第九十二期

發行人：校長 黃敦煌
出版者：新竹市光復中學
校址：新竹市光復路二段 153 號
電話：03-5753511

高中教官林志憲輔導學生走正軌 獲大愛菁師獎

公關組／
邱柏霖 組長

由懷恩社會福利慈善事業基金會、陳玲社會福利慈善事業基金會、108 年教育大愛菁師獎評審委員會共同辦理「一〇八年第八屆教育大愛菁師獎」，於 108 年 9 月 24 日頒發；今年全國各縣市計 290 位教師受推薦參與遴選，本校林志憲主任教官脫穎而出，本著多年來關懷學生犧牲奉獻，在教育崗位上長期耕耘的大愛精神，榮獲「高中職組」菁師獎殊榮，由前總統馬英九先生親自頒獎表揚。

林主任教官轉任軍訓教官已逾六年，一直都在新竹光復高中服務，並未申請返回戶籍地，每日投入大量時間來做學生的生活輔導工作也不覺得辛苦，平日以身教及言教，秉持真心、耐心與熱誠，教導每位學生走上正軌，並建立孩子正確的價值觀、人生觀，及培養孩子面對與解決問題的基本能力。

林主任教官很嚴肅的說，現今的教育環境多變，孩子們的偏差行為也日漸多樣，像之前有碰到一些相對弱勢的學生，因學習興趣低且家庭疏於關懷下，往往就容易感染社會惡習。回想之前有碰過一個學生，因受到校外不當場所燈紅酒綠夜生活誘惑，無心向學，從日間部休學後至酒店當少爺當經理，經主任教官屢次追蹤及輔導下，該名同學終答應教官轉任進修部完成學業，並於 106 年 6 月份順利畢業，也不再去酒店上班。該生目前就讀明新科大，學習表現頗獲師長好評，還擔任助教呢。

如上述的案例其實不勝枚舉，面對大多數學習低成就，甚至是高關懷的學生，主任教官開始思考教育的本質及如何讓孩子回到學校，因此近兩年配合校外會，將童軍元素納入諮詢服務團隊活動，在每次的童軍活動裡，讓本市高關懷的孩子做中學，從每次小成就中累積大成就，並於融入團隊活動時，進而肯定自我，了解個人在群體中的角色，期達成孩子自我成長的目標。這兩年執行童軍課程下，孩子們在活動中經歷和感受來自師長的愛與關懷後，在面對各種挑戰時均能慢慢拾回信心，並於活動中懂得與他人互相合作，回到學校後也多能正向發展。

林主任教官表示，感謝學校及校外會的長官及老師們，因為有大家的信任與支持，才讓他的想法能實際化為行動，才有盡情揮灑的空間；林主任教官亦感恩家人平日的默默支持，在每天投入工作、少了些陪伴時，總能以寬容、體諒的心，讓他沒有後顧之憂地將大部份的心力放在學生身上；本次能榮獲素有「民間師鐸獎」之稱的「教育大愛菁師獎」，開心之餘亦給自己重新自我檢視的機會，並再次提醒自己「莫忘初衷」，堅信「福祿貝爾」的至理名言：「教育之道無它，唯『愛』與『榜樣』而已」，期許自己成為教育界的終身志工，陪伴每位孩子平安健康的成長茁壯，活出各自的精彩人生。

帶領學生認養非洲飢童
私校師獲特殊優良教師

轉載自 2019-10-07 聯合報 張雅婷報導

光復中學國文老師張淑芬是今年竹市 366 位教師接受表揚中，唯一私立學校獲選特殊優良教師者，張淑芬教育生涯近 27 年，熱愛教學工作的她，除了常鼓勵學生參加活動及文學創作，也帶著學生認養遠在非洲的孩子，讓學生學會珍惜食物、珍惜身邊擁有的一切。

新竹市府今天舉辦 108 年度新竹市教師節表揚大會，其中張淑芬是今年 366 位獲獎教師中，唯一一位來自私立學校的教師，校方表示，張淑芬在教育現場的熱忱與堅定的眼神，總讓人十分感動，除了鼓勵學生參加活動及文學創作，學生也在她的指導下榮獲各類文學競賽的獎項，在學習歷程中獲得寶貴的經驗及成就，張淑芬表示，「教育無他，不要吝於給孩子多一點的愛，多一點的包容」。

