

西雪梨中文學校校刊

Western Sydney Chinese School (Cabramatta West Public School) Broad Street, Cabramatta West, 2166 Contact: 0413 649 076

越、泰、港 三地之旅

第〈五十七〉期

2016年5月28日

去年年底，我和妹妹出國旅遊了三個月。我們去了越南、泰國和香港。我們第一個目的地是越南，但是我們先在新加坡飛機場停留了幾個鐘。下飛機的時候，我留在飛機上，因為我要親自謝謝飛機上的空服員、正駕駛和副駕駛，於是她們要我等一會兒。出乎我的意料，她們竟請了正駕駛和副駕駛出來跟我見面！我和他們談了一會兒就離開了。在臨走之前，我和他們拍了照，並且請他們在我的旅行日記裡留言。

在新加坡的飛機場當然要去購物和搜尋紀念品。但是除了購物以外，新加坡飛機場還有提供很多公共設施、活動和景點可以享受、參與和體驗，例如：

- 免費新加坡市區觀光
- 蝴蝶園
- 各類型的花園：樹形雕塑花園、廣場花園、仙人掌花園、雛菊花園、睡蓮花園、向日葵花園、蘭花園、夢幻花園
- 家庭／兒童服務：兒童遊樂場、家庭區、第三航廈滑梯、嬰兒室
- 其它娛樂：娛樂區、互動藝術、社交樹、數碼體驗區、電影院、電視貴賓室、網路服務、淋浴設施、健身和水療服務、游泳池、小睡區、雨之舞區、祈禱室、生活空間的記憶、樟宜航空展覽廳
- 其它服務：便利商店、商務中心、醫療中心和藥房、酒店預訂櫃檯

由於時間不夠，我們無法參觀或體驗機場那麼多的設備與服務。所以只去了蝴蝶園和幾個花園，以及參加社交樹的活動，並買了很多禮物送給越南的表弟表妹們。如果澳洲的機場有新加坡的那麼龐大和豪華就好了！

到了越南飛機場，領取了行李和過了海關以後，我們出去找舅舅、阿姨和表弟妹。



還沒走出機場的門口就已經看到他們在外面笑逐顏開的向我們揮手。我非常非常的高興，而且笑得嘴都合不攏了。雖然我常常會回去越南跟他們在一起，但是我還是非常的想念他們。每次要離開越南的時候，我就很傷心。真希望天天都可以跟他們在一起！（待續…）

—陳佩瑩

網路語言的囧境

楊彩雲

現在一上網就避免不了成千上萬的新網絡用詞，它們好像可以自成一門特別的漢語方言俚語。網絡語言是一種在網絡上通用的媒體語言，可以用來做簡單的溝通、聊天，以及參與論壇等等。網絡上的熱詞是近幾年才流行起來的，是由於越來越多人在網絡上進行溝通而發展出來的。而且無論是漢語、英語、日語或是泰語等等，都出現了這種網絡語言。因為網民要求快、準、一看就懂的語言以方便互相傳話，而形成了一個互聯網文化。



生活是多么囧囧啊~~
囧囧有神~~

由於漢語含有許多方言與諧音，加上受到外來語與符號合併的影響，以致形成了很多種類的漢語網絡語言：

- 縮寫: 最常用的語素文字被縮短，促成混合簡寫。例如: GG = 哥哥。
- 諧音: 由於漢語是個多同音詞的語言，可以用同音字來代替敏感的訊息或避開關鍵詞，以穿越官方的過濾系統。例如: 杯具 = 悲劇
- 字號: 用數字代表文字。例如: 995 = 救救我。
- 象形: 用中文字代表表情的字。例如: 囧 = D: (一個哭或尷尬的臉)

網絡語言是一種很有創意的溝通方式，並構成一個互聯網文化。因為大家都可以在網絡上用更新的語言，彼此心領神會的互相溝通。網絡語言也有很多其他的用處，即如避開危險的關鍵詞而穿透如防火牆的過濾系統，藉以安全地表達對政府不滿的地方。

可是，網絡語言的越來越流行也會破壞千年的漢語文化。例如，現在正經的新聞報章也常用到網絡語言。而且網絡語言亦時時的在變動，很難跟進。所以，也只有那些常常上網追新聞的網民才能懂得這些‘俚語’。

