



東華三院馬振玉紀念中學（附設宿舍）
TWGHs C.Y. Ma Memorial College (with Boarding Section)





目錄

加拿大溫哥華

P.6

英國倫敦

P.2-5

北歐
(荷蘭, 丹麥, 瑞典)

P.10-13

非洲肯亞

P.7-9



北京

P.16-17

上海

P.20-21



廣東

P.22-25



日本沖繩

P.14-15



'Be A Global Citizen'— English Ambassador Training Programme (London Study Tour)

14th - 28th July 2024

17 students and 2 teachers undertook a 15-day study tour to Greenwich, located in southeast London, England. This enriching experience provided students with a unique blend of academic learning and cultural exploration. Throughout the tour, students engaged in interactive lessons aimed at enhancing their English language skills, as well as exploring drama and British culture. These activities fostered lively discussions and encouraged teamwork among participants.

In addition to classroom instruction, the itinerary included visits to iconic landmarks, cultural excursions, and opportunities for social interaction, allowing students to immerse themselves fully in the vibrant atmosphere of London. This study tour not only aimed to improve language proficiency but also to cultivate a deeper understanding of British heritage and society.



Setting off at Hong Kong airport



Arrived in Greenwich, London

Placement Test

Before commencing their English lessons, all students participated in a placement test to determine their appropriate class placements.



Students getting ready for the program induction



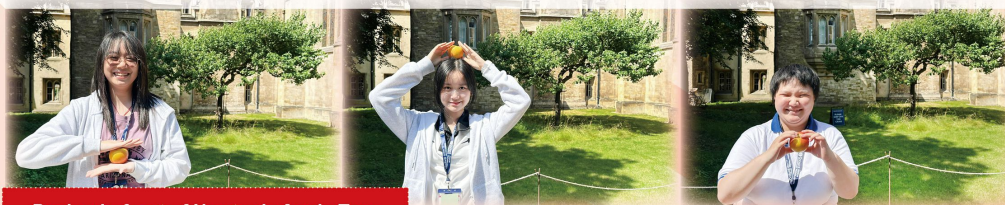
Students on the set of the Matilda Musical show

Matilda Musical Experience

The highlight of the day was the Matilda Musical, where students were captivated by the cast's outstanding performances, deepening their appreciation for the arts and enriching their cultural experience in London.

Full-Day Walking Tour in Cambridge

Students toured Cambridge, one of the UK's oldest universities, and learned about its rich history. Inspired by Sir Isaac Newton's legacy, many took photos with the famous apple tree associated with his story.



Posing in front of Newton's Apple Tree

British Quiz Night

One evening, students participated in a British quiz night, testing their knowledge of British culture. The quiz featured famous images of British singers, films, and landmarks, providing a fun and educational experience.



Students made friends from Turkey



Visiting Central London with many famous attractions

Walking Tour in Central London

On another occasion, students embarked on a walking tour in Central London. Their itinerary included visits to Big Ben, Westminster Abbey, and Buckingham Palace.



CYMA students competing with each other

Onsite Activities

After their academic sessions, students engaged in various onsite activities, including rugby, football and potato sack race at Greenwich Park, which allowed them to unwind and socialize.

Visit to the British Museum

Students visited the British Museum, one of the largest museums in the world. With an impressive collection of eight million artefacts, they were thrilled to explore as much as they could in the allotted three hours.



Students attentively listening to the guide

Walking Tour in Greenwich

Students explored Greenwich, visiting St. Alfege Church, the Cutty Sark, and the National Maritime Museum. A highlight was the Royal Observatory, the oldest scientific research institution in Great Britain, where they learned about astronomy.



Visiting the British Museum

Walking Tour Along the Thames River

Students explored the River Thames, enjoying the Tate Modern's art collection. They admired iconic bridges, including London Bridge, and ended the day with a scenic cruise back to Greenwich.



Cruising along the Thames River



In front of the iconic London Bridge

Day Trip to Brighton

Students rode the Brighton i360 for panoramic views and visited the Royal Pavilion, a Grade I listed former royal residence resembling the Taj Mahal.



The stunning view of the Royal Pavilion



Visit to the Tate Modern



Visit to the British Museum



Students enjoying their first tube experience in London



Our senior student, Emma proudly received her certificate



CYMA students happy with their results

Graduation Ceremony

Students held a graduation ceremony in the campus garden to celebrate their milestone and the friendships formed. They concluded the day with a group photo of their diverse community.

Student's sharing

Li Kamky 1C

In the British classroom, the teaching methods were engaging and encouraging. Initially, I felt a bit embarrassed to speak up, especially since my English wasn't very strong. However, as time went on, I became more comfortable discussing issues with my classmates, and it was truly a wonderful experience.

I also had the chance to meet many friends from different countries, allowing us to exchange learning experiences and share our cultures. We visited local attractions and museums, immersing ourselves in Britain's rich historical and cultural atmosphere. The old buildings and beautiful artworks captivated me.

The two weeks were not without challenges. I realized that my English has several shortcomings, particularly in vocabulary. Sometimes, I struggled to find the right words to express my thoughts. Additionally, I need to strengthen my listening skills, as I often found it difficult to keep up when people spoke quickly.

Despite these challenges, my trip to the UK was incredibly rewarding. I gained knowledge, made lasting friendships, and identified areas for improvement. In the future, I am determined to work harder on my English so that I can communicate more confidently when I visit again.

Li Ruijie Matthew 2C

During our fifteen-day study tour, I learned a great deal about various subjects. First and foremost, my English improved significantly. I attended classes with students from different countries, which encouraged me to actively communicate with foreigners in both academic and daily life. This interaction boosted my confidence, and I genuinely enjoyed the class content and daily activities. Immersed in an English-speaking environment, I gradually became more comfortable with everyday conversations and even found myself engaging in playful chats with my peers.

Secondly, I gained valuable insights into British history and local culture. We visited numerous museums and historical buildings that I had never encountered in China. One memorable moment was when our guide took us to the tree that is said to have inspired Newton's discovery of gravity; although the tree we saw was a descendant of the original, it felt special to stand there. We also explored iconic landmarks like London Bridge and Big Ben, and seeing these familiar images from books come to life was truly breathtaking.

The British Museum was another highlight, showcasing artifacts from various countries, including exquisite jade from China. I was particularly moved by the serene atmosphere of the churches we visited, where the magnificent statues left a lasting impression on me. Additionally, our trip on the Brighton i360 allowed me to see the entire city from above, revealing beautiful buildings and the vast ocean.

Finally, I thoroughly enjoyed the weather and lifestyle in the UK, as they provided a refreshing and relaxing change from my usual routine. Overall, this study tour was an enriching experience that I will cherish for years to come.

Cheng Wen Hui Ella 3C

Throughout this experience, I learned a great deal. During our more than ten days of accommodation, we made our own beds, washed our clothes, and tidied up our rooms, which taught me valuable lessons in independence. In our English classes and outings, I gained insights into local British customs and habits, and I made many friends from around the world, including Turkish students.