張淑芬也在2010年起帶領學生共同資助一位住在馬利的小男孩，學生畢業後又由國一新生繼續接力資助計畫，每個月自發性地省下零用錢 15 元，全班募集 700 元來幫助遠在地球另一端的孩子能順利地求學、平安長大。張淑芬說，家長都十分支持、鼓勵孩子用零錢幫助一個世界貧童改善他們的生活狀況，建立孩子關懷世界的同理心。

108學年度參加中等學校競賽得獎人員名單

參賽組別	班級	姓名	指導老師	名次	畢業國中	會考成績
家事類 - 教具製作組	綜 361	劉邦安	古孟玲	第九名（金手獎）	光華國中	5B5+
家事類 - 美顏組	綜 362	彭　傑	魏嘉怡	第二十四名（優勝）	頭份國中	4B1C
家事類 - 美顏組	綜 362	蔣欣庭	魏嘉怡	第三十二名（優勝）	竹光國中	4B1C
家事類 - 美髮組	綜 362	陳芯榆	陳薈茗	第二十六名（優勝）	博愛國中	5C
工業類 - 汽車噴漆組	313	彭俊元	吳貝克	第七名（金手獎）	實驗國中	5B2+
工業類 - 汽車修護組	汽三甲	張智雄	林季達	第二十名（優勝）	三民國中	2B3C
工業類 - 汽車修護組	311	黃宸彥	林季達	第三十一名（優勝）	頭份國中	5B7+
商業類 - 烘焙組	393	張采瑄	林琬婷	第七名（金手獎）	竹東國中	1B4C
商業類 - 中餐烹飪組	394	王冠中	黃志強	第十二名（優勝）	香山國中	2B3C

技藝超群 新竹金手就在光復幼保

幼保科 / 古孟玲 老師

全國高級中等學校技藝競賽是每年技職教育之盛事，在競賽中代表各校參賽的菁英，都是校內初賽的頂尖好手，這些選手們透過技藝競賽站上技職競賽的最高殿堂，為自己、為學校爭取最高榮譽。

今年全國高級中等學校家事類學生技藝競賽，就在本月 12. 13. 14 日連續三天在宜蘭頭城家商舉行，來自台灣各地的頂尖好手齊聚一堂，展現自己多年來的訓練結果。新竹光復中學幼保科每年參加「家事類學生技藝競賽－教具製作組」均有優異的表現，今年的成績特別亮眼，榮獲全國第九名金手獎的好成績，為光復幼保改寫歷史，並創下創科以來最好的成績。而今年榮獲金手獎的選手劉邦安，更是第一位男學生代表參賽。在全國 75 名選手中，僅有 3 位男學生參賽，選手劉邦安站上頒獎舞台，立刻吸引眾人的目光。

今年教具製作的術科題目為「製作一組供三至六歲幼兒訓練口語表達及想像力培養的 3D 娃娃屋」，主題名稱為「我的家人」。金手獎選手劉邦安獲獎的教具作品以祖父母隔代教養的家庭為主軸進行發想，作品內容符合現今多元家庭的現況，榮獲評審高度的肯定。除了術科外，選手劉邦安的學科成績高達 97 分，也是今年學科成績的最高分。指導老師古孟玲老師說：「以教具製作組來說，學科、術科一定都要同時高分，才有可能在眾多選手中拿下金手獎，我們的成績和前一名金手獎只有 0. 7 分的差距，可見競爭激烈之程度。」指導老師也提到：「選手到了現場，要考驗的除了臨場的解題能力，再來要克服的是時間壓力，四個小時內要畫草圖、選擇所需材料、製作教具、撰寫作品說明表，真的需要很大的毅力與耐力。」

