



培僑中學校友會 會訊

編委會：周世耀 林水源 韋以建 盧富球 伍煥杰 馮惠卿 李小萍

二零一五年十月刊

電話：2562 2135 2563 3662 傳真：2856 2520 網址：<http://www.puikiu.org.hk> 地址：香港北角琴行街2C-2D愛琴軒二樓A

恭賀曾鈺成校監 榮獲香港特區大紫荊勳章
 恭賀吳錦津監事 榮獲香港特區銅紫荊星章
 恭賀唐躍峰校友獲香港特區政府委任為太平紳士



亦悲亦喜話抗戰

記2015年9月5日北京校友聚會

北京校友會

適逢金秋，年事已高的吳康民老校長應邀參加抗戰勝利70周年的各項紀念活動，來到了北京。9月5日，老校長不顧連日勞頓，又和北京校友相聚了。

老校長這一代人正是在抗戰中成長起來的，在其自述《我家與抗日戰爭》中，他寫道，盧溝橋事變時，自己才11歲，但「小小年紀的我，也成為抗日宣傳隊的一員。跟隨哥哥姊姊們『上山下鄉』，到農村山區宣傳抗日大道理」，散發抗日歌謠，教農民詠唱，登臺演出活報劇等。從父兄和自己參加抗戰的經歷，他認識到，「中國的教育工作落後，文盲眾多，文化宣傳工作並不亞於武裝鬥爭。」或許正是基於這個深刻認識，老校長將教育作為自己畢生的事業，矢志不渝，成就斐然！校友們大多也親歷過那個戰火紛飛的年代，愛國救亡，人人有責，校友中有的也是小小年紀就積極宣傳抗戰，有年長些的還參加東江縱隊等組織來抗擊日本侵略者。在這次紀念抗戰勝利的大閱兵中，他們中的一些人也受到邀請，登上了觀禮台。



回望窗外，秋雨淅淅瀝瀝地下過不停，如淚水，為抗戰中數以百萬計的傷亡將士和數以千萬計的受難同胞而灑落；在綿綿細雨聲中，校友們緩緩起立，也為新近以105歲高齡辭世的陳曙光前輩和幾天前去世的曹特金同學默哀。陳曙光老師是培僑學校的創辦人之一。一次吳校長去看望她時曾說：沒有你陳曙光老師，就沒有培僑中學。

那是怎樣的一段歷史？

那一年，香港剛剛擺脫三年零八個月日本的統治，滿目蒼夷。年輕的陳曙光女士在南洋兄弟煙草公司簡老闆家中擔任家庭教師，而此時簡先生正為其朗園別墅之事憂心忡忡：香港淪陷期間，日軍佔據了朗園並在裏面關押、審訊、拷打和殺害抗日志士，將美麗的朗園變成了一座魔窟；抗戰勝利後朗園雖物歸原主，怎奈垃圾遍地、骸骨充塞、鬼影幢幢。當時恰逢籌辦培僑，尋找校址，陳曙光得知此事，當即聯絡並與簡老闆達成協議，由辦校方負責清理朗園，業主則以象徵性低價將其出租給培僑辦學。



啊！朗園，曾在侵略者魔爪下呻吟的朗園，多虧陳曙光等前輩的多方努力，多虧剛從抗日戰場返港的游擊隊戰士們的辛勤勞動，你往日的美麗和溫馨得以重現，為我們提供了難以忘懷的優良學習環境。



1946年培僑成立以來，培養了大批的愛國青年，給國家輸送大量人才。從朗園走過來的培僑，幾十年來兢兢業業、克服困難、不斷發展，在香港贏得聲譽和信任。吳校長告訴我們，母校近年來發展穩定，競爭態勢良好，現正籌備明年建校70周年慶祝活動，屆時將歡迎校友們返校團聚。讓我們北京校友們祝福母校昌盛，香港平安！

2015年培僑高齡教工聯誼會會慶

6月13日中午，我會在北角聯邦金閣酒樓舉行本年度會員大會暨會慶餐會。當天會員及嘉賓共115人出席。

會上舉行會員大會，除聽取理事長作會務報告及司庫作財務報告並予通過外，還向今年達90歲、80歲、70歲的會員贈送賀禮，並切生日蛋糕祝壽。90壽星是何傑老師、黃承濤老師、彭文盛老師；80壽星有廖桂芳老師、陳焯裳老師；70壽星有方基石老師、蔡迺捷老師、何善慶先生等。

