



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

馬中✈️ 環球教室



目錄

P.4 東華三院學生大使德國參訪團

P.5 東華三院「一帶一路」研習系列：巴塞隆拿文化體驗學習團

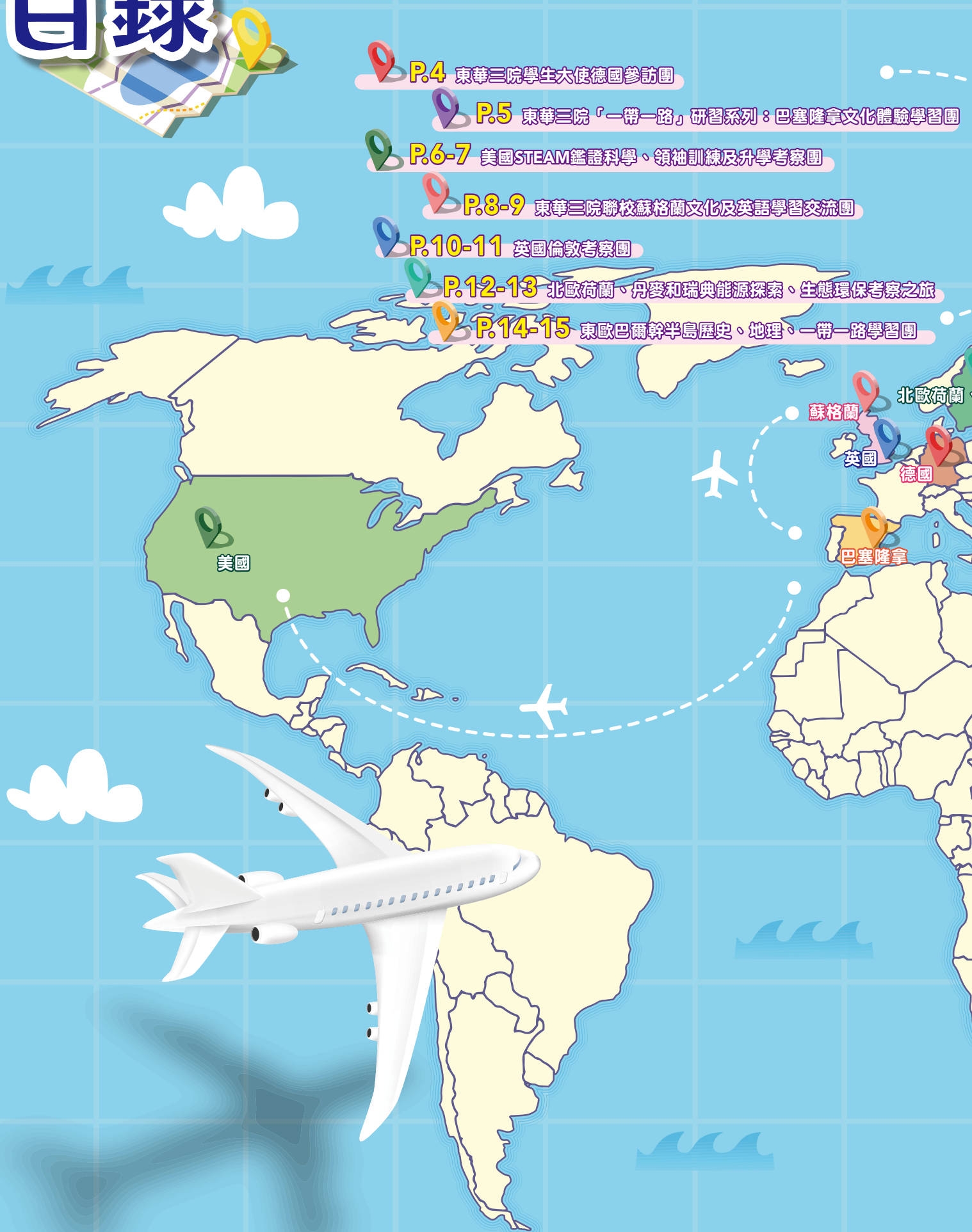
P.6-7 美國STEAM鑑證科學、領袖訓練及升學考察團

P.8-9 東華三院聯校蘇格蘭文化及英語學習交流團

P.10-11 英國倫敦考察團

P.12-13 北歐荷蘭、丹麥和瑞典能源探索、生態環保考察之旅

P.14-15 東歐巴爾幹半島歷史、地理、一帶一路學習團



 **P.16-17** 非洲肯亞高海拔運動訓練體驗、跨文化學習及探索團

 **P.18** 東華三院中學聯校新加坡英語夏令營

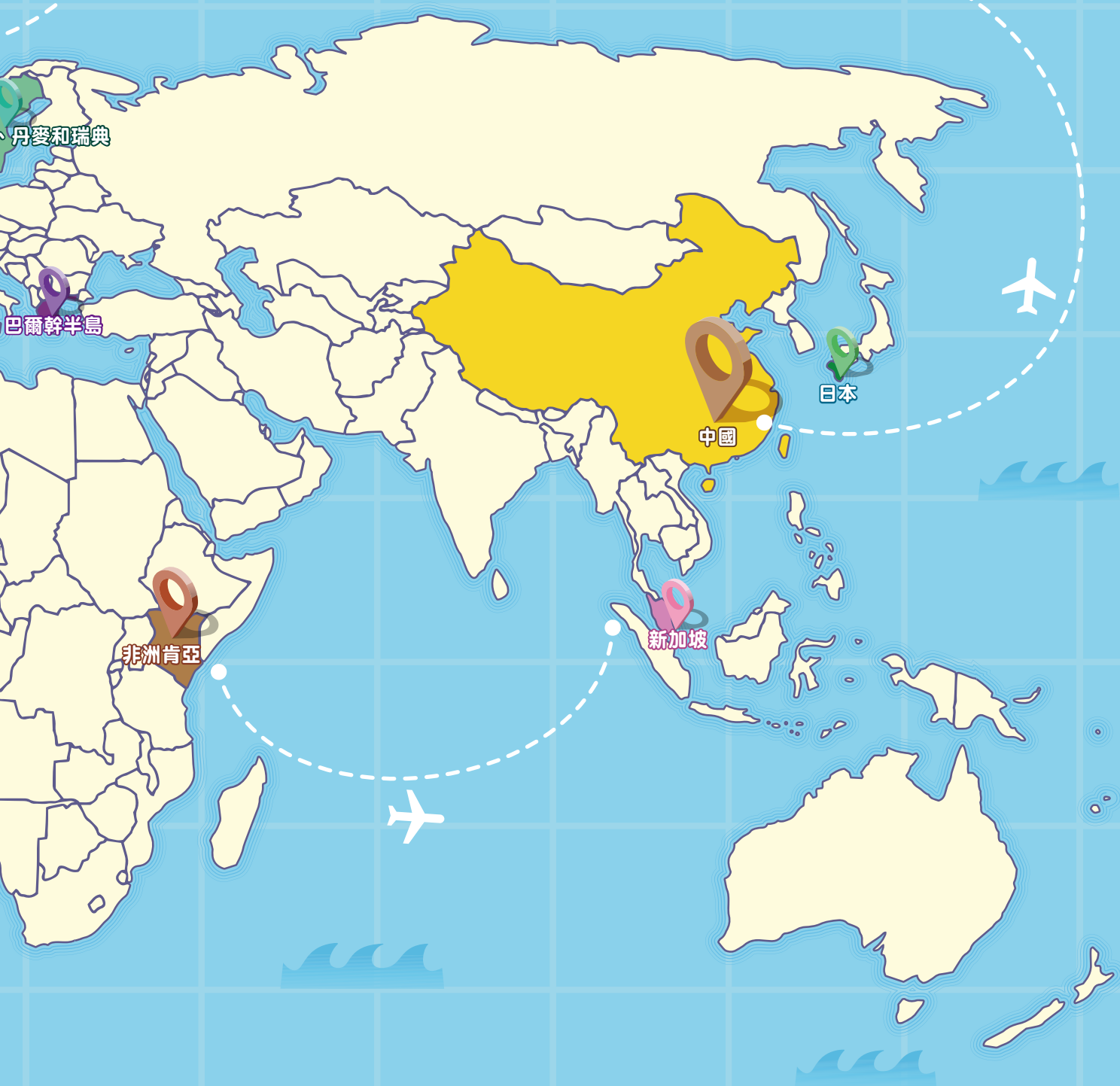
 **P.19** 日本沖繩歷史文化及自然生態考察團

 **P.20** 北京天津歷史文化、商業經濟及升學考察團

P.21 南京歷史、文化探索之旅

P.22 上海姊妹學校、歷史文化及升學考察團

P.23 公民與社會發展科潮汕歷史文化及經濟發展內地考察團





東華三院學生大使德國參訪團

東華三院主席何猷啟先生及董事局成員率領本年度的學生大使參訪德國，先後拜訪中國駐德國大使館、香港駐柏林經濟貿易辦事處，並參觀中國銀行柏林分行、當地世界文化遺產和著名大學等，讓學生從多角度認識德國文化，藉此培養承擔精神與社會關懷，傳承東華精神。



學生感想

