



漢華中學校友會

Hon Wah College Alumni Association

2025年8月

編者的話

六月驕陽似火，卻絲毫阻擋不了近兩百多位校友重返青蓮台的熱情。重踏熟悉校園舊址，是回味青春點滴，更是激勵前行的力量；鄭鎮炎老師在「三軍過後盡開顏 單人徒步長征路」講座中，以自身行動詮釋堅毅精神，深化我們對國情的認識，也讓人更珍惜國家今日的成就；參觀廉政公署展廳活動則讓大家認識廉潔文化，回顧金禧廉政歷程，收穫良多。

本會「情繫漢華 八十有你」四重奏活動正如火如荼展開。五一校友日籃球隊重聚後，「重走漢華足跡」接續登場：元朗分會走訪元分校舍舊址及山下村、橫台山村；六月青蓮台重聚吸引近兩百位師生；七月香分「漁鄉情濃 緣聚香分」活動更凝聚150多位昔日師生，場面溫馨感人。年輕校友則以活力迎接夏日，參與扒龍舟比賽及主辦揚帆出海活動。

九月即將舉辦「慶祝漢華中學八十華誕暨紀念抗日戰爭勝利八十周年書畫攝影藝術展」，以藝術形式傳承歷史記憶；十月國慶電影欣賞活動，藉銀幕光影凝聚愛國精神；昔日宿生重聚亦會舉行；十一月「漢華足跡馬拉松」，從舊址青蓮台到小西灣校舍，挑戰體能與意志，展現漢華人堅毅精神，凝聚漢華人之間的向心力與團隊精神。

壓軸盛事就是12月14日於香港會議展覽中心舉行的母校80華誕慶典晚宴，全球漢華人將跨越地域界限，共聚一堂，見證母校光輝歷程。誠邀各屆校友共襄盛舉，一同締造漢華人的美好回憶！

恭賀

葉順興顧問榮獲特區政府頒授
「銀紫荊星章」！
黃進輝名譽會長榮獲頒授
「榮譽勳章」！
實至名歸 可喜可賀！

桃李芬芳八十載 承傳開拓創未來

漢華中學

80周年慶典暨晚宴

1214

日期：2025年12月14日(星期日)
時間：晚上6:00恭候 7:00典禮
地點：香港會議展覽中心新翼大會堂
票價：每位800元 (大小同價)
報名：校友會電話：28385638
WHATSAPP：55480564
聯絡各屆代表
掃描二維碼：



情繫漢華 八十有你

衷心感謝熱心校友贊助會務經費5,000元

漢華中學校友會

慶祝76周年國慶電影欣賞

《雄獅少年》

熱血不息，夢想不滅！

日期：2025年10月1日(星期三)
時間：上午十時正
地點：漢華中學一樓演講廳
報名日期：9月5日(星期五)
報名方法：致電 28385638 或
WhatsApp 55480564
(名額有限，先到先得)

歡迎校友攜同親友參加，一起感受醒獅精神！

情繫漢華 八十有你

漢華中學校友會

宿舍人的聚會

日期：2025年10月18日(星期六)
費用 \$100
誠意邀請各位宿舍師生參加今次活動，可致電校友會，留下聯絡方法及資料
漢華校友會電話：28385638
活動地址：漢華中學，小西灣當欣道3號
多謝...期望當晚見到你

《寄宿舍記》
放學鈴響，人影四散。有人踏着樓梯回宿舍，鞋跟敲出空響；有人抱籃球往天台跑，地面撞得樓梯咚咚響。宿舍木門推開時吱呀作響，公共水龍頭前，凍紅的手接冷水時猛哆嗦，卻還喊着幫忙佔洗衣池。暖衣櫃上的白襯衫翻飛，像群飛鳥。飯堂杉木桌油亮，熱粥白汽混著米香，桂枝鐵勺敲得飯盆響，聲音與操場追逐聲纏在一起。熄燈後，宿舍常亮起手電微光，照著漫畫或課本。舍監皮鞋聲近，光驟滅，只剩急促呼吸，待腳步聲遠了，便在黑暗中竊笑。那些日子，像曬過太陽的棉被，想起時呼吸都暖烘烘的。

