

[活動消息]

今年的友會歌唱比賽已訂名為〈友會好聲音2022〉，各友會合唱團已認真備戰，因此籌委會認為，現階段活動不宜作出延期安排。

## 友會好聲音2002

主辦：培僑中學校友會

宗旨：1. 慶祝香港回歸祖國25周年  
2. 切磋歌技，增進友誼，提高水平，突破自我

日期：2002年12月18日(星期日)

地點：培僑中學兆基禮堂(北角天后廟道190號)

時間：0900-1130試音，1130-1230午膳(地點在各友會休息室內)，1230-1800比賽

比賽組別：獨唱(個人)，小組唱(2-16人)，大合唱(20人或以上)

附註：參賽歌曲要以中文演唱，不可選唱外語歌或戲曲，內容不可含有不良意識；為慶祝回歸，將舉行全體大合唱，演唱香港特別行政區成立25周年主題歌「前」

報名：即日起至今年11月4日，聯絡葉少萍校友(9362-2202)



[活動剪影]

## 2022年8月14日綠色生活本地遊·暢遊海岸公園一天遊



## 🌸鳴謝🌸

我會邀得理事會成員羅建華校友，於7月份舉辦了“磁與健康”講座；其間反應熱烈。感謝他無償奉獻，傾囊授出寶貴知識、經驗。參加者都獲益良多。

應參加者的要求，我會再度邀請他加開講座次數，使更多人受益。

僅此致意！



## 7月份“磁與健康”講座學員的分享

- ✓ 很感謝校友詳細向我們講解磁的效用，豐富我們的知識。
- ✓ 因為觸及很多切身問題，所以聽起來很舒服！
- ✓ 我都係第一次接觸關於磁與健康的資訊，上完2堂覺得非常好，起碼認識了磁的作用，對人體健康的幫助，是一個好的健康講座。
- ✓ 講座OK，由於我早前在物理治療車，試過幾次用磁板治療背脊痛見效，更加相信磁的功效。
- ✓ 早在拾幾年前曾接觸過磁的產品，有時覺得有幫助，有時覺得無用，所以不知不覺間停用了。今次參加“磁與健康”，本著支持羅建華校友及校友會活動的心態，點知原來有得著的，起碼知道磁是分正磁和負磁，我地應用負磁嗰面做磁療，會減輕痛楚，(上完第1堂)由於未買到磁極筆，試不到正磁(紅色燈)和負磁(綠色燈)，當晚我用1排磁粒，貼在膝蓋上，死馬當活馬醫，頂住當先，好在整晚馴到天光無痛醒。在此多謝羅建華校友的正確指導。
- ✓ 之前我右腳患了“蜂窩性組織炎”，看西醫，花了450元，食了一星期抗生素才好返。上完磁與健康不久，我左腳開始出現此炎症，貼了磁石數天，炎症減退，羅師兄又教我浸磁化水，用了數天，炎症消失了，磁療幫了我很多。

[活動消息2]

## 自然療法之磁與健康應用篇—美容

適用對象：已上“磁與健康”講座，或對磁療有基本認識的校友

- 講座內容：
1. 磁美容與現今坊間的美容有何不同
  2. 美容與水、陽光、空氣和磁的關係 (美容與五大生命元素的關係)
  3. 為什麼要用磁化水 (內調外治)
  4. 美容的目的
  5. 病氣的處理
  6. 病因 (黃帝內經、整全結構、磁療、空間醫學)
  7. 細菌性肺炎的防範建議
  8. 其他
- (以上內容或有修改，恕不另行通知)



- 日期：**全期1堂，9月21日(星期三)，晚上7:30至9:30時** (理論+示範+實操)  
地點：校友會會址  
講者：**羅建華校友(日二屆)**  
名額：20人  
費用：**堂費\$20**，美容磁材料費用\$150 (可自行決定是否購買)  
工具：美容磁 (需自購)，其餘面膜紙、磁化水、醫生手套，由講師提供

[活動消息3]

