

圖書館領袖訓練營中，同學「荷槍實彈」，齊打靶戰

本校首次在荊冕堂舉行佈道會

遠足學會東坪洲之行

化妝舞會？不！原來是本校童軍到洞梓露營其中一個活動

步操管樂隊大合照

活動花絮

歷史考察隊參觀寶蓮禪公廟

第五十五屆香港學校朗誦節 中文朗誦比賽成績

粵語散文獨誦	周美玉 亞軍	林芷晴 優良	李紅 優良	施珊珊 優良	唐妹妹 良好	周佩瑩 亞軍	周倩玉 良好	張恩瑜 季軍	陳國豐 優良	伍佩晶 季軍
普通話詩詞獨誦										
粵語詩詞獨誦										
普通話散文獨誦										

其他獎項

主辦機構	比賽名稱	學生名稱	獎項
香港新一代文化協會 Hong Kong New Generation Cultural Association	第五屆香港賽馬會青少年科技 & 創新大賽	黃家俊 羅曉軍 邱祉瑛 梁震宇 劉奕建 陳嘉儀 張潔瑜 李淑婷 盧玥微 張琪琪 林妍樂 黃家俊 羅曉軍 邱祉瑛 梁震宇 劉奕建 陳嘉儀 張潔瑜 李淑婷 盧玥微 張琪琪 林妍樂	二等獎 三等獎 二等獎
香港賽馬會慈善信託基金 The Hong Kong Jockey Club Charities Trust	Hong Kong Youth Science Technology Innovation Contest (6/2003)	李淑婷 盧玥微 張琪琪 林妍樂 黃家俊 羅曉軍 邱祉瑛 梁震宇 劉奕建 陳嘉儀 張潔瑜 李淑婷 盧玥微 張琪琪 林妍樂	優異獎 優異獎
元綠壽司主辦 明報協辦 教育統籌局	「我愛香港繪畫創作比賽」(8/2003)	陳嘉儀 李淑婷 歐黛琳	優異獎
元綠壽司主辦 明報協辦 教育統籌局	「全民潔淨 活出健康」標誌設計比賽 初中組 (9/2003)	李淑婷	亞軍
荃灣區公民教育委員會主辦 荃灣民政事務處協辦 荃灣區議會贊助	「我愛香港」T-shirt設計比賽 (9/2003)	歐黛琳	優異獎
香港城市大學建築系	第二屆「全港中學抗震模型比試」 (9/2003)	邱祉瑛 蔡國鋒 李嘉俊	冠軍
OSIM主辦 商業電台協辦	「OSIM城市健康規劃」十大健康發明比賽 (11/2003)	陳嘉儀 李淑婷	兩件作品獲選十大健康發明

荃灣及離島區2003-2004年學界校際比賽成績

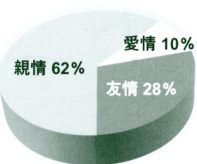
學界越野賽	個人獎	男子丙組第八名	楊順成
		男子乙組第八名	黃志學
		男子甲組第十名	陳嶺鈞
		女子甲組第八名	黃雪香
		女子甲組第十名	王筱晴
	團體獎	女子乙組第五名	林妍樂
		男子甲組一殿軍	吳俊傑 古浩泉 莫迪斯 關耀昇 鄧偉樂 陳嶺鈞 梁啟邦 楊嘉維
		女子甲組一亞軍	魯健萍 朱敏如 梁羽翹 蕭淑芬 梁美琪 黃雪香 王筱雅 王筱晴
		男子乙組一殿軍	蔡龍基 郭文煒 侯嘉輝 劉港龍 黃志學 郭世亮 陳友杰 袁學翰
		男子乙組二殿軍	張家豪 張家豪 李柏麟 黃沛霖 賴錦榮 楊嘉恆 李文浩 古信榮 張俊健 鄭棋豐 呂楚霖
籃球	男乙	冠軍	張家豪 李柏麟 賴錦榮 楊嘉恆 李文浩 黃子浩 黃孝賢 招宗廷 王耀麟 陳傑豪 梅碩文
		殿軍	鍾雁婷 羅鳳儀 范皓昕 陸詠欣 唐紫玲 黃雪香 崔善施 許慧雅 陳冬陽
手球	女甲	冠軍	梁智盈 陳卓嘉 羅鳳儀 鄭健儀 范皓昕 陸詠欣 唐紫玲 黃雪香 崔善施 許慧雅 鄭曉娜 陳冬陽
鐵餅	女甲	季軍	李素嫻
標槍	女甲	冠軍	鄭曉娜
跳高	女甲	季軍	白春玲
標槍	女乙	季軍	楊靜恆
100米	男乙	亞軍	梁展豪
100米跨欄	女甲	季軍	李素嫻
荃灣體育節羽毛球比賽			
	男甲單打	冠軍	胡志強
	男甲雙打	冠軍	陳浩源 朱沛霖
	男乙單打	季軍	陳毅龍
	男乙雙打	殿軍	陳龍威
	男丙單打	季軍	陳梓洋
	男丙雙打	殿軍	吳健豪 劉繼樣
	女丙單打	亞軍	周美玉
王少清中學、李城璧中學、廖寶珊中學、李炳中學友校四角羽毛球邀請賽			
	高級組	冠軍	陳浩源 朱沛霖 陳毅龍 陳龍威 劉港龍 伍仟碩

