

第十一屆家長委員心聲

主席 陳淑愛女士

在過去一年，我深深體會到家教會的家長、校長、教師的努力和熱誠。為了令學生得到更好的學習環境，大家付出不少時間和精力。今年，本人有幸得到各委員及校長的支持，獲推選成為家教會主席。未來一年，我定竭盡所能，為學生、家長及學校工作，期望本會繼續向前邁進。

副主席 何玉嬌女士

我很高興能夠在家教會與其他家長及教師委員合作，為學校服務，透過各種合作機會，我對學校運作了解深入了。期望來年我們能秉承家教會一向的宗旨，繼續努力，令學校做到最好。

司庫 馮麗芳女士

我很高興可以成為新一屆家教會常務委員之一。加入家教會，使我更加了解學校的運作，同時明白校長和老師共同付出的努力，使學校成為天水圍其中一間不錯的中學。

文書 符海強女士

擔當了一年家教會委員，我覺得十分開心，因為在這一年的內，我從不用家長身上，學到很多有效教育子女的方法，也學到不少溝通技巧。這一年，讓我更加清楚了解學校的運作，以及子女在學校的成長過程。家長們，當我們快臨參加家教會囉！

文書 侯惠文女士

加入家教會這個大家庭不知不覺間已一年了。在這一年的內，我獲益不少。我對學校的了解加深了，還認識了一班熱心的家長。在這裡我衷心感謝這班熱心的家長，希望來年我們可以做得更好。

聯絡 張愛玲女士

很高興能夠繼續擔任家教會的聯絡，這份工作令我學習到與人溝通的技巧，更感受到老師盡心盡力的教學精神。在用心軒的家長聚會中，我聽到的是歡聲笑語，感受到的是互助合作、和諧友愛的氣氛。家長們，家教會用心軒歡迎您！

聯絡 俞嘉華女士

小兒剛升上中一，對於我和丈夫來說，這是一個新的考驗，我們既歡喜又擔憂。我們只帶一個孩子，看著他長大固然開心，但是我們也擔憂他能否適應中學生活和應付中學課程。到了今天，看見孩子已適應過來，我們也很放心，十八鄉中學是一所好學校。

活動 宋吳頌女士

我很高興可以成為家教會委員，加入家教會後，我有機會參與院內各項家教會活動，令我獲益良多。希望家教會可以促進家長間的交流，更可以成為家長和學校的溝通橋樑。

宣傳 劉善敏女士

成為家長教師會委員後，我確實體會到各位家長委員、校長和老師如何無私地奉獻出時間和力量。我們一同發揮出互相溝通、齊心合力、各盡其職及彼此鼓勵的無私精神。家教會是學校教育及家庭教育的一座合作橋樑，透過彼此合作，我們的子女一定有所得益。

總務 李麗英女士

我擔任家教會義工的一年了，在這一年的內，我學會了做事的方法，也了解到學校的運作，我還認識了一班家長，大家不時暢談照顧子女的路途。歡迎各位參加家教會活動和義工服務。

第十屆家長教師會活動一覽

日期	活動
11 / 2009	家長晚會 「父母如何提升子女的自律精神？」家長講座
11 / 2009 - 6 / 2010	中一至中三「星期六英語增潤班」
8 / 2010	中一至中三「暑期英語增潤班」 中一至中四「看電影、學英文興趣班」
12 / 2009 - 6 / 2010	中一及中二「中文增潤班」
12 / 2009 - 5 / 2010	中一至中三「數學增潤班」
2 / 2010	元宵燈謎會
2 / 2010 - 3 / 2010	製作「掛念」紀念品送贈予中五級及中七級畢業生
7 / 2010	舊書買賣

於 家長日設置同心軒

資源展示閣，供家長即場借閱親子教育書籍



家 長委員、義工及老師到午膳供應商的廚房參觀



家 家長委員出席學校陸運會

於 農曆新年舉辦「元宵燈謎會」活動



家 長委員及義工一同為去屆中五及中七同學製作紀念品

《如何紓解 管教子女的壓力》

駐校社工王佩文姑娘

相信不少家長都會有同感，管教未必能帶來預期效果，孩子反而會愈來愈反叛，家長因而感到失望和氣餒。那麼，我們應如何紓解因管教子女而帶來的壓力？

首先，家長要深入了解孩子。很多家長都為子女的成長和學業等問題憂心，因為他們對孩子的成長了解不足，在處理孩子的問題時，感到手足無措。若家長對孩子身心發展和成長過程有深入的認識，就能減省不必要的困擾和憂慮。