每年會慶活動，都得到熱心校友及友好人士贊助活動經費和抽獎禮品。今年的抽獎禮品亦相當豐富，不少會員都滿載而歸。會慶餐會在一片歡樂溫馨的氣氛中結束。



高齡教工會會慶，
94高齡葉玲老師也出席共慶



高齡教工會慶理事敬茶



高齡教工會慶90,80,70壽星
切生日蛋糕

訃告

香港培僑中學創始人之一，敬愛的陳曙光老師在北京復興醫院因病搶救無效，於2015年7月22日20時26分不幸逝世，享年105歲。主管單位和家屬決定喪事從儉，不舉行遺體告別；在陳老師家中設靈堂祭奠三日，舉行告別。香港培僑中學北京校友會會長張國男代表全體在京老師和校友於7月25日前去憑弔，敬送花圈向家屬們致哀，並與其子林田校友及兒媳莊秀端校友合影，以寄託哀思。

特在此以沉痛的心情告知海內外培僑校友。

培僑中學北京校友會理事會
於2015年7月25日



深切悼念 易素芳、封麗芳、 吳倩馨老師

在過去一年，培僑高齡教工聯誼會多位會員先後去世，她們是原中學部易素芳老師、原小學部封麗芳老師、吳倩馨老師。三位老師從事愛國教育工作多年，桃李滿天下。教工會同事對她們離世深感哀悼，讓我們永遠懷念她們！

高齡教師會伊朗遊

19屆 張勳娟



5月底6月初，高齡會組織了一次伊朗旅遊，共有15位退休教師及家屬參加。出發前，總有人提出疑問：為什麼要去伊朗呢？哪裏不是很危險嗎？這只是誤解，其實我們去之前，閱讀了一些有關伊朗的書，已知道這個國家是安全的。我們通過旅遊，見到的伊朗不是美國所說的邪惡軸心國。人們都很友善，很喜歡我們替他們拍照，男女老少如是。我們看到他們家庭和睦，常一家人一起活動。他們喜歡在草地野餐，還熱情地邀請我們吃東西。見到我們是遊客，都問我們是哪裏人，知道我們是中國人後，就表示歡迎！

我們這次旅遊時間共10天，遊覽了三個城市：設拉子、伊斯法罕及首都德克蘭。他們都信奉伊斯蘭教，女的都包著頭巾。當我們參觀他們的清真寺時，女團員們也要入鄉隨俗，包著頭巾。我們又參觀了很多古建築、皇宮遺址等。伊朗的建築都很美麗，很藝術，窗是彩色玻璃的，透著光格外好看。伊朗不少遺址，因為年代久遠及戰爭關係，都倒塌了，遺下廢墟及一些破爛雕塑。國家十分重視保存這些遺址，重新整理好，讓人們參觀。



這次一班舊同事同遊，大家互相照顧，路上談笑風生，非常愉快！以後有機會，我們還會組織這樣的旅遊哩！

(攝影：方基石老師)



7月份會訊更正啟事

7月會訊「2015年4-6月份校友贊助經費、禮品」欄內：李德鑫（第23屆菲律賓校友）贊助校友會會訊助印費實為港幣2000元。謹此致歉！

校友會會所開放時間

本會會所逢星期一至星期六下午1時至7時開放（公眾假期除外），歡迎校友蒞臨。

培僑中學校友會獎學金計劃

本會設立獎學金計劃，旨在獎勵培僑教育機構轄下中小學生及校友子弟努力學習。各獎項及申請辦法如下：

獎項	贊助者	獲獎條件	獎學金
1 培僑中學優秀學生獎學金	張華峰 永遠榮譽會長	中一至中五學生，全級成績最好之首、二名	1000元
2 培僑小學優秀學生獎學金	傅金珠 永遠名譽會長	小一至小六學生，全級成績首名	500元
3 培僑教育機構大專生獎學金	楊金溪 永遠榮譽會長	培僑教育機構屬下學校的中六學生，參加應屆中學文憑考試，獲錄取入讀本港大專院校，其中成績最好之六名	1000元
4 校友子弟學業成績首三名獎學金	黃梓欽 永遠榮譽會長 陳勁 永遠名譽會長	小一至中五之校友子女，在學年成績中為年級前三名者	首名 1000元 第二名 800元 第三名 500元

