



香港四邑商工總會 陳南昌紀念中學

2014年11月

南風

第27期

校址：葵涌祖堯邨敬祖路12號 電話：2741 0326 傳真：2785 9831 網址：<http://www.cnc.edu.hk> 電郵：info@cnc.edu.hk



編者的話

幾經辛苦，《南風 Breeze》（革新號）終於面世了！同學們別小看你手上拿著的幾頁紙，它可是我們校報編輯部花了不少課餘時間，嘔心瀝血、日以繼夜、棉乾絮濕……（下刪300字）才得以完成的，由構思到開會，再進行資料搜集，與校園攝影組合作，約嘉賓做訪問，文字創作及編排校對，再把市場上的印刷出版公司互相比較格價，又正值我校教師最忙的「死亡十月」……請容我偶發嘮叨，因為真是「唔做唔知道，傳媒唔易做」啊！不知道這期《南風 Breeze》有否令你們有耳目一新之感？我希望同學可透過校報，加深對學校的認識之餘，亦能在生活中有所得著，正如我們英文版的名字「Breeze」一樣，成為一道令人感覺舒暢，在生活、學習低氣壓中拂面而來的微風。而一道道微風終將匯聚成颶風——貫徹南昌人精神的「南風」。最後，如果大家對我們有任何建議，歡迎來信 breeze@cnc.edu.hk。在此謹祝各同學學業蒸蒸日上、身體健康！

《南風 Breeze》總編輯



鎂光燈下

「謙謙君子，溫潤如玉。」用這句話形容我們的新任校長陳千里校長是最適合不過的。玉的光芒是凜於內而非形於外，雍容自若的神采，豁達瀟灑的風度，不露鋒芒，不事張揚，無大悲大喜，無偏執激狂，正所謂「寵辱不驚，閑看庭前花開花落；去留無意，漫任天際雲捲雲舒。」這樣一個性情溫和、內斂的人卻在開學日向一眾師生坦言自己有三個願望，比馬丁路德金還要多出兩個，全因一顆充滿教學熱誠的心及永不言敗的精神。今期我們《南風》很榮幸，邀請了這位新任校長接受我們的訪問。

記者：想不到校長的工作原來如此繁重！接任校長的職務後，你最大的壓力是什麼？
校長：最主要的壓力就是歷史包袱。如何保留學校這35年來的優良傳統，又要帶領學校向前邁進？雖然是一大難題，但我會做得更好，給學生一個更好的學習環境。

記者：校長的工作與之前副校長的工作有什麼分別？

校長：最大的分別是責任感。作為一校之長，基本上大小事務都要負責。包括學校對外的聯繫工作，向校董會交代，甚至社區人士，相比起副校長的職位，校長的工作更廣闊，責任也更大。

記者：記得校長在開學禮時對同學們說過有三個願望：一是同學能愛惜自己，做一個健康、快樂的中學生；二是同學學會感恩，懂得多謝他人為自己的付出；三是同學不會看輕自己，能有信心、恆心和毅力，認真積極地學習，創造出CNC的奇蹟。當這三個願望達成後，校長會有什麼新計劃？

校長：其實計劃有很多，但暫時不會說，要保持神秘感，到下學期才告訴你們。

陳千里校長：校長

記者：記者

記者：校長從事教育工作已有三十年，是什麼原因令你投身教育界？

校長：這可說是機緣巧合。當我大學畢業後，出來找工作，但都沒有消息。當時有一位師妹告訴我，她學校有位老師請長假，要找代課老師，問我有沒有時間去試。我覺得無所謂，反正未有工作，那就去試試吧。和一些年輕人在一起，感覺很好，覺得很有成功感，很開心。那次經驗後，覺得不如加入教育界，在這方面發展。自此開始了我的教師生涯。從入行到現在，都沒有轉過工。

我有三個願望

陳千里校長

記者：你認為我學校學生的最大問題是什麼？

校長：（逗趣地）我反而想問你們作為學生，覺得自己有什麼問題？

記者：（作思考狀）我個人認為是學生的學習態度，因為新高中的學制令我們鬥志不足。

校長：其實你們的看法也是我的看法。陳南昌的學生本質並不差，只是自信不足，往往懷疑自己的能力不足而不敢嘗試，學習態度不能持之以恆，這就是我所見的情況。希望你們不要輕易放棄，可以逐步提升自己的能力，實現自己的理想。

記者：校長你有什麼特別的學習方法可以教導我們？我相信很多同學都有興趣知道！

校長：第一：上課一定要專心，抄筆記是必需的，而且要把當天抄的筆記，與課程配合，當天溫習。第二：溫習時不但要記下重點，還要用腦圖幫助自己溫習。我不注重「死讀書」的學習方式，我認為要靈活貫通，才是真正的學習之道。

記者：校長，我們可以問一些關於學校的政策嗎？（忐忑）

校長：你可以問，我能回答的儘量會回答你。

記者：為什麼要把統測安排在一個月內？

校長：這樣的安排，你們覺得如何呢？我很想知道你們的想法。

記者：嗯……不同學生有不同的看法，有一種意見是：時間會很緊迫，以前都是安排在每個星期四，學生會在星期六、日溫習，如果把統測都集中在一個月裡，那這個月便會很忙碌。如功課多，很難抽時間去溫習。另一種意見是：如果每個星期都要統測，那我們便要每個星期六日都要去溫習。如果統測都安排在一個月內，我們就可以在一個月裡努力複習，每個星期溫習兩科，其餘的月份就不用這麼頻繁去溫習。所以在統測月內，我們可以很專注的去溫習。

校長：嗯，好的，聽了兩位同學的意見，我來說說我的理念。每一個制度，都會有好和壞兩方面，就如每個硬幣都有正反面。就如蘇格蘭是否獨立？有人支持，亦有人反對。為什麼今學年我們會有這樣的安排呢？檢討了往年的統測安排，對於勤力的同學來說，可能每個星期都會很辛苦，每個週末都要溫習；但對於一些學習不那麼積極的同學來說，拆得那麼散，就會沒有什麼測驗的緊張氣氛。為什麼要集中在一個月內呢？第一就是因為剛才同學說的，每個星期都要溫習，會變得很忙碌，沒有休息的時間；第二就是希望一些同學可以集中在一個月裡，付出全力去溫習和考試。因為如果分得太散，對於一些學習動機不太積極的同學來說，欠缺學習氣氛，遲遲不開始溫習，久而久之，態度就更懶散了。所以分配在一個月內，減少一些活動，讓同學更能集中精神去溫習，不必讓同學要應付統測外，還要參加其他活動。我們希望同學能認真學習，所以今年就嘗試了這個方法。當然，做了這個嘗試後，我們會根據現況及成效作跟進。

