



一枚硬幣有兩面，疫情令愛旅遊如命的香港人不能外出，但卻給了我們重新認識香港的好機會。只要細心留意，最美好的東西可能就在身邊。「好學」會連續三期為大家發掘香港的好去處，本期先為大家介紹「麥理浩徑」、「屯馬單車徑」和「深水埗美食」。

香港 好去處

4A 黎俊言
同學與友伴遊歷大浪灣（麥徑第二段）的時候，就被大自然的寧靜深深感動：「這裏遠離都市煩囂，沙灘水清沙白，沿途看著牛羣、鳥兒、日落，十分平靜舒泰，置身如此美景，平日生活的不如意事全都忘掉了。」

麥徑觀海（4A 黎俊言 攝）

麥理浩徑

被石屎森林包圍的香港，要找到世界級風景是不可能的任務嗎？錯了。麥理浩徑就曾獲國家地理雜誌評為世界 20 條夢想遠足徑之一。麥理浩徑全長 100 公里，分為十段，由東至西走，會橫越西貢東、西貢西、馬鞍山、獅子山、金山、城門、大帽山和大欖共八個郊野公園。香港既然擁有這麼美的大自然風光，大家又怎可以錯過呢！

生活和學習的話題是源源不絕的，等待我們去發掘。在疫情下，編委老師也有新發現。當大家不能周遊列國時，我們的視線就放回香港的青山綠水上。香港的郊外風景如畫，你踏遍了嗎？除了國際美食，本地薑一樣令人食指大動。每一種地道美食都有它的故事，快來聽故事吧！我們終可稍稍停下來，深入認識這片「生於斯，長於斯」的地方，尋回近在咫尺而又一直被我們忽略的美好事物。也許失未必是失。



麥徑第五段遠眺（何國輝老師攝）

喜愛行山的何國輝老師道：「不同人有不同享受麥徑的方式，有些人會參加『毅行者』，一口氣完成整條麥徑，我則愛漫步山野，好好感受大自然的氣息。麥徑也讓我們從另一個角度去認識我們美麗的城市風貌。麥徑第五段是山嶺路段，從獅子山兩側可用『鳥瞰』角度欣賞九龍和沙田，高樓大廈立時變成小積木。」

彩虹欄杆（張智仁先生攝）



麥理浩徑第十段和譚李麗芬中學就近在咫尺，入口處就在屯門何福堂中學旁。麥徑亦與很多不同山徑接連，校務處張智仁先生就經由麥徑第十段到屯門徑彩虹欄杆打咭，他分享道：「於『屯門徑』，可飽覽屯門全景，全長約 200 米的彩虹欄杆由大小鐵欄砌成，色彩豐富，與背後的屯門美景簡直是絕配！」

溫馨提示：行山必須注意安全，量力而為。行山人士應先參閱康樂及文化事務署網頁來的「遠足安全注意事項」。（疫情反覆，同學應留意政府最新防疫措施，如疫情嚴重，同學應盡量留在家中避免外出。）

編者的話

- P2-3 香港好去處
- P4-5 讀書有法
- P6-7 中六畢業感言
- P8-9 New Normal 小知識
- P10-11 踏上青雲路
- P12 圖書館資訊



麥理浩徑的十個路段，各有各精彩，同學欲詳情，可掃描左側 QR code，了解每一個路段的特色。

香港好去處

踩大冷

究竟甚麼是「大冷」呢？其實「冷」是英文 Round 的諧音，「踩大冷」即是踩一個大圈的意思。在香港，「大冷」一般是指從九龍市區踩到新界，再踩回市區，但由於「大冷」的路程近 100 公里，加上有機會踩在馬路上，所以一般都不建議單車新手嘗試。



下午茶：沙田科學園



終點：白石燒烤場



初探屯馬單車徑

圖、文：甄靄齡副校長

9月 29日連接元朗至上水的一段單車徑已經完工並開放，大家可以沿單車徑由屯門直踩至馬鞍山，期待已久！這條「新界單車徑網絡」由屯門出發，途經元朗、上水、粉嶺、大埔、沙田、大圍等地，以馬鞍山為終點，全程長約 60 公里。

從網絡上看到不少熱愛踩單車的朋友陸續分享試踩的經驗，令我也躍躍欲試！週末出發生怕人多塞車，結果趁學校假期，展開了這個歷奇！

由於踩單車去馬鞍山已有數次經驗，有試過沿車路經嘉道里農場及林村往大埔方向，也有試過經青山公路往上水方向，心想這次沿途走單車徑肯定無問題，因此沒有特別花時間看地圖，只準備了水及一些維修單車的輕便裝備。