培僑中學校友會獎學金計劃報名表格

校友姓名	屆別	會員證編號	電話
地址			
參加者姓名	名次	參加班別	
就讀學校		參加年度	

參加者可填寫以上參加表格，連同學年成績影印本於10月30日前寄 / 送回本會。
獲獎同學將獲專函通知，並於2015年11月6日校慶暨會慶餐會上獲頒發獎學金。

培友田徑隊捷報頻傳

3號風球懸掛下，灣仔田徑運動場仍然人頭湧湧，戰意高昂。近五百位運動員、二三百位啦啦隊員、一百多位工作人員，過千人的運動會，重現昔日學界賽的輝煌。場上只有三間老對手的學校，校友都穿著寫上校名的運動衣參賽。復刻版的「培僑」戰衣 -- 男的墨綠色白字背心；女的白色綠字無袖衫，由老大哥鄧達榮帶領，在黃偉河、廖志強和馮宏德三位校友的推動下，在運動場上追逐、追憶、追夢！

今屆是培友田徑隊第二年參加先進運動會的比賽，人數由第一年的17人，增加至27人。獎牌總數由46面增至54面。據說，由於狂風暴雨，取消了部份我校友傳統強項的田賽，否則還可以增添獎牌7至8面。

祝賀培友田徑隊取得佳績！表彰培友田徑隊為校爭光！期望更多校友加入田徑隊（可聯絡鄧達榮校友或致電校友會向李小平活動幹事查詢）。

附：培友田徑隊參加「香港先進運動會2015」成績公佈

女子組

屆別	姓名	金牌	銀牌	銅牌
51屆	吳凱琪	400米		800米、5000米 4x400米接力
44屆	楊鳳玲	4x400米接力		100米、400米、800米
43屆	馬小慧	鉛球		
39屆	焦小慧		800米	5000米
38屆	黃應紅	標槍		跳遠
36屆	黃金鳳	鉛球	標槍	4x400米接力
36屆	李菁			4x400米接力
35屆	龍惠蘭	400米、跳遠 (個人組別冠軍)	100米、跳高 鉛球	4x400米接力
23屆	黃妙桃	跳遠、鉛球 標槍 (個人組別冠軍)		



曾鈺成校長頒發獎予
4x400米接力冠軍隊



曾鈺成校長到場鼓勵並與運動員合照



培友田徑隊在慶功晚宴中合照



先進運動會籌委會：
馮宏德、廖志強、黃偉河

男子組

屆別	姓名	金牌	銀牌	銅牌
29屆	歐敬唐		4x400米接力	100米、跳高
28屆	廖志強	鐵餅	4x400米接力	
28屆	黃偉河		4x400米接力	
28屆	江紹強		4x400米接力	
26屆	甄進業	鉛球		
26屆	謝金業		4x400米接力	鉛球
25屆	曾泰來		4x400米接力	跳高
25屆	戴德祥		4x400米接力	5000米
23屆	梁錦賢			4x400米接力
23屆	袁啓昌	跳高	4x400米接力	400米
21屆	高永餘	4x400米接力		
20屆	鄧達榮	4x400米接力		
20屆	吳文默	4x400米接力	800米	400米
20屆	程介南	4x400米接力		
20屆	林振燦			標槍
總計		18	17	19

校友會7、8、9月開放日

主題：認識懲教署；處理遺產；長者福利

愛心組通訊員

7月份：第28屆廖耀培校友主講「懲教署知多少」

廖耀培校友於1983年參加懲教署工作。懲教署，就是期望犯人在接受懲教，更新後就不再犯法。

廖校友需要受訓一年，當年得到「最佳學員獎」。開始工作時，因為是新入，曾給犯人欺負。但經過有經驗的懲教員輔助後，有了很大的成長。懲教工作艱苦，工作量大，但看到犯人得到更新，很受鼓舞！



7月開放日廖耀培校友主講

8月份：第43屆陸勁光校友講述如何處理遺產

A. 財產包括：銀行戶口、保管箱財物、物業和保險。

B. 無遺囑繼承法：

- (1) 如無子女，遺產的首100萬給配偶，其餘由配偶與父母均分。
- (2) 如無子女及配偶，遺產給父母；如父母已歿，由兄弟姊妹均分。
- (3) 如有子女，非土地實產給配偶：第一個50萬給配偶，第二個50萬，配偶與子女平分。