記者：其實我們學校有很多學生，對現時新加入的政策都不太滿意。例如是週會堂要唱校歌、校服儀容等。

校長：（疑惑）校服儀容我們有改變過嗎？



校長與校園記者相談甚歡



採訪團隊陣容龐大



校長對CNC同學有信心



陳校長看似嚴肅，其實很慈祥

記者：有，劉海不可以過眉目，女生襪子要過20cm。同學們對這些很有意見，所以我借此機會向你反應一下。

校長：嗯，據我所知校服儀容沒有改變過。只是將一些規例定得更清晰，避免不必要的爭拗。校規基本上沒有變過，如果有改變，只是今年的老師執行比較嚴厲。正如穿校服或體育服也是沒有改變過的。校規一向都是有體育課才穿著體育服，平時就要穿校服，校隊練球，練習都可以穿體育服。所以是沒有改變過，只不過在執行上較往年更嚴謹些。至於唱校歌方面，我想找個機會告訴各位同學，校歌是學校精神的一部分。以往我很心痛，為什麼在典禮時要大家練校歌呢？難道校歌不是在心中，每個人都會唱的吗？為什麼要在那些時候才去做呢？大家是不是很少時間唱校歌呢？回想起我中學年代，是經常都要唱校歌的，每一次進禮堂都必須要唱。因為校歌代表學校的精神，代表我們的團結。在學校，我們能一起擁有的是校歌，校徽，校服。所以我覺得我們要經常去唱校歌，也要尊重學校的校歌，這是學校的傳統。學生畢業後，一班同學聚在一起，有什麼共通的呢，那便是校歌了。

記者：聽完校長的分享後，心中的疑惑終於解開了！接下來我們很想知道，在校長中學生活中，哪一件事對你影響最深遠？

校長：中學啊！哈哈。其實我的中學生活很平淡。基本上，沒有幾個老師會認識我，我並不是那種勇於參加課外活動的學生，也不是一個做領袖的人。因為我讀的是一間基督教學校，宗教背景很強，我們學校很重視兩樣東西：宗教和學術。學校有一個很重要的目標，就是傳揚基督教；但我本身不是教徒，學校也沒有領袖生，也沒有太多活動。因此你說有什麼深刻，真的沒甚麼，很平淡。反而現在你們這些學生很幸福，能擁有多姿多彩的中學生活，我很希望你們畢業後，有很多回憶，能記住這段美好的時光。反觀我自己，整個中學生活沒有甚麼印象深刻的事情。

記者：校長，你做人有什麼宗旨和座右銘嗎？

校長：宗旨和座右銘嗎？我覺得是：做任何事都要做到最好。例如參加了比賽，就一定要全力以赴，做到最好，這就是我做人的宗旨。不管你在什麼的崗位，接了什麼工作，就要盡力做到最好；讀書也是如此，不管讀哪一科，都要努力去讀，做到最好。我覺得這個是最重要的！還有，我覺得不

會有最好的，這好像跟前面有點矛盾，其實不是，因為當我們不斷追求做到最好，就不會令我們自滿於現狀，人若認為我現在已經很好，就不會進步。只有不斷追求最好，就會想還有其他方法去到最好，這樣人才會進步。若有人問我，有沒有一堂課是我教過最好的一堂，我會答他「沒有」。到今天，我都沒有最好的一堂課。因為每一節課上完，我都會覺得，這堂課還有不足，還有地方可以改進，我還會做到更好，這就是我的宗旨。

記者：和校長做訪問很愉快，原來校長是這麼的平易近人！所以，我想問，校長，你願意做學生的朋友嗎？（期待）

校長：當然願意！希望能夠在學生的成長路上給予一些意見。只是你們願意和我做朋友嗎？

記者：當然願意啦。時間也差不多了，謝謝校長今天接受我們的採訪。

校長：好的，謝謝兩位記者，和後面做觀察員的記者。

採訪後記

今次採訪校長後，發覺校長對學校非常有責任感。在採訪中，校長有不同的計劃，致力於改善學校的質素，從外至內，由學校的設施到學生的質素。校長也很關心學生，又會聽取學生的意見，學生提出的問題，他亦逐一解答，真是出乎我意料之外的親切呢！

「自信定能做到！」—— 35 週年校慶多元展示日

學校已踏入 36 週年，上學年舉辦了一系列的 35 週年慶祝活動，重頭戲是在五月份舉行的「多元展示日」，當日節目多姿多采，使人目不暇及。以下摘錄部份表演生的感受。

南昌廚房

馮希諾 (2A)：「這次的多元展示日，讓我體會到我們學校學生的團結、合作；原來師生團結的力量可以如此強大。我在這次校慶日才知道原來陳南昌中學的學生是如此的出色，如此的有才藝，真是令我大開眼界。」

Bisma (2A)：「感謝馮燕妮老師給我一個機會去講英文，令我對自己更有自信心。我在『南昌廚房』學會了很多知識，學會了不要害怕困難，要努力去做。」

粵劇

巫梓浩 (3B)：「多謝表明慧老師給我這次機會，令我可以變得這麼『美』。這次表演，令我了解了粵戲的知識，知道化一個造型要花這麼多的時間和知道自己的不足。」

王樹文 (4B)：「『台上一分鐘，台下十年功』。看似簡單，但當我踏入粵劇班的時候，才了解到其真正意義，尤其此班是我校第一次開班，在學習上必然有不少障礙，如合作性、台步、唱功、壓力等，何況這是我第一次的台上演出，那份緊張感更大。不過，幸得老師和同學的指導，令我的基本功及心情也得已好轉。我不會寫『最後』，因為我相信陳南昌的人也是不斷進步的，CNC 精神也不會被磨滅的，一年比一年更輝煌。」

時裝表演

劉碧清 (3C)：「在製造一件衣服的時候，我遇到很多困難，初初以為一定解決不了，可是最後，我發現我錯了，世界上是沒有解決不了的問題；還有，在製造過程中，有很多人幫助我，如果沒有他們的幫助，這件衣服一定不能完成，感謝大家。」

林慧靈 (5A)：「雖然不是我在舞台上行 SHOW，但作為設計師，當時的心情也是無比激動，看到自己的作品可以展示出來，是我一直以來的願望。這次願望達成，很感謝學校可以給我們這樣的平台展示自己的才能，自信心與成就感是無法用語言表達的！」

嚴麗芬 (5B)：「我很榮幸能參加這次的時裝表演，在製作這件時裝的路途上，一路蓋蓋絆絆，從一開始不斷改草圖，到後來研究物料，中間都花了不少精力和耐心，每一次的挫敗，都令我感到無力，可我仍選擇堅持，終於穿著這件作品踏上舞台，那份成就和幸福是筆墨難以形容的。慶幸我選擇堅持，慶幸我沒有放棄它。在感到挫敗和灰心以後，每向前踏出一步都是新的突破！」

