

許文忠老師榮休感言

時光流逝，歲月如梭。許文忠老師在沙循任教三十多年，於二零二五年榮休。值此之際，校友會邀請許老師分享退休生活、校園回憶與對師生的勉勵。

尋找新身份：從「中學老師」到「另一種老師」

談及退休與在校教學最大的差別，許老師認為是身份的改變。

「退休後，身份由『老師』變成如今的『退休老師』，不再是『老師』本身，這種落差是最難適應。」

「失去了舊身份就需重建新身份，才不會迷失。老師的特質仍可延續，例如成為古蹟或觀鳥導賞員。雖然身份轉變，卻依舊保留老師的特質。」

許老師認為身份轉變是退休的一部分。雖然失去熟悉身份難免不安，但他透過導覽古蹟和介紹鳥類，讓教學的熱情以不同形式延續。

忙碌後的新嘗試

告別過去，許老師終於能把時間投放在運動與興趣上。

「過去朝七晚七，回家已筋疲力盡，無力運動；如今每天都可安排健身，每週數天到健身室，做一小時帶氧運動及半小時肌肉訓練，持之以恆，身體比以前更結實。」

「此外，我能發展更多興趣。因為喜愛大自然，我參加了觀鳥和西貢小教堂導賞課程，帶領公眾認識自然與歷史。由獨樂樂走向眾樂樂，令我樂在其中。」

每一項新嘗試，都是退休生活的美麗風景。願老師未來日子繼續精彩，笑得從容。



海上生明月，天涯共此時

對許老師而言，沙循不僅是一所學校，更是青春的承載。

「對於生活了三十多年的地方，總會有莫名的親切感。就像回到童年故居，會勾起昔日快樂時光。沙循校園承載了我的青蔥歲月，留下無數青春足跡，可謂『昔我往矣，楊柳依依』。」

「曾教過的學生逾三千，亦師亦友的也不少於七十人。有些因時空阻隔少見，但一見如故；即使未能相見，也能『海上生明月，天涯共此時』，同望一輪明月，遙寄思念。」

真正的緣分能跨越時空。許老師與學生的情誼，正是亦師亦友最動人的模樣。

給師生的一番話：許老師的寄語

訪談尾聲，許老師寄語大家幾句話。

「我曾在元朗祠堂見過兩句話：『做了放下了，了何不了』提醒我們坐言起行，事事可成；『既然不能一了百了，何不不了了之』則教導要懂得放下，以免被壓力拖垮。兩者雖方向相反，卻可因時制宜、各取所需地運用。」

「最後許 Sir 送上金句：『do、did、done』，凡事只有開始 do，才能 did，最終成為 done。」

結語

春風化雨數十載，許老師陪伴「沙循人」成長，始終不改教育初心。校友會謹致衷心謝意，並祝福老師榮休後安康自在，展開新篇章。老師的教誨，我們將銘記於心、伴隨而行。



人生不設限：專訪—樊老師榮休感言

在沙循任教三十多年，樊老師一直以專業、耐心與關懷陪伴學生學習與成長。適逢榮休，校友會邀請她分享新生活、教學生涯點滴，以及對師生的祝福。



身份轉變與第二人生

樊老師見證校園發展，也陪伴無數學生走過成長歲月。提早榮休後，她放下繁忙教務，開始嘗試新體驗，例如秋天旅行欣賞紅葉，發掘更多未知景點。

同時，她有更多時間陪伴家人與朋友，從以往每月探望一次家人，增至三次以上。她也能自在相聚，不再因工作牽掛匆忙離開。

她亦轉換身份，成為升學顧問，從事生涯規劃輔導，以新的工作模式與時間管理方式，幫助學生尋找方向。她更持續自我增值，關注世界局勢、經濟發展、AI 與人力資源及生涯規劃等議題。

把握時間 活在當下

回顧過去教學生活，樊老師每天依照時間表上課，課後仍需批改作業與備課，生活節奏緊湊。

榮休後，她不再受時間表限制，能自由運用時間，真正掌握自己的生活，形容現況為「瀟灑從容、自由自在」。

她特別提到睡眠質素改善，由過往不足五小時提升至七小時以上，甚至可以自然醒來，感到十分幸福。充足休息讓身心恢復，更有精神及空間思考與規劃未來。

「現在能展開人生新一頁，是既興奮又期待的旅程。」

點滴回憶 記念心中

在沙循三十多年，樊老師教導無數學生，亦在這裡貢獻青春。學校的人與事，已成為她人生重要部分。



她認為人應向前看，但每當翻看與學生及同事的舊照片，仍會喚起珍貴回憶。她形容這些不是單純的「想念」，而是屬於人生的「紀念」，是沙循給予她的美好印記。

心底之話 寄予未來

對在學學生，她寄語：「社會變化迅速，競爭激烈，同學需更努力與專注學習，與時並進，裝備自己，為未來爭取機會並找到方向。同時要做好本份，尊重自己與他人，設身處地，多為他人著想。即使看似吃虧，最終受益的仍是自己。」

對已畢業的校友，她指出沙循已在大家心中埋下人生價值的種子，期望大家活在當下，欣賞自己，不必比較，朝「做最好的自己」前行。為事業、家庭或個人成長努力之餘，都要愛惜自己，保持身心健康，珍惜身邊的人，讓生活有溫度，才有力量面對人生。