「能力越大，責任越大。」這句話在此次德國參訪中得到了深刻印證。作為東華三院的學生大使，我有幸獲得這次寶貴的交流機會，這不僅是一場開闊視野、充實自我的探索，更肩負着向外宣揚東華三院善業精神的重任。對此，我始終懷着敬畏與珍惜之心，認真傾聽每一場講解，積極參與每一次跨文化對話，用心記錄途中的點滴感悟，力求將所見所聞、所學所思，內化為自身的修養與涵養。

回想成為東華大使之初，我曾因害怕與人交流而膽怯退縮。但在這趟旅程中，我鼓起勇氣向導賞員提問，主動舉手參與小組討論，最終更能夠自信地站在眾人面前分享見解——不知不覺間，我的溝通能力實現了躍升。這次參訪除了讓我鍛煉了溝通技巧，更深化了我對多元文化的理解與尊重。在深入了解德國的宗教與文化底蘊後，我明白到與不同背景的人真誠溝

通、平等相待的重要。這段經歷有助我邁向成為護士的理想，未來步入醫院，我相信自己能更快地與來自不同文化背景的病人建立互信，減少因文化差異而產生的誤會和矛盾。

東華的善業精神向來強調「關愛他人、奉獻社會」，而此次德國之行的所見所聞，讓我對這種精神有了具象化的體會。未來無論是在校園生活中，還是實踐護理的理想，我都會堅持「細心觀察、主動幫助」的態度。這些微小的關懷，或許正是構建信任、緩解病患痛苦的重要力量，亦是我對東華善業精神最深刻的實踐。

展望未來，我將永遠牢記自己作為東華大使的責任與使命，將東華三院的善業精神銘記於心，並在今後的人生道路上身體力行。他日成才，定當服務社會，以報答母校與東華的厚育之恩！

杜泳琪



東華三院「一帶一路」研習系列 西班牙巴塞隆拿文化體驗學習團

是次學習團由東華三院主席何猷啟先生及董事局成員率領本院屬下 18 所中學 23 名高中學生前往巴塞隆拿，拜訪中國駐巴塞隆拿總領事，參觀由華人投資的當地企業及孔子學院，以及多個文化地標，深入了解「一帶一路」為當地帶來的新機遇。