I had a wonderful time bonding with my classmates. We supported each other, creating a warm and friendly atmosphere. The tour guides and local teachers were incredibly welcoming, leading us to various attractions while sharing insights about local history.

As my stay progressed, I gradually shed the discomfort I initially felt upon arrival. I began to embrace British culture, appreciating the warmth and relaxation of the people, as well as the unique architectural styles and beautiful landscapes. The houses here resemble something out of a fairy tale, capturing my heart.

These memories will become treasured experiences that I will cherish forever.

Leung Yi Tung Teresa 4B

Regarding our studies, the teachers used games to facilitate learning, which made the experience enjoyable. Throughout this training period, I was immersed in listening to and speaking English in class, and I believe my spoken English has improved. One memorable activity was when five of us (two from Hong Kong and three from Argentina) collaborated to create a short film on the theme of zombies. We wrote the script, filmed, and edited it ourselves, which strengthened our friendships and enhanced my oral English skills.

However, I did notice a shortcoming in my vocabulary. I often struggled to understand some words spoken by teachers and classmates, and even when I could read certain words, I sometimes forgot their meanings. This experience reminded me of the importance of expanding my vocabulary.

Overall, this trip to the UK was meaningful and worthwhile.

Emma Hong Yan Ki 5A

I am honored to have had the opportunity to participate in this British study tour. My two weeks at the school in Greenwich were incredibly fulfilling. Upon my arrival, I felt a bit out of place and hesitant to greet strangers. However, after passing the initial test at school, I was able to make a new friend from Argentina. Although her English isn't particularly strong, we tried to understand each other, which was a rewarding experience.

Throughout the following classes, I engaged in oral exercises with classmates from around the world. Our teacher was not only attentive to our grammar issues but also an interesting person who often shared captivating stories about his family. This personal touch made the learning experience much more relatable and enjoyable.

Beyond academics, I was particularly impressed by British musical. It was my first time watching a musical live, and "Matilda" left a lasting impression on me. The story of a young girl's growth was beautifully portrayed, and the young actress not only delivered her lines with confidence but also performed complex actions alongside the ensemble. The incorporation of Latin movements and various performance techniques enriched the production, allowing for a more nuanced expression of the characters.

The only downside of the experience was the repetitive meals, but looking at it from a different perspective, this consistency also reflected the local culture. Overall, this study tour has been an unforgettable journey of learning and discovery.



東華三院學生大使溫哥華參訪團

東華三院溫哥華參訪團由本院主席兼名譽校監韋浩文先生及董事局成員帶領，來自本院屬下 18 所中學 26 名學生大使到訪加拿大溫哥華。學生藉著參訪團，寓學於遊，透過親身體驗，擴闊國際視野。

參訪團的行程豐富，包括拜訪了中國駐溫哥華總領事館、中國銀行（加拿大）溫哥華分行、域多利中華會館、華埠掌故館、海外華人團體溫哥華洪門民治黨、英屬哥倫比亞大學等，並參觀溫哥華名勝景點，加深了解中加兩地經貿發展及當地華人的生活文化。



學生感想

5A 何家禧

我們到訪了當地不同華人組織，例如中國駐溫哥華總領事館、新時代傳媒集團、中華會館等等，透過拜訪這些機構了解到華人遷徙的歷史及發展。中華會館在海外宣揚中華傳統文化，令海外華人得以傳承下去；剛移民的華人不諳外語，電視台有助他們設身處地了解當地的情況。我從中體會到華人組織的團結和互助精神，它們致力保護和傳承中華文化，可見，無論我們身處何地，亦能增進對中華文化歸屬感和認同感。

是次交流團中有很多不同的元素，都是無法單從書本的知識體驗得到的，令我感受到「讀萬卷書，不如行萬里路」。當中 Sea to Sky Gondola Basecamp 讓我學到了如何在野外求生，我曾在電視裏看到過，以為很簡單，原來非常講究，令我大開眼界。與此同時，我們在行程之中有機會接觸到不同文化背景的人，我學到尊重他人的價值觀，並從他人的分享中學習，努力改善自己不足的地方及學習他人的優點，見賢思齊。

能夠參與這個交流團不是必然的，學校給予這次機會讓我可以增廣見聞並認識不同學校的人。這是非常寶貴的經驗，衷心感謝學校給我機會，我會努力實踐校歌「他日成材 服務社會 報恩厚」的精神，把我的所學與他人分享。



高海拔運動訓練體驗 跨文化學習及探索團

為何是次海外學習的目的地是肯亞的 ITEN（伊滕市）？

肯亞以其獨特的運動文化和世界級長跑選手而聞名。ITEN（伊滕市）在海拔 2400 米的高原小鎮，其地理環境成為運動科學及高海拔長跑訓練的天然基地。這次肯亞旅程特別為中三和中四修讀體育科的學生設計，旨在透過實地體驗，擴闊學生的國際視野，讓他們深入了解肯亞的運動文化。學生在當地與專業領跑員晨跑，一邊鍛煉體能，一邊提升英語溝通能力，學習專業的跑步技巧。此行還安排了學生與奧運金牌得主 Eliud Kipchoge 會面，讓學生親身感受成功的力量和領悟堅毅的意義。除了長跑，學生們首次接觸高爾夫球，學習這項「紳士運動」的禮儀與技巧。他們亦於課餘時間進行了足球、籃球及排球友誼賽，促進了中非學生間的互動與交流。

旅程尾聲，學生們在觀賞野生動物過程中，了解生物多樣性及保護環境的重要。經歷這次肯亞之行，學生不僅受到非洲運動與文化的洗禮，更促進心靈成長。我們期待未來有更多機會讓學生探索非洲的多元文化。

日期	行程內容	日期	行程內容
第一天 23/12 (Sat)	香港  肯亞	第七天 9/12 (Fri)	- 高爾夫球九洞場體驗訓練 (3) - 城市觀光 - Kalenjin 民族家庭探訪
第二天 24/12 (Sun)	抵達內羅比及酒店 check-in	第八天 30/12 (Sat)	- 清晨長跑訓練 (3) - 體能訓練 - 離開高地訓練營
第三天 25/12 (Mon)	- 前往肯亞高地運動科學訓練營 - 參觀學校	第九天 31/12 (Sun)	- 參觀國家野生動物園
第四天 26/12 (Tue)	- 清晨長跑訓練 (1) - 遊覽訓練營區（遊走森林及瀑布） - 運動科學講座	第十天 1/1 (Mon)	- 離開國家野生動物園  香港 返抵香港
第五天 27/12 (Wed)	- 高爾夫球訓練 (1) - 球類技術及體能訓練 - 精英田徑運動員分享會 (1)		
第六天 27/12 (Thu)	- 清晨長跑訓練 (2) - 高爾夫球訓練 (2) - 精英田徑運動員分享會 (2) - 社區探訪及公益活動		