C. 設立遺囑（又稱「平安紙」）。

2006年2月11日起，本港取消了遺產稅。



8月份開放日陸勁光校友主講

9月份：第19屆顏尊廉校友講述長者福利

主要有以下幾項：

1. 長者八達通，65歲長者可用。
2. 長者生果金和長者生活津貼：
70歲長者不用入息審查，可得生果金；
65歲長者申領生活津貼，須接受審查。
3. 長者醫療券，70歲以上可用。
4. 申請綜援。
5. 關愛基金資助。
6. 住屋申請。



第19屆校友於9月2日校友會開放日合照

培僑優秀的田徑好手 —— 「長氣袋」鄧達榮

21屆 高永餘

回憶在「朗園」十餘年學習生活中，當時（上世紀60年代中期）校內湧現了一大批傑出的文藝、體育人才，當時全校不論那一年級同學，只要提起「哨牙」或「蛋撻」，真是無人不曉，無人不知，他就是「黃公」手下的長跑好手，也是一位籃球名將。他就是為培僑爭了不少光的第20屆校友——鄧達榮！

拉開記憶的帷幕。五十年前的鄧同學，個子不高，身材瘦削，手腳似乎較常人長，走起路來兩手擺幅特大，雙腳踏地好像有彈弓，兩腿還好像有點O字型。當然臉上還帶有一般男孩子不羈的神態，還有那引人注目，一棚稍向外翹起的上牙……

記得大約是1964年某星期日的下午，南華會學界田徑運動會正在南華會運動場如火如荼地進行競賽。運動場上歡呼聲、驚嘆聲此起彼伏……，而整齊坐在東右角看臺上數百位我們培僑觀戰的同學，大家正熱切期待著男甲1500公尺長跑比賽的開始，因為有三名培僑長跑運動員參加。槍聲一響，幾十位參賽者向前飛奔而去。不久，運動員跑成了一列直線，但三名培僑健兒身穿胸前印上白色「培僑」兩字的背心，特別引人注目，他們輕鬆地跑在前列。離終點只有一百多公尺時，跑道上的運動員開始加速，尤如萬馬奔騰，觀眾席上全場觀眾紛紛站起來了，「培僑！培僑！……加油！加油！」。只見前三名培僑運動員脫穎而出，囊括了這項比賽的冠、亞、季軍，創造了佳績，他們就是鄧達榮、顏偉剛及陳建發。而鄧達榮在這次運動會還在800公尺及3000公尺長跑比賽中，取得優秀成績……

大概是1965年吧，開學不久，學校就發出了通知：為迎接16週年國慶節的到來，號召同學們為國慶獻禮：跑到北京去！這是用長跑接力方式完成香港到北京近2000公里的路程，學校成立了一支「跑到北京去長跑

隊」，有好幾百位同學參加。體育室掛上一塊顯示中國地圖的模型板，標誌著從香港—北京，紅色向上箭綫記錄每天完成的路程。鄧達榮就是我們長跑隊的隊長，每天一早上課前七點開始，他帶著長跑隊員在排球場開始千里長征；黃德誠老師也每天喜孜孜的在花基前面觀看同學們的壯舉……

一開始，就碰到了一個計算的難題，怎樣計算跑了的里數呢？大家圍在一起商量，意見紛紜，鄧同學提議用一支粉筆解決問題：每人開始跑時拿一枝粉筆，選一花基面位置作記錄，跑一圈劃一下，完成當天跑步，就數自己劃了多少劃。一圈當時計為70公尺，再乘每人粉筆劃數，就得到每人每天跑的長度上報。當日參跑隊員的總圈數，就是「長跑隊」一天跑的總長度。看地圖板紅箭嘴綫每天向上昇，不出一個月，示意板上的紅綫已由香港伸到北京。國慶節當天，我們終於跑到北京了，這是當年的大喜事，至今留下深刻印象！這是一件多麼美好，能夠表現團結合作、愛國愛校的創舉啊！

在鄧同學的影響下，我愛上了長跑，至今不變，當然是為了強身健體。一個偶然的機緣，幾十年後與鄧達榮會面了，我脫口而說：你是我心中的「偶像」。他靦腆地笑了……聽說他現在積極推動校友田徑活動，近兩年與幾位學弟組織了校友們參加本港的「先進運動會」，還去過台灣和日本交流比賽。

今天的鄧同學，外表及身材似乎與學生時期沒有兩樣，只是歲月流逝，留下了幾絲銀髮……他沒有誇耀當年的「威水史」，眼前的鄧同學仍是一位謙謙君子。談起黃公怎樣教導長跑，他說給了六個字：「前放，中勻，後衝。」就自行刻苦去練了。因酷愛運動，導致膝蓋留下了傷患，至今未徹底痊癒，但他仍是一位長跑運動愛好者。

