



Po Leung Kuk  
Lo Kit Sing (1983) College

保良局羅傑承(一九八三)中學

Cheung Hong Estate, Tsing Yi, N.T., Hong Kong

香港新界青衣長康邨

Tel: 2497 7110

Fax: 2431 1156

Dear Parents,  
各位家長：

P25039

**S1 'Visit to Po Leung Kuk Museum'**  
**中一級保良局歷史博物館參觀活動**

To commemorate the 80th anniversary of the victory in the Chinese People's War of Resistance Against Japanese Aggression and the World Anti-Fascist War, Po Leung Kuk History Museum is hosting a special exhibition titled "Defending Our Homeland Together". The exhibition showcases:

- Key historical records from the wartime period
- Stories of unity and resistance across society
- Po Leung Kuk's contributions during the war

This exhibition aims to honor the resilience of the Chinese people and reflect on this significant chapter in history. To deepen our S1 students' understanding of Po Leung Kuk's heritage and foster a sense of belonging, the school has arranged a visit to the Po Leung Kuk Museum located on Leighton Road, Causeway Bay. Students will attend school as usual on the day of the visit. The arrangements are as follows:

為紀念中國人民抗日戰爭暨世界反法西斯戰爭勝利八十週年，保良局歷史博物館舉辦特別展覽：「同護家園：紀念抗戰勝利 80 周年展覽」。展覽內容包括：

- 戰時的重要歷史資料
- 社會各界團結抗戰的故事
- 保良局在戰時的貢獻

展覽旨在弘揚中國人民堅毅不屈的精神，並回顧這段重要的歷史。

為讓中一學生了解保良局的歷史，並培養歸屬感，學校將安排學生參觀位於銅鑼灣禮頓道的保良局博物館。學生當日照常回校上課，活動安排如下：

**Activity Details 活動詳情**

| Class 班別:                   | 1B, 1C                                                                                                       | 1A, 1D                                                                                                            |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Date of Visit 活動日期:         | 10th October 2025 (Friday) 2025 年 10 月 10 日                                                                  |                                                                                                                   |
| Visit Time 活動時間:            | 9:30 – 10:30                                                                                                 | 10:30 – 11:30                                                                                                     |
| Dismissal Time 離校時間:        | 8:30                                                                                                         | 9:30                                                                                                              |
| Accompanying Teachers 隨隊老師: | Ms Chan Hiu Ki<br>陳曉琪老師<br>Mr Leung Tak Keung<br>梁德強老師<br>Ms Chu Wing Man<br>朱詠雯老師<br>Ms Ho Miu Chi<br>何妙芝老師 | Mr Lee Chun Ho, Leo<br>李駿豪先生<br>Mr Wong Sheung Nok<br>黃尚諾老師<br>Ms Lai Tuen Lei<br>賴團利老師<br>Mr Ng Wai Lun<br>吳偉倫老師 |

After the visit, students will return to school and resume lessons according to the regular timetable.

活動結束後，學生將返回學校，並按照正常課堂時間表上課。

Please complete the reply slip in eNotice by 8th October 2025. For enquiries, please contact Ms. Leung Lai Hung at 2497 7110.

敬希 貴家長於 10 月 8 日或之前簽妥電子通告回條。如有疑問，請致電 2497 7110 與梁麗虹老師聯絡。

Po Leung Kuk Lo Kit Sing (1983) College  
保良局羅傑承(一九八三)中學

Law Wing Chung, Principal 羅穎忠校長

30<sup>th</sup> September 2025 二零二五年九月三十日





作為教育局推出的《4Rs 精神健康約章》的參與學校之一，本校素來注重學生身心及精神健康。《約章》中的「4Rs」涵蓋四個促進精神健康的要素及目標，對促進學生精神健康同樣重要，同時互相有密切的關係。4Rs 是指：

（一）休息 (Rest)：協助學生從小建立健康的生活習慣，有足夠的休息、充足的睡眠和休閒的活動。

（二）放鬆 (Relaxation)：教導學生適時放鬆，關顧精神健康及懂得自我關懷。

（三）人際關係 (Relationship)：加強同儕、師生，以及家長與子女之間的關係，提升聯繫感；幫助學生明白自己在不同關係的角色及其重要性，願意承擔責任並作出貢獻。

（四）抗逆力 (Resilience)：裝備學生適應生活中無可避免的壓力和挫折，教導學生以正面的態度處理情緒、應對壓力和克服困難。

有見及此，本校於 2025 年 10 月 10 日 (星期五) 舉行精神健康日，協助學生建立健康的生活習慣，為學生提供更多放鬆減壓的機會，幫助學生建立正面的人際關係，加強他們的幸福感及抗逆力，從而提升學校整體的健康文化。活動臚列如下：

| 課節/時間   | 活動                                                                                                                |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第一節至第六節 | <ul style="list-style-type: none"><li>• 正常課堂</li><li>• 雪糕品嚐及彈床體驗</li><li>• 中一級同學會參觀保良局歷史博物館，見家長信 P25039</li></ul> |
| 午膳時間    | <ul style="list-style-type: none"><li>• 「運動與健康」攤位遊戲</li></ul>                                                     |
| 第七節     | <ul style="list-style-type: none"><li>• 社周年會員大會</li></ul>                                                         |
| 第八節     | <ul style="list-style-type: none"><li>• 中一至中五級同學：禮堂集會</li><li>• 中六級同學：JUPAS 簡介會</li></ul>                         |

Remarks: Please wear proper activity uniform for the activity.

備註：請穿著活動服出席活動。

Please complete the reply slip in eNotice by 8th October 2025. For enquiries, please contact Mr. Ngai Yat Kwo or Ms. Mak Yuet Ngor at 2497 7110.

敬希 貴家長於 10 月 8 日或之前簽妥電子通告回條。如有疑問，請致電 2497 7110 與魏逸戈老師或麥月娥老師聯絡。