學生感想

張嘉祥

巴塞隆拿之行精彩迭宕，高第建築的流暢曲線與匠心獨運、畢加索博物館的藝術軌跡、加泰羅尼亞藝術博物館的多元文化，無不讓我感受到藝術與歷史交織的力量，領略到不同文化的絢麗多姿。十天的行程，於我而言不僅是一場視覺的盛宴，更是一次打破自我壁壘、迎來心靈覺醒的蛻變之旅。

巴塞隆拿的靈魂，一半源於高第的建築奇想。佇立在聖家堂前，我被那融入大自然元素的建築形態徹底震撼。聆聽導賞員講述這座百多年建築，我明白到真正的偉大創作需要時間的沉澱，更需要對匠心的堅守。漫步奎爾公園，馬賽克拼貼的蜥蜴噴泉、波浪形的座椅、奇幻的門廊，宛如闖進了童話繪本。每一處細節都在顛覆我對「建築」的固有認知，這令我反思，生活中那些被

我們忽視的「邊角料」，是否也藏著被重塑的可能性？

除了高第的設計，巴塞隆拿的藝術氣息體現在畢加索的作品中。在畢加索博物館內，我有幸看到這位天才畫家的早期作品。由中世紀宮殿改造而成的展館裡，一幅幅畫作串聯起他的成長軌跡，讓我意識到即使是曠世大師，也有從模仿走向創新的探索過程。這給了我莫大的鼓舞——成長本就是一場持續的修行，我們不必因起步時的稚嫩而怯於嘗試。

這十天不僅是一次文化的朝聖，更是一場自我的覺醒。它讓我看到了世界的遼闊，也找到了內心的座標。未來的路或許漫長，但我已不再迷惘，因為我知道，每一次主動的探索，都是生命成長的起點。



美國 STEAM 鑑證科學、領袖訓練及升學考察團

由 STEAM 組、其他學習經歷委員會及升學及就業輔導組合辦「STEAM 鑑證科學、領袖訓練及升學美國考察團」，一行人前往美國加州洛杉磯及聖荷西進行交流，學生在出發前接受多次培訓，並準備參與當地的訪問活動。為讓學生進一步體驗大學生活，盡早作生涯規劃，是次交流團安排學生在大學宿舍住宿，並在大學修讀一天鑑證課程，讓學生見識最先進的鑑證知識。另外，他們亦到訪矽谷的大型科技企業，學習其企業文化，早一步了解職場情況。

學習活動範疇	詳細內容
鑑證科學	聖荷西州立大學鑑證實驗室
	加州州立大學東灣分校鑑證科學研究中心
航天科技	加州科學中心
	美國太空總署姆斯研究中心
	哥倫比亞太空紀念中心
創新科技	格里菲斯天文台
	蘋果公司
	谷歌公司
升學	英特爾博物館
	聖荷西州立大學
	加州州立大學東灣分校



學生參觀聖荷西州立大學鑑證實驗室，並由鑑證科學學系系主任 Dr. Mark Barash 親自教授鑑證實驗。學生更首次從自身唾液提取 DNA 進行分析。課後學生踴躍與 Dr. Mark 交流，查詢升學及就業情況。



學生到訪 Google 總部 Googleplex，參觀頂尖科技企業的工作環境並體驗其工作文化。學生對 Google 的現代化開放式辦公室甚感興趣，亦十分嚮往靈活創新的工作模式，部分學生更立志加入大型科技企業工作。



本校學生學以致用，化身為小老師，教授聖荷西州立大學學生進行指紋鑑證實驗，進行學習交流。當地學生需從餐具上套取指紋進行分析，本校學生對於自己能以全英語進行教學，感到十分鼓舞，並對外地升學更有信心。



學生於創新科技博物館體驗各項最新科技，透過互動遊戲方式了解城市電力建設、如何分配各項資源及適當的城市規劃，以達至可持續發展。



學生感想

尹梓茵

我對此次的交流團期待已久，期望能夠在交流團中學習到有關鑑證和Steam的知識。通過這次交流，我認為鑑證是一門需要深厚知識的學問，要認識不同實驗的做法，這些知識和技術都要花費不少時間鑽研，讓我明白鑑證不是一件簡簡單單的工作，必須認真看待。

在大學裏，大家嘗試了進行不同的實驗，最讓我印象深刻莫過於提取自己的DNA。日常從影視作品中看過不少例子，總以為是一項複雜的實驗，但在講師介紹下，才得知DNA測試原來說不上十分繁複，只要求我們含著一勾鹽的水以提取口腔內的DNA。實驗過程新奇，令我清楚了解DNA測試的原理。

此外，在The Tech Interactive時，我們參與了很多關於電腦知識的體驗活動，包括破解密碼、了解數據如何透過網絡及IP傳送、城市規劃等，都讓我獲益良多。其中，在參與破解密碼的活動時，我剛開始並未明白原理，多番嘗試亦未能成功解密，後來在老師的講解後，我便掌握了大部份的訊息，再結合自身的理解，成功破解加密的密碼。

這次美國之行，讓我們了解到不少升學及就業資訊，得知在鑑證行業發展並不單靠讀書學習，還需要考取專業資格。最後，我在這次考察團收穫滿滿，也讓我更了解不同的知識，期待能夠再有機會參與交流活動，拓展眼界。