王唯唯 (5B)：「我的夢想就是當一個國際性的中國設計師，創造自己的品牌 LOGO & W，擁有自己的工作室，上週學校 35 週年校慶是我人生第一次 CATWALK，穿上自己設計的衣服展現給大家看。人生第一次舞台第一次展現自我，我希望你們不要害怕大膽去做自己的夢吧！」

屈子謙 (5D)：「今次的時裝表演，我覺得非常有意思，而且令我在這次表演中有很大得著，我在這次表演中負責時裝司儀，但不說中文，要用英文去講足全場。這令我英文有很大進步，而且不單止要讀，更要生動有趣，要有互動，終於順利完成工作，非常有成功感。」

鍾連浩 (6B)：「經過多日的努力，由設計到親自表演，我都十分享受這過程，而在製作時裝後，才明白製作一件時裝並不容易，所以完成後獲得很大的成功感。這是我首次上台行 FASHION SHOW，亦是首次嘗試化妝，這些經驗都令我十分難忘！」

創意敲擊

彭思敏 (5A)：「一開始接到敲擊樂校慶表演的通告很驚訝，因為我的節奏感很差，校慶日前幾天還記不住拍子，幸得表明慧老師每天午膳及放學後，留下來幫我們惡補，最後能在校慶當日順利流暢地表演。期間很享受與同學們的合作，增進了彼此的友誼。」

朗誦

周禧倫 (3C)：「上台的時候，我的雙腳在震，上到台後，因為燈光太強，我看不到台下，這反而令我沒有那麼緊張，當我朗誦完時，聽到台下的掌聲，令我覺得成功不是必然，是要不斷的練習。若果我沒有努力練習，就不能得到這些掌聲。」

孟璐 (6A)：「在踏上舞台的那一刻，我很緊張，於是只好闔上眼，讓自己冷靜下來。全場肅靜，偌大的禮堂迴蕩着我清脆的聲音。刺眼的燈光打在我身上，讓我不得不力求做到最好。表演順利的結束了，我也獲得了老師同學們的掌聲，多謝一直培育我的香太，以及一直給我打氣的梁淑嫻老師，有你們，才有我的今天！」

花木蘭話劇

呂家維 (3D)：「這是我第一次上台做話劇，雖然非常緊張，但是上台的時候和組員配合得當，觀眾的掌聲和歡笑聲，使我有滿足感。可以上台表演是一種榮幸，非常感謝學校給這個機會。」

樂隊

鄺錦恒 (4C)：「為了有一個成功的演出，我地 Secret 樂隊，每一個小息，午息和放學也在練習，表演終於成功。這次的演出，令我找到自己人生的真正目標和理想。在此感謝學校給我們的資源、栽培和演出機會。」

合唱團

黃卓盈 (3C)：「我覺得今年是很特別的日子，是 35 週年校慶，又是校長要退休，令我又喜又悲。開心的是今年多元展示日添加很多音响效果，令我覺得很新鮮，希望新任校長會更加令學校煥然一新。」

雜耍

何柏濤 (5D)：「沒有想過在表演前幾天，表演內容會有改動，自己要在跳舞項目中擔任『小丑』一角。當時感到憤怒，為何是我而不是另一位同學呢？在練習初期，自己是不想去理會跳舞的同學和負責老師，甚至會無視他們，但眼見跳舞的同學一直刻苦練習，慢慢開始理解她們的付出，並萌生尊重和重視她們對表演的執著，最後才樂意幫助她們。心情調整過後，接下來便是短促的練習時間，最困難的是要在短時間內牢記加插的情節和動作，十分考自己的應變能力。經過這次活動，我發現原來雜耍可與跳舞等表演融洽，而且效果不錯，日後或可與同樣是中國傳統藝術的粵劇合作。」

林羽馨 (5A)：「雜耍是一項你可能不能保證一定會成功的表演，雖然表演過程中並不是非常完美，但是能站上舞台上表演，也是給予我一次機會，一次看向更大平台的機會，通過這次的表演，我了解到有付出就有收穫，辛苦地排練，最終收穫了全校同學及老師的掌聲。」

話劇——「明星」

樊家文、陳寶如 (6E)：「我們在劇中都不是主角，只是一位小配角，起初我們都認為我們在這劇中的作用不大，可有可無，但經過練習和演出，我們才深深體會到每一個角色都不可缺少，每人也有自己的崗位和重要性，感謝是次的表演機會，讓我們感受到自己的存在價值，全程投入演出，拾回自己的自信心，更勇於表達自我，在日後面對挑戰也會大膽嘗試。」

劉穎臨 (6E)：「在是次話劇表演中，我所演的角色跟現實的我完全相反，現實中的我性格比較內向，但角色的性格卻比較外向和開朗，要演活這一個角色，我要克服很多困難。完成表演後的成功感，提升了我的自信心和自我價值，完全達到成功教育。」

有機耕種樂悠悠 融合教育組參觀利民健康農莊活動花絮

甚麼是有機 (ORGANIC)? 這是個近十年非常熱門的字眼。食物要有機、護膚品要有機、日用品要有機，連衣服也要有機。而這些標榜「有機」的東西售價卻一點也不「有機」，它們的價格往往比一般同類產品要貴上兩、三倍！其實「有機」絕非只是有錢人的玩意，只要我們願意，我們一樣可以從繁忙生活中偷空出來品味一下「有機」。早前我校一班融合教育組學生就參觀了利民有機農莊，過了一天偷得浮生半日閒的有機生活。

今次我們參觀了利民有機農莊，親身參與了有機耕作，製作香草曲奇等活動。

無論平日還是上課，都經常會聽到有機耕作這些字眼，但卻從不得知具體是如何操作。今天在導師的帶領下，我學會了除草、施肥，知道了有機肥料的其中一種就是馬糞和稻草的混合，雖然不免有些辛苦，而且這也是我第一次做這些事情，卻是很值得紀念的，製作曲奇也是第一次，看着自己親手做的曲奇放進烤箱裡，再滿懷期待地等着曲奇從烤箱里取出來，嗅到曲奇的香味，讓人回味三分。到最後看到曲奇真的成功烤出來後，真的很開心，這些都是寶貴的經驗。

6A 柯林景

參觀農場？我在電視節目裡經常看到，但親身體驗卻是第一次。今次透過融合教育組的活動，我能帶領學弟學妹一起到一個有機農場親身參與農務。

導賞員在進入農場前告訴我們，農場裏可能有蛇鼠蟻等小動物出沒。我聽完有點怕，怕我會不幸遇到！但隨即安慰自己：畢竟是人生中的第一次，遇到又如何？或許蛇更怕我呢！於是我拿起鐵鏟不斷翻鬆泥土，感覺很有趣。翻著翻著。不是吧？我的預感應驗了，在我面前出現的是一條又粗又大的白色的蟲，在泥土中蠕動著。牠的姿態有點噁心，不過這事實證明了泥土十分肥沃，能把那條蟲養得那麼胖。