成績報告表

友共情

有人說，中國人是最重情的民族。而身為中國人的李炳中學同學，親情、友情和愛情，究竟最重視哪種情感呢？本報嘗試探討同學對情感，特別是友情的看法。我們以問卷調查形式，訪問了學號為6及其倍數的各級同學，共獲得153份問卷（低年級77份，高年級76份）。

同學最重視的情感



右圖可見同學們最重視親情，在153份問卷中，有62%的同學認為親情最重要。父母對子女的愛是無條件的，是與生俱來的。不少同學雖然與家人的關係不太好，但他們仍然感受到親情的可貴。而除了親情外，友情與愛情分別佔28及10%。朋友之間的情誼對處於青少年時期的同學十分重要，因為同儕的友誼最可貴、最真摯。而且同學年紀相若，溝通自然少了一重隔膜。所以朋友是我們成長不可或缺的部分。當然，少男、少女對愛情有所憧憬，故有10%同學認為愛情是最重要的。

根據調查所得，李炳同學的擇友條件很多元化，而且很正面。其中樂於助人的同學最受歡迎，有76%的同學皆願意與其交朋友，從而得知李炳同學大都喜歡一些有愛心、肯幫人的同學。其次，有73%同學會以興趣相同為擇友條件。大家志同道合的確有助朋友間的溝通，起碼大家有共同話題討論，還有，有責任感和風趣幽默這兩項亦有超過六成同學選取，由此可見，有這兩項特質的同學亦會較受同學歡迎。另一方面，只有9%同學以樣貌出眾為擇友條件，可見大部分李炳同學交友多重視內涵，並不膚淺。此外，成績優異這一項亦只有13%同學選取。由此可知，同學交友很重視對方的性格，樣貌及成績等均屬次要。

由右圖可見，李炳同學最喜歡與朋友一起逛街，有76%同學選擇此項。相信逛街最無拘無束，而且可以盡情購物，而朋友又可從旁給予意見，倍增逛街的樂趣。而聊天和玩ICQ亦是同學與朋友經常進行的活動，有70%同學喜歡該活動。另外，有八成同學選取看電視和打機，亦有43%同學選取唱卡拉OK這些活動。由此可見同學與朋友一起，多是進行消閒活動。不過亦有例外的，分別有32%及19%同學會與朋友一起溫習或談論時事。求學期間，如果真的能有朋友可在學業上一起努力，一起奮鬥，確實是美不勝收。相反，如果我們的朋友只終日吃喝玩樂，我們便有必要反省。

最後，我們調查了同學最不喜歡跟那一類人做朋友。根據調查所得，同學喜惡分明，最不喜歡與自私自利、不誠實、自以為是、粗魯和染有不良嗜好的人做朋友。既然同學能明辨是非，相信必不會談交損友。可是講容易，到我們面對現實世界時卻又未必能如問卷回答得那麼堅定不移。