當天上午大約 11 時由屯門碼頭出發，預算在科學園吃午餐，然後直驅馬鞍山。原以為沿途車友不多，可以按自己的速度隨心所欲前行，結果晚上 7 時才返抵家門。發生甚麼事呢？迷路！再迷路！

這次堅持全程走單車徑，竟然在踏進上水後失方向。單車徑與以

往走車路的路線不同，上水及粉嶺一帶的單車徑會有不少隧道及分岔口，我經常在向左走還是向右走上選錯，最後要靠路人指點迷津，幾經波折才又踏上熟悉的路繼續騎。科學園的午餐成為下午茶餐，也好！化算一點。狼吞虎嚥後趕快向終點飛奔，差不多下午 4 點才到達馬鞍山白石燒烤場。邊歎汽水邊欣賞對岸八仙嶺風景，爽！

爽不了多久便又要出發回程，試圖可以天黑前回家，但暗想回程途經上水又可能要迷路！為省時，回程決定不打卡拍照、不休息。騎回去時一直想究竟要怎麼由上水走回往元朗方向的單車徑？雖然順利經過粉嶺，但真不該想太多，因為怎麼想最後也真的在上水迷路了！這回心慌了，因為天黑認路更難！打開 Google Map 確認位置及方向，硬着頭皮在行人路上推車，東張西望下看到一群車友從某方向來，應該是那邊了！感恩！終於認出了那棟大廈及那路口！之後就在車頭燈的引領下腳不停地踩呀踩，越過多少車友或被多少車友越過也記不得了！在熟悉的路上騎車，即使天黑感覺也踏實些。這次初探屯馬單車徑確實有驚無險！

你是否懂得安全停車？以下教你三步曲。
「唔識停車即係唔識踩單車」

- ① 準備
 - ② 減速
 - ③ 停車
- 用大約三公斤的力緊握拉柄立刻停車
用大約二公斤的力輕握拉柄緩減速度
用大約一公斤的力輕扣拉柄準備減速

- 站立：離開座墊用一邊腳站立
- 向前：把身體重心傾前
- 下車：下車用另一邊腳踏地保持平衡

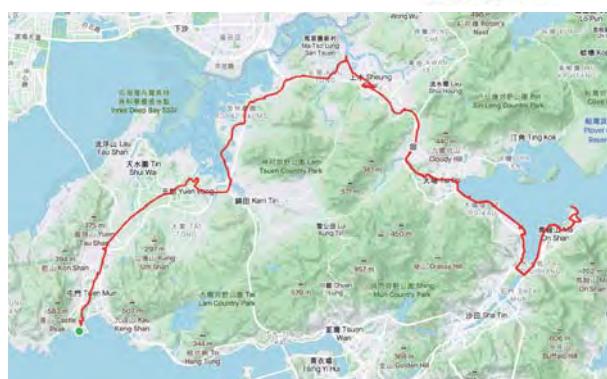


起點：屯門碼頭



一般而言，由屯門優閒式騎行至馬鞍山大概要花 6 小時。如果你也想試試這條新界單車徑，記得先看清楚路線，根據個人的體能，認真計劃行程。不妨先上網搜尋相關資訊。

想看看我如何迷路？
可掃描右方 QR Code。



屯馬單車徑主線
可掃描 QR Code。



「新界單車徑網絡」
可掃描 QR Code。





雲吞蝦籽撈麵和醃蘿蔔 (圖一)

第一站：劉森記麵家

離開深水埗地鐵站 D 出口，徒步行 3 分鐘，就在黃金商場旁邊，你會看到一條食店林立的街道，這裏就是著名的福榮街。無論是中午、黃昏或晚上，你都會看到很多人在店外排隊等候，人山人海的景象見慣不怪，排隊文化似是深水埗食店的特色。

我走進其中一間小店——劉森記麵家，這店內坐滿了食客。我看過餐牌後，便點了兩道菜。隨即吸引我眼球的，非怡上的一瓶醃蘿蔔莫屬，這是免費讓食客品嚐的。我急不及待品嚐，醃蘿蔔非常爽口，甜甜酸酸的味道令人胃口大開。

店員捧上了第一道菜——雲吞蝦籽撈麵 (圖一)，撈麵上鋪滿了金黃色的蝦籽，蝦籽充滿鮮味，還未放入口品嚐，鼻子已嗅到陣陣獨特的芳香。當你細心品嚐時，發現除了蝦籽獨特的味道令人回味無窮外，麵質也爽口彈牙，這是店家出名的竹昇麵。竹昇麵與別不同，店家堅持手製，用竹子一下一下壓出麵條，而且不使用鹹水，沒有其他人工添加劑，堅持新鮮製作，所以口感特別彈牙，值得推介給大家。