許榮堯

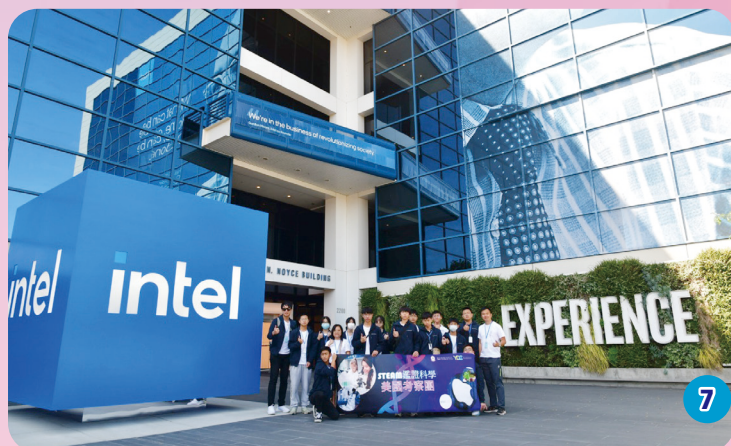
我印象最深刻的活動是到聖荷西州立大學鑑證系參觀。當天為我們講解的鑑證系教授竟曾是一名警察，而他現在除了教授的身份，還是一所鑑證科技公司的老闆。他們公司的技術水平極高，能夠將收集到的人類身上的DNA，結合3D打印技術顯示疑凶的實際樣貌。豐富的經歷令他在鑑證工作上獨到的看法，令我大受啟發。

其次，我們嘗試進行指紋鑑定，先把手指印在一些黑色粉末上，然後把自己的指紋印在特定的氣球上，最後把氣球吹滿氣便可令印在上面的指紋越變越大，更加清晰。此外，我還了解到原來男性和女性的骨頭和盆骨都是不同的，可以以此分辨骸骨的性別。

另外，我們亦到訪格里菲斯天文台，當中內藏各式各樣的天文儀器，例如天文望遠鏡等。我認識到望遠鏡的直徑大小會影響觀察結果，因為愈大的望遠鏡能夠接納更多的光線，從而提升望遠鏡的分析率。館內還有一支用作觀察太陽的望遠鏡，當中alpha濾片（太陽單色光觀察鏡）在觀察星空時能有更高的分析率。

參加這次考察，確實讓我受益良多。因為這次考察中，我們參觀了很多航天方面或科技相關的博物館，參觀NASA的時候我親眼看了超巨型的望遠鏡，當我親身看到這個龐然大物的時候，我就在想：我們人類到底是如何發明這樣的機器？又是如何成功地製造這樣的機器？而我自己想到最後的答案就是依靠知識，因為製造這種極度精密的儀器需要應用大量數學、科學及科技的理論基礎。

這次的考察團令我更重視生涯規劃，讓我思考如何才能成為一位專業人士，亦了解到「知識才能改變命運」。





Joint School Cultural and English Learning Study Tour to Scotland

35 student representatives from 6 different Tung Wah secondary schools accompanied by 2 principals and 6 teachers went on a memorable trip to Scotland. The study tour aimed to arouse students' interest in learning English, and broaden their horizon through exploring the education in Scotland and experiencing the cultural differences in an English-speaking country.

Day 1



Departure from Hong Kong airport

Day 2



V&A Dundee Design Museum and the Edinburgh Castle impressed us upon our arrival.

Day 3



Visiting the three prestigious universities in Scotland — University of Edinburgh, University of St Andrews and University of Glasgow helped students set personal goals on further studies.

Day 4



Day 5



Day 5



Students are ready to share what they have experienced and learned with new friends met from different schools on Day 4.

Day 5



We visited the National Museum of Scotland on Day 5, which is a treasure chest to explore the natural world and the history of human beings.

Day 6



Group photo outside the St Machar's Cathedral

Day 7



We are amazed by the beauty of the Loch Ness.

Day 7



So glad to meet the Consul General Mr Zhang and his team

Day 8



Everyone gains a lot from this precious journey and marks down a sweet memory.

FONG Wai, Dan



This is the first time I have left my hometown to travel to a foreign country. While I appeared calm on the outside, I was actually quite apprehensive about unexpected events both during my journey to the UK and my time there. Fortunately, I was able to watch three English films on the flights.

Just got off the plane and exited the airport, I could see the bright blue sky without any clouds, which filled me with anticipation for the days ahead.

Since the time difference between the UK and Hong Kong is 7 hours, when I was on the coach, I was extremely sleepy, but the beautiful scenery outside the window dispelled my drowsiness. Enjoying a local Western-style lunch initially left me with a positive impression of the local cuisine. Unfortunately, after experiencing repetitive breakfasts and some dishes with strange flavours, I found myself continuously eating bread with butter, leaving me extremely hungry after each meal.

However, the small towns and rural areas in the UK are truly enchanting! The expansive and beautiful scenery appears almost surreal, as if it were lifted from a film. The experiences that left me with the deepest impressions were the visit to the National Museum of Scotland, Islander Handbag DIY and our visit to the China Embassy in Edinburgh, where I had the pleasure of meeting Mr. Zhang and his team.

At the National Museum of Scotland, I began my visit with the wooden sled, followed by an exploration of the evolution from steam-powered trains to maglev technology, capturing numerous photographs of the

exhibits along the way. Additionally, I had the opportunity to attempt operating a generator and encountered a chicken with partially white feathers resembling 'Kun,' which was quite fun!

The sophisticated and elegant ambiance took my breath away, so for the materials of the bag I made for the first time, I chose some traditional colors. However, I finally chose a more suitable color and successfully completed the installation of the bag. I then returned to the hotel to the hotel, carrying the handbag which had cost £ 55.

When I visited the Consulate General, I felt the warmth of 'home'. When we were practicing the song 'My Motherland and I' in chorus, the teachers asked us to try our best to put on a big smile. However, during the actual performance, I found myself smiling truly from the heart, filled with gratitude for the opportunity to be there. On the day prior to my departure from the UK, I also took a photograph with the bus driver who had accompanied us throughout our journey, marking a fitting conclusion to this trip.