今次突然要我下田耕作確實有點辛苦，但我卻樂在其中，平時只會飯來張口，又怎會知道農民每天耕作的艱辛？他們所付出的一切真是「粒粒皆辛苦」，我們一定要惜食，減少廚餘。

另外，我們還整了曲奇。過程中，有些精神病康復者亦在身邊指導我們，其實，我覺得他們與正常人沒有什麼分別，有自理能力，只要以平常心對待和接納他們，令他們融入社會，他們亦有能力幫助別人，同時亦能有助自己的精神健康，正是一舉兩得之事。最後，感謝學校能舉辦這些活動，讓我走出課堂學到更多有意義的知識，豐富人生經驗。

6A 區佩玲



從「心」出發之旅——記暑期「明日領袖鍛煉營」

暑假期間，本校有八位同學，參加了喜耀生命教育中心在廣東肇慶高要市抱綠山莊舉辦的「喜耀明日領袖鍛煉營」。以下是其中一位參加者中三甲班賴子喬同學的感受。

在這個暑假，我有幸參加了明日領袖鍛煉營。出發時先入為主，以為是做一些無聊活動就可以度過的「七天無聊 camp」。誰不知去到抱綠山莊後，竟改變了我的看法和我的……一生。

在這個鍛煉營中，不是真的讓你學習成為一個領袖，它是讓你學習如何做一個人。

記得營長曾經說過：「人如果在大都市裏生活得太久，是會開始慢慢地變得盲目。所以有時人是應該去大自然放鬆、感受一下。」在營中，我感受到濃郁的人情味，在訓練中即使落後，組員或導師或助教都不會恥笑你，反而會鼓勵你繼續前進，而當時我就把這些鼓勵化為動力，完成了鍛煉。

在鍛煉營中，我學懂了不少人生道理。如營中經常強調「禮由心生」，因為「禮」是做給自己而不是做給別人看的。且每天都會教我們不同的格言，這些格言好像平平無奇，是我們經常聽到的，但經過領悟後，可以活用一輩子。我第一個學習到的格言就是「關心別人，由我做起」。不知從那時候開始，關心就在我們身邊逐漸消失，被人遺忘了，換來的只有無盡的冷漠。但只要有人先走出第一步，情況就大有不同，例如簡單慰問別人一句，就可以輕易打破人與人之間的冷漠。

第二句學習到的格言是「放下自我，孝順父母」。孝順父母要由此時此刻開始，別等到雙親離開時才後悔，應趁父母在你身邊時，好好感恩他們、孝順他們。

第三個格言是「難不在外」。因為難關其實是在你的心中，就如一塊塊的石頭在你心中，不斷拖累着自己，但只要肯去正視和處理這些石頭，就必定可以過着一個豐盛的人生。最重要的是處理的心態，不要說不能，要去嘗試。有嘗試，就有機會成功。

第四句格言是「志不立，天下無可成之事」。這句話出自明代王陽明先生。現在不少人都沒有定立自己的志向，沒有自己的目標，人生漫無目的，到最後變成一事無成。所以人生在世，就應及早定立自己的目標，讓自己的人生不要白白浪費；目標簡單易達就行了，如我在鍛煉營時決定成為一個英勇積極的人。但是口說不做是不行的，第一，要坐言起行。所以我當時就決定要做三件事來履行自己的諾言，要變得更積極和主動，第二要向一位歷史人物學習和第三要鍛煉自己。

最後也是最重要的一句，就是「世界變好，我先變好」。這句的意義是比較深層的，想世界變好的人有很多，但極多的人都只是紙上談兵，完全沒有人會把自己的想法貫徹於行動上。如果我們肯去做一些事情，世界就可變好。不必突出的事情，只要自己做好，慢慢感染身邊的人，一傳十，十傳百，百傳千，終有一天我們可將世界變好。

我很慶幸參加了鍛煉營，它改變了我的人生觀，改變了我的做人態度。



想不到我也有當上主持的一天



訓練營體驗了團體協作的重要性

3A 賴子喬

當晚四邑商工總會 陳南昌紀念中學



多元展示日在師生努力下完滿結束

當晚四邑商工總會 陳南昌紀念中學



5

時裝表演令人眼前一亮

創意無限的話劇

4

星星

同學會

校友小簡介

朱碧儀：

2007年於CNC預科畢業，由於A-Level成績未如理想，毅然選擇隻身前往台灣升學。在台灣淡江大學主修日文，畢業回港後加入某跨國日資電子公司，任職Sales coordinator。



CNC由1979年創校至今，屹立35個頭年，桃李滿門，當年的優等生也好，頑皮生也好，在踏出校園的一刻，就掀開了人生的新樂章。已成為社會人的他們，現在正從事甚麼行業呢？生活如何？相信各位南昌人都很好奇。由今期開始，每期《南風》都會訪問兩位歷屆畢業生，希望通過他們的心路歷程，令大家有所啟發，並訂立未來的人生方向！

Annabelle：朱碧儀

記者：記者

記者：妳好！很高興妳能在百忙之中抽空接受我們的訪問。我很想知道，妳為什麼在當時往台灣升學並不普遍的情況之下，選擇去了台灣呢？

Annabelle：剛開始沒有顧慮太多，只是想多給自己一個選擇，因此就順道考了台灣的統一大學試。最終他們也錄取了我，我也想去嘗試一下新的環境。

記者：CNC同學普遍英文較差，你認為這會成為他們升讀台灣大學的絆腳石嗎？

Annabelle：其實在大學考試中也有考英文，但是那時候的台灣大學是以一個總分去計算的，即使英文不是很好，但可以依靠其他科目的分數去彌補不足。對於英文不拿手的同學，這是一個很好的選擇，增加了入學的機會。

記者：有興趣往台灣升學的同學，總會憂慮畢業後回港的就業問題，妳有什麼選擇科目的建議嗎？

Annabelle：以我個人的經驗，我之所以選擇修讀語言系，原因在於語言你懂了就是懂了，不需要去顧慮學位有多重要。因為語言你到哪裡都是一樣的，並且是普遍應用。我比較不建議選擇商科類，如果選擇去台灣修讀商科不如留在香港發展更為出色。此外，台灣的環境和風氣很不錯，相比起香港而言，沒有太多引誘，反而能提供一個良好的環境去學習一種新的語言。

星星

同學會

校友小簡介

覃業恩：

於2004至2007年就讀陳南昌，在校時曾擔任地理學會主席，於中學時期入選香港手球青年軍，其後通過理工大學的傑出運動員計劃入讀理工大學的物流工程及管理學士學位，現擔任陳南昌手球隊教練。