友情是我們生活中不可缺少的一環，朋友可以為你分憂，也可以與你一同分享喜悅，而且朋友可影響你的一生。故此同學要慎重擇友。一份真摯的友誼，雙方均需要付出。

深厚的友情不能買，它需要時間培養，也需要兩者一起付出，知己難求就是這個道理。古人也有云：「得一知己，死而無憾。」本校眾多老師中，相信成為知己朋友的也有不少。今期校報訪問了一對相知十年以上的好朋友，她們是吳小平老師和馮寶玲老師。

相知相識

兩位老師認識超過十年。起初，由於她們坐在一起，接觸的時間多了，使她們有深入的認識和了解。吳老師更指出由於她們教不同的科目，所以話題不會只是圍繞教學。天南地北，她們無所不談，友誼由此而建立。此外，她們都是工作狂，有時工作晚了，教員室就只剩下她們倆，「相濡以沫」，使她們發展更深厚的友情。

究竟眼中的對方是怎樣？馮老師首先剖白，她欣賞吳老師對人的包容性，別人失意時，吳老師懂得開解與安慰他人，與她一起，十分舒服。吳老師則欣賞馮老師為人夠細心、體貼，而且分析事物客觀、持平。

相識超過十年，相信怎樣好的朋友也會有爭執，有吵架，可是她們倆表示從沒有發生過這樣的事情。馮老師說她倆會有意見不合的時候，但她們不會吵架，原因是大家有默契。當意見分歧時，她們不會因此而爭論，她們會等待事情過去後才與對方討

知己同心

論，表達自己的看法。那時，相信對方會較易接受。要選模範朋友，相信她們當之無愧。

難忘的旅程

問到她倆難忘的經歷，她們異口同聲說是那次上海之旅。去年暑假，兩位好朋友一起去上海旅行散心，怎知「天有不測之風，人有難測之禍福」，五日四夜的行程，兩人相繼病倒。遊覽不成，取而代之是一起看病，一起吃藥。互相照顧的日子使人難忘，連生病都要一起，真可謂難「姐」難「妹」。

交友之道

人生不能缺少朋友，可是真正的朋友卻難尋獲。兩位老師表示求學時期的友誼最純真可貴，同學要好好珍惜。不過馮老師表示同學要學習分辨是非，不要為了朋友而盲目認同他們做的事情。所以識朋友也要頭腦清醒，也要理性分析。

吳老師認為「路遙知馬力」，識朋友一定要深入了解對方。她不認同現在的同學只以貌取人，又或是只因小小事執便絕交分手。所以她說我們要學懂包容，而且凡事不要只看表面。

交友是一門藝術，既要包容，又要不盲目認同，相信這是同學需要一生學習的功課。



文化人對談潮流文化



追趕潮流是時下年輕人的生活模式，大家都怕「落伍」、「不入流」。最近大家常將「好潮」、「潮爆」等字眼掛在口邊，但究竟甚麼是「潮流」？潮流文化又是甚麼樣的東西？相信青少年只是一知半解。適值本校二十周年校慶，特於2003年12月12日下午舉辦一個有關潮流文化的講座，我們邀請到嶺南大學文化研究系副教授李小良博士及資深傳媒工作者林超榮先生蒞臨本校大談他們對潮流文化的看法。當天除了本校中四至中七的同學參與外，還邀得梁省德中學中六級的同學參與盛會。

李小良教授對潮流文化有深入研究和深刻的體會。他指出潮流文化是一種普及文化，我們生

活其中，難以置身事外。每一段時候均會流行一種產品、流行一種行為、又或是流行一種生活模式，社群裡大部份人都會追隨這股熱潮，這便叫做「潮流」。其中青少年更是喜愛追逐潮流重要的一群，究其原因，是青少年渴望得到別人的認同。究竟我是誰？這個「我」就是建構在潮流之中，只要「我」跟著潮流走，如穿起時興的衣飾，那便得到同儕認同，從而尋得「自我」。不過教授認為時下青少年追逐潮流過於表面，反而變得隨波逐流，迷失自我。他指出箇中原因是青少年缺乏思考，盲目跟從潮流，人云亦云，那又怎樣才能突出自我形象？突出個性？雖然人們生活在潮流之中，但教授教同學不要被它牽著鼻子走，他叫我們要不斷反思，不要盲目「跟風」。故此，下次我們要買「名牌」時，便要問問自己為何要買？