今年十月三日，鄧同學又一次領軍，組織了二十多位校友參加本港「先進運動會」。隊員中不乏各屆體育「名將」，他個人也報名參加了四項比賽。在這裏預祝培僑的「先進健兒」取得好成績，也期待著看到「蛋撻」屆時在運動場上的又一番飛奔雄姿！

招生

報名：李小萍
電話：2562 2135
電郵：mail@puikiu.org.hk

春節賀年飾物手工班

導師：張佩芬校友（第16屆）

上課日期：2015年12月19日（星期六）
及2016年1月16日（星期六）

上課時間：下午2：00至下午4：00

上課地點：校友會會所

內容：兩款賀年掛飾：金魚、燈籠

材料：須自備利是封

1. 金魚：自備同樣大小及圖案的利是封13個
2. 燈籠：自備同樣大小及圖案的利是封30個、自備同利是封大小的硬卡紙12張

工具：自備雙面膠紙或釘書機和釘（選帶其一）

費用：港幣10元/人

人數：10人以上開班，最多15人，額滿即止

校友會攝影比賽2015 賽事評判團

本會「攝影比賽2015」獲得第19屆王伯遙校友為贊助人，並邀請何寶甜校友、張燦榮校友、葉毅良校友擔任賽事評判。

各組冠、亞、季軍及優勝者獎品將於校慶餐會頒發，得獎作品亦於會場上展覽。



友會演出者全體大合照

友會交流演唱會2015

康樂部通訊員

秋風初涼的9月20日，由培僑校友會主辦，13間友會協辦的「交流演唱會2015」在寶馬山上培僑中學禮堂隆重舉行。

朗園合唱團和義工的校友們早早來到，為演唱會作最後準備。男團員的黑色西裝搭配綠色煲呔，與女團員的綠色衣裙互相輝映。朗園合唱團的男女團員忙於開聲、化妝和排練。大家總是一絲不苟，忙碌中有提點，緊張中有默契。醒目的橙色T-shirt身影在禮堂和各樓層穿梭：張貼演唱會流程、派發飲品、安排膳食、測試音響、引領各友校綵排……連黃金平會長也提前到場，視察進展，確保演唱會的順利進行。

下午2時，演唱會順利拉開序幕。觀眾比預期中多，工作人員加了一排又一排的座椅，把禮堂坐滿了。在一陣銅鼓聲中，司儀信步登場。一首首或輕快，或抒情，或激昂的愛國愛家旋律繞樑在禮堂中，熱烈的掌聲不絕於耳。台上的表演者傾情演出，台下的觀眾們全情投入。各隊顏色鮮豔活潑的表演服也成了一道靚麗的風景線。

今年大會改以交流的形式舉辦演唱會，邀請了各校大合唱的指導老師為小組唱和大合唱撰寫評語。六位評語老師端坐在特設的高台上，跟演出隊伍的高度幾乎一致，演員們的一舉一動，音色上的一音一符，都逃不過他們的慧眼和專注。各評委的精彩點評，必能使各友會合唱隊員的歌藝更上一層樓。

最後一曲《同一首歌》，二百多位演員齊集的四聲大合唱，場面壯觀，把表演帶上了高潮！



朗園合唱團男女聲小組唱



張心子團長代表朗園合唱團接受紀念品



校友會會長及校友義工與朗園合唱團合照

七律：友會交流演唱會2015有感

第25屆戚繼明作於9月20日

朗園團隊意高昂，盡獻和音未敢藏。
 《在太行山》聲浩蕩，《把根留住》味滄桑。
 抑揚頓挫曲牢記，字正腔圓調未忘。
 《同一首歌》齊詠唱，十三校友聚華堂。

竹戰大賽2015



竹戰開幕禮

一年一度的校友會竹戰大賽如常在8月份於天后御名軒酒家舉行。今年參加人數一如往年，活動由楊乾坦副會長、許紹基副理事長贊助。當天由李耀熙永遠榮譽會長及盧富球理事長主持開幕式，張心子副理事長簡介比賽注意事項後，竹戰大賽隨即展開，非參賽者亦耍樂一番，氣氛熱鬧非常。

晚宴開始同時宣佈了余秀勤會務幹事榮休，9月份開始由李小萍校友接任。大家對余幹事都有不捨之情，並送上祝福。席間設有抽獎，禮品由李耀熙永遠榮譽會長、吳肖梅名譽會長、戴桂香常務理事及校友會贊助。整晚活動在大家歡愉的心情下結束，都說明年再戰。附竹戰大賽2015賽果：



