



救恩校訊



救恩書院編印 大埔富善邨 電話：2660 8308 傳真：2662 0377 電郵：mail@kyc.edu.hk

二零一五年五月 第十二期

校長的話

周家駒校長

踏入四月，這個學年已走了三分二。第二學期結束後，共有四十多位同學和他們的家長應邀出席進步獎頒獎禮，同學的努力和進步得以表揚。

在頒獎禮後，我跟幾位同學傾談過，知道他們能夠獲獎，絕非僥倖，確是因為他們在第二學期孜孜不倦，潛心學習。雖然他們在第一學期的成績各有不同：有些名列前茅；有些位屬中游；更有些岌岌可危，來年升班堪虞，但他們都能及時反省自己的學習態度或檢討自己的學習方法，力求上進。部分馬虎懶散的同學更及時省悟，意識到苟且貪玩下去的後果，於是定下目標，決心要把落後了的成績追回來。他們的付出很快便見到效果，成績有了大躍進，不但自己得到滿足，家長和老師也得到安慰。在頒獎禮上，我看見所有人都展露出欣喜的笑容。

同學願意為學習而付出，為達到目標而努力不懈，固然值得高興，但我想更重要的是他們重拾了學習的自信和喜悅，愛上學習。「愛學求進」既是本年學校的主題，也是我們應有的生活態度。英國詩人珀西·比希·雪萊曾說：「我們的學習越豐富深刻，越能發現自己的愚昧無知。」我盼望所有同學都能三省吾身，在六育（德、智、體、群、美、靈）上持續學習和進步。

第二十屆家長教師會會員大會後記

第二十屆家長教師會會員大會



家長投票



點票情況



後排（左起）：

張燕基先生、葉錦有老師、袁達宗老師、馬綺雲副校長、
蔡玉雲女士、譚麗明女士、黃巧兒老師

前排（左起）：

周婉萍女士、林志娟女士、陸麗珊女士、鄭錦華先生、
鍾慧儀校董、周家駒校長、林家偉老師、馮詠恩老師

本屆會員大會於十月十日完滿結束。會後學校安排了家長與班主任面見的時間，新任的委員亦隨即進行互選，結果如下：

職位	家長委員	教師委員
主席	鄭錦華先生	-
副主席	陸麗珊女士	周家駒校長
司庫	譚麗明女士	馮詠恩老師
文書	李靜宜女士	黃巧兒老師
康樂	張燕基先生	袁達宗老師
	林琳女士	葉錦有老師
聯絡	周婉萍女士	林家偉老師
總務	蔡玉雲女士	馬綺雲副校長
後備委員	陳振哲先生	-
	林志娟女士	-

家長晚會暨第二十屆家長教師會常務委員會就職典禮

家長教師會主席的話

我實在非常感恩可以當選家教會主席。在此衷心多謝大家的支持。本人會盡心、盡意、盡力去接任這個崗位。

轉眼間，從兒子就讀中一至今，我參與家長教師會的服務已有兩年半的時間。回顧過去，剛剛加入時，由學習、實踐、執行、領導至成事，實在感謝一班積極參與的家長、樂意配合的老師和鼎力支持的贊助會員及義工的幫忙呢！

我們家校將一如以往，互相合作，群策群力地籌辦未來的各項活動，同時歡迎大家的參與，並再次感謝各方的支持。



中國舞蹈校隊表演



鍾慧儀校董頒發恭賀狀予新任家教會主席鄭錦華先生



鍾慧儀校董致送感謝狀予上屆家長校董何悅萍女士



鍾慧儀校董致送感謝狀予上屆替代家長校董潘淑嫻女士



家教會主席鄭錦華先生為本會作會務報告



混聲初級合唱團演唱



家長舞蹈表演



話劇表演



話劇表演



老師詩歌分享會

主題： 夢想+

主題經文：「這不是說，我已經得著了，已經完全了，我乃是竭力追求，或者可以得著基督耶穌所以得著我的。」

腓3：12

福音周在10月20日-10月23日舉行

活動包括：夢想追擊遊戲、老師詩歌分享會、老師見證分享、閱讀文章

周會嘉賓：方文聰先生



那次在夜總會舞池狂歡，若不是聽到聲音叫他離開黑暗，方文聰或許仍然在夜總會沉溺；離開黑暗後前路茫茫，若不是在教會遇到一班笑臉迎人的弟兄姊妹，更得到牧師時常親密的關懷和鼓勵，他或許只能回到舞池隱藏自己；若不是那次他聽到神的應許，說就算他在吸毒的時候神仍愛他，他或許以為神會拒絕軟弱犯罪的人，以為他們不能安息在主愛裡。

