





# 目 錄

## 周校長序言



1

## 台灣升學探索之旅



2

## 廈門交流團



10

## LAC Study Tour to Malaysia



20

## British Cultural Immersion Programme



27

## 遠寧交流團



38

## 周慶中校長

互聯網的發達、交通工具如高鐵的高速發展，使世界變得越來越小。特別是網絡世界資訊豐富，即使足不出戶，也比以往更能知天下事。然而，不管科技發展如何，即使有虛擬實境拍攝的幫助，人們在 13:9 的螢幕或虛擬眼鏡裏看見的影像，最多只能帶人走進「猶如」親歷其境的體驗，而不是「真正」親歷其境。何況世界各地的人文生活方式、文化藝術等，都要靠親身經歷，才能領略箇中特色。



本校雖然位處屯門，卻無阻學生走出香港，放眼世界的機會。籌辦境外學習交流團的目的，不僅為了讓學生增廣見聞、擴闊視野，而是讓學生有全方位高階學習的機會。我們籌辦的每個境外考察交流團，都有獨特的學習目標，學生在出發前，需分組搜集資料或預習境外義工服務的內容，促進交流時彼此合作；行程期間，教師會帶領學生進行反思活動，鞏固所學。學生學習與不同文化背景的人相處，能夠發展多元技能，如與別人合作解難、處理突發及適應無法預知的事情，建立積極的人生態度。不少同學受考察交流團的所見所聞啟發，確立了生涯規劃的方向。

在此，感謝老師們對境外學習交流團的肯定，他們願意為此尋找財政資源、申請資助，並承擔重責，帶領學生走出學校、走出香港，與學生一同經歷行程上的起喜樂——是老師引領學生走進多姿多彩的學習生活。



## 台灣升學探索之旅

2

## 台灣升學探索之旅

升學就業輔導組  
余佩恩老師

台灣不僅是香港人的旅遊勝地，更是近年香港學生的熱門升學地點。

台灣與香港在地理和文化接近，那裏的學校多擁有廣闊的空間及優美的校園環境。香港文憑試學生可「聯合分發」在當地免試入學，且近年新增多元升學方式如「個人申請」、「二年制學士班」等，促使赴台升學人數不斷增加。據統計，2017年透過海外聯合招生委員會（赴臺升學官方單位）報名的學生逾3,700人。

台灣的高等教育發展蓬勃，現時共有159間大學、逾2,000個學系和18個學群；當中更包括受香港學生歡迎的學科，如獸醫、遊戲設計和美容等。另外，於台灣畢業取得之學位已經評審和承認，也受世界大多國家認可，因此在當地完成學位課程，對於日後繼續升學或就業都具實質幫助。

在今次台灣升學之旅，本校師生一行33人參訪了三所台灣知名大學，包括在台灣教育部推動的「邁向頂尖大學計劃」中獲獎的國立台北商業大學，及在「獎勵大學教學卓越計劃」中獲頒榮譽的世新大學和逢甲大學。是次參訪，三間大學的師生向我們介紹台灣升學的優勢、如何選擇院校、以及畢業生出路等資訊；另外，亦有在台灣留學港生分享兩地學習的差異和就業經驗等。

本校30位參與的中五學生就參觀三所大學的所見所聞及遊覽當地文化景點的經歷作出分享，希望同學閱讀他們的分享後對台灣升學及文化有更深認識。



## 【行程安排】

日期	行程內容			
第一天 4月9日 (SUN)	香港HKG Q 台北TPE CX466 1315/1515 於香港國際機場集合，乘搭豪華客機前往台北，抵達後前往觀光【台北101大廈外觀】，【誠品書店】，【士林夜市】			
	x	x	好記擔仔麵	台北 洛基松江飯店
第二天 4月10日 (MON)	台北 上午【九份，十份 放天燈】 下午【台北——國立台北商業大學】			
	早餐	台式小籠包	晚餐	台北 洛基松江飯店
第三天 4月11日 (TUE)	台北——台中（車程約3小時） 上午【台北——世新大學】 下午【台中火車站】，【宮原眼科遺址】，【彩虹眷村】，【逢甲夜市】			
	早餐	午餐	晚餐	台中 綠柳町飯店
第四天 4月12日 (WED)	台中RMQ → 香港HKG KA491 1450/1625 上午【台中——逢甲大學】 於指定時間前往機場乘搭豪華客機返港，行程圓滿結束！			
	早餐	午餐	x	





探訪完畢後在校內文化廣場拍照留念



同學向國立台北商業大學邱教授致送辛亥35週年紀念禮品包

## 台北商業大學

### 5B 麥詠儀

由於我修讀的主要是商科，因此對國立台北商業大學亦較感興趣，想了解更多一點這間大學。雖然一開始在會議室時，氣氛極為嚴肅，我們都屏息以待。但在邱教授的詳細介紹，我們了解了更多該校的課程資料，如實習時可以轉換企業公司，港生的支援和有關的獎學金等等，我們便感到他們的認真和熱情。接著，我們還參觀了該校的歷史館，歷史館中有不少歷史物品供學生觀看，讓學生能更了解學校的歷史。而我認為這個歷史館不但讓大家更了解學校，還增加學生對學校的歸屬感！

### 5B 張靖彤

4月10日當地天，我和老師和同學參觀了一所位於臺灣臺北市中正區的國立臺北商業大學。我們首先到會議廳，聆聽教務長邱教授的學校介紹，以及看宣傳影片。接著就是我最緊張和擔心的環節——問答環節，因為我的普通話水平並不理想，我十分擔憂會出洋相。終於輪到我發問了，我帶著不純正的普通話發問，但教授並沒有表現出嫌棄的樣子，反而努力去理解我的話，然後詳細地解開我的疑問，令我對這所大學認識得更加透切。之後，我們到了校史館和校園其他部分參觀和遊覽。該大學也很貼心地安排了導賞員陪伴我們參觀，令我可以加深了解。

台灣給我的印象是一個親切的地方。在街道上遊覽期間，店內的職員非常熱情呼我們進店，然後很殷勤的向我推介店內產品，而且不斷叫我試吃，令我深深感受到他們的另外，台灣的交通系統和香港很不同，雖然也有交通燈，但效用並不大，因為在綠燈的時候，車輛也會繼續駛過，令我十分迷惘。但是司機們十分禮讓，當我們一行30人要過馬路時，除了有導遊為我們開路外，司機也耐心的等待沒有響安，我真的感受到台灣人的親切。



同學於大學歷史館內瀏覽各樣歷史文物

### 5B 謝紫盈

在這次的台灣之旅，我們第二天去到了國立台北商業大學參觀，了解該校的課程資訊，還有校方對於僑生的要求及學習上的援助。這間大學主要以商科為主，分別由管理學院、財經學院和創新經營學院三個學院組成，在各個學院裏再分成幾個科系。期間，我們問到校方會如何協助僑生適應新環境及趕上學習進度。校方在這方面做得很好，會保證僑生第一年一定可以在學校住宿舍，即時僑生要到校外租屋時，校方亦會提供相關的資訊給同學。另外，如果僑生未能跟上學習進度，校方會安排「上進班」給同學。可見，國立台北商業大學在生活和學習上都為僑生提供協助。

### 5B 周佩珊

我們十分榮幸能參觀台灣為數不多的國立大學，很期待看到國立台北商業大學大學中的模樣。一到達大學後，我們被安排去到七樓的會議室。看見莊嚴的會議室，我十分緊張，感覺自己準備要開一個十分重要的會議。當校方播放有關大學的宣傳影片後，便到了同學發問的環節，我再次變得緊張，因為是我們組別負責發問。自問自己的普通話並不標準，十分害怕他不明白我的意思，幸好最後也安全渡過了。本來以為在這個活動後，會有參觀整個校園的機會，可是卻沒有，難免有些失望。這次參觀加深了我對這間學校的認識，比起文字上的了解更深刻，因此十分有意義。

這次旅程，我親身感受到台灣人的友善。最令我深刻的便是逛夜市，之前我早在飲食節目中得知台灣夜市十分有名，因此我把握機會嘗試了不少食物，當中炸雞排令我一試難忘，非常美味！至今我仍無法忘記那味道。

### 5B 歐陽曉君

對於國立台北商業大學，我是十分欣賞和喜愛的。因為當我到達這間大學時，校園的面積已經大得令我十分驚訝了！當我到達會議室時準備聽課程簡介時，老師對我們也十分友善。欣賞完關於這間大學的短片後，我對這間大學的了解更加清楚了。而且當我有疑惑時，大學的老師們都能耐心解答我們的問題。所以，如果將來有幸到台灣升學，我必定會選擇這間大學。

在這次四日三夜的中，我認識了不少人，也經歷了不少事情。今次交流團的導遊及領隊都很友善，導遊在去到每一個景點前，都向我們詳細解釋了那裏的歷史及文化，令我們各景點的了解加深了。這次旅程，我首次到達三間不同校風、文化的大學中交流，我能親身了解當地大學的上課程形，體驗大學的生活情況。所以，我真的慶幸能參與這次的交流團。



## 5C 王卓賢

國立台北商業大學是台灣一間十分有名的商業大學，它的歷史十分悠久，當中有很多驚人的事跡。它的校訓：公：光明正直、大公無私的態度；能：手腦並用、勤勞服務的能力；弘：高瞻遠矚、恢廓進取的抱負；毅：堅忍有恆、忠誠救國的毅力也令人十分敬佩。這次參觀令我深入了解到國立台北商業大學的校史、校區設施和教學單位。我也了解到國立台北商業大學的學習生活十分多采多姿，所有這次的經驗令我學到很多東西。

有人說台灣最美的風景是人，這次交流我終於親身感受到。當我在夜市可以看到大多數人都是有笑容的，而且台灣人十分熱心，和他們相處很舒服，我深深感受到台灣最美的風景是人民的親切。

## 5D 徐嘉樂

在台灣交流團中，第一間參觀的大學是國立台北商業大學。當天一踏進台北商業大學時，第一個感想是：台灣的大學面積很大。國立台北商業大學是一所政府資助的大學，學校的科目以商業為主。我們先參觀了大學的行政會議廳，並在行政會議廳裡聽教授的簡介，然後再參觀了學校的操場。另外，也得知這所大學有悠久的歷史，學校也有建立學校歷史館，以讓同學知道它的歷史。

在台灣的四天文化之旅中，我體驗到不少台灣本地的文化。即使店鋪裡的員工也很有禮貌，他們口邊常掛著「對不起」或「謝謝」，令人很容易原諒他們。記得在台灣的飯店裡，有同學的房間冷氣壞了，在服務員幫忙換房間時，他一直說對不起，弄得我們也不好意思呢！

## 5D 黎亨昊

我們到達了國立臺北商業大學後，立即去到他們的會議室開始觀看他們的大學介紹影片，了解這所大學的入學課程資訊。在發問環節，我們踴躍提問在這裏升學問題，校方都一一詳盡地解答，令我們獲益良多。對方熱情的對待，使我們對這所學校的初步印象也不錯。最後我們到了操場拍攝大合照，順便參觀他們的設施。雖然這所學校是以商業課程為主，給人印象都是靜態為主，但我們發現籃球滿是打籃球的學生，可以看出這所學校教育同學知識的同時，也在培養同學運動的習慣真是棒啊！

## 世新大學

## 5C 葉嘉銘

我們這次交流團主要去台灣的三間大學參觀，其中一間就是世新大學。在世新大學裏負責迎接我們的是一群類似我校「辛亥大使」的學生，他們是世新大學的「新傳人」。「新傳人」給我一待人友善，充滿活力，而且給人一種愛著自己學校的感覺，相信這群「新傳人」應該就是世新大學學生的榜樣。我們辛亥年的同學也應學習他們熱愛學校的精神。



日藉日語系教授帶我們參觀日語學會並介紹相關課程及活動

## 5B 陳兆霆

這次的臺灣之行，我來到了位於臺北的世新大學。這所大學麻雀雖小但五臟俱全，面積不大，卻有屬於自己的電台。在這裏我見識到了如何當一個電台播音員，和了解到電台的內部運作。之後我們參觀了模擬電視廠，在這裏我知道了電視佈景板採用綠色為背景的原因，當我把綠色布覆蓋自己時，就如穿上了隱形斗篷般，身體部分消失了，十分神奇。另外，我有幸被邀請當主播示範報導新聞，過程中我感到主播的壓力之大，也一嘗當主播的樂趣。總結而言，這所大學擁有豐富的資源來培訓新聞及電視廣播界的人才，難怪校友都為自己的身份感到自豪。



在簡單而隆重的歡迎會中「新傳人」詳盡介紹大學各方面



## 5B 謝嘉瑋

在旅程的第三日，我們到了位於台北文山區的世新大學。世新大學是一所以新聞傳播學院聞名國際的大學，我們是次參觀也見識了不少電台、電視台的专业設備，我們更有幸可以親身體驗這些專業器材。除此以外，在整個參觀過程中都有大學學生照顧和介紹，令我們興趣大增。最後，在離開時大學更送了我們每人一杯珍珠奶茶，為整個參觀劃上一個美味的句號。

整個旅程中我們到了不少景點，令我印象最深刻的必定是十份和九份了。十份是一個充滿特色的車站，不少電影都在這裡取景，其中最為人熟識的就是在路軌上放天燈。當然我們也有把握機會，把願望和祝福都寫在天燈。此外，我們亦到了逢甲夜市和士林夜市，夜市人頭湧湧，非常熱鬧。除了玩樂，我們亦去了誠品書店，店中除了書本外還有小食店，咖啡廳，絕對是消閒的好去處。



同學披上攝像綠色背景布後真的隱形了



同學聚精會神聽廣播系學生講解如何主持廣播節目

## 5B 林梓洛

到達世新大學時，我沒有想到會有幾位穿了棗紅色的制服，拿着小橫幅的大來迎接我們。世新大學是以廣播學系著稱，其他學系也不遜色的，例如日本語系，我們聽着日藉講師介紹日語系課程聽得津津樂道。不過我們逗留得最久的就是廣播系，雖然看上去規模有點小，但是那裏的設備十分齊全，從高科技的攝影棚至小小的咪高鋒都有。雖然我沒有嘗試進行廣播，但是透過同學的嘗試，都看到那裏的設備質素很高。然後我們到了一個模擬電視台，放映效果真的很像在看電視新聞一樣。這次行程真的我大開眼界！最後讓我們驚喜的是他們送給我們台灣的名物——一人一杯的珍珠奶茶。

在景點方面，我們第1天和第2天都是在台北市遊覽。台北的地標是101大廈，我們沒有進內參觀，反而到了附近一個馳名中外的誠品書店。那裏和香港的誠品最大不同是面積，這裏一整棟大廈都是屬於誠品書店的，當中夾雜一些小商店，而香港的誠品只佔數層。台北市當然少不了到士林夜市，那裏人來人往，絡繹不絕，攤檔和叫賣聲當然到處都是，很是熱鬧。

第3天和第4天，我們到了台中市。儘管沒有台北市的人煙稠密，但寧靜是她的特色。彩虹眷村是一個色彩繽紛的地方，牆身滿是壁畫。隔鄰的一片大草地給人一種很清新的感覺。而台中的另一地標就是逢甲夜市，那裏都有一些士林沒有的食物，例如：雞腿捲和小腸包大腸等。

這次台灣考察團讓我擴闊視野，知道天外有天，人外有人。



## 5B 李晉軒

這次台北台中升學之旅，我們到訪了三間大學參觀，分別是國立台北商業大學，世新大學和逢甲大學，當中令我留下最深刻印象的便是台中的逢國大學。逢甲大學最吸引我的地方是在大學中有一所體育場館和自由思考的空間，當同學遇到難題時，可以選擇到體育館做運動，更可以到那一個自由的空間中好好思考。逢甲大學的確是一個值得考慮升學的大學。



同時靜心聽當逢甲大學學生大使介紹積學堂



## 台灣升學探索之旅

6



逢甲大學收生部主任和香港留學生熱情款待辛亥師生

## 5B 陳子禧

逢甲大學是位於台中地區的一所私立大學，排名一直穩守全台前三名。逢甲大學鄰近逢甲夜市，附近亦有巴士站，生活方便。逢甲大學的硬件設施完備，不但有運動場、體育館更有溜冰場、保齡球場等。另外校內亦有休息室，內裏有蘋果電腦專賣店供同學購物，亦有免費的蘋果電腦供人使用。各種設施為同學提供了舒適的生活環境，提升學生的生活質素。因此我認為逢甲大學是一間值得參觀的學校。

## 5A 胡嘉潼

逢甲大學是我們第三間參觀的大學，亦是最後一個參觀的大學，因此我可以好好比較逢甲大學和前兩所大學的分別。在整個參觀後，我發現逢甲大學是三間大學之中最佳的學校，原因如下：

首先，在僑生安排方面，逢甲大學能照顧僑外生來台的生活，令僑外生能像本地人一樣學習、生活。逢甲大學是三間之中唯一一間設有港澳生學會的學校，使港澳生能在異鄉找到同音人，起了互相幫助的作用，亦加速了港澳生適應台灣留學的生活。港澳生的母語是廣東話，普通話能力一定比本地人遜色，我在短短四天中明白到與當地人順利溝通是一件難事，更何況學生需要在台灣生活三至四年？因此，港澳生可以透過學會，以自己熟識的語言向師兄師姐詢問日常生活的難題，減低因語言不通而不敢發問的機會。

另外，在硬件方面，逢甲大學有更完備的設施供同學使用。那天在逢甲大學參觀了不少地方，例如創新科技閣、自修室等等都令我大開眼界。創新科技在香港難以接觸，更難有足夠空間發展，而逢甲大學就能利用廣闊的校園環境建立了一個空間給學生自行發揮。更建立學生與企業的橋樑，學生在學習生涯中可以與大企業共同開發創新科技，不只是死讀書，而是實實在在運用自己學到的知識。雖然各大學專攻的科目不同，不應以硬件作比較，但是逢甲大學的硬件比我一種更想學習的衝動，學生在這所大學學習一定得心應手。

