

聖公會聖本德中學

2020 – 2021



老師推薦好書計劃

~ 目 錄 ~

畢綺青老師	P.1	呂影華老師	P.19
陳熙棠老師	P.1	陳 銘老師	P.19
陳俊雄老師	P.2	馬曉陽老師	P.20
陳凱茵老師	P.3	馬瑞萍老師	P.21
蔡美鳳老師	P.3	吳鏡棠老師	P.21
朱家駿老師	P.4	吳嘉敏老師	P.22
陳錦紅老師	P.5	吳庭匡老師	P.23
朱文儀老師	P.6	敖穎祺老師	P.23
朱懋梵老師	P.7	MS. SHARON ANN ZEHNDER	P.24
陳瑞媚老師	P.8	蕭榮漢老師	P.25
蔡雪華老師	P.9	曾浩彬老師	P.25
鍾倩儀老師	P.9	譚海威老師	P.26
范嘉傑老師	P.10	鄧幗茵老師	P.27
孔任熙助理校長	P.10	崔銘祐老師	P.27
何珮明老師	P.11	譚日初老師	P.28
高靖怡老師	P.12	黃蔚雅老師	P.28
關佩君老師	P.12	黃健忠老師	P.29
呂 捷老師	P.13	黃家順副校長	P.30
李澤生老師	P.13	黃麗霞老師	P.30
梁可欣老師	P.14	黃玲梨老師	P.31
廖金強老師	P.14	王佩玲老師	P.31
林孝雯老師	P.15	王婉儀老師	P.32
盧敬薇副校長	P.16	游家慧老師	P.32
梁美思助理校長	P.16	殷秀汶老師	P.33
呂保光助理校長	P.17	余恩瀚老師	P.34
呂兆麟老師	P.18		
呂偉倫老師	P.18		

推薦老師姓名： 畢綺青老師

書名：	阿柴的心內話		
作者：	SHIBA 編輯部		
出版社：	楓書坊文化出版社		
國際書號：	9789863774853		
出版年份：	2019	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



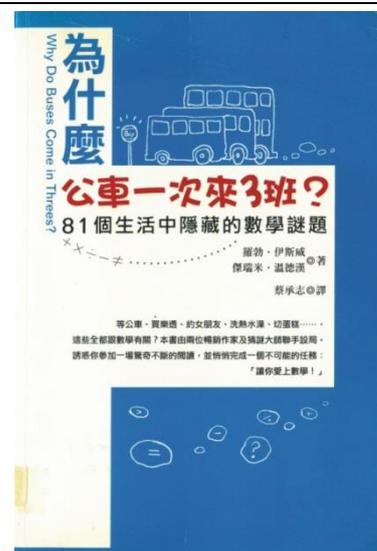
我推介這本書的原因如下：

喜歡小動物的同學千萬不要錯過這本書！儘管現實中我們未必有足夠空間可以養一頭毛小孩，但看到書中柴犬小花的超可愛生活照，總會令人有很治癒的感覺，牠豐富的表情很逗人喜愛，你也會從小花和主人的樂事中分享到喜悅。

這書亦很實用，從書中我們可吸收到不少柴犬生活的必備知識。書中內容並不是以說教形式來教導飼養小狗規則，而是以全方位剖析柴犬內心戲，讓我們從狗狗的角度去思考牠的需要和感受！此外，書中亦搭配圖解和 Q & A，解說與阿柴共同生活中的疑難雜症。這確實是一本有趣又實用的讀物，大家不妨一看。

推薦老師姓名： 陳熙棠老師

書名：	為什麼公車一次來3班？		
作者：	羅勃·伊斯威，傑瑞米·溫德漢		
出版社：	三言社		
國際書號：	9789867581129		
出版年份：	2005	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		

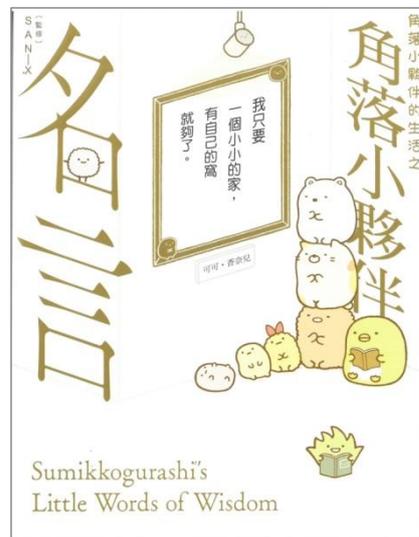


我推介這本書的原因如下：

很多人經常指數學的用途僅是日常生活的金錢計算或尺寸運算，有能力操作加減乘除運算即可。但為什麼公車一次來3班？生活中隱藏了不少數學謎題。其實數學有很多不同用途，書中提出的例子有抽獎得獎機會率、怎樣分配食品、民意調查、行車距離和速率、如何調整飲料的味、密碼的設計……我們的日常生活種種內容都與數學知識相關，懂得應用數學去處理或分析事情，會更有工作能力，也更有能力面對世界科技的新發展。我深信如果你能學好數學，會活得更有信心及成長得更幸福。數學知識一輩子也會受用。

推薦老師姓名： 陳俊雄老師

書名：	角落小夥伴的生活之角落小夥伴名言		
作者：	SAN-X 監修		
出版社：	布克文化出版事業部		
國際書號：	9789865728991		
出版年份：	2019	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

橫溝由里，2012年計畫以日本人「喜歡角落」的特性為主題發展角色設計；他採用的設計原型是學生時代，上課時在筆記本一角畫上的塗鴉，配合一些溫暖話語，讓人鬆一口氣的名言集，並以名人的事跡，鼓勵讀者以積極正面的態度行事。作者以簡單易明的文字演繹正面訊息，加上精美的圖畫和角色設定，這必定能讓讀者輕鬆一番。

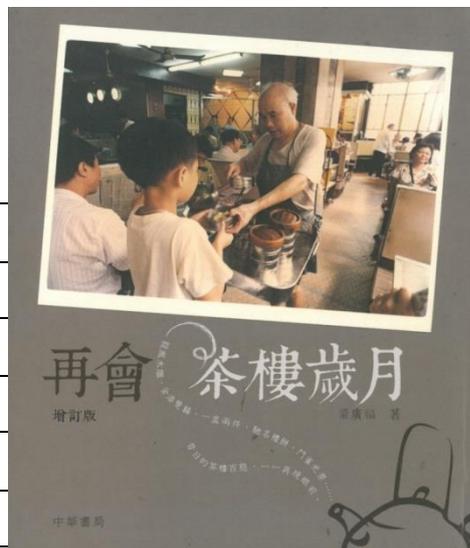
角落小夥伴就是這樣的：

- ◆ 貓：害羞的貓，常在角落裡，背對大家抓牆壁。
- ◆ 企鵝：對自己是不是企鵝不太有把握。以前頭上好像曾有碟子……
- ◆ 炸豬排：炸豬排的邊邊。瘦肉 1%、肥油 99%，因為都是油，所以被吃剩下來……
- ◆ 炸蝦尾：吃剩的……與炸豬排是知心好友。
- ◆ 白熊：從北方逃跑出來，怕冷又怕生的一隻熊。窩在角落喝一杯熱茶時，讓他感覺最平靜。
- ◆ 裹布：白熊的行李，佔位子常用到。
- ◆ 蜥蜴：其實是倖存的恐龍。因為怕被抓到所以假冒蜥蜴。與偽蝸牛推心置腹。
- ◆ 偽蝸牛：其實是一隻身上背著外殼的蛞蝓。對這個小謊深感抱歉。
- ◆ 粉圓：奶茶先被喝光而剩下的。
- ◆ 麻雀：只是一隻平凡麻雀，很喜歡炸豬排，所以會啄食炸豬排。
- ◆ 山：仰望富士山的一座小山。
- ◆ 咖啡豆老闆：據說會沖泡世界上最美味的咖啡。
- ◆ 幽靈：不想嚇到人，所以總是悄悄的。
- ◆ 飛塵：角落是我們的院子！
- ◆ 雜草：擁有一個夢想，希望有一天能在嚮往的花店裡被做成一把花束！積極的小草。



推薦老師姓名： 陳凱茵老師

書名：	再會茶樓歲月（增訂版）		
作者：	梁廣福		
出版社：	中華書局(香港)有限公司		
國際書號：	9789888513673		
出版年份：	2018	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中三		



我推介這本書的原因如下：

2020年冠狀病毒疫情下，衛生署呼籲長者減少往茶樓飲茶，部分長者卻無懼疫情，所謂「一盅兩件」的港式品茗文化，對香港人來說，不單是提供點心，更是人情味和生活習慣。

蓮香樓、陸羽茶室、中央飯店……書中圖文並茂簡介眾多舊式茶樓的歷史，由營業手法到裝修風格，全都反映香港時代的變遷。例如中央飯店，便是以傳統客家菜為主的飯店，反映客家文化在香港的重要性。

在1930年代，香港的飲茶文化已甚為盛行，上茶樓吃點點心、飲茶以填飽肚子，從而令飲早茶文化興起。發展至今，香港茶樓的經營手法亦與以往的不盡相同，但道地的飲茶文化仍能吸引大量遊客，書中亦有一一提及。書中更加提及彩虹邨的金碧酒家，有興趣的同學不妨去圖書館借閱這本《再會茶樓歲月》。

推薦老師姓名： 蔡美鳳老師

書名：	不在乎的勇氣		
作者：	大嶋信賴		
出版社：	三采文化出版股份有限公司		
國際書號：	9789576583414		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

人與人之間的相處是最複雜的，你有否曾經在人際關係上表現得客氣小心？或者深怕說話不禮貌會被白眼？或者會對自己沒自信，常因旁人一句話，深陷負面情緒？或者碰到他人覺得沒什麼的小事時總想很多？如果你具有以上的特徵時，你可能就是書中提及的「害怕被對方討厭，所以虧待自己」的抖M敏感型人！

我希望大家在閱讀這本書後，能建立一種不在乎的態度，為自己的身體和精神建立一道屏障，不再為別人的說話而受傷害，不再為了別人而勉強自己。大家無須過度放大他人的一舉一動，當你拋開束縛後會發現「每個人都跟自己差不多！」就能明白他人的一舉一動，其實不需過度放大。

「不在乎」不是要你擺爛，而是在得寸進尺的人面前，勇敢、自在地為自己華麗轉身！

推薦老師姓名： 朱家駿老師

書名：	星空下的等待		
作者：	珊卓拉·迪克曼		
出版社：	上誼文化公司		
國際書號：	9789577626783		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

今年要向同學介紹的，是《星空下的等待》，由 Sandra Dieckmann 所繪，是一本彩繪圖書，文字少，故事簡單。介紹繪本，一來是因為同學普遍不喜歡閱讀文字，各學科要讀的文字已被嫌太多，再介紹文字讀物怕令大家倒胃吃不消；二來是這繪本圖畫真的漂亮，故事也惹人深思，希望可以讓同學提起興趣，到圖書館來多翻翻書。