On the plane back to Hong Kong, I watched 5 Chinese movies as I missed home. Upon departing from the Hong Kong airport, I refrained from saying goodbye to my new friends, such as Jason, knowing that we would likely become strangers after that day.....

TANG Tsz Lam, Iris



When I arrived in Scotland, I was excited because this was my first time going to the UK. Edinburgh, the capital of Scotland, serves as its political, economic, and cultural hub, embodying a rich history and charm. Among its many landmarks, Edinburgh Castle stands as the oldest fortress in

Scotland, having served as a royal stronghold since the 6th century AD.

It stands on the top of extinct volcanic rock in the middle of the city, overlooking the city of Edinburgh from a high view. From every corner of the city center, you can see Edinburgh Castle, which has become a spiritual symbol of Edinburgh and even Scotland.

We visited many universities and the university that impressed me was the University of Edinburgh. When I visited the University of Edinburgh, I was deeply attracted by the strong academic atmosphere exuded by

this institution. The University of Edinburgh is located in the heart of Edinburgh. It blends with the history and culture of the city to create a unique charm. As I entered the campus, the first sight to greet me was an ancient and dignified building, known as Old College. It stands as a symbol of enduring love, etched with a long history, seems to narrate the glory of the past through each brick and stone. Here, I feel the solemnity of academics and a profound sense of history.

On our final day, we also visited Loch Ness, and the weather was splendid. We strolled along the path beside the loch, enjoying its breath-taking scenery. I even found myself searching for the elusive water monster. Overall, this experience in Scotland left a lasting impression on me. The landscapes I encountered are filled with the rich history and culture of Scotland, offering me invaluable insights. If given the opportunity, I hope to return to Scotland once more.

YIM Ka Ying, Karen



The first portrait was captured on the afternoon of my second day in Scotland, which was the first full day following my arrival, at the National Museum of Scotland. My senior schoolmate and I posed in an exhibition hall adorned with proportion-distorting mirrors that visually compressed human figures into flattened shapes. The unsettling allure stemmed from the disparity in perspective—while one's reflection might appear relatively normal from one vantage point, a companion could simultaneously observe a grotesque distortion resembling a mythical creature from their angle. The mirror installation consists of multiple panels that entirely cover two walls. Approximately four distinct types of mirrors create various visual effects. Some mirrors vertically compress reflections, producing a comical dwarfing effect reminiscent of the Minions characters, while others horizontally elongate human figures into slender, noodle-like silhouettes.

The diverse distortions encompass complex surfaces that show body sizes and concave lenses that produce funhouse-style illusions. This interactive exhibit invites visitors to witness their reflections transformed into absurd shapes, ranging from short, cartoonish figures to dramatically elongated versions that appear nearly two meters tall. Notably, the interplay between the different mirror types crafts a mosaic of distorted perspectives across

the walls, effectively transforming the space into a surreal funhouse environment where typical human proportions are entirely subverted through optical illusions.

The second landscape photograph captures the inviting interior of a fish-and-chip shop we visited a few days earlier. This establishment served what I firmly believe to be among the finest fried potatoes in Britain—golden, crispy exteriors giving way to feather-light, steaming interiors that redefined chip perfection. The ambiance further enhanced the experience, featuring warm wooden furnishings complemented by framed vintage advertisements against large windows that framed quintessential British streetscapes. The laughter of patrons mingled with the comforting sizzle from the open kitchen, creating a multisensory portrait of British culinary culture.

Both images, although strikingly different in subject matter, capture my travel memories through unique sensory impressions—one through playful visual illusions and the other through comforting British food.

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



Arrived in Greenwich, London



Students getting ready for the program induction

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.

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.

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.



Visiting the British Museum



Cruising along the Thames River

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.

Student's sharing:

Cheng Wen Hui Ella



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 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.

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.



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.



During our fourteen-day study tour, I learned a great deal about various subjects. Firstly, 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.



Li Ruijie Matthew



Graduation Ceremony



北歐荷蘭、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。

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



阿姆斯特丹的梵高博物館



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，刺激有趣的活動。

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。

學生感想

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。我們還參觀了木屐工坊，觀看了製作木鞋的過程，見識了700年前荷蘭人穿的鞋子。今日の木屐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，為城市提供電力和集中供暖，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 Sjostad，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，避免了垃圾集中產生的二次污染，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。



