

朗昕 2022 年 8 月號

院長的話

善擇良師益友

還記得孟母三遷的故事嗎？話說古人孟子小時候喪父，與母親相依為命。孟子自幼模仿能力很強，因家貧，居所位於墓地旁邊，經常看到喪事進行，便和鄰居小朋友玩喪事遊戲，令母親感到不安，於是搬往市集生活。但不久孟子又學了商人的咀臉，討價還價，急功近利。孟母於是再一次搬家，搬到學校附近居住，近朱者赤，孟子被學習氣氛薰陶，變得斯文有禮，用功讀書，日後成為偉大的學者。

這故事啟發我們，良好的人文環境對個人健康成長是十分重要。由於周邊的人會持續感染你的性格和行為發展，因此要小心選擇朋友，良師益友會幫助你們建立正確價值觀和人生目標，他們是學習和模仿榜樣，應好好珍惜和尊重他們。

1. 院長的話
2. 星級師生籃球賽
3. 學員成就頒獎禮暨惜別會
4. 環保參觀活動
5. 書出愛心 十元義賣
6. 一起健康抗疫月
7. 「抗疫小知識 你我都要識」
問答比賽
8. 升學及就業導向活動
9. 頌親恩活動
10. 吸煙與健康（電子煙）
11. 長跑訓練小組
12. 新入職職員
13. 中三畢業生心聲

地址：香港黃竹坑南朗山道 38 號

電話：2518 0166

電郵：hkjcc@hkjcc.org.hk

傳真：2554 2117

編輯委員會： 譚國強院長 陳怡鏗導師 甄浩然導師
龔浩霖導師 黃淇釩導師 黃耀陞導師

星級師生籃球賽

師生籃球賽是一年一度備受期待的比賽！於 6 月 28 日，一眾 JCC 的籃球健兒在教練的帶領下與導師比拼球技，與去年相比，學員不論在技術和團隊合作上的進步均是有目共睹。

比賽由譚院長主持開球儀式後，學員隊在比賽開首便打出一輪攻勢，快攻、遠程射球、上籃得分，盡顯技術，導師隊一度奮力將比分拉近，此時學員冷靜地思考戰術，透過輪換上陣，各人發揮所長，不斷組織攻勢、傳球、運球等，務求拉開比分。從這次比賽中能看見學員的團隊防守有明顯進步，導師隊要得分也必須花費一番功夫。最終比賽學員隊以 75：54 勝出！然而勝利只是其次，進步和享受其中才是最大的樂趣，同時讓觀眾欣賞了一場美妙的比賽！期望來年的比賽會更加精彩！



學員成就頒獎禮暨惜別會

時光飛逝，又到了中三學員即將離開宿舍的日子，今年的成就嘉許活動以頒獎禮及惜別會形式合併進行，除了為學員進行惜別之外，同時見證及嘉許學員一年來的轉變及成長。

活動開始時，司儀以介紹 1.01 法則及 0.99 法則作為開端，以讚揚每天積極向上、努力奮進的學員，並維持同樣的心態在人生路上繼續前進；隨後是精彩的影片分享及表演環節，讓學員緬懷在宿舍的美好點滴，而學員的樂器演奏及歌唱表演更是讓人感覺賞心悅目、回味無窮！

接著的是頒獎環節，由對積極參與宿舍活動及增值自我的學員予以嘉許，當中學員王晉洋更榮獲「學員之星」的榮譽！此外宿舍對中三畢業的學員亦送上祝福，送給他們一款充電器，喻意學員在人生旅途上奮鬥之餘，適時為自己「充電」，繼續努力。

最後，活動以院長的寄語作為總結，教導學員需抱持信心、耐心、責任心、誠意及滿意於待人處事之中，只要學員懂得「三心兩意」，凡事定能一帆風順，取得成功！



環保參觀活動

宿舍每年均會舉辦不同的環保活動，培養學員的環保意識。於7月15日，宿舍安排學員前往賽馬會氣候變化博物館參觀，提升學員對氣候變化的關注，改變行為及生活態度，實踐綠色生活。環保不只是回收、源頭減廢、保育，更重要的是從心而發愛惜大自然！所以，我邀請你一起坐言起行，哪怕是不去購買膠樽，多回收一件物件，又或是行山時將見到的垃圾帶走，為地球村保育作出貢獻！



