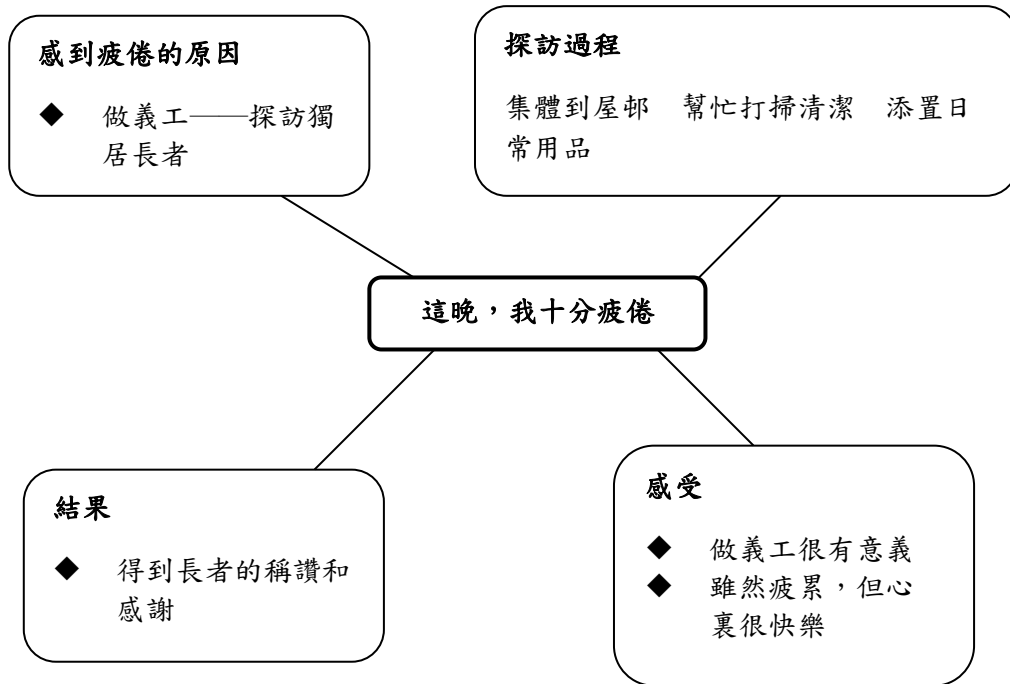


校內作文題

題目：這晚，我十分疲倦

思維腦圖



參考大綱

開首	交代「我」十分疲累的原因：去做義工探訪獨居長者
中間	記述「我」探訪的過程，以及幫助長者張伯的經過
結尾	寫「我」雖然覺得疲累但感到快樂

參考詞語

疲倦 探訪 成員 獨自 行動不便 整齊 筋疲力盡

參考範文

我回到家裏，累倒在沙發上，全身的肌肉也發出陣陣酸疼。我之所以會這樣疲倦，是因為今天去了做義工探訪和幫助獨居長者。

一大清早，我和義工小組的成員一起到公共屋邨去。我們分成四人一小組，每個小組負責探訪一位長者。我們組探訪的那位長者叫張伯，他行動不便，不能自己做家務，也不能獨自外出購買生活用品。

我們分工合作，其中兩位組員負責打掃廚房和浴室，把污漬清理好；另外兩位則把大廳和睡房收拾整齊。完成後，整間房子煥然一新。接着，我們為張伯添置日常用品：牙刷、沐浴露、調味料等。我們離開前，張伯不斷地向我們道謝。

經過一天的勞動，我已經筋疲力盡了。不過，我覺得做義工十分有意義，正所謂「施比受更有福」，幫助別人也帶給我無盡的快樂。