東歐巴爾幹半島歷史、地理、一帶一路學習團

為使學生對歷史文化及地理有更深入的了解，德育及公民教育委員會、地理科、世界歷史科及中國歷史科特意合辦「東歐巴爾幹半島歷史、地理、一帶一路學習團」。



日期

國家

行程內容

第一天

克羅地亞

香港飛往薩格勒布國際機場、參觀聖瑪可教堂、舊城區

第二至三天

斯洛文尼亞

參觀布萊德城堡、碧湖生景區、布斯當娜鐘乳洞、溶洞城堡、派沙倫廣場

第三至六天

克羅地亞

於棕熊保護區進行義工體驗活動、遊覽普拉羅馬鬥獸場、遊覽十六湖國家公園、參觀扎達爾、羅馬廣場、和中資企業進行交流活動

第七至八天

波斯尼亞及黑塞哥維那

於蒙特內哥羅及薩拉熱窩參觀海事博物館、聖尼古拉斯教堂、阿拉伯市集、舊城觀光、拉丁橋、希望隧道博物館

第九至十天

塞爾維亞

於貝爾格萊德參觀烏日策舊城堡堡、卡迪尼亞卡紀念碑建築群、河中小屋、木材村博物館，回程返港

學生感想

李晴鈞

在為期十天的東歐之旅中，我們先後造訪了克羅地亞、斯洛文尼亞、波斯尼亞、黑山共和國和塞爾維亞等地，每個國家獨特的文化和風土人情都令我印象深刻。

克羅地亞充滿浪漫氣息，當地人熱情好客且生活步調悠閒。在克羅地亞的海岸線上，古老的建築與大海互相輝映，展現人與大海之間深厚而持久的連繫。我們在克羅地亞的首都薩格勒布的舊城區中，看見中世紀最早期最完整的馬賽克風格建築群，每一座建築物都很獨特。我印象最深刻的是聖馬可教堂，它以五彩的屋頂而聞名，屋頂由白、藍、紅三種顏色的圓形瓷磚拼接而成，上面印有克羅地亞、達爾馬提亞和薩格勒布的徽章。當地人非常熱情，從餐廳服務生、商店店主到路上行人……遇上每一個人，都是一句熱情而又真摯的問候。

而斯洛文尼亞則是一個風景如畫的國家，有著秀麗的自然風光和獨特的歷史文化遺產。旅程中，我被這片土地的自然美景深深吸引，如布萊德小鎮中的碧湖、布萊德城堡，首都Ljubljana中的「龍城」和世界第二大的鐘乳洞——布斯當娜鐘乳洞，這裡的湖泊、山脈和森林互相映襯，正因為當地人們尊重自然，保護環境才能構造出這幅美麗的畫卷。

波斯尼亞是一個多元文化的國家，當地人擁有不同

的宗教信仰和文化傳統，無論是穆斯林，還是天主教徒或基督教徒，他們都能夠和平共處，共同生活在這片土地上，這讓我深刻地體驗到文化多樣性的重要性。

到了黑山共和國，這個充滿歷史和文化的國度，讓我震撼不已。來到黑山的第一站就是薩拉熱窩，在這裡我們彷彿看見了一戰爆發前轟動一世的薩拉熱窩暗殺事件，而來到著名的阿拉伯市集，我感受到了濃厚的傳統氛圍和獨特的藝術風格，這裡的手工藝品和傳統音樂實在是令我著迷。

塞爾維亞的人民更是以熱情和友善著稱，在這片土地上，無論是餐廳裡的交談，還是街頭巷尾的偶遇，又或者是路上碰到的行人，無一不是面帶微笑，樂於助人。通過這次的研學之旅，我深入瞭解了這些國家的風土人情和文化傳統。每個國家都有它獨特的魅力，無論是浪漫的克羅地亞人、熱情好客的塞爾維亞人，還是擁有美麗的自然風光和多元文化的波斯尼亞、斯洛文尼亞都讓我收穫頗豐。這次的研學之旅不僅讓我開闊了眼界，更讓我認識到文化多樣性的重要性和魅力，讓我知道不同的文化之間有著不同的傳統和習俗，只要我們尊重彼此，互相理解就能實現和諧共處。在未來的日子我會珍惜這次旅行的經歷，也會繼續探索這個美麗的世界，找尋更多相關的知識和文化體驗。



游佩欣

在本次行程中，我最深刻的體驗是到中國駐克羅地亞的風力發電廠，當地親切的工作人員用普通話為我們介紹——這是克羅地亞第一座中國發電廠。頓時，我心中的自豪感油然而生。風車屹立於山巒之間，潔白的風車在一片油綠之中，暖陽灑向大地，遠處天際的界線明顯，印著漢字的風車柱十分亮眼。身處異國他鄉，望見祖國所創下的壯麗篇章，回想起歷史書上新中國成立的艱辛歷程，我不禁感慨萬分。

當天的下午，我們來到了棕熊保護基地。棕熊身形圓渾，姿態慵懶，有的趴在木頭上睡覺，有的在泥土中覓食。來自世界各國的義工聚首一堂，為著共同的目標而努力。因為這個機構不為國家所有，而是屬於那些真正熱愛自然，熱愛棕熊的人們。當一位來自德國的義工伯伯，滔滔不絕地介紹棕熊的習性，又耐心解答我們的問題，我深深感受到他們對棕熊的熱愛和呵護。這些棕熊在動物園解救出來，長久的鐵籠生活使牠們形成肌肉記憶，總是在小範圍不斷來回走，令人十分心疼。



非洲肯亞高海拔運動訓練體驗 跨文化學習及探索團

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高中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。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，學生亦進行了足球、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，學生們有機會觀賞野生動物，了解生物多樣性及保護環境的重要。

日期

行程內容

第一天

香港 → 肯亞

第二天

- 抵達內羅比及酒店check-in

第三天

- 前往肯亞高地運動科學訓練營
- 參觀學校

第四天

- 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

第五天

- 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

- 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

第七天

- 高爾夫球九洞場體驗訓練(3)
- 城市觀光
- Kalenjin 民族家庭探訪

第八天

- 清晨長跑訓練(3)
- 體能訓練
- 離開高地訓練營

第九天

- 參觀國家野生動物園

第十天

- 離開國家野生動物園 → 香港
返抵香港



世界馬拉松記錄保持者 Eliud Kipchoge 積極回應同學的提問



到達肯尼亞首都奈羅比後，再轉小型飛機到 Iten



探訪 Iten 著名中學，多位肯亞世界級運動員在此畢業



足球訓練及友誼賽



採訪 Iten 著名中學，曾有多位肯尼亞世界級運動員在此畢業



學生訓練基地 Iten



學生與參與訓練的跑手在宿舍拍照留念



參觀國家野生動物園

學生感想

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運動員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。



在原始的森林中進行田徑訓練



TWGHs Joint Secondary Schools Singapore English Summer Camp

Five of our students recently participated in the TWGHs Joint Secondary Schools Singapore English Summer Camp to immerse themselves in an engaging, English-rich environment. At Singapore Management University (SMU), students engaged in interactive public speaking workshops. By mastering elements like body language and vocal variety, they dramatically boosted their confidence in speaking English.