現在方文聰成為全新的人，7年的毒癮完全戒除。他與主有親密的關係，更修讀神學。現在為教會長者事工的幹事。他曲折顛簸又迸發真愛大能的回轉經歷感動很多人。這次來校分享神與他的夢想同行，讓他用歌曲讚頌神，安慰人。原來真正的夢想不是為己，而是造就別人！



福音周嘉賓：方文聰



朱偉良老師分享



袁達宗老師分享



福音周書攤



夢想追擊

學生會選舉



新舊學生會交接合照，左邊同學為上屆學生會FEVER主席何志恒，右邊為今屆學生會UNITY主席朱存義

學生會選舉已於2014年9月24日順利舉行，投票人數有684票，全校投票率達76%，各級投票詳情可參閱下表。點票工作於翌日完成，EAGER有322票，UNITY有331票，廢票有31票，UNITY成功當選。學生會就職禮亦於10月7日順利完成，接任新一屆學生會。



同學當天踴躍投票



代表會幹事進行點票工作



同學們在等候點票結果

教 恩 書 院
二 〇 一 四 至 一 五 年 度 學 生 會 暨 師 長 合 照



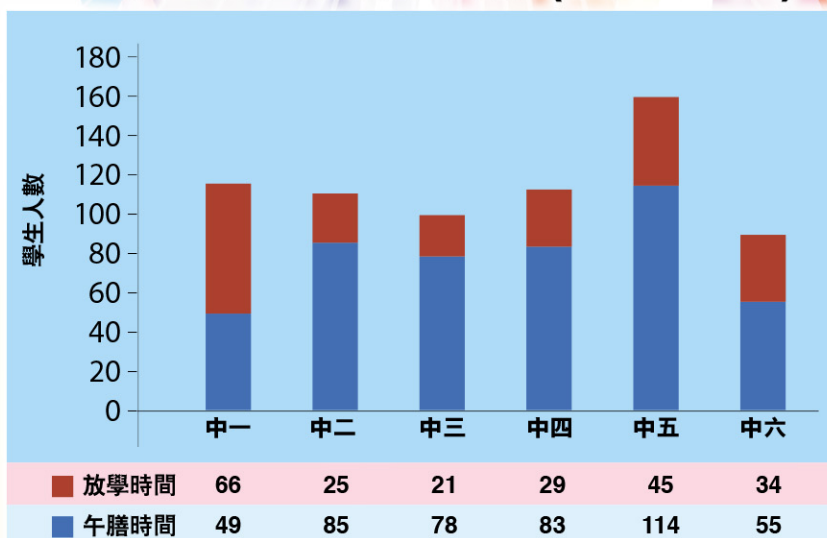
學生會UNITY幹事與顧問老師合照



本屆學生會UNITY名單

主 席	朱存義 5E	外務副主席	楊嘉豪 5F
內務副主席	李朝暉 4D	文 書	徐卓琳 5D
財 政	江家杰 4D	總 務	李永康 4E
福 利	何劭挺 5F	I T	朱健朗 4E
康 樂	文俊雄 5F		
宣 傳	曾潤武 5C		

學生會選舉投票人數 (2014 - 15)



	中一	中二	中三	中四	中五	中六
各級投票總人數	115	110	99	112	159	89
各級學生總人數	130	136	144	139	177	170
各級投票率	88%	81%	69%	81%	90%	52%

全校投票人數：684人 全校總人數：896人 全校投票率：76%

學生會代表會

此外，本校亦設立學生會代表會，職權如下：

1. 接納當選幹事會提交幹事會委員名單，並審議全年財政預算、工作計劃、中期及全年之政綱及工作報告。
2. 負責監察幹事會工作，並執行幹事會職員之紀律事宜。
3. 制訂及執行選舉工作。
4. 每年檢討會章；如有需要，提出修訂。

本屆學生會代表會名單：

主 席	5C 駱芷珊
副 主 席	4B 葉勵芳
文 書	5D 麥彤安
財 政	4D 梁烜維
幹 事	1C 林穎嘉 2B 吳芷洪 3A 馬君度 4A 邱美芳 4B 蘇蔚營、潘可怡、石芷澄 6C 陳秀婷

「中二歷奇成長營」

輔導委員會於11-13/12/2014在曹公潭戶外康樂中心舉行了三日兩夜「中二歷奇成長營」，期望透過不同形式的歷奇活動，讓同學挖掘自身的潛能、建立自信及團隊精神。過程中，學生積極投入，為自己的中學生活留下深刻的回憶。