總括而言，逢甲大學將會是我未來升學的其中一個選項，假使未能入讀本地大學，我也會積極考慮這所大學，繼續自己的學習生涯。

## 5B 伍國華

逢甲大學是位於台灣台中地區的一所私立大學，排名一直穩守全台私校前三名。逢甲大學鄰近逢甲夜市，位處市區內，交通方便，學生在飲食及購物方面也便利。逢甲大學以工及商科系聞名，也有航太及資訊電機科系等較獨特科系，算是一所綜合型大學。學生無論在逢甲大學選修文，工或商科，都有相對高的認受性，因此出路也相對穩定。

逢甲大學擁有頗完善的硬件配套，較獨特的是創科試驗室，學生可設計一些創科的產物，並在試驗室內進行試驗。例如我們見識了以手機遠程控制家居電器，如電燈，電視及空調等。在逢甲大學就讀的學生，能得到硬件上的支援。

在軟件上，逢甲大學也提供眾多社團及活動予學生參與，如迎新週及一系列迎新活動。由於該校有不少港生，因此設有港生專屬社團，港生能更易融入當地學術環境及生活。逢甲大學設有獨立招收港生的系統，學生只須提交高中成績表及課外活動紀錄，便能申請逢甲大學學位，並在應考文憑試前得到通知。換句話說，能通過獨立招生方法取得逢甲大學學位的學生，無須應考文憑試，因此也是不錯的升學途徑。

## 5B 陳湄

逢甲大學，簡稱逢大，是我們旅程最後一天參觀的第三間大學。校舍的歷史只有 55 年，是一所位於臺灣臺中市的私立大學。逢大面積十分之大，校園內四周都是綠色植物，有助同學舒緩學習壓力。在我們參觀的過程中，最令我印象深刻的是一個讓同學休息、溫習的地方——那裡分成兩層，四處都有充電的裝置和座椅，同學可以在那裡滑手機、聊天或溫習。而且那裏空間大，以落地玻璃窗採光，使室內明亮、充滿生氣，是一個可以讓同學放鬆心情自由工作的地方。



暢遊逢甲大學綠化校園令人心曠神怡



## 台灣遊蹤

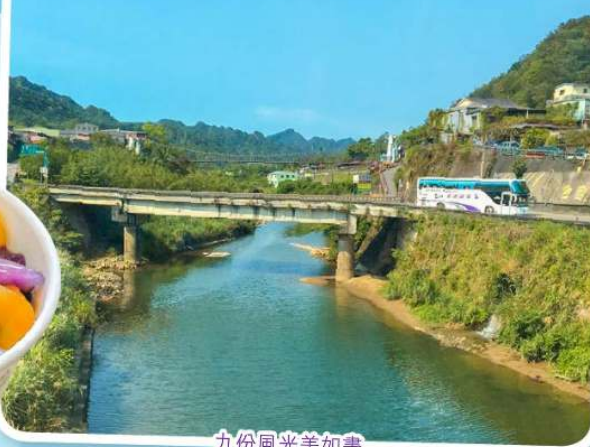
## 九份

## 5B 董樂怡

本來以為台灣的九份、十份只是普通景點，賣的也只是普通食物，但原來我的想法徹底錯了。九份的芋圓很是美味，在炎熱的天氣下吃一碗清涼的芋圓冰，實在叫人無法抗拒，原來這種看似平凡的食物才是人間的美食。



九份著名甜品——芋圓



九份風光美如畫

## 5B 梁子晴

我很喜歡台灣這個地方，雖然與香港同樣有眾多的美食，但台灣的生活節奏比我們香港慢，每次「出走」香港來到台灣，這裏的景色總是給予我悠閑寫意的感覺。我們從桃園機場出發到市區短短的一小時內，已有不少美景映入我的眼簾，尤其是大片的農地，在香港是很難可以看到的。看到這一片的農地，就如到了另外一個空間，讓我放下平日學業的壓力及一切的煩惱，腦袋亦得以喘息下來。台灣有不少令人讚嘆，讓人放下忙碌生活的景色。

而這次四日三夜的台灣交流團中，最令我難忘的景色亦是在遠離煩囂的十分及九分，我們在美麗的景色下放天燈、行吊橋及在十分火車站拍照。尤其是上山的一段路，我們可以從高處俯望腳下的台北市，更能看到白雲在我們腳下飄動，看到人們的願望伴隨着天燈飄到天上，沿途更有不少的小屋民宿和舊式建築，讓我十分羨慕這休閑舒適的生活。



電影《悲情城市》拍攝地點九份山城，遠眺更具氣勢

## 十份

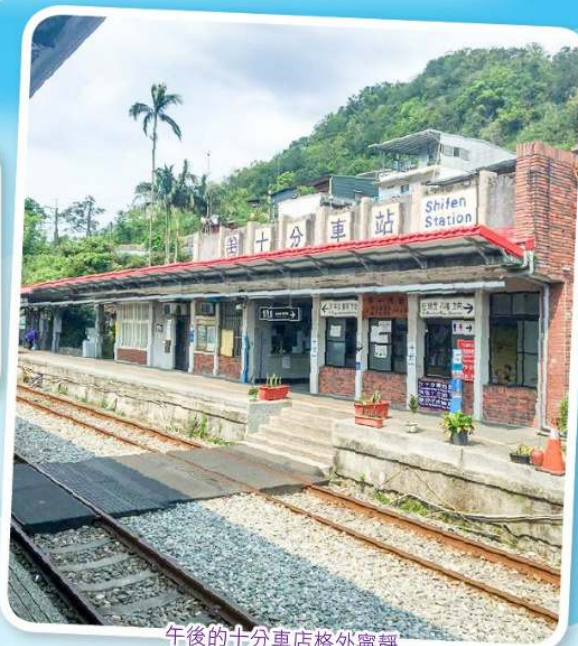
## 5B 黃婉婷

在這四日三夜中，我們參觀過很多景點，當中令我最難忘的就是在十分放天燈的經歷。

我從來未試過乘飛機，能夠出國已叫我興奮不已，更何況在到台灣放天燈！我用自己的願望把天燈逐少逐少地填滿，天燈上的不只是墨水，而是包含我和朋友的願望。我們一起把願望送到天上，誠心祈求願望能實現。放天燈的過程是喜悅的，因為我們滿懷希望把自己的願望送到遠方。



同學將別具心思的心願寫在孔明燈上



午後的十分車店格外寧靜



## 台灣升學探索之旅

8

## 彩虹眷村



地方特色濃厚的壁畫令人一見難忘



## 5B 梁子晴

台中彩虹眷村的景色令我們尤如置身於童話世界，那裏很多色彩繽紛的塗鴉也是出於彩虹爺爺的筆下。我們遊覽的時候更正值黃昏，太陽映照着的塗鴉更添色彩，而那裏亦有一片大草地，我們當然把握機會在夕陽的餘下拍了無限好的一幕。



好朋友倆在彩虹眷村看夕陽西下

## 其他景點

## 5B 陳兆霆

這次旅程，我們到訪了許多的景點，其中最令我印象深刻的是中正紀念堂。這建築群的外型獨特，有四個門，就像一座城池般。當中每個門廊都採用中國古典建築風格建造，充滿古典美；而在用色方面，主要採用白和藍色，感覺和諧自在。整座建築群最特別的是，位於中央的中正紀念堂，擁有八十九級樓梯，其形態像北京的天壇。進入紀念堂內，會看見一尊蔣介石坐着的銅像，兩側有衛兵把守，衛兵的交接儀式也是特別的看點。青天白日滿地紅旗在紀念堂裏隨處可見，園區內也種滿了樹，綠化程度高。



晚霞為台北101披上神秘面紗



台中民風淳樸是香港學生留學熱門選擇



台北市歷史地標中正紀念堂

## 美食

## 5A 胡嘉潼

同學到訪一年三百六十五日  
都是人頭湧湧的士林夜市

體驗台灣的飲食是我在整個旅程中最期待的一環，雖然台灣不像香港一樣有來自世界各地的菜式，但是當地人的飲食文化正正是台灣的特色也。

台灣的夜市聞名世界，食物種類包羅萬有：炸物、串燒、手製飲品……都受到本地人和旅客的歡迎。這些食物的價格並不高，只要花十多塊港幣就能買到熱騰騰的美食，性價比十分高。而且當地人亦十分熱情，不停拉客和宣傳，每一刻也面帶著笑容。以上種種因素也令手上的食物格外好吃，感受著當地人的人情味。

除了夜市之外，每一天的三餐安排也十分有台灣風味。幾乎每一餐也是飯饊湯放滿一桌，每碟都色香味俱存，單憑外觀已經深深引起了我的食慾。香濃又清甜的麥茶、香脆又惹味的櫻花蝦等等都充滿著台灣的氣息。每一餐不止滿足了我們的胃口，也增進了同學們之間的感情。大家圍在一起吃飯，不會再是各自各做自己的事，而是互相夾飯饊、互相斟茶，又會談著同學們之間的趣事。總之一餐飯不再只是一餐飯，享受美食同時增進同學們的感情。

總括而言，台灣的飲食其實與香港差不多，但差別在於台灣人的熱情和人情。香港食肆大部份的員工都因為過於忙碌而忘記笑容，忘記與客人的交流，因為生活不如意而忘記做餐廳的初衷。這次台灣之旅讓我感受到滿滿的人情。



## 遊後感

5A 羅彥惠

## 5B 陳子禧

台灣是一個美食之都，不少香港人喜歡的食物，例如珍珠奶茶、肉燥飯、手抓餅都是源自台灣。這次我有幸來到台灣兩個著名的夜市——士林夜市和逢甲夜市參觀。第一天，我們在晚餐後便前往士林夜市，雖然我們在晚飯後才前往夜市，可是我們的食慾並沒有減少。我和朋友在夜市中四處遊走，看到有想食的便買。當中的蚵仔煎令我十分難忘，它的口感有少少像雞蛋餅，配上爽口的生菜令整體口感更上層樓，而且配上特有的醬汁，酸酸甜甜的十分滋味；台灣的著名特飲珍珠奶茶，令我不禁感嘆台灣夜市不愧是美食天堂。我們在第三天前往位於台中的逢甲夜市，那裏鄰近逢甲大學，為夜市提供了人流。夜市中食肆林立，吸引不少慕名前來的旅客。當中最令我難忘的是芝心雞排，幼嫩的雞肉配上濃郁的芝士令人沈醉其中，雞排經油炸後表面鬆酥，內裏肉質嫩滑，在面層撒上紫菜粉令雞排帶上日式風味。我認為台灣是美食天堂，尤其是眾多的小食令人一嚐難忘。

## 5B 伍國華

台灣的飲食文化與閩菜系相近，味道以清淡鮮香為主，較偏向原味，油份偏多。因此當地食物的味道與粵菜相近，香港人容易接受。台灣小吃種類眾多，著名的食品如蚵仔煎，大腸包小腸，鳳梨酥及珍珠奶茶。許多食品已經聞名海外，當我們飲珍珠奶茶時，也許未必知曉它源自台灣。台灣有著特色夜市文化，例如台北的士林夜市及台中逢甲夜市，裏面可以找到各式各樣的獨特小吃，如青蛙下蛋，都是在當地特有的滋味。



要「嚐鮮」怎能錯過蚵仔煎？



湯汁爆滿的鮮肉小籠包令人食指大動

## 5C 李清宜

這四天升學及文化之旅中，我們由台北走到台中，走遍夜市、十分車站和彩虹眷村，這一切都令我感受到台灣人熱情好客的一面。

旅程中，我發現台灣特別之處就是所有地方都很整潔，夜市中人來人往，店舖琳瑯滿目，充滿熱鬧氣氛，四處都佈滿美食。我走進過的店舖，店主們都十分熱情，得知我和同伴都是外地遊客，更跟我們大談一番台灣特色，非常好客熱情。美食佈滿了街道，而垃圾桶則要在夜市的出入口才可找得到，然而地上卻很潔淨。這些就是台灣文化了，亦體驗了當地人民的文化素養。

十分車站和彩虹眷村是極具特色的景點。十分車站的鐵軌貫穿老街，不少天燈則在鐵道上飄向雲層，附近還有一條靜安橋，走上吊橋環看台灣風景別有一番滋味。彩虹眷村的塗鴉色彩繽紛，彷彿彩虹真的在眷顧着這條村一樣。不難想像笑容可掬的彩虹爺爺為眷村創作夢幻景象的熱情。這體現了台灣人的文化創意。

台灣之行，給予我們一個新的體會，流連忘返之餘，也嚮往當地的風土人情。

交流團的首要目的莫過於參觀當地大學，台中市的逢甲大學的資訊對升學很有幫助。學校的校風主張創新、科技和，鼓勵同學間的溝通，促進學習。逢甲大學主要課程為工科，理科，在創意產業方面也是先鋒。我們參觀了他們學校的科技創作，例如使用手機或是平板電腦能控制全家的電器，為人們帶來便利。此外，校方同樣重視學生的體藝發展，這裏的學生可謂文武雙全，實在是一所充滿活力和智慧的大學；而且台灣的政府教育部高等教育很多的支持，更加給予僑生就讀的優惠；相比香港人忙碌的生活，閒適的台灣也是一個升學的好選擇。我們也應該對自己的未來做好準備，在這發掘適合科目，不必局限在香港這個框框，走出去，更加能夠有不同的體會。

除了大學參觀，當地飲食文化也讓我記憶猶新。「早餐最緊要吃得飽」這重複了三天的話，正是每早滿桌的白粥油條、肉燥米飯的寫照。台灣的早點多是以中式為主，日常的小菜喜歡加上紅辣椒，每一碟小菜也很有「鑊氣」，當中融合了客家菜的特色，也包含日本佔領時留下的飲食文化。四面環海的地理位置，也令到台灣的海鮮旺盛。我深刻記得第二晚的晚飯，先有白肉肥美鮮蝦和魷魚沙律為前菜，濃厚的炆豬手作為主菜，更加以酸酸甜甜的冰水果作結。而且店員都是熱情款客，在每一餐也招呼周到，滿桌的美食令我們飽得動不了。

說起台灣飲食不能不說夜市，在這次交流團中我們到訪了士林夜市和逢甲夜市。士林夜市多有小攤檔，香港失傳已久的炸牛奶也從中找到。當然少不了台灣街邊美食例如炸雞塊，日式章魚燒，以及珍珠奶茶等。食物的價錢便宜，人海洶湧，相當熱鬧；逢甲夜市位於台中的商業圈，一邊是高級名牌商店，一邊是街邊蓬勃食店，又是另一番滋味。熱鬧的夜市，為台灣的飲食增添一種不拘謹，自在悠閒的特色，這是香港街邊小吃也體驗不了的。台灣人的熱情，收少幾塊錢，還是給你多份量，更是溫暖人心。

一點一滴濃厚的文化與學習氣氛結束了這次的交流團，這次在探索未來升學資源之餘，我們放下了課本，從吃喝感受當地的文化。這一份學與情，讓我們體驗了一次不一樣的交流。



到士林夜市「覓食」不能錯過的台灣牛肉麵

## 5B 胡頌忻

台灣之旅中最能感受到台灣人的熱情和好客之道。我們除了參觀大學外還走訪兩個台灣知名夜市。我們一行四人走進車水馬龍的夜市中，雖然非常擁擠，人流非常多，人們都非常守禮，不會推撞和插隊。再者，台灣人並不會因我一口不正宗的普通話而取笑我們，相反非常熱情地與我們聊天，有人更嘗試以廣東話與我們溝通。

令我最印象深刻的是我們參觀其中一所大學的時候，那天正值下雨天，他們拿著多把傘子在大門迎接我們；又在我們不知所措時，熱情地介紹自己，打破語言隔閡和尷尬的氣氛。最後在我們離開時，他們送我們每人一杯台式珍珠奶茶，讓我們能嘗到台灣特色飲品，他們的熱情、好客令我印象難忘。



# 《東華辛亥·廈門雙十》姊妹學校交流團

2017年6月18至21日，社區關係組馮佩欣老師、藍秀雲老師及趙逸飛老師率領24名同學，前往廈門探訪姊妹學校福建省廈門雙十中學。除了參觀校區外，本校師生亦參與觀課，並進行彩繪活動。兩校同學建立友誼，至今仍保持聯絡。