Learning extended beyond the classroom through immersive excursions. In Chinatown, students explored historical landmarks, gaining insight into Singapore's multicultural heritage. At Maxwell Food Centre, they stepped out of their comfort zones to practice English while ordering local street food. Finally, marveling at Gardens by the Bay's supertrees inspired deep reflection on environmental sustainability and visionary urban planning.



Lam Sin Tung Renee

First, I am truly grateful to our school for providing us with this invaluable overseas learning opportunity. During this Singapore study tour, I gained deeper insights into the country's unique culture and rich history.

In addition, I acquired valuable public speaking skills through the lessons held at SMU. All the tutors were warm, encouraging and supportive of every one, which made the learning experience even more meaningful.

Most importantly, I had the chance to meet many new friends from different TWGHs secondary schools. We shared our thoughts and created precious memories together. This eye-opening journey has given me countless unforgettable experiences and lifelong lessons.

Srisakda Kornrawee Bella

This was my first time participating in a TWGHs study tour. During the seven days we spent in Singapore, we visited many wonderful and memorable places.

The most challenging part of the trip was attending the public speaking course at SMU. Not only did we have to speak in front of people we had never met before, but we also had to prepare two group projects within a short period of time after returning to the hotel each day.

Overall, I truly enjoyed the experience of learning outside Hong Kong. It broadened my horizons and allowed me to grow in confidence. I will definitely apply for more study tours in the future, and I highly encourage you to join as well!





日本沖繩歷史文化及自然生態考察團



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，讓他們從中學習如何尊重不同文化、珍惜生態環境。



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



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。



海鹽工場——欣賞世界首創的特殊製鹽方法

學生感想

游佩欣

我最深刻的是姬百合平和祈念資料館內的一幅幅黑白人像，她們既是學生，也是日本的國民，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，做她們想做的事，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，應該和平交往，享受時光的美好。願世人都懂得這個道理。



道之驛嘉手納觀景台——面對沖繩中部美軍嘉手納空軍基地，看遠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



琉球村——體驗沖繩文化的精華



沖繩美麗海水族館——觀看鯨鯊，感受海洋的力量



萬座毛——感受石灰岩的海岸形成，猶如象鼻般的獨特造型



北京天津歷史文化、 商業經濟及升學考察團



遊覽北京古北水鎮



抵達天下第一雄關「居庸關」



參觀北京外國語大學

為使學生對內地歷史文化、商業經濟發展及生涯規劃有更深入的了解，公民與社會發展科、企業、會計與財務概論科、經濟科、升學及就業輔導組及人文學會特意合辦「北京天津歷史文化、商業經濟及升學考察團」，讓學生得以將課堂知識與親身體驗結合，從而鞏固對祖國歷史文化及國家安全的了解，加強國民身份認同。

李欣穎

我站在居庸關長城之上，遠眺連綿起伏的山脈，心中油然而生一種豪情壯志。每一塊石頭、每一段城牆都記錄著歷史的滄桑變化。在這裡，不僅可以欣賞到壯麗的自然風光，更能深刻體會到中華民族堅韌不拔的精神品質。對於我及每一位參加考察團的同學而言，這都是一次難忘的經歷。

勞永鑫



師生於萬里長城「居庸關」合照留念

在這次考察活動中，我感受到北京歷史文化的深厚底蘊和現代化城市的繁榮交融。通過參觀長城、頤和園等地，我不僅學到了許多歷史知識，還深刻體會到古代建築的智慧，這讓我明白了文化傳承的重要性。登上長城時，我能想像到古人修築這座萬里長城的辛勞與不屈。這不僅是一座建築，更是一種精神的象徵，提醒我們要不畏艱難、勇往直前。在頤和園裡，我被古代皇家園林的精美設計所震撼，特別是那些充滿詩意的建築細節，讓我重新思考生活中對美的追求和欣賞。

這次考察也讓我明白，學習不止步於書本上的理論知識，更需要結合實地觀察與體驗，這樣才能真正理解歷史與文化的核心價值。未來，我希望能運用這次學到的知識與技能，讓自己的學習更有深度，成為一個對社會有貢獻的人。



南京歷史、文化探索之旅

本校德育及公民教育委員會、世界歷史科及中國歷史科參加由教育局主辦的「南京歷史文化探索之旅」。同學在行程中走訪了多個著名歷史文化景點，包括牛首山、侵華日軍南京大屠殺遇難同胞紀念館、夫子廟及秦淮河等。透過實地考察與親身體驗，同學進一步認識中國歷史的發展脈絡，並深切體會到銘記歷史與珍愛和平的重要性。



學生感想

司養心

在這次交流團中，秦淮河和侵華日軍南京大屠殺遇難同胞紀念館讓我留下了深刻的印象。

第一次到訪秦淮河，我們乘坐遊船，兩岸粉牆黛瓦的建築隨着河水的漣漪緩緩後退，像是引領着我們一步步走進詩詞中的煙雨江南。月色下的秦淮河宛如一位嬌羞的姑娘，河畔輕垂的楊柳是她散落的秀髮，紅燈籠點綴著古色古香的長廊，猶如她華美的衣裳，這迷人的夜色讓人陶醉，讓我感受到江南風情的獨特魅力。