堅守崗位、互相支持是團隊生活的重要元素



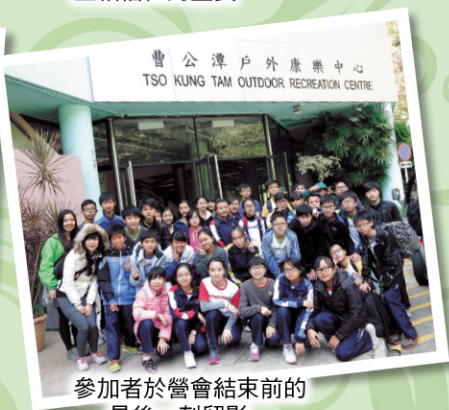
「信任天梯」讓同學體驗互相信任的重要



「聆聽」是每個活動的取勝要訣



共進晚餐增進友誼



參加者於營會結束前的最後一刻留影



野外煮食訓練同學的自理能力，活動過後大家都體會到平日的每一餐均蘊藏了家人的愛心



經過三日兩夜的活動，小組和導師已建立了深厚的友誼，臨別前合照留念



團結就是力量，每一位組員的力量均不可少

參加者心聲：

2C 鄒靜怡

營會中令我最深刻的一幕是玩「信任天梯」，這個遊戲是要非常信任隊友，對我來說是一個很大的挑戰，起初我沒有信心玩這個遊戲，過程有點阻滯，但當我完全信任我的隊友後，我們終於成功了！但這不僅是我的努力，而是大家的努力。

2C 邵子恩

最深刻的一件事當然是夜行，因為自小怕黑，但夜行活動得到隊友、導師、老師的支持及鼓勵，雖然當中有哭過，但到獨行時克服了，為自己感到自豪及驕傲，很多謝我身邊每一位的支持，謝謝你們！永不忘記這次成長營！

2D 陳曉欣

營會中令我最深刻的事就是在戶外煮食，我想不到在戶外也可以煮出一頓美味的晚餐。我們幾個人負責一碟餸，最後我們竟能做到三餸一湯，包括煎雞翼、午餐肉炒蛋、魚蛋生菜湯和炒滑蛋。雖然有些餸菜要較長時間製作，但我們也等齊大家才一起進飯，共享成果。

2D 劉樂熹

營會讓我明白到怎樣和同學相處，並學懂主動幫助一些有困難的同學，還讓我明白到朋友是多麼的重要，朋友會在你失落、傷心的時候安慰你、幫助你。夜行時，本來我是很怕黑的，但我的組員軒仔在這個時候幫助我，令我不懼怕，完成整個過程。獨行時，我也憑著朋友加予我的信心度過了難關，雖然路程很黑暗，但我感到天父在我身邊，給我光明和溫暖。

2A 黃灝澄

在這營會中，讓我學習到人要互相幫助，例如在不同遊戲中，都需要大家懂得放下自己的身份，不論自己有多強或多聰明，都不可自我中心。

2B 張曉善

營會讓我明白到合作精神不是一句口號，而是要用行動表現出來，而當中包括信任和互相遷就。如果缺少了這些東西，那就沒有所謂的合作精神。

2D 梁筠怡

在營會中，讓我明白到在團隊生活中信任、團結以及接納他人的重要。在野外煮食這個環節中，我們就是因為團結，才可成功煮到一頓美味的晚飯。而在「蜘蛛網」這個環節中，我學習到信任，我們就是因為信任，才能成功完成任務。

2D 李家樂

在營會中，我認識了很多朋友，亦學到了很多東西，如在團隊中與人溝通的重要、與人合作的好處等，此外我又學會了尊重和幫助別人，因各人有不同的特質、長處、短處，要互相理解和體諒。在營會中，我很高興有機會顯現自己的強項，最後我還學會珍惜大自然，不要破壞環境。



5B 陳佩婷 (主席)

以學姊的身分參與「學兄學姊計劃」已是第三年了，當中歡笑聲處處。不論活動、飯聚還是專題講座，我都享受其中，而且有感與學弟妹的關係愈來愈緊密，非常高興！

過去數年，我在待人接物和組織活動等方面也有不少成長。舉例說，我會主動與學弟妹建立關係並鼓勵他們積極參與活動；又會根據學弟妹的需要，帶領其他學兄姊策劃活動，幫助中一同學儘早適應和投入中學的生活。

今年9月，我將升讀中六，不能再擔任學姊了。雖然如此，但我深信，我和學弟妹的情誼不會因此而消失。只要我們保持聯絡，這份情便可以一直保存下去。

5A 林穎珊 (副主席)