Matthew：覃業恩

記者：記者

記者：你好，多謝你接受我們的訪問！首先，可以簡略介紹一下你的求學經過嗎？

Matthew：我在石籬天主教中學讀中一至中五，然後在陳南昌紀念中學重讀中五，並在此升讀中六、中七。最後考上香港理工大學，修讀物流工程系和管理學士。

記者：你在中學時修讀什麼科目？為何會選擇這些科目？

Matthew：我比較偏向文科，選讀了中史和地理。我本身對這兩科都有興趣，加上我背誦能力較強，而且地理所概括的知識較生動，令我讀得開心又放鬆。

記者：你的求學之路順利嗎？曾否遇過挫折？

Matthew：我的求學之路並非一帆風順的，在石籬天主教讀書的時候，一心投入在運動上，從而忽略了學業，所以考試成績並不理想，因此才轉入陳南昌中學重讀中五。當中我得到了許多的老師的幫助，例如陳千里校長，他上課以一個開放和互動的形式，有問有答，課堂互動性較強，令人印象深刻。

記者：你現在正從事什麼工作？將來有其他發展動向嗎？

Matthew：我現在擔任手球教練。由於業餘時間都有修讀護理課程，未來都會在此方面發展。

記者：

正如妳前面所言，學語言反而不是那麼在乎學歷，而是看你會應用，有些同學認為無需升讀大學，只要自己懂一門外語就行。你如何解釋這樣的現狀？

Annabelle：雖然我去台灣是為了學習新的語言，但是我在四年裏，得到的並不是區區一個台灣學位和學習了一種新的語言。我還學會了待人接物，一個人在陌生的地方生活，亦使我更獨立，這些都是在香港很難學到的，因為大多數人都是跟家人一起生活，環境也是你非常熟悉的。畢竟有些東西，一定要一個人才能體會到。所以，如果成績未能達到去外國升學或是家裡環境不允許的學生，台灣升學是一個另類的選擇。

記者：

妳大學畢業後的求職過程順利嗎？

Annabelle：我蠻幸運的，畢業後回港沒多久就找到工作了（笑）。正如我前面所言，語言不需要太看重學歷，你會就是會，所以我的學位並不影響我的求職。相對而言，學語言的國際視野反而影響力更大些。我現在就職於日資公司，我的老闆和好多同事都是日本人，這個情況是滿新鮮的。因為從小到大，我很少身處在一個有外國人的環境裏。由我入職到現在，我整個工作環境都是日本人，可以說是學以致用，不停的使用我最擅長的日文。

記者：

最後，你能否給有興趣往台灣或大陸升學的學弟學妹一些建議？

Annabelle：去台灣和內地升學之前，必定要想清楚，你所選擇的學系回港後有什麼出路？這是很重要的。不要因為想要一個大學學位就走出去，而是在於你修讀的學科可否令你未來的路走得順利些？還有未來的四年，你可以得到什麼？如果你以隨便的態度去面對，就不要期望回港後求職會順利。既然如此，就不要隨便選擇去外地升學，這樣會浪費時間和金錢，留在香港也有很多不同的學習機會。

Annabelle：很多謝妳今天給了我們這麼多建議，相信有興趣到外地升學的同學必能從中獲得啟示。

採訪後記

Annabelle 看上去年紀大不了我們多少，但舉手投足間散發著自信，談吐有禮得體，但偶爾說到興起處仍會不自覺地流露出小女兒嬌態，彷彿結合了香港的幹練和台灣的親切，相信這亦是她四年台灣大學生涯中料想不到的「收穫」！



朱碧儀與一眾同事，當中不少是日本人



手球隊練習充滿朝氣



手球隊大合照

採訪後記

由於在學校接觸的都是熟人，頭次見外來人，更何況要面對面，眼對眼交流，可想而知當時的氛圍是多麼尷尬，真慶倖有老師在旁坐陣。通過這次校友訪問，我明白了讀書不是唯一的出路，有學歷是好事，可以找到自己喜歡的科目努力鑽研，在基礎上下功夫，然後朝著理想的道路前進。

記者：4A 何婉琪 4A 王音來



羅氏慈善基金及教育局合辦之
「高中應用學習獎學金 2013-2014」

特別嘉許：王隆旺 (6E)
入選：何沅汶 (6C)、鄭思萍 (6E)

荃葵青優秀學生選舉 2014
選舉活動統籌處

初中組優勝獎：勞芷君 (3A)、余詠欣 (3C)
高中組優異獎：朱詠梅 (5A)、鄭愛萍 (2014 畢業生)

傳統功夫、太極拳，國慶金獎大賽
香港南北國術會、中國香港道家鎮龍門拳協會
單拳金獎：歐振軒 (3C)
小梅花銀獎：周禧倫 (3C)

學界游泳比賽
50 米自由泳亞軍、100 米自由泳季軍：楊倩 (2A)
50 米自由泳亞軍、100 米自由泳第六名：高明 (3C)

香港浸會大學國際學院
(Academic Results in 2nd Semester 2013-14) Dean's List
呂定龍 (2013 畢業生)

香港中文大學專業進修學院「傑出學術成就 (2014)」
趙學民 (應用翻譯高級文憑) (2012 畢業生)
陳朗儀 (流行文化及媒體高級文憑) (2012 畢業生)

剛過了西洋的萬聖節，其實鬼神觀在中國亦古來有之。孔子有云：「未能事人，焉能事鬼。」對鬼神要「敬而遠之」，但我們卻忘了他的教誨，鬼神滿天飛。在你我身邊，總有不同的鬼出沒，以下的謎語，就與鬼有關，看看你認識幾多？請把答案連同個人資料交予編輯部老師，猜中被抽中的同學會有神秘大禮一份喔。

1. 香港人形容好朋友。
2. 去到那裡嘈到那裡。
3. 整天跟着別人轉來轉去。
4. 長時間在一間公司或團體工作。
5. 因秦檜而生。
6. 對內奸的別稱。
7. 形容那些失驚無神彈出來嚇人的人。
8. 逃避工作、不做事的人。
9. 不接受意見、容易生氣的人。
10. 不願意和別人分享東西的人。
11. 只顧自己、不理會別人心情、自我中心的人。
12. 在別人背後說人壞話、做小動作、放冷箭的人。

(沿虛線剪下交回)

1.	5.	9.
2.	6.	10.
3.	7.	11.
4.	8.	12.