至於另一款美食——招牌雲吞，皮薄餡靚，裏面的蝦肉新鮮彈牙，每粒雲吞脹卜卜絕不欺場。眼見店員不停落力包裝，保證新鮮。

深水埗平民美食 半天遊必選推介

說到深水埗，大家知不知道有什麼好去處？通常第一個印象就是去黃金商場，買電腦，買電玩，到鴨寮街買電器……。其實深水埗還有其他好去處，深水埗食店林立，一於由我帶領大家到深水埗逛一逛，帶你品嚐地道風味特色小食。

圖、文：謝增發老師



經典古早味蛋糕
推薦原味古早味蛋
糕，蛋香味濃 (圖五)



第五站：經典古早味蛋糕

雖然已肚飽喝足，但來到深水埗還是念念不忘要來最後一站——經典古早味蛋糕。它位於黃金商場對面，從店舖外的透明大玻璃看見蛋糕師傅製作一磚磚黃金色的古早味蛋糕，數十磚堆疊在一起 (圖五)，這景象彷彿走進聯邦儲備局黃金庫房一樣，奪目耀眼。而且，店內所有蛋糕均使用北海道 3.6 牛乳製作。我隨即買了一磚帶回家，我推薦大家吃原味古早味蛋糕，因為蛋香味十足。吃蛋糕同時配上一杯手製沖調的咖啡，味道簡直一流，是人生一大享受。

第二站：公和荳品廠

離開麵店，徒步行大約 10 分鐘，來到一家十分懷舊的店舖——公和荳品廠。未走進店內已看見人山人海，見有兩位食客離座，我立即走上前坐下。當走進店內，抬頭看見巨型招牌公和 (圖二)，店舖裝修保持懷舊特色，可見店舖發展至今已有一段歷史。店外則擺放着豆漿、豆腐、腐竹和南乳。店內可供堂食，我點了幾款著名而又簡單的美食——豆腐花、豆漿和煎釀豆腐 (圖三)。豆腐花十分香滑，嫩滑得不知道用甚麼詞語可形容；豆漿很有豆香，原來是店家親手用石磨製作，而且配合現代人健康飲食的文化，有低糖和無糖兩類選擇；煎釀豆腐釀了魚滑，豆腐充滿豆香，魚滑混了陳年果皮，又香又濃，值得一讚。



豆腐花、煎釀豆腐和豆漿香濃嫩滑。 (圖三)



熙來攘往的公和荳品廠，門前賣荳製產品，店內可堂食。

(圖二)



馬蹄爽、芝麻糕和紅豆糕，好味道。 (圖四)

第三站：坤記糕點

這是一家老字號中式甜品糕點店，看著面前的砵仔糕、紅豆糕、芝麻糕、馬蹄糕、茶果，充滿懷舊的味道。在眾多選擇下，我買了紅豆糕、馬蹄糕和芝麻糕 (圖四) 品嚐，每款糕點各有特色，甜度恰到好處。而且店家堅持糕點沒添加防腐劑，每日凌晨兩點開始製作，難怪除得到本地客的支持外，同時也吸引海外的遊客遠道而來。