升讀救恩書院前，一眾學兄姊與弟妹們或許互不相識，今日能聚首一堂，絕對是一種緣份。10月4日的「相認大會」日營，讓我們的关系更見緊密。

當日，那場「特別的」田徑比賽讓我最為難忘。初時，我以為那只是普通的跑步比賽。誰料，導師竟要求我們用胸口頂著號碼布，留意步速和姿勢，不讓號碼布掉下來。難道這不是強人所難嗎？幸好，一眾學兄姊和學弟妹眾志成城，盡力完成任務；我們的友誼也藉這次考驗愈趨堅固，收穫豐富！

5F 黎詠欣 (副主席)

2014年10月4日，是本年度「學兄學姊計劃」舉行「相認大會」的日子，地點為馬鞍山烏溪沙青年新村。

當日上午，我們按導師的指示，以分組的形式完成一個又一個任務。午膳過後，則是自由活動的時段。我和學弟妹閒坐一角，聊起天來。雖然大家的年紀不同，但彼此都滔滔不絕，小至生活細節，大至人生目標，無所不談。

數數指頭，今年已經是我連續第三年參與「學兄學姊計劃」。最讓我深刻的是，我身為學姊，能夠協助中一新生適應新環境，並與他們建立較緊密的關係，彼此支持、鼓勵。我相信，「學兄學姊計劃」給予我的不只是服務他人的機會，還有一份珍貴無比的情誼！



「相認大會」活動內，同學於臉上塗色，為我組打氣。

不分年級，不分性別，大家玩得不亦樂乎！



指導老師和應屆正副主席的合照。
(由左至右：賴虹老師、林穎珊、陳佩婷、黎詠欣和陳綺薇老師)



跑步比賽開始前的合照。(1D班)

面對公開試，中六同學難免會感到心情沉重，壓力倍增。「學兄學姊計劃」特意於去年11月舉辦「向中六同學贈送心意卡」活動，讓中一同學向應屆中六學長送上鼓勵和支持，共建富「人情味」的校園。



6B班班會主席代表接受中一同學的心意卡。



應屆主席陳佩婷(左)和副主席林穎嫻(右)選播英語歌曲，為中六同學打氣。



學弟學妹用心寫上祝福語，為預備文憑試的中六同學送上祝福。



6D班班主任、班會主席和中一同學的合照，中六同學感受到窩心的祝福。



「老友記」高興地展示大家的皮革製成品



每位義工需帶領一至兩位學員製作，大家很開心能從活動中互相認識。



義工細心、學員用心，製作過程輕鬆又愉快

輔導委員會皮革工作坊 長者義工實踐課

現今社會物質豐裕，同學未必明白「凡事得來不易」，也很少花心思親手製作工藝品表達感情。有見及此，輔導委員會於本學年舉辦了皮革工作坊，學員努力學習了半年時間，由削皮、穿線、上鈕等工序學起，終於學有小成，除了做好了自已的皮革製成品外，更於2014年12月22日到大埔浸信會區張秀芳長者鄰舍中心擔任義務導師，指導一眾「老友記」製作皮革零錢包，過程中，學生盡顯愛心和耐性，細心指導「老友記」完成每一個工序，期間大家歡聚閒聊，度過了一個愉快的下午，「老友記」亦滿載而歸。



「闔府統請」是本年度學術周的主題，由中國語文科和通識教育科合辦。是次活動先由簡單而隆重的開幕禮揭開序幕，再配以攤位遊戲、老師分享、高中演講比賽和話劇等等活動，希望藉此帶領同學認識家庭的結構並明白親情的可貴。

四社競技



四社社際競技



在中國傳統競技遊戲中，加入有關中國家庭及婚姻的問答環節，寓學習於遊戲

學術周開幕禮



攤位遊戲



攤位「包羅萬有」——讓學生了解中國傳統婚禮中過大禮所需的物品

學術周班際演講比賽



演講比賽題目——「男主外，女主內」是否已不合時宜



演講比賽題目——我心目中的好家規



攤位「百年好合」

學術周周會



話劇〈平行時空奏鳴曲〉全體演員及工作人員合照



攤位「百年好合」



話劇〈平行時空奏鳴曲〉劇照



老師分享會之體會

5A 歐曉茵

學術周其中一項活動是由王凱盈老師講述「懷孕四次的經歷」，讓我留下深刻的印象。

活動當日，在好奇心的驅使下，我走進了禮堂。初時，映入眼簾的是熒光幕上的照片，每一幀都洋溢著愛意，讓人感到溫暖。禮堂裡，同學都全神貫注地聆聽著王老師的分享，不時傳來笑聲。直到中段，氣氛開始改變，老師的語調由輕快變成沉重，緩緩道出那段悲痛的回憶。原來，老師曾經歷流產，而這種痛苦是一般人難以理解的。孩子是上帝賜予父母的禮物。孩子出生前，父母一定會滿心期待，想像著與他相處的美好時光。可是，王老師失去了兩個珍貴的孩子。分享時，老師雖然沒有哭，但我仍然感受到她內心那份哀傷、不捨。與會者的心情也隨之變得沉重，場內一片靜默，寂靜得連自己的呼吸聲也能聽到！那一刻，我希望能給老師一個擁抱，給她安慰和力量。我深信，上帝一定會垂憫老師一家，讓她的孩子得到平安。活動將近尾聲時，老師分享了她和兩個孩子的生活趣事，他們是多麼幸福快樂，多麼讓人羨慕！