校友會新舊幹事同出席竹戰活動



竹戰冠亞季殿軍



竹戰優異



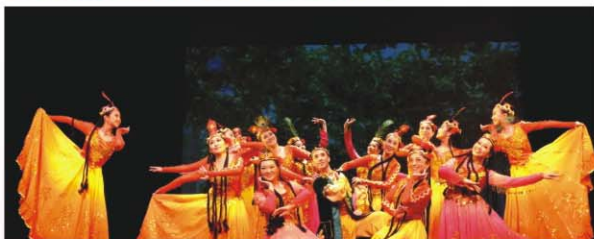
竹戰聚餐



竹戰一角

第1名	第28屆	許麗珠
第2名	夜校	駱洪光
第3名	第28屆	歐陽炳耀
第4名	第25屆	余國權
優勝獎	夜校	文國輝
優勝獎	第7屆	楊寶善
優勝獎	夜校	賴美玲
優勝獎	第21屆	顏永鴻

蔡清愛舞蹈組表演



校友會蔡清愛舞蹈組在香港舞蹈聯會主辦舞苑奇葩聚香江2015晚會中演出新疆舞蹈

黃端梅校友書畫展



書法展覽會與友好合照

第31屆譚錦池校友在8月30日參加2015全港公開武術競賽及傳統錦標賽中，在男子成人組42式太極拳和太極劍兩項比賽中都得了冠軍。



2015年7月1日太極班學員參加交流活動

興趣班



盧富球理事長享受
扭波班的成果



扭波波班作品



養生班上課



養生班其中
一部份學員



太極班學員與老師



太極班上課



扭波波班上課



歡樂舞蹈組上課



美聲班



美聲小組上課



周日書法班上課



蛋糕班上課



朗園合唱團



乒乓球隊活動

校友會乒乓球賽2015

比賽日期：11月15日（星期日）下午1時至5時（12時45分集合）

比賽項目：男單甲組、男單乙組、女單組、家庭樂雙打組

比賽地點：培僑中學室內球場

男單賽制：男單甲組參加資格：上屆比賽8強自動成為甲組

男單乙組參加資格：除上屆8強外，其他為乙組

（今屆乙組的冠亞軍下屆升級甲組；今屆甲組8強排名最後的2人下屆降級乙組）

採分組循環賽制

女單賽制：按參賽人數多寡，採取循環賽或分組循環賽制

家庭樂雙打：由校友與其直屬（父母、配偶、子女，不限年齡）組成雙打採取淘汰制或分組循環賽制

報名辦法：向校友會報名，電話：2562 2135

傳真：2856 2520

電郵：mail@puikiu.org.hk

截止報名：11月9日下午六時截止報名

抽籤排位：11月10日下午六時，請各參賽者或代表到校友會參加抽籤排位，並編定賽程

- 除比賽外，將安排2張球檯設立遊戲及練習區，讓沒有參賽的校友及家屬活動。歡迎校友及家屬參加！

校友會羽毛球賽2015

時間：2015年12月6日（星期日）

中午12：45分抽籤

地點：培僑中學室內球場

參賽者：培僑校友、校友直屬（父母、子女、配偶、親兄弟姊妹）

項目：男子單打、女子單打、男子雙打、女子雙打、男女混雙共五項

- 賽制及參賽限制容後公佈

報名：

電話：2562 2135、2563 3662

Fax：2856 25260

E-mail：mail@puikiu.org.hk

- 報名詳情稍後公佈，歡迎向校友會查詢！

滋補蛇宴2015

日期：2015年12月18日（星期五）
 時間：下午7時30分（準時開席，逾時不候）
 地點：香港灣仔洛克道368號百玲大廈2樓
 「工聯會服務業工會聯合會」會所

餐券：HK\$200 / 位

菜譜：太史五蛇羹（兩窩） 冬筍炒蛇絲
 海味大拼盤 鹿胎羔竹絲雞炖三蛇
 當紅脆皮雞 豉汁蒸大鱔
 枝竹炆草羊 蛇湯灼生菜
 臘味糯米飯
 （培僑教育機構包場）

報名方法：

1. 向校友會活動幹事李小萍報名
 電話：2562 2135
 傳真：2856 2520
 電郵：mail@puikiu.org.hk
2. 即日開始接受報名，因校友會名額只有4席(48位)，額滿即止