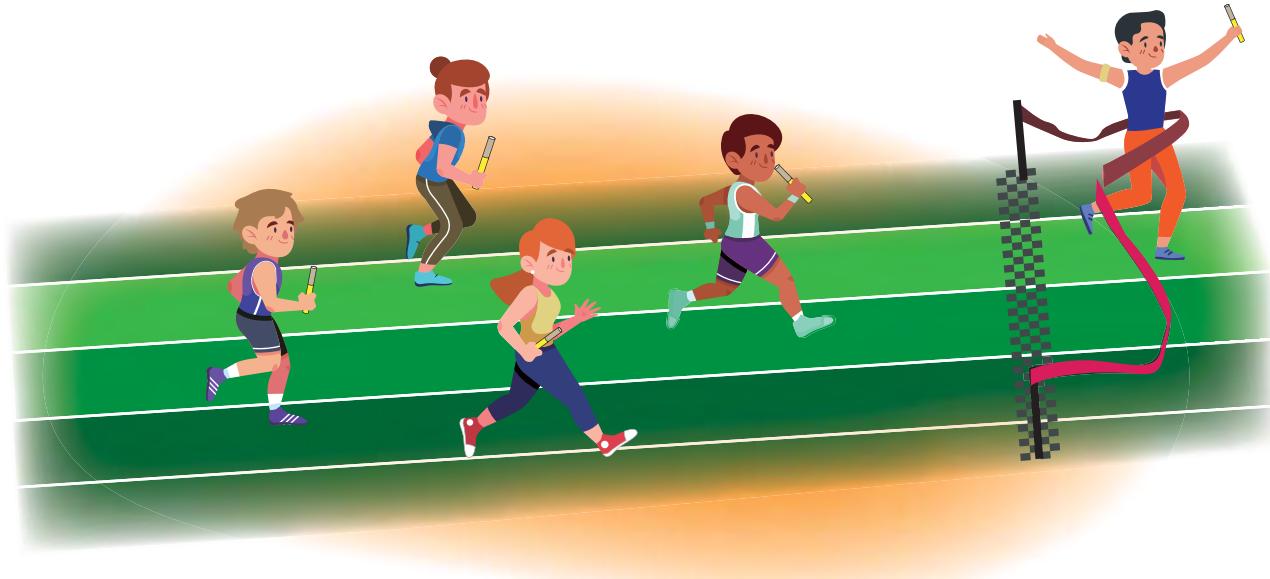
朱古力雪糕配豆腐布甸加紅豆粒粒，好味道。 (圖六)

店內掛滿了中式甜點餐牌。



第四站：綠林

到了晚上，我走到一家歷史悠久的甜品店——綠林，這是一家著名售賣中式甜品的店舖，綠豆沙、紅豆沙、芝麻糊、合桃糊、擂沙湯丸、腐竹蛋糖水等等。門外已見很多外賣的食客等候，等了一會，店員安排了坐位給我，還未坐下，已看到牆身貼滿了不同款式的甜點海報，看見已令人垂涎三尺。我點了一款中式甜品及一款新穎甜品——石磨合桃糊及紅豆粒粒豆腐布甸配香芋雪糕 (圖六)。坊間很少地方有豆腐布甸供應，喜歡豆類食物的我當然不可錯過。而石磨合桃糊是店內招牌甜品，果然很香很濃的合桃味，令人甚是滿足！



好玩的邏輯思考

最後的排名？

最近TLLF中學的中三級五班(A、B、C、D及E班)舉行了班際接力比賽，各班參賽的選手跑完一段距離後，會將棒子傳給下一位選手。以下是棒子交到最後一棒選手後的事情……

- ◆ D班追過2個人後，直接跑到終點
- ◆ C班沒有被任何一個班級追過
- ◆ A班輸給了E班
- ◆ B班追過了一個班級，最後獲得勝利

那麼，接力賽最後的排名是怎樣呢？嘗試運用邏輯思考整理出最後的排名。同學可掃描QR Code作答，答對的同學有機會獲取精美禮品！



甚麼是邏輯思考？

合乎邏輯的意思是依據事理脈絡來思考，而事理是指事物發生的理由、條理、道理及事件的順序。上述的接力賽排名思考題便是要求同學運用邏輯思考整理事件的順序，是邏輯思考的其中一種。

若要為邏輯思考的意思做個整理，應是按次序確實地思考「為甚麼會是這樣」、「為甚麼會變成這樣」，務求從頭到尾徹底理解。而所謂邏輯性是指具邏輯性的文章或說明，能夠進行邏輯思考的人應該可以寫出具邏輯性的文章或進行具邏輯性的說明。

你是否具邏輯性？



看看你會不會遇到以下煩惱！

- ◆ 經常被要求「好好想一想」
 - ◆ 不知道思考的方法
 - ◆ 有時候會溝通不良
 - ◆ 無法把想說的事情或主張傳達給人
 - ◆ 經常被說「你講的話很難懂」
 - ◆ 無法在腦中整理思路，不擅長整合
 - ◆ 不擅長質疑
 - ◆ 將所有資訊照單全收
 - ◆ 總是在講抽象的事情
 - ◆ 工作理解力差
 - ◆ 聽不懂他人說的話或看不懂書中的內容
 - ◆ 不擅長比喻
 - ◆ 無法好好安排工作順序
- 如果無法運用邏輯思考，就好可能會碰到以上的困擾。

但是無須太擔心，因為邏輯思考力，隨時都可以開始練習。人腦擁有良好的機制，科學家現在已經知道不論是用以思考事物的額葉或是有關記憶的海馬迴，都可以透過「運用」去提升其能力，這些能力能繼續發展，因此邏輯思考力一樣能夠一輩子持續成長。