4C 鄧視文

我在這次肯亞旅程有不同的得着。首先，肯亞的專業跑手教我正確的呼吸方法，讓我解決一直以來在長跑的問題。其次，我增廣了不少見聞，例如長跑的知識、見識當地人平日的訓練及文化 ----- 他們的飲食文化和習俗都是根據所需營養所設計，以提供能量給當地的運動員，令我知道更多有關的飲食科學的知識。然後在旅程中我認識了很多不同年級的同学及一些肯亞新朋友。雖然我們是外國人，但他們對我們十分友善。在我印象中非洲是窮困地區，但當我們過了察票站後，令我十分驚訝，因為我看見很多在香港高級地方才能見到的景象——法拉利專賣、Microsoft 及 Apple 公司，還有中國國產挖土機的分店，讓我真正領會真正的「貧富懸殊」。總括而言，這次的肯亞之旅令我獲益良多，旅程中學到很多長跑的技術及知識，其次是以更開闊的眼界認識世界各地的人和文​​化。我希望把學過的東西，未來應用在該用的地方上，回饋學校及社會。

3A 陳亮愷

我在是次的高海拔訓練中，喜獲不同的經驗與體悟，例如我瞭解到不一樣的生活及訓練方式。這是我第一次前往非洲地區，還有幸與老師及同學一同參與，一起瞭解非洲文化，體驗非洲風情。我們到達非洲後，首先見到的就是知名跑者 Hugo，與他和其他專業跑手嘗試「空腹跑步」活動，這也是我第一次體驗這類型的訓練。活動中，我曾經感到十分困難，難以吸收氧氣，及後稍作調整才能跟上節奏。經歷這次體驗之後，我瞭解到他們每天訓練的艱難和辛酸，也佩服他們的毅力。我們也與另一位奧運知名跑手交流，瞭解到她小時候所經歷的困境。憑藉驚人的毅力與堅持，她徹底改變了自己的生活。她的故事讓我瞭解到生活環境的好壞，不會影響到我們對理想追求，反而更是前進的動力。



參觀國家野生動物園



世界馬拉松記錄保持者 Eliud Kipchoge 積極回應同學的提問



世界馬拉松記錄保持者 Eliud Kipchoge 與我校學生交流



出發前的團體照



到達肯亞首都奈羅比後，再轉小型飛機到 Iten



在原始的森林中進行田徑訓練



遊走森林及瀑布



足球訓練及友誼賽



學生與參與訓練的跑手在宿舍拍照留念



探訪 Iten 著名中學，曾有多位肯亞世界級運動員在此畢業



學生訓練基地 Iten



北歐 Northern Europe

荷蘭、丹麥和瑞典能源探索、生態環保考察之旅

本校生物科、物理科、德育及公民教育組合辦的「荷蘭、丹麥和瑞典能源探索、生態環保考察之旅」，帶領本校中一至中五學生造訪了這三個環保國家：荷蘭、丹麥和瑞典。在出發前，同學們接受了多次培訓，做好了參與當地活動的準備。

在這次考察團中，學生們探索當地的城市面貌和自然生態，並沉浸在歐洲的歷史文化之中。同時，我們對當地的民生情況和環保政策有了更深入的了解。我們還研究了工程科技與環保的融合，並就這三個國家在可持續發展方面的積極性展開了討論。

3月23日	香港 -----✈️ 阿姆斯特丹
3月24日	KORTE PAPAVERWEG METABOLIC LAB 活化實驗室； 當地環保機構 PLASTIC WHALE 的河道清潔活動； 阿姆斯特丹王宮、水壩廣場
3月25日	NEMO 科學中心、ARTIS 阿姆斯特丹皇家動物園、梵谷博物館
3月26日	ZAANSE SCHANS 風車村、芝士工廠、木屐廠； 阿姆斯特丹 -----✈️ 哥本哈根
3月27日	美人魚像、克里斯蒂安堡宮、吉非昂噴泉、國王新廣場、阿摩林堡、 市政廳廣場、新港運河船遊、COPENHILL 垃圾發電廠
3月28日	羅森堡城堡、管風琴教堂、LIDKØB 二手市場
3月29日	哥本哈根 -----✈️ 馬爾默 馬爾默中央車站、馬爾默市政廳、聖彼得大教堂、HSB 旋轉大樓、 馬爾默城堡、馬爾默設計中心
3月30日	馬爾默 -----✈️ 哥德堡 UNIVERSEUM 科學博物館
3月31日	GARPHYTTAN 國家公園 Garphyttan National Park 厄勒布魯市 -----✈️ 斯德哥爾摩
4月1日	ÖSTERMALM MARKET HALL； 市政廳、皇宮、斯堪森博物館、華沙戰船博物館； HAMMARBY SJÖSTAD 生態城
4月2日	斯德哥爾摩舊城區 斯德哥爾摩 -----✈️ 香港
4月3日	抵港

漫遊城市景點 認識歷史和文化



哥本哈根市內的船遊



阿姆斯特丹王宮



哥本哈根的克里斯蒂安堡宮、吉非昂噴泉、阿摩林堡、羅森堡城堡、管風琴教堂



馬爾默城堡、
HSB 旋轉大樓



斯德哥爾摩的
皇家宮殿



阿姆斯特丹的梵高博物館



ZAANSE SCHANS 風車村、芝士工廠、木屐廠



斯德哥爾摩的市政廳、會議廳
諾貝爾得獎者進行晚宴的地方



斯堪森博物館



瓦薩戰船博物館



品嚐當地的特色菜肴和
傳統食物，例如荷蘭的
起司、丹麥的糕點、瑞
典的肉丸



與當地人交流，以深入
了解他們的生活方式、
價值觀和傳統

探索再生能源 轉化廢物為能源



斯德哥爾摩的
HAMMARBY SJÖSTAD 生態城

學生將垃圾投放到指定的投棄點，然後通過地下管道系統將垃圾真空抽吸到中央收集站進行分類和處理。這系統可回收有機垃圾，把它們轉化為生物燃料和肥料，同時利用可燃燒的垃圾發電和供暖。



參觀了 COPENHILL 垃圾發電廠，它將垃圾燃燒成熱能和能源，並只釋放無毒氣體，對環境無害。



這座發電廠還建有休閒娛樂設施，如攀岩和滑雪。
同學們體驗滑草活動，刺激有趣。

連繫環保工程 達致可持續發展



參觀了阿姆斯特丹的 KORTE PAPAVERWEG METABOLIC LAB 活化實驗室。這個實驗室由設計師和建築師負責，他們把老舊的船屋移至廢棄的廠房和污染土地，然後用木棧道連接它們，改造成共享的辦公區域。



