活動，個別或小組輔導，協助教師教學工作。**經驗及學歷要求**：持有有效的教師註冊證及有相關教學經驗者優先考慮。



教學助理

香港教育工作者聯會黃楚標中學 | 全職 | 離島區

職責：協助預備教學工具、教材及參考資料、支援學與教工作、協助學校行政工作及完成校方指派的。**經驗及學歷要求**：大學畢業，持相關科目文憑優先、熱心教學、處事細心，認真有耐力。



合約學習支援教師（教學助理）

順德聯誼總會李金小學 | 合約 | 屯門區

職責：協助照顧有不同學習需要的學生。協作課堂教學、整理 SEN 教具等。需具大專程度或以上，曾任職教師或退休教師優先考慮。有 SEN / NCS 教學經驗更佳。薪酬面議。職位可隨時到職。合則約見。



STEM 計劃助理

香港教育工作者聯會黃楚標學校 | 全職 | 離島區

職責：計劃活動的安排及文書工作，安排採購事宜，拍攝及攝錄。**經驗及學歷要求**：持有大學學位、需修讀電腦或相關科目。備註：月薪 \$14,500



活動及刊物出版教學助理

中華聖潔會靈風中學 | 全職 | 大埔區

職責：跟進活動、刊物編輯及出版等。**經驗及學歷要求**：中英文能力俱佳，具編輯及出版刊物經驗者優先。備註：附履歷及要求待遇，寄大埔棟樑里一號校長收，封面註明申請職位。



資訊科技員

資訊科技助理

香港道教聯合會圓玄學院陳呂重德紀念學校 | 全職 | 觀塘區

職責：負責拍攝、影片剪輯、圖像編輯及一般電腦技術支援。**經驗及學歷要求**：會考中五 / 中六文憑試或以上學歷。



資訊科技技術主任

樂善堂余近卿中學 | 全職 | 黃大仙區

職責：誠聘願意一起用心為下一代努力的同行者。月薪：\$28,000 起。有關職位要求請參閱本校網頁 <http://www.ykh.edu.hk>，合則約見。申請人所提供的資料將予保密及只作招聘有關職位用途。



以上教育招聘職位詳情，請瀏覽「教育專業招聘網站」 網站：<https://recruit.hkfew.org.hk>

社工

學校社工

宣道會葉紹蔭紀念小學 | 全職 | 元朗區

職責：提供小學全方位輔導駐校社工服務，包括個案輔導、學生個人成長教育、家長及教師支援服務，並協助學生支援工作。
經驗及學歷要求：社工文憑／副學士／學位或以上學歷，認可註冊社工資歷具三年或以上駐校服務工作經驗者優先。



學生輔導員 (需為社工系畢業)

伯裘書院 | 全職 | 元朗區

本校辦學理念「人人可教 皆可成材」，我們相信每一位孩子都應該有受教育的機會，每一位孩子都有其獨特的天份及才能，在接受多元化的培育下都能成材。合則約見。申請人提供之全部資料絕對保密及只作招聘之用。



其他

言語治療師

佛教中華康山學校 | 全職 | 香港東區

職責：支援學生、教師和家長，制訂和推行校本言語治療服務具相關工作經驗及支援小學有特殊需要學童經驗者優先考慮。
經驗及學歷要求：持有本港所頒授的言語及聽覺科學學士學位，或具備同等學歷。



Assistant Manager of Training Dept

劍橋亞洲教育 | 全職 | 油尖旺區

職責：教 3-18 歲，1 對 1 或小組學生文職工作。

經驗及學歷要求：國際學校經驗優先、大學程度，流利普通話及英語。



職工 兒童護理員

香港保護兒童會滙豐銀行慈善基金幼兒學校 | 全職 | 油尖旺區

職責：負責校內清潔消毒及搬運工作，照顧幼兒個人清潔，接需要出外交收文件 / 購物。

經驗及學歷要求：小六程度；懂書寫中文喜歡幼兒。



刊登招聘廣告，每個廣告低至 \$200

一個價錢，四大宣傳平台，百分百對準目標， 於網站 / Apps 即時刊出！

刊登廣告或查詢：☎ (852)6655 3843 任小姐



以上教育招聘職位詳情，請瀏覽「教育專業招聘網站」，
或下載「教育專業招聘」手機 Apps:



IOS



ANDROID



Shine Beauty Studio
然亮美容工作室

全身芳香精油 經絡按摩

(被動式拉筋運動手部及腳部)

試做：深層清潔
玫瑰花水保濕
高水份按摩霜倒膜 (75 分鐘)

試做價：\$128

憑教聯會員證再享九折優惠

加送 15 分鐘磁叉瘦面
即時提升臉部輪廓

選用澳洲 Neville 有機香薰油
直接進口芳香玫瑰精油
\$160 (原價 \$233)

憑此優惠券做 FACIAL

\$160 (原價 \$233)

敬請預約 (只招待女賓)

9212 6826

地址：觀塘成業街 18 號新怡生工業大廈 1/F B316 室
手提電話：9212 6826 公司聯絡電話：2808 4895

全身（人手）

經絡淋巴按摩

1 小時全身按摩

10-15 分鐘

半物理治療運動

老友記

（只招待女賓）

 9212 6826

（敬請預約）
（每日只限 3 名）

\$98 優惠

年滿 65 歲或以上女士

九龍觀塘成業街 18 號
新怡生工業大廈 1/F B316 室

憑此優惠券首次惠顧

多送 15 分鐘

按摩時間

不收取任何服務附加費及小費

信是所望之事的實底，是未見之事的確據
（希伯來書 11 章 1 節）

1.1

Plus 推薦計劃大獎賞

首10名獎勵

推薦愈多，機會愈大

第一名	香港航空雙人來回機票
第二名	華為手提電話一部
第三名	小米手提電話一部
第四名	香港迪士尼門券2張連迪士尼好萊塢酒店標準客房一晚住宿
第五名	海洋公園門券2張連海洋公園萬豪酒店豪華套房一晚住宿
第六名	貴州茅台白酒一支
第七名	酒店自助餐禮券1500元
第八名	酒店自助餐禮券或超市禮券1000元
第九名	酒店自助餐禮券或超市禮券1000元
第十名	酒店自助餐禮券或超市禮券1000元

*2019年終進行結算，結果將於2020年初公佈。

福利

網上購物



會員生日禮物



主題樂園門票



食品禮券及現金券



個人及團體保險服務



自助餐及食肆優惠



工聯會福利



牙科保健



急凍海產及健康食品訂購



家庭電器訂購



會員積分計劃





香港教育工作者聯會
Hong Kong Federation of Education Workers

good morning *Teacher* ☀️

加入教聯



送

新入會 或 會員推薦同工入會
\$25 咖啡現金禮券
(推薦愈多, 獲獎機會愈大)



豐富活動及購物優惠, 歡迎教職員及準教師入會
活動日期由即日起至2019年12月31日

凝聚專業 結伴同行



HKFEW 🔍

立即登記 >



申請入會
費用全免

蘇波榮

蘇報

JACK 蘇

蘇嫂



裕華國產百貨有限公司 Yue Hwa Chinese Products Emporium Ltd.

總店：香港九龍彌敦道301-309號 T：3511-2222 Web: shop.yuehwa.com

保健坊中成藥店：

港島：灣仔灣仔道87號地下 | 九龍：尖沙嘴柏麗購物大道G40號 | 觀塘牛頭角道357-375號地下B舖 | 慈雲山毓華街23號慈雲山中心5樓548舖 |
 秀茂坪中心商場106號舖 | 藍田碧雲道223號德田村1樓111號舖 | 新界：沙田廣場第三層17B號 | 荃灣川龍街9-13號地下D舖 |
 大埔大明里1-27號地下3號 | 屯門啟發徑1-13號萬成大廈地下2號舖 | 元朗同樂街24號C1舖 | 天水圍頌富廣場第一期地下G007號