具邏輯性的說明

三個小 TIPS

以下為你提供三個小TIPS，希望有助你提升說話的邏輯性。

1

使用主詞的說話方式

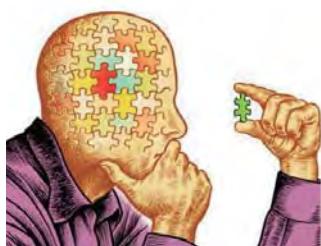
與他人溝通不良的人，可以說是不擅長將腦子裡的想法，用言語正確地傳達出去。看看你是否明白以下說話：

「昨天，跟小孩說要讓位，結果被拒絕了，覺得好訝異！不過，那個人在下一站就下車了。不知道是不是累了，顏色很難看。」

敘事者本人在腦海裡的確浮現出那時的光景，可是聽眾卻沒有那景象，所以完全聽不懂。即使聆聽者有極佳的理解能力，也不可能理解他所講述的事情。要令事件變得清楚易懂，至少也要加上事發地點及主詞（誰）。例如：

「昨天，鄰居太太搭輕鐵時，跟自己的小孩說要讓位給一位伯伯，結果被那位伯伯拒絕了，鄰居太太和小孩覺得好訝異！不過，那個伯伯在下一站就下車了。不知道他是不是累了，顏色很難看。」

人們在講述某件事時，腦裡會浮現整件事的光景，說話往往會誤以為自己已經把所有狀況確實地傳達給對方，省略了事情的先決條件，或者描述的順序跳來跳去，顛倒錯亂，因此要將事情準確傳達給他人，緊記要加上主詞，清楚交代「時」、「地」及「人」。



2

說話時運用具體事例

說話時運用具體事例可以增強說服力。

假設有人說：「Judy這個人很冒失。」但是純粹這種主觀判斷，應該會讓人疑惑「哪裡冒失？為什麼？」這時若能舉出實際發生過的事例，才有助他人易於理解。「某天我約了Judy一起去餐廳吃飯，結果她去錯了另一間餐廳。」敘述者補充了實際發生過的事例，聽者應該會覺得「原來如此，她確實很冒失！」，並且會認同。這就是具體事例的力量，可以增加說明的說服力。

3

先傳達整體情況

先傳達整體情況，有利於讓人充分理解。

有聽過「見樹不見林」或者「一葉蔽目，不見泰山」這些話嗎？

這些話大多用以比喻人被事物的小細節所迷惑，而無法看清楚整體。在說明某件事的時候，如果只關注樹木，就無法掌握整體，難以讓人理解想要表達的內容。說話時，可先表達整片森林大概有多大、是甚麼樣的森林，再轉移至樹木。若不清楚整體狀況，就無法得知現在的進度。因此，先傳達整體情況或主題，對於聽者會比較容易理解，也比較能夠容易進入狀況。

以上資訊只是一些簡單的邏輯說明技巧，如你有興趣深入了解邏輯思考，不妨在網上搜尋器輸入「邏輯思考」，便可輕易取得大量的相關資訊。圖書館也有不少相關的趣味書籍可供閱讀啊！

參考資料：

北村良子(2019)《最好玩的邏輯思考練習本》本事出版

具邏輯性的說明應有的七項特徵

- (1) 簡單易懂
- (2) 具有順序性
- (3) 沒有矛盾之處
- (4) 沒有重複或遺漏之處
- (5) 有條不紊
- (6) 有具體的數據或事例
- (7) 對於問題所下的結論與其理由都明確

中六感言

6A



「時光飛逝，歲月如梭。」轉眼之間，已過六年，我們都快畢業了。六年的風雨陰晴令我們從當初一臉稚氣、頑皮不懂事的孩子，變成今天成熟穩重、明白事理的青年。說實話，我們真的捨不得離開同學們，我們一起學習，一起打鬧，現在離情依依，心情難免複雜。在這校園，有很多難忘的回憶，可惜今年疫情來襲，在疫情下，學校停課，有很多活動都無法順利進行，學習氛圍也變淡。然而，透過網課，老師叮囑我們要懂得自律，不要因為環境變了就疏懶了。沒錯，我們作為這一屆文憑試考生，我們應該要在這段時間裡盡自己所能，不留下遺憾。

各位師弟師妹們，時間是沒有聲音的銼刀，升上中六只是一瞬間的事，但願你們能夠珍惜願意跟你一起聊天溫習的同學們，珍惜願意為你騰出時間的老師們，珍惜在你身邊一起奮鬥、互相勉勵的同學和戰友，一起為未來文憑試做好準備。