10

## 出發前



出發前的彩繪課



齊集·出發！



先坐旅遊車上深圳，再坐動車到廈門



與高鐵相同的列車



舒適清潔的車廂



期待見到姊妹學校的同學



我們入住的酒店

## 到達時



我們的姊妹學校

太閘口的電子屏幕：  
歡迎辛亥師生

辛亥年的親善大使



雙十中學陳紅珍副校長出門迎接



陳紅珍副校長親自在會客室接見同學



馮老師送上本校35周年校刊以作紀念



## 觀課

辛亥同學到雙十中學觀課，雖然對教授的課題未必熟悉，但卻見姊妹學校同學都聚精會神上課，為高考努力，深感佩服。



送上35週年禮物包  
作見面禮



「大家好，我們來自辛亥年！」



50人一班上課，課堂秩序井然



雙十中學規定，高三學生下課後要留在課室溫習至晚上十時才可返回宿舍，難怪成績如此突出



雙十中學課室設備跟我們的差不多



雖然不熟悉課題，但卻被課堂氣氛感染

## 彩繪活動

為了跟姊妹學校的同學有更深層次的交流，我校特意安排彩繪交流活動，透過彩繪互相切磋，增加認識。



我校彩繪隊「夢飛繪」，隊員隨隊出發



老師也交流



中港一心



建立友誼的橋樑



創意無限



# 廈門交流團

12



可愛小貓



在相片上彩繪？



雙十的視藝老師（左方）也來體驗彩繪樂趣



我們先來示範



男生也不甘示弱



要保持聯絡啊！



要圓一點啊！



誰是師傅？



這些當然是同學的作品



辛亥年有四個社……



透過校刊介紹辛亥年



這一點要輕輕壓下去……



高三學生果然領悟力奇高



難忘的體驗



雙十同學列隊跟我們說再見



## 校區參觀

雙十中學老師帶領同學參觀校區。除了課室以外，同學還參觀了體育館、食堂、圖書館大樓和學生宿舍。雙十中學校區面積達 11 萬平方米，可以媲美香港的大學。



即將展開校區參觀之旅



像領導人開會的會客室



上電腦課不是去電腦室，而是去訊息技術大樓



如果可以在這裡打籃球就好了！



符合國際標準的室內泳池



圖書館是三層高的大樓



圖書館的閱報區



校園到處掛滿為高考同學打氣的絲帶



雙十同學的「心願風車」



宿舍四人一房，整齊清潔



宿舍房間有獨立梳洗間



老師，我們可以在這裡吃午餐嗎？



輔導領袖生來到雙十的輔導室份外親切



雙十飯堂每天負責五千多師生的早午晚三餐



雙十飯堂「貼地」的食品價格



自助式飯堂



## 我認識了的雙十新朋友



陳詠詩與賴宇芯

## 新朋友專訪 4B 陳詠詩

廈門雙十中學新朋友：賴宇芯 年級：高三

在進行人體彩繪時，我認識了一位很友善的朋友，她叫賴宇芯，剛剛完成高考。她告訴我，廈門雙十學校規定，高中學生每天都要在學校自修室溫習到晚上十時才可以離開，而且每天早上七時二十分就要到學校上課。相比香港，我覺得我們很幸運，因為香港學生比廈門學生自由，校規不會那麼嚴厲，沒有那麼大壓力。這樣對比起來，他們的學習壓力肯定很大、很辛苦，但他們也堅持下去，所以我們香港學生一定要更努力學習，不要鬆懈。最後，當我問她的目標是什麼，她很堅持的告訴我——要入大學。這次交流後，我想我也應該建立一個明確的目標，可以自信地告訴別人。

## 新朋友專訪 4C 李思蔓

廈門雙十中學新朋友：姚佳慧 年級：高三

她的樣子很斯文，談吐十分彬彬有禮。她是一個理科生，但外貌像文科生。當天她嘗試把彩繪圖案畫在我手上，說想畫梅花，用了不少紅色顏料點在我手上，我向她說：「這不是梅花，這是麻疹！」她笑了笑，繼續畫上去，然後我們都笑了。她讓我明白，做人有時候不必太過認真，開心就好了。



姚佳慧與李思蔓

## 新朋友專訪 5B 麥巧晴

廈門雙十中學新朋友：沈思婕 年級：高三

沈思婕是一位很漂亮，而且很友善的女生。一開始我很害羞，不敢跟她講話，可是她主動地打開了話匣子，友好地問我關於人體彩繪的技巧，例如那些花要怎麼畫等等。之後她又問了很多關於香港學生的學習狀況，又分享了一些她自己的學習經歷。原來她們雙十的學生放學後，一定要到自修室溫習至晚上十時！這真的很誇張啊！睡眠一定很不夠吧！她說她的黑眼圈好大，但我覺得還可以，學習真的很辛苦。讓我意外的是，她的同學離開自修室回到宿舍房間後，還會繼續溫習到凌晨兩三點，直到周末才有時間「補眠」。另一方面，她說雙十中學面積那麼大是有原因的，因為學校遠離市區，所以地價比較便宜。她高興的說學校有很多不同的活動，在那裡讀書是挺開心的，而且同學可以住在宿舍，上課也挺方便的。最後，她告訴我考高考時，如果字寫得好能加印象分，所以平常都會練字。的確，她的字寫得真的好漂亮。



麥巧晴與沈思婕

## 新朋友專訪 5C 陳惠玲

廈門雙十中學新朋友：小文 年級：高三

我認識的新朋友是位修讀文科的中六學生。與她交談的過程中，我知道了很多內地與香港不一樣的情況，就如他們只會在特別日子才穿上整體校服，平日都穿運動服。還有，他們學校會舉辦成人禮，典禮會在晚上舉行，在雙十中學的小池塘放花燈。我告訴她香港的學生是大部分上課日子均須穿上校服，也不會舉辦成人禮。而且，原來他們必須要修讀文科和理科的科目，以吸收全面的知識的，可是雙十中學是沒有通識科。以上可見，這裏與香港的中學有很大差異。

## 新朋友專訪 5B 董樂怡

廈門雙十中學新朋友：王洛憐 年級：高三

她是一個剛考完高校的女孩。剛認識她的時候，她很安靜不多話，我也不知道如何與她打開話匣子，只好靜靜地為她彩繪。直到後來，我無意中提及到我最近正在追看一套韓劇，不料引起她的興趣，打破僵局，慢慢深入的交談。在交談後，我發現我和她有相同的興趣，又喜歡相同的事物，很是談得來。可惜歡樂的時間過得特別快，我們要說再見了，離開前我們交換了微信，以便日後保持聯絡。直至現在，我們仍會在微信上聊天。很感謝這次交流機會，讓我認識了一位好朋友！



小文、陳惠玲與董樂怡、王洛憐





林焯文與蘇哈辰

### 新朋友專訪 4A 林焯文

廈門雙十中學新朋友：蘇哈辰 年級：高三

我在廈門雙十中學認識了一位新朋友。他剛考完高考，現在正放假。起初認識他的時候，他表現非常害羞，但相處一段時間後，原來他非常健談，而且很會說笑。我們同樣喜歡看電影，而且又是漫威的粉絲，所以過程中有說有笑。

他的家庭有兩位弟弟及妹妹，家在學校附近。他告訴我，原來他們升上了高中後，每天吃完晚飯，還要留在課室補課，直至晚上十一時才可以回宿舍。我十分驚訝，因為我們補課通常都只是一兩小時；另外，雙十中學的校舍比我們的大，有標準游泳池、運動場及三層高的圖書館等，無論教學和設施都與我們中學有很大的差別。在這次交流中，很高興認識了這位新朋友，讓我可以了解廈門當地中學的教學方式和規模。

### 新朋友專訪 4A 蘇凱程

廈門雙十中學新朋友：Ivy 年級：高三

她是一名剛考完高考的學生，已經放假回家了，今次特地為了我們的彩繪交流活動回來學校，我覺得她很有誠意。我跟她聊了非常多，對中國大陸的學生生活有了深入的了解。例如，她們每天上課前都要早操、跑步；她的學校十分大，面積大概有我們學校的5、6倍吧。交談中，我覺得她是一位十分努力的學生。過幾天就是放榜的日子，她十分緊張。最後，我們交換了聯繫方式，回港後我問她高考成绩如何，她說她考進了北京大學，還叫我下次去北京玩時找她呢！



蘇凱程與IVY

### 新朋友專訪 4A 陳增濤

廈門雙十中學新朋友：黃凌哲 年級：高三

黃凌哲是廈門雙十中學的學生，他剛考完高考，準備填寫大學志願，但他還未決定好填報哪間大學。

他是一個理科生，喜歡讀化學。在他讀高中開始，便要在放學後留在課室自修至晚上十一點才可回宿舍休息。初時他覺得非常辛苦，但慢慢地習慣了。他說平時除了學習外，很少會看電視。



陳增濤與黃凌哲

### 新朋友專訪 4B 張嘉琪

廈門雙十中學新朋友：多多 年級：高三

多多讀書成績十分優秀，可稱得上是班上的「學霸」。她在高考中取得五百八十分，快接近六百了！她說她的夢想是入讀大學，長大後做一位中醫師。她還有一位雙胞胎姊姊，她們每天很早睡覺，真的是很乖的女孩子。她的性格比較內向，但卻不怕接近陌生人，當天我倆聊了很久呢！最後我們交換了雙方的微訊，方便以後保持聯絡。我不會忘記這一位善良、成績優秀的女孩子。



張嘉琪與多多

### 新朋友專訪 5A 黃詠茵

廈門雙十中學新朋友：張樂馨 年級：高三

很高興在雙十中學認識了一位新朋友。她是一位女孩子，性格樂觀積極，是一位選修文科的學生。在廈門的文科須修讀文學、政治及社會，與香港文科生修讀的歷史、中國歷史、中國文學不同。此外，他們也沒有企業會財及經濟等選修科，與香港的選擇有所不同。

另外國內的考試的方式也有別於香港，國內的高考於兩日內測考所有科目，選修科於同一份試卷中考核，並不像香港的公開考試般把科目分散在不同的日子評核，為期一個月。在交談中，她表示自己對於高考沒有十分把握，但她認為自己已經盡力準備及應付高考，已經無憾了，可見她對自己有要求。她很樂意與我分享家中及校園的生活，好不熱情，使我十分難忘。



黃詠茵與張樂馨



## 新朋友專訪 5B 李映童

廈門雙十中學新朋友：Nancy 年級：高三

她是雙十中學的高三學生，亦是班長，個性開朗活潑。她是一位理科生，修讀生物、化學和物理。她喜歡聽陳奕迅的歌曲，亦特別喜愛足球。

在學習方面，她告訴我學校規定了高三學生在放學後，要自習至晚上十時才能回宿舍休息，學習時間比香港長得多了。即使他們午膳、午休的時間比較長，他們都會利用這段時間做功課或者溫習。他們這種積極勤奮向上的態度，十分值得我們學習！

在生活方面，雙十中學有百分之八十的學生都在學校寄宿，而 Nancy 亦不例外。她平日住在學校宿舍，星期六日才回家探望父母，主要把精力投放在讀書上，家庭活動會較少。這點與香港的學生不太相同。



李映童與Nancy

## 新朋友專訪 5B 劉宇杰

廈門雙十中學新朋友：林垠銳 年級：高三

他是一位高三的同學，剛剛考完高考。初次見面時，他非常的木訥，想不到他是一位高材生，全級排名第一，修讀物理、化學及生物科。他說自己沒有參加課外活動，課餘時間也是閱讀，才能成為全級第一名。

他們的學習模式與我們有點不同，吃過晚飯後便會回到課室溫習，直到晚上十時才會回到宿舍休息。這種堅持學習的態度是我們香港應該學習的。

他在學校宿舍寄宿，到週末才會回家。他說一日三餐都是在學校吃，生活模式有點乏味。但他認為這是學習必經的階段和壓力，並且鼓勵我要面對學習壓力，努力考進大學。



林垠銳與劉宇杰

## 新朋友專訪 5B 黎詠森

廈門雙十中學新朋友：鄭齊 年級：高三

我新認識的朋友就是就讀廈門雙十中學高中的鄭齊。他是一位十分友善的男生，在交談中他不斷介紹他的學校和好友。他是一位運動健將，是廈門雙十中學100米跑的紀錄保持者，十分厲害。香港學生大多聽歐美或韓國的歌曲，內地生反而喜歡香港歌手的歌曲。這是兩地文化上其中的差異之處，「流行」指標不太一樣。



鄭齊與黎詠森

## 新朋友專訪 5B 崔詠慈

廈門雙十中學新朋友：劉昕宇 年級：高三

她名叫劉昕宇，就讀廈門雙十中學的高三，是一名友善、和藹可親、樂觀、擁有正面思維的女生。她十分健談，對於我那口差勁的普通話亦非常包容。她簡單向我介紹了雙十中學的架構，相比起我們辛亥年的規模，我們確實是相形見绌。但她並沒有嘲笑我們，而是極力找出我們學校的優點。她說對香港的教學模式極為嚮往，希望能嘗試小班教學的模式。我認為她為人非常親切友善，不會因為學校的排名、規模、名氣等比我們優秀而看不起我們，反而盡力找出我們比他們優秀之處並加以褒獎，很體貼身邊人的感受。



崔詠慈與劉昕宇

## 新朋友專訪 5C 蔡沛君

廈門雙十中學新朋友：吳亦楓 年級：高三

她修讀文科，成績十分好，在班上名列前茅。她有一個雙生妹妹，與她一同在雙十中學讀書，雖然樣子相似，但她們的興趣十分不同。她喜歡鋼琴，而妹妹喜愛畫畫。想不到她們不像我們一樣會與朋友外出或是一起做運動，因為她是住在學校宿舍的，所以甚少外出。她是較文靜的人，甚少說話。有趣的是，當她與妹妹站在一起時，我真的分不清楚她們。她告訴我她們的姓名很有意思，是以她們家鄉獨有的樹和食物而命名的。



吳亦楓與蔡沛君



## 旅程感受

### 4A 陳增濤

在這次交流活動中，令我最深刻的是參訪雙十中學。行程第二天下午，我們到雙十中學進行交流，我們分成五人一組，到不同的課室裡與雙十學生一起上課。我被分派到四年十一班，他們正要上生物課。雖然我沒有修讀這科目，但我也很好奇他們是怎樣上課的。原來他們是用中文教授生物科的，並留在課室上課，不像香港學生要到科學室上課。上課期間，雙十學生十分專心，我看見他們的抽屜都放滿了書本筆記。每當老師問問題時，學生們都會回答，而且還是全班齊聲回答，極有默契。最後，雙十主任還帶領我們參觀校園。那裡有極大的運動場，還有一個標準的 50 米室內游泳池，真令人羨慕。



彩繪前先自我介紹

### 4A 蘇凱程

在這次交流活動中，令我最難忘和感動的是在廈門雙十中學的彩繪交流活動。這次活動我們準備了很多，例如出發前要回校教交流團的同學彩繪技巧，又要準備電腦簡報。在進行活動的前一刻，仍擔心活動會不會順利進行。的確，交流活動一開始的氣氛是有點冷淡，但後來漸入佳境，雙十學生與辛亥年學生相處十分融洽。交談中有講有笑，有的同學還自拍，還留下聯絡方式，真讓人體會到什麼是「無國界」。我很感動，我們回家後也有和雙十中學的朋友保持聯絡。每次看到我倆的合照，腦海裡都會閃出交流時的畫面。慶幸我們認真籌備，終於順利進行。很期待下一次的交流。



體育館前有長長的樓梯，你說面積大不大

### 4B 黎曉彤

在這次交流活動中，令我最難忘的是到廈門雙十中學觀課。當我們一到埗時便已經十分驚訝，因為校舍非常之大，與辛亥年相比，簡直是天壤之別。後來，我們在待客室看學校簡介影片，知道學校面積大得很——它擁有一個運動場、幾個籃球場、羽毛球場和游泳池，設施十分充足。當然，觀課才是在雙十中學的重頭戲。一路進課室就有一種「壓迫感」，因為多於五十位學生正一起上課。課堂開始，每一位同學都十分認真，從他們的眼神中可見其對學習的熱誠。即使課室並沒有空調，同學們身穿長袖衣服，亦不會有任何不耐煩或疲倦之感。期間，窗外有不少嘈雜聲音傳來，可是同學們並沒有被聲音所影響，反而更專心聽課和回應老師的問題。我很佩服他們認真的學習態度，即使沒有舒適的學習環境，仍能專注學習，與香港相比，我們真的要向他們學習。

### 4B 陳詠詩

透過這次交流活動，我對內地學校的印象改觀了。當中令我最難忘的就是在雙十中學觀課，而令我最驚訝的就是雙十中學的設施。觀課時，我很佩服雙十同學的毅力和專注力，即使他們在上課時並沒有開空調，只是打開窗戶讓熱乎乎的空气吹進來，他們沒有因悶熱而分神，反而更加認真上課，沒有人躲懶。每位學生都一邊摘錄筆記，一邊回答老師的問題，他們認真求學的精神，真的令我心悅誠服。相反，我們香港的學生許多都是嬌生慣養，沒有空調就會不耐煩，心裡怨聲載道。我們應該學習雙十學生這種勤學不倦的精神。

在這次交流活動中，令我最開心的並不是去過多少個名勝，而是能和一班很好的朋友一起參與這個活動，增添了一份美好的回憶。此外，我最難忘的當然是去鼓浪嶼的那天。當日天氣特別熱，而且山路陡峭，導遊只給我們十多分鐘登上高峰。那裡有十分多梯級，我喘著氣走，差點透不過氣來，但最後我還是堅持下來，默默走上高峰。到了高峰，特別涼快，心情也特別開朗，因為看見了廈門優美的景色。可是旅程只有四天的時間，我依依不捨的回香港。在這交流團中我學會了不少，尤其是雙十學生認真的學習態度，令我知道一定要勤奮讀書，在文憑試中取得佳績。



要上日光岩就要爬長長的樓梯

### 4C 李思蔓

在這次交流活動中，令我最難忘的是通過彩繪活動認識了新朋友佳慧。我們十分投緣，還互相交換聯絡方式。我們在彩繪中交流了彼此的生活，比如學校的趣事，學校的生活環境。她認為自己的學校不算大，但我告訴她，我們香港學校面積只是她們的十分之一。我們聊天的氣氛十分輕鬆、十分融洽。交談過後，我才知道她們的學業壓力比我們重。她們的學習方式是「專一」，不准分心。雙十同學十分看重成績，讓我有些慚愧。



## 5A 潘倩濤

透過這次四天三夜的交流活動，我的眼界擴闊了不少，也認識了不少內地朋友。這個交流團有別於其他交流團，除了觀光遊玩外，還給予我們與當地青年進行文化交流的機會。我最難忘的事，莫過於與雙十中學的學生交流，他們友善熱情的個性，令性格內向的我很快融入新環境。還記得當我們將我校的校慶紀念品送給他們時，他們立即興奮得高聲歡呼，還逐一派代表送禮物給我們各人。我對於他們的热情受寵若驚，同時也慶幸自己能參與是次交流活動，發掘姊妹同學勤奮用功的一面。此外，活動中所遊覽的景點也令我難以忘記，尤其是鼓浪嶼那異國風情的美景讓我嘆為觀止，不禁陶醉於小島的美。這次旅程加深了我對國內的人和事的認識，也令我明白到快樂就在身邊。