故事是這樣的：

狐狸和狼是一對好朋友，甚麼也一起做。他們在湛藍的湖邊嬉戲，任由陽光灑落在身上，很快樂。一天傍晚，他們待在最愛的湖邊，看著星星一顆接著一顆出現，狼卻告訴狐狸：「明天我會變成一道星光」。狐狸不明白他的話，她只知道，此刻待在一起的感覺真好。

隔天，狼無聲無息失蹤了。狐狸到處都找不到他的蹤影。她走進山中，向夜空中最亮的那顆星星出發。她朝著那片令人窒息的寂靜大喊，卻沒有一點回音。於是她伸出爪子，一把將閃閃發光的星星毯子，從天上拉下來。眼淚滑落她的臉龐，涓涓滴滴流過山腰，直到湖邊。

這時，狐狸發現親情、友情、愛情，最愛的人和事，總有一天會離開，但她會將美麗的永存心底，含笑迎接黎明，享受旭日的溫暖。

和親愛的人道別，傷逝總是難免哀悼的過程，但憂傷過後，我們也得懷着思念和感情，提煉勇氣，堅強生活，繼續前行。這繪本以精緻的圖畫、簡單的文字和深邃的情感，寫在每個人身上都會發生的故事。繪本告訴我們：即使深愛的人、事隨年月消逝，就連相片的色彩也可能已斑駁褪去了，但感情、記憶必然伴隨我們，長久存在、永遠存在的。

雖有云少年不識愁滋味，但在當下的環境，這句大概早早就不能適用了，你我或許都突然失去了甚麼……但願各位同學在閱讀繪本、思考人生、感慨世情、哀悼逝去的好、仿徨歧路的同時，也能如狐狸一樣，毋忘美好的一切，懷着盼望和信心，堅持理想，繼續勇敢前行。



推薦老師姓名： 陳錦紅老師

書名：	明日之書套書		
作者：	育苗團隊		
出版社：	字畝文化		
國際書號：	9789865505080, 9789865505073, 9789865505066		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

明日之書套書（一套三冊）：

1 《什麼是民主》 2 《關於社會階級》 3 《這就是獨裁》

★沒有任何時候，比現在更迫切需要讓孩子了解什麼是民主、社會階級和獨裁。

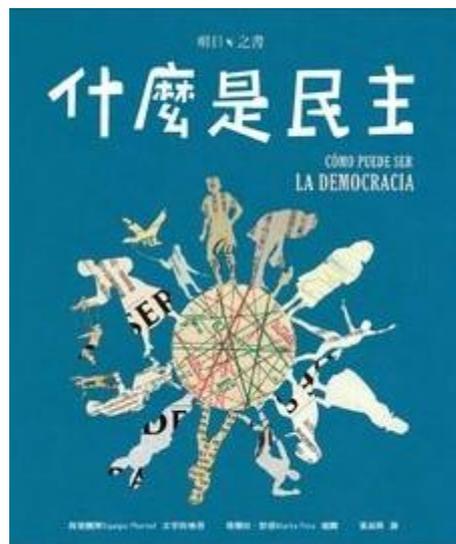
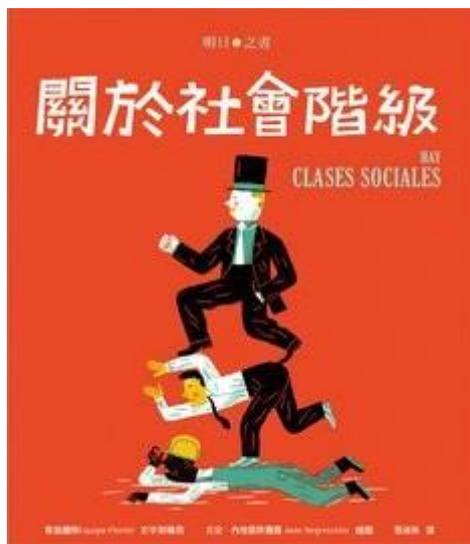
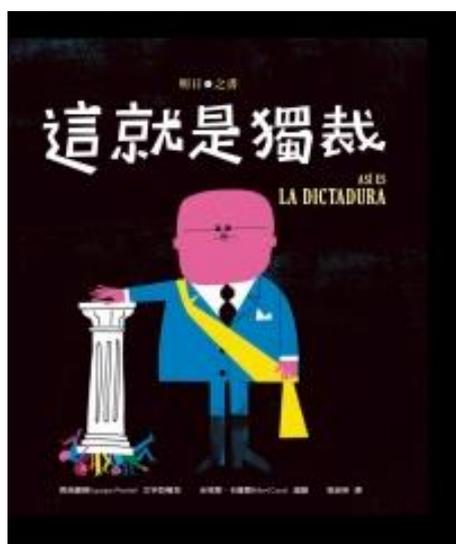
這套作品榮獲★二〇一六年波隆那童書大獎★及★委內瑞拉圖書銀行文學獎★

《明日之書》的內容簡單易明，實事求是又不乏想像力和幽默，重點是：圖都很美。

雖然這套書是想寫給兒童觀看的繪本，但兒童仍需父母導讀才能深入了解，我相信青少年甚或成人看更能心領神會。

這套書會出現是有歷史背景的。西班牙的獨裁者佛朗哥死後，巴塞隆納的喜鵲科學出版社在 1977 年和 1978 年出了一套四本的《明日之書》，和兒童及青少年談什麼是民主、獨裁者、階級和性別（註：臺版只有出前三本）。2015 年，西班牙出版社半頭牛沿用原版文字，換上新插畫，重新推出，獲得了 2016 年波隆那書展拉加茲獎知識類首獎。

我們很幸運生活在一個自由民主的社會，但也常因不同意識形態相互對立，造成社會的不平靜。如何聰明思考、判斷、做出正確選擇，則須對民主、社會階級，以及對獨裁政權有基本認知。《明日之書》以淺白幽默的文字、貼近生活的描述，介紹這些重要觀念，適合兒童閱讀，是一套適合父母跟孩子討論公民素養，以及了解身處社會現況的繪本，用這一套書，幫助下一代打造更美好的明天。



推薦老師姓名： 朱文儀老師



書名：	Q版特工 38 逃出北京		
作者：	梁科慶		
出版社：	突破出版社		
國際書號：	9789888392476		
出版年份：	2017	出版地點：	香港
適合程度：	中四至中六		

我推介這本書的原因如下：

Q版特工系列一直受中學生們的歡迎。

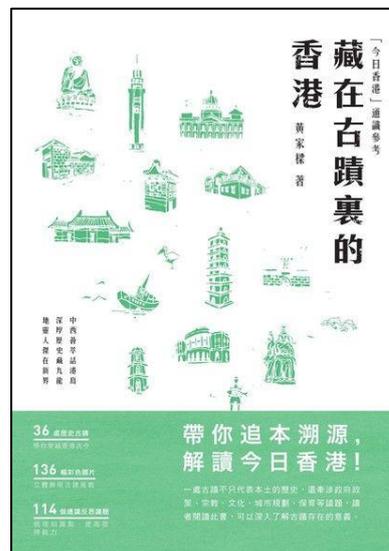
今次阿 Wing 和 R 接到任務往北京，二人甫踏出機場便受到死亡威脅，恍如置身百里霧霾之中，處境極其凶險，幸好得遇丐幫幫主，藉丐幫之助化險為夷。在髒亂的地盤中，破敗的山寨工廠被高牆團團圍住，在敵人環伺之下，阿 Wing 如何憑熟讀《三字經》與獨門掌法逃離險境？

Q版特工系列已經出版了很多冊，每一冊都能以精彩的內容、精妙的報局、引人入勝的情節，帶動讀者一直的追閱下去。這本書也不例外，一定不會令你失望。



推薦老師姓名： 朱懋梵老師

書名：	藏在古蹟裡的香港		
作者：	黃家樑		
出版社：	三聯書店(香港)有限公司		
國際書號：	9789620435324		
出版年份：	2014	出版地點：	香港
適合程度：	中三至中六		



我推介這本書的原因如下：

還未有通識科的那些年，我最愛拿著相機，遊走於港島的大街小巷和古老建築，嘗試透過鏡頭以不同角度，去探究這個我居住的城市，希望從中能回應當時心底對「我是誰」那份生命與身份的追尋。今天的年青人一早已習慣存活於互聯網世界，加上新冠肺炎疫情的影響，無法自由出入，因此這些埋藏着無數珍寶的古蹟，往往成為了生活中的異度空間，和年青人的距離似乎漸行漸遠。但是 2014 年以來的社會運動和連串政治事件，均令我確信今天的年青人依然強烈渴望在身份認同上——我為何在香港？我可以為香港做些甚麼？——尋得答案。

和一般的導賞團不同，《藏在古蹟裡的香港》一書內容資料性和反思性並重，你不但可以知道「香港市花洋紫荊是以哪位港督名字命名?」、「今日的快乐谷本為英軍作何用途?」、「皇后像廣場為何沒有皇后像?」、「哪幢建築物開創本地古蹟保護的先河，採用拆件搬遷、易地重建的方法?」、「港府不得不擴充警隊，並在不同地區設置警署，是源於中國哪段史事?」、「哪位官員因任內表現出色，及後不但獲委任為立法局議員，並且輾轉升任港督?」、「砌生豬肉一詞是來自哪個英語單詞?」、「英軍為何要把添馬艦炸沉?用它的殘骸所製造的木門，如今安放在哪裡?」、「聖約翰救傷隊香港分會和何鴻燊先生有何淵源?」……而且每篇的思考問題均切中「今日香港」單元各個範疇，不論「法治」、「生活素質」、「公共衛生」、「可持續發展」抑或「身份認同」均有涉獵，相信喜愛思考的同學能從中得到啟發。

作者黃家樑，一位通識科及中史科老師，他一雙慧眼早有先見之明，當年在書中已挑戰讀者「如果有人懷念這時期，高舉英治時期的龍獅旗遊行，這代表一種怎樣的心態?你認為這是好事還是壞事?」；他亦提及「愛國是否可以只愛民族或文化，而不愛統治的政府呢?愛政府和愛人民兩者之間，是互相配合，還是互相排斥?」。撫今追昔，對照今日已實施「港區國安法」的香港，同學應自有一番體會。