作家盧瑋鑾老師曾經寫過一段話：「校園風景，人人記取不同。你在看風景，也構成了風景，莫失莫忘。」在這校園中，你看到的風景是甚麼呢？它美麗嗎？你看到的這一份美，是不是因為一些人或事呢？而你的存在又會否為這校園添上一份美？在我們心中，譚李麗芬永遠是最美的校園，因為這裏充滿了人情味，充滿了親切感。同學們，你們還有時間，應好好珍惜，好好欣賞這校園！讓我們以美妙的青春為圓心，以豐富的知識為半徑，在校園中畫出人生中最完美的一個圓。





6B



時光如流星般璀璨易逝，驀然回首，六年光陰，匆匆而過，我們快要離開校園，各奔東西。緣分讓我們從相遇、相識到相知，經歷了點點滴滴，見證了我們的青春與朝氣。還記得我們為了考試而埋頭苦讀，為了陸運會在運動場上揮灑汗水，為了聖誕聯歡而精心準備。這一切經歷凝聚成美好的回憶。六年的同窗生活即將結束，這六年來我們並不孤單，因為有老師與我們的攜手奮戰，有同學們共同進退。儘管分道揚鑣的日子一天天靠近，心中的不捨油然而生，但是天下沒有不散的筵席，最終還是要各自分散，走向不同的道路。相逢又告別，歸帆又離岸，既是往日歡樂的終結，又是未來幸福的開端。在此，祝願各位同學前程似錦，在追夢的道路上昂首闊步，與夢想越來越近。

各位師弟師妹們，你們要珍惜中學時光，中學是人生路上一個重要的轉折點，雖然過程很艱辛，繁重的課業壓力或會使你們感到疲憊，但是不要放棄，要堅持到最後。所謂一分耕耘，一分收穫，你們現在的努力，將來都會有回報。希望你們好好珍惜中學階段；珍惜同學間的友誼；珍惜與師長相處的日子。時間轉瞬即逝，不要讓你們的中學生涯留下遺憾，不要等到失去才後悔，不要等到離開才痛哭。最後，祝願各位師弟師妹學業進步，心想事成！

6C



「光陰似箭，日月如梭」我們的校園生活即將完結。我們要向這裏的一磚一瓦，說再見了。我們對學校依依不捨。還記得令我們最難忘的是音樂比賽初賽，我們用了短短幾個星期時間練習演唱一首歌，誰知在台上比賽時，大家突然笑了起來。雖然最後未能進入決賽，但我們都不覺得可惜，因我們同心協力一起努力過。

我們班雖則不是最乖的班別，教導我們很不容易，十分感激老師多年以來的悉心教導，多謝老師的付出，一直支持並沒有放棄我們。我們的目標都不一樣，有的可能投身社會工作，有的可能繼續讀書，但希望我們還記得中學時的歡樂時光。各位師弟師妹，將來的事沒有人知道，

所以更要珍惜眼前的人和機會，六年時間不多，轉眼就過。李克勤的《告別校園時》其中一段曾唱到「一天一天的我在期待放學，一轉眼卻要告別校園，一張一張的快樂同學笑面粉筆似的消失不再遇見。」好好把握讀書的機會，不要到了畢業的時候才後悔。



NEW NORMAL

新常態「New Normal」是甚麼？

「New Normal」是一個新的英語表達，它的意思是新的一種「正常生活」方式，描述在新冠肺炎疫情爆發期間和疫情結束後人們的生活方式。

如何適應新常態「New Normal」？

大家都被迫適應這突如其來的「新常態」：學生和老師在家上網課、父母在家看顧孩子、所有人突然被隔離在狹小的空間裡，出門要戴口罩，上街買東西或吃飯時倍感壓力，回家時還要將所有物品和自己都擦拭乾淨。疫情的變化總是令人措手不及，若想做好疫情防控，我們就要犧牲一些生活上的便利，培養出積極應對的心態。

大家只要保持冷靜，學習調整心態去面對困境，這也是一個難得的磨練。尤其是正在準備升讀大學的同學們，面對着停課的挑戰和不明朗的升學安排，雖是難關重重，卻也是成長的契機。

新設的這個New Normal欄目將邀請老師和同學分享如何面對新常態和宅家而不無聊的小提案，並就著同學投票選出大家最感興趣的提案作為下期的專題。「好學」希望透過分享感受和心得，陪伴大家一同面對挑戰，令大家抗疫宅家時也不覺孤單。