當日內容：
3:30 - 80週年宿生卡拉ok時間及籃球活動
4:30 - 校友參觀校史室及校園
5:00 - 大合照
5:30 - 分享當年難忘回憶
6:00 - 共享客家盆菜
7:00 - 大合照/自由活動
8:30 - 清場復原

情繫漢華 八十有你

漢華中學校友會

書畫攝影藝術展

慶祝漢華中學八十華誕
暨紀念抗日戰爭勝利八十周年

開幕典禮
09.16, 15:00
展覽時間
2025.
09.16 >14:00 -19:00
09.17 >09:00 -19:00
09.18 >09:00 -17:00
展覽場地
香港中央圖書館三、五號展覽館

情繫漢華 八十有你

第75屆畢業典禮



第75屆畢業典禮主禮嘉賓與教育機構和學校負責人合影。左5香港科技大學副校長譚嘉因教授，左3香港招商局集團青年部趙陽副部長，右3大灣區青年科創基金會高貴偉副會長，左2葉華明校董，右1符又澄校董。

我校國旗隊獲邀主持社區慶回歸升旗儀式

7月1日慶祝香港回歸28周年，我校國旗隊馬不停蹄獲多方邀請出席社區慶回歸活動及主持升旗儀式，上午首場香港東區各界協會在東區文化廣場舉行慶回歸活動啟動禮，繼而趕赴東區欣藍關愛隊慶祝回歸活動，第三場，下午香港區家長教師會聯會、香港島校長聯會、四區校長聯會及四區家長教師會聯會主辦香港傑出家校義工頒獎典禮。



漢華中學校友會獎學基金獎勵計劃

1. 校友升讀大學獎勵計劃

獲獎資格：應屆畢業校友於香港中學文憑考試(DSE)成績符合入讀香港本地大學基本入學要求及成功入讀大學學士學位課程。

獎勵辦法：每名2,000元現金及嘉許狀

申請辦法：填寫申請表及遞交入學證明書至本會

申請日期：9月1日至10月31日(逾期申請概不受理)

2. 會員子女學業成績優異獎

獲獎資格：會員子女學業成績考取全班前三名

獎勵組別：小學組 中學組

每名獎勵辦法：

中學組首三名獎勵分別為：現金1500元、1200元、1000元及嘉許狀

小學組首三名獎勵分別為：現金1000元、800元、500元及嘉許狀

申請辦法：遞交申請表及學業成績表副本至本會

申請日期：8月15日至10月31日(逾期申請概不受理)

歡迎合資格校友和同學踴躍申請，頒獎儀式設於每年校慶餐會。

經學校推薦2025直接錄取計劃 (SNDAS)入讀大學

應屆中六畢業生、亦是代表中國香港的運動員——盧友莉同學及何俊樂同學，參加2025直接錄取計劃 (SNDAS)，順利直接獲得大學取錄。

何俊樂同學，獲香港理工大學環球商業及物流、航空、航運及供應鏈管理(榮譽)工商管理學士組合課程取錄。盧友莉同學獲浸會大學創新醫療及社會健康社會科學學士(榮譽)/理學士(榮譽)取錄。

2025年DSE成績表現理想

2025年DSE成績表現理想，整體合格率90.9%。報考科目中，優良率超過40%或以上的科目有中國文學100%、數學(M2)52.6%、物理52.6%、中國歷史50%、化學47.2%、歷史46.2%。

合格率達100%科目有企財、中史、中國文學、視藝。合格率超過90%或以上的科目有經濟95.2%、英文94.9%、地理94.7%、歷史92.3%、中文90.8%。公民科達標率96.9%。中英數三科合格率高於全港，英文等級3或以上成績比率高於全港。