與風景如畫的秦淮河截然不同，侵華日軍南京大屠殺遇難同胞紀念館是一個嚴肅莊重的地方。步入館內，沉重的歷史氛圍便撲面而來。一張張黑白照片、一件件遇難者遺物，令我內心掀起巨大波瀾，淚水不禁奪眶而出。那些曾經鮮活、有着溫熱血肉的生命，在災難後卻化作了牆上冰冷的數字。三十萬同胞的罹難，是一段我們絕不能忘卻的歷史。

這次交流團讓我領略到秦淮河的風情，更讓我銘記了歷史的厚重，深刻體會到和平的得來不易。

杜牧遠

為期五天的南京之旅，行程涵蓋眾多歷史文化名勝，讓我對此行有深刻的感悟。旅途中，我們參觀靜海寺南京條約史料陳列館，深入了解第一次鴉片戰爭及《南京條約》的簽訂背景。展廳中陳列着參戰雙方當年的武器——英軍擁有先進的火槍與火炮，而清軍手中卻只有傳統的鐵刀。這幕強烈的視覺衝擊，讓我感受到當時清政府的腐朽，固步自封，導致科技與軍事遠遠落後於西方列強的歷史教訓。

今天，已經歷兩百年的歲月更迭，在無數革命先賢不懈努力與艱苦鬥爭下，新中國在多個領域躋身世界前列。作為新一代的青年，我們不能停滯不前，而應在當下努力學習，期盼未來能學以致用，為社會與國家的進步貢獻屬於我們這一代人的青春力量。





上海姊妹學校、 歷史文化及升學考察團

本次考察團行程豐富，帶領同學走訪上海，參觀多個具代表性的歷史文化景點，透過實地考察理解城市脈絡與文化底蘊。同時，同學到訪姊妹學校進行學術交流，深化彼此的情誼並拓寬學習視野。是次考察團更結合生涯規劃，安排同學參觀上海交通大學，藉此獲取實用的升學資訊，啟發大家探索自我，確立清晰的學習目標與未來的發展方向。



日期及時間

行程內容

- | | |
|-----|------------------------------------|
| 第一天 | 機場→東方明珠塔 |
| 第二天 | 朱家角古鎮 |
| 第三天 | 上海博物館→中國共產黨第一次全國代表大會會址紀念館→外灘→南京步行街 |
| 第四天 | 上海市閔行第三中學→上海交通大學→田子坊 |
| 第五天 | 四行倉庫抗戰舊址→機場 |



學生感想

4A 李奕鋒

上海閔行中學給我的第一印象，是校園開闊宏大，教學設施新穎。參觀過程中，我們瞭解到這是一所以航空航天為特色的學校，給我留下了極為深刻的印象。在這裡，我不僅感受到師生的熱情款待，校園內濃厚的科研氛圍更激發我對航空航天技術的好奇。從飛機如何翱翔天際，到人造衛星如何在太空運作，種種疑問點燃了我對宇宙的無限嚮往，甚至讓我心生在此求學的願意。

4C 周璟暘

四行倉庫銘刻着淞滬會戰期間那場轟轟烈烈的保衛戰歷史，向年輕一代傳遞着「珍愛和平」的道理。外牆上佈滿的彈孔，是戰爭創傷的鐵證，時刻警示我們——和平並非理所當然，是前人用生命與鮮血換來的。了解歷史的目的絕非滋長仇恨，而是引導我們理解和平的珍貴。置身於此，我深切體會到和平的得來不易。當看到世界部分地區仍飽受戰火摧殘，我們更應珍惜眼前的安穩生活。歷史雖無法改寫，但未來掌握在我們手中，唯有放下干戈、追求和平，才是保障全球人類安全與福祉的根本之道。



公民與社會發展科 潮汕歷史文化及經濟發展內地考察團

本年度中五級全體學生前往潮汕進行三天考察團，親身了解潮汕歷史文化及經濟發展。

是次考察目的及學習目標：

- 認識與體驗潮汕地區傳統建築藝術和工藝特色；
- 潮州的近代歷史和經濟發展；
- 認識改革開放後人民生活的轉變，了解能源科技的最新發展，探討可持續發展的概念和能源安全的重要性。

曹熙璐

這次考察不單流於參觀表面，更強調親身實踐。我們有幸參與了非物質文化遺產——陶瓷製作。在體驗過程中，我們親手塑形、勾勒紋路，體會到傳統非遺技藝的獨特魅力，以及前人代代相傳的智慧與匠心。這種沉浸式的實踐，加深了我們對國家傳統文化的認識，進一步增強了文化歸屬感，也讓我們更加敬重傳統文化。



同學正在聆聽有關發電廠的發展資料

江筠婷

為期三天的潮汕考察，行程涵蓋探尋文化遺產、穿梭傳統建築，以及見證當地的經濟與現代工業發展，是一次豐富的國民身份認同學習之旅。公民與社會發展科的課堂學習，讓我們學會用理性的眼光剖析國家發展。而這次實地考察，賦予我們親身體驗，將課本知識與現實環境相結合，切實感受到國家發展的迅速與龐大。

黃梓桓

考察團的終點站是華潤電力深汕公司。這裏的現代化廠房、智能操控系統及清潔高效的能源生產流程，讓我直觀地感受到綠色與新能源發展的趨勢。在這裡，我們不僅看到傳統與科技的融合，更了解到新時代潮汕人在推動經濟高質量發展上的努力，讓我對當地的現代化建設留下了深刻的印象。



師生一起體驗陶泥製作

同學參觀海豐電廠

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：2443 9833

電郵：mail1@cyma.edu.hk

傳真：2243 2882

電話（宿舍）：2443 5880

傳真（宿舍）：2443 2632



學校概覽



《ALOHA》
本校英文雜誌



《馬中蒼萃》
定期更新本校資訊