第二，改善自己的工作習慣。當遇到繁重的工作時，可嘗試列出一張清單，把需要做的事情列寫出來；先處理最重要的事情，按部就班去做，困擾便自然減少。

第三，了解和善待自己。遇到暫時無法解決的問題，可作短時間的抽離，然後再想辦法。此外，多了解自己處理負面情緒的能力，凡事「停一停、想一想」，不要過份勉強。

第四，保持支援網絡，因為最堅強的人，也有脆弱的時候。若遇到困難時，不要懼怕向別人傾訴，好讓困擾情緒得到疏通。

第五，保持健康的生活方式。正常均衡的飲食習慣，良好的睡眠習慣，加上適當的運動，可保持健康體魄，面對生活上的困難。

有些家長要求孩子凡事都要做到最好，若成績遠低於期望，便大發雷霆，或過份自責。其實，家長應讓孩子從錯誤中學習，並接納他們的優點和不足。

資料來源：

《香港教育城》

http://www.hkedcity.net/article/parent_per_wisdom/060411-006/

《新時代管與教》

<http://www.lovebankingod.com/parenting.htm>

家長教師會獎學金得獎名單 (2009-2010)

1、升讀大學獎學金(2008-2009)

7A許寶臨 7A溫秋欣 7A歐秀玲

2、傑出學生

1B古偉龍 2B李國豪 3C朱嘉好

3、全校傑出學生

6B張泳儀

4、才藝獎

4B吳皓麟 (體育) 4C彭美樂 (舞蹈、音樂)

5、中文科網上閱讀計劃金獎

1B潘凱彤 2E徐咏欣 3C袁浩倫

十八鄉鄉事委員會 公益社中學家長教師會

第十屆周年財政報告

(截至二零一零年十月六日)

	支出 \$	收入 \$
第九屆家長教師會盈餘		105641.56
第十屆會費收入 (824人)		32960.00
家庭與學校合作活動計劃資助經常津貼		4125.00
總收入		142726.56
支出：		
(A) PTA津貼課程		
(1) 津貼中文科課程	4610	
(2) 津貼英文科課程 (星期六英語增潤班)	8650	
(3) 津貼英文科課程 (暑期英語增潤班)	1570	
(4) 津貼數學科課程	4340	
(B) 典禮費用		
(1) 第十屆就職典禮：茶點	1573.3	
(2) 就職典禮禮額	360	
(3) 就職典禮講者紀念品	95	
(4) 畢業禮花籃	450	
(C) PTA推廣活動		
(1) 元宵燈謎會	1570.1	
(2) 新生家長面談會	894.9	
(3) 同心軒卡片	70	
(D) 油印及文用開支 (0910)		
	565.9	
(G) 其他支出：		
(1) 飯盒試食	68	
(2) 元朗區家長教師會聯合會會費	300	
(3) 同心軒電腦配件	224	
(4) 印製會員證	300	
(5) 收據簿	450	
(6) 書券 (09-10)	4760	
(7) 購置同心軒書籍	756.7	
總支出		31607.90
現有盈餘		111118.66



同心軒是專為家長而設的資源中心，也是家教會委員及義工處理會務的地方。會員可於開放時間內，到同心軒借閱書籍，亦可致電同心軒，與委員及義工聯絡。

開放時間：逢星期三 早上10:00 - 下午12:30

電話：2446 6769

十八鄉鄉事委員會公益社中學 家長教師會會訊

2011年1月

十八鄉鄉事委員會公益社中學家長教師會 「周年大會暨第十一屆常務委員就職典禮」

十八鄉鄉事委員會公益社中學家長教師會周年大會暨第十一屆常務委員就職典禮於二零一零年十一月十二日晚上假本校禮堂舉行。多得家長、教師及員工們的參與，典禮已圓滿結束。是次活動，程序如下：

- 1、攝校長致歡迎辭；
- 2、第十屆主席葉謝惠玲女士匯報會務報告及財務報告；
- 3、通過第十屆常務委員會會務及財務報告；
- 4、選出一位會員負責第十一屆常務委員會之義務核數工作；
- 5、確認第十一屆常務委員會委員；
- 6、頒發感謝狀予第十屆委員、顧問、家長義工及頒發委任狀予第十一屆委員；
- 7、第十一屆家長教師會主席致辭，表達對來年工作的期望，並感謝各老師及家長對家教會的支持。

第十一屆家長教師會常務委員會委員名單

職位	家長姓名	教師姓名
主席	張淑雯女士	—
副主席	何玉嬌女士	李順程副校長
司庫	馮艷芳女士	何穎怡老師
文書	符海浪女士 侯東文女士	郭淑娟老師 徐增強老師
聯絡	張愛玲女士 余意華女士	顏永強老師 劉國霖老師
宣傳	劉慧敏女士	廖小蓮老師
活動	袁美娟女士	黎志恒老師
總務	李麗美女士	陳美鳳老師 陸慶儀老師