成績最佳6位學生：李年甡、聶子林、丁心怡、楊淨堯、鄭學芹、羅崇允，其中鄭同學最佳6科取得30分，包括數學5*、數學(M2) 5*和化學5*，羅同學取得32分，包括數學5*、經濟5*和物理5*。



經驗傳承中的校友情誼

日校74屆 吳綽瑩

今年6月26至27日，我有幸參與母校舉辦的中山佛山領袖生總結團。兩天行程充實而精彩，每一個到訪地點都蘊含獨特文化與歷史底蘊。佛山嶺南天地將傳統建築活化為充滿活力的商業街，延續嶺南文化；孫中山故居展現革命精神；千古情則以生動方式呈現大灣區多元文化。

其中最令我驚喜與感動的，是參觀匯偉集團有限公司——一家專注食品塑料包裝的企業。李清意董事長正是我們的師兄，曾就讀漢華小學。他在午宴中展示1975年的全班合照，他感慨地說：「五十年後與漢華重聚，實在是一種緣分。」母校亦是首間香港中學探訪他的企業。

李師兄不僅熱情款待我們，他的一句話深深印在我心中：「公司能在行業中脫穎而出，是因為多年來堅持專注發展食品塑料包裝，並以創新思維精益求精。」從最初幾棟小廠房到如今接近九個足球場大的發展，無不令人敬佩。

這次短暫的交流，讓我深刻體會到堅持與創新是成功的關鍵，更讓我們感受到校友情誼的力量。我們應以師兄為榜樣，勇於突破、不懼挑戰，並以感恩之心回饋母校與社會。

最後，衷心感謝招商局慈善基金會的贊助，讓我們有機會拓展視野，收穫豐富。



重上青蓮台

六月重上青蓮台活動吸引近兩百位師生參加，大家踏入當年的禮堂，在閣樓駐足，漫步天台，雖然一切都面目全非，但我們的感覺沒有變，仍然是那麼的親切熟悉，因為青蓮台承載着我們青春的歲月，我們忘不了！

情繫漢華 八十有你



漢華中學元朗分校的發展歷程 與鄉村社區結下深厚情誼！

正值今年母校80周年，元分25位師生重溫歷史，重走昔日的足跡。除了當年的舊校址，我們還到訪當年實踐「上山下鄉」勞動教育的山廈村，探望了曾任元分家長會主席/人大代表百歲人瑞張日祥老先生、首屆運動會於村內球場舉辦的「香港井崗山」橫台山村，在村公所主席鄧少榮與老師校友共話「校村共生史」：村民/師生挑燈夜搬磚故事、建校舍史話及首屆運動會場地等等，往事歷歷在目，元分同學在鍛煉學習中成長，成為今天社區建設的中堅分子，回饋社會！



為了慶祝母校80周年活動，校友會元朗分會的顧問、屆代表及理事會7月舉行了一次聚會。除了聚舊，大家還討論了如何聯繫海外校友，邀請他們於12月14日回港共襄盛舉，以及即將到來的理事會改選方向。聚會中，大家積極發言，分享鼓勵和意見，氣氛融洽，活動非常成功。



活動籌委合照



師生在香分舊址業漁大廈合照

鄭鎮炎老師單人徒步長征路

鄭鎮炎老師(前排中)以74歲高齡單人徒步長征路，他以親身的經歷讓我們感受長征的偉大精神，以所見所聞讓我們領略祖國的壯麗河山，與會聽眾無一不為鄭老師的堅毅意志和愛國情懷所深深感動！