教具製作是幼保學生很重要的專業技能，透過教具製作能增加小朋友學習的興趣、拓展生活經驗，同時也能讓學習變成一件更有趣的事。因此，光復中學幼保科把教具課融和在高一和高二的實習課程之中，每樣作品均針對幼兒的身心發展進行設計，今年培訓選手的過程中，還特別融入近年來很夯的「桌遊」概念，透過邏輯思考、推理與操作的過程中，培養選手們從教具的賞析、教具的設計、教具的實作、教具的操作，逐一完成後，我們會請學生把教具拿到學校附設幼兒園和小朋友互動，透過教具與幼兒互動的過程，了解教具有哪些地方可以更完善。我們將教具融入在幼兒園的學習中，除了讓幼兒園小朋友能在快樂中學習外，幼兒園小朋友也是幫助大哥哥、大姐姐檢視作品的最佳小幫手。三年扎實的教具實習課程，再加上將近二個多月的集中訓練，榮獲教具製作組金手獎的選手劉邦安說：「能在全國 75 位菁英選手中，拿到全國前十名的金手獎，真得很不容易。現在回頭想想，每天關在選手訓練室超過八小時的訓練過程非常辛苦，如今覺得這一路走來非常值得。」指導老師古孟玲老師也提到：「在少子化及多元學習的現在社會，我們更需要能設計教具、製作教具的人才，每次逛婦幼用品展或百貨公司都會發現，家長非常願意也捨得把經費花在小小孩身上，特別是小孩的玩具非常貴，但家長只要看到孩子樂在遊戲之中，家長是非常願意投資的」，因此「幼兒教玩具」在少子化的今日，充滿各種商機。選手劉邦安也提到：「自己對設計非常有興趣，非常喜歡幼兒繪本及迪士尼動畫，期待未來有機會能朝設計相關的大學科系發展，讓自己的專長能貢獻於社會、貢獻於幼教。」

金手獎選手劉邦安和今年大四（朝陽科大幼保系）的姐姐劉育瑄都是光復幼保很優秀的學生。選手劉邦安從小就非常喜歡畫畫，國中時期看到當時念幼保科的姐姐在家做教具，耳濡目染之下，追隨姐姐的腳步，也加入幼保的行列。雖然家人對於男生念幼保有許多的擔心，但劉邦安自己覺得「專業其實是不分性別的」，更想用實力來證明自己的能力。劉邦安還記得三年前姐姐帶著自己到高中報到時，剛好遇到現在的指導老師，孟玲老師還告訴他一句話：「要念得比姐姐更優秀。」果真，三年後應驗了這句話；選手劉邦安從一年級開始，不論畫畫、POP、繪本創作、說故事、戲劇比賽都有非常傑出的表現，也贏得校內外圖畫書比賽、創意戲劇比賽各項優異成績。

光復高中餐飲學生 勇奪高中烘焙技藝金手獎

轉載自 2019-12-19 中時 陳育賢報導

新竹高中餐飲服務學程學生近日參加全國高中商業科技藝競賽，其中張采瑄在烘焙組 83 位選手中拿下金手獎，王冠中則在中餐組 76 位選手中榮獲優勝第 12 名，創下學校創科以來最好成績。

烘焙組指導老師林琬婷指出，此次烘焙組競賽題目是創作 8 吋戚風或海綿蛋糕，張采瑄選擇以父親節主題的表現方式呈現，以漸層顏色的鮮奶油做蛋糕側邊抹面，上面用巧克力花跟雙色鮮奶油擠玫瑰做為主體，再用花卉來表現父親也有溫柔細膩的一面。

由於張采瑄對色彩的選用很有想法，裝飾出來的蛋糕會讓人有亮眼的感受，在她穩定的表現下，受到評審的青睞，術科拿下 91. 79 的高分。

張采瑄表示，從小她就不太會讀書，最大的興趣就在烘焙，不管是她要買烘焙器具或材料，或是去上課學東西，媽媽都全心全力的支持她，很感謝媽媽。

中餐組的術科題目則為百花杏片雞排、蟠龍魚香茄子的指定料理，以及 6 人份的粄條創意料理，王冠中以扎實的刀工基礎，利用精

湛的「蓑衣刀法」，將茄子切成可彈性伸縮的作品，就像巨龍盤纏般，刀工一致，醬香美味，榮獲評審高度的肯定。

王冠中說，自己曾是調皮愛玩的學生，一度留校察看，在多位老師的鼓勵下，重新省思自己，找到餐飲的興趣與未來的方向，因而讓自己重回學習的軌道。

指導老師黃志強表示，王冠中的術科成績高達 91 分，與金手獎只有 0. 8 分的差距，表現相當搶眼，而選手要於 2 個小時內完成解題及創意菜餚設定，真的是需要很大的耐力與毅力以及靈活度與創意性，能獲得此獎項的優勝，真的很不簡單。