我不禁再次讚歎母愛的偉大！媽媽生我育我教我，這個過程絕不是容易的。回首過去，我卻只懂埋怨，不懂感激，甚至恣意和父母吵架，讓他們傷心落淚。以後，我要常存感恩的心，因為自己今日所擁有的，都是父母用汗水換取回來的。

「虎父無犬子」之體會

4A 蘇嘉慧

讓人引頸翹望的學術周終於來臨，我懷著興奮的心情，負責「虎父無犬子」這個攤位。「虎父無犬子」分兩關，首先桌上放了很多不同老師和他們的子女的獨照，同學要成功配對五次後，才能進入第二關，然後同學要解釋一些著名諺語，例如「樹欲靜而風不息，子欲養而親不在」的意思。遊戲看似簡單，但其實絕不容易，尤其是配對這一關，同學都想破了腦袋，七嘴八舌地討論，就連老師也得深思熟慮才能完成配對。結果不少同學「出師未捷身先死」，在第一關就已出局了。

為此，我不時給予同學一些小提示，例如看笑容和臉容之類，於是，答對的人數開始增多，然而人潮卻有增無減，攤位熱鬧非常，每個同學都享受著這裡的氣氛，情緒越發高漲。

協助配對相片時，我不得不感嘆血緣間的微妙，子女是父母生命的延續，只要仔細辨認他們的臉容，總能找出一絲相似之處，因為我們的身軀，不，更正確來說是我們的生命，不就是我們的父母賦予我們的嗎？正所謂「身體髮膚，受之父母」，我們當好好愛惜，這就是「孝之始」，就算我們受傷的時候父母囉囉嗦嗦地教訓我們，但其實背後隱藏的是他們那不易顯露的心疼。

父母辛勞工作的養育我們，我們又怎麼能嫌棄我們的外貌，嫌棄我們的父母？我們要做的不是該好好孝順他們嗎？怎麼我們更多的時候是和他們頂嘴，依仗著父母對我們的疼愛，依仗著我們學習得來的知識，看似大條道理的反駁他們？希望同學透過這次學術周的各項活動，對父母與子女的關係有更深的體會。

攤位「虎父無犬子」— 配對
老師及其子女的照片

2013-14【獲頒應用學習課程獎學金之學生名單】

修讀年份	學生姓名	課程科目	院校	獎學金
2013-2014	彭泳欣	美容學基礎	明愛社區及高等教育服務	羅氏慈善基金特別嘉許獎
2013-2014	彭泳欣	美容學基礎	明愛社區及高等教育服務	羅氏慈善基金應用學習課程獎學金
2013-2014	陳芷晴	健康護理實務	明愛社區及高等教育服務	羅氏慈善基金應用學習課程獎學金
2013-2014	王思敏	西式食品製作	職業訓練局	羅氏慈善基金應用學習課程獎學金
2013-2014	陸玥希	美容學基礎	明愛社區及高等教育服務	羅氏慈善基金應用學習課程獎學金

得獎同學獲頒獎狀



演講同學及表演同學與嘉賓合照



得獎同學與羅氏慈善基金主席羅嘉穗女士合照

【西式食品製作】

王思敏同學 感想

這一年多的西式食品製作課程，不但教曉我烹飪的基本知識，更讓我獲得了寶貴的友誼。班裏的學員都來自不同學校，常常分享不少趣事。即使有少數不合群的學員的言行令人不喜，但在他們需要幫忙的時候，大家也不會拒絕。

當然，更重要的是對食品製作有了初部的認識。我初時對課程一知半解，後來開始明白到很多概念，例如：拿刀的正确方法、切食物的技巧，甚至是餐具的擺設等。所以在這一年多的課程，我過得很充實。