教育路六層校舍舊址前師生合影



橫台山村公所
敘史，傳承對話



山廈村拜訪張日祥老先生、
見證元分深得家長支持



重訪山廈村曾借作勞動教育的農地



漁鄉情濃 緣繫香分

7月13日，四十位師長與百餘位校友共赴「漁鄉情濃 緣繫香分」茶敘盛會，細數四十三載前香分校園韶光。容曼薇老師致辭時，深情回顧十四年辦學歲月，感念教師無私之奉獻與服務桑梓之熱忱；李郭全、葉國謙等恩師娓娓道來「建校史篇」「師生同心築建操場」等軼事，彰顯漢華人櫛風沐雨、眾志成城之精神。席間歡聲盈耳，籌委會特致謝忱，冀盼來日匯聚更多同窗薪傳情誼。茶敘畢，廿六位師生更重訪香分舊址《業漁大樓》，留影存念。

是次盛舉不僅償卻師生重逢心願，更鑄牢香分人之歸屬。籌謀周至、群情踴躍，兼以對往昔之珍重，終成此圓滿佳會。與會者殷盼定期續辦聚會，俾使這份情誼歷久彌新，令漢華精神生生不息。



香分教職員與活動參加者大合照





第8屆68週年屆慶聚餐



日校16屆高三班慶祝60周年屆慶晚宴，筵開3席共35人出席。



第11屆校友慶祝65周年紀念午餐會

時光荏苒，歲月如歌。不覺我們畢業離校65周年了。藉此，我們11屆同學於2025年7月12日上午十一時半假上環北園酒家舉辦 65周年紀念午餐會，筵開5席並邀請了老師及校友會理事長共53人出席，為闊別母校的學友搭建一個溫馨的重聚平台，席上重溫昔日同窗情誼，感念母校老師們的教導培育。



日21屆6月慶祝55周年屆慶晚宴筵開4席共45人出席。校友會送上生日蛋糕祝賀。

情繫漢華 八十有你

校友活動

揚帆出海記 新動力幹事 61屆李振雄

7月6日，風和日麗的早上，漢友新動力和漢華大學同學會的成員踏上游船揚帆出海。參加者都十分享受不同類型的海上活動。雖然有部分團員一開始不是太活躍，但受到其它團員的感染，也變得主動積極參與玩樂了。在碧波盪漾中，大家圍坐船艙，分享自己的在學經歷，加深了彼此的認識增進了彼此的友情！最終，活動在一片熱烈的氣氛中完滿結束。大家都感到十分滿意。



新動力及漢青籃球隊 隊員於2025年5月31日參加塔門龍舟邀請賽

參賽隊員：麥正珩、文樂天、文頌天、許遨遊、王希雯、陳卓賢、邱安妮、許浚軒、雷建豪、許智練。



元朗分會麻雀皇大賽

漢華中學校友會元朗分會於 2025年6月21日假元朗超級漁港成功舉辦一年一度的「麻雀皇大賽」，場面熱鬧，氣氛歡騰。

是次賽事共吸引眾多校友踴躍參與，經過初賽、複賽及決賽的激烈角逐，最終由技藝超群的李錦秀勇奪本屆「麻雀皇」冠軍寶座。羅暹明榮獲亞軍。林健全及黃玉娟則分別奪得季軍和殿軍。賽後校友們歡聚一堂，暢敘情誼，活動在一片歡聲笑語中圓滿結束。



義工探訪活動

2025.5.4校友會15位義工參與利東邨鄰舍輔導會長者探訪活動。義工包括蕭玉光、劉國恩、廖鳳儀、郭慧玲、黃少娟、麥正珩、李振雄、周致顯、陳俊穎、吳焯瑩、蔡淑娟、鍾素妹、徐乙正、葉朝鵬、曹家盛。