同時，他們與研究機構合作，在該區域種植了能吸收土壤和水中污染物的植物，促進生態恢復。



參觀阿姆斯特丹的 NEMO 科學中心和 ARTIS 皇家動物園，哥德堡的 UNIVERSEUM 科學博物館，以學習科學、生態、天文等不同知識。



走入生態社區 體驗低碳的生活



參與了阿姆斯特丹環保機構 PLASTIC WHALE 主辦的河道清潔活動，保護水質和水生生物，期間學生們受到遊人讚賞，意義非凡。



走進哥本哈根的 LIDKÖB 二手市場，學習物盡其用的環保概念。

反思中求進步 實踐和推廣環保



學生在交流團中反思自己的表現，有助不斷進步，成為更好的學習者和團隊成員。

回港後，學生們的環保意識有所提升，他們將在歐洲所見所聞的經驗付諸實踐，並在校內宣揚和推廣環保訊息。



考察 GARPHYTTAN 國家公園並進行了行山活動，了解了北歐動植物的生態特性。

創造出智慧型發聲垃圾桶

學生的反思文章

5A 洪思琪

北歐的 12 天考察之旅的所見所聞仍歷歷在目，我們這次考察的目的是為了探索北歐的生態能源和生態環保，同時了解當地的風土民情。

在荷蘭、丹麥和瑞典這三個國家，我們參觀了不同時期的皇宮。這些皇宮不僅展示了巴洛克風格和洛可可風格的設計，從內到外散發著雍容華貴的氣息。建築外的磚瓦上長滿了綠苔，更增添了歷史的韻味。聞名的羅森堡皇宮，裡面有展示權貴的騎士廳和其他展示廳。對於我這個曾經去過中國故宮的人來說，這兩種文化的差異給我留下了深刻的印象。東方文化注重雕刻藝術，將木製品雕琢得花香四溢，而西方則更注重形式，每一件都象徵著權力至高無上的象徵。這讓我不禁思考當時社會的發展與現今的差異。

談到北歐之行對減排的思考，我在出發前就已經知道北歐在全球暖化方面的減排成就就無人可比。然而，親身體驗後更感驚訝。在哥本哈根，我們參觀了一座垃圾發電廠，它收集垃圾並將其燃燒成熱能和能源，為整個國家提供暖氣。這種方式只釋放對環境無害的無毒氣體，可以說是百利而無一害。然而，我們驚訝地發現，丹麥竟然還從英國購買垃圾來進行燃燒。這表明丹麥在垃圾回收和減少垃圾排放方面的意識已經深入人心。

另外，在斯德哥爾摩的哈馬碧生態城，我們看到住宅區配備了垃圾抽吸系統。這個系統可以將垃圾投放到指定的集中點，然後通過地下管道系統將垃圾真空抽送到中央收集點進行分類和處理。人們將這種減排的行為融入到日常生活中，綠色環保不僅僅是一個口號，而是一種身體力行的習慣。

總而言之，這次北歐之行引起了我對國外歷史的好奇，同時也讓我更加關注生態系統的平衡。我希望通過在學校和其他場合的交流，讓更多人重視綠色環保的概念，讓香港成為一個綠色城市。

3D 王芯穎

關於這次北歐能源探索和生態環保考察之旅，我們獲得了許多新體驗。這是我首次參加交流團，竟有機會前往三個國家（荷蘭、丹麥、瑞典），體驗這些充滿人文風情、環保意識和智慧的國度。

從香港出發，我們一行人花了近 24 小時前往阿姆斯特丹，雖然沒有好好休息，但這並沒有減少我們對歐洲國家的熱情。相反，我們更加興奮地想要融入當地，享受生活。從香港繁忙的節奏轉變到北歐悠閒的生活方式，對我來說是一個全新的體驗，因為兩者之間存在著很大的差距。身處異國他鄉，我特別享受這次慢慢融入當地的交流經歷。

現在，我將根據在這三個國家中印象最深刻的景點和所見所聞逐一介紹。

首先是荷蘭的桑斯安斯風車村，這是一個保存完好的傳統荷蘭風車村。由於遠離城市，這個村莊保留了最原始的農村生活。在村莊漫步時，可以看到草原上悠閒地散步的牛和河邊自在游弋的鴨子，還有廣闊的草原和風車。與阿姆斯特丹市區繁華的房屋不同，荷蘭鄉村的建築更像是童話故事中浪漫而寧靜的景象。在桑斯安斯風車村，我們還體驗和了解了荷蘭的傳統風車、手工木鞋和傳統乳酪等文化特色。我明白到荷蘭人非常擅長利用他們身邊的資源，並通過智慧創造價值。我還在這裡買了一隻 Miffy 公仔，Miffy 是一隻可愛的小白兔形象，由荷蘭插畫家迪克·布魯納創作。

接下來是丹麥，這個被稱為童話王國的地方，是童話大師安徒生的故鄉。我們在丹麥的哥本哈根參觀了許多美麗的景點，包括著名的人魚雕像和哥本哈根城堡。人魚雕像是哥本哈根的象徵之一，坐落在港口邊，是安徒生童話《人魚公主》的主角。這個雕像非常迷人，吸引了許多遊客前來參觀和拍照。此外，哥本哈根還擁有許多美麗的建築和公園，例如哥本哈根大學、市政廳和塔夫脫公園。我們還體驗了哥本哈根的自行車文化，這裡的人們非常熱愛騎自行車，擁有完善的自行車道網絡。在這裡，我們沿著城市的運河和綠樹成蔭的小徑步行，感受到了丹麥人環保和健康的的生活方式。

最後，我們來到了瑞典的斯德哥爾摩，這是一個充滿現代風格和自然美景的城市。斯德哥爾摩坐落在許多島嶼上，被稱為「島嶼之城」。我們參觀了皇宮、市政廳和斯德哥爾摩大教堂等著名景點。此外，我們還參觀了斯德哥爾摩的博物館，了解瑞典的歷史和文化。在這裡，我們還體驗了瑞典式桑拿，這是一種傳統的蒸汽浴，對於瑞典人來說是一種放鬆身心的方式。

交流團的行程豐富多彩，我們不僅欣賞了北歐的自然風光，還了解到北歐國家在能源探索和環保方面的努力。在這次旅程中，我們見識到了荷蘭的風車、丹麥的自行車文化和瑞典式桑拿等獨特之處。這次交流團的經歷讓我們對北歐國家的綠色發展和可持續發展有了更深入的了解，也啟發了我們對環保和能源探索的思考。

這次北歐之旅對我們來說是一個難忘的經歷，我們將把這些美好的回憶帶回香港，並在日常生活中努力實踐環保和可持續發展的理念。

1C 李康綺

這次北歐之行是我中學時第一次參加的交流團，也是我首次前往如此遙遠的國家進行交流學習。透過這次交流，我不僅獲得了許多關於生態環境和環保的知識，還接觸到了中國以外的世界，了解每個國家的歷史，融入當地的風俗民情。