推薦老師姓名： 陳瑞媚老師

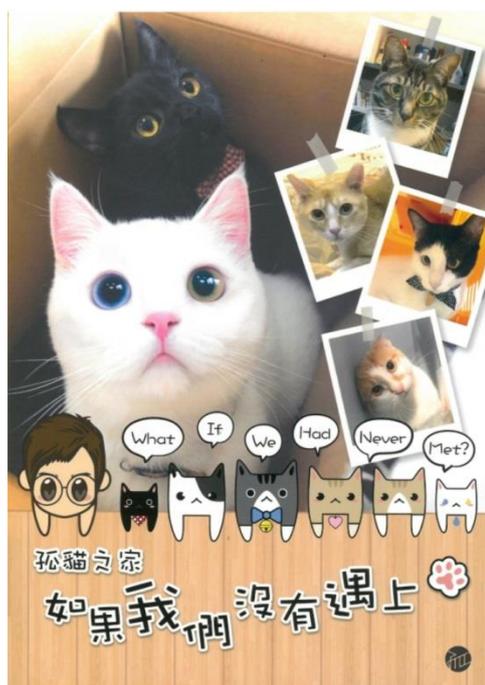
書名：	如果我們沒有遇上 & 假如失去了你們		
作者：	孤泣		
出版社：	孤泣工作室		
國際書號：	9789887944751,9789887993964		
出版年份：	2019 / 2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

無論你是否喜歡貓，你會喜歡看這兩本貓書。

作者孤泣是一位作家，有超過 70 本的著作，在他的工作室共養了九隻貓。這本書是描述他如何遇上這些貓，成為他工作室中的一份子。他收養的第一隻是三歲被遺棄的貓，而且身體有種 FIP 腹膜炎的抗體，可能隨時會發病，但孤泣遇上這隻貓後，就決定收養了牠，成為了他第一隻收養的貓。之後他又陸續收養了另一隻同樣帶有腹膜炎抗體，還有貓愛滋的貓女。很多領養的人會對有病的貓很反感，牠們便失去了被領養的機會。孤泣對著這些被遺棄的貓，願意承擔牠們的一生，讓牠們在愛的環境下成長。在七個月之後，孤泣又收養了一隻全白的貓和一隻全黑的貓，還有一對兄妹貓咪，總共收養了六隻貓，於是他的工作室就從一個冷冰冰的工作室搖身一變成為一個充滿熱鬧溫馨的貓貓樂園。《如果我們沒有遇上》就是描述這六隻貓陸續進入這個貓之家的故事及作者對動物生命的看法，還有很多可愛溫馨的貓照。

第二本書《假如失去了你們》是有關那對黑白貓父母所誕下的三隻非常可愛小貓咪的，描述了動物父母對孩子的愛和小貓咪成長的點滴。當你看完第一本貓書必定想追看第二本呢！



推薦老師姓名： 蔡雪華老師

書名：	日本空箱職人傳授零食空盒模型密技		
作者：	Harukiru		
出版社：	萬里機構出版有限公司		
國際書號：	9789621472205		
出版年份：	2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

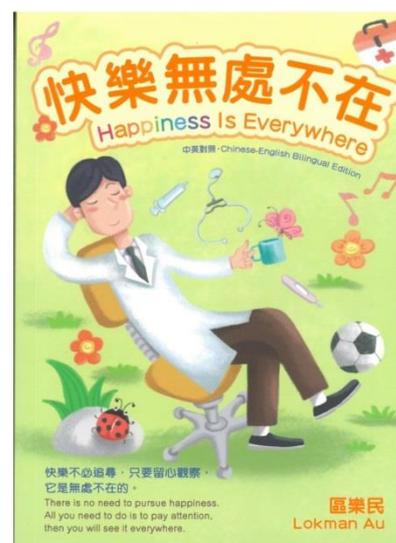


我推介這本書的原因如下：

新冠肺炎疫情已在全球持續一段時間了，同學也無奈地留在家中。在家除了進行網上學習外，也定必吃零食打發時間。本書的作者發揮小創意，將原本注定要被丟棄的零食空盒，做成截然不同的立體作品。同學們也試試挑戰，做出自己獨創的作品吧！

推薦老師姓名： 鍾倩儀老師

書名：	快樂無處不在		
作者：	區樂民		
出版社：	皇冠出版社(香港)有限公司		
國際書號：	9789882164949		
出版年份：	2018	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		



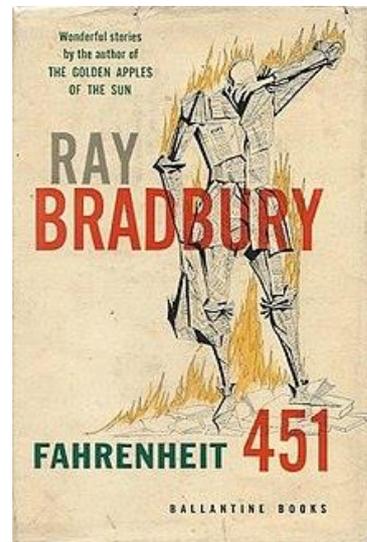
我推介這本書的原因如下：

做一個快樂的人，擁有幸福的人生是我們每個人的心願，而生活中經常會有很多的不愉快，使我們憂慮重重，進而影響到我們的工作和生活。其實，快樂不必追尋，只要留心觀察，它是無處不在的。

很多人為工作和學習憂慮，為沒有地位、沒有權力、沒有財富而憂慮，而事實上，這些憂慮，這些所謂的「不幸」並不是影響我們快樂生活的根本原因，其根源只在於你的心態不夠樂觀。

每個人都想快快樂樂地度過自己的一生，但現實中，卻總有很多事情不盡人意，讓我們心情鬱悶。但是你可曾想過，人的生命只有一次，即使命運坎坷，只要自己擁有快樂的心態，放棄不必要的憂慮，仍然會有無數個快樂的理由，只要我們懂得享受人生、快樂生活，就會從困境中得到解脫，成為一個活得快樂的人。

推薦老師姓名： 范嘉傑老師



書名：	Fahrenheit 451		
作者：	Ray Bradbury		
出版社：	Ballantine Books		
國際書號：	9780743247221		
出版年份：	1953	出版地點：	United States
適合程度：	中四至中六		

我推介這本書的原因如下：

Fahrenheit 451 is a dystopian novel published in the year of 1953. In this dystopia, books are illegal, and the fire department becomes an organization for burning books. Can you imagine that? NO MORE BOOKS! While I believe this would make you very happy, the characters in the book aren't. As you read the story, you will understand the importance of reading and having the freedom to obtain knowledge.

推薦老師姓名： 孔任熙助理校長



書名：	校長畢業了：亦師亦友心底話		
作者：	沈祖堯		
出版社：	中文大學出版社		
國際書號：	9789882370838		
出版年份：	2018	出版地點：	香港
適合程度：	中四至中六		

我推介這本書的原因如下：

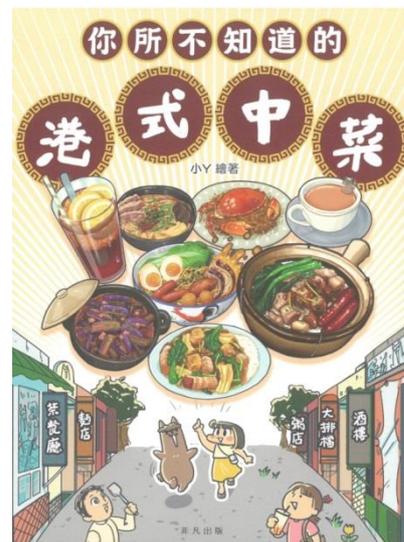
之前從新聞得知沈教授要去新加坡做校長，第一反應是替他開心，能在紛擾的環境下，打開自己新的一頁，是令人感到鼓舞的事。第二，看見一位前輩又再重新出發，他是比你更有學問、更專業、更懂人情世故的人，他仍在不斷努力，你更加要反省自己，還有籍口浪費時間嗎？

《校長畢業了》收錄了沈祖堯擔任香港中文大學第七任校長期間在大學網頁發佈的 57 篇網誌，就大學的教育理念與社會責任，年青人的成長路與抉擇，校長的使命與挑戰、價值觀和生命觀等話題，以情理兼備的真摯筆觸，跟他一代又一代的學生與關心年青人的人娓娓道來。¹

以上是來自商務印書館網頁的內容簡介，我相信同學們翻閱這 57 篇文章後，定能感受到沈校長對年青人的關心。同學們要好好感受和思考，因每一篇都很認真，每一篇都很語重心長，每一篇都有希望，每一篇都有愛。

¹ https://www.cp1897.com.hk/product_info.php?BookId=9789882370838

推薦老師姓名： 何珮明老師



書名：	你所不知道的港式中菜		
作者：	小丫		
出版社：	非凡出版		
國際書號：	9789888675975		
出版年份：	2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

你知道揚州炒飯不是來自揚州的嗎？西炒飯不是由西方傳入的；瑞士雞翼和瑞士半點關係都沒有，但阿華田卻來自瑞士；星州炒米又的確和星馬地區有關係；魚香茄子煲大家都知道沒有魚的，但為可仍叫魚香茄子？蠔餅和台灣的蚵仔煎是同樣的東西嗎？潮州粉果原本是廣州的小吃，為何會和潮州扯上關係？雞包仔一開始是雞球大包，為何會變成包仔？

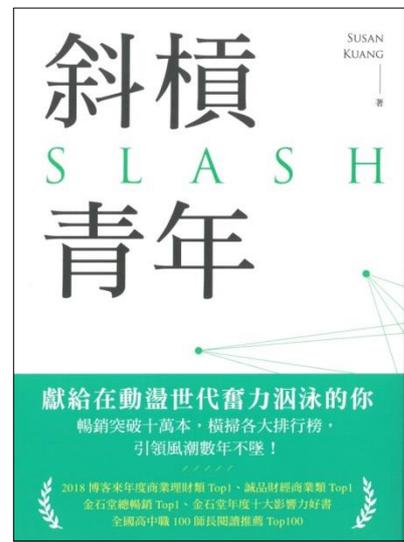
這些問題的答案都可以在《你所不知道的港式中菜》一書裡找到。這本書分五個部分介紹港式中菜餐廳：粉麵店、粥舖、茶餐廳、大牌檔和酒樓。書中的資訊豐富且有趣，例如在粉麵店最常見的牛腩，分為坑腩、爽腩、崩沙腩，本書會告訴你哪個最貴、哪個最有咬勁。粥舖的章節會告訴你廣東粥和潮州粥的分別在哪裡。要找男人的浪漫，當然要到茶餐廳去，而且還可以找到「Show Me Your Love 飯」，甚至你會知道「黑牛」、「白牛」和「黃牛」是哪種汽水加哪些雪糕。你有光顧過大牌檔嗎？為何大牌檔不是大「排」檔？書中自有分曉。酒樓和茶樓有甚麼分別？以前酒樓也分食客等級，「有錢上高樓，無錢地下踏」，有錢人會到二、三樓，但平民只會坐地下層，為何會有這個習慣呢？在酒樓要找人加茶，一般會先將茶壺蓋掀起，原來和雀鳥有關的。