王思敏同學作品

【健康護理實務】

陳芷晴同學 感想

陳芷晴同學

在這個應用學習課程我學習了許多有關護理的知識，亦透過經驗豐富的導師的分享，讓我了解有關行業的現況和發展方向。

課程提供了很多實習的機會，讓我們從實踐中學習，更容易掌握課堂所教的知識。我很榮幸有機會得到獎學金，並希望能學以致用。



陳芷晴同學實習

【美容學基礎】

彭泳欣同學 感想

對於能獲得「應用學習課程獎學金」及「特別嘉許獎」，我感到十分榮幸及滿足。最初，自己也有訂立目標，期望得到獎學金。但後來發現時間分配甚艱難，學校的服務及學業上的問題，都令我不能投放多餘的時間在課程上。於是我只好在課堂上更投入，以彌補不足。

在課程的實習環節中我竭盡全力，雖然有時感到很疲倦，但當辛苦地完成了一個作品後，卻會得到無比的滿足感。相信導師也感受到我的投入、付出和毅力，因而提名我獲獎。雖然自己在校成績不算突出，但在其他學習領域卻得到專業導師的肯定和認同，那一種成功感是難以言喻的。相信我會繼續保持這樣的衝勁，努力向著自己的目標邁進。



彭泳欣同學有幸於典禮中分享感受



彭泳欣同學獲頒特別嘉許獎



彭泳欣同學特效化妝作品



彭泳欣同學課堂實習

【美容學基礎】

陸玥希同學 感想

這個美容學基礎課程令我學習到平常接觸不到的知識，例如皮膚分析、化妝技巧還有髮型設計等等。當中我最喜歡的課題就是化妝美甲，我明白到原來化妝師一般在化妝前都會去了解客人出席的場合、客人的喜好和客人的面形，從而去設計一個合適的妝容，既不會讓客人搶去主人翁的風頭，又能有自己的特色。而美甲方面，我就學習了畫花、漸變色等等的畫甲手法，簡單又較易掌握。

在模特兒的選修課程中，老師會教你如何突顯自己的長處，從妝容設計到衣褲鞋襪甚至是飾物的配搭，都一絲不苟。此課程中還教授了社交禮儀，做模特兒原來不是想像般簡單。

在修讀課程後，我對這行業更加認識，令我有興趣深入學習這方面的知識。



陸玥希同學作品



陸玥希同學設計的模特兒造型



陸玥希在指甲上畫花



陸玥希同學的妝前草圖

大埔及北區中學分會 2014-2015年度校際游泳比賽

**救恩書院榮獲女丙團體季軍、
男甲團體殿軍、女甲團體優異獎**



2D 文曉琳同學獲
個人200米胸泳冠軍
及50米自由泳季軍

隊長6B 男甲方亦昇同學榮獲個人100米背泳亞軍及50蝶泳季軍

隊長6A 霍明美同學榮獲個人100米背泳季軍

隊員3D 男甲蘇鈺誠同學榮獲個人100米自由泳季軍

隊員2D 文曉琳同學榮獲個人200米胸泳冠軍及50米自由泳季軍



隊長6A 霍明美同學獲個人
100米背泳季軍，
並代表女甲接受團體獎
隊員包括6C 范梓晴、
王靖彤、鄧睿怡、
6A 麥艷敏、5A 冼珞珧、
5E 麥翠筠及李沛珊同學



男乙4X50米四式接力季軍。

左起：3A 李浩廉、3A 何曉俊、2C 李迪泓、
蔡景新、3A 劉浚謙及2D 劉樂熹同學



女乙4X50自由接力季軍。

左起：4B 李慈恩、4A 禰梓晴、
3B 楊梓穎及霍思穎同學



男甲4X50米四式接力季軍。

左起：3D 蘇鈺誠、5E 顏輔宏、5D 陳建和、
6B 方亦昇、4E 朱健朗、6D 胡子軒同學



女子丙組團體季軍。

左起2D 文曉琳、2B 劉熙怡、2D 梁筠怡、
1A 黃婉宜、1A 鄭欣愉、1D 李宛善、
2B 何蕯伶及潘梓晴同學

環區跑男子甲、乙、丙組得獎者：

左起6B 曾志峰、6D 黃賀鑾、3D 李文煜、5C 黎奕謙、
2C 李迪泓、3A 李浩廉、2B 黎奕勤、梁洛垣及2C 陳之諾同學



環區跑女子甲、乙、丙組得獎者：

左起5A 林穎嫻、冼珞珧、黎衍彤、4A 鄧可欣、
禰梓晴、邱美芳、2B 劉熙怡、2A 明朗及1A 馬天恩同學



環
區
跑

參加環區跑的社導師，起跑前合照留念



環區跑 (2014-2015)



男甲起步



男乙起步



男丙起步



女甲起步



女乙起步

男甲				
姓名	班別	社別	時間	
第一名 黎奕謙	5C	仁愛	16:40	
第二名 黃賀鑾	6D	和平	17:14	
第三名 曾志峰	6B	喜樂	17:49	