ICAC展覽廳內大合照

參觀廉政公署展覽廳，回顧香港的反貪歷史，感受到清正廉明的日子得來不易啊！我們還心安理得地品嚐了著名的廉署咖啡。

漢友中樂團

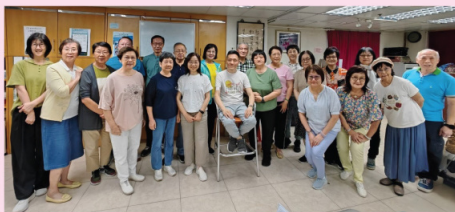
漢友中樂團 應漢華中學及漢華中學家長教師會之邀，於6月30號參與了2025漢華文藝之夜晚會的演出，樂團演出三首曲“將軍令”，“豐收鑼鼓”及“我的祖國”。

我們這次演出快同學生們同台，是一次很好交流融合機會，我們也在學生身上學習得他們努力不懈的精神，同學們在樂團的帶動下，經多次的練習各方面都明顯地有進步，“我的祖國”更由江錦華校友帶領幾位同學合唱，帶出晚會的精彩序幕，謝謝樂團各團友的參與，謝謝主辦及協辦單位給樂團和同學們一次難得的同台演出機會。



華英合唱團

早前林豪池老師為華英開辦“唱歌技巧培訓班”，經過三個月的學習，20位團員唱歌的音準、發聲等技巧均有所提高，獲益良多。華英合唱團四位團員代表參加了香港聯合合唱團，到北京參加“第二屆中國合唱大會”，獲得二等獎。這次除了比賽外，最重要是觀摩和吸收其他隊伍的優點，是一個學習的好機會。



紫荊藝薈歡慶再度獲得佳績

紫荊藝薈參加了2025年全港公開舞蹈比賽，在先進組群舞賽事中，以蒙古族舞蹈“鄂爾多斯”得到金獎兼最佳表現獎。

本會於6月19日在上環北園酒家舉行慶功宴，席間播放了歷屆的參賽舞蹈錄影，大家交流了參賽經驗，都希望在舞蹈方面能繼續發亮發光，更祝願會務蒸蒸日上。



漢友攝影學會



十一天新疆伊犁環線攝影遊北疆合照

廣州校友

7月28-29日，李雁怡副會長、李國樑及潘鴻坤副理事長和曾淑儀秘書長前赴廣州，探訪老校友和拍攝80校慶宣傳片。在此，非常感謝廣州校友們的悉心安排，配合拍攝工作。曾還老師、莫瑞琮、姚瀛洲、吳俊明、陳渭球、趙智慧等幾位老大哥老大姐們的愛國愛校情懷，深深感動了大家！他們是漢華人的榜樣！也感謝拍攝隊成員的全力合作，完成了老校友們的心願。拍成的影片除作校慶宣傳外，更可用作校史傳統教育。



圖中93歲吳俊明



前排左起93歲莫瑞琮、94歲陳渭球、89歲趙智慧



前排中百歲曾還老師



圖中96歲姚瀛洲



漢友乒乓球隊參加了由香島中學校校友會主辦「友會[友誼盃]乒乓球團體2025」並取得殿軍



原體操隊師生參觀楊金炎校友研發的「鮮蛋液自動生產線」

* 感謝 *



義工們協助寄發會訊



義工維修椅子

* 深切悼念 *

日第十一屆	盧瑞萍校友	日第二十三屆	鄺思元校友
日第十二屆	劉永成校友	日第二十四屆	盧少光校友
日第十七屆	莊明源校友	日第二十七屆	袁月珍校友
日第十九屆	董惠玲校友	夜第七屆	鄧偉校友

北歐科研 揭開細胞長壽奧秘

瑞典科研團隊經過長達10年的追蹤研究發現，輔酶Q10（CoQ10）與硒的特定組合可能是延緩衰老過程的關鍵。這項針對443名健康老年人開展的臨床研究顯示，每日補充200毫克Q10與200微克硒的受試者，其心血管疾病相關死亡率顯著降低49%，且這種保護效果在停止補充後仍持續存在。