書中不但有豐富的資訊，更有像真度極高的插圖，看到定會令你垂涎三尺，想一試食。



推薦老師姓名： 高靖怡老師

書名：	斜槓青年		
作者：	Susan Kuang		
出版社：	圓神出版社有限公司		
國際書號：	9789861336312		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中四至中六		

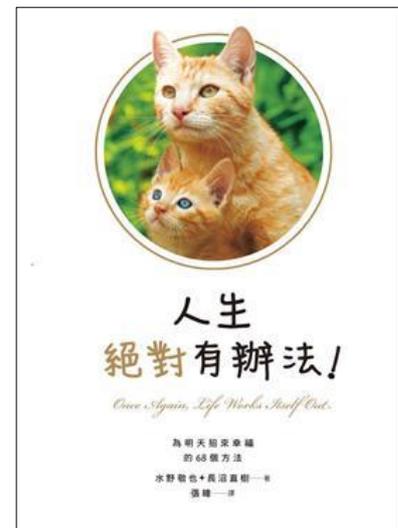


我推介這本書的原因如下：

在這資訊科技發達的年代，不少年輕人嘗試利用自身專業和才藝，經營多重身分。而這本書的作者正正就是如此，透過發達的科技網絡，成功把自己的興趣及專業發展成事業，賺取金錢，實踐夢想，成為一位斜槓青年，擁有不一樣的人生。他的成功經驗非常值得年輕人借鑑。因此，我推薦這本書給仍在為未來感到迷惘的同學，或許你能從這本書找到方向。

推薦老師姓名： 關佩君老師

書名：	人生絕對有辦法		
作者：	水野敬也,長沼直樹		
出版社：	楓書坊文化出版社		
國際書號：	9789863771463		
出版年份：	2016	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



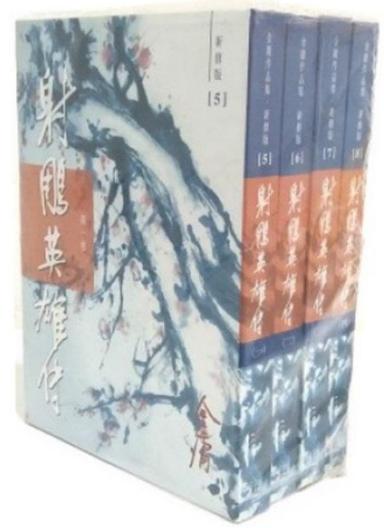
我推介這本書的原因如下：

'In life, you don't have time to do what you don't like', so why waste time on reading books that are not fun and uplifting?

Borrow this book, meet your furry friends and savour the wisdom embedded in each line. You'll understand that 'happiness doesn't cost anything' and someday, the 'knowledge (you've gained) will protect you'. 'Take a good hard look to truly understand' the messages behind the innocent faces of the kittens. If you have problems doing so, 'it is okay to depend on other's help at times.'

'Explore and you shall find'... 'you can only dislike it after tasting it'.

推薦老師姓名： 呂 捷老師



書名：	射鵰英雄傳 (1-4) (新修版)		
作者：	金庸		
出版社：	明河社出版有限公司		
國際書號：	9789628129676		
出版年份：	2004	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

《射鵰英雄傳》是金庸小說中流傳最廣，最受讀者喜愛的作品。本書以南宋末年至元朝建立之前作為歷史背景，講述主角郭靖如何以拙勝巧，由老實少年變成一代名俠的傳奇故事，同時宣揚和平仁愛的思想。

本書情節佈局精妙，人物塑造尤其出色，主角郭靖之忠厚純樸，黃蓉之聰明機智固然討人喜歡；而楊康、穆念慈以至東邪、西毒、南帝、北丐、中神通、江南七怪、全真七子等，皆性格鮮明，令人印象深刻。

本書想像豐富，場面壯闊，文筆瑰麗，相信同學必能在閱讀時獲得無窮樂趣。

推薦老師姓名： 李澤生老師

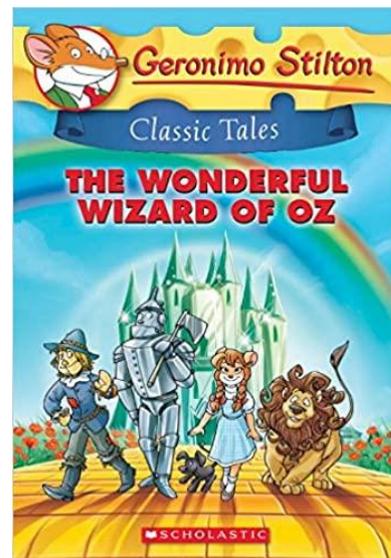
書名：	零壓力		
作者：	見波利幸		
出版社：	如果出版社		
國際書號：	9789578567351		
出版年份：	2019	出版地點：	台灣
適合程度：	中四至中六		



我推介這本書的原因如下：

我相信任何一名在香港讀書的學生，都會因為各種原因而面對不少壓力。當中的一些壓力可能是來自自己的執著、自己認為的好習慣慢慢累積而成。作者見波利幸以和平常人不同的角度，分析出不同的好習慣會變成壓力和束縛，希望人們能擺脫這些壓力來源。我亦希望同學們能從這本書中學到一些紓緩壓力和抗壓的方法，去面對學業和生活中的各種壓力。

推薦老師姓名： 梁可欣老師



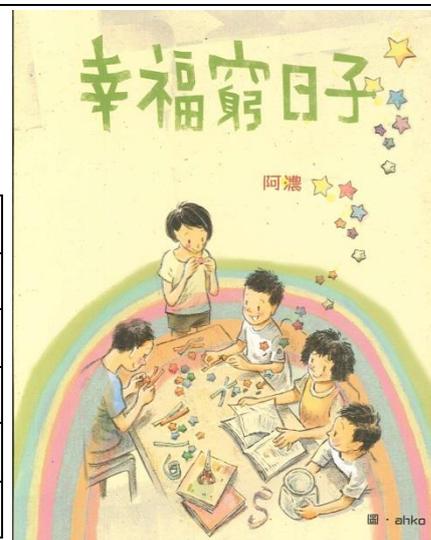
書名：	Geronimo Stilton Classic Tales The Wonderful Wizard Of Oz		
作者：	L.Frank Baum		
出版社：	Scholastic		
國際書號：	9781338052954		
出版年份：	2017	出版地點：	Malaysia
適合程度：	中一至中三		

我推介這本書的原因如下：

The Wizard of Oz has enchanted readers all over the world with its story about Dorothy and her little dog Toto, as they set out to find the elusive Wizard of Oz, accompanied by their faithful friends, the Tin Woodman, the Cowardly Lion and the Scarecrow. This classic children's tale is about adventure, friendship and the timeless human search for that which is often found within ourselves. Fans of the world-famous mouse detective will love his adaptation of the classic novel by L. Frank Baum.

The novel features magic, awesome characters, humor, self-reliance and kind acts.

推薦老師姓名： 廖金強老師



書名：	幸福窮日子		
作者：	阿濃		
出版社：	突破出版社		
國際書號：	9789888073641		
出版年份：	2012	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

首先，這本書用字淺白，也有圖畫配合，增加閱讀的趣味性和容易程度。雖然，故事情節比較簡單，只講述一家四口新來港所發生的事情，但所涉及的情感描述，頗為細膩，悲喜交集。當然，如果你的家經濟情況不理想，或是新來港的，你在這本書裏必定找到共鳴。

推薦老師姓名： 林孝雯老師

書名：	激勵自己的 80 個小講堂		
作者：	張替一真		
出版社：	萬里機構出版有限公司		
國際書號：	9789621472748		
出版年份：	2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

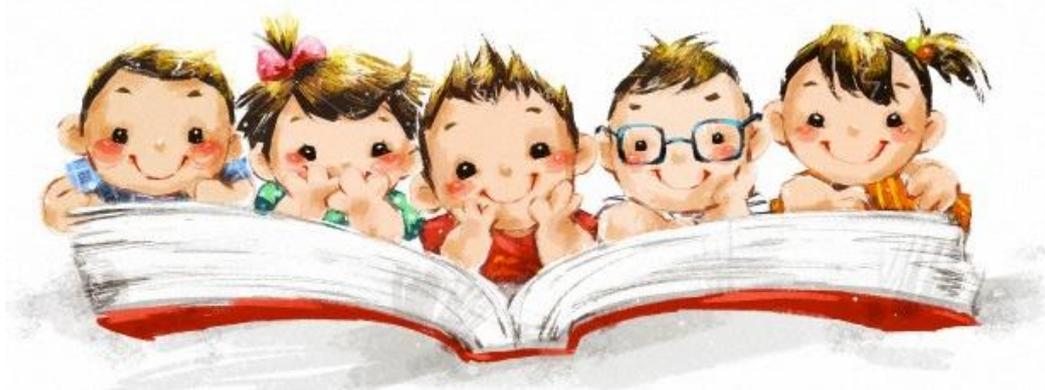


我推介這本書的原因如下：

不知道有沒有同學和 MISS LAM 一樣，在年青時曾經歷沒有自信或沒有方向的時候，很感恩在我成長的過程中有很多良師益友及教會哥哥姐姐的鼓勵和提醒。

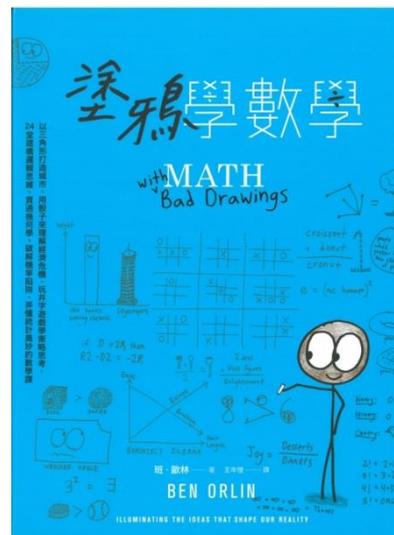
在書局看到這本書的時候，都想起了不同階段的自己曾聽過不同的提醒而作出了不同的改變，成就了今日的自己；這本書分開 6 個章節，適合面對不同困難的你看，用來鼓勵自己，甚至提出問題，找出解決方法，包括沒有自信、沒有夢想、無法行動、總是動搖、無法持續等。遇到不同情況，你可以試試打開不同的章節，看看對你有沒有幫助。不喜歡看太多文字的同學也不用擔心，每個小講堂都有一幅小插圖，讓我們能簡單了解內容。

其中很多篇，只要看看標題，已吸引我去看，例如：每天試著比平常努力 0.02 就好、想像自己憧憬的人並採取行動、簡單的「3 個做」、擊退讓自己動搖的惡魔低語、「快樂」和「享受」是不同的等。書中有很多具體的提示，亦有讓讀者踏出小步子的指引，適合每一位想有大小改變的你。