另一位講者林超榮先生。看過〈頭條新聞〉的同學必定認識這位幽默風趣的「超人」，當天他一如既往發放出不少笑彈，令同學捧腹。他嘗試以喜劇討論潮流文化，他指出喜劇創作須具備某些條件。而創作人最重要的是緊貼潮流，他認為潮流是一種趨勢，這種趨勢人人追趕，大有市場潛力。故此，所有商品都要追逐潮流，喜劇也不例外。喜劇創作如能抓緊潮流，觀眾看起來才有共鳴感，才會歡笑。他又指出市場與潮流流分不開。在商業社會中，喜劇創作要符合商機，要賣座，創作人就要與時並進，緊隨時代趨勢，因為潮流

就是群眾基礎，而脫離群眾的必不能成功。他列舉喜劇的發展：如七、八十年代興漫畫、胡鬧喜劇，但到九十年代則興幽默式的無厘頭喜劇，而現在則興千怪萬化、阿Sa式的偶像喜劇。潮流就是這樣，經常變，所以創作人要變通，不能墨守成規。

此外，「超人」又對創作人的思考要「不正常」。這樣看事物才有新的角度，他問同學：媽媽、太太及家中的愛犬均跌進河裡，你會救誰？當然並不多人舉手要「愛犬」，但這選擇正是「不正常」的思考，因為選擇救愛犬的也需要有理由，而看事物的新角度便由此而生，這就是創意。

兩位講者均認為潮流文化是一種消費文化，因為潮流的興起，往往鼓吹消費，從而促使「潮人」出現。那麼，究竟是誰去帶領潮流？是商人操控潮流，乘時賺大錢，還潮流真的掌握在青少年手中？講者認為兩者皆有可能。但是他們強調最要有自己的想法，不然同學會在建立自我的時候，同時也會失去自我。

講座後，同學仍踴躍提問，足見講者帶出不少問題讓同學反思。

校友會成立了



建校二十年，在本校畢業的同學無數。他們雖然畢業了，但仍眷戀及關心母校。十一月八日是本校成立校友會的大日子，當天雖然下着雨，卻阻不住校友的熱情，出席成立典禮的校友很多，當中有畢業不久的，現正在大學努力的同學；也有畢業多年，現正投身社會的同學；還有帶着子女參與盛會的校友，禮堂氣氛熱鬧無比。

當天致詞的嘉賓是陳嘉成醫生。他是本校一九九零年的畢業生。於他致詞當中，他分享了他讀書、處世的成功之道，他認為成功的第一步就是訂立目標。在學習方面，他給自己訂下一個考上大學的目標，繼而便一步步朝目標進發。會後，我們追訪陳嘉成校友。

他說重返校園異常興奮，能重見中學時期的同學和老師，當然是滔滔不絕，有說不完的話題，使他好像回到昔日校園生活。

俯今追昔，無限唏噓。校園比以前已有很大的改變。他指出就學校外牆已有很大的分別，學校外牆已往是蝦肉色的。而停車場旁則有一個小型的三角形草地，用於耕作，同學可在課餘時親身下田耕種。有收成時，同學可一嘗自己所栽種的蔬果。現在同學只可想像已往的李炳校園。

成立典禮結束後，同學仍留在禮堂，師生相認，一起聊天，一起拍照，場面溫馨動人。此時，本報小記者趁機訪問了校友會主席廖啟業同學有關校友會的未來發展，他期望校友會能作為畢業同學和學校之間的橋樑，聯絡校友的感情，共同推廣會務。他希望各校友能積極參與校友會舉辦的活動。本年校友會將舉辦兩至四個活動，例如：校友羽毛球賽、聖誕舞會、春茗等。另外，他亦會為校友會爭取購物優惠。