個人資料：

姓名：_____ 班別及學號：_____ ()



中文堂：㗎兒 (音：卡啦)

才子新相識了一個日本朋友 Tama 生 (日文音：San)，大家一見如故，Tama 生邀請才子到他在南丫島的新居參觀，坐小輪到了南丫島後還要行一段路，對於近來心廣體胖的才子來說，真是「尼加拉瀑布汗」！

「Tama 生，你地 D 外國人咁鍾意住埋 D 山㗎兒地方 ga！」

Tama 生聽到一頭霧水：「山㗎兒？才子生，咩意思？」
㗎兒是中國方言詞彙，是北方、南方許多省份居民生活中常用的一個詞，指屋子裡或院子裡的角落，或指一切角落。按照《現代漢語詞典》中的詮釋，是“狹窄偏僻的地方”和“角落”的意思。今天的蒙古族居住地還有很多這樣的地名，它們是與㗎兒一詞發音類似的詞，像錫林格勒盟、霍林格勒市等。㗎兒、格勒發音相似，寫法不同，語源相同。(資料來源：百度百科)

「Tama 生，根據《廣東音詞典》嘅翻譯，“山㗎兒”解釋為：偏僻、破爛不堪嘅地方，含有歧視嘅意思。㗎兒呢個詞係阿勒泰語系嘅語言音譯過來，原意係表示居住地。」我也不知對方聽明白與否，侃侃而談。

Tama 生這個日本人聽得一知半解，一臉迷惑。

「你哋中國文化真係博大精深！」Tama 生讚嘆地說。

其實廣東話中有很多方言也有字可寫，有典故可考，下次有機會才子會再與大家分享。

才子



投稿園地

《南風 Breeze》現誠邀同學的投稿，題材不限，包括文字、畫作、四格漫畫、攝影作品等，作品一經採用，將有專人通知領取小禮物一份。

來稿請註明姓名、班別及學號，
電郵至 breeze@cnc.edu.hk
或交予編輯部老師。

《南風 Breeze》編輯組：
總編輯：朱碧霞老師

《南風》
主編：朱碧霞老師、林玫芳老師
記者：5A 陳慧明、5A 張錦燕、4A 何宛綺、4A 王音來
實習記者：3A 張潔玲、3A 勞芷君、3A 黎巧兒、3A 吳佩嫻

Breeze
Editors：馮浩標老師、Mr. Samuel Pak
Reporters：5A 林婉婷、5A 朱詠梅、3A 勞芷君、3B 黎敘言

特別鳴謝：陳南昌攝影學會



專欄巡捕房手記 訓導組老師與你的趣味閒談

做個「高質南昌人」

開學不知不覺已經一個月，各位南昌人校園生活愉快嗎？

回應標題，何謂一個「高質南昌人」呢？答案其實好簡單，就是能夠做到品學兼優。可能有很多同學認為自己距離這個四字詞很遠，甚至遙不可及。不過，請大家相信，這並不是奇蹟。這現象正一點一滴地累積，很多同學正逐漸有所改善。奇蹟將會成真，正如我們香港的體操運動員、香港土生土長的「體操王子」石偉雄 (石仔)，勇奪仁川亞運跳馬金牌，一項香港人從來沒想到可奪金的項目。

以下是由老師觀察的景象和一些數據。首先，早上回校、小息和放學在校內溫習、做功課的同學人數比以往多，中六級同學的課後補課態度積極、早會集隊氣氛莊重、很多同學早上會主動向老師請安。而守時方面，各級九月份遲到人次比去年少，尤以 5 D 班為例，九月份之準時率達百份之一百，相當值得讚賞！

我亦希望各班於十月份的班際守時比賽取得佳績。

當然，我校同學仍然有一定的改善空間，例如校服儀容中穿著船襪這一點，雖然老師多次提點，但違規數字仍然頗多！借此，我呼籲同學盡快處理好這些問題，以免因五次記名而被紀律處分。另外，儘管十月份的統測月剛剛結束，同學亦不應鬆懈，要好好重整自己的溫習時間表，避免沉迷上網或其他娛樂，齊心向「高質南昌人」邁進！

臧老師



專欄生活加油站

旺角的溫柔

你到過旺角嗎？你拜訪過梅馨、序言、香山、榆林、樂文、田園、開益、文星、洪葉、春藤……嗎？這一串清淡的名字，藏著你的、我的心事。

旺角租金高昂，一般小本經營的書店無力承擔，只能退守二樓、三樓、甚至十一樓，頑固地堅持著呼吸。它們沒有大型連鎖書店亮麗堂皇的門面，自然也沒有地方放得下種類繁多的書刊，更沒有能力策劃市場營銷，不過它們仍舊生意盎然地活著，長年打著七、八折，為你我供養著不一樣的空氣。

西洋菜南街與奶路臣街相遇的那塊角落，是旺角地圖上最溫柔的心田。旺角眾聲喧嘩，這些情意綿綿的名字偏偏有意無意地散落在這裡，不求聞達，恬靜地數算著年月。

如果你要去看看它們，坐港鐵到旺角站，從 D3 出口鑽出來以後，不要看眼前一顆顆黑色的腦袋來來往往；在行人路上一直行，你試著抬頭左顧右盼，眼光篩過那些五光十色的霓虹招牌，心裡念念不忘一個字——書。然後你就發現了！那些恬靜的名字。

沿著狹窄粗糙的樓梯，一步步拾級而上，漸漸從煩躁脫殼而出，推開一道謙遜的門戶，把塵世關在外面。二樓書店是旺角的另一片人間，往聖先賢在這裡不緊不慢地嘮嘮叨叨，時人俊傑也在各領風騷。只要你願意，停在他們面前，翻開那一部部說不完的心事重重，偶爾暗暗心有戚戚然，你的呼吸就有了重量。從此，你的心事就只有他們才懂。

雨霖鈴



專欄成長聊天室 輔導老師助你解決成長中的煩惱

毛毛蟲的蛻變

毛毛蟲需要多次的蛻變才能成為蝴蝶。蝴蝶要成功生存，需要經過大自然的考驗，才能享受到多姿多彩的世界。我們的成長過程與蝴蝶十分相似，在人生中除了會遇到各種機會和幫助外，亦會碰上不同程度的困難和挫折。雖然它們令我們感到彷徨，但這些困難都是對我們的磨練和考驗。如果我們能夠成功越過這些障礙，就意味着我們在成長的路途上已再邁進一步，並朝著我們理想的人生進發。

環境不斷轉變，我們不能祈求世界遷就我們。要成功在社會上生存，我們必須先裝備好自己。

老師希望同學把握好在學校學習的機會，好好充實自己，相信自己的能力，能以正面樂觀的思想去面對挑戰。記著：辦法總比困難多，精彩的人生之門定必為你打開。「點解我知道？」因為太陽老師都經歷過。