我們前往的北歐三國包括荷蘭、丹麥和瑞典，每個國家都有其獨特的一面。首先，我們的行程是抵達荷蘭的阿姆斯特丹。在眾多景點中，最讓我印象深刻的是桑斯安斯風車村。那裡古老的建築生動地描繪了 17、18 世紀的荷蘭生活，真實的房子、古老的造船廠，以及製作木鞋的表演，全面展現了荷蘭人的傳統生活方式。此外，古老的風車與河邊經典的荷蘭式小屋相映成趣。我們還參觀了木履工場，觀看製作木鞋的過程，見識了 700 年前荷蘭人穿的鞋子。今日的木履更體現了一種荷蘭精神，即與大自然抗爭的不屈不撓。

而丹麥是一個環保意識高度發達的國家，致力於推動可持續發展和可再生能源，因此被稱為環保國家。丹麥的垃圾發電廠 Copenhill 給我留下了深刻的印象，這座建築不僅是垃圾焚燒場，更是一個結合休閒娛樂和環境教育的綜合性地標。它的設計理念是將環保和可持續發展緊密結合，每年將大量垃圾轉換成清潔能源，為城市提供電力 and 集中供暖，使垃圾發電成為一種可持續且高效率的能源產生方式。這種高效的能源轉換方式不僅減少了廢物對環境的污染，還降低了對化石燃料的依賴。Copenhill 的外觀和斜坡綠色的頂部是這座建築的亮點之一，冬天可以滑雪，夏天則可以滑草。我們也體驗了滑草，享受的同時感受到環保與生活的緊密聯繫。

北歐之旅接近尾聲，在瑞典我們參觀了生態城 Hammarby Sjöstad，這個地方在我心中歷歷在目。這裡通過預先鋪設的地下管道，利用負壓系統將生活垃圾抽送到中央垃圾收集站，進行進一步處理，轉化為電力和能源。這種技術具有密閉化和自動化的特點，避免了垃圾收集過程中產生的二次污染，同時減輕了垃圾運輸車對道路交通的壓力。生態城設有樓前、街區和社區三類不同的垃圾站，特別是樓前的垃圾站採用了垃圾真空抽吸系統，每天定時通過地下管道抽取分類好的垃圾，並自動分裝到垃圾集裝箱。這種收集垃圾的方式不僅提高了效率，還減少了人力成本。

此次交流團圓滿結束，我在其中收穫滿滿，學到了不同的知識，並將這份環保的責任精神帶回香港。最後，感謝學校提供的學習機會，希望下次能有機會參加不同的交流團，增廣見識。



日本沖繩歷史文化及自然生態5天考察團

本校歷史科、中國歷史科、地理科與德育及公民教育委員會合辦日本沖繩歷史文化及自然生態考察團，藉由實地考察，讓學生更深入了解日本沖繩地區的歷史文化和地理特點，並通過考察活動，培養學生的品德素養，讓他們從中學習尊重不同文化、珍惜生態環境。



第1天 3月23日星期一

香港機場 → 日本沖繩機場 → 波上宮
→ 首里城公園 → 美國村



第2天 3月24日星期二

姬百合和平祈念資料館 → 平和祈念公園 → 平和祈念資料館 → 沖繩世界（文化王國、玉泉洞）→ 糸數壕



平和祈念公園 — 以第二次世界大戰的戰爭遺跡為立基，在園區內發展出具有紀念意義並與日常生活結合的各式場所。



沖繩世界 — 鍾乳洞「玉泉洞」



糸數壕 — 天然洞穴，沖繩島戰役期間，原本是糸一村的指定避難所，後被用作日軍的砲堡和倉庫。

第3天 3月25日星期一

海鹽工場 → 道の驛嘉手納觀景台 → 珊瑚農場（珊瑚礁考察）



道の驛嘉手納觀景台 — 對著沖繩中部美軍嘉手納空軍基地，看這東地區最大的軍用機場戰機的升降。



珊瑚農場 — 與自然互動，餵食動物



海鹽工場 — 欣賞世界首創的特殊製鹽方法

第4天 3月26日星期二

沖繩美麗海水族館 → 萬座毛 → 琉球村



萬座毛 — 感受石灰岩的海岸形成猶如象鼻般的獨特造型



琉球村 — 體驗沖繩文化的精華



沖繩美麗海水族館 — 觀看鯨鯨，感受海洋的力量

第5天 3月27日星期三

期三沖繩縣立博物館 → 日本沖繩機場 → 香港機場



沖繩縣立博物館 — 更深入瞭解沖繩的自然、歷史、文化相關資料



學生感想

3D 游佩欣

我最深刻的是姬百合和平祈念資料館內的一幅幅黑白人像，她們是學生，更是日本的國民，照片裏有的喜笑顏開，有的愁眉不展，但大多是十五至十八歲正值花季的少女，她們無法應對洞外的砲火，更要放棄學業在洞內擔起醫生的角色治療日本軍、照顧傷員。但她們終究還是躲不過殘忍的災禍，死在戰場。若果沒有戰火，她們本可以繼續學業，做心儀的工作，不必白白付出生命。因此，戰爭對於任何一個國家其實都是必敗的。生命沒有第二次，各個國家應該和平交往，享受時光的美好。願世人都懂得這個道理。

5A 馮智騰

是次考察團讓我親身感受到歷史課堂中所教授的地點及事件，讓我更加深入地了解了日本歷史和冷戰歷史。例如到訪的美國村，我們從課堂中可以知道盟總時期指美國在日本的地位超然，勢力也取代了日本當地軍隊的時期，當親眼見到那些事物，我真切感受到書中所寫當時美國文化的氣息。此外，我們當日所見的道之驛嘉手納美國的空军基地，呈現了二戰後的美日關係，亦讓我想到冷戰時期日本利用極好的戰略位置，能充分限制中國和蘇聯的共產勢力。親身的體驗讓歷史課題中冷戰的局勢與日本的現代化發展與如今時局相結合，真的十分有趣，更可體現出歷史不單是過去所發生的重大事件這麼簡單，亦影響到我們現今的生活。歷史與當今社會息息相關。

5B 陳希哲

我們到了沖繩有名的天然海蝕洞「萬座毛」，來到了真正的地貌上，我能確切感受到大自然的鬼斧神工，隔住書本與親眼看見帶來的震撼是無法相比的。此外，我們亦去了珊瑚農場感受旁邊清澈的大海。在如今全球溫室效應日益嚴重的情況下，大量的珊瑚因溫度暖化使海水酸化，破壞了珊瑚及水生植物的生存空間，但我卻能在這邊看到清澈透底的海水及多樣的七彩珊瑚，這是在香港見不到的美麗景色。我不禁對日本的保育工作感到讚歎，在香港，大量的海灘因工廠排放污水而受污染，可見我們的環保意識有待提高。同時，我也期望各國真真正正確實實施環境保育工作，保障人類未來的生存環境。