同學間感情大躍進



廈門市風光盡收眼底

## 5B 黎詠森

在這次交流活動中，令我最難忘的當然是到廈門雙十中學的交流時光。當我們一到步，就被學校宏偉的外觀吸引，它的面積比辛亥年大了足足幾十倍，我們都大吃一驚。而且當中的設施十分完善，有一個標準的游泳池、17個網球場和一幢體育大樓。這都令我感到驚訝，頓時覺得自己十分渺小。在這次交流活動中，令我最快樂的是能跟當地生交流，並分享彩繪的樂趣。我們互相在大家的手上進行彩繪，有些同學更自創古怪有趣的圖案，大家都互相逗笑。我們在一個歡樂的氣氛中談天說地，我們教他們說廣東話，他們就糾正我們普通話發音。整個行程中，我跟新朋友們一起度過，真是一個難忘的時光，我們的友誼也增進不少呢！



鼓浪嶼的建築物充滿異國風情



濟濟一堂

## 5B 李映童

在這次交流活動中，令我最難忘的是到雙十觀課，讓我實實在在體驗到在內地上課的實況，了解到當地同學的學習態度。在這次觀課活動中，我參與的是高一的物理課。雖然我沒有修讀物理，對物理興趣不大，但是當地的老師講課內容詳盡，教學方式有趣，在課堂中亦與學生有不少互動，我也樂在其中。同學們都專心致志地聽課，課室環境十分寧靜，學習氣氛濃厚。觀課完畢後，我們把我們學校的35週年紀念品送給對方，他們的反應熱烈，而且熱情地跟我們合照，十分親切有禮。這次交流活動對我來說是個嶄新的體驗，能夠這麼實在地與內地學生交流，的確是個寶貴的經驗和美好的回憶。

## 5B 麥巧晴

旅程中，最令我快樂的是跟廈門雙十的同學進行人體彩繪的環節。其實畫畫不難，只是那些顏料和工具用不慣，畫出來也不算很好看。但雙十新朋友沈思婕就一直讚我畫得好漂亮，讓我有好大的成功感。她的彩繪也畫得挺好的，我沒有教她畫蝴蝶，可是她也在我手上畫了一隻挺可愛的蝴蝶。她的主動也是讓我挺開心的，不怕沒有話題跟她聊，就感覺像相識已久的朋友一樣。另一方面，最令我感動的就是組員一直的陪伴和體諒，因為在途中我得了感冒，一直流鼻水和咳嗽，後來耳朵也塞了，頭和眼睛都很痛。但組員一直關心我，一直把我牽到她們旁邊，一起聊天，讓我很感動。當我有話想向別人說，而不知道應該怎樣開口的時候，組員也會很主動地幫我表達，我很感激遇上這麼好的組員。

## 5B 劉宇杰

在這次交流活動中，令我最難忘的當然是到雙十中學觀課。當我們看見雙十中學的外觀，便非常驚訝，因為校舍非常大，大約是我校的二十多倍！然後，便開展了我們的觀課活動，我們參與的是物理課。雖然我是修讀文科及商科，對理科並不認識，但我也被老師的講授吸引了，因為他的教學方式非常有趣——他會親身示範一些物理運動，又會設計不同有趣的問題讓同學們思考。這教學方式令課堂變得生動有趣，也令我大開眼界。此外，我非常欣賞學生們的學習風氣，他們在上課時非常主動回答問題，沒有人在聊天，全都非常投入專注。相比之下，我經常不專心上課，又經常談天，我要好好學習他們的學習態度，努力求進步。

## 5B 崔詠慈

在這次交流活動中，令我最難忘的是到廈門雙十中學參觀及認識新朋友。廈門雙十中學的規模之大，令我驚嘆不已，對比辛亥年總理中學的校舍，我們的確相形見绌。當地的副校長、老師和同學極為親切友善，詳盡地為我們講解廈門及內地的教學模式，令我們深入了解內地的上課形式、學習模式。而認識雙十新朋友亦令我最為難忘。她非常友善、樂觀，待人非常有禮，即使我的普通話發音極不準確，就連我自己亦無法聽懂，但她仍發掘我的長處，非常有禮地稱讚我的畫功，讓我對人體彩繪這項藝術更有信心。現在我仍與她在微信上聯絡，期望我們能一直成為好友。

## 5C 蔡沛君

在這麼多活動中，令我最深刻的地方是我們到訪的雙十中學。雙十中學的校舍面積十分大，大得像大學一樣。經過走廊時，同學們的表現十分熱情，看到我們反應十分興奮。在觀課時，課室裏坐了47人，比我們香港的課堂多十個人，而座位分配也十分不同，老師沒有編排他們的座位，學生以自由選位坐。上課期間，每個同學都積極回答問題，十分專注課堂。我看見她們的抽屜是有兩層的，全都放上了滿滿的書本；還有他們的儲物櫃是放在課室的，與我們不同。觀課後，我終於知道為什麼他們成績這麼好，因為他們上課積極回答問題，放學後也會留校溫書至9時，高三的學生更要留校至10時，這種認真認真的學習態度都是他們成績好的原因。希望我也能像新結識的朋友一樣努力學習。



# 廈門旅遊景點剪影

除了到雙十中學探訪外，我們還遊覽了廈門不少景點，包括古龍醬文化園、大屏山公園、鼓浪嶼及集美學村。

廈門交流團

19



廈門大學



只要努力走上日光岩頂峰，就能看見鼓浪嶼全景了！大家努力啊！



大屏山公園是市級生態休閒公園



今天我們來釀醬油



古龍醬文化園共有六萬個傳統醬缸被列入健力士紀錄大全



賣醬油的少女



醬油就是用這樣的缸釀造的



從山上下來仍面不改容



登上日光岩了



釀酒的大木桶



我們不怕辣



真正的廈門炒米粉



罐頭憤怒鳥



要坐船才能到鼓浪嶼



開飯啦！



這種交通工具叫甚麼？



電單車最多可載4個人



鼓浪嶼的海上菽莊花園——四十四橋



快點吃，飯後要準備用普通話做自我介紹



很餓，快吃！



回程了



滿載而歸——全是吃的



集美學村



## A School Visit to SMK Seri Kembangan

The LAC committee organized a post-examination overseas study tour to Malaysia from 2-7-2017 to 5-7-2017. To arouse students' interest in foreign culture and enrich their knowledge of LAC subjects (History, Geography, Science and Mathematics) in English speaking environment, we visited Cheng Ho Museum, Malacca River, Upside Down House Melaka, Batu Caves, Royal Selangor and Petronas Twin Towers, etc.

Led by Principal Chow, 3 teachers and 27 students visited SMK Seri Kembangan on 3-7-2017. It is a renowned secondary school in Malaysia which obtains outstanding achievements in both academic performance and leadership development. On that day, the assembly of SMK was started with a wonderful welcoming drum performance, followed by inspiring speeches given by the principals of both schools. In the visit, Principal Chow and teachers had a professional dialogue with the principal and our teachers of SMK Seri Kembangan, while our students had lessons with their buddies in SMK and tried making the traditional Indian decoration with coconut leaves. We had traditional Malaysian food as our lunch in SMK and enjoy the great time there.



Mr. Tay, the principal of SMK Seri Kembangan, is giving a speech in the welcoming ceremony.



Principal Chow is giving a speech in the welcoming ceremony.



Principal Chow and Mr. Tay, the principal of SMK Seri Kembangan



Professional and artistic! We really enjoy it!



The drum performance in the welcoming ceremony



Principal Chow and teachers had a professional dialogue with the principal and teachers of SMK Seri Kembangan



We are good friends now!



Principal Chow, Mr. Tay and teachers are enjoying lunch after the professional dialogue.



We have a wonderful time together!

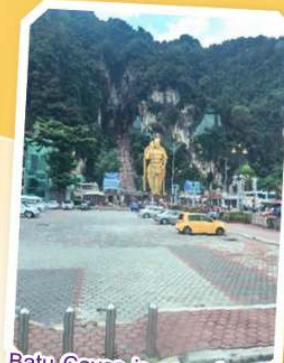


We all are one in Seri Kembangan.



## Day 1

We arrived in Malaysia at around lunchtime. Therefore, our first activity was having lunch at a local food court. After that, we visited a few famous tourist spots such as Putrajaya, Masjid Putra, Seri Perdana Bridge, Petronas Twin Towers. We went to Jalan Alor for dinner before heading back to our hotel.



Batu Caves is one of most famous tourist spots in Malaysia.

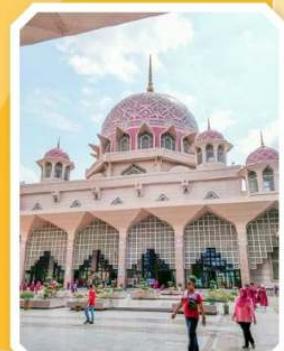


Behind this 'twin brothers' is the Petronas Twin Towers.

## Day 2

Back to school! On day 2, we went to visit a local famous school called SMK Seri Kembangan. The students and teachers took us around the school and we had fun trying to make different traditional snacks and artcraft there.

After visiting the SMK Seri Kembangan, we headed to Royal Selangor to make our own pewter plates. What an unforgettable experience! Batu Caves was our next destination before going back to our hotel. What a tiring day!



The pink-domed mosque called Masjid Putra can accommodate 15,000 worshippers.



We had dinner at the largest local food stall in Jalan Alor which is a unique food destination in the heart of KL.

## Day 3

It's time to say goodbye to Kuala Lumpur as we had to go to Malacca City, another part of Malaysia. Malacca City is a place full of cultural and historical atmosphere. We paid a visit to the Cheng Ho Cultural Museum, Portugal Castle, St. Francis Statue etc.



Miss Wong and the student helpers of SMK Seri Kembangan.



Miss Chan and Mrs. Woo, the Secretary of Principal and the Head of Humanity Department of SMK Seri Kembangan.



Cheers, everyone!



We heard about the history of Cheng Ho when we were child and today we have a chance to visit the Cheng Ho Cultural Museum.



William Poon is having a music performance in the SMK Seri Kembangan.



Our dinner in Malaysia!



The experience in SMK Seri Kembangan is really unforgettable!

Our flight will depart at 8:35am (HK time) from Hong Kong to KL.



## Study Tour to Malaysia

4A Tse Chin Nang

I joined the study tour to Malaysia as I love travelling. I have never been to Malaysia and I wanted to explore the country. Also, I wanted to learn the culture there as I heard from my friends that it is extraordinary: the local food (e.g. Sambal Belacan) is delicious, the durians are the best among the Asian countries and so on. I had done a lot of research (e.g. the most popular local food in Malaysia, the history of Malaysia) before setting off. I was thrilled and could not wait for the tour.

On the first day of the tour, all of us arrived at the airport at 6.00am punctually. We visited Twin Tower after we arrived at the Kuala Lumpur International Airport. In my opinion, Twin Towers are not really tall. They are just like the normal buildings in Hong Kong. Then we went to Masjid Putra and explored other unique buildings. The most special one was a pink-domed mosque.

The most special day of the trip was the second day on which we visited a local middle school - SMK Seri Kembangan. I attended the lessons there. Also, I made a few Malaysian friends. The students there were nice and smart! After the lessons, we had lunch with Principal Tay, teachers, and students of SMK Seri Kembangan. I learnt some traditional handcrafts there. What a wonderful day.

On the fourth day, we went back to Hong Kong. We were sad to leave this lovely country.

I ate a lot of yummy local snacks and food in these days like Bak Kut Tea and durians. Besides, I have learnt a lot from the tour. I wish to visit this fascinating place again!



It is my pleasure to perform my music!



It is so fresh!



We have just climbed up 300 stairs!



The yellow duck at the airport



I don't want to say goodbye to my friend!

## Malaysia Study Tour Afterthoughts

5D William Poon

The Malaysia Study Tour has come to an end. It is the time for me to reflect upon what I have experienced in the trip.

I have never participated in any study tour before, so I wanted to join the study tour organized by the school. In this tour, I expected to make new friends and speak more English.

In the tour, I have learnt about the culture of Malaysia. I know there are three main ethnic groups in Malaysia: Malays, Chinese and Indonesian. They usually speak Malaysian, Chinese and English language. My most memorable episode is that I performed playing the piano in the SMK Seri Kembangan while we were having traditional Malaysian and Indian lunch. After I finished my recital, all of the students and teachers, including the SMK students, clapped their hands loudly and shouted, "encore, encore!!" I felt really fantastic!

The best place that I have visited in Malaysia was the Upside-down House. We visited it on Day 3. It was funny, exciting, interesting and creative! My friends and I took lots of hilarious photos together.

I enjoyed myself throughout the trip, but the most impressive part is the SMK Seri Kembangan experience exchange day. On that day, I attended the lesson with the SMK students, and they took good care of me. My buddy, Min Ann, showed me around their school and introduced the traditional Malaysian food in their canteen. I experienced the life of a local student.

I have gained a lot in this tour. What I gained most was that I spoke more English. Besides, I played the role of a big brother and took care of the S.1 students like San, Alvin and Jason. They were adorable. Generally speaking, I have learnt a lot. I am sure this tour is memorable to all my schoolmates!



## More than a visitor

### 6A Kong Shuk Kwan, Ada

This is the first time for me to visit Malaysia. It is a country with the a unique cultural background compared to Hong Kong. Before I arrived there, I had had a funny misconception of Malaysia – I thought the mother language of Malaysian is Mandarin. However, I found myself wrong after arriving in Malaysia. The mother language of Malaysian is actually Malay, the language that I never knew before.

Besides their languages, Malaysians' lifestyle is also very different from ours. Unlike Hong Kong, Malaysians do not live in hustle and bustle. They never rush to work, let alone study. As a typical student in Hong Kong, I was curious about their study environment. What I observed was that they do not have much pressure on their academic performance. I had lessons with them during the visit to Seri Kembangan Secondary School, and I the interaction among the students and also the teacher has inspired me. This made me reflect on our attitude towards life. Perhaps Hong Kong's economic growth ranks among the best in the world. Yet, how about the happiness index? We are diligent, we are efficient, but are we happy? No, we are not. But the Malaysians are. They know how to enjoy life. Although they do not work as efficiently as we do, but they are way happier than all of us.

The four-day trip to Malaysia has finally come to an end. What I have gained is a lot more than just a study tour, but a lifestyle, a challenge, and an attitude.



Yu Lok Tung and Cheng Lee Lee.



Yu Lok Tung and her friends.

## The most memorable experience ever

### 6A Yu Lok Tung, Janice

The study tour means so much to me as it provided a chance for me to relax. In the last school year, my life just revolved around schoolwork. This was really stressful to me. This study tour not only has relieved my stress, but it also has broadened my horizons.

The most unforgettable experience for me is meeting my buddy Cass in SMKSK. I am so glad to have met Cass as she is an optimistic girl. She told me a lot about Malay culture. I attended M2 and Mathematics lessons with Cass. The syllabus was quite similar to ours but I didn't understand Malay, so Cass translated what the teachers said to me. I had an enjoyable morning and I didn't want to leave! Although the students and I just met for a morning, we have become friends. Till now, we keep chatting through whatsapp and share our daily life with each other. What is better than having a friend in another country!

This trip has inspired me a lot. Their living standard is lower than ours but they know how to enjoy life. We only live once. If we only spend time working, we will miss the chance to explore the world and know more about ourselves. I hope I can visit more countries so as to become a better me and enjoy my life.



Cass is teaching Yu Lok Tung some Malay and the culture of Malaysia!



The local food is tasty!



## Reflection on my Malaysia Trip

2A Hung Tsz Him

Joining the study tour was a wonderful experience. I enjoyed myself in the tour and I have learnt a lot.

The most remarkable day to me was day 3. On that day, we went to Upside Down House Gallery. The house was interesting! All the things were upside down. We took a lot of photos with different poses. After having fun in the gallery, We went to Chen Ho's Cultural Museum. We learnt about the history of Chen Ho there.

Among all the activities, I think the Seri Kembangan School visit, visit Batu Caves and Chen Ho's Cultural Museum were the most memorable as I could learnt a lot.



We are making the traditional decoration!



What a sunny day! We are melting.

2A Wong Tsz shing

I think the best part of the tour at Day 2. We went back to the hotel early. San, Alvin and I played the bedwar. We were excited and happy. The people there know English and Chinese so we can use my knowledge of English to communicate with the people there. This tour can change my way of thinking of Malaysia. The people are not same of Hong Kong. They are nice, slow and kind! And I think the thinks there are danger before. But now, I think there are good!



Hung Tsz Him and his groupmates.



Yeah! We are upside down!



## A Taste of Malaysia

6A Chan Tsz Lok, Elaine

In July, I joined the LAC Malaysia Study Tour. It was an unforgettable experience for me. The most interesting place I have visited is Royal Selangor Visitor Centre. It was a good place to have fun while I didn't have to walk under the sun. The charming pewter artifacts were displayed. Moreover, all pewter products were handmade. After that, I was given a chance to make a personalized pewter bowls in a traditional way. I made a beautiful bowl and brought it home. This activity was very interesting and I felt satisfied after the handwork finished. I also got a certificate after the experience in 'School of Hard Knocks'. It was definitely an eye opening and amazing experience inside the air-conditioned building.

Malaysia is definitely a wonderful place to visiting. The local people are nice, the historical architectures are full of characteristics and the heritages are gorgeous. I hope that I can visit this country next time.



We experience the school life there.

## Goodbye, Malaysia

6A Cheng Lee Lee

Malaysia is a beautiful country, and I love all the things there. This is not the first time for me to travel abroad, but is the most memorable once.

What impressed me the most is the day that I talked face-to-face with the local students in the SMK Seri Kembangan School, who gave us a tumultuous welcome. The local students are enthusiastic and they showed us around their school. Although their school is very large, the facilities are very simple. No air-conditioning is available in their classroom except the elite classes. Therefore, the school students will work much harder in order to enjoy the air-conditioning. Comparing with our school, I do believe that I study in a comfortable condition. I realized that I need to treasure what I have now.

In the school, I made some new friends too. My buddy Kim Ven is very hospitable and generous. He even gave me some local gifts. I can feel how friendly he is. He introduced a lot of Malaysia culture and the hot spots to me when we were having lunch together. I really learned from him. After that, I had lessons with the local students. all my new friends gave me an enjoyable and memorable experience.