感謝在人生中幫助過我們的人，我們亦應多謝曾經令我們成長的人和事。細味從前，其實也是一段段值得回味的故事。

太陽老師



專欄師生連線 你不知道的老師生活二、三事

我的家庭新成員

暑假期間我的家來了一位新成員——一隻 5 歲大的比熊仔仔。事緣我剛搬了新居，沒有了在舊居天台愛貓的陪伴，頓覺家中空蕩蕩的，跟我妹商量後，再簡單「知會」了父母，我就在一保護遺棄動物組織申請成為寄養家庭及領養者。由於這間機構的職員以外人居多，因而我和他們的 WHATSAPP 通訊也需用英文，所以一時間才有「生字到用時方很少」之感嘆。例如「便溺」、「絕育」、「杜蟲」等，一時之間我亦毫無頭緒，幸好有偉大的 google 大神相助，不致溝通不良。說回這隻比熊仔仔，他叫 Lewis，是機構從一繁殖場救回來的配種犬，所以嚴格來說沒怎麼被人飼養過，而且已經 5 歲了，相等於人類的 30 多歲，很多習慣早已成形，很難糾正，就好像我們常說的「三歲定八十」。如果要改掉這些陋習，必須要花費多百倍的氣力。其實 Lewis 很乖，很親人也不會亂吠，卻有一個致命傷一隨時隨地大小便，這亦是最令我們一家頭痛的。一早起來，大家要做的不是梳洗，而是清理狗狗的大小便，你罵他吧，他就睜著一雙水汪汪的大眼睛望著你，叫你於心何忍？反倒覺得自己像在虐畜。有時看著他，就像看著我的一班頑皮學生，自小肆意妄為慣了，總不想守規 (有些更似 Lewis 般不覺得自己在幹壞事)，真令老師恨得牙癢癢的。



後記：截稿日之前，Lewis 已被一對年青夫婦收養，雖然我們只相處了兩個月，但感覺上好像已經共同生活了幾年似的，我知道媽媽對牠的不捨，其實我們一家也捨不得狗狗離開。但，牠的幸福比什麼都重要，縱有千般不捨，萬分離愁，終只能忍著淚說再見。再見了，Lewis——我的家人。

王白石

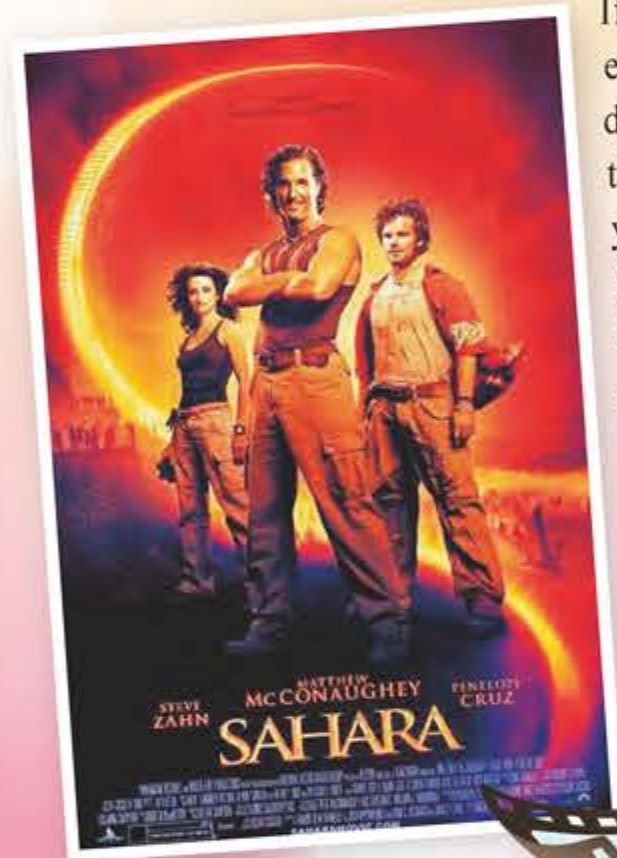
Movie review: Sahara

An exciting yet predictable adventure

Sahara is a 2005 adventure movie. It is about a group of doctors investigating a disease in Africa and a group of people looking for treasure there. The two groups of people are involved in a civil war and they have to cooperate to survive. While the movie is action-packed, it lacks surprises.

Throughout the movie, there are a lot of fighting scenes. It is also exciting to watch the main characters trying to escape from enemies. The background music and sound effects are also stunning. It is hard to get bored in the 2-hour movie.

However, the plot is too predictable. Whenever the main characters are in danger, it is almost certain that they will survive in the next scene. Therefore, it is not surprising to see that the villains (壞人) all suffer in the end.



If you are looking for excitement, I would definitely recommend this movie to you. If you are looking for an inspiring (有啟發性的) movie, I suggest you watch something else.

Ask Uncle Sam

Dear Uncle Sam,

I have many problems these days. I don't know how to deal with this one problem so I am writing this letter to you to ask for help.

I fell in love with my boyfriend a few months ago. I love him so much and want to be with him for a long time but something happened a few days ago. After a serious argument, my boyfriend hit me. Although I was not badly hurt, I felt very unhappy. I told my friend about it and she advised me to leave him at once. I feel dizzy as I have mixed feelings. I still love him very much. Should I leave him? How can I solve this problem? I really need your help. I'm looking forward to hearing from you. Thank you.

Yours sincerely,
Miss Question Mark

Dear Question Mark

Violence is never the answer to a relationship problem. Someone who uses violence against another has a big problem.

A relationship is a two-way street. Both parties must have an equal say in order for the relationship to work. Talk to your boyfriend to see why he has hit you. Does he have an anger problem? Does he know how to talk out problems? Is he mature enough to handle a relationship? If he doesn't know how to argue properly without resorting to violence then you must leave this relationship.

Talk to your mother or a trusted older person to see how they handle disagreements. Knowing how to solve disputes (爭執) can go a long ways in helping to have happy relationships.

Good luck with your problem

Uncle Sam

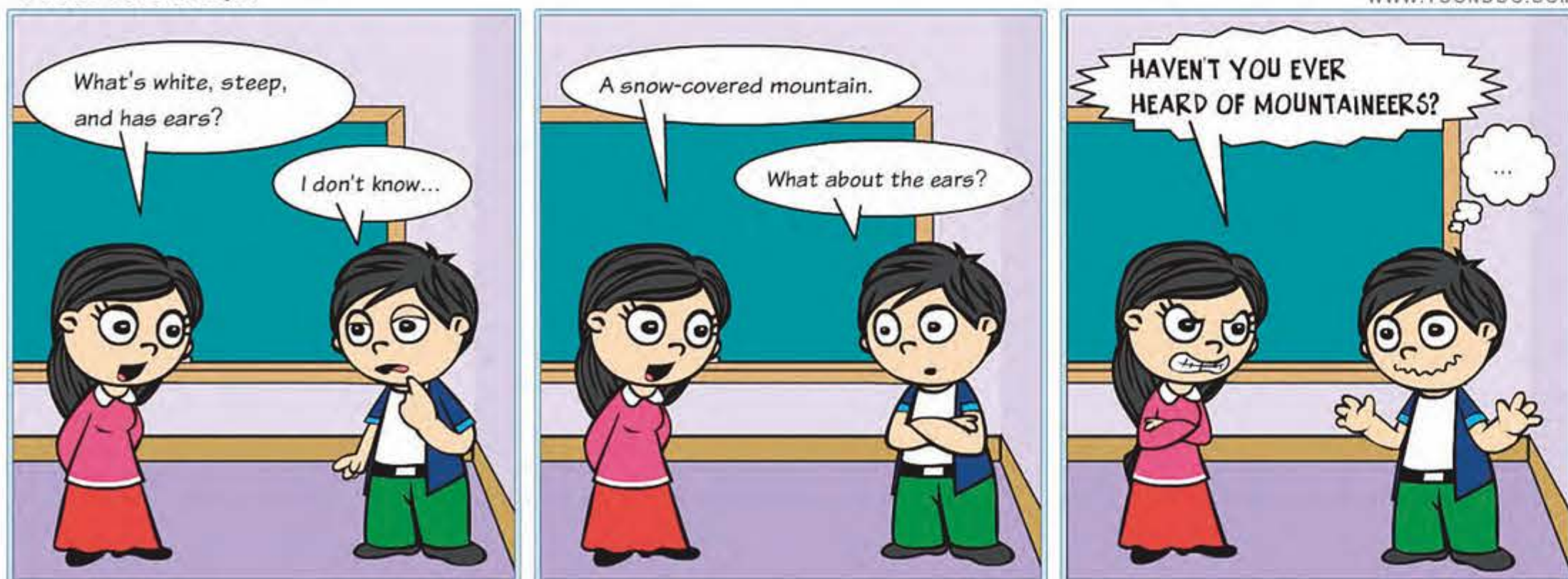
Do you need advice on anything?