書出愛心 十元義賣

為提升學員服務社區的意識，宿舍於6月至7月期間參與「書出愛心·十元義賣」義工活動，透過義賣社區募捐得來的舊書籍，讓學員認識如何將社會資源重新分配，給予舊書籍第二次生命。學員於活動中協助大會執拾書架及解答市民問題，學習到與人溝通及銷售技巧。最後，學員從義賣書籍中挑選自己的心頭好，滿載而歸。



一起健康抗疫月

動：伸展及帶氧運動

靜：禪繞及靜觀馬賽克活動

吃：製作有「營」抗疫美食

傾：「訴」出疫情苦與樂遊戲

想在疫情下活得健康自在嗎？只要參加由宿舍舉辦的「一起健康抗疫月」活動就可以啦！活動以「一起動」、「一起靜」、「一起吃」、「一起傾」作為主題，培養學員的身心靈健康。

活動精彩內容可在相片中仔細體味！



「抗疫小知識 你我都要識」問答比賽

新冠肺炎疫情每天千變萬化，政府的防疫政策亦隨時變更，學員要時刻掌握多變的疫情資訊著實不易，因此宿舍於4月至5月舉辦了「抗疫小知識、你我都要識」問答比賽，以遊戲方式讓學員增進最新疫情資訊，提升抗疫意識。

學員在活動中表現投入，表示學到的資訊十分有用，同時亦期望疫情早日終結，回歸正常生活。



升學及就業導向活動

臨近暑假，宿舍為中三學員舉行了升學及就業導向活動，幫助學員探索前路。

首先，學員參與「模擬人生大體驗」，透過桌遊模擬社會中面對的抉擇，讀書目標、找尋工作、目標薪水、物質和娛樂的選擇等，從遊戲中理解社會的運作。其後，學員透過完成「工作性向測驗」，了解自己的性格特質及適合自己的工作，而「求職途徑及面試技巧」讓學員掌握尋找工作的方法和面試的訣竅。

接著，學員透過「壓力的處理和舒緩方法」，適當地認識和處理在學或工作壓力。此外，學員也學習了「MPF、職安健、法律/工作陷阱」等資訊，在知識上裝備自己。

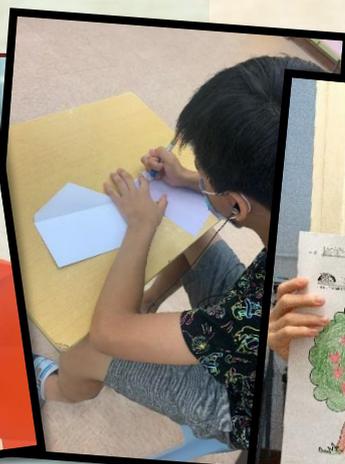
最後，學員參觀了「職業博覽會」，了解各行各業的現況和待遇，聆聽從事該項專業的人士分享，加深了對各種職業的認知。



頌親恩

「頌親恩」活動讓學員在母親節和父親節反思家人的養育之恩，表達對他們的尊敬和感恩之情。學員在心意卡上為家人寫下真摯的祝福和心聲，並花心思進行裝飾，部分學員亦為導師送上心意卡，可見導師身兼「師」、「父」兩職，與學員之間的感情深厚。部分學員與家人視像通話，隔著屏幕見面寒暄，閒談之間拉近了彼此的距離。

此外，平面藝術設計比賽共有 11 名學員參加，所有參賽者的作品構圖精巧，別具心思，創意和美感並重。經過評審，三甲分別由黃家樂、李楚驍和黃晉峰奪得，祝各位學員家庭和睦，一團和氣！



吸煙與健康(電子煙)

近年青少年吸食電子煙問題越來越嚴重，雖然政府已經立例規管，唯熱潮未見減退。因此宿舍於6月舉行「點止煙(電子煙)咁簡單」吸煙與健康活動，透過講座及工作紙讓學員認識吸食電子煙的壞處，同時讓學員反思吸食電子煙對身體長遠的不良影響。