當天的主角當然是校友，但我們並沒有忽略校長及老師。問及籌委會顧問老師張鳳霞籌備校友會成立的經過，她說工作不算辛苦，原因是老師只擔當監督的工作，付出最多的還是本屆校友會委員。而她看到歷屆畢業生能重回母校，感到非常高興。此外，校長亦表示十分高興，她看見昔日的舊生能夠在百忙中抽空出席這次聚會，更為看到會員代表在宣誓做好學校與校友的橋樑，互相支持，感到十分欣慰。校長更說：「很感謝謝神賜下這恩典。」從這句話便是可體會到校長當日是何等心情了。

當天的氣氛真的熱鬧、融洽，師生們仿如多年不見的老朋友重聚，總有說不盡的話題，從當天的情境可見舊生對母校的歸屬感，老師對學生的關懷。祝願校友會會務蒸蒸日上，會員人數越來越多，而且更緊密地聯繫校友與學校間的感情。

還有還有，差點忘了，主席還叮囑小記者一定要代他向校長、老師、工作人員和各位會員、同學的幫忙說聲多謝，若不是他們，典禮難有這般的成功。



第一屆校友會委員會名單

主席：廖啟業
外務副主席：許佩琪
內務副主席：袁依蘭
文書：鄭詠琪
黃芳茹
司庫：冼玉婷
財政：曾麗詩
洪霞英
聯絡及宣傳：黎露怡
鄭惠珊

煮出個「味」來

——譚翠儀老師專訪

每逢有家政堂的日子，家政室總是香氣四溢。無論課室內、走廊上、樓梯間的同學，都發出這樣的讚嘆：「好香啊！」甚至，我們的肚子還會「咕、咕」地跟著「響應」呢！小息、午膳又或是放學後，你來家政室看看，定會發現一群捨不得離開的同學。由此可見，本校家政科是如此深受同學的歡迎，這裡得歸功於家政科譚翠儀老師了！

廚藝精湛的譚翠儀老師原來自小便學習廚藝。小時候，由於譚老師的父母工作忙碌，她又是家中的長女，三個弟妹的姐姐，於是，做晚飯的責任自然落在她身上。

肉片節瓜湯的故事

初時，譚老師對每晚能做出兩菜一湯頗感滿意，她的弟妹也沒有甚麼投訴。直到大約五、六年班的時候，一天晚上，譚老師預備為家人炮製肉片節瓜湯。她當時年紀還小，怕鋒利的菜刀會弄傷自己，故此她揀選了最鈍的一把刀使用。好不容易將材料切好了，並往湯煲裡倒，滾過幾沸，以為就好了。適逢其時，譚老師的婆婆登門探訪，嚇然發現湯中肉片生熟參半。這時，譚老師自覺慚愧不已，未能盡責照顧好弟妹。自此以後，一種強烈的使命感使她發憤學好烹飪，期望與家人分享。

謙虛好學 多看多做

當我們向譚老師請教下廚心得時，她謙虛地笑着說：「稱不上心得！不過我有個習慣就是看有關烹飪的參考書。那些書很容易找到，好像坊間的書局、圖書館等。不過，我自己也有珍藏。」她表示閱讀參考書最大的好處是「集各家之大成」，即是掌握各國風味的精髓，繼而發揮在自己的菜式上。如果有興趣的話，她會立即試做，毫不怠慢，做出來的製成品會先讓家人試食，效果滿意才推介給親戚朋友。所以，她認為下廚最大的竅門就是多看多做。由此可見，要廚藝精湛，首要是虛心學習，然後積極實踐，這樣廚藝才会有進步。

男仕家政 各有優勢

一般人認為女同學在家政科方面一定比男同學優勝，但是，譚老師表示，其實兩者各有優勢。以煮飯為例，女同學細心烹調，精雕細琢，製成品較具美感。這時，她娓娓道出心裡的一套哲學來：「當一道菜是藝術品，下多少心機便有多少藝術美感。」再談男同學，她說男同學力氣較大，所以搓粉團相對較容易，做出來的麵包、糕點、薄餅的效果較佳。不過，譚老師憶述男同學上家政堂的情形時，忍俊不禁地說：「他們欠缺耐性，喜歡速食，永遠開大火煮菜。有製成品出來，他們已樂壞了！」