Send your questions to breeze@cnc.edu.hk now. Ask Uncle Sam!

Fancy Reading a Comic?

Let's take a break!

GUESS THE WORD!

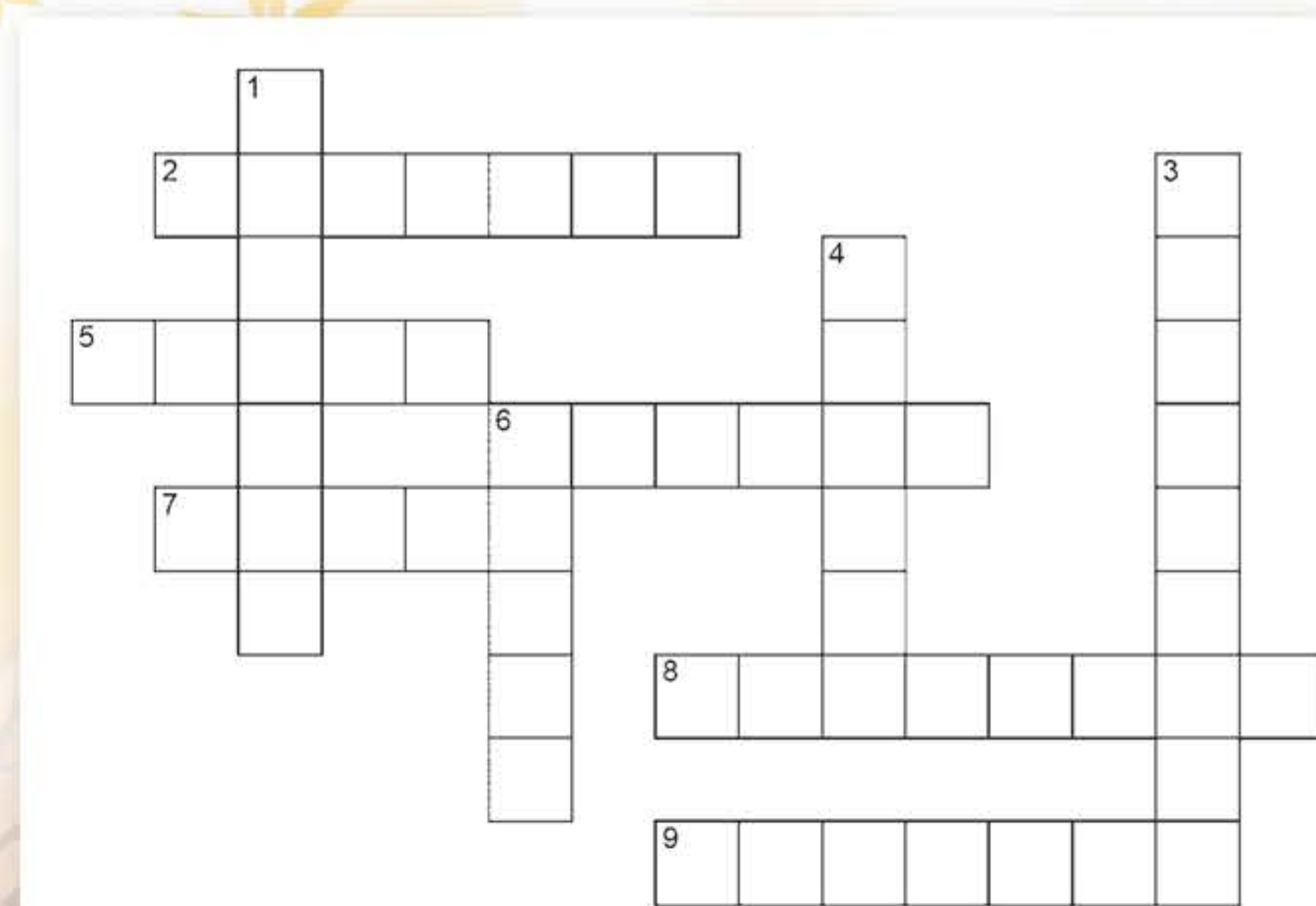


*mountaineers: people who climb mountains as a job

Do you have brilliant ideas for the next comic? Send your ideas to breeze@cnc.edu.hk as soon as possible! Your may get a prize if your idea is chosen!

Time for a Crossword Puzzle!

How much do you know about this festival?



ACROSS

2. describes a place where ghosts often appear
5. a woman who is believed to have magical powers
6. It has eight thin legs.
7. " _____ or treat!"
8. People wear them at the festival.
9. a large round orange vegetable

DOWN

1. a type of lamp
3. It's 31st October!
4. Children get these at the festival!
6. the bones of the head

Take a photo of your completed puzzle and send it to breeze@cnc.edu.hk before 30th November 2014 to enter a lucky draw! Remember to tell us your name, class and class number in the email, you may win a great prize!

Mascot Designing Contest

Are you a brilliant designer? The time for you to show your talent to the others has come. Design a mascot (吉祥物) for Breeze and win a big prize!

Wait! What is a mascot for Breeze? It's something which represents Breeze. The mascot can be a person, an animal or even an object. In fact, it can be anything! Don't waste your creativity, join the contest now!

Just draw your mascot and tell us why it represents Breeze in about 50 words, both on the same page of an A4-sized paper. Then send your work to breeze@cnc.edu.hk or hand it in to Mr. Fung before 30th November 2014. Don't forget to tell us who you are!

Prizes will be given to good designs! Take action now!