協同作用 - 細胞抗老終極組合

研究表明：Q10作為細胞能量工廠"線粒體"的重要輔酶，能有效中和自由基，減少氧化壓力對細胞的損害；而硒則是體內抗氧化酶"谷胱甘肽過氧化物酶"的必要成分。兩者的協同作用可進一步增強身體的抗氧化防禦系統，提升心肌細胞能量代謝效率，改善心臟功能，促進ATP能量生成，從而提升活力、改善疲勞感。

輔酶Q10更有保護細胞膜和DNA的完整性，與硒的協同作用，有助延緩衰老、增強活力、健康老齡！

實際應用建議

該研究為抗衰老領域提供了重要的實證依據。考慮到現代人飲食中普遍存在硒攝入不足的情況，以及人體Q10合成能力隨年齡下降的特性，中老年人可考慮適量補充輔酶Q10和硒，建議持續補充六個月以觀察效果。

參考文獻：
*<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4930181/>
*<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8389239/>

aXimed 挪威阿斯麥

校友會優惠

優惠 **75折**



硒源Q10 (60粒)
零售價 \$498

北歐科研

抗老護心 保持年輕活力

硒源Q10 (輔酶Q10+硒)

seleQt (Coenzyme Q10、Selenium)

- ✓ 抗老護心、增活力
- ✓ 保護DNA完整、活腦保年輕
- ✓ 激活能量、擺脫疲勞
- ✓ 抗氧化、增強免疫力、健康長壽

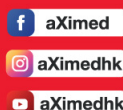


瑞典製造

優惠期截止2025年12月31日

訂購查詢
94560290

客戶服務熱線：2368 2772
www.aximed.hk



WeChat服務號



官方小紅書



「漢華八十・足跡傳承」活動預告

今年是漢華中學創校80周年，自1945年扎根西區，2006年遷至小西灣，薪火相傳，培育無數英才。

校友會誠邀校友、師生及家長參與，以步行及交通接力方式，從青蓮台舊校址出發，前往小西灣新校園，象徵漢華精神跨越時空、代代相傳！

日期：2025年11月23日（星期日）

起步禮：上午10時

起點：青蓮台舊校址

終點：小西灣漢華新校園

報名詳情將稍後公佈，敬請留意！

薪火相傳八十載，
西東接力展未來！

歡迎你成為漢友義工

漢友義工隊是校友會工作的重要力量，為慶祝母校80華誕，校友會將舉辦多項活動還有會展的盛大宴會，我們需要更多義工協助。誠邀大家齊來參加漢友義工隊，報名請致電28385638或WhatsApp 55480564



漢友籃球隊

2025年7月25日至31日，漢友籃球隊獲中國香港籃球總會邀請，代表香港前往福建廈門，參加「福建省第二屆閩港澳台同心杯籃球邀請賽」。

本屆賽事雲集四地強隊，包括CBA福建潯興、澳門甲組的澳門吳駿、TPPL台灣台啤雲豹，以及我們香港漢友，展開連場激戰，賽場氣氛熱烈。

在中國香港籃球總會總經理陳振飛先生領導下，由領隊兼總教練翁金驊先生率領球隊，漢友球員眾志成城，連續三日全力拚戰，最終以一勝兩負成績勇奪季軍。隊長溫梓豐亦憑穩健表現，獲頒「優秀球員」殊榮！

衷心感謝主辦單位與各位志願者的精心安排與熱情款待，同時亦感謝每一位強勁對手讓球員們不斷成長。球隊將繼續努力，積極備戰今季甲一聯賽！



漢華中學校友會

Hon Wah College Alumni Association

地址：香港灣仔駱克道116號嘉洛商業大廈3/F A室
網址：www.hwcaa.hk 電郵：info@hwcaa.hk
電話：2838 5638 5548 0564 傳真：2838 8970



1	POSTAGE PAID	Permit No. 特許編號 06222
	HONG KONG	
	CHINA	
	中國香港 郵資已付	

PRINTED PAPERS 印刷品