結語

多年來，樊老師以春風化雨的精神默默耕耘，為學校與學生留下深厚印記。校友會衷心致謝，並祝願她榮休後生活愉快、身體健康，開展充實美好的新篇章。

「祝願各位同學在人生歷程中，也能擁有與學校的一段美滿回憶，並為未來的道路努力。」——樊老師



打破框框 走出世界

傑出校友王嘉偉先生 笑談夢想與堅持

在 2026 年 4 月 10 日的高年級週會，校方很高興邀請到傑出校友王嘉偉先生回校，與一眾高年級的師弟師妹共聚一堂，以訪談方式暢談他的創作歷程及事業上的點點滴滴。

「沙循人」王嘉偉校友早年就讀於沙循，畢業後從事媒體創作行業多年，成績斐然，其 YouTube 頻道之粉絲超過五十萬，是香港最著名的多媒體、跨界別創作人之一。王校友多年來的創作散見於本地眾多深受歡迎的平台，例如毛記電視的《國家級任務》、《國家級高峰會》、《東遊記》等等。他的媒體事業已不限於網上頻道，近年亦出版實體書《北韓包膠》（2017 年）、《國家級任務 Behind the 癲》（2020 年），更曾於灣仔伊利沙伯體育館舉行個人棟篤笑演出，在業界成就卓著。

回顧週會當日，王校友接受兩位中五級師弟師妹的訪問，暢談自己的故事。王校友從中學時期在沙循的時代談起，到創作路上的靈感來源與心路歷程，再談到近年的新發展方向和理念，以及分享他對媒體的社會責任的想法等等。此外，王校友亦談到他與不同的 NGO 合作、海外旅程（例如老撾）給他的反思等等。

其後，王校友又談及他對現今網絡生態、作為媒體工作者的苦與樂、如何堅持自己的理念與風格等話題，以及他在沙循的時光中，一些對他日後的媒體創作事業有深遠影響和啟蒙作用的人和事。最後，王校友勉勵師弟師妹們，可多主動參加海外交流團，在過程中學習走出作為香港學生的一些既有想法及框框，開放自己的心懷去學習不同地方的文化。

當日的週會在王校友及眾多師弟師妹一片愉快的笑聲中結束，並由黃妙嫻副校長代表學校致送紀念品及致意。感謝王校友在百忙之中撥冗回饋母校，造福一眾年輕的「沙循人」。期待在不久的將來，王校友會再次回到沙循分享他成功故事的下一章！



校友重聚話當年

本年度的校友重聚日燒烤活動，已於 2026 年 1 月 17 日（星期六）順利舉行。當日有約九十位不同年代的「沙循人」、現職老師及榮休老師齊集一堂；不少校友更是攜同子女一同回到母校，重溫屬於「沙循人」的共同回憶。

當晚氣氛熱烈，場面非常熱鬧。除了燒烤、共享美食與敘舊交流外，校友會幹事更精心準備了多個有趣的互動遊戲，讓不同年代的校友打成一片，其樂融融。是次活動在近百名師生校友齊聲高唱校歌「In new Sha Tin, by the valley, a school beloved by all.....」的動人歌聲中圓滿結束，衷心期待翌年「沙循人」再次重聚！



小六升中開放日新增攤位 介紹校友創科經驗，以交流回饋社群

除了年度聚餐與校友分享日外，校友會今年再添新意。在校方的鼎力支持下，我們於去年 12 月 6 日的小六升中開放日首設「校友初創企業展覽」攤位，向準中一學生及家長展示校友們在創科領域的學習與實踐成果。

攤位以「創科」為核心，呈現不同屆別校友在科技專題製作、跨學科應用及實作思維訓練等範疇的嘗試與成果。透過產品展示與互動交流，學生和家長能更真實地了解沙循學生如何透過這種學習模式，培養解決問題的能力、團隊協作精神與成長型思維，為未來作好準備。

沙循校友會多年來致力維繫校友網絡，鼓勵校友回饋母校與社群。是次攤位的成功，全賴校友的熱心投入與無私分享。校友會期望來年能有更多校友加入，無論是分享創科項目、職場經驗，還是參與活動當天的交流與導覽，都能為師弟妹帶來更多可能性，讓家長看到沙循校友如何以實際行動支持師弟妹的生涯規劃與發展，並提供更貼近時代進步與未來發展的學習藍圖。

沙循校友會誠邀各位校友——無論目前投身教育、科技、工程、設計還是其他行業，均歡迎踴躍參與來年的開放日活動。我們深信，每一次分享都能成為啟發下一位學生的起點；每一份投入，都能讓「校友與母校」的連結更緊密、更有意義。



▲ 校長們、校友與一眾老師於「校友初創企業展覽」攤位

呼籲捐款校友助學金

校友助學金是由一位熱心校友為家境清貧的學弟學妹捐助而於 2015 年設立的助學專款。多年來幸得校友們持續捐款，讓有經濟需要支援的同學能及時就診、參與課外活動或境外交流，以及解決家庭突發的經濟需要。近年經濟不景氣，助學金需求倍增，餘款已不足資助有需要的同學。現呼籲校友捐款校友助學金，讓有需要的學弟學妹得以解燃眉之急。有意者請掃描右方二維碼捐款。

如有查詢，可聯絡黃妙嫻副校長。

填寫表格及支票寄回
學校

轉賬至學校銀行戶口



校友會幹事名單 (2025-2027)

學校顧問 黃妙嫻副校長 · 顧問老師 馬思進老師、仇靜裕老師、孔嘉言老師 · 主席 葉寶玲 · 副主席 劉俊言 · 司庫 鄭菲菲
文書 彭康瑤 · 技術支援 羅栢瑩、李文晞 · 康樂 李啓恩、張文曦 · 總務 劉昕悅、程巧嵐 · 出版 李嘉樂、曾詠珊、林芷雅