We love Melaka

## Nice to meet you, Malaysia

6A Yip Tsz Ka

This tour is a great learning experience for me. During the tour, I know more about this country. For example, on the third day, we went to Melaka and learnt that the origin of Malacca name is came from a tree. Also, their lifestyle is relaxing. It is very different from Hong Kongers'. I think it is a special culture between Hong Kong and Malaysia.

The most remarkable day for me is day 2. We went to a local school and have the lesson with local students. I had Mathematics and M2 lessons with the students there. The Malaysian students were very enthusiastic. After the lesson, we tried to make the 'Thoranam, the traditional decorations of Hinduism. It is a great opportunity for me to have the first-hand experience in learning Malaysia local culture and taboos.



We are ready for the trip from Hong Kong to Kuala Lumpur, Malaysia.



## Malaysia Tour Reflection

### 6A Au Siu Wun

The Malaysia tour was very amazing. I learnt a lot during the tour and made a lot of new friends. That was an unforgettable trip.

I remember that night before going to Malaysia, I couldn't sleep and kept thinking about the tour. A lot of questions raised in my mind like what kind of Malay food I can try, what kind of people I will make, how will the hotel look like etc. I was really excited.

In the trip, we visited different Malaysia famous tourists attraction such as the Masjid Putra, Petronas Twin Towers, Stadthuy etc. Masjid Putra was the first place we visit. This was a very special mosque which was pink in colour. I wore a pink robe which was required to wear and explored the mosque, every part of the mosque was very beautiful. I took a lot of photos there.

We also visited other religious sites, the Batu Caves which was a limestone hill made up of a series of caves and cave temples. We climbed a steep flight of 272 steps to the caves and I saw some Hindu shrines in the Batu Caves. There were a lot of monkey in the cave and they were very cute.

In the trip, we visited different eateries and tried different kind of Malaysia famous food such as skeners, stir fried clams and Bak Kut Teh etc. They were all very delicious. I also brought different Malaysia snacks such as coconut candy, dodol and muruku etc as souvenirs. My friends and family love them very much.

We also went to Malacca. There were many historic buildings, some of them were well-preserved like Stadthuys. Places like St Paul church and Portugal castle were also preserved by Malaysia government. They were all built by Malaysia previous colonial government and have different architectural style.

The most unforgettable part of the trip was visiting SMK Seri Kembangan School. The schoolmates there were very hospitable. They were very friendly to us that told us a lot about Malaysia. I learnt a lot about Malaysia from them! While visiting the school, we have lessons with the local schoolmates. Also, we have a chance to learn how to make Indian snack muruku which was really fun. I felt very happy at that school.



Malaysian food is tasty.

Looking back, the days spent in Malaysia were wonderful. I have learnt that Malaysia was a multi-racial community that people in Malaysia believes in different religions. Also I have learnt a lot about Malaysia history like its previous colonial government. Besides the above, I could know more about Malaysia eating habits. I think the trip has widened my horizons and let me learn more outside Hong Kong.



Au Siu Wun is having class with the local students.

### 6A Wong Suk Ping

July 2 has been the most exciting moment for me in these years. That morning I departed for Kuala Lumpur, Malaysia for a four-day LAC study tour. Although the flight to Kuala Lumpur was boring, I still had an ebullient heart. We finally arrived at Kuala Lumpur Airport after four hours. Everything was new and fresh to me when I got off the plane. I took a deep breath and smiled as if I was very excited to start my journey.

Weather was really good in Malaysia. Sunny with breeze, it was quite comfortable. We started our first day's schedule right after landing. We spent two days in Kuala Lumpur and another two were in Malacca City. On the first day, we visited a lot of places such as Putrajaya, Masjid Putra, Petronas Twin Square and so on. All these places were really beautiful with British style or European style that caught my sight easily. Most of the buildings were painted with bright colours and I could not stop myself taking a lot selfies. Putrajaya which was a temple painted with pink colour left me an indelible impression. There was a rule that all girls and women had to wear gowns as female had lower social status. It was quite a memorable experience as most girls looked like magicians. My friends and I acted like Harry Potter at that time. I felt quite amazed and funny.

We visited a local school, SMK Seri Kembangan on the second day. The school we attended was very huge, almost three to four times bigger than ours. Hospitable and generous were the best words to describe the students and teachers when I met them. They gave a welcome ceremony and a lot gifts to us which made me feel untrue. Moreover, all of us had a learning session in this school. The learning atmosphere was full of humour and fun which totally released my anxiety. Before we left this school, the teachers and principal served us a plentiful lunch. I was starving when I saw those food and snacks. The best thing I had in this school was making plenty of friends. We swapped our Snapchat and Instagram to keep in touch. I met my buddy, XueLing on that day. She was a cute and kind girl who shared a lot things with me, like family and school stuff.

The scenery and view were superb there. You could take beautiful photos and selfies everywhere. Filter was not needed. We went to Malacca City on the third day. The Malacca River made me fall in love with this city. The view was perfectly amazing and I could not take my sight out of it. Everything was perfect.

I really learned a lot during this tour. The Chinese famous saying, "Walk a million miles worth much more than reading a million books" was really true. I met a lot of new friends and gained a lot of new experiences which I could never get from books or classes. For me, it was a treasurable and memorable experience. I am still recalling the moment in Malaysia and I hope that I can explore this country again in the future.

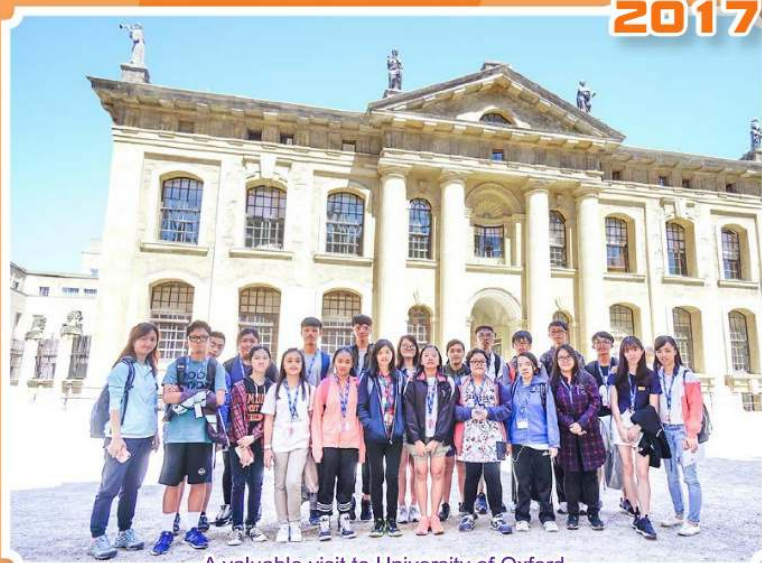


Wong Suk Ping and SMK student.



# British Cultural Immersion Programme

## 2017



A valuable visit to University of Oxford.



Everyone is excited about the trip -  
'London, Sun Hoi students are coming'



Everybody says YEAH!



Abracadabra!



We've completed our International English Course - look at our certificates!



Standing next to the GMT line.

British Cultural Immersion Programme

27



## List of Participants

Teachers-in-charge:	Ms. Queenie Man and Ms. Natalie Ho
2A LAI TSZ HIM, Jeremy	4B SHUEN PIK YING, Kyma
2A LAM TSOI YI, Joey	4B WONG HO YU, Barnabas
2A MI KAR WING, Natalie	4C HO TIK YAU, Silent
2B SO SIN YAN, Cindy	4C YU PUI WA, Rachel
2C HUNG KIT YING, Tiffany	5A CHAN KA YAN, Mavis
4A CHAN CHEUK SHING, Henry	5A LEUNG PAK KONG, Parko
4A LEUNG WING SUM, Irene	5A NG CHUN KI, Kay
4A WONG LOK WANG, Lawrence	5C WONG WAN LONG, Ashley
4B KO HANG TING, Kathy	6A CHEUNG CHUN KI, Lawrence
4B LEUNG WING HIN, Vincent	6C CHANG NGAN KIU, Furness

## Itinerary

Date	Itinerary		Date	Itinerary	
1/7 (Day 1)	Meeting at Sun Hoi / Hong Kong International Airport Flight to London (via Dubai)		8/7 (Day 8)	Morning	Day Tour in Cambridge: Visit:
2/7 (Day 2)	Morning	Arriving Gatwick Airport, London Traveling to University of Greenwich		Afternoon	Kings College Punting
	Afternoon	Orientation Tour English Test (for class allocation)		Night	Movie Night
	Night	Welcome Party	9/7 (Day 9)	Morning	Day Tour to Stratford-Upon-Avon: Visit:
3/7 (Day 3)	Morning	English Lesson (International Class)		Afternoon	Shakespeare's former residence (including admission)
	Afternoon	Campus activities		Night	Music Quiz
	Night	Karaoke Night	10/7 (Day 10)	Morning	Day Tour to Greenwich/ London: Visit:
4/7 (Day 4)	Morning	English Lesson (International Class)		Afternoon	Royal Observatory Maritime Museum
	Afternoon	Universal Studio: The Making of Harry Potter		Night	Musical: Phantom of the Opera
	Night		11/7 (Day 11)	Morning	English Lesson (International Class)
5/7 (Day 5)	Morning	Day Tour to Oxford: Visit:		Afternoon	Campus Activities
	Afternoon	University of Oxford (Christ Church) City Tour		Night	Talent Show
	Night	Quiz Night	12/7 (Day 12)	Morning	Day Tour to Bath: Visit:
6/7 (Day 6)	Morning	Campus activities		Afternoon	Roman Baths Museum & Pump Rooms Stonehenge (including admission)
	Afternoon	English Lesson (International Class)		Night	Casino Night
	Night	Scavenger Hunt	13/7 (Day 13)	Morning	Town Visit
7/7 (Day 7)	Morning	Campus activities		Afternoon	
	Afternoon	English Lesson (International Class)		Night	Flight to Hong Kong (via Dubai)
	Night	Murder Mystery	14/7 (Day 14)	Dismissal at Hong Kong International Airport	



## British Cultural Immersion Programme 2017

The English Department organized the British Cultural Immersion Programme 2017 from 1st to 14th July 2017. Twenty Secondary One to Five students were escorted by Ms. Queenie Man and Ms. Natalie Ho and stayed at University of Greenwich for twelve days. Sun Hoi students polished their English proficiency by enrolling in an international English programme at University of Greenwich, interacting and making friends with students from Turkey, Russia, Italy, Kazakhstan, Vietnam and Poland.

We also had excursions to international renowned universities (University of Cambridge and University of Oxford), historical sites (The Roman Baths, Stonehenge) and Stratford-Upon-Avon, the birthplace of Shakespeare. We had the chance to stand on the historic Prime Meridian of the World at Royal Observatory Greenwich and enjoy the famous musical, 'The Phantom of the Opera' at Her Majesty's Theatre in London.

British Immersion Programme 2017 not only exposed Sun Hoi students to the English-speaking world and develop a love of English and British culture, but also aimed to help our students grow, give them chances to collaborate with others and most importantly to inspire them to **DREAM BIG**, and **SHINE BRIGHT** in their future.



Blue sky, nice sun, cool breeze and a huge grassland, this is University of Greenwich



Getting to know more about the campus



Jane Seymour Court at University of Greenwich - our home during British Cultural Immersion Programme

British Cultural Immersion Programme

29



## On my way to the University of Greenwich

4A Wong Lok Wāng, Lawrence

It was in the afternoon, when I arrived at the airport three hours before departure. Being so excited about the journey, I remembered kept talking to my parents about what I would expect throughout the trip. A moment later, we were ready to board our plane and start an adventure.

I boarded the plane with my friends. We found my seat and sat down, wondering what the university campus would be like. Would there be flowers, trees and a beautiful garden with all kinds of nature? Would we be sitting on the grass admiring the skies? On the coach to University of Greenwich, I looked out the window and saw amazing views of England. The trees were much brighter. The fields were massive, and there was livestock everywhere on the grassland. I even saw a castle a few miles ahead. It was in the afternoon when we finally arrived at the University of Greenwich.



Enjoying our lesson



Happy Birthday Boys!



Parents, siblings and grandparents came to see us off



## The people I met in Britain

6A Cheung Chun Ki, Peter

During the trip, I encountered a sea of people and some of them became my new friends. In fact, I wondered if I could chat with them when I resumed my normal life, and successfully keep in touch with them.

We stayed at the campus of the University of Greenwich for 14 days. There were a lot of pupils from different countries like Turkey, Italy, Kazakhstan, Vietnam, etc. I was really excited when I spent my days on campus because I'm a talkative person and I love chatting with others very much, particularly with foreigners.

The first foreigner I talked with was an Italian girl, I still remember the moment. One morning, I was having breakfast in the canteen with Parko. I realized that some people were looking at me and when our eyes met, they ran towards us immediately and asked us a lot of questions like where we came from etc. I was shocked by their reaction. Perhaps this is the major difference between Hong Kongers and westerners. They were friendly, hospitable, generous, and good-humored. We exchanged our contacts and I had the most wonderful morning during the whole trip.

The next group of people I met came from Turkey. Honestly I didn't know much about Turkey so I was curious about this mysterious country. One night, we were assigned into different groups to accomplish a mission in the group activity. Our group was formed of Sun Hoi students and Turkish girls. It was quite a nice group for me. We collaborated and completed the task as fast as we could. We built a human pyramid and since Parko and I were the only boys in the group, we had to be at the bottom. We stayed at the café and shared with each other the culture and language of our countries. I even learnt a few phrases in Turkish! "Merhaba, Arkadaş" (Hello friends).

The last group of people I met in Britain were neither foreigners nor locals, but Sun Hoi students. To be honest, I had no friends going to Britain with me so I was quite lonely on the way to the airport. Since Ms Man and Ms Ho asked me to be one of the student leaders of the trip, I tried my very best to get to know every younger student in the trip as soon as possible. Sun Hoi is definitely a big family. Parko, Ashley, Jeremy and I were always together in Britain. I called us the 'Sun Hoi Boys' Club' and we are brothers now!



We enjoyed traditional British breakfast every day



Fish and chips and pizzas - which one do you prefer



Meet our Italian friends



Brothers from Hong Kong and Vietnam



Peter and Parko - Sun Hoi brothers in Greenwich



Human Pyramid - Hong Kong and Turkey team



Rengin and Yagmur, (from Turkey), Parko and Peter

## Traditional British Food

4A Wong Ho Yu, Barnabas

During the summer, I went to England with Miss Man, Miss Ho and my schoolmates. I learnt a lot of things about England, including its culture. Everything in England amazed me and it is very different from Hong Kong.

When I arrived in England, the first thing I ate was fish and chips. Fish and chips are common take-away food in England. People usually eat chips with different kinds of sauces, which make them more delicious, while the fish is just fried in hot oil with butter. Although it is very attractive and tasty, it is not recommend to be eaten very often.

I tried a traditional English breakfast as well. My breakfast was a few pieces of hot toast and a bowl of cereal, as well as bacon, sausages, fried eggs and baked beans. As for drinks, people in England usually have a cup of hot Earl Grey tea or coffee. During my stay, I had a traditional British breakfast every day, I liked it very much and thought it was better than what I eat every day in Hong Kong.

The traditional food in England really impressed me. If I had a choice, I would stay in England for a longer time and try more British food.



## Punting in Cambridge

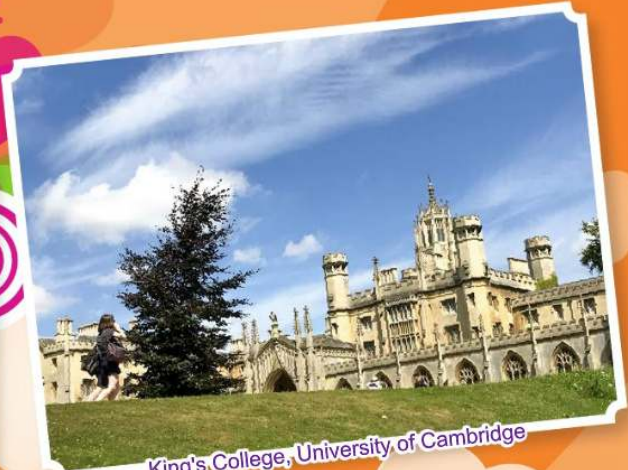
4C Ho Tik Yau, Silent

It took us two hours to get to Cambridge, but it is worth doing so because I got the chance to experience punting. My friends, Ms Man, Ms Ho and our activity leader, Jess took the same boat. The breeze was refreshing. Our chauffeur, David took us on a 30-minute ride on River Cam. He wielded the long pole to keep the boat going. We had an interesting and informative tour focusing on the 'riparian colleges', famous alumni and Cambridge history while we enjoyed the magnificent sights such as Kings College Chapel, The Bridge of Sighs and New Court St Johns.

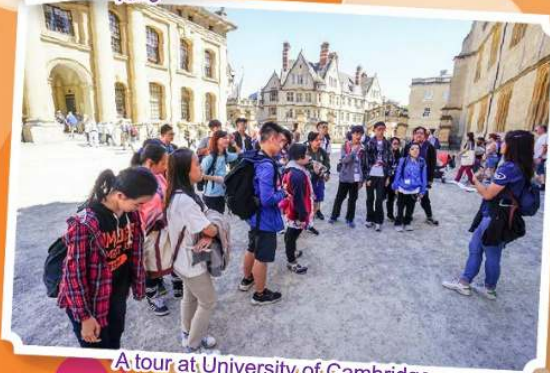
"Quack! Quack!" "Quack! Quack!" What's that sound?

Look! Big ducks and baby ducks were swimming on the River. Suddenly, an adorable little yellow duck swam towards our boat. I caught this precious moment with my "non-professional camera" and sadly, the photo was blurred.

Punting in Cambridge was the best activity I did during the trip. I wish to visit River Cam with my family again!