竹市光復中學學生 獲汽車噴漆金手獎和修護雙優勝

轉載自 2019-12-10 自由時報 洪美秀報導

台灣汽車業修護與噴漆人才正缺，新竹市光復中學汽車科多名學生未畢業，就獲大車廠延攬，起薪3萬元且獎金另計聘用。其中汽車科學生彭俊元更在今年全國中等學校技藝競賽獲汽車噴漆類第7名金手獎，國中就讀實驗中學國中部，自知念書不是強項，選擇光復中學汽車科，如今走出不一樣的路，他說，總算沒白費長時間的練習。

光復中學表示，今年全國中等學校工業類科技藝競賽日前在高雄高工舉辦，汽車修護職種全國有50餘所公私立學校80位選手，汽車噴漆職種也有42位選手參賽，且競賽分初賽及決賽，能進入決賽的選手都不簡單，實力都很堅強。

光復中學汽車科今年參加汽車修護和汽車噴漆二項職種競賽，在汽車噴漆獲金手獎、汽車修護獲雙優勝，成績是竹苗第一。

獲修護項目優勝的選手張智雄和黃宸彥，兩人在指導老師林季達指導下，訓練期間不斷練習，更透過實際車體的修護狀況進行練習，雙雙獲優勝佳績，且獲馬自達MAZADA鈞賀汽車等汽車大廠聘用，一畢業就會進公司工作，張智雄說，未來除一邊在業界工作，晚上也會到科大進修，提升學術上的技能，且馬上有工作，覺得當初選擇技職學校是對的選擇。

而汽車噴漆是工業類科技藝競賽成立此職種的第五年，光復中學參加四屆，年年得優勝，今年終於拿到金手獎佳績，選手彭俊元日前到桃苗豐田新竹廠集訓，有業界的支持，讓他在競賽時更有把握，國中就讀實驗中學的他，自認念書不是強項，選擇技職學校後，發現對汽車引擎不在行，且因喜歡汽車及車體色澤，於是選擇噴漆練習，如今獲金手獎，已確定畢業後到汽車大廠工作，晚上則到大學進修，希望能多練習各種噴漆技巧，發揮所長，開創一片天。

新冠肺炎肆虐全球 光復親師生齊力抗煞

衛生組／吳佩璇 組長

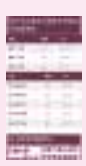
新冠肺炎乍然來襲，為求全力抗煞，校長於1/30緊急召開會議，成立防疫小組，配合國家政策，全力防堵疫情蔓延。

寒假期間，除防疫備品的採購與準備之外，取消各項返校活動，透過官網及全校通訊網傳遞防疫的即時訊息。利用google表單調查全校教職員工生寒假旅遊史、接觸史，要求由中港澳入境者需自主管理14天，導師亦持續關懷詢問，了解學生在家自主管理的狀況。針對教育部延後開學之決議，各科群也編纂課業補充資源與學習單，俾使在家期間亦不停學。

開學前，預先做好校園及教室的清潔與消毒，制定光復校園防疫措施；開學後，落實各項校園防疫規定，購置紅外線熱影像儀，執行入校體溫測量、發燒檢疫站之體溫異常隔離處理、日常防疫教育宣導及學生入校入班注意事項。經由各層級會議及網路即時訊息，宣導入校前在家自行量測體溫，成為防疫的第一道防線。早晨入校若量測出體溫高於37.5度，立即啟動隔離與追蹤，成為防疫的第二道防線，將學生安置於校門口之發燒檢疫站，再由校護進一步量測與處理，發燒者請其就醫直到痊癒後才返校，並要求每個班級每日由幹部監測全班體溫。