校園新常態 – 在這裏引用一下梁文輝老師對同學們常說的提醒：「保護自己，愛護他人。」防疫招數必須時刻緊記！



既讀萬卷書，亦行萬里路，想遊覽世界各地景點，哪裏都不能去，怎麼辦？

何國輝老師：「雖然新冠肺炎疫情嚴峻，我們不能出國外遊，但也依然無阻我們放眼世界。世界各地旅遊景點、博物館、動物園、水族館、美國太空總署現在都提供虛擬遊覽或者透過YouTube提供實時直播節目，足不出戶，我們依然可以遨遊四海……」



護膚
保養

經常戴口罩，面上長了很多粒粒，去美容院做facial又有染疫風險，怎麼辦？



黃靜慧老師：「長期戴口罩時，口罩會與皮膚形成密閉空間，汗水和油脂混上呼吸的蒸氣容易滋生細菌，導致毛孔閉塞及變大、黑頭、粉刺、暗瘡等問題。有以上煩惱的同學記緊要減少化妝、定期更換口罩外……」





居家運動

天天宅在家，不少活動都是坐著的，把自己養肥了怎麼辦？



吳巧嬪老師：「網路上有不少影片教大家在家裡也能做的伸展運動……」



盧嘉謙老師、盧日高老師：「大家可以在家做一些高強度間歇運動，趁機剷除肥肉，也增添自己防疫抵抗力，例如……」



DIY
美食

要減少出外用膳，又不想天天吃外送，怎麼辦？



梁惠霞老師：「大家可以親自下廚，原本就喜愛下廚的你有機會在家人面前大展廚藝了；比較少下廚的人，也可以趁著這次機會，看著食譜下廚做菜。我知道這段時間很多同學的廚藝也有進步喔，我們可以一起分享下廚心得和網上得來的食譜……」



宅家
娛樂

宅在家好無聊，怎麼辦？



戚文峰老師：「網上有很多短片供大家學新技，能夠幫你培養一個全新的興趣，例如YOUTUBE……」



羅耀斌老師：「在家絕對不會無聊喔，除了可以追劇、看電影學英文、也可以打機學英文，還可以拼拼圖、玩桌遊……既可以培養自主學習的態度，也可以與親朋好友培養感情。」



楊健文老師：「除了可以聽音樂和閱讀書籍，多了很多時間關懷家人和打掃居所……」



心理
健康

擔心疫情而足不出戶，電視、新聞、社交媒體的的疫情訊息弄得自己焦躁不已，怎麼辦？



胡卓欣老師：「如果真的因疫情感到十分焦慮不安，新聞時事只挑重點了解，讓自己休息一下。我們要學習以平靜的心態接受現狀，並嘗試專注於新的目標。你還可以……」



每個人面對的難關都不一樣，同學們現在面對甚麼難題呢？我們邀請你用文字抒發感受，透過「好學」跟大家分享。

同學們對哪一個題目更有興趣，想知更多？又或者你是否也有心得跟大家分享？快點用QR CODE上網票選你最感興趣的題目，或與我們分享，在下一期的「好學」，大家便可以看到其他人的分享了！



台灣升學一站通

近年有不少家長都考慮安排子女到海外升學，除了英美澳加以外，鄰近香港、學費及生活費均相對廉宜的台灣也是熱門升學地點，現時每年平均有近2,000名港生赴台升學。有見及此，升學及就業輔導委員將會為同學們介紹台灣升學的資訊，有興趣前往台灣升學的DSE考生或家長可作參考。

台灣高等教育學制

台灣高等教育學制分為學士班、碩士班及博士班三種。學士課程主要為4年制，若港生已在香港完成副學士學位或高級文憑，則可以申請「2+2」插班至台灣大學三年級。自2012年起，台灣教育部推出「免試招收港生計劃」，學生完成DSE課程後，可以直接報讀台灣的大學學士課程。海外聯合招生委員會網頁已詳細列出台灣各大學不同科系的相關資料。另外，台灣的公私立大學分為一般大學（綜合型大學）以及科技型大學（科技大學、專科與技術學院）。香港學生想以僑生身份赴台就學，需要於香港居留最少滿6年（若欲申讀醫學系、中醫系及牙醫系須最近連續居留滿8年）以及擁有香港永久性居民身份證。

報名途徑

DSE考生可以經台灣海外聯合招生委員會線上填報系統（個人申請制、聯合分發制）或自行向各院校申請（各校單獨招生）。如果DSE成績未符合入讀大學門檻，可以選擇報名國立臺灣師範大學僑生先修部（俗稱「臺灣先修班」）。

2021年度香港學生赴台就讀學士班報名流程及注意事項：

「個人申請制」

申請時間： 2020年11月1日至12月18日

繳件時間： 2020年12月5日至12月18日

報名費用： 港幣500元 (學士班)

