



新地會「愛家相伴」大行動

「家中的最佳拍檔」大募集比賽

公開組（中級） - 季軍

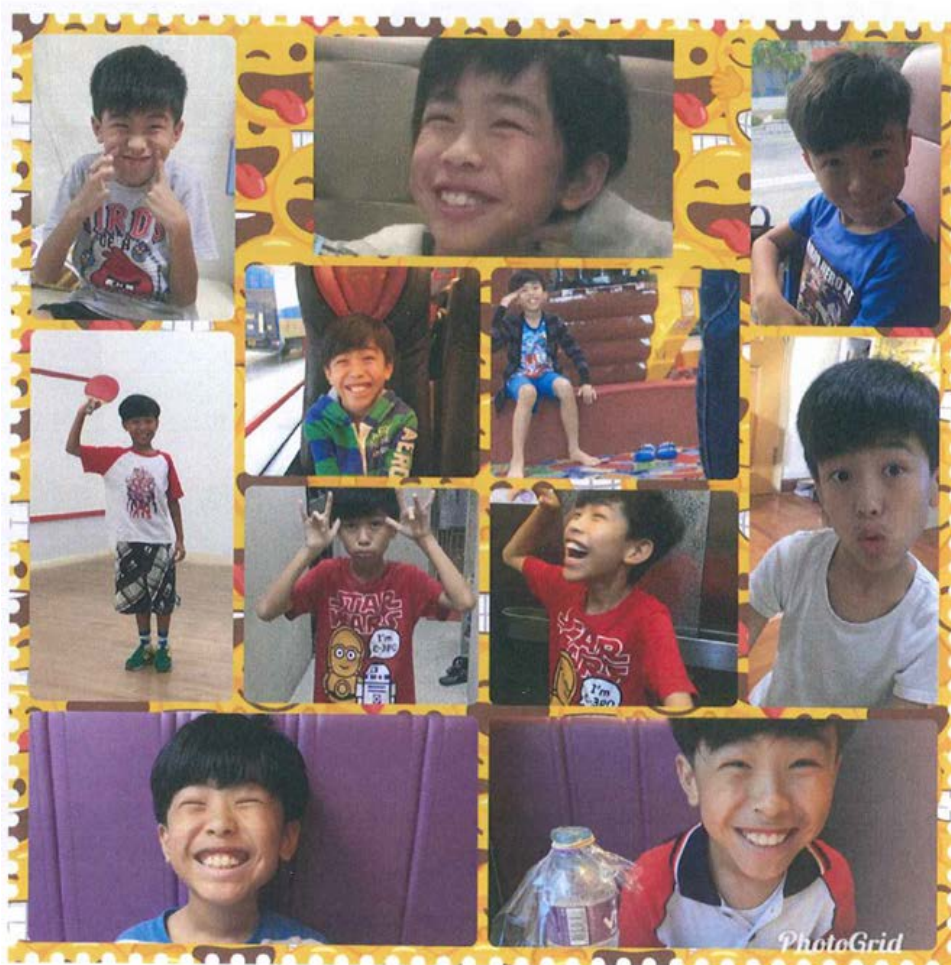
Open Category (Intermediate) - Second runner-up

左師韜 CHU SZE TO

爸媽是我生命中的最好拍檔

「我的爸媽是我生命中最大嘅好拍檔」

他們無私嘅愛、鼓勵、支持、陪伴、肯定和尊重，令我成為一個開朗、活潑、勇敢善良、自我肯定和有安全感嘅青少年。




SHKP Club would like to thank all entrants of Best Partner in the Family Competition for their contribution to promote social harmony. Winners will be notified individually for prize collection. 新地會衷心感謝每位「家中的最佳拍檔」大募集比賽參加者與我們一起推動「愛家相伴」的精神。我們將個別致函通知得獎者領獎安排。




新地會「愛家相伴」大行動

「家中的最佳拍檔」大募集比賽




Happy Children's Day

平均	Average	
全班名次	Position in Class	7/29
全級名次	Position in Form	19/115
事假節數	Personal Leave(periods)	0
病假節數	Sick Leave(periods)	18
遲到次數	Late	6
曠課節數	Absence w/o Leave(periods)	0
操行	Conduct	B-



Thank you 😊



SHKP Club would like to thank all entrants of Best Partner in the Family Competition for their contribution to promote social harmony. Winners will be notified individually for prize collection. 新地會衷心感謝每位「家中的最佳拍檔」大募集比賽參加者與我們一起推動「愛家相伴」的精神。我們將個別致函通知得獎者領獎安排。