長跑訓練小組

新冠肺炎疫情持續，很多人的日常生活習慣均有所改變，需要留在家中，而在各種社區設施、運動比賽等需取消的情況下，難免缺乏運動。然而保持健康體魄是對抗新冠肺炎的重要因素，隨著防疫措施已逐漸放寬，宿舍安排學員參與長跑訓練小組，進行適量的帶氧運動，活化健康的肺部運作，強身健體，向肺炎說不！

藉此活動希望學員能領悟到長跑中堅持到底的精神，保持樂觀、自信的心態，在對抗疫情的過程中不輕言放棄！我們一起加油！



新入職職員

會務秘書

大家好，我是會務秘書陳彩霞 Yolky，很高興加入 JCC 這個大家庭，我主要的職務是為本會的執行委員會處理文書事務。閒時我會看電影、閱讀等，希望在這裡可以與各位愉快相處，一同進步。



中三畢業生心聲

話咁快中三生涯就快完結啦！光陰似箭，加上疫情關係，令我覺得時間真係過得好快，喺呢個學年我見到有同學順利返回原校，亦有同學去左其他地方生活，展開不同嘅人生道路。

我想多謝啓 SIR 教我打木箱鼓，多謝淇 SIR 教我做數織，多謝冼 SIR 教我打籃球，多謝華 SIR 教我砌模型，多謝梁社工教我做人道道理，重有多謝其他導師教識我好多人生道理。

人生一定會經歷好多事，我明白到無論遇到任何事都唔好行差踏錯，否則一定會後悔。另外，我想同大家講希望各位可以珍惜喺宿舍相處嘅美好時光，珍惜喺宿舍認識嘅好朋友，因為我地始終會成長，會出去讀書、工作，到時可能會好少機會見到對方，我相信當我離開宿舍嘅時候一定會好懷念宿舍嘅感覺！大家要好好珍惜喺宿舍嘅日子呀！



摯誠社 黃奕希



弘毅社 王祖杰

多謝 JCC 呢一年嚟對我嘅照顧，我從一開始咩都唔識到而家可以教新學員做嘢，咁大嘅進步要多謝 JCC 嘅導師同社工，我好記得我一開始入嚟時咩都唔識，成日會做錯嘢，但係 2 樓嘅每一個導師對我好包容，做錯之後會教我點樣可以做返好同埋好關心我哋。另外，我本身同家人嘅相處唔好，自己又唔識點樣表達，鄧社工就教我點樣可以同家人溝通，減少爭執。宿舍經常舉辦好多活動俾我哋去體驗，唔會令我哋覺得悶，又可以增值自己。雖然好多人都覺得 JCC 係一間男童院，但係對我嚟講就係第二個家。

我即將中三畢業，既開心又不捨，因為我本身係讀書唔叻，但係我可以係 JCC 成功完成中三課程，係一種肯定！我會繼續努力，成為一個有目標同抱負嘅人！

我覺得時間真係過得好快，唔經唔覺喺宿舍住咗差唔多兩年，非常感謝白普理宿舍，多謝宿舍導師，對我不離不棄，我之前逃咗幾次院都肯俾機會我留喺宿舍。我想多謝四樓導師，經常會輔導我、開解我、照顧我，另外我想特別多謝冼 sir，冼 sir 十分照顧我，就好似一盞明燈會指引我前方嘅道路，也為我的宿舍生活帶來愉快嘅每一天。祝各位工作順利，生活愉快！



摯誠社 藍子誠

在 JCC 生活大概有九個月了，我對這裏的感覺也有很大的改觀。

我在以前的時候會覺得這裏就像監獄一般，以及導師會否因為我以前所犯下的錯誤而對我的人品有所懷疑？我以前一直都只想著待事情過去了便快點離開這裏，但到後來才發現其實這裏也是一個不錯的地方，導師對我也很照顧和包容，當然導師有時也會生氣，但那是因為我們犯了錯誤，我在這裏明白到犯了錯就要承擔。

這一年來時間過得說長不長說短不短，感覺不長是因為疫情關係有時會留守家中，也沒經歷正常的學業，感覺不短是因為在這年來也發生了太多事情，亦讓我慢慢變得成熟，學會了接受還有面對。

中三快完結了，我希望能繼續在這裏就讀，將來能夠抬頭挺胸地做人。最後謝謝我在這年裏遇見的所有人，不管是好是壞，我在他們身上學會了很多，多謝你們！



弘毅社 馮皓麟