校園公共區域及教室要求每日進行兩次消毒，讓環境能夠隔絕病毒；密閉空間需開窗，保持空氣對流及通風；學生餐廳亦不開放座位區，將餐點帶回班上於個人座位上食用，並遵守不共飲、不共食之規定；加強宣導洗手的要訣，務必勤洗手以及保持人與人之間的安全距離，達到有效且正確的防疫。

防疫如同作戰，須提高警覺，嚴陣以待，光復高中將隨時掌握重要急性傳染病流行狀況，適時調整校園因應策略，以確保校園安全；也希望全體教職員工生提高警覺，做好個人及環境衛生，讓傳染病無機可乘，讓我們每個人都成為社區家園的最佳防疫員。



全國技藝賽竹市光復高中拿美顏美髮雙料優勝

轉載自 2019-11-21 自由時報 洪美秀報導

新竹市光復高中時尚造型科三年級學生彭傑、蔣欣庭及陳芯榆，參加今年度全國中等學校家事類技藝競賽，在全國優秀選手的激烈競爭中脫穎而出，獲家事類美顏組雙優勝及美髮組優勝佳績，更是竹苗地區在美顏美髮組別中唯一獲獎學校。

美顏組優勝選手彭傑雖是男生，但從小就很愛美，高中原要選讀食品加工科，媽媽一句「你要一輩子做罐頭嗎？」並告訴他「台灣男生彩妝師較少，若往這方向發展，將來或許有前景」。媽媽的支持讓他選擇光復高中時尚造型科就讀，後來成為競賽選手，除學校專業課程訓練，在課餘他也上網蒐集各種彩妝技巧磨練自己，父母的支持讓他能無後顧之憂，全力參賽，即使因用具材料花費是一大負擔，但媽媽為支撐他，還再去兼任另一份工作，讓他內心有強大的力量，不能讓媽媽及老師失望。

而同樣獲美顏組優勝的蔣欣庭，因媽媽是美髮師，從小耳濡目染對這行業有著憧憬，但父母都反對她再走上同樣行業，因為媽媽曾說，這行業工作時間長、太辛苦；但是她卻堅定志向堅持往自己的夢想前進。當她努力地通過科內競賽，選上選手資格時，父母並不支持甚至希望她能放棄，後來她終於用成績證明給媽媽看，即使承受這些壓力，也希望用實力證明，她能做到。

另美髮組優勝學生陳芯榆是越南人，與外公外婆住在越南到國中畢業才到台灣與媽媽同住，到台灣後花了1年的時間在博愛國中重讀國三的課程，同時也利用晚上參加正音班來加強中文能力，才逐漸融入台灣的學習環境。

陳芯榆說，剛開始到光復高中讀「時尚造型」科是因對彩妝造型有濃厚的興趣，由於家人並不支持，她希望能證明自己的選擇，從不會到慢慢練習，讓她發現美髮造型有很多技巧，也讓她花很多時間學習相關知識和技巧，如今有此佳績，也讓她燃起到國外念專業美髮造型的念頭，會繼續往這領域發展及自我精進。

「感恩惜福」為主軸 光復中學辦「愛在家扶」公益路跑

轉載自 2019-10-25 聯合報 王駿杰報導

光復中學以「感恩惜福」為主軸，舉辦為身心障礙而跑活動，希望推動全民運動，提升個人體力、活力及動力外，更加入溫馨關懷的訴求，為需要受照顧的身心障礙者盡一己之力。

活動所得全數資助給「新竹市家扶中心」，新竹家扶隸屬於財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會，為基金會所屬23個家庭扶助中心之一。民國56年7月於新竹設立，以協助新竹地區遭受變故之家庭，重建父母親職功能，協助不幸家庭之兒童能有健全的童年生活為服務宗旨。

在服務工作上，提供經濟弱勢之不幸家庭服務外，隨著社會問題的多元化，新竹市家扶中心也在新竹縣、市政府的委託之下，辦理家庭式寄養安置，以照顧無法在原生家庭中獲得良好照顧的兒童。另為救援及保護受虐待的兒童，也提供保護救援及心理輔導等服務工作。