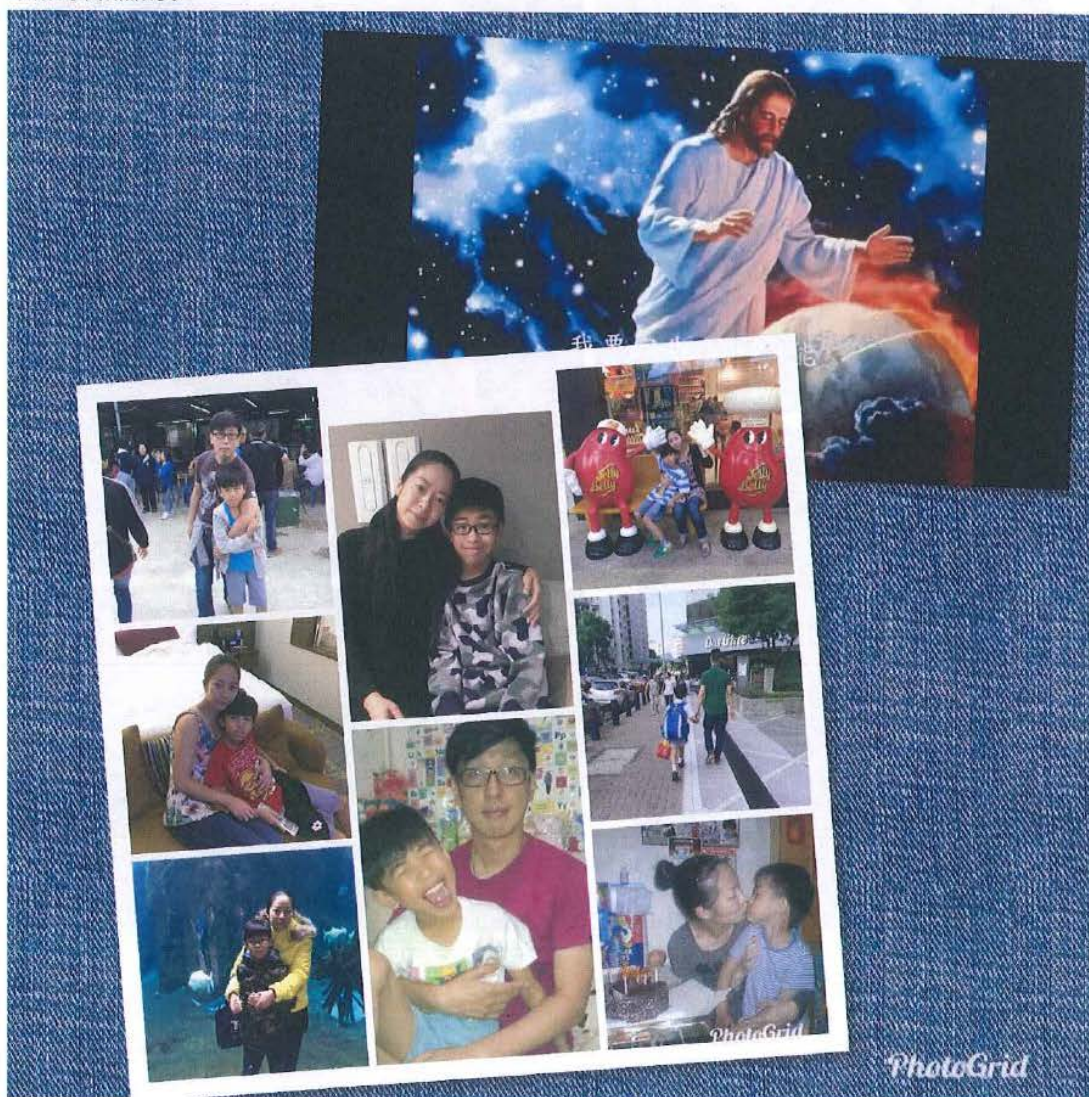
新地會「愛家相伴」大行動

「家中的最佳拍檔」大募集比賽

除了上帝和耶穌基督。媽媽，爸爸在我生命中成為了我心靈最大的支持的好拍檔。在這個家令我感到被愛和尊重。

(首先是健康的最佳拍檔。)

由於我媽媽是一位專科診所護士，所以由小到大，每逢我有什麼醫學上的問題想知，她都會耐心地解釋給我聽還買了很多有關疾病的圖書給我看，令我對醫學的興趣大大提升。她也成為我家的私人護士，每當我病的時候，她 24 小時全天候照顧我。最難忘的一次，在我 10 歲的時候，因為盲腸炎要做手術。手術後連續三天肚瀉得很厲害，全身也無力。她不怕污糟，每次都替我清潔。她早上，上班後立即趕到醫院照顧我，然後晚上留在醫院陪我直至第二天早上，然後又上班。日復日連續一星期她都不辭勞苦照顧我。