King's College, University of Cambridge



A tour at University of Cambridge

## University of Cambridge

2A Lam Choi Yi, Joey

Punting on River Cam was a really unforgettable experience for me. Our tall chauffeur propelled our boat with a long pole, and introduced the views and history of the buildings beside us. It was very exciting as sometimes I was splashed by the water from the river. There were many ducks on the river. I thought they must be very smart since they are "Cambridge ducks". I fed them with sandwiches and they seemed hungry because they all fought for the breadcrumbs. The little ducks were sad as they were not strong enough to compete with their older companions. I threw the breadcrumbs out to the little ducks, hoping that they enjoyed a nice meal too.

31



Say cheese



Our first punting trip



Duck feeding



## Harry Potter is RIGHT in front of me!

4B Leung Wing Hin, Vincent

On July 3, I was very ecstatic that we could have an excursion to the Warner BROS studio, "The Making of Harry Potter". It took about 2 hours to get to the studio by coach. When I received the tickets and was ready to get in, suddenly I saw Harry Potter standing at the entrance. I felt flabbergasted and I almost screamed out. And he took the initiative to say 'Nice to meet you' to me. I was so astonished but mortified. I couldn't communicate with him well as my English was not very good. Harry Potter said I could have a chance to have a date with him. What an honor! It was like a dream!

Harry Potter was going to turn me into a wizard! First he taught me how to use a magic wand and then some simple incantations. They were quite useful and I could use them to trick my friends. Then, he taught me how to ride on a flying broom. I had never imagined I could fly in the sky. My dream came true! Finally, he brought me to see the Griffin. It was very friendly and it looked so domineering. It was a marvelous and unforgettable experience. I hope I can see Harry again.



Flying Firebolt



I've got magic power!



See, that's Ravenclaw's uniforms!



## Welcome to the world of magic!

5A Ng Chun Ki, Kay

Oh my God! Warner Bros Studio - The Making of Harry Potter is really an amazing exhibition of the iconic props, sets and costumes used in the Harry Potter film series. One of the most special features is the Platform 9 ¾. The real Hogwarts Express was right in front of me. I couldn't help but jump on it. I could imagine Harry, Ron and Hermione chatting happily in one of the compartments; the Dementors wandering in the corridor and the fierce fight between Harry and Draco.

Buildings like The Great Hall at Hogwarts, Harry's home, Diagon Alley and The Three Broomsticks stood out vividly in London and of course, I visited all of them! I love The Great Hall most, it's the place students have their meals and receive daily owl posts. Special events like the house sorting ceremony and Halloween feast are held there. I took many photos with the costumes (e.g. Hogwarts uniforms and robes worn by the teachers).

I also got the chance to fly Firebolt (which is the broomstick Harry used) and had a short interactive flight in London. It was amazing!



On Hogwarts Express



'Sorting hat, which house do I belong to?'



We're waiting for Hogwarts Express.



It's selfie time!



## Harry Potter - my favourite character!

2A Mi Kar Wing, Natalie

I didn't even know what London was like before I went on the British Immersion Programme. This was my first time to visit England and I learned a lot about this beautiful and fascinating place from my trip.

There are lots of fantastic places for you to explore in or near London. For example, Stonehenge, Greenwich Park, Warner Bros Harry Potter Studio, the famous "Big Ben", Covent Garden, Her Majesty's Theatre and many more. My favourite place was the Warner Bros Harry Potter Studio because I saw a lot of fantastic movie effects, and even the Knight bus that is used in the Harry Potter film series. I felt like being one of the actresses in the movie while I was visiting the studio. We also enjoyed the famous "butter beer" and bought lots of fantastic souvenirs.



Jeremy and Ashley on The Wooden Bridge of Hogwarts Castle



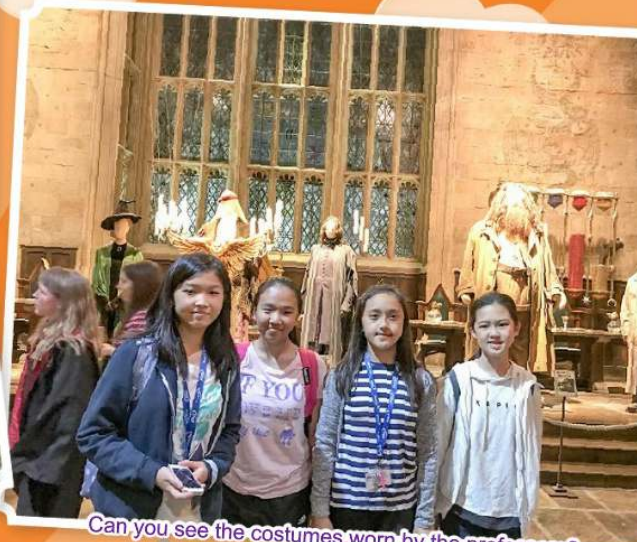
Which one is better?



butterbeer - delicious



'Yum' said Furness and Irene.



Can you see the costumes worn by the professors?



We were so excited about the show!



## My first musical: Phantom of the Opera

5C Wong Wan Long, Ashley

In the evening of 10<sup>th</sup> July, my friends and I went to Her Majesty's Theatre in London to enjoy the renowned musical **The Phantom of the Opera**. The theatre was full of musical lovers and some people even dressed up for the night. I loved the musical a lot, especially the scenes related to the chandelier. Since we were sitting right under the chandelier, we were amazed when the chandelier fell right on top of us! How fascinating it was!

My favourite character is Phantom. He is handsome and he sings beautifully. Although his face is covered by the mask, he could still convey his emotions through his speech, singing and his actions. It was touching to see Christine kiss the Phantom. Although I like Phantom, I believe it's better for Christine to stay with Raul at the end of the musical. Besides, the songs, sets and props were beautifully designed and arranged that we all had a good time that night.



## Standing on the GMT line

4A Leung Wing Sum, Irene

As everyone knows, the GMT line is the Greenwich Mean Time line which means solar time at the Royal Observatory in Greenwich, London. GMT was formerly used as the international civil time standard. Hong Kong uses it as well.

I did feel funny when I was standing on the GMT line because I was just thinking that 'oh, the line cut me through into two different time zones.' But I have a different feeling now. Human beings are always self-conceited. We always think that everything is under control, but the fact is completely different. We

may lose something or someone that we love in a moment.



The only feeling that the GMT line gives me at this moment is that I have to treat time as a treasure. There is a saying in Chinese:但願人長久 千里共嬋娟 which means 'whenever it is and wherever you are, I'll always stand by your side and pray for you'.



Barnabas, can you see Jupiter?



## A day with Shakespeare in Stratford-Upon-Avon

4B Shuen Pik Ying, Kyma

It was lucky that we joined a day tour to Stratford-Upon-Avon, which is the birthplace of the famous British playwright and poet William Shakespeare.

Do you know what Shakespeare's home is like? The house where he was born and grew up was very big. A lady dressed in clothing in Shakespeare's times told us tales of Shakespeare's family life. We visited his bedroom, the birth room, kitchen, living room, children's room and the garden behind his house. There's also a live theatre outside and professional actors and actresses performed for all of us.

The gift shop is never a disappointment. I found Shakespeare's mugs, bowls, action figures, playing cards, paperweights and even a bust of Shakespeare! Shakespeare is a significant figure in British literature. Shakespeare's script and works have been translated to different languages for people around the world. Romeo and Juliet, Hamlet, Macbeth, King Lear and Othello – I'll definitely read them all!

## The Roman Baths

6C Chang Ngan Kiu, Furness

The Roman Baths complex is a site of historical interest in the English city of Bath. The house is a well-preserved Roman site for public bathing. The Roman Baths are below the modern street level. There are four main features: the Sacred Spring, the Roman Temple, the Roman Bath House and the Museum. The buildings above street level date from the 19<sup>th</sup> century.

The water in the Great Bath is a beautiful green colour, many visitors are so curious that they may want to drink it, but the water in the Great Bath is completely untreated and unsafe to drink or even to touch. After visiting the Roman Baths, I went into the gift shop, which is full of interesting and exclusive gifts. I bought a few bars of soap and a bottle of Roman Baths water for my friend. Would you like to try it?





## Effective ways to kill time at Dubai Airport

2A Lai Tsz Him, Jeremy

Waiting for a flight is exhausting. Sometimes, the flight may be delayed and then you have to wait for a couple more hours. Let me share with you some effective ways to kill time in the airport.

### 1. Playing Board/Card Games

You can play board/card games such as Scrabble, Monopoly, UNO and Poker with your friends, parents or even teachers when you are waiting at the airport.

### 2. Duty free shopping

The best thing to do in the airport is to go duty free shopping when you have nothing to do. This is also the last chance for you to buy souvenirs for yourself and your friends.

### 3. Having a meal

This is going to be the last special meal in the country you have just visited. Do you know how much a McDonald's Big Mac Combo costs in Dubai? (Answer can be found at the bottom of this page)

A Big Mac Combo costs AED 27, that's HKD57.5!



What much is a Big Mac Combo at Dubai Airport?

## What are you waiting for? Let's go shopping in England!

4C Yu Pui Wa, Rachel

Hong Kong is known as the Shopping Paradise, but I found England a better place for shopping. Let me share my shopping experience with you all.

### Harry Potter Merchandise

Who's the most famous British hero among kids? HARRY POTTER!

In Warner Bros Studio Tour London: The Making of Harry Potter, I could buy a range of specially selected collectible items, replica wands, confectionery, apparel and much more. My friends and I couldn't stop shopping and we stayed at the studio shop until 9:30 p.m..

Look what I bought! A cup of butter-beer, Hermione's magic wand, and a key ring.

### Books, books and books

England is rich in history and it's the best place to get merchandise of the famous playwright Shakespeare. Thought of getting a copy of Romeo and Juliet, The Merchant of Venice, and Hamlet? Just visit a book store, some books are on sale and they cost only £3.99. Ms Man and Ms Ho bought more than 15 books and they told me that the best way to improve my English is to read more, so I bought a few as well.



We are all wizards and witches.



I'm ready to learn more spells.



The boys are mesmerised by magic.

### Covent Garden: Candies and magic products

My friends and I were amazed by the number and types of candies we found in the Sweet Shop in Covent Garden. I bought British confectionery, chocolates, crisps and tea for my family. We also visited a small magic shop. After we enjoyed a show of magic, Barnabas and Henry bought a pack of magic poker and a fake cigarette to play a prank on others.

I had many unforgettable experiences, gained new knowledge and made new friends during the tour, this's why I loved the British Immersion Programme very much.



## The stones can TALK!

4A Chan Cheuk Shing, Henry

**(After sunset)**

Charles: Ah! What a good sleep I have! Where's the toilet?

What the...! What has happened to me? Why have I become a huge rock? Help! Help! Somebody!

Edmund: You're so noisy. Don't disturb me!

Charles: Something horrible has just happened! We have all turned into rocks!

Edmund: Fine, it is not a problem....WAIT WHAT? You mean we are no longer human and we have become rocks?

Charles: Yes.....

Edmund: No!!!!!!

Vincent: What is going on? Why have I become a rock? I remember that I was looking at the stars in the sky, and I fell asleep.

Edmund: Me too!

Henry: Calm down! Just calm down! It looks like something strange has happened. Let's tell the others who we were before we turned into stones. It may give us some hints on how and why we were turned.

Charles: I'm Charles, Charles Darwin. In 1877, I traveled to Stonehenge to conduct a research on a subject that had long fascinated me: earthworms. During my visit, I put objects in the soil over time, observed how a fallen stone at the ancient monument had sunk deeper into the ground as a result of the activities of the lowly creatures, who continually churn through the soil. And as the experiment was too long, I stayed there overnight and then I returned.

Edmund: My name is Edmund Antrobus. I was the owner of the land on which Stonehenge is situated. In the early 1900s, my son put up a fence around the prehistoric monument and visitors were charged an admission fee. At that time, we were a rich family.

Vincent: Well, I am.... I am... I forgot my name. I don't know who I am. What's my name?

Charles? Edmund? Vincent?

Vincent: This site is familiar. Oh, I helped build it, the Stonehenge! I was pushing a rock onto the mountain when a thunderbolt came down.

Henry: Looks like you guys are from Medieval times. There may be others who turned into rocks as well.

**(An UFO comes down when they are searching for others)**

Alien A: Look! These stones are moving!

Alien B: They are talking too!

Alien C: Oh! Looks like our spell has worked on them. Mission completed, over!

**(The UFO left)**

Charles: Did you hear that? I heard someone speaking.

Edmund and Henry: There are no more stones like us. By the way, who are you? (*Looking at Vincent*)

Henry: I am a student from Hong Kong. I visited the Stonehenge during my British Immersion Programme, I was taking photos of Stonehenge with my iPhone 7 and it got foggy. The mist blocked my view, I couldn't see my friends and teachers. I tried to text them but there wasn't any Internet connection ...

Charles: What do you mean? What's an i... iPhone?

Edmund: How do you text others? Is "text" a piece of work?

Vincent: And what's Internet? Is it a new kind of net?

Henry: Nevermind. (*murmuring to himself*) There's no technology in Medieval times. There's no Internet, no iPhone or Android ... Where's my iPhone ??



Stonehenge



## Making friends with students around the world

5A Chan Ka Yan, Mavis

This is my first trip to Europe and I stayed at University of Greenwich, England without my parents for two weeks. Sun Hoi students took part in English lessons, sports sessions and different activities with students from different countries. Thus, I got more chances to interact and communicate with others in English.

On the first day, we had a fashion show and we made use of newspaper to design a Chinese traditional costume for Barnabas, our Sun Hoi model. Bebe, our activity leader, worked with us and everyone shared ideas and helped make the costume. On the third day, I met some new friends from Turkey. Duygu, Rengin, Sila and Yagmur were my groupmates in the scavenger hunt. We cooperated and took many photos with each other. We stayed behind after the scavenger hunt and talked about our lives, cities and Korean pop stars until 11p.m.. Since then, I texted them and we met every day after dinner for a chat.

In addition, I met another new friend from my English class, Elizabeth from Russia. She is at the same age as me but she is much taller. Her eyes are blue, that are very attractive! Since each group joined and left the campus on different days, I was lucky enough to be able to take photos with all of them before they departed the campus.

This is the most memorable study tour I have ever joined. I learnt a lot and made many new friends during this time. I am looking forward to the next Sun Hoi English study tour.



We are about to board - see you all again in England



Meet our friends from Turkey



Ms Man, Ms Ho and Ms Buket from Turkey



Thank you Makhey and Bebe, our activity leaders, for taking care of us at the university.

## WHAT IMPRESSED ME THE MOST

4B Ko Hang Ting, Kathy

From July 1 to July 14, I travelled to England on a study tour. We all stayed in the University of Greenwich Avery Hill Campus. What impressed me most during the trip is the environment in Britain. The air in Britain is fresh. From my observation, I think there are three reasons for it.

**Look! It's a big tree**



First, I have seen meadows many times when we were on the coach. Meadows are not common in Hong Kong. I think plants are important as they release fresh air.

**The air is fresh here!**



Secondly, the buildings in Britain are not as tall as those in Hong Kong. Tall buildings trap the polluted air and block fresh air and sunlight.

Thirdly, I found that the toilets in Britain mostly do not provide toilet rolls. I am not used to it. However, I think it is a good way to reduce paper waste and protect the environment.

**No tissue but hand dryers**



What's more, when I was walking in London, I saw some office workers riding bicycles. I guess they were riding a bike to work. I think it is a good habit to protect the environment as it reduces exhaust fumes. The trip to Britain really widened my horizons and I really enjoyed it. It was a good experience for me.