推薦老師姓名： 盧敬薇副校長

書名：	塗鴉學數學		
作者：	班·歐林(Ben Orlin)		
出版社：	臉譜出版		
國際書號：	9789862358313		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

獨有的火柴人插圖，配上有趣的表情及獨白，令沉悶的數學問題也能引起讀者興趣，讓讀者領會數學更深層又生活化的道理。

A4 紙的大小和無理數根號 2 有關？

螞蟻容易淹死是與表面積的大小有關？

數學和科學是「雙胞胎」，是互利共生的物體？

怎麼樣的骰子才會公正？為甚麼要是正多面體？

保險公司收取保費和概率中期望值有關？保險公司為何不會破產？

本書內容還提及建築和烘焙等，而最吸引我的是終極井字遊戲：井中有井，是瘋狂的玩法。本書題材多元化、幽默，提供課堂學習以外的數學相關內容，將數學帶出課堂。

推薦老師姓名： 梁美思助理校長

書名：	武漢封城日記		
作者：	郭晶		
出版社：	聯經出版事業股份有限公司		
國際書號：	9789570854985		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

作者是一位社工，她以社會工作者獨特的眼光，用日記的形式記錄由 2020 年 1 月 23 日武漢因 2019 冠狀病毒病疫情而封城以來，至 3 月 31 日為止的見聞。她以淺白真切的文字，圖文並茂，帶領讀者進入武漢封城後的真實生活，清楚地形構出一座城市在封鎖之後的變化。作者細膩入微地記下了自己的日常生活，更寫出了城裡人們的恐慌、焦慮和堅強，情感深刻動人。

我推薦這書，是因為新冠病毒傳染力強，跨越國界，成為世人關注的焦點。有人說疫情過去後，人們就很快會忘記，但我卻認為世人不會那麼容易遺忘它。即使在醫藥發達的現今，人類卻一直擺脫不了傳染病的威脅：鼠疫、SARS 及伊波拉等，為全球造成大量人口的死亡及經濟損失。人類與傳染病的交鋒仍是沒有止息的，我們可以從書中得到啟示。

推薦老師姓名： 呂保光助理校長



書名：	Dr. Ray on Call 中 5：急先鋒與內行廠		
作者：	Dr. Ray		
出版社：	明窗出版社		
國際書號：	9789888444755		
出版年份：	2017	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

作者 Dr. Ray 是一位急症室內科醫生，雖然急症室工作令他疲於拚命，但他卻樂於救人。作者期望以小醫生的角色，去描寫大醫院內的人生百態，分享醫生成長的心路歷程。

本書題為《急先鋒與內行廠》，「急先鋒」是作者作為急症室醫生的身分；至於「內行廠」、「東廠」和「西廠」本來是明朝的秘密警察，因廣東話中「入廠」為「入院」的意思，因此穿鑿附會，以「內行廠」借代為「內科病房」，讓標題增添一點古裝玩味。

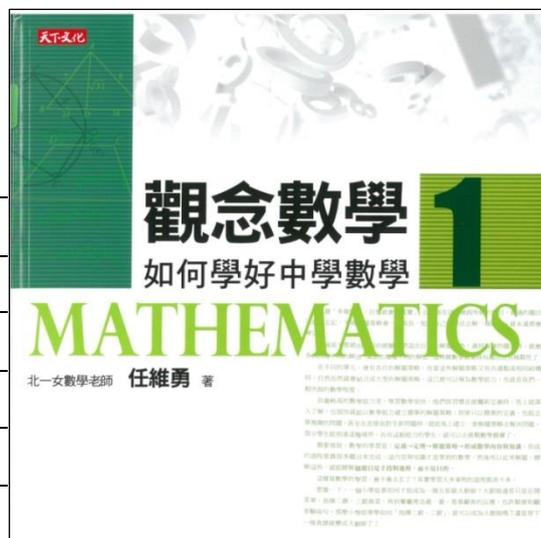
香港人愈來愈長壽，而老人家隨年月漸長，總會有不少毛病，一人要看幾個分科；內科醫生就如病人的協調統籌，兼顧病人的不同問題，訂定治療方向。

廣闊的內科學海無涯，而且每日都有約 100 位內科病人經急症室入院，作者的工作量可想而知，急症室有如醫療界的少林寺。

作者以 61 個短篇故事，附加傳神的漫畫，簡潔地帶出醫生與病人相處的不同趣事和作者的感受，亦反映了很多社會制度、傳統風俗與現代社會之間的矛盾點。



推薦老師姓名： 呂兆麟老師



書名：	觀念數學 1：如何學好中學數學		
作者：	任維勇		
出版社：	遠見天下文化出版股份有限公司		
國際書號：	9789863200819		
出版年份：	2019	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

數學不是一門輕鬆的學問，但只要多懂一點數學，好處絕對比你想像的要多許多——當你玩撲克牌遊戲時，懂得計算機率可以讓你成為贏家；到野外賞鳥時，懂一點幾何可以幫助你快速估算鳥群的數量；想成為出色時裝設計師？那你絕對不能不知道黃金比率、還要熟悉尺寸的縮放……

《觀念數學 1：如何學好中學數學》讓你一次看完高中階段的數學概念，並且帶領你用更清晰的數學邏輯思考，迎向更廣闊的未來！

推薦老師姓名： 呂偉倫老師

書名：	腦速益智大挑戰		
作者：	松永暢史，星野孝博		
出版社：	和平國際文化有限公司		
國際書號：	9789863711841		
出版年份：	2019	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中三		



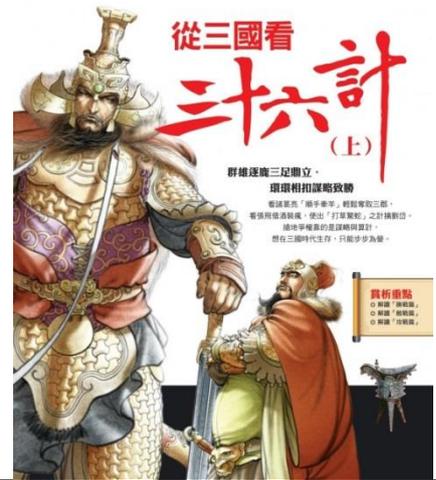
我推介這本書的原因如下：

解題有各種方法，本書將腦袋的運作方法，分為「五種大腦思考術」：

1. 爬梯型思考：憑著知識和經驗，直覺式的思考方法。
2. 金字塔型思考：一步一步累積已理解的線索，進而解題的思考方法。
3. 萬事不漏型思考：訂立規則，一絲不漏地確認、破解的思考方法。
4. 逆向型思考：預測答案，以反推來解題的思考方法。
5. 單純變換型思考：省略沒有必要的部分，將內容替換成容易理解，然後解決的思考方法。

學習不同的解題方法，再以書中的「人氣益智遊戲·問題集」作為消遣及練習，可以令自己的大腦轉速變得更快，思考更有效率。

推薦老師姓名： 呂影華老師



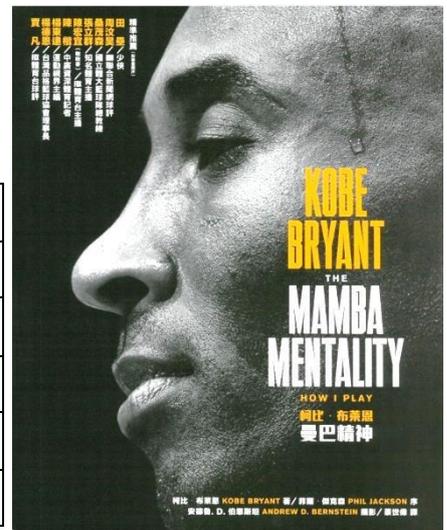
書名：	從三國看三十六計（上）		
作者：	陳維東，閣林編輯小組		
出版社：	閣林文創股份有限公司		
國際書號：	9789865403041		
出版年份：	2019	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中三		

我推介這本書的原因如下：

三國故事充滿想像，知識百科多元學習，以現代眼光創意剖析《三國演義》傳奇故事，帶你探索人生意涵和智慧。看諸葛亮「順手牽羊」輕鬆奪取三郡，看張飛借酒裝瘋，使出「打草驚蛇」之計擒劉岱。搶地爭權靠的是謀略與算計，想在三國時代生存，只能步步為營。

這本書以《三國演義》故事為綱，延伸學習不同主題知識，帶給孩子更豐富、多元的學習視角，擴展想像及智識能力。以文字搭配圖表、地圖、照片解說，全方位瞭解三國精華。上冊將十八計分成三個範疇：「勝戰篇」、「敵戰篇」和「攻戰篇」。有興趣的同學可以連下冊一起看啊！

推薦老師姓名： 陳銘老師



書名：	曼巴精神		
作者：	柯比·布莱恩(Kobe Bryant)		
出版社：	遠流出版事業股份有限公司		
國際書號：	9789573284192		
出版年份：	2019	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		

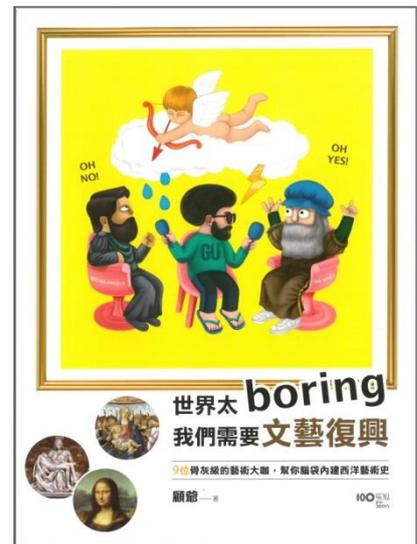
我推介這本書的原因如下：

本學年特別想向各位同學分享這一本書《曼巴精神》，作者是最欣賞的 NBA 籃球員。由我開始打籃球起，他就在不斷創造奇蹟，我不能忘記他在籃球場上的每一刻。

「曼巴精神」起初只是高比拜仁隨口講的一個詞彙，但慢慢地成為一種象徵，至今更成為人人傳頌的精神。簡單來講，它是一種生活態度，它著重的是追求結果的過程，在過程中你如何實踐，如何經歷。我認為這個精神很值得我和你一起努力去學習。很多時候，我們都只會把焦點放在事情的結果，忽略了過程中的任何可能，例如我們在比賽上認為對手比自己強，所以沒有可能獲勝，又或者是這個課題太難，所以我沒有可能學會等。希望同學可以在閱讀本書後，發現過程比起結果重要得多，希望大家能夠一起踏上這位由平凡變成傳奇的風雲人物一樣的冒險之旅。

推薦老師姓名： 馬曉陽老師

書名：	世界太 boring 我們需要文藝復興		
作者：	顧爺		
出版社：	原點出版		
國際書號：	9789579072069		
出版年份：	2018	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