北京

Beijing



心繫姊妹情・奮進共成長—— 京港兩地中學生夥伴行動

東華三院、北京市青年聯合會於2023年10月23日至10月27日合辦「心繫姊妹情・奮進共成長——京港兩地中學生夥伴行動」交流團，本校派出10名同學代表參與活動。

是次活動到訪了我國首都的著名地標，包括天安門廣場、故宮博物院、中國國家博物館等，讓學生了解我國悠久的歷史文化。學生到清華大學出席夥伴行動啟動禮，其中就讀清華的港生分享環節，讓學生獲益良多，進一步了解內地的升學資訊。

本校探訪了位於北京的姊妹學校——北京市第五十中學，並由曾校長作代表，與北京中學簽訂延續姊妹學校交流的五年合約，讓兩校學生可於接下來的數年中，繼續安排互訪學習計劃。交流團不但能加深姊妹學校間的學生交流、加強國家文化的體驗，更能加深家國情懷，鼓勵我校學生繼續努力學習，在未來為國家、為香港的發展作出貢獻。



「心繫姊妹情・奮進共成長——京港兩地中學生夥伴行動」啟動禮



本校與北京市第五十中學姊妹學校簽約儀式



參觀故宮博物院



參觀清華大學



參觀中國國家博物館



觀賞「國粹第一課」專場演出



魯班鎖製作工作坊



學生感想

5B 伍晉賢

這次交流團行程豐富，短短五天到訪北京眾多的旅遊景點和極具歷史文化的博物館，導遊也為我們詳細講解了景點相關的歷史和趣聞。這一次的北京遊，我們到了清華大學、明城牆、北京京劇館和鳥巢水立方等等，其中最令我深刻的地點是鳥巢和水立方。小時候在電視裡看過它們，但未曾親眼目睹。這次抵達現場時，才發現它是如此巨大的建築！當我跟著導遊走進鳥巢時，我隱隱約約聽到一點歡呼打氣的聲音，心中的好奇心就越發強烈，我越走越快，終於走到運動場中央的觀眾席，原來聲音來自巨型電子屏幕，令我大感失望。但是當我幻想自己是觀眾席的一員，氣氛會是多麼的熱鬧，相信我也會投入地為國家隊健兒打氣，大喊：「中國加油！」

當我們離開鳥巢時，水立方只是和它隔著一條馬路，那時黃昏的陽光灑落在淡灰藍色的水立方上，折射出不同的顏色，從藍色慢慢變成橙紅色，慢慢又成了粉紅色，令人目不暇給。走到水立方內，眼前有兩個標準游泳池——一個普通游泳池和一個跳水池。原來冰壘的比賽項目就是在普通游泳池上進行，方便又節省資源呢，實在是令人驚喜。

5B 林家豪

我很榮幸能參加此次交流團，藉此到北京參觀及學習。第二天到達後，我們參觀了姊妹學校——北京市第五十中學。那裡的同學十分熱情，在我們一進校門時就招手歡迎。這所學校有很多的空間提供給學生發展興趣，每一個科目亦都有專門的課室。不但如此，學校也注重學生們的藝術發展，專門在學校設立了一個藝術大樓，裡面陳列了不少學生的藝術作品，而每件是那樣的獨特，極具風格。我們參加了學校體驗課程，包括茶道、AI製作以及樂器教學，從中我也感受到了這所學校豐富的教學內容與理念。

這趟旅行中，讓我念念不忘的就是參觀清華大學。這是中國的第一學府，裡面匯集了各領域的精英。踏進清華大學的校門，就能夠感受到濃烈的學術氣息。校園裡面保留了不少西式和中式的建築風格，令人讚嘆，所以我拍了很多照片作為回憶。

在旅程中，我看見很多，學到很多，拓寬了視野。我會把我所學到的知識及感悟告訴身邊的同學和老師，與他們分享這次難忘的經歷。





上海、杭州歷史文化及升學考察團暨 滬港姊妹學校交流活動

行程

第一天 15/8 週四 香港 ----- 上海
乘坐客機飛往上海市。
航機抵上海浦東國際機場。
遊覽朱家角水鄉。

第二天 16/8 週五 上海
前往上海市閔行三中進行交流。
參觀上海市交通大學。
參觀豫園。
遊覽外灘。

第三天 17/8 週六 上海 ----- 杭州
遊覽中華藝術宮。
遊覽武康路歷史文化名街、安福路。
乘高鐵前往杭州市。

第四天 18/8 週日 杭州
乘車前往西湖龍井茶園參觀（安排學習採茶、製茶體驗、品茶活動）。
乘車前往岳王廟參觀。觀後前往乘船遊覽西湖，後往花港公園遊覽，
後往蘇堤遊覽。
乘車前往武林夜市遊覽，觀後乘車返回住宿酒店。

第五天 19/8 週一 杭州 ----- 香港
乘車前往靈隱寺參觀。
乘車前往杭州蕭山國際機場，辦理有關登機手續。



學生感想 (節錄)

5A 趙君瑜

在這活力充沛的暑假，我有幸參與了上海、杭州考察團。旅途中我們首先到上海，遊歷了朱家角水鄉，參觀了豫園，體驗了上海的江南風情和體會中國之雅，了解到玉玲瓏有四寶，分別是「皺」、「漏」、「瘦」和「透」，呈現百孔淌泉，百孔冒煙的奇觀，感受獨屬於中國人的浪漫。在與姊妹學校上海閔行三中的交流過程裏，我們製作並發射了水火箭，體驗了模擬飛行，感受到滬港兩地的文化差異和教學模式的創新。通過這次考察，我領悟到每個人都有自己的特長，只要找到目標，人生就會變得有意義。

我們完成上海的旅途後便前往杭州，我們頂著烈日在西湖茶園採龍井茶的經歷令我印象深刻。採茶要採兩葉一心，整個茶樹只有最頂端的葉可以採摘，這讓我明白到茶葉來之不易。最後，我們漫步西湖畔，切身感受鳥語花香；沿路經過飛來峰去拜訪靈隱寺，做出了美好的祈願，以此結束了這五天四夜的旅程。

3C 董子曼

在杭州的悠長假期中，我深刻體驗到這座城市的獨特魅力。無論是漫步西湖畔，還是穿梭在古街巷，每一個角落都充滿了歷史的底蘊和文化的氣息。

此次旅途最深刻就是沿途的美食了，西湖醋魚以其鮮嫩的魚肉和恰到好處的酸甜口感，令我回味無窮。此外，我還品嚐了上海的湯圓和糖油粠，那皮薄餡多、湯汁豐富的口感，讓人難以忘懷。

在遊覽過程中，我學到了許多的歷史和文化。上海外灘融合了多種建築風格，形成了獨特的海派文化；杭州有著約 2200 多年的歷史，曾是吳越國和南宋的都城，是中國七大古都之一。當書本上的知識與現實重疊，往昔風光如在眼前，使我感慨良多。