**Making funny faces in a team activity**





# 「遼港青少年夏令營2017」 遼寧省協聯會、東華三院合辦

遼寧省協聯會和東華三院於7月30至8月4日合辦「遼港青少年夏令營2017」，由遼寧政協港澳台僑委員會副主任王樂得先生及遼寧省政協常委何超蓮小姐擔任榮譽團長、遼寧省政協委員劉家麟先生擔任團長和3位副團長，帶領東華三院辛亥年總理中學及伍若瑜夫人紀念中學共35名師生參與6天考察交流活動，讓大家深度認識東北遼寧歷史文化。



兩地學生在玩破冰遊戲

是次夏令營團長們在百忙中抽空親自帶團，事前悉心規劃豐富、精彩的行程，交流團所到之處是非一般人士可參觀考察的。例如：學生參訪「瀋陽師範大學」了解京劇的源由，學習如何欣賞此門藝術，並試穿著戲服，模擬劇中人物手勢造型。以往學生只能在電視上看到的金牌運動員、金牌教練，卻可在「遼寧省體育局柏葉訓練基地」跟他們對話、拍照，觀摩他們訓練，更在他們指導下，嘗試槍械射擊、打手球等運動。

此外，團長們特意安排學生乘搭高鐵到丹東市（位於中國海岸線最北端的邊境城市）考察，讓學生大開眼界。他們第一次踏足最著名的鴨綠江，實地觀察北韓土地；又登上中國萬里長城最東端的起點——虎山長城。這真是令人難以忘懷的體驗！

本校周慶中校長、梁雲鳳老師、王翠屏老師及15名高中學生，除參觀瀋陽市、丹東市景點外，交流團亦參訪姊妹學校——遼寧省實驗學校。姊妹學校張校長、楊副校長和師生們熱情的招待，先讓兩地學生進行破冰遊戲，互相了解，互換見面禮，並結伴參觀校園，交換聯絡方法，建立友誼。之後，由姊妹學校老師在錄播教室授課，使學生了解東北的文化和方言，例如「嘎哈」、「擁護哈」之類的有趣短語，這對學生實在是難得的寶貴經驗。



離開遼寧機場合照



姊妹學校張校長及楊副校長與學生留影



金牌教練講解射擊要領



古生化博物館



團長們與師生在鴨綠江「斷橋」留影



瀋陽師範大學教授指導京劇造型



吳總主任致送紀念品給瀋陽師範大學



學生在總結分享會落力表演



遼寧省政協主席夏德仁先生與交流團合照





## 行程表

日期	行程
30/7 (日)	香港東華訪問團乘夜機凌晨抵達瀋陽機場。
31/7 (一)	1. 香港東華訪問團前往遼寧省實驗學校，啟動回訪儀式：青少年交流、破冰遊戲、體育比賽 2. 東華學生與遼寧省實驗學校學生在食堂共進午餐，深入暢談了解當地飲食文化 3. 東華學生在錄播教室接受遼寧省實驗學校教導，上了一課中國近代史 4. 前往「清昭陵」參觀
1/8 (二)	上午前往「瀋陽故宮」、「張氏帥府」參觀 下午前往瀋陽師範大學雕塑園、古生物博物館、京劇院參觀 傍晚遼寧省政協領導會見香港東華訪問團，學生代表致謝辭
2/8 (三)	上午乘高鐵前往丹東市參觀，游覽「鴨綠江」、「斷橋」 下午前往「虎山長城」、「一步跨」參觀，乘高鐵返回瀋陽市
3/8 (四)	上午前往遼寧省體育局柏葉訓練基地觀摩運動員訓練，並在運動員飯堂用膳體驗運動員專享的食品 下午前往遼寧省科技館參觀並觀看4D影片
4/8 (五)	上午總結分享會，東華學生向團長致送紀念品 下午前往機場，返回香港，愉快旅程完結



辛亥同學登畢虎山長城



遼寧省政協各領導會見師生



遼寧省實驗學校圖書館



何超蓮榮譽團長與師生在「斷橋」末端合照



與金牌游泳選手合照



學生一嘗射擊運動



五中、六中與遼寧省實驗學校互贈紀念品



兩位同學所穿的戲服價值不菲



## 遼寧省實驗學校啟動儀式

抵達遼寧省翌日，我們即前往遼寧省實驗學校進行啟動儀式及破冰遊戲。



紅隊合照



青隊合照



藍隊合照



大家手牽手，一起構思致勝之道



文穎怡副主席致辭



兩校的學生已經準備好了！



遼寧省實驗學校老師向大家說明遊戲玩法

## 參觀校區及課堂體驗

在遼寧省實驗學校同學的帶領下，我們參觀了校區，並共進午餐，後來還上了一節中國近代史課堂。



新穎的綜合樓



姐妹學校的課室與我們差不多吧！



秘密基地——校史室



浩瀚的書海



同學們都專心致志地聽課



同學們在精心設計的圖書館留下倩影



共進午餐，和樂融融



如此精彩的課堂，當然要拍照留念



## 我們認識了的遼寧省實驗學校新朋友

## 新朋友專訪 4A 江冠霖

遼寧省實驗學校新朋友：陳奕展 年級：初二

我的小伙伴為人很友善，在活動中表現很積極，他也很爽直，有甚麼意見都會提出來。我們找到了許多共同點，例如我們都喜歡射擊、喜歡在假期玩電腦遊戲，還有我們的數學成績都比較好。

他也很樂意告訴我他的家庭生活——他有一個正在上小學的弟弟，因為父母工作很忙，所以他經常需要幫忙照顧弟弟。他又跟我分享了他最愛吃的一道菜，就是鍋包肉，味道酸酸甜甜的，總能讓他胃口大開。

在吃飯的時候，我們互相教授對方的常用語言，我教他廣東話，他教我東北話。聊著聊著，我們就要到學校的四樓學習了，我立即和他交換了聯繫方式，希望未來我們可以繼續分享彼此的生活趣事。



江冠霖與陳奕展

## 新朋友專訪 4A 李凱琳

遼寧省實驗學校新朋友：張衡樂 年級：初二

衡樂主動打開了我們對話。本來我還擔心自己的普通話太差，會阻礙我們溝通，豈料我們很有默契，我跟他對話完全沒困難。

在玩第二個遊戲的時候，我們需要尋找大家的共通點。雖然我是女孩，他是男孩，但是我們的性格、喜好卻十分相似，我們有效率地完成了遊戲。然後我們就開始閒聊，由此我更了解他，原來他只比我的弟弟大一年！若他不告訴我，我根本就看不出，因為他比我還高。

在參觀學校的時候，我看到他們平常的學習環境，也深深感受到他們濃厚的學習氣氛。我還跟他們進餐、聊天，建立友誼。

經過這次的活動，我了解了不同地方的學習氛圍與環境。如果再有機會，我希望可以了解更多當地人的生活。



李凱琳與張衡樂

## 新朋友專訪 4A 高燕儀

遼寧省實驗學校新朋友：李佳豫 年級：初二

在夏令營的第二天，我們去了遼寧省實驗學校與當地的學生交流。當天我們透過遊戲認識了我們的小伙伴，在聊天的過程中，我發現他們的生活習慣與香港截然不同。

在家庭方面，她的家是傳統的住宅，即是家裡有一個大坑那種，冬天時，一家人就會坐在暖暖的坑上與家人分享美食。另外，他們吃飯的時間是固定的，而且他們習慣每一頓都只吃七分飽。我問她為甚麼要這樣做，她笑著說可能是因為比較健康吧。我還得知，傳統的家庭會用柴來生火煮飯，煮出來的菜味道特別香。

學習方面，我本以為他們每班有四十多人，而且須進行「晚修」。豈料她聽到後就笑了起來，她說他們每班的人數與香港差不多，而「晚修」則沒聽過，他們的學習生活一直都是輕鬆而愉快的。

這天我發現當地的學生都很友善、豪爽，大家相處時感覺很舒服。如果有機會，我想再次到遼寧認識更多新朋友，了解更多當地的文化。



高燕儀與李佳豫

## 新朋友專訪 4A 黃鴻榮

遼寧省實驗學校新朋友：林佳霖 年級：初一

佳霖是家中最小的成員。她喜歡打籃球，她是一位天生的運動員，她從小學到初一直都是學校女子籃球隊的成員，辛苦的訓練使她瞭解到團隊合作的重要。

除了打籃球，她也用心學習英語。佳霖爸爸是一間貿易公司的老闆，精通多國語言，他經常提醒佳霖學習語言的重要性，尤其是英語，而佳霖從小對英文有著濃厚的興趣。她一直想去美國，體驗當地的文化，並融入當地的生活。為了實現這個願望，她除了在學校努力學習英語外，還會閱讀課外的英文書籍，參加英文話劇比賽及英文歌唱比賽等，在比賽中曾取得很好的名次，她希望英語能力能更上一層樓。

我認為佳霖絕對是一個充滿活力、樂觀積極的學生。



林佳霖與黃鴻榮

## 新朋友專訪 4B 陳靖文

遼寧省實驗學校新朋友：陳可馨 年級：初二

可馨是一位熱情、開朗的東北人，我們初次見面，她態度友善，主動和我聊天，我們更互相分享彼此的日常趣事。

在聊天時得知我們都是懂得游泳、字體寫得端正和有禮貌的人。她告訴我她喜歡讀書和寫書法，而且擅長彈鋼琴。

由於校內學習風氣好，又注重教育質素，給予每位同學展示自我的機會，可馨樂在其中，成績處於上游；加上和同學相處融洽，可馨說校園生活很快樂。而在家中，她雖是獨生女，但有父母的關愛，以及堂、表兄妹的陪伴，所以她覺得自己是一個挺幸福的女孩。

雖然我與她相處的時間很短，但我覺得她是一位值得交的朋友，即使我們分隔兩地，仍可彼此關心、互訴心聲，希望將來我們再有機會相遇。



陳靖文與陳可馨



## 新朋友專訪 5A 江淑君

遼寧省實驗學校新朋友：田麗莎 年級：初二

在破冰遊戲剛開始之際，我立馬跟她相遇，成為全場第一對成功搭配的「有緣人」！麗莎非常健談，雖然她才就讀初二，卻跟我很搭得來，我倆有無數共同點。直至今現在，我仍記得麗莎跟我同樣喜歡物理，我們都喜歡彈鋼琴，我們都曾是田徑隊隊員。

我本來就不是個懂得交際的人，更遑論要用一種我不擅長的語言跟當地人溝通，所以跟麗莎言談間，我總是結結巴巴的。然而，她卻沒有嫌棄我，反而在冷場時不斷找話題跟我聊，也努力理解我的說話。

當我們要為粉隊想隊名時，麗莎問我是否想到些甚麼，我說：「要不就命名為『粉不顧身』吧？」她二話不說就轉述我的話給大家聽了。說真的，我真羨慕她身上總散發出一種領袖的風範，把隊員沒有勇氣說出的事情傳達，推進隊伍的進度。

我感到無比幸運，中國這麼大，緣份把我和麗莎牽上，讓我認識到一位如此開朗、熱情的女孩。在活動快要完結的時候，我們留下聯繫方式，讓我倆僅一面之緣的友情得以延續下去，成為姊妹學校中的一對「姊妹」。



江淑君與田麗莎

## 新朋友專訪 5A 陳蔚淘

遼寧省實驗學校新朋友：劉晴 年級：初一

在尋找「有緣人」的活動中，雖然我們較遲才找到對方，剛見面時有點尷尬，但在交流共同興趣的環節後，我發現他是一個開朗的人，我們非常合得來。

當我問他最擅長的科目時，他幽默地說自己所有科目成績都很好，他的回應讓我哭笑不得，但成功化解了尷尬的局面，消除了我們之間的隔膜。後來，我更加知道他喜歡擊劍。擊劍在香港不常見的運動，他跟我分享了很多關於擊劍的事情，令我大開眼界之餘，更加深了對他的認識。

到了午飯時間，他主動找了位置與我一同進餐；在排隊取食物時，他更幫我拿了盤子及餐具；吃飯時，他也為我介紹學校飯堂的不同菜式。他的熱情款待令我非常窩心，也令我們的友誼更深厚。

雖然我們年紀相差頗遠，但仍非常投契，最後我們還交換了聯繫方式。我真希望可以有機會再到訪姐妹學校，與這位「有緣人」再次見面。



劉晴與陳蔚淘

## 新朋友專訪 5A 雷宗諺

遼寧省實驗學校新朋友：劉家諺 年級：初一

到訪了遼寧省實驗學校那天，我認識了一位新朋友，他的名字叫劉家諺，是一位就讀初一的男生。我和他有不少共通點：我們都愛運動，愛閱讀。

他非常友善，雖然我們在遊戲中落敗了，但他沒有失落，還反過來安慰我。他也非常熱心，午飯後帶我參觀了校園。我相信我們的友誼會長存不衰的。



劉家諺及其友人

## 新朋友專訪 5A 黃淑萍

遼寧省實驗學校新朋友：王楠熙 年級：初二

七月三十一日當天，我們前往遼寧省實驗學校探訪姊妹學校的老師和同學。當天，我們與友校的師生進行了一系列的交流活動，包括破冰遊戲、體育比賽等，我更於尋找「有緣人」的活動中，認識了我的新朋友——王楠熙。

我常叫她的洋名 Nancy，因聽下去較為親切，彷彿拉近了我們的距離。透過「有緣人」的活動，我得知我倆有著相似的嗜好——她跟我一樣有學習樂器、愛運動和愛吃美食，可以在遼寧找到一個知音人，實在難得。楠熙是一位很活潑可愛的女生，我不知不覺中也被她的熱情和主動所吸引，每次分組活動中，她總是拉著我當先鋒。後來，她還拉著我遊覽學校，樣子興奮地一一向我細說學校的設施。

楠熙說她家裏即將添加一名新的家庭成員，她還問我她的母親年紀這麼大還懷孕是否很厲害。我頓時笑了出來，她真是一個既率直，又富有幽默感的女孩。

我們只在姊妹學校停留了半天的時間便要離開了，我感到十分不捨。幸好，我與楠熙互相交換了微信，我們可以透過通訊程式再聊天。我真的很高興認識到楠熙這位新朋友！



王楠熙與黃淑萍

## 新朋友專訪 5A 鄭莉莉

遼寧省實驗學校新朋友：宋穎伊 年級：初一

抵達遼寧省翌日，我們參訪了著名的遼寧省實驗學校。在這裡，我和姊妹學校的同學進行了破冰遊戲，互相瞭解，交換禮物，並且成為了好朋友。

雖然我的「有緣人」才就讀初一，和我相差了好幾歲，我們之間卻有說不完的話題。我訪問了穎伊家庭及學習情況。家庭方面，穎伊有一位哥哥，他們的感情十分深厚。每個月都會有家庭聚餐，以增進父母和子女之間的溝通和感情；每當他們家吵架時，他們都會冷靜相談，而不是在衝動之下互相責罵，可見他們的家庭十分和諧。

學習方面，穎伊的成績在學校一直名列前茅，每次都能考取佳績。當然學習成果來自她的努力，她每天都堅持五點起床溫習，因為早上的記憶特別深刻；下課後還會主動去請教老師自己沒聽懂的地方，她真是一個堅毅刻苦的好學生。

此次活動讓我幸運地結識了這位「有緣人」。希望日後有機會，遼寧實驗學校的學生也能來我校參觀，讓我帶領他們認識香港這個美麗的地方。



鄭莉莉與宋穎伊



## 遼寧省旅遊景點剪影

清 昭 陵：清昭陵是清朝皇太極以及端文皇后博爾濟吉特氏的陵墓，是清初「關外三陵」中規模最大的一座。  
 瀋陽故宮：瀋陽故宮是中國僅存的兩大宮殿建築群之一，又稱後金故宮、盛京皇宮，距今已近四百年歷史。  
 張氏帥府：張氏帥府又稱「大帥府」或「少帥府」，是張作霖及其長子張學良的官邸和私宅。



來到歷史文化氣息濃厚的張氏帥府，當然要與吳總主任合照留念



屹立的皇太極雕像



五爪雙龍下的合照，實在霸氣！



張氏帥府前也要留下我們的印記



我們都很高興可以參觀清昭陵！



我要與珍貴的古董車合照！



朝氣勃勃的辛亥四小花



清昭陵——正紅門



給個讚吧！



走了二十多分鐘，我們終於抵達清昭陵的主體部分



## 參選瀋陽師範大學及各重點展館

**瀋陽師範大學：**瀋陽師範大學是一所涵蓋哲學、經濟學、法學、教育學、文學、理學、工學、管理學、藝術學等九大門類的多科性省屬重點大學。

**遼寧省科技館：**遼寧省科學技術館是遼寧省科協直屬事業單位，是一座集科普教育、科技交流、休閒旅遊為一體的綜合性科技館。

**古生化博物館：**古生物博物館是由遼寧省國土資源廳和瀋陽師範大學共建的，是截至2011年中國規模最大的古生物博物館。



我們也是小恐龍哦~



老師協同學穿上  
正規的服裝



害羞的花旦，  
俊俏的小生！



師範大學的老師  
向我們介紹京戲



師範大學音樂學院的中樂表演，  
令人聽出耳油！



瀋陽師範大學外的合照



由校長主持的拔河大賽，大家要加油啊！

## 暢遊丹東市

**鴨綠江：**鴨綠江原為中國內河，現為中國和朝鮮之間的界河，河口目前為雙方共用。

**鴨綠江斷橋：**丹東鴨綠江大橋是橫跨中朝兩國的國境橋。它曾歷經抗美援朝戰火的洗禮，是一座歷史的豐碑。

**一步跨：**「一步跨」位於中朝邊界，是邊境地區對兩國國土之間只隔一步之寬的界河的俗稱。

**虎山長城：**虎山長城位於丹東市城東十五公里的鴨綠江畔，是中國萬里長城的東端起點。



第一次搭高鐵，大家都興奮！



來到如此具歷史意義的鴨綠江斷橋，  
大家當然要合照留念！



嬌俏的女孩



背後就是北朝鮮的領土了，  
怎能不合照？



能在如此富貴族氣息的房間  
享用午膳，你也羨慕吧？



嬌俏的男孩？



我們快將登頂了，  
快來個帥氣的姿勢！



虎山長城頂端難得一見的千手觀音



鴨綠江斷橋絕對是值得一遊的景點！



# 參觀遼寧省體育局柏葉訓練基地

遼寧省體育局柏葉訓練基地是國內重點體育訓練基地之一，總建築面積為 11.6 萬平方米，包括自行車館、射擊館、綜合訓練館、射箭場、飛碟靶場、多片足球場等。



一號選手——蔡梓康



二號選手——伍偉鏗



大家都聚精匯神地聽取射擊教練的說明



國家女子手球選手向同學們介紹手球打法



女子手球隊的標語，非常激勵人心！



大家都認真地聽取單車教練的講解



大家都專心地觀看各選手的表現



同學們與手球隊成員的互動



雷同學也是單車好手！



雖然我們無法駕馭此單車，但能拍照留念也好！



周校長的英姿，連學生也自愧不如！



吳總主任送上東華三院的紀念品



校長致送紀念旗，感謝柏葉訓練基地的招待



鄭莉莉同學代表五中致辭，表現備受稱頌！



能與世界級游泳選手合照，實在太幸運了！



與遼寧省政協會談



## 交流團總結會及學生表演

## 五中三組的歌曲改編——遼寧再見

遼寧再見（原曲：十年）

如果你們沒有贊助我們  
我不會來到這裡啊  
怎麼說出口 我好想感謝你

遼寧真的是個美麗城市  
我乘車到處旅遊  
成千上萬個景點  
我們牽手一起去闖

\*感謝既然不能逗留  
何不在離開的時候  
一邊唱歌 一邊淚流

# 遼寧再見 我十分不捨  
如果有機會 想要再來一遍  
沒有你們悉心的安排  
我們不可能在此相遇

遼寧再見 熱情的朋友  
以後再相遇 也會一見如故  
這次我們會熱烈歡迎  
送上最真摯的祝福給你

REPEAT \*#

直到五天遼寧旅遊結束 才明白這次經歷  
會一直在心中 我們說聲再見



五中三組優秀的表現最終突圍而出！



五中二組的創意表演——無伴奏合唱



五中三組載歌載舞的傑出表演



鄭莉莉同學代表致送手繪紀念品  
予何超薏榮譽團長



結束豐富旅程前的大合照



## 旅程感受

## 遼寧交流團

47

### 4A 江冠霖



毫無疑問，這次的交流活動非常成功，讓我們度過了一個充實的假期。我很感激各位團長的付出，他們不但為我們安排了一個豐富的行程、各種不同的道地美食，還親自陪伴我們度過這愉快的一周。