「好悶呀！」這句說話我們常常掛在口邊，然後我們又不自覺拿起手機看看有甚麼有趣的東西。自古以來，總有些人覺得世界好悶，想破舊立新，尋找新鮮有趣的物。

香港人談起文藝復興就 🙄🙄 或者 🤔🤔；說起達文西，就會想起《國產凌凌漆》的「文西」。不少人覺得藝術「好悶」，《世界太 boring 我們需要文藝復興》一書卻認為藝術是由「悶」激發而成的。

本書作者顧爺，在微博上連續發布「小顧聊繪畫」系列而一炮而紅。他並沒有修讀藝術專科課程，也沒有什麼教授頭銜，所以閱讀這本《世界太 boring 我們需要文藝復興》一點也不 boring，更像是在閱讀花邊趣聞。

藝術不是離我們這麼遠，歷史也不是離我們這麼遠；以前的人和我們一樣很怕悶，造就了文藝復興這個藝術黃金年代；或許幾個世紀之後，將會有這兩本書出版：

《世界太 boring 我們需要 Instagram》，《世界太 boring 我們需要 Netflix》



推薦老師姓名： 馬瑞萍老師

書名：	人類總要重複同樣的核爆		
作者：	陳樂遙		
出版社：	白卷出版社		
國際書號：	9789887486923		
出版年份：	2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

1986 年烏克蘭切爾諾貝爾核電廠爆炸，2011 年日本東北地震引發福島核輻射洩漏，核安全曾引起過一番激烈的討論。可是「人類從歷史中學到的唯一教訓，就是人類無法從歷史中學到任何教訓。」

作者陳樂遙由新聞主播，毅然離開沉悶的新聞室，親自多次到切爾諾貝爾和福島，透過踏足這兩個災難現場，細聽當地人的故事，仔細翻閱政府和歷史文獻，帶讀者看透兩個城市核爆前後的景況。書中廢墟相片令人矚目驚心，而當地人的經歷亦有血有淚。對作者而言，兩次核事故雖然都是意外，但卻為不少人帶來傷痛，與其說是天災，作者卻認為是人禍。作者藉着這本書，剖析當中鮮為人知的事情，再由核區實況談到後瘟疫時代，解構不同災難的社會後遺。同時希望讀者能夠在艱難的抗疫日子裡，藉着走進歷史現場，借古鑑今，學會從歷史中學到教訓。

推薦老師姓名： 吳鏡棠老師

書名：	人間處處有數學		
作者：	黃敏晃		
出版社：	天下文化出版股份有限公司		
國際書號：	9789864171583		
出版年份：	2003	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

這書收錄了十幾篇文章，有長有短，為的是宣揚本書的主題，即我們的生活中，到處都可找到數學的痕跡。為甚麼數學不討人喜歡？除了難明、難理解外，相信是一般人對數學功能性的質疑。做數似乎是死記硬背公式、訓練答題技巧，有些人也說只為訓練邏輯思維……

事實上，這樣的想法是一種誤會，因為我們的生活中充滿數學的痕跡，處處都會用到數學。這書中各章節的情景，就是我在日常生活中的情景。深信你也一樣遇過。

推薦老師姓名： 吳嘉敏老師

書名：	有時風雨有時晴		
作者：	曾繁光		
出版社：	花千樹出版有限公司		
國際書號：	9789888484119		
出版年份：	2018	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

作者曾繁光醫生是一位著名的精神科醫生。他自小熱愛文字創作，其文字作品常見於本港各大報章雜誌，他亦曾推出多本著作，例如《生活背後的感動》、《與他同行——認識青少年精神健康》等，透過分享自己及病人的經歷，以及一些小故事，展示他積極正面的人生觀，亦可鼓勵讀者克服面前所遇到的難關。

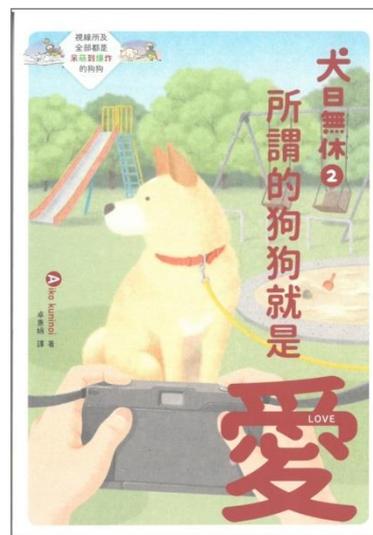
《有時風雨有時晴》這本書是由多個勵志小故事組成，故事中的主角各自面對不如意的人生、不被祝福的命運。但即使生於亂世、痛失親人、一貧如洗，他們都沒有失去愛和希望，仍能正面面對自己的人生，積極解決所遇到的困難。

全球正遭受 2019 冠狀病毒蹂躪，嚴重打擊經濟、民生以及社會發展，大家都面對各式各樣的挑戰以及困難，心情亦難免受影響。希望大家看完此書後，可體會到生命中仍有很多美好的事物值得我們欣賞。人生總有跌宕起伏，嘗試學習如何苦中作樂，別讓負面情緒掌控正常生活。



推薦老師姓名： 吳庭匡老師

書名：	犬日無休 2：所謂的狗狗就是愛		
作者：	Aiko Kuninoi		
出版社：	尖端出版有限公司(台灣)		
國際書號：	9789571088112		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

這本書講述一名日本大學生照顧呆萌狗狗的逸事，作者以漫畫形式介紹該大學生與狗狗如何相處，用幽默輕鬆的手法描述故事，圖文並茂，容易閱讀。

如果你曾經或現在有照顧狗的經驗，閱讀這書時一定會產生很多共鳴；如果你對狗有好感，你看完這書便會更喜愛牠們。狗是人們很好的朋友，因此推薦給大家閱讀，希望大家喜歡。

推薦老師姓名： 敖穎祺老師

書名：	有家姐真好！？四姊妹爆笑事件簿		
作者：	大 Y		
出版社：	非凡出版		
國際書號：	9789888489671		
出版年份：	2018	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

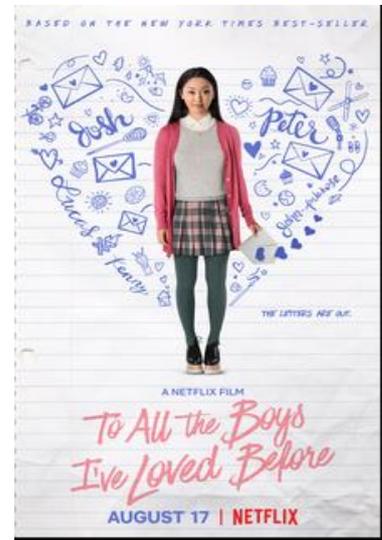
這本書作者大 Y，是家中的大家姐，她有一個孖生細妹小 Y，另有一個三妹及四弟。作者把家中的蝦碌笑料一一繪畫出來，雖然當中可能只是一些無聊事件，但能讓大家感受到一家六口的溫馨搞笑。

書中寫出作者和弟妹相處的日常片段，不但突顯家姐的心態，既成熟又懂體諒人，不過有時也愛控制他人；另一方面，亦抒發有家姐的好處，有人照顧亦有人分憂，不過最重要是感受到一家人彼此的關懷和愛護。

若你現在是家姐，一定可感受到作者照顧弟妹的苦心；若你有家姐，一定可以感受到有家姐照料的溫馨；若你沒有家姐又非家姐，就更加要看看這本書，感受一下當家姐/有家姐的喜悅。

推薦老師姓名： Ms. SHARON

書名：	To All the Boys I've Loved Before		
作者：	Jenny Han		
出版社：	Simon & Schuster Books for Young Readers		
國際書號：	9781442426702		
出版年份：	2014	出版地點：	USA
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

Looking for a “can’t put down” type of book? Then meet Lara Jean Song Covey, a 16 year old Korean-American girl. With her mother dying when Lara Jean was just 9, her family is made up of older sister Margot and younger sister Kitty and her father.

The novel takes you through the highs and lows (and not to mention embarrassment) of teenage crushes.

Have you ever told a crush you like them?

Has your crush accidentally found out?

What did you do?

“Love is scary: it changes; it can go away. That’s the part of the risk. I don’t want to be scared anymore.”

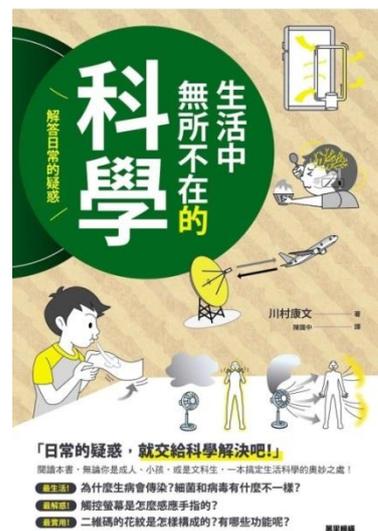
“To all the boys I’ve loved before” unravels Lara Jean’s teenage angst as her secret letters to her crushes are accidentally mailed by her sister Kitty. One by one, her secret crushes confront her, subtly and gently explaining Lara Jean’s feeling won’t be reciprocated. Our own hearts flutter as Lara Jean struggles with relationships with her sisters and her crushes.

The conversations in the novel are believable and flow easily. You will no doubt giggle, frown, tear a bit and even cry in frustration. You will recognize the themes of love, sorrow, regret, grief and happiness that are ribboned through the pages.

This young adult romance novel written by Jenny Han was released in 2014. The sequel, “P.S. I love you” was released the following year, and won the Young Adult 2015 – 2016 Asian/Pacific American Award for Literature. A film adaptation of the books was released on Netflix in 2018. Its plot is similar to the original book with a few changes.