校友會開放日預告

2015年12月2日（星期三）

時間：下午2：30至5：00
 地點：本會會所
 主題：聖誕節聯歡

2016年1月6日（星期三）

時間：下午2：30至5：00
 地點：本會會所
 主題：自然養生「治未病」座談會
 主辦：第19屆

主講嘉賓：施釗潘（第19屆校友）

內容重點：

1. 通過一問一答
 - A. 加深對中醫「治未病」科學觀點的認識
 - B. 出了毛病時，如何面對？如何通過自然的方法加以調理？
2. 介紹「八卦內功」。
 - 會後免費茶點供應，歡迎老師、各屆校友參加！

第18屆曄社慶祝50週年活動通知

為慶祝曄社成立五十周年，茲定於2015年10月31日晚上在灣仔南洋酒店宴會廳舉行聯歡晚宴。現誠意邀請各校友攜眷參加，特別是請海外校友及早安排，返港渡假，並參加曄社活動後，再一併參加11月6日母校慶祝校慶的聚餐。

請聯絡以下同學：王小莞 (9109 1369)

長青社慶祝畢業40周年(第二擊)活動通告

40周年晚宴(謝師暨文藝表演)

日期：2015年10月24日(星期六)
 地點：杏花邨稻香集團迎喜大酒樓
 費用：\$450（包括宴請老師及禮品）

歡迎同學報名參加，不設攜眷。並於9月24日前截止入數
 註：因訂位及方便禮品等安排，敬請同學盡早將\$450/每位餐費，存入長青社聯名基金戶口 --- 中國銀行儲蓄戶口
 帳號01271110042499，戶名：CHAN LIT YEE LILLIAN、LEE MAN TAK & NGAN CHUEN KON。再將銀行收據(須填寫自己姓名)傳真至 2389 6881或 whatsapp至 61287777顏尊幹 / 93823382施清雅之手機作實。

第十三屆駿社畢業 55周年慶祝活動通告

為了慶祝第十三屆駿社畢業 55周年，我社定於本年十一月舉辦以下三項慶祝活動：

- (一)11月6日(星期五) 參加校友會主辦之校慶大聚餐，地點在鐘名都酒樓，餐費\$280。
- (二)11月9日(星期一)愉景灣一天遊。
- (三)11月11日(星期三)晚上七時，駿社聯歡宴。地點為北角漢堡酒樓，餐費\$500。

誠盼您早作安排，如期赴約，別因您的缺席而使聚會失色。讓五十多年來的牽掛化成歡聚，化成祝福，一起見證那不老的情懷！

第十三屆駿社社慶籌委會
 莫金標、武慎言、張乃香、曾熾浩
 鍾定嘉、盧德嫻、嚴瑞鶯、歐陽玉君 敬約

呼籲贊助

「培僑校友會會訊」印刷經費

捐助項目：培僑校友會每年編印四份會訊，每季度一份，提供給所有海內外培僑校友。很感謝校友會監事陳其仁校友長期的贊助，使每期會訊能順利編印。由於會訊的編印費及郵寄費用不菲，我們很希望能得到廣大校友們的捐助支持，捐助款項只隨心意、多少不拘，目的只為共同把會訊工作做得更好。

捐款金額：

現金（請親臨本會會所捐遞，切勿郵寄，以免遺失支票（抬頭請寫「培僑中學校友會」，支票背後請寫聯絡電話及回郵地址）

銀行入數（中國銀行校友會賬戶：064-777-00452115，後把付款收據傳真或郵寄校友會

捐助芳名：

聯絡電話：

郵寄地址：

請將填妥之表格，傳真：2856-2520 校友會收或郵寄：香港北角琴行街2C-2D，愛琴軒 2A，培僑校友會收

2015年7-9月份校友會活動義工

7月-9月 開校日義工

姓名	屆別
方基石	老師
吳婷婷	18
蔡玉桑	18
王小莞	18
姚友瑜	18
容佩文	18
周潔明	18
張勵娟	19
何桂祥	22
馬浩峻	24
莊耀華	24
章秉聰	26
陳玉圓	27
廖耀培	28