可報讀數目：可選填4個校系志願

「聯合分發制」

2021年2月8日至3月20日

2021年3月8日至3月20日

港幣500元 (學士班)

最多可選填70個志願

注意！一般情況下，「個人申請」錄取名單會於3月有結果，而「個人申請」未獲錄取者則自動進入「聯合分發」，「聯合分發」錄取名單則於7月下旬公佈。

 海外聯合招生委員會 - 申請資料填報系統

註冊帳號

初次使用請先點選「註冊帳號」。
若沒收到帳號開通信，請點選「寄送開通信」。

臺師大僑先部學生請以學校 E-MAIL 帳號 (例如:
lks90XXXXXX@ntnu.edu.tw) 直接登入。第一次登入請使用忘
記密碼功能更新密碼。

港澳註冊帳號人數：9202
海外註冊帳號人數：5367

註冊帳號

登入系統

注意！

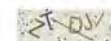
填報資料請使用繁體中文。
建議使用 Chrome 瀏覽器操作本會系統，以免部分功能無法正
常執行。

若您使用本系統，即表示同意本會「個人資料蒐集、處理及利
用告知事項」> [下載](#)

帳號 Email

密碼 Password

驗證碼 點圖可更新驗證碼



登入 忘記密碼

畢業後出路

自2014年起，畢業僑生留台工作按國際通行的「評點配額制」計算，評點項目包括學歷、薪金、工作經驗、職務、華語和外語能力，是否配合政府高產發展相關政策等，達到標準者，將獲發聘用許可。另外，畢業僑生亦可再透過《海外聯招會》申請報讀碩士班，不必與台灣本地生競爭。而想回流香港工作的同學亦不用擔心，在台畢業後，可向香港資歷評審局申請學歷評審。若齊備所需繳交的文件，大部份非本地學歷均可獲得認證。關於資歷評審的詳情，同學可掃描右方QR Code。



學費及生活費預算

港澳學生的學費與台灣本地學生完全相同，但學費會因公立或私立大學以及學系有異。
(以下數據參考自海外聯合招生委員會，貨幣為港幣)

學校類別	院系	學費(每年)	每學期住宿費 (每學年2期)	每月平均生活費	每年總開支
公立大學	文、法、商、管理、教育等學院	約\$5,000 ~ \$6,000	約\$1,200 ~ \$2,300	約\$1,000 ~ \$2,000	約\$19,400 ~ \$37,600
	理、工、農學院	約\$6,000 ~ \$7,000			
	醫學系	約\$8,000 ~ \$9,000			
私立大學	文、法、商、管理、教育等學院	約\$10,000 ~ \$12,000	約\$1,600 ~ \$2,800	約\$1,000 ~ \$2,000	約\$25,200 ~ \$45,600
	理、工、農學院	約\$11,000 ~ \$13,000			
	醫學系	約\$15,000 ~ \$16,000			

(資料來源：台灣海外聯合招生委員會、香港經濟日報)



希望這次的介紹能讓同學對台灣升學有進一步的了解。若同學對升學或就業出路有疑問，歡迎向升學及就業輔導委員會林仲華老師、陳德威老師、陳玉如老師、羅耀斌老師及程嘉恩老師查詢。

TLLF圖書館新貌

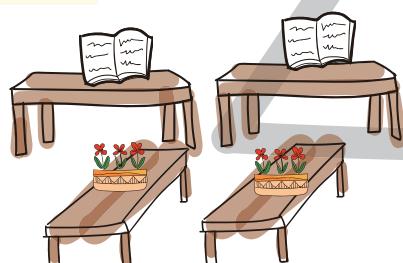
各科老師悉心為同學挑選的新書會陸續安排於「圖書推介區」展出。



圖書館的「多媒體學習區」設有4部電腦及1部Mac機，同學可借用電腦完成校本評核、進行聆聽練習或搜尋資料。



「雜誌報刊區」為同學帶來多元的雜誌刊物選擇。



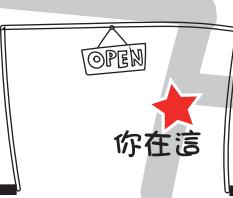
同學可在書架旁的信插索取中英文科閱讀報告互作紙。



今年度「專題書展區」會為同學帶來4個不同的專題書展。右圖為「中史料專題書展暨LEGO積木展」問答遊戲得獎同學的合照。



「新書上架區」為同學推介最新出版的圖書。



圖書館入口處的電腦會輪流播放紀錄片及老師攝製的YouTube片段。