新地會衷心感謝每位「家中的最佳拍檔」大募集比賽參加者與我們一起推動「愛家相伴」的精神。我們將個別致函通知得獎者領獎安排。



新地會「愛家相伴」大行動

「家中的最佳拍檔」大募集比賽

(另外，媽媽也是令我建立積極、正面價值 觀的好拍檔。)

她令我明白到：愛人如己的精神。盡心，盡情，盡意，盡力去幫助，愛身邊的人。若果我有幸成為一位醫生，要本著這種精神去醫治病人。特別遇到一些貧窮的病人，用最低的收費或免費醫治他們，因為「施比受更為有福」。

她更鼓勵我並以身作則陪伴我一起做義工，幫助有需要的人。建立了我的自我肯定。[非以役人，乃役於人] 亦成為了我的座右銘





新地會「愛家相伴」大行動

「家中的最佳拍檔」大募集比賽

她也是我肚子的好拍檔□

因為她為我煮了很多色香味俱全的菜色，令我十分有口福。



SHKP Club would like to thank all entrants of Best Partner in the Family Competition for their contribution to promote social harmony. Winners will be notified individually for prize collection. 新地會衷心感謝每位「家中的最佳拍檔」大募集比賽參加者與我們一起推動「愛家相伴」的精神。我們將個別致函通知得獎者領獎安排。



新地會「愛家相伴」大行動

「家中的最佳拍檔」大募集比賽

(最後媽媽也是我情緒的好拍檔。)

從小到大，我的性格比較容易焦慮和驚恐。在小四的時候，媽媽陪伴着我一星期三次到情緒治療中心做小組治療。每次，我驚恐嘅時候，她都不厭其煩陪伴在我身邊，用正面嘅說話來安慰我，令我在她的陪伴下，驚恐慢慢地減少。

今年中一開學的時候，因為未適應中學嘅繁重功課和英文班的學校生活，令到我有點壓力和不知所措。

於是媽媽上網找尋有關情緒壓力嘅資料來幫助我。終於，在專科醫生嘅介紹吓到情緒小組作單對單嘅個人情緒治療。每一次媽媽都陪伴在我身邊和我一齊練習和上堂。

回家後也抽空和我一齊做情緒治療嘅練習，媽媽亦用很多說話來鼓勵我不要逃避困難和焦慮嘅人和事。只要用正面嘅觀點去回應自己內心嘅焦慮和壓力，積極面對問題是可以解決的。令我最難忘的是媽媽的一段說話：「不要被前面的困難嚇到。你越是逃避焦慮，它只會越來越強大。雖然你現正讀英文班，全部科目也用英文，看似很難。只要肯努力，下苦功，沒有難成的事的！」媽媽幽默地說：

「英文字母得 26 個，再長的英文詞語，也難不倒你，要對自己有信心。」在考試和測驗媽媽也教我逐個英文字的拼音，然後拆散來串生字，慢慢地，我對英文有了讀書的技巧。從此，我的壓力和焦慮也減少了很多，完全可以適應學校嘅生活。

在上學期的考試成績也很理想。

媽媽積極為我尋找解決方法，沒有逃避現實。更悉心地陪伴、安慰、鼓勵我。

令我由一個膽小，焦慮的小朋友變成一個可以用正面嘅想法去克服我所面對壓力和困難的小勇士。

SHKP Club would like to thank all entrants of Best Partner in the Family Competition for their contribution to promote social harmony. Winners will be notified individually for prize collection. 新地會衷心感謝每位「家中的最佳拍檔」大募集比賽參加者與我們一起推動「愛家相伴」的精神。我們將個別致函通知得獎者領獎安排。



新地會「愛家相伴」大行動

「家中的最佳拍檔」大募集比賽

情緒小組治療



SHKP Club would like to thank all entrants of Best Partner in the Family Competition for their contribution to promote social harmony. Winners will be notified individually for prize collection. 新地會衷心感謝每位「家中的最佳拍檔」大募集比賽參加者與我們一起推動「愛家相伴」的精神。我們將個別致函通知得獎者領獎安排。



新地會「愛家相伴」大行動

「家中的最佳拍檔」大募集比賽

(爸爸和我是媽媽嘅好拍檔。)

每逢媽媽生氣嘅時候，我和爸爸作一些古靈精怪的鬼臉，就會逗得媽媽哈哈大笑，再不生我的氣了。



(爸爸也是我運動和娛樂的好拍檔)

他經常和我一起做運動和玩耍大家相處得十分