推薦老師姓名： 蕭榮漢老師

書名：	生活中無所不在的科學		
作者：	川村康文		
出版社：	萬里機構出版有限公司		
國際書號：	9789621472236		
出版年份：	2021	出版地點：	台灣
適合程度：	中三至中六		



我推介這本書的原因如下：

正如書名所述，這本書的內容涉及在生活中的不同範疇，例如日常家用電器的科學、交通工具的科學、人體科學及與大自然有關的科學；當中有幾個有趣例子，例如耳機如何降低噪音、為什麼紙尿布可以吸收水分而不外漏、為什麼雀鳥站在電線上不會觸電及隱形戰機如何隱形等等。除了以上提及的有趣例子，這本書用了簡單易明的圖畫表述，簡單易明，大家有空值得一看。

推薦老師姓名： 曾浩彬老師

書名：	阿貓阿狗		
作者：	李香蘭		
出版社：	蜂鳥出版有限公司		
國際書號：	9789887992325		
出版年份：	2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

這是本土鄉村畫家李香蘭的手繪心靈治癒系漫畫，以香港鄉村為背景，記錄自己所飼養的貓狗的奇趣故事。作者從阿貓阿狗身上學到不少做人處世的生活哲學，發覺動物比人類更懂得欣賞大自然、更明白簡單是福的美好。

這繪本的畫風充滿畫家的個人風格，內容令人會心微笑，相信喜歡小動物的同學在閱讀時定覺饒有趣味，也能有所共鳴。

推薦老師姓名： 譚海威老師



書名：	與成功有約：高效能人士的7個習慣(故事版)		
作者：	史蒂芬·柯維，中山和義		
出版社：	春天出版國際文化有限公司		
國際書號：	9789579609678		
出版年份：	2018	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

先要說清楚，《與成功有約：高效能人士的7個習慣》是多年前由思想家史蒂芬·柯維所寫的，當時曾高踞暢銷書排行榜多年，亦被翻譯成多種語言，全球發行超過兩千八百萬冊。而中山和義受此書影響甚多，故希望提取書中精華，透過三十一段話和三十一則故事，以深入淺出的方式讓讀者學懂史蒂芬·柯維的觀點。現在是以此版本作分享。

習慣未必是一朝一夕可培養出來的，但多閱讀別人有意義的故事，多加思考，說不定「啟發」就會跳出來，再加堅持，習慣就可培養。

本書就是以「一個月」的小故事，以每天為一章節，並附上「金玉良言」，以分享《與成功有約——高效能人士的7個習慣》的精華。書中的小故事包括：與家人、愛人、朋友及同事的相處和溝通；生活態度的改變、堅持及愚昧對自己或別人的影響；別人成功及失敗經驗及案例的分享與總結，以及追求幸福、快樂及對的事情的方法及經驗借鏡。

看過後，我發現書中有些是和自己類似的經歷、有些是從身邊的家人或朋友聽過的，有些可能是電視電影相近的情節，有些可能是社會人物相似的情況……這些故事令我有不少共鳴，好像讓我看着腦海中倒帶片段，細味及思索過去的回憶。而最重要的是每則故事所帶出的道理，或許我有類似的經歷，而書中的小故事卻讓我有反思，其道理使我學會如何改進，或如何把類似事情處理得更好，或是借前車作鑑。

以下摘錄書中八句我認為是有意思，來自《7個習慣》的「金玉良言」，與大家分享：

- 「必須牢記，人際關係無法緊急處理，那只是幻想。無論人際關係的建立和復修，都需要時間。」
- 「不在背後道他人短，是誠懇正直的最佳表現。」
- 「如果無法讓雙方都是贏家，其實就是雙輸。」
- 「我們經常疏於診斷，不分青紅皂白妄下斷語。」
- 「個人的成功並不完全取決於付出多少努力，而在於努力是否得法。這不僅關乎成功，甚至攸關生存。」
- 「與和自己不同的人交往，可以汲取豐富的知識見解，增廣見聞，更加正確地瞭解現實。」
- 「很多人成功之後，反而更加空虛，然後突然發現，自己犧牲了比名利更可貴的东西。」
- 「『磨練自我』是對人生及自己最大的投資。因為面對人生，或是想要有所貢獻時，只有自己才是唯一的工具。」

這本《與成功有約：高效能人士的7個習慣》的故事版的確容易閱讀，但只要細味，就領悟甚豐，獲益甚廣。

推薦老師姓名： 鄧幗茵老師



書名：	疫流怪叔		
作者：	Cuson (咳神)		
出版社：	日閱堂出版社		
國際書號：	9789888687008		
出版年份：	2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

疫症瀰漫，香港呈現出不一樣的風景。想不到小小的病毒，大大地改變香港人的行為模式。在 Cuson 的筆下，你會看到近半年來似曾相識的情景，也許你就是當中的角色。

一幅幅真實而幽默的圖畫，盼望為疫症下的香港人帶來一點輕鬆歡樂。

推薦老師姓名： 崔銘祐老師

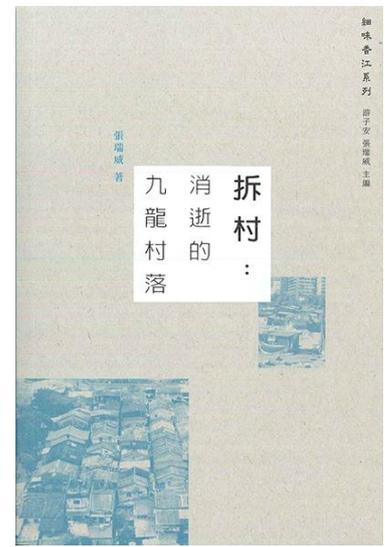


書名：	古典音樂圖解(改版)		
作者：	森本真由美		
出版社：	商周出版		
國際書號：	9789861244654		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

不少同學對古典音樂充滿興趣，但卻無從入手。這本《古典音樂圖解》用圖文並茂的方式，為大家帶來豐富的古典音樂知識，包括：由古代開始各民族的音樂發展、西歐音樂的各個時期(特別是最重要的巴洛克時期)、不同時期的古典音樂大師(例如巴哈、莫札特、蕭邦、布拉姆斯等作曲家的故事)、古典音樂的不同風格、以及一些古典樂器的特色等。這本書的內容豐富，各個章節均簡單易明，一定能充實同學們的音樂知識！

推薦老師姓名： 譚日初老師



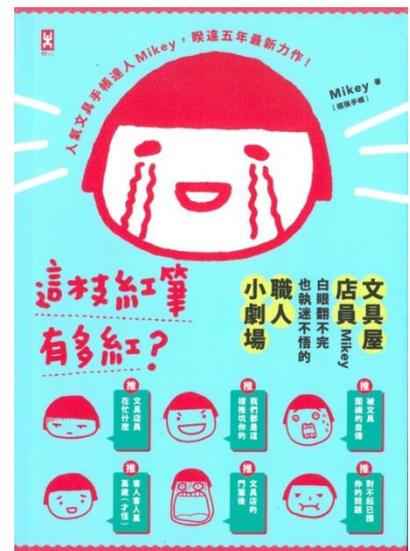
書名：	拆遷：消逝的九龍村落		
作者：	張瑞威		
出版社：	三聯書店(香港)有限公司		
國際書號：	9789620433184		
出版年份：	2013	出版地點：	香港
適合程度：	中四至中六		

我推介這本書的原因如下：

這是一個關於九龍舊村的故事。衙前圍、竹園、大磡、鯉魚門、茶果嶺、牛池灣、彩虹、衙前壟、瓦寮頭、馬頭圍、元嶺等等這些熟悉的名稱，承載了幾代香港人的回憶。從清初遷界、海盜肆虐，到殖民地和日治時期，再到戰後大量內地居民湧入，最後被港府清拆，九龍的村落和氏族社會，幾經風雨，日漸式微。

全書滲透著作者對九龍村落不斷被清拆的悲歌，正如作者在書末的最後一段話：「下一個拆村故事將會在新界開始。」本書雖是在講歷史，但卻帶出近年來港人十分關注的議題：文物保育與城市發展如何取得平衡。也許，拆村之勢已不可挽回，但那份故土情懷依然藏在你我的心底。

推薦老師姓名： 黃蔚雅老師



書名：	這枝紅筆有多紅？		
作者：	Mikey(倔強手帳)		
出版社：	野人文化股份有限公司		
國際書號：	9789863843184		
出版年份：	2018	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

簡單來說，本書是誠品文具館的超級內幕大爆料。

挑戰店員的極限！被問這題你該怎麼答？「這枝紅筆畫出來大概多紅？」

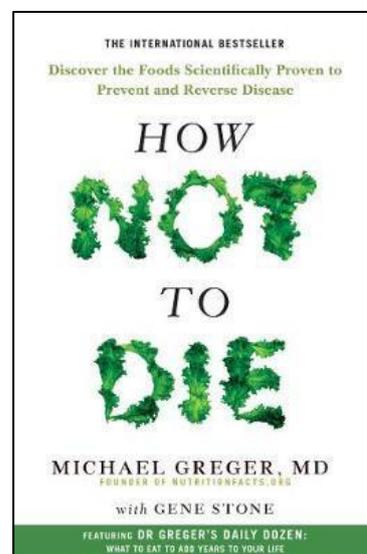
服務業最怕遇到莫名其妙的客人，但有些客人不是故意找碴，而是沒發現自己的問題很奇怪又沒邏輯，做服務業的又要禮貌地回應，這時候店員內心的小劇場真的是充滿無奈啊.....

作者以風趣的手法將文具店店員的辛酸呈現出來。閱讀這本書，能更了解商品宣傳與特價背後，商家的意圖和秘辛。此外，書中亦講述了文具店店員的工作，其中盤點的麻煩程度、收庫的困難度，貨架的情況等等，光看書中的描述，就感覺很崩潰了。

《這枝紅筆有多紅?》用了搞笑的插圖和生動的文字，揭露文具店店員的日常工作和下班生活，當然也有真心推薦的好用文具。

推薦老師姓名： 黃健忠老師

書名：	How Not To Die : Discover the Foods Scientifically Proven to Prevent and Reverse Disease		
作者：	Michael Greger		
出版社：	Pan MacMillan		
國際書號：	9781509852505		
出版年份：	2017	出版地點：	United Kingdom
適合程度：	中四至中六		



我推介這本書的原因如下：

As we all know, health is very important for us and we try our best to prevent different kinds of illnesses.

This book may help those who are vulnerable to fatal illnesses that can be prevented with proper nutrition. It gives effective, scientifically-proven nutritional advice to prevent serious illnesses like heart disease, breast cancer, high blood pressure and diabetes - and tells readers the health benefits that simple dietary choices can provide so that we can choose healthy food to eat in our daily lives.

Therefore, with a variety of nutritious food introduced in this book, we don't have to rely on drugs and surgery to cure life-threatening diseases as the right decisions can prevent you from falling ill.

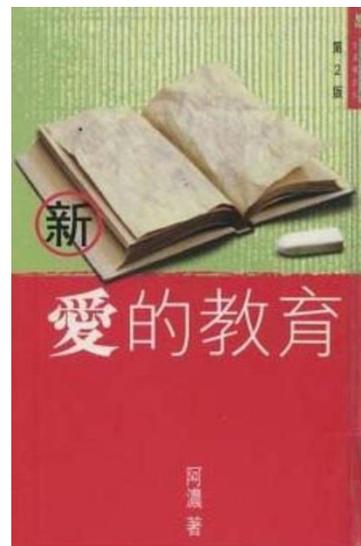
Based on the latest scientific research, the writer examines each of the most common diseases to reveal what, how and why different foods affect us, and how increasing our consumption of certain foods and avoiding others can dramatically reduce our risk of falling sick and even reverse the effects of the diseases. The book also shares the twelve foods we should all eat every day to stay healthy.

