

澤芸家書

親愛的家長：

相信大家一定喜歡吃自助餐或放題，因為在付出了一筆定額的金錢後，便可以任吃任喝，大快朵頤；客人既可無限量自取心愛的食物，或可重複點選食物後由侍應奉送到餐桌。其實，這正是一種「預咗」的心態，吃得愈多，只要不是浪費，便會有「賺了」的感覺；然而，對於同一件事，不同人可以有不同的期望。例如吃自助餐前你「預咗」酒店會有生蠔供應，但到場後卻發現沒有，便會有失落的感覺；當你「預咗」未必有太多好食物，到場時卻發現美食當前，目不暇給，自然有不一樣的驚喜。人生不也是一樣嗎？當你「預咗」每天發生的盡是好事，稍有不如意的事情發生，便會怨天尤人，鬱鬱不歡；當你「預咗」每天發生的事情可以有好有壞，遇到好事發生，便會感恩歡喜，或遇壞事連連，也不會進退失據，仍可邁步向前。有很多人「預咗」做好事，會得到不同形式的回報或稱讚，也有人做好事，只求真正幫到有需要的人，從沒「預咗」會得到甚麼。在工作層面而言，有人投入負責，敬業樂業，也有人敷衍塞責，苟且偷安，只求無風無浪過日子。某些行業，例如消防及救護工作，會「預咗」有一定的危險性，隨時會有突發的事情發生，所以消防員及救護員會常加鍛鍊自己的體能，愈戰愈勇，務求在工作上更有出色的表現。大家試過做掌上壓嗎？當你要做 100 下掌上壓時，你會如何報數？是順數還是倒數呢？我喜歡像火箭升空前倒數的方式，當你已是筋疲力竭、做到最後 10 下時，怎樣也會堅持到最後一下呢！學生做試卷的策略也是一樣，先苦後甜，先難後易，便會愈做愈輕鬆。在日常生活中，我們總會遇上難於處理的工作，愈是害怕便愈不想處理它，但是只要我們每天都能做上一點點，最終便會發現該項工作其實並不如想像般複雜，成功與否，完全取決於自己的心態！生活上的挑戰，你「預咗」正面應對沒有？

食物及衛生局局長經參考 2019 冠狀病毒病疫苗顧問專家委員會的意見，於 2021 年 6 月 3 日批准降低「復必泰」疫苗接種年齡下限至 12 歲。此疫苗需要接種兩劑，建議學生在接種第一劑後，應在最少 21 日後接種第二劑，以完成整個疫苗的接種程序；若學生已接種，或正計劃接種另一種預防性疫苗（例如流感疫苗），應跟接種「復必泰」疫苗前後相距至少 14 天的時間。為保障中小學生的健康，香港特別行政區政府推行的 2019 冠狀病毒病疫苗接種計劃亦已由 2021 年 6 月 14 日起涵蓋年齡 12 歲或以上的青少年，除可由 2021 年 6 月 11 日上午 9 時起直接經 2019 冠狀病毒病疫苗接種計劃網站 (<https://booking.covidvaccine.gov.hk/>) 自行預約接種疫苗外，亦可透過學校安排 12 歲或以上學生到就近學校的社區疫苗接種中心接種兩劑「復必泰」疫苗，前設是參與接種人數必須達 20 人或以上，學生、家長及教職員均可，校方並願意安排兩名教師帶隊，政府便會提供免費校巴作接送安排。經校方統計後，本校約有 70 名學生符合參與上述計劃的資格，希望同學、甚或家人及教職員能踴躍參與疫苗接種，既可保障自己，又可惠及他人，可謂一舉兩得呢！

2020-2021 年度畢業禮暨感恩傳光禮已訂於 2021 年 7 月 2 日(五)上午十時正於本校禮堂舉行，由香港聖公會基督顯現堂主任周偉文牧師主禮、致訓、授憑及主持傳光禮，至於去年因疫情未能舉行的畢業禮暨感恩傳光禮亦將於 2021 年 7 月 10 日(六)上午十時正於本校禮堂補辦，同樣由周偉文牧師主禮、致訓、授憑及主持傳光禮，本校師生深感榮幸！

上一期家書提及的教育局學童乘搭校車的安全指引，可參考以下網址：

<https://www.edb.gov.hk/tc/student-parents/safety/sch-bus-services/index.html>

祝 家庭幸福，福杯滿溢！