



親師交流道

教務處：

1. 【讀報推廣】鼓勵投稿《好讀週報》圖擊隊！投稿上報同學將同步於週訊表揚，超過 5 次校方將另行發放禮物以資鼓勵。投稿方式：以「校務行政帳號」登入「新北市親師生平台」，再進入「聯合學苑」投稿。
2. 【填字有獎】上周書福窩填字圖挑戰完成了嗎？下一週可向各班閱讀股長對答！

輔導處：

1. 「選所愛、好好讀、有前途」- 新北市 111 學年度國中家長適性宣導研習
(1) 活動內容：以適性發展及最新相關升學管道為主，邀請家長進入學校參觀（實作）導覽活動。
(2) 報名方式：新北市技職宣導報名
網站線上報名 (<http://203.72.44.243/ntpcadv/indexact.asp>)
(3) 第一階段報名即日起至 10/5(三)17:00 止，錄取公布(含缺額)：10/6(四)請至報名網站查詢。
2. 「2023 技職教育年度代表字大選」開跑囉！
歡迎大家掃描 QR code，提出 2023 年技職教育未來及願景的代表字。
活動表單 <https://forms.gle/eUy5plz2K87x62g49>



【好文分享】— 〈不怒，是一種修為〉

轉自網路

不怒，是一種修為，因為喪失理智，大動干戈，只會讓情緒失控，釀成無法挽回的僵局，到頭來吃虧的還是自己。怒而不言，氣話不入耳，放過別人，也是放過自己。

作家歌德的詩歌在當時廣為傳頌，但也有些人懷有成見。有一次在一條狹窄的小路上，歌德遇到了一個批評家。批評家素來看不慣歌德的作品，他高傲地說：「我從來不給蠢貨讓路。」歌德沒有生氣，反而退讓到路邊微笑著說：「我恰好相反。」面對不愉快的事，一笑而過是最有力的還擊。做人要像河流一樣，遇到障礙就繞開，繞不過去就蓄積力量，漫過去。

蘇東坡說過一句話：「卒然臨之而不驚，無故加之而不怒。此其所挾持者甚大，而其志甚遠也。」能壓得住脾氣，才能掌控好自己的人生。一忍可以制百辱，一靜可以制百怒。

【閩南語俗諺】

臺灣閩南語常用詞辭典

「陰鳩陰鳩，咬人三寸深。」

Im-thim im-thim, kā lāng sann tshùn tshim.

一般陰森的人，平常多是默不作聲，一狠起來，就會狠咬一口。

閱讀護照

書寫 SO EAZY!



愛因斯坦說：「如果你沒辦法簡單說明，代表你根本沒完全明白。」

★請務必嘗試「用自己的話」摘要重點，字數輕鬆超標！

★請嘗試連結「生活事例」書寫心得，精華方能長留存。

本週班級報紙讀了嗎？美國加州連年乾旱，加州大火的新聞早已不是新聞，畢竟今年連歐洲都「野火燒不盡」，創下破壞規模新紀錄！

不過，你知道嗎？今年乾旱可是嚴重到「番茄醬即將消失在餐桌上」啦！

請翻閱 09 月 26 日出刊的《好讀週報》第 04~05 版，嘗試「以完整文句+感想」回答以下任一題，你會發現：書寫屬於自己的筆記，超簡單！

Q1: 法國家庭必備的調味醬料為何？原料產地發生了甚麼事，進而導致連產地都買不到？人們嘗試了哪些辦法以因應缺貨問題？

Q2: 美國的番茄農們遭遇了哪些種植困境？農產品供應量若持續大減，消費者的生活樣貌會有甚麼樣的變化？

Q3: 我家的餐桌上有沒有必備的調味料呢？或者在外用餐時，只要店家少提供了某項調料，便會覺得餐點索然無味？為什麼「它」會是我心中的必備品呢？

閱讀進行式

優良閱讀心得分享

艾倫·馬歇爾《拐杖男孩》
817 陳宜如

作者艾倫從小患有小兒麻痺，導致局部癱瘓，但他沒有自暴自棄，而是比別人更努力學習一切技能。例如：出身在養馬、馴馬家庭裡的他也想騎馬，可是有一隻腳沒有知覺，無法正常在馬上平衡，更甯說騎馬了。即使從馬身上跌落多次，他始終不放棄。最後，他終於成功地克服騎馬的平衡掌握問題，以自己獨特的方式騎馬。

艾倫充滿樂觀和勇氣的態度，讓他沒有因先天病症而侷限自己的可能性，他總是用更多方法證明：別人能做的，我也能做！

除此之外，他說：「我從不覺得我是跛腳，但別人總是叫我跛腳。跛腳對我來說沒有影響，但為何他們總是認為我會因為跛腳而不快樂？」

有時，我們以「他好可憐」的態度去關心那些與常人不太一樣的人時，我想對他們來說這並不是關心，而是他們不需要的「憐憫」。

(更多優選作品盡在校網閱讀專區>>學生作品)

戒菸新生活 健康跟著來

危害比成人嚴重！

青少年吸菸危害多多！

癌症罹患率 高於成年人

神經衰弱 注意力分散

損傷大腦 智力發展

易患心血管 等多種疾病

新竹市衛生局 關心您

「讀·好報」欄位這樣寫！內容欄位第一行先寫新聞標題、加註版次，再回答問題！

序號	書報名稱	好讀週報	作者	出版社	聯報	點數類別 (請勾選)
		2022/09/26	田思怡			☒ 讀·好報 (5 點)

內容摘要+心得 30~50 字以上就達標！50 字以上歡迎投稿！

〈漲翻的番茄醬〉第 5 版

第一行寫標題

與資訊互動

創造屬於自己的版本

做筆記小訣竅

連結生活 寫心得

中平週訊 第五週 徵文及回條 (請班長於 111 年 10 月 3 日收齊交回訓育組) 年 班 座號 姓名

提供者〔歡迎師生及家長踴躍投稿，豐富週訊版面〕：

徵文項目：□心靈交流道 □小常識 □小笑話 □校園花絮 □活動訊息 □我有話要說 □我有話要問 □其他

徵文內容〔五十字內〕：

家長簽名：