With emphasis on individual family health history and acknowledging that everyone needs something different, the author, Dr Michael Greger offers practical dietary advice to help you live longer, healthier lives. Therefore, this book is worth reading.



推薦老師姓名： 黃家順副校長

書名：	新愛的教育		
作者：	阿濃		
出版社：	突破出版社		
國際書號：	9789622641204		
出版年份：	2017	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

作者阿濃 50 歲時，加入了一間專收情緒或行為有問題的學生的中學作教師，工作了九年，退休後把這九年生活中的一些難忘故事記述下來。

暑假的時候，太太推薦我看這本書，當我看了幾個故事後，忍不住對她說：「作者寫得十分細膩，讓我好像親歷其景，坐在班房一角見證著每一個故事的發生。」

由於這間中學的學生有情緒及行為問題，每一個故事也非常「吸引」，相信學生都會感興趣，而我作為老師，每一個故事也令我有不少反思。

推薦老師姓名： 黃麗霞老師

書名：	媽媽的每一天：高木直子手忙腳亂日記		
作者：	高木直子		
出版社：	大田出版有限公司		
國際書號：	9789861795911		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

看了日本漫畫家高木直子的「一個人系列」十多年，再由 2018 年《已經不是一個人——高木直子 40 脫單故事》到 2020 年《媽媽的每一天》，見證她成家立室，生兒育女，作為讀者，真的替她高興。

這本《媽媽的每一天》寫了高木直子由懷孕、生產至女兒 1 歲 8 個月的生活點滴，如果你是媽媽，透過她的繪圖和文字描述，如：夜半強忍睡意起牀餵奶、怕 BB 嘔奶、怕 BB 著涼、見到趣緻衣物玩具忍不住要買……這些經歷會令人感同身受；如果你未為人父母，也能了解當新手爸媽那種手忙腳亂、但又滿有喜悅的心情。

盼望為人子女的能體會父母育兒的辛酸，好好孝順父母。

推薦老師姓名： 黃玲梨老師

書名：	疫症·亦正？： 正面面對逆境，從信仰得著力量		
作者：	蔣慧瑜，鄭偉志		
出版社：	—		
國際書號：	—		
出版年份：	2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		



我推介這本書的原因如下：

全球疫症大爆發，世上已沒有一個國家能獨善其身。

兩位作者不但告訴我們有關疫病的資訊，更啟發我們每個人內在本已存在的正能量，幫助我們調校過去可能存有的負面思維，以致我們的心靈、情緒、態度和行為都能跳出自我限制的框框，為自己也為別人創造新的局面。

這手冊的貢獻將會超越當今疫情的挑戰，陪伴我們走過「後大流行」的日子。

推薦老師姓名： 王佩玲老師

書名：	看見看不見：游欣妮短篇小說集		
作者：	游欣妮		
出版社：	突破出版社		
國際書號：	9789888562213		
出版年份：	2020	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中六		

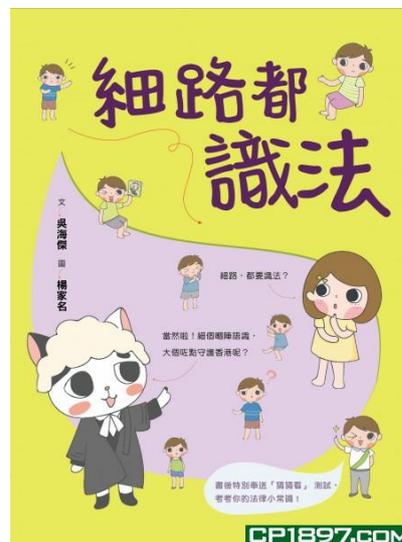


我推介這本書的原因如下：

我時常會看見別人的不好，但卻看不見自己的不足；我時常看見丈夫的優柔寡斷，卻看不見自己的性急壞事；我看見小孩在吃喝玩樂，卻看不見他們在感受生活。人就是這樣，很多時候，看見一些不應該看見的事情，但應該看見的，卻有意無意之間看不見。或許你只看見媽媽對你的嘮叨，但卻看不見她對你的關心提醒；你只看見中文老師對你的作文課業要求字數，但卻看不見他們挑燈達旦批改作業；我們時常看見別人的不完美，但從沒考慮自己的不完美其實遠大於自己所看見的。看完這本書後，你會發現很多生活中一直看不見的美和醜、喜與悲、得與失，或許，你不會再看見別人的生活有多好、有多讓人羨慕，而是發覺你的生活更值得擁有。

推薦老師姓名： 王婉儀老師

書名：	細路都識法		
作者：	吳海傑		
出版社：	三聯書店(香港)有限公司		
國際書號：	9789620442339		
出版年份：	2017	出版地點：	香港
適合程度：	中一至中三		

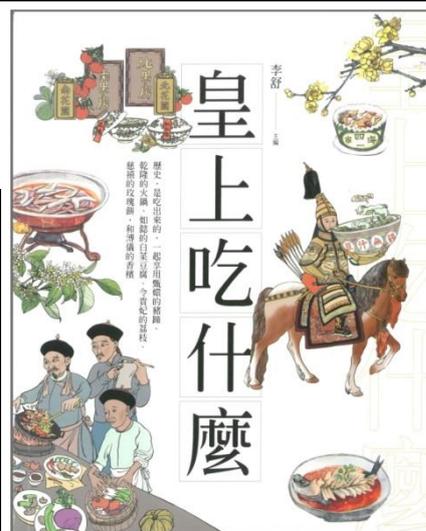


我推介這本書的原因如下：

本書共有 26 個故事，故事的內容都取材自孩子的日常家庭、學校和社交生活，簡單易明。每個故事都有一些涉及法律的元素，希望同學有興趣繼續留意和思考日常生活裏的法律問題。在行使自己的權利和自由的同時，也須履行我們對他人和社會的責任和義務。

推薦老師姓名： 游家慧老師

書名：	皇上吃什麼		
作者：	李舒		
出版社：	聯經出版事業股份有限公司		
國際書號：	9789570852431		
出版年份：	2019	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		



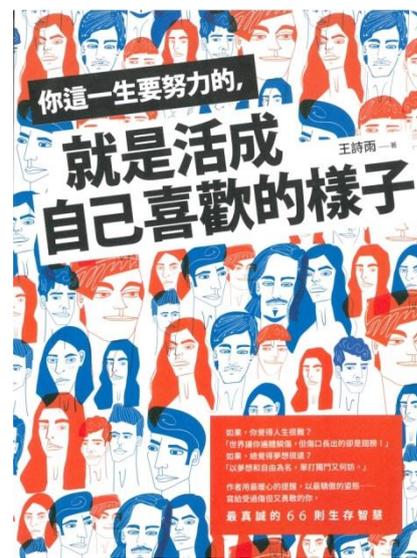
我推介這本書的原因如下：

民以食為天，何況是皇帝和六宮的后妃！住在紫禁城內的帝后究竟吃什麼、喝什麼呢？皇上和後宮佳麗一天吃幾頓飯？他們吃喝有什麼規矩？帝后喜歡什麼食物？御膳房裡的廚子們什麼來頭？滿漢全席有哪些菜色？

清宮帝后的生活充滿著神秘，這本書正正揭開清代宮廷飲食生活的神秘面紗，讓同學了解清代宮內飲食制度、花樣菜式、皇室食器、時節習俗，以及皇帝們獨特的飲食口味和嗜好。原來雍正帝愛吃荔枝，乾隆帝愛吃火鍋，後宮嬪妃也流行飲減肥消脂茶……

這本書的最後一部分還介紹三十多款故宮菜譜，例如：豆芽鍋燒雞、扒羊肉、豆豉炒豆腐、菊花燴雞絲……一些曾經只供皇家御用的食材原來現今也不難尋到，也不難烹調，同學也能夠按照這些菜譜為家人做上一桌皇家晚膳。

推薦老師姓名： 殷秀汶老師



書名：	你這一生要努力的，就是活成自己喜歡的樣子		
作者：	王詩雨		
出版社：	遠足文化事業股份有限公司/發光體文化		
國際書號：	9789869867122		
出版年份：	2020	出版地點：	台灣
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

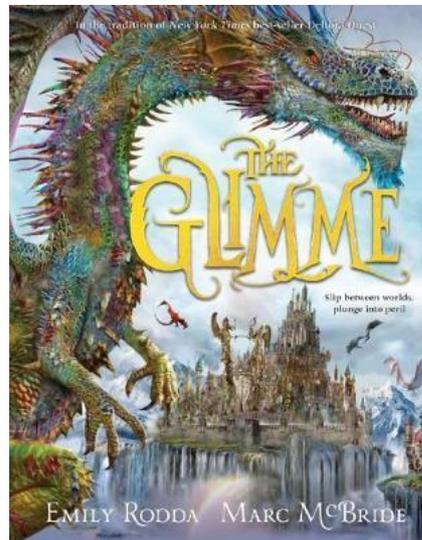
你喜歡現在的自己嗎？無論是不是年輕人，每個人都希望自己會變得更好。這本書的作者提供了很多讓我們反思的問題，告訴我們想要變好，該如何在每一個範疇做一些怎樣的改變。以下是一些書中金句的摘錄，說不定你也能從中找到鼓勵自己的座右銘，活出一個更美好的人生，成為一個理想的自己：

1. 成功的相反不是失敗，而是甚麼都不做。
2. 建立目標，才有努力前進的方向。
3. 人生前期越嫌麻煩，人生後期會更麻煩。
4. 別讓拖延這種病，拖累了自己。
5. 對自己有點要求，跟平庸說再見。
6. 別在最該拼命的年紀選擇安逸。

每個人的人生都可以精彩，只要你不認命。



推薦老師姓名： 余恩瀚老師



書名：	The Glimme		
作者：	Emily Rodda		
出版社：	Scholastic Australia		
國際書號：	9781862919570		
出版年份：	2019	出版地點：	Australia
適合程度：	中一至中六		

我推介這本書的原因如下：

Born in a grass-root family, with absent parents and raised by poor farming grandparents, Finn grew up in an uneducated community full of gossips and rumors. He was living in a society which worshipped the power of money and despised the value of artistic endeavours.

If you were Finn, gifted with a skillful hand for painting, how would you survive in such a world?

With an unexpected encounter, Finn's exquisite drawing talent made him slip through the veil and plunge into the wonders and perils of the Glimme. Dragons, Centaurs, Giants, Leons and many more never-before-seen monsters were the habitants in the world of this parallel universe. Do not forget the men. And, there was a wizard.

Getting caught in the conflicts between races, being questioned his loyalty and life threatened by magical creatures, how could Finn use a pen and his drawings to save the day? How could Finn find his way out and return to his homeland?

The Glimme is an adventure through perishing wars, political struggles, honours and betrayals, and self-fulfillment. Let's ride on this roller coaster and experience the excitement!