女性領導學習營的經驗

周淑賢



在剛過不久的春假中，我和其他五十名同齡女孩獲選參加了悉尼大學女子學院(Women's College)為期五天的活動。這是透過學校老師的推薦，與其他兩千位年約十六歲的少女申請參加，結果我有幸被錄取了。

這個活動是瑞士金融服務公司(UBS)所開創的，目的是藉以鼓勵更多的年輕女性發揮她們的領導能力。由於該公司是一個投資機構，所以他們從商業的角度去提升女性的的主導權。

我們的日程表排滿了活動。第一天，我們做了人格測試，好讓自己了解到個人的領導方式。同時還有專業人員解釋了肢體語言的重要性，以及我們身體的小動作如何影響到其他人。

很幸運的，我們有機會到這所公司的辦公室去見識工作人員如何經營生意。我們還到當代藝術博物館(Museum of Contemporary Art)聽取藝術策展人講述她個人事業的經歷。

晚上的時候，學員們在學院裡跟新交的朋友談話、看電影、交換電話號碼。我們五十多人在五天內變得像一個大家庭裡的姐妹一般。

經過這既有趣又熱鬧的五天，我覺得我學得了更多溝通的經驗。雖然我還不知道將來想做什麼，但是只要我繼續把握機會去接觸世面，我確信，對我將來會很有幫助的。

「歲月神偷」—珍惜生命中的每一個日子

陳嘉慧

看了一部叫作「歲月神偷」的電影，情節簡單，卻讓人心中湧起了淡淡的憂傷和莫名的感動。

「歲月神偷」描述羅家四口窮困但幸福的生活。羅爸爸經營鞋店，辛苦賺錢供養兒子讀書。羅媽媽則持家有道，個性樂觀。而他們兩個兒子的性格正好相反，哥哥是品學兼優的高材生，弟弟則是頑皮搗蛋的小孩。可是電影正是以這個八歲小孩的視角，詮釋了「歲月神偷」的理念。

哥哥得了白血病之後，羅爸爸和羅媽媽全心全力的為兒子醫病，而弟弟一夜之間也長大了許多。可惜哥哥因這場病，結束了自己的生命。當他身子倒下，水杯掉落的那刻，一切彷彿都凍結在空氣裏了，羅爸爸和羅媽媽的心也如那個杯子般的碎了！歲月無情，偷走了哥哥的生命，只剩下這個善良溫柔的弟弟。

電影中，奶奶曾對弟弟說，只要用自己最心愛的東西填滿苦海，就可以與自己心愛的親人重逢。哥哥去世後，弟弟把自己心愛的東西統統投入海中。

生活會經歷無法預料的變故，所以我們要更珍惜現在所擁有的。不是看到了希望才堅持，而是堅持才有了希望。年少時我們不懂父母的苦心，愛情的脆弱，一旦明白了，歲月已經不再停留。所以，生命中的每一天，要用心的去過，因為不知道哪一天，你所擁有的，會被歲月不知不覺的偷走了。



▲「歲月神偷」由任達華、吳君如、李治廷等主演 <https://zh.wikipedia.org/wiki/>

睡眠的重要性

鍾克強

很多這一代的年輕人有和睡眠相關的健康問題，因為他們沒有足夠的睡眠。有幾個原因導致了他們經常沒有足夠的睡眠。一個是有太多的課後事務，包括了家庭作業、課外活動以及交際活動。另一個則是長時間處於興奮的狀態中，如看電視或上網都會造成睡眠困難。

睡眠對身體的健康很重要，因為它讓人的身體功能可以正常的運作。如果沒有足夠的睡眠，就會危害身體和精神的的健康，其負面的結果包括了難以集中精神、心理壓力和體重增加。而且，當一個人常常睡眠不足的時候，就會增加出現睡眠失調、肥胖症或甚至心臟病等等的危險性。

據 2015 年美國的一項研究，不同年齡的人有不同的睡眠需要，睡足了才可以保持健康。



- 學齡兒童 (6-13 歲)：9-11 小時
- 青少年 (14-17 歲)：8-10 小時
- 年輕人 (18-25 歲)：7-9 小時

防止睡眠不足的方法包括了規律的睡眠習慣，以及減少後課後的活動。此外，睡前一小時不做刺激性的活動。當每天有了良好的睡眠時，漸漸的就會改善自己的健康而感覺更幸福！

晚安！