男乙				
姓名	班別	社別	時間	
第一名 李浩廉	3A	和平	15:40	
第二名 李迪泓	2C	信實	15:58	
第三名 李文煜	3D	信實	18:14	

男丙				
姓名	班別	社別	時間	
第一名 陳之諾	2C	仁愛	18:39	
第二名 梁洛垣	2B	信實	18:50	
第三名 黎奕勤	2B	和平	20:21	

女甲				
姓名	班別	社別	時間	
第一名 冼珞珧	5A	信實	22:19	
第二名 黎衍彤	5A	和平	22:47	
第三名 林穎嫻	5A	信實	23:00	

女乙				
姓名	班別	社別	時間	
第一名 禰梓晴	4A	信實	22:30	
第二名 邱美芳	4A	仁愛	23:25	
第三名 鄧可欣	4A	信實	25:11	

女丙				
姓名	班別	社別	時間	
第一名 明 朗	2A	和平	25:10	
第二名 馬天恩	1A	信實	25:11	
第三名 劉熙怡	2B	信實	26:32	



女丙起步



全體健兒一起熱身

第五十六屆陸運會



仁愛社接過由主禮嘉賓頒發的全場總冠軍獎座後，興奮地來一張大合照

救恩書院第五十六屆陸運會已於二零一四年十月十五及十六日舉行，很榮幸邀請了大埔警區助理指揮官(刑事)李桂華警司暨校友擔任頒獎主禮嘉賓，李警司除了頒發全場各項大獎外，還勉勵學弟學妹奮力向上、迎難而上。及後由洪開基傳道帶領感恩禱告，本屆陸運會在充滿感恩聲中，宣告完滿結束。

今年共有55項賽事破上屆紀錄，其中6E 范梓誠同學，更以12.32米破男甲三級跳保持了15年的大會記錄。全場總冠軍由仁愛社以1029分蟬聯，而啦啦隊最佳口號及團隊精神獎，則由信實社奪得。男子甲、乙、丙組個人全場冠軍，分別由曾志峰、陳瑋希及陳之諾同學獲得；而女子甲、乙、丙組個人全場冠軍，則由冼珞珧、邱美芳及卓惠琪同學獲得。畢業班接力冠軍由6D班勇奪，恭喜以上同學及班別。



男甲個人全場冠軍
曾志峰同學



男乙個人全場冠軍
陳瑋希同學



男丙個人全場冠軍
陳之諾同學



校長盃由各校友組隊角逐，獎盃及獎牌皆由校長送贈。校友在台上舉起班牌，緬懷昔日美好時光



女甲個人全場冠軍
冼珞珧同學



女乙個人全場冠軍
邱美芳同學



女丙個人全場冠軍
卓惠琪同學



畢業班同學比賽很有風範，勝不驕，敗不餒，很有團隊精神

各社健兒浩浩蕩蕩進場準備閉幕式





6B 曾志峰同學榮獲
屈臣氏田徑周年大賽鐵餅冠軍、標槍季軍

外展(聯校) 田徑章別挑戰賽成績

- 1B 蘇卓廉 男子D組跳高亞軍
- 1C 陳玉麟 男子D組100米冠軍、跳遠季軍
- 1C 林森豪 男子D組跳高季軍
- 1C 林穎嘉 女子D組100米季軍
- 2C 邵子恩 女子C組跳遠季軍、100米季軍
- 4D 陳永富 男子B組100亞軍、200米冠軍
- 5A 黎衍彤 女子B組800米冠軍、標槍冠軍
- 5A 冼珞珩 女子B組100米冠軍

左起：1B蘇卓廉、1C林穎嘉、1C陳玉麟、1C林森豪、
2C邵子恩、4D陳永富、5A黎衍彤、5A冼珞珩及周校長

「救恩毅行十八年，夥伴同行，全賴有您！」 樂施毅行者

救恩書院2007-2014年籌數字及成績

年份	籌款金額	備註
2007	120,269	樂施毅行者「教育隊伍組別」籌款冠軍
2008	127,414	樂施毅行者「教育隊伍組別」籌款冠軍
2009	124,739	樂施毅行者「教育隊伍組別」籌款冠軍
2010	127,540	籌款破上屆紀錄
2011	141,749	籌款破上屆紀錄
2012	154,774	籌款破上屆紀錄
2013	158,218	籌款破上屆紀錄
2014	210,351	籌款破上屆紀錄及榮獲「樂施毅行者傑出籌款獎」