本次旅途中我也學到了不一樣的東西，最令我印象深刻的就是時間觀念。良好的時間觀念不僅能幫助我們提升工作效率，更是對他人的一種尊重。在旅程中，集體守時才能讓行程順利，我亦慶幸在此次旅程中讓我學到寶貴的經驗，相信往後的日子裡定能學以致用。

4C 江筠婷

五天的時間裡，我在上海和杭州這樣兩座風格迥異的城市中暢遊。它們都是中國著名的旅遊城市，有著各自的魅力。上海作為國際城市，體現了現代與傳統的融合，杭州則代表著江南水鄉的深厚的文化。

我最喜歡的景點是上海外灘，因為可以看到以往只能在網絡才能窺探到的東方明珠，而管中窺豹明顯遠不及所見般的明亮，亮麗堂皇陸家嘴上的明珠映照在黃浦江上，照耀著祖國蒸蒸日上。

在這個旅途中，我學會了要尊重他人。也許同學之間相處久了，有時候也忘了禮貌，但是對人禮貌是基本態度，所以對誰都要有禮。當然不單單只有這一點，我在這五天的旅途中，還學到了美術方面的技藝以及採茶的技巧，可謂是滿載而歸呢！



滬港同心青年考察交流團

為慶祝中華人民共和國成立七十五周年暨香港回歸祖國二十七周年，滬港同心再出發，滬港社團總會、滬港青年會、上海香港聯會共同主辦「百萬青年看祖國 滬港同心青少年考察交流計劃」，聯合了9個香港辦學團體，來自57所中學的750名學生由香港乘坐高鐵到上海，本校派出10名學生代表參與6天的交流計劃。

是次交流團的行程包括學校交流、企業和政府部門參訪、歷史文化景點觀賞活動。除了參觀上海名勝，學生了解到上海經濟及科技的高速發展，更可深入了解上海社區，真正進入上海人的家中、上學和工作的地方，親身認識上海的民間風情及地道文化，與上海民眾建立友誼，全方位體驗「做一天上海人」的生活。

7月6日（星期六）	乘坐高鐵出發到上海
7月7日（星期日）	與市東中學進行交流活動、參訪城隍廟、豫園（南京路、外灘）
7月8日（星期一）	做一天上海人（延吉街道）、參訪企業—美團、上海城市規劃展示館
7月9日（星期二）	參訪國歌展示館、羅曼照明、世界技能博物館、楊浦區圖書館、企業—愛回收
7月10日（星期三）	參訪楊浦濱江、上海交通大學、參與「慶祝新中國成立75周年滬港同心青年高鐵交流團分享會」
7月11日（星期四）	高鐵回程



學生感想

5C 張梓軒

這次的交流團令我畢生難忘，我了解到祖國的科技進步，例如美團的創新技術令人震驚，我從沒想到可以用無人機來送外賣，十分的創新，令我拓寬了對科技的理解。另外，在交流當中，我也理解到我們祖國的歷史，例如當天的國歌博物館，讓我們認識國歌的起源和發展，當中的歷史故事，以及當時人民對抗外敵的心情。國歌代表我們的祖國，是祖國的象徵。無論身處何地，中國同胞猶如兄弟姐妹，給予關心和保護，這是祖國母親給我們的福氣。我十分感恩能夠參加上海交流團，這加深了我對祖國的了解和尊敬。

5A 鄧潔心

這次的參觀讓我深深了解到我國的深厚歷史、文化意義，以及經濟發展之偉大和重要性。它折射了一個民族艱難的奮鬥歷程，亦見證了人民為國家獨立自由所付出的巨大努力；每一滴由國民為國家揮灑的熱血汗水，通古今之變而匯聚成滔滔不絕的長江，不禁使身在赤土上的自己為之驚嘆與自豪！當我們對祖國的認識不斷增加，我們對國家的熱愛和保衛意識亦不斷加深，這促使我們更珍惜來之不易的和平穩定，同時為了美好的未來繼續努力！



5B 余浩棋

我非常感謝學校讓我有了解上海和祖國的機會。乘坐國家新式高速鐵路，沿途欣賞風景，探索上海的風土人情、著名景觀以及科技產業發展，我了解到上海的特色建築和文化。我們參觀了不少景點及企業，如在上海的美團公司，看到它先進的智能化服務，整合大數據來進行具體統籌，以更針對性地服務民眾，令我反思科技帶給我們的生活便利。香港是否也可以學習上海的科技技術，加強網絡聯繫，更好地為民眾服務呢？這是值得思考的。同為祖國的兒女，我們可以互相學習，為國家未來作出貢獻，成就更強大的中國。



嘉華東華學生上海交通大學參訪團

東華三院於 2023 年 10 月 15 日至 10 月 20 日舉行「嘉華東華學生上海交通大學參訪團」，來自東華三院屬下中學的 50 位學生代表將前往上海，在上海交通大學獲教授指導學習。參訪團又到李政道研究所、上海光源、大零號灣創新創業園區、上海嘉華中心及騰訊華東總部參觀及交流，加深對上海科研發展的瞭解。



學生感想

4A 趙君瑜

首先，很感謝東華三院和嘉華國際集團，讓我能夠有機會前往上海並進行學習和交流。

我們一路上去了很多景點，包括四行倉庫、靜安寺、上海交通大學、零號灣、呂志和博士科學園、東方明珠塔等。烙印在我腦海裡的有兩個景點，第一個是四行倉庫。四行倉庫當時是作為存放金銀財寶的地方，所以牆壁都非常的厚實。1937 年 8 月 13 日爆發淞滬戰役，四百多名國軍死守了四行倉庫四個晝夜，聽說四個大洞就是當時放了四個大炮的地方，而牆上的彈扣也是當時抗戰的最好證明。我最深刻的故事是關於一個小男孩，把自己綁成人肉炸彈，與日軍同歸於盡。這一段過往令我非常感動，人民百姓敢於直面死亡，為國家光榮甘願犧牲。

第二個景點是騰訊的華東總部，相信大部分人對騰訊的印象只是一家製作遊戲的公司，但其實騰訊在網絡安全上做了很多貢獻，例如研發「騰訊雲」。華東總部有兩個重點，一是微信和 QQ 的小資料，二是 SSV 可持續發展社會價值事業，後者是落實科技向善使命的關鍵力量，當中包括：第一，公益數字化，當你在騰訊公益裡面每做一件好事，你就能獲得一朵小紅花。第二，達成碳中和，倡導綠色生活方式，助力產業低碳轉型，支持新興低碳技術。第三，發展銀發科技，它是一個微信的小程序，通過線上服務、安全提醒和知識學習以引導老年人瞭解新科技，提升老人的識詐、防詐和網絡安全的能力和。二樓展廳有融合人工智慧 AI 的圍棋機和冰球機，還有一個特別的人臉識別系統，在特定的角度可以檢測到你是否有睡覺或者注意力不在當前的工作上。這項科技可以運用在網課和駕駛車間內，能夠有效避免同學們在上課的時候掛機睡覺和避免司機疲勞駕駛導致意外發生。