本活動全程共5公里，參加此公益路跑賽的高二同學們使出熱情與心力自行尋找資助人，希望能幫助身心障礙的院生，相信每個人都有被開發的潛能，只要給予公平的機會及適切的引導，「把愛傳下去」是光復公益路跑賽活動邁入第十一年最大宗旨精神。

光復高中8強賽奮力搏鬥 獲HBL第五名

轉載至 2020-02-17 聯合報 張雅婷報導

今年HBL男子組8強賽事呈現膠著狀態，直到最後2場比賽，才確定四強晉級者，今年光復高中可惜未延續去年最佳成績，在昨天最後一場8強賽事，雖以83比68的大勝比數，強壓下南湖高中獲得第四勝，但因南山高中和泰山高中勝場更多，光復高中無緣晉級4強，拿下第5名。

市長林智堅市長表示，光復中學能夠連2年進入HBL八強，難得可貴，今年雖未能夠擠入四強，但卻帶給新竹市民無數的感動，光復孩子們不留遺憾、雖敗猶榮，抬頭挺胸證明自己就是最好的典範。

HBL八強賽於9日在台北市和平籃球場與台北體育館開打，光復高中於首戰碰到高苑工商，以79：68獲勝，也是教練陳定杰執教生涯首次率隊打敗恩師田本玉領軍的高苑；而二、三戰碰上泰山、東山未能延續首戰的勝利，分別是以92：72、81：62丟失2戰；碰上南山高中以73：71，2分獲勝；14日以63：69拿下青年；15日以73：93敗給能仁；昨天以83：68拿下南湖。

「等待是煎熬的」，教練陳定杰賽後表示，雖然拿下第4勝，成為4勝3敗的隊伍，但南山高中擊敗了東山、泰山強壓高苑工商，讓光復喪失了4強最後一張門票，雖然最後的結果不盡人意，但小球員已經將最好的一面表現在球場上了。

光復高中高三余維豪表示，八強賽事表現精彩，雖然賽事緊湊，每一場賽事都必須記取上一場賽事的缺點改進，但這是最後一年了，不想放棄，不想讓別人看不起，因此要展現出堅強的一面，「雖然我們並未創造奇蹟，八強賽的強度與壓力，跟複賽是完全不一樣的」。

光復高中也表示，雖然今年球季已經結束，但下個學期仍希望可以邀請到東南亞的學校來台灣進行國際性友誼賽事，屆時仍能看見光復小將在球場上的精采表現。

新竹市光復中學啦啦隊 勇奪全國第一

轉載自 2019-12-30 今日新聞 金祐妤報導

新竹市光復中學組隊參加今年全國啦啦隊錦標賽，獲嘻哈團體組與雙人組冠亞軍、競技啦啦隊團體組與彩球團體組冠軍，校長黃敦煌今(30)日於記者會中表示、該校啦啦隊以精湛完美的金字塔技術動作和編排流暢的舞蹈跳躍與轉圈，贏得在場觀眾如雷掌聲，也奪得五座全國賽冠軍獎盃。

新竹市光復中學啦啦隊與啦啦舞蹈隊成員大多以高一新生為主，競技啦啦隊成員則以高三為主；經過兩個多月的加強集訓與練習，能站上比賽舞台毫不怯場展現初生之犢不畏虎之精神，以超高技術難度及勢如破竹般的氣勢一舉奪下多項冠軍頭銜，可說是實至名歸。

指導老師林宜靜表示、啦啦隊競技的舞蹈動作中，有不少高難度動作，學生也需要克服高空拋甩的心理恐懼，在長期訓練培養團隊默契，才能完成每一個高難度動作，訓練過程相當辛苦。

指導老師廖志華說、啦啦舞隊員主要由爵士舞蹈社、嘻哈舞蹈社成員組成，學生認真練習，舞蹈動作整齊，也順利完成金字塔技術動作，而在舞蹈跳躍與轉圈動作展現流暢，贏得賽場觀眾掌聲，為光復中學奪下全國賽冠軍。