家長感言

112喜樂隊

張燕基先生(2C張諾恆家長暨本年度家長替代校董)

「勁感恩」

因為有機會能與三位志趣相投的家長成為隊員，透過救恩書院，參加樂施會毅行者這個有意義的活動，更認識了一班既熱情又友善的隊友。

「勁鼓舞」

因為這次活動，我們一眾隊友成功籌得當初預算的籌款目標，更打破學校過去的籌款紀錄，還令學校獲得「樂施毅行者傑出籌款獎」。

「勁感動」

因為在整個活動過程中，感受到每位隊友的熱誠和毅力，再加上義工家長的熱情和溫暖的支援，更有隊友在終點成功求婚，令活動畫上一個美麗的句號。

「勁期待」

因為今次的活動，帶給我太多的得着和美好的回憶，使我更期待明年的毅行者，期待還有機會為救恩書院，與這班隊友繼續挑戰這個「勁有意義」的活動。



轉交支票給樂施會及頒發「樂施毅行者傑出籌款獎」儀式
周家駒校長、李志誠、馬綺雲副校長、家長教師會主席鄭錦華先生及眾位老師代表，將我校所籌得捐款支票，交付樂施會籌募經理黃玉開小姐。



111隊接受完成證書一刻，黎達強老師及山藝組成員一同上台合照。



114隊連同黎達強老師及上屆校友會主席黃梓軒先生，一同衝線。



家長教師會支援隊義工及周家駒校長，在水浪窩提供窩心的食物和適切的按摩，讓我們重新得力！



山藝組8位隊員，連同多位中五同學支援隊，在荃錦坳享用黎達強及袁達宗老師預備的晚餐，準備最後20餘公里的衝刺！

【救恩書院2014-15年度學業成績進步獎】

《得獎名單》

大合照

No.	班別	姓名
1	1A	伍清嵐
2	1B	曾爽澍
3	1C	吳瑋蕎
4	1C	吳瑜海
5	1C	黃樂怡
6	1C	黃煒業
7	1D	李宛善
8	1D	黃希文
9	2A	蔣詠琴
10	2A	羅智星
11	2A	阮仲禧
12	2B	衛梓瑩
13	2B	黃詩淇
14	2C	陳家棟



No.	班別	姓名
15	2C	周銳鏞
16	2C	葉海晴
17	2D	譚子翹
18	3A	鄭愷霖
19	3A	王頌恩
20	3B	翟俊彥
21	3B	朱汶傑
22	3B	林澤賢
23	4A	陳灼均
24	4A	莊復然
25	4A	何嘉穎
26	4C	吳卓邦
27	4C	孫日正
28	4D	鍾愷晴
29	4D	江家杰

No.	班別	姓名
30	4D	李頌思
31	4D	梁振東
32	4D	蘇淑蘭
33	4E	朱健朗
34	4E	何立言
35	4E	金振高
36	4E	羅日軒
37	4E	黃楨豪
38	5A	顧卓南
39	5B	伍展琳
40	5B	謝承運
41	5C	林卓盈
42	5D	洪嘉迪
43	5E	呂穎彤
44	5F	莫鎮誠



1B 曾爽澍同學分享

【進步獎得獎同學分享】

1B 曾爽澍

從第一學期開始，我努力學習，想取得好成績，結果排名不錯，成績也不錯，我爸媽提醒我，不要因排名不錯而驕傲，而懶惰，下一個學期才是真正「發力」的時候。

第二學期的考試開始了，我也繼續努力溫習。數學是我的弱項，於是我常常向爸爸請教，例如Congruent、代數等等的課題，都逐一琢磨。還有，中央科有些史實不懂，於是我又再向家人請教，如劉邦闖入關中的過程等等，都得以釐清。當得到家人的教導後，我努力重溫特別不熟悉的課題。成績好了，排名也高了，我很感動，謝謝爸爸媽媽和老師。我領悟到「勝不驕，敗不餒」，「成功需苦幹」！

4E 何立言

大家好，我在這兒跟大家有一個小小的分享：

在第一學期的時候，我是一個十分懶惰的人，每天放學後只懂得玩電話和打機，放假也不會溫書，就算溫習也只是對著書本發夢。

直到第一個學期派發了成績表，我才知道自己的成績真是很差，在這個時候我才開始感到害怕，便開始努力讀書。

其實我可以繼續這樣懶惰下去，為什麼我會選擇去發奮呢？答案是一個約定，我和一些對於我來說非常重要的人約好了要一起畢業，於是我有股動力去學習。

而我的學習方法其實也是老生常談：上課認真聽老師的教導，有不明便問老師，回到家便溫習在課堂學過的東西。對我而言，成功實沒捷徑。