付出越多回報越多，在上海的每一天都能感受到當地的人情風情。這一次的上上海團使我獲益良多，我學到了很多在香港接觸不到的知識，亦親自目睹了祖國的大好河山，相信祖國的未來發展會越來越好！

4A 鄧深心

是次行程安排緊湊，從坐落繁華鬧市中，格格不入的四行倉庫及靜安寺，親身體驗歷史文化與現代社會交融的特色；再到交通大學與騰訊總部等，學習帶領新時代躍進的創科發展，讓我從中觀摩現今世上人類的突破是何等震撼。

大學的實驗室裏，我們盡情暢遊科技和人工智慧的無限世界。在其中一節關於人工智慧技術的應用及發展課堂上，有一位即將面臨選科問題的中三同學提問：「如果我將來選科後的就業機會早已被人工智慧所取代，我該如何是好？」許志欽教授毫不猶豫的回答道：「知識只有一個時候是偷不走的，就是在我們的腦海裏。」很多人認為人工智慧迅速發展之時，首先被取代的會是從事重複性勞動工作的工人，可現實卻不然。最早被淘汰的，卻是那一批追求超越自我實現需求的藝術家。畫家傾盡一生去習得構圖或生物結構的極盡畫法，AI 卻只需數秒時間就能把一切呈現出來；音樂家使盡畢生所學來創作獨一無二的歌曲，AI 轉眼間已生成一首曠世鉅作。對於喜愛創作藝術的我而言，這簡直是一個噩耗。難道人類終究要敗於人工智慧之手嗎？答案是不會的。皆因在 AI 擁有自主意識之前，它所知道的一切，依然來自人類的頭腦。教授的說話，不單止表達出人類在創科道路上如何適當的讓 AI 成為好的輔助，也帶出一個人的成功，在於不斷增值自己。在求學階段中，種種問題與我們的關連似有若無，但當下已可以開始思考如何將科技與文化結合，更好地解決現實世界面臨的問題。

另一課堂上，我們探討了中國式現代化征程的障礙。以我為例，正是一名沒有選讀理科的學生，那麼是否就不可以接觸這個領域呢？正如沈辛成教授所說，要做到一個國家、甚至世界真正步向現代化，便要把古今中外的歷史文化匯聚在一起；得新而不忘舊，才是最大的學問。當中更不能缺少一批熱衷於發掘並傳承歷史的人。

東方明珠塔的頂端，能看見大上海的脈動。同時在鄰近的四行倉庫裏，仍然記錄著國家烈士的血汗歷史。普照我們的不再是昔日歲月的餘暉，而是一同見證世界變遷、交織萬物的陽光。



公民與社會發展科國內考察團

本校公民與社會發展科為了讓學生拓寬視野，了解中國在文化保育上的成果，增進對國家安全的理解，並加強對國家的認識，多次舉辦國內考察團，學生獲益良好，成果豐碩。

中五級澳門文化一天考察團 (2023年11月24日)



5B 朱永樂

在本次考察團中，我了解到澳門的歷史。一個由三個小島和填海所得土地組成的地方，卻有著明、清、民國至今近四百五十年的建埠歷史。澳門更是十六世紀海上絲綢之路的重要據點，是明朝中國最早開放的特區之一。此外，澳門對文化保育非常重視，例如為大三巴牌坊進行的修復工程，讓我了解到要好好珍惜和保育各個地方所流傳下來的文化。

5B SAGHIR ALIBA

One thing I learned during this trip is the importance of preserving historical sites and artifacts as they serve as a remainder of the past and help us connect with the roots.

I cherish the opportunity to learn about Macau's history and culture through physical experience, as it provides a unique and immersive way to connect with the past and gain a deeper understanding of the world around us.



韶關文化保育三天考察團 (2023年12月29日至31日)

4D 李冠霖

韶關文化保育考察團，讓我了解到韶關的文化、歷史和特色。我們走遍由紅色砂礫岩構成的丹霞山、廣府文化發祥地的珠璣巷、明朝古建築物風采樓等，讓我對中國文化和歷史有更深入的認識。

在此，我亦要感謝李老師、何老師、領隊和導遊的照顧，也感謝同房的三級張雙利同學和其他一起參加這次考察團的同學，令我受益良多！



公民科中五級廣州體驗式考察團 (2024年2月28日至3月1日)



4C 徐鐸楷

初次聽到「丹霞」兩字，一幅丹紅赤壁湧現在腦中。即使僅到山腰而止，也有「一覽眾山小」的雄偉。丹霞山的典型特徵：頂平、身陡、麓緩，讓人嘆為觀止。最讓我難忘的就是傍山而建的寺廟和依山而居的僧人。依附於丹霞山體，行走於翔龍湖之上，如此清淨之地，讓人無比嚮往。



6B 張芮涵

在這三天裡，我們遊覽了很多地方，包括丹霞山珠璣古巷。這些地方都保留了中國文化傳統的特色。

我印象最深刻的是長老峰。因為這座山高聳入雲，起初不知道自己能否順利爬上去。幸好和同學們一邊聊天，一邊看山上的風景，最終很輕鬆便完成了。經過這次登山後，我了解到堅持的力量！堅持讓我可以成功爬上高山。希望在往後的日子面對任何事情，自己也能堅持下去，不要輕言放棄。

5D 陳淖鋒

這次考察團使我獲益良多。在廣州市中學生勞動技術學校裡，讓我嘗試全新的學習模式。我以親身體驗的方式學習到地震防災和沿繩下降的逃生技能，也在學校的農地認識到不同花草的特性。當中我印象最深刻的是禁毒館，因為我能夠在展館中了解到不同種類的毒品，以及它們所帶來的嚴重後果。此外，在這次考察團中，我學習到與同學互相照顧，學會共同解決困難。



體驗茶文化



體驗天然扎染活動



體驗中醫藥文化



體驗地震防災應對方式

5A 盧佐丞

這次考察團，令我親眼見證國家的快速發展和變化。高樓拔地而起，城市也變得更現代化，我作為中國人感到非常自豪。其次，從體驗式學習中，我深入認識到中醫和茶的歷史。這些都是由我國五千年歷史中傳承下來的寶貴知識和文化。另外，在考察團的野炊活動中，我負責為小組採購食材，需要為購買食材的份量和費用作好預算。從中我學會了如何與組員商討和合作。即使是看似簡單的工作，也需要認真對待。



東華三院馬振玉紀念中學（附設宿舍）
TWGHs C.Y. Ma Memorial College (with Boarding Section)

地址：新界元朗坳頭友善街3號

電話：(852) 2443 9833

傳真：(852) 2443 2882

網址：www.cyma.edu.hk

電郵：mail1@cyma.edu.hk