整個行程中，我最難忘的是虎山長城和附近的一步跨。在交流活動的第三天，我們乘搭火車前往丹東市，丹東市與朝鮮的邊境只相隔一條河——鴨綠江。因為鴨綠江最窄的距離只有幾米，所以又稱為「一步跨」，意指兩國邊境一步便可跨躍。當然，這是不可能的，如果真的有能一步跨躍幾米，那一定是巨人了！

古時丹東歷次被外敵入侵，虎山位處邊境，首當其衝，為了防禦外敵，古人選擇虎山為屏障，興建長城。這次我們有幸踏上長城，一睹壯麗的風光。雖然過程有點艱辛，但我成為了同學中第一個登上虎山長城頂點的人，沒有了疲累的感覺，只有言語難以形容的、滿滿的成功感。

### 4A 高燕儀

在這次豐富的旅程中，我們參觀了很多展覽館及古跡，瞭解了很多中國歷史。正修讀中史的我，除了對歷史事件感興趣外，也很想知道歷史人物的私人生活，因此參觀張作霖和張學良的官邸「張氏帥府」剛好可以滿足我的好奇心。

另外，我們也去了丹東市，上了虎山長城。剛開始的時候，路很易走，我和朋友還在想：為什麼登長城是如此的容易？然而，過了一段時間後，我便收回這個想法了。我們越往上爬，階梯越陡峭，體力越吃不消。正當我想放棄前進的時候，身旁有一位大叔跟我談話，然後我們就一邊聊天一邊前進。不知不覺間，我們就登上峰頂了！我瞬間湧現一種筆墨難以形容的成就感，最後我們還在峰頂上合照呢！從峰頂放眼遠眺，視野開闊，對岸的田地、房屋一覽無遺，我的心情也變得闊然開朗起來。

經過這次旅程，我完完全全體會到「讀萬卷書不如走萬里路」這句話，有些事，確實需要我們親身體驗方能領悟。



### 4A 黃鴻榮

我參加這次旅程前，以為東北三省應該是未發展地區，人們住在簡陋的平樓，以馬車作為交通工具。但來到遼寧後，滿目盡是高樓大廈，私家車和公交車在馬路上繁忙穿梭。我第一次體會到「中國速度」，並為中國的快速發展而感到自豪。

以前我經常聽長輩說萬里長城有多宏大，可惜我卻從來沒有去過一次。參加了這次旅程，讓我有機會登上長城。雖然我並不是登上北京段的萬里長城，但站在虎山長城的頂峰，我仍感受到同樣的氣勢——北京長城面向蒙古，虎山長城面向朝鮮，兩者同樣能抵擋外敵入侵，防守國門。

當我登上了虎山長城的頂端，看着幾百年前古人同樣看到的景色，我深深為古人以身獻國禦敵的英勇而自豪。



### 4A 李凱琳

還記得出發前兩天，我不斷地收拾及檢查行李，深怕遺留下任何東西。到達機場後，我和同伴都興奮地討論着遼寧的行程。隨着在離境大堂拍下第一張大合照，我們正式踏上旅途。

整個行程中，我最難忘的景點就是鴨綠江斷橋和虎山長城。我們站在鴨綠江斷橋上，導遊告訴我們另一邊就是北韓了。這是我人生中第一次如此接近北韓，感覺很新奇。

後來，我們又去了遊覽虎山長城。我在虎山長城的起點時，已經消耗了很多體力，覺得很辛苦，不想再繼續爬上去，但是聽到同學們的鼓勵，我只好堅持下去。長城中段有些比較高的階梯，我幾乎是以爬行的姿勢前進的，加上當天剛下完雨，石階濕滑，更增加了難度。抵達頂點時，我已經身心疲累。幸好我最後仍能成功征服虎山長城，這實在是一次十分難忘的回憶。



### 4A 楊佩韻

還記得三年前，由於畏高，我還未爬上北京長城的最高點便已放棄，這一直是我的遺憾。是次旅程我終於有機會再次挑戰陡峭的長城，一償心願。

我們走上傾斜的階梯，迎來一段空曠筆直的石路，眼見前方還有數之不盡的階梯。我告訴自己：既然已走了大半，我絕不可能止步於此！於是我抹去汗水，繼續踏上征途。可是前方的道路卻更為崎嶇，我俯視下方宏偉壯麗的景色，心中泛起一陣慌張，又萌生了放棄的念頭。

一轉身，一位老伯跟我說：「山可以陡，但腳不可以抖」。話畢，他便邁步向前，他的身影也漸漸在我眼前放大。若古人也抱持着半途而廢的態度，這條巨龍如何築起？又如何抵禦北方匈奴，保衛這片炎黃子孫的廣闊領土？我又怎可以輕易放棄呢？老伯那頑強的毅力，實在令我汗顏。

我重新振作，跨過那陡峭、高低起伏的石梯，最後止步於一條狹窄的樓梯旁，那就是整個虎山長城的頂端，此處瀰漫着一股靜謐安寧之氣。

我立在群峰之上，天不再是遼遠空曠，而是觸手可及。此時，我與天地融為一體，彷彿只要我一張開雙臂，便可以把那些奇峰怪石統統擁入懷中。此時，我感到自己之渺小，若非登上長城的最高峰，又何來觀看這大好山河的感慨呢？

我終於突破了三年前的自己，同時我亦明白到：在漫漫人生旅途上，崎嶇山路、陡峭階梯又何止一條？唯有心靜意專，全力以赴，方能完成目標，登上人生的高峰。

此外，此次旅程亦令我對遼寧省改觀。從前我認為遼寧是一個荒蕪之地，豈料只是我的目光短淺。遼寧經過多年發展後，早已非純樸農村，而是一個富現代化的大城市，中國內地的急速發展實在是我始料未及的。

常言道：「讀萬卷書不如行萬里路」。原來只有親身體驗，才能高瞻遠矚。





## 遼寧交流團

4B



## 4B 陳靖文

在整個旅程中，我參觀了不少當地的名勝古蹟，品嚐了遼寧的特色美食，亦體會了當地的文化，每天都過得精彩、充實。

最令我印象深刻的是旅程最後一天的小組表演——無伴奏合唱。原以為旅程會以頒獎典禮作結束，後來才知道改為才藝表演。我們需在短短兩小時內，構思無伴奏合唱，由配合到練習，我們花了不少心思，礙於用具不足，我們差點無法完成表演，幸好觀眾的掌聲是令人鼓舞的。這是我第一次嘗試無伴奏合唱，即使技巧不夠專業，仍留下了寶貴的經驗和回憶。

這次能與各位同伴巧遇，並一起經歷交流活動，機會難逢，離開時不捨之情油然而生。雖然旅程只有六日五夜，但當中的喜樂，已足夠我慢慢回味。

## 5A 伍倬鏗

這次交流活動中，有不少令我感到難忘的事情，例如認識新朋友、登上虎山長城等。可是，讓我最感動的是：團長、副團長、各工作人員和老師多日來的照顧和關心。雖然我在表演環節已表達了對他們的感激，但因時間有限，無法詳細交代。

其實在出發前，我對食宿並不抱甚麼期望，豈料抵達遼寧後，發現酒店的环境不但沒有令我失望，還比我想像中要好，為我疲憊的身軀送上了一絲安慰。還有，飲食方面，每一頓的菜餚都十分豐富，完全能夠展現出東北人的熱情好客。

此外，有同學發燒，工作人員立刻跑到附近的便利店買退燒貼，還特別照顧生病的同學；每當我們要橫過馬路時，工作人員都會率先跑出馬路，為我們攔截車輛，好讓我們安全地抵達目的地。他們的悉心照顧及安排，難以一一說明，我只好再次衷心地感謝他們連日的照顧。



## 5A 梁兆鋒

六天的遼寧之旅轉眼即逝，我們都依依不捨地離開。這次交流活動中，我們都獲益良多。

回想第一天到姊妹學校探訪，就像昨天發生的事。直到現在，友校同學的熱烈歡迎，使我感到十分溫暖。在姊妹學校內，我結識了我的「有緣人」，那裡的老師又特意为我們設計了多種團體遊戲。在玩樂的過程中，我們都分享各自的生活趣事。即使大家的母語不同，但這無阻我們成為好友。

去遼寧前，我一直擔心當地的食物與香港會否有很大差異。然而這一切的擔心都是多餘的，我們每一餐都大魚大肉，更有同學包裝剩餘的食物回酒店，可見我們的飯菜是多麼的好吃，多麼的豐富。

六日的回憶徘徊在我的腦海中，要說最難忘的，當然是最後一天的才藝表演。為了有一個完美的演出，我和組員花了一整晚時間改歌詞、排舞、綵排……為了令演出更有趣，我們還花了很多心思去設計舞步、動作、開場白……

雖然這次交流的時間不長，但我們仍十分享受旅程。若將來有機會的話，我一定會再次參與此類活動。



## 4D 潘超略

這次的遼寧交流團實在令我眼界大開，讚嘆不已！出發之前，我還一直想：會不會沒甚麼特別的景點呢？會不會很悶呢？但事實並非如此。旅程中，我遊覽了很多與中國歷史相關的景點，例如瀋陽故宮、虎山長城等；還有一些我們很少機會到訪的地方，例如丹東鴨綠江斷橋，與北朝鮮只隔江相望，距離極短，令人驚歎。當天晚上，我們還去了一家北朝鮮餐廳用膳，這是我人生中第一次與北朝鮮人有如此近距離的接觸！

旅程中發生了一件令我特別難忘的事。第二天晚上，我開始有點不舒服，到了第三天病情嚴重了，結果老師在參觀途中安排了專車送我回酒店休息。團長們都很照顧我，給我買能量飲料，又噓寒問暖，我萬分感謝他們！同時，我也要感謝王翠屏老師放棄第三天的日程，陪伴我回到酒店休息，使我快點康復！

這次旅程中，我還充當一位隨團攝影師，無論到哪個景點，或是要拍大合照時，都會出動我的相機，我當「攝影師」當得很開心，因為我能對此次的旅程作出貢獻！

總的來說，這次旅程是重要的，既加深了我對內地的認識，擴闊了我的眼界，我還交了新朋友，認識了當地文化，更由此加深了我對祖國的歸屬感。



## 5A 黃淑萍

七月三十日晚上八時，我離開了香港，踏上前往東北遼寧瀋陽的旅程。在飛機上，我理應好好休息應付明天的活動，但坐在椅子上久久無法入睡，因為我非常興奮和期待，熾熱的心早已掩蓋疲憊的感受。經過四小時的航程，我們終於到達目的地，亦意味著我們的旅程即將要開展了！旅程中，我們參觀了瀋陽故宮和張氏帥府。瀋陽故宮的規模十分大，外貌保存得很好，我能感受到當中濃厚的歷史文化氣息，中國傳統的建築藝術讓我嘆為觀止。到了張氏帥府時，我又被張作霖的府邸和私宅所吸引，這建築充滿歐陸風，完全是我心目中理想的居住環境，我拍了幾張照片留念。以往只在中史課堂上聽過張作霖的名字，卻料不到我有此機會親身到他的居所參觀，實在難得。

當日下午時分，我們又參觀了瀋陽師範大學。該校的京劇老師向我們介紹了京劇，更示範了一段子，其功架令我驚歎不已。而且，大學音樂學院的老師和學生更逐一為我們表演，示範數種中國樂器，如二胡、古箏和揚琴等，美妙的琴聲頓時響遍校園。晚上，我們享受了一頓豐盛的晚餐。其實差不多每一頓飯都有十四道菜，我們每一餐都吃得十分飽。

我們也到了遼寧省體育局柏葉訓練基地觀摩運動員的訓練，包括單車訓練、射擊訓練和手球訓練等。同學們更有機會親身體驗射擊，活動十分精彩。午餐後，我們到遼寧省科技館參觀，更觀看了4D兵馬俑影片，途中椅子會動、又噴水氣，感覺很新鮮而特別。

最後一天，我懷着依依不捨的心情離開這片土地，踏上回家的路，心中頓時有種失落感。在這次旅程中，我獲益良多，深入認識了遼寧瀋陽，正所謂「讀萬卷書不如行萬里路」，眾多嶄新的體會，讓我沒有後悔當初參加這個活動的決定。





## 5A 江淑君



這次交流活動中，令我最難忘的並非到訪其中一、兩個景點，而是整個旅程的每一項細節，皆讓我深有感觸。來到遼寧，我經歷了很多「第一次」：第一次踏足遼寧、第一次親自踏上長城、第一次親眼目睹朝鮮女孩及民族表演、第一次品嚐朝鮮菜、第一次走上鴨綠江斷橋、第一次如此靠近北韓……在每個景點留下一個個腳印，就如同在我心中刻下一個個烙印——屬於這趟寶貴旅程的珍貴印記。

旅程中，我對劉團長的說話印象尤為深刻。他建議我們長大後多到遼寧發展或投資，別把自己限制在香港裡。我們總以為自己身處於一個無比發達的城市，自以為香港比其他城市優勝。然而，當我們踏足中國的遼寧省，我們才發現這個城市後來趕上，從基礎建設到文化藝術，都不斷發展，日趨成熟。這實在使我們眼界大開，亦明白到我們不應只著眼於香港這個舒適圈，不要設一個框架限制自己，而是應該放眼世界。

## 5A 蔡梓康

在這次交流活動中，最令我難忘的是兩所東華三院中學的同學能夠守望相助。出發前，我在機場看到兩所中學的同學很明顯地分成兩個圈子，還擔心在旅途中我們會互不理睬。但事實剛剛相反，在第一天拜訪姐妹學校時，我已經認識到不少校友同學。隨後的數天，兩校之間的隔閡逐漸消失，我們在飯後會一起玩遊戲；當有同學身體不適時，會互相送上問候，甚至借藥物給對方，也會透過電話訊息提醒對方集合時間。

雖然我們來自不同的學校，但能在短短數天結交為朋友，在遼寧這個陌生的地方守望相助，實在難能可貴。但願兩校間的友誼，能如我貼在床前的一張合照般長存。



## 5A 雷宗諺

短短六天的遼寧之旅結束了，我們都依依不捨的踏上歸途。這六天發生的事仍歷歷在目，讓我念念不忘。

旅程中，我們到訪了姊妹學校，同學們熱烈歡迎我們的到訪，更帶領我們參與團體遊戲。轉眼間，我們已像知己般，互相分享各種趣事。

後來，我們參觀了丹東的鴨綠江斷橋及虎山長城。原來，朝鮮和中國的距離只有一河之隔，我既看到了中國的歷史古跡，同時也長知識了。

遼寧省體育局柏葉訓練基地更是此次旅程的重點之一，我們有幸觀摩世界級運動員的訓練，更可以參與射擊活動。毫無經驗的我竟然中了一個九環，我興奮得快跳起來了！

整體旅程令人難以忘懷。若有機會，我必定再次參與！



## 5A 鄭莉莉

在這次交流活動中，我最難忘的就是遊覽丹東市。旅程的第四天，我們特意乘搭高鐵到丹東這個位於中國海岸線最北端的邊境城市考察，這是我人生第一次乘搭高鐵，感覺十分新奇。在這裡，我們參觀了最著名的鴨綠江。過去，我們雖然知道丹東和朝鮮中間只夾著鴨綠江，可是實地考察後，我們才知道鴨綠江遠比想像的要窄，只要站在鴨綠江的斷橋上，就能看到不遠處的朝鮮，這是我第一次離朝鮮這麼近，真是大開眼界！

這天我們還登上了虎山長城最高點。我最大的成功感就是可以克服畏高的恐懼，努力堅持走到頂點。雖然爬上去的台階很陡峭，過程非常辛苦，但是同伴的支持和鼓勵，讓我恐懼化為動力，最終手腳並用地爬上了長城高牆。然而，更令我害怕的是下長城的時候，由於害怕摔倒，我只能坐在台階上慢慢往下爬，心中縱使恐懼到極點，但當我抬頭望向遠方美麗壯觀、又彷彿遙不可及的景色時，就有莫名感觸，最終再次鼓起勇氣，一步一步地、堅定地往下走。縱使過程一直處於恐慌狀態，但可以登上中國萬里長城最東端的起點，我真的非常榮幸。

這次的夏令營活動精彩豐富，令我獲益良多。這珍貴又難忘的經歷，我會永遠記在心中。多年後回想起來時，我仍可對自己說：我曾經與一群好朋友，在遼寧這個美麗的地方，留下過屬於我們的珍貴足跡。



## 5A 陳蔚海

在這趟旅程中，我最難忘的就是登上虎山長城了。在登上長城前，遙望虎山長城的頂點，我從沒想過真的要登上去。我們走到中段時，領隊讓我們在長城自由遊覽，然後可以選擇下山，也可以嘗試登頂。原本我並沒有繼續登頂的想法，但看見其他同學和老師紛紛前進，我也跟著大隊一起走了。

經過幾段斜坡和樓梯後，終於到了虎山長城最難走的一段。那裏的梯級緊貼牆壁，呈90度角。每級樓梯都非常狹窄，容不下我一隻腳掌！而且當天下過微雨，梯級濕滑，令原本快速前進的大家開始卻步。加上我有點畏高，體力不佳，令我萌生放棄的念頭。不過，當我看見身旁畏高的同學也繼續前進時，我也下定決心登頂。期間，我緊握著兩旁的扶手緩緩前進，拖慢了後面同學的進度，不過他們並沒有埋怨我，而是不斷為我打氣，有些正在下山的遊客也為我們打氣，令我非常窩心。

走過又長又崎嶇的樓梯後，我們終於到達了虎山長城的最高點。雖然到達時我們已經大汗淋漓，差點喘不過氣來，但是那裏景色優美，一覽無遺，一切的艱辛都是值得的。

經過這次活動，我既親身體驗到虎山長城的壯觀之處，更令我克服恐懼，突破自己。因此，登上虎山長城是我在這趟歷程中最難忘、最珍貴的回憶。