7月11日 新橋三校聯會慶義工

姓名	屆別
黃端梅	11
羅耀芬	19

8月22日 樹仁校友會慶義工

姓名	屆別
蔡煥林	49
陳錦煌	56

8月23日 竹戰義工

姓名	屆別
何海清	上水
周熾昌	10
歐陽玉君	13
姚友瑜	18
余秀勤	18
楊乾坦	19
張心子	22
張燦榮	23
盧富球	23
莊耀華	24
杜曉暉	50
丁華興	54
陳錦煌	56
吳雪蓮	58

9月20日友會交流演唱會義工

姓名	屆別	姓名	屆別
何少美	老師	黃美兒	29
馮長善	老師	李炳凱	29
何海清	上水	陳偉邦	29
梅玉玲	上水	陳培強	36
潘國華	上水	蔡煥林	49
嚴瑞鸞	13	杜曉暉	50
姚友瑜	18	吳凱琪	51
吳婷婷	18	丁華興	54
容佩文	18	穆家駿	61
高永餘	21	蔡季樺	培中學生
何志強	22	鄺嘉慧	培中學生
盧富球	23	高曉鈴	培中學生
張燦榮	23	李汶怡	培中學生
馬浩峻	24	麥淳琳	培中學生
莊耀華	24	吳家堯	培中學生
陳玉圓	27	江思宇	培中學生



肌舒適 肌肉關節軟膏 Phenicare



腰痠背痛一掃清

- 全球專利成份 aXiphen®
無味、無副作用，不刺激配方
- 無傷肝，不含水楊酸、雙氯芬酸成份
 - 不含致敏原或香料

 挪威製造



培僑校友優惠
買1送1
正價: \$ 118
優惠期至2015年11月30日

2015年7-9月份校友贊助經費/禮品

(排名不分先後)

姓名	屆別	贊助項目	贊助款項/物品
傅金珠	15	乒乓球賽	5,000
楊乾坦	19	竹戰活動	5,000
許紹基	29	竹戰活動	5,000
吳肖梅	22	竹戰活動	禮品
李耀熙	20	竹戰活動	禮品
林建新	27	羽毛球賽	5,000
陳筱薇	19	交流演唱會	5,000
洪永遠	21	交流演唱會	5,000
吳肖梅	22	交流演唱會	5,000
張心子	22	交流演唱會	5,000
陳玉萍	27	交流演唱會	5,000
莊子雄	34	交流演唱會	5,000
黃偉河	28	培友田徑隊	復刻版「培僑」田徑上衣
羅海雷	28	培友田徑隊	風褸
鄭偉群	25	助印會訊	2,000
吳麗中	16	助印會訊	1,000
黃妙德	2	助印會訊	300
周志恆	37	助印會訊	200



挪威阿斯麥



天然Ω-3三文魚油丸

Natural Omega-3 Salmon Oil

挪威製造 質量保證

- 100%挪威鮮活三文魚製造
- 低溫技術萃取魚油
- 極易被人體吸收
- 無化學添加，無殘留
- 鋁瓶包裝，隔光保質
- 護心、健腦、益眼、活關節

培僑校友優惠 75折 正價: \$388 優惠期至2015年11月30日



通過STC檢測



香港醫學會
認可產品

阿斯麥香港有限公司 香港銅鑼灣糖街15-23號銅鑼灣中心9樓901室

www.aXimed.hk | 訂購查詢熱線: 2368 2772

請柬

慶祝培僑中學69週年校慶 暨校友會57週年會慶聯歡餐會

謹訂於二零一五年十一月六日（星期五）晚上七時正，假香港金鐘名都酒樓舉行慶祝母校六十九週年校慶暨培僑中學校友會五十七週年會慶聯歡餐會

內容：聚餐、頒獎、表演、抽獎

餐券：港幣280元/位

報名辦法：

1. 各級社集體或個人報名
2. 向校友會李小萍活動幹事報名

電話: 2562 2135

傳真: 2856 2520

電郵: mail@puikiu.org.hk

3. 即日開始接受報名，因名額有限，額滿即止

繳費方法:

1. 把款項存入中國銀行「培僑中學校友會」賬戶：064-777-00452115，收據寫上名字後傳真28562520或郵寄至校友會；
2. 支票抬頭「培僑中學校友會」，郵寄香港北角琴行街2C-2D愛琴軒2A室培僑中學校友會
3. 直接到校友會付款

截止報名日期：2015年10月30日



培僑中學校友會

E

POSTAGE PAID
HONG KONG
PORT PAYE

PERMIT
No.6400

培僑

香港北角琴行街2C-2D愛琴軒二樓A

電話:2562 2135 25633662 傳真:28562520 網址:http://www.puikiu.org.hk