健康瘦身有為法

作為家政科老師，譚老師不但注重飯菜的味道，而且更重視食物的營養。原來，現在她教授同學製作的飯菜都是根據同學的營養需要而設定。例如，中一級的同學處於發育期，她特意推介蛋白質豐富的食物。現今，社會上流行瘦身、纖體，男女老少皆加入「瘦身」的行列，可見這已成為一股熱潮。譚老師對這股「熱潮」有以下看法：她同意健康的瘦身，她認為同學應根據自己的體形，選擇有益營養的食物進食，再配合適量的運動，自然可達到瘦身效果。她勸誡同學不要相信坊間那些絕無根據的瘦身方法。如用蘋果醋減肥，事實上醋根本不能分解油脂；那些推脂、捏脂的方法，專家亦說是不可行的。最後，她建議平時愛吃零食而又期望瘦身的同學，可戒食糖果、汽水、朱古力、果仁等高卡路里的食品。

與譚老師一席話，加深了我們對烹調和食物營養的認識。而且譚老師更教會我們做甚麼事都要認真面對，學習是沒有捷徑的，唯有努力才是成功之道。

好書推介

10月推介 老師：陳偉雄

書名：小王子 作者：修伯里(Antoine de Saint-Exupéry)

「小王子」是風行世界各地的文學名著，原作者是法國人修伯里(Antoine de Saint-Exupéry, 1900-1944)。書本原是兒童讀物，但由於作者運用充滿寓意與抒發深情的筆法，吸引了不少成人讀者，而成為少咸宜的兒童讀物。書中通過作者因飛機故障而迫降在撒哈拉沙漠，從而與來自外星的小王子相遇，進而瞭解小王子所居處的星球，故事由此展開。其中小王子看到了大人世界的權力慾、狂妄自大、喪志頹廢以及利慾薰心，均能使我們深思反省。

11月推介 老師：海生

書名：是非曲直(對權、同性戀的倫理反思) 作者：關啟文

同性戀者可否結婚？不少人認為這只是性取向的問題，與第三者無關，別人不應干涉。但同性戀是否真的只是兩個人的事？同性戀牽涉到「性」的問題，碰到「性」的問題，那就不只是兩人的問題了！例如，父女或母子真心相愛是否就可以發生關係，或甚至結成夫婦？他們的結合是否只是他們兩個人的事，與其他人無關？(請參看書中第92及93頁)其實同性戀與其說是一個不能先天決定的行為，倒不如說是個人自我的放縱(請參看書中95-97頁)。

是非曲直一書作者對同性戀問題有非常獨到的見解，若同學對同性戀及人權想有更深入的認識，我誠意鼓勵你閱讀這本書，尤其是書中的第五章——從倫理學角度看同性戀。讀完這本書後，我發現自己的思考模式，也增添了不少新角度。

12月推介 老師：郭詠曦

書名：Twist of time 作者：Spirn, Michele

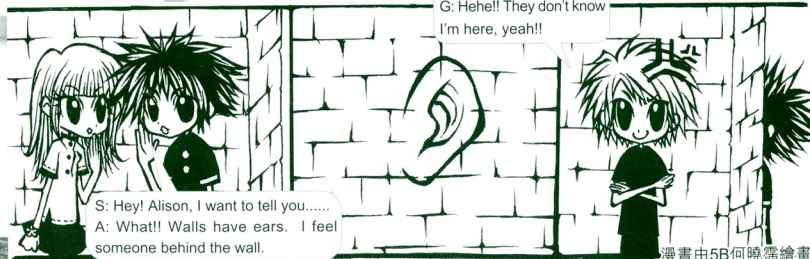
顧事仙：「蕭朋友，我可以給三個願望。」蕭朋友：「那麼好，我要一本書，但這本書能：1 帶我的思想回到過去幾年前。2 帶我到千萬年後的世界。3 有遊戲嗎？」

顧事仙：「可以，當然可以。這本書「Twist of time」便能一次滿足你三個願望了，但你自己到學校圖書館借閱，索書號是F SPI。」

蕭朋友：「好，我現在就去。」

蕭朋友：「好，我現在就去。」

Wall have ears ~隔牆有耳~



S: Hey! Alison, I want to tell you.....
A: What!! Walls have ears. I feel someone behind the wall.

G: Hehe!! They don't know I'm here, yeah!!

漫畫由58何曉輝繪畫