競技啦啦隊長吳苡鈴說、在練習過程中，不少隊員因訓練時，造成手腳瘀青，也會感覺疲憊，但在大家堅持練習下，終於成功發揮訓練成果，獲得好成績，感到很感動。

光復中學全女子組啦啦隊於2002年創立，當時便選定花豹做為吉祥物，因為花豹給人的感覺「迅速、爆發、優雅」，設定目標後會專注的完成，每一次出擊都是優雅且從容的呈現，更是力與美的最佳展現代名詞，無論是翻騰或肢體的展現，猶如花豹般迅潔卻不失力與美。

161班 陳詩蓉

很感謝宜靜老師、彎彎老師、學姐們，那麼耐心的教導我們這一群小高一，剛加入的我們雖然經常在排練時總是跳錯跑錯位子，但妳們還是很有耐心的教導我們，加入啦啦隊之後，我了解了團隊精神的意義。

我非常喜歡KF-Panthers這個團隊，因為你們如同家人般地給予關心和鼓勵。當自己踏上舞台跟著音樂旋律舞動後，離開舞台的黑膠墊那刻，我便忍不住喜悅的情緒而流下感動的淚水，因為開心自己能撐過嚴厲的兩個月訓練，努力且認真終於站上舞台展現給大家看，雖然過程真是非常辛苦與疲累，但這些努力終究有了收穫，而這收穫將是累積自己成就感與自信心的起點，我已經深深愛上這項青春活力帶勁的運動。

此次我們在2019全國啦啦隊錦標賽中為學校爭取五金三銀四銅一殿的亮眼成績，這是我人生中的第一個成就，在這個團隊裡有許多的第一次，我將會把這次的喜悅與榮耀深深烙印在心裏，更會一直努力下去，讓啦老彎老學姐們看到我的進步。

大大的喝采！一個51歲才能就讀高中 不被命運打敗的堅強女性！

轉載自 2019-10-31 自由時報 蔡彰盛

新竹市私立光復高中袁湘雲六月才剛從光復高中進修部美容科畢業，八月考取美容乙級證照，她小時候被賣去當童工，後來婚姻期間又被家暴，只好離婚獨立扶養兒子至台大法律系畢業，51歲才得以回到校園求學，在校期間品學兼優、擔任班長等各種幹部、熱心班務、深受老師學生喜愛，畢業典禮時榮獲市長獎、模範生等殊榮，堪稱勵志典範。

袁湘雲說，她5歲時被父母賣到袁家做養女，養母對她虐待打罵不休，國小就必須做很多家事苦力，小學放學後還得做手工賺錢添補家用，國中還未畢業就到工廠當女工，常常到晚上11點後才能下班回家，在20歲的某一天，養母辱罵她豬狗不如，她只好離家北上工作，天更不從人願，工作幾年結婚生子又經歷家暴，險些喪失性命最終選擇離婚收場，只好獨身帶了一對子女辛苦養育。

如今兒女長大成人了，兒子也努力上進，考上台大法律系已畢業就業中，生活總算可以稍作休息，三年前在兒女鼓勵下報名光復高中進修部美容科就讀。

袁湘雲在校三年擔任過班長、實習、風紀、衛生等股長，也被各任課老師選為各科小老師。六學期都是班上第一名，文藝小品文徵選第一名，全校演講比賽第三名、美髮技藝第二名，也考上美髮丙級證照，也是班上模範生。

六月在畢業典禮時她更榮獲市長獎、模範生獎、服務獎及多項獎學金。在高中三年間老師教美容乙級證照檢定課程，學習彩妝藝術等學科，畢業前在老師鼓勵下報考乙級証照考試，經過千辛萬苦終於學科考到70分及格。之後繼續操練術科，練紙圖繪製、練護膚的手法、各式彩妝等等，終於在八月考試考上乙級。

放榜當天袁湘雲痛哭流涕，一直感謝老師的教導，希望將中年才讀高中及考證照的經驗，提供給早年因經濟無法就學、遭受苦難可力爭上游的朋友們。

湘雲目前以學校所教舒壓按摩的技巧及證照，設立自己的養身工作室，透過手藝、傾聽及分享人生經驗撫慰客人，她希望有一天可以當牧師，而且是全方位的、全才全能喜樂的牧師，能夠散播愛、散播歡樂，幫助苦難大眾喜樂地通過人生每一個難關！