## 自然療法之磁與健康講座(基礎班)

目的：近年磁與人類健康，已被發現關係密切，到底磁對人類的影響有幾深遠，這裡會逐一剖析，務使每位學員對磁有全面的認識，並配合適當磁療，達至保健養生、治未病的目的。

適用對象：對保健有要求的任何人士。

- 講座內容：
1. 磁療歷史
  2. 生命第五個關鍵元素
  3. 缺磁症表現
  4. 正負磁功能介紹
  5. 如何正確使用磁
  6. 磁與水、空氣的重要性
  7. 磁與保健養生關係
  8. 靜磁、動磁、旋磁的使用
  9. 磁療個案分享  
(牙痛、流鼻血、腳蹠痛等)

講者簡歷與師從：

- 筋膜保健學會陳耀堅教授
- 軟組織調衡及根柢手法張秀琴老師
- 深圳市人民醫院理療科主任及名中醫駱鈞梵教授
- 頭針陳雄兵醫師
- 廣州市政醫院康復主任鍾士元
- 美國加州硅谷中醫針灸與脊椎神經康復治療診所主診醫師江山紅
- 空間醫學 (宏圖第 109 期學員)

- 日期：**全期共2堂，10月18日及19日(星期二及三)，晚上7至10時**  
地點：校友會會址  
講者：**羅建華校友(日二屆)**  
名額：20人  
費用：**全期堂費共\$50**，磁化器材料費用\$150 (可自行決定是否購買)



**報名辦法：**聯絡**楊嵩如(9432-1969)**或**陳惠娟校友(6845-2535)**；

報名後，請將費用存入校友會銀行戶口；

入賬後，請聯絡楊嵩如校友，核實為準

**銀行：中國銀行**

**賬戶：重生校友會 Chung Sang Alumni Association**

**號碼：064-791-0-001307-9**

[活動消息4]

# 沙頭角禁區、麥景陶碉堡、客家荔枝窩 文化之旅一天遊

日期：2022年10月16日(星期日)

集合：上午9:15於太子地鐵站D出口(認旗，敬請準時，逾時不候)

費用：會員，70歲以上長者及小童410元，  
非會員420元；手抱嬰兒亦需購票參團；  
團費包旅行團服務費及午餐

報名：聯絡楊嵩如校友(9432-1969)或陳惠娟校友(6845-2535)；報名後，請將費用  
存入校友會銀行戶口；入賬後，請聯絡楊嵩如校友，核實為準

銀行：中國銀行

賬戶：重生校友會Chung Sang Alumni Association

號碼：064-791-0-001307-9



\*本團由公誠旅遊有限公司承辦(牌照號碼：352206)

\*由中國太平洋保險承包團體人身意外保險，每名參加者包10萬元平安保險，及5千元  
旅程期間感染新冠病毒導致之醫療費用，參加者亦可自行購買個人旅遊綜合保險

\*全團45人

\*參加者需全程隨身攜帶智能手機，並已安裝[安心出行]流動應用程式，15歲或以下及  
65歲或以上，未能使用[安心出行]者除外

\*參加者必須符合疫苗通行証最新規定(需接種3劑疫苗)及出發當天作自行快測，  
並出示陰性證明，亦要保存此陰性證明4天(至10月19日)，以備抽檢之用

\*報名時，需提供中文姓名及身份証號碼(包括英文字頭)

行程：

- 1) 9:15集合，乘專車往麥景陶(英屬香港時期，7座邊境防衛警崗之一，二級歷史建築)
- 2) 12:00午膳，品嚐傳統客家菜  
(6人一枱，素食者請提早通知，否則費用自付)
- 3) 13:15乘專車往沙頭角禁區內，領取禁區證，遊覽碼頭區創新壁畫，  
於沙頭角之角拍照，參觀民生攤檔及禁區內民眾生活
- 4) 於沙頭角公眾碼頭(全港最長碼頭)，乘專船往荔枝窩，  
途經鴨洲外圍，可遠眺深圳鹽田港貨櫃碼頭
- 5) 登上荔枝窩後，由導遊講解當地歷史文化，遊覽白花魚藤紅樹林，  
荔枝窩故事館、荔枝窩地質教育中心、小瀛故事館、當地特產店
- 6) 16:45再乘專船返回沙頭角碼頭，轉乘專車返抵大圍火車站解散

## 傳統客家菜

古法釀鯪魚  
客家炆豬肉  
甜梅菜扣肉  
田園三寶  
客家滑豆腐  
蒜蓉炒菜苗  
絲苗白飯

夜七屆盧景雄校友離世，校友會深切哀悼

