



# 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

二零一三年九月 第十期

## 校長的話

周家駒校長

新學年學校的主題是「盡心」。

「盡心」一詞的出處很多，聖經也是其中之一。舊約申命記第六章五節：『你要盡心、盡性、盡力愛耶和華—你的神』，這節經文說明了神對以色列人的期望，是要他們清楚生命的目標在哪裏。生命的目標就是要「盡心、盡性、盡力」愛神。

新約聖經亦有相若的經文，馬可福音十二章三十節：『你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主—你的神。』。

那麼怎樣才是「盡心、盡性、盡意、盡力」愛神呢？愛神就是要把整個心靈歸向神；用盡意志、情感去遵行神的道、守神的誡命；運用各種的思考、知識、智慧去尋求神；並要全力事奉祂。

愛神只有一種態度，就是「盡心、盡性、盡意和盡力」地愛。讀書、工作的態度都要盡心盡力，遇到力有不逮的時候，就要盡可能地學習，不要耽誤。學海無涯，學習是永無止境的，好的還可以更好，反過來說，差也是沒有極限的，不注意的話，差的還會更差，所以我們要盡心、盡力、盡可能去學習。

「盡責」是 2012-15 學校發展周期的第一關注事項，若我們都能盡心盡力去學習知識、追求品德，那麼第二及三關注事項（優化課堂、提升語文能力）便會隨之達到。

## 頌師日分享

### 「是您們，令我們更有動力！」 林家偉老師

頌師日的設立，大概是林美玉主席的主意吧！至今不經不覺已歷七個寒暑。要籌備這樣大型的一個活動，可不是一件容易的事；由出通告、報名、售票、定菜式、人手安排、到市場購買和處理食材、至烹調入饌，全由一班家長委員及家長義工負責。

每次看見您們汗流滿臉，仍喜孜孜的告訴我當天的菜式，我內心感到溫暖無比。我真的想勸您們不要那麼辛苦，你們的心意，我們也知道、也明白。

更叫人感動的是您們每年花盡心思為我們做的小禮物，例如：向日葵杯墊、十字繡花書籤、塑膠粘土玫瑰花備忘夾等，無不令人歎為觀止。今年的人型相架，更是度身為每一位老師親手做的：「這牛仔布做的是送給李韻怡老師的；那粉紅色曳地晚宴長裙和陳綺薇老師最襯。」

看著教桌上一个个精緻的禮物；回憶著由羅伍杏賢校董做的香煎豬仔腿的餘香，林何悅萍校董的炆豬腳的滋補（真巧！兩位總擔心我們站得太久。），陳振哲先生的媽媽做的家鄉煎糯米餅，楊燕雙女士的巧手凍糕的甜美（篇幅所限不能盡錄），心裡滿是暖意。

感恩有您們這班天使為我們打氣，使我們繁重的教學工作，變得輕省一點。

這一切一切，叫老師們不得不衷心說聲多謝！



家教會主席致送紀念品



1A 古晉達父子獻唱



家長致送給老師的精美禮物



家長舞蹈組表演

# 家教會活動



13-14 年度救恩書院法團校董會家長校董選舉



校政諮詢會



加拿大交流團



親子旅行



中六家長座談會



毅行者支援



救恩小組



糕點製作班



家長電腦工作坊 (影片製作)



電腦保健養生工作坊

# 家長福音晚會 2013

## 鄧英蘭姊妹分享 主的恩典夠用

救恩書院家長福音晚會裡，聽到鄧英蘭女士的分享，一次車禍令她的人生逆轉，失去了一手一腿，成了半邊人，在我們眼中，她的人生變得沒前途、沒希望、沒有人愛，單是生存下來已不容易，更枉論結婚生子，追尋夢想，這無疑是一個悲劇，但他並沒有讓人生只停留在悲劇之中。

雖然她經歷重重險阻，但今天在她的分享和面上的笑容，使我感受到基督耶穌在她身邊的支持，她的堅強和不屈不撓的毅力，使我感受到她那種熱愛生命和自強不息的精神，能讓我們日後遇到逆境和困難，都懂得珍惜自己的生命，不輕言放棄。

5C 李浩洋家長 潘淑嫻女士

是次救恩書院舉辦的家長福音晚會，邀請到鄧英蘭女士分享其事跡故事，對鄧女士的經歷真的一無所知，本着家教會委員協辦活動的身份及心情去報名參與支持。

活動開始了，看見鄧女士坐在輪椅出場的一刻，大約都估計到她的遭遇，一路聽她的分享，確實是一個悲痛的經歷，惟心想：真不明白為甚麼這些慘痛的事情，會一個又一個的發生在她身上，而一次又一次的祈求被打救，結果不是自討苦吃嗎？但在講述經歷的整個過程中，看見鄧女士一直笑容滿面，確實又打從心底裡佩服她的信念同祈盼，令她能夠承受這麼多的不可能。

雖然我並沒有因此而被感動，亦自覺有點冷漠，但一直以來，都抱持著『宗教皆導人向善』的想法，不會抗拒或反對任何宗教信仰，亦深明「人是沒有完美的」這個道理，無論在待人處事中都堅守自己的宗旨，凡事從心出發便是了。

家教會委員麥陳秀苗女士



林家偉老師司儀

鄧英蘭女士見證分享

「今晚我帶了一朵花來，就是英國的蘭花：英蘭」。這話是出自滿有自信、幽默帶笑的鄧英蘭女士自我介紹的。眼前的她：一個半邊人，還能站立在自己的一條腿上，是一位「再生勇士」，滿有平安、愛和盼望信念的神蹟！

二十多年前意外跌落港鐵路軌，奪去了她的左手左腳，在不離不棄的愛中，她堅毅奮勇持守鍛煉身體，不惜每天在十六級長樓梯跳上跳落，終在數月後能獨自走路。往後結婚育兒，並且不因肢體的殘障阻撓她應付家翁對她的刁難，家務、下廚和照顧幼女，都能親自完成非常任務。名副其實「一手一腳撐起成頭家」。

這些見證話言猶在耳，除了叫人震撼、佩服和感動，還讓我明白在困難中向神呼求，神蹟奇事就在眼前。祝福每個家庭，能夠「從新得力，如鷹展翅上騰」。

如果明年還有「家長福音晚會」我會出席的，再次學習和感受「愛是不保留」的時刻，你呢？

1B 鄭宏基家長



彭園老師領詩

這次福音晚會的分享者 - 鄧英蘭姊妹，藉著上帝的帶領，來到救恩書院與家長一起分享她的前半生。幸好能抽空參與，感恩！

當她運用車禍後餘下的一手一腳，示範如何穿衣、戴手錶之日常生活時，眾人說有智慧。她微笑回應 - 主的恩典夠用。當分享如何面對生命、婚姻和帶孩子的生活點滴時，有人會落淚，感到欽佩。她欣然回應 - 主的恩典夠用。剛巧分組分享時與她同組，各人紛紛發問，她回答一切都不是靠自己，人以為靠人的能力，可以做到一切事情，但實際不能。全是主的恩典夠英蘭用。

本來一個平凡的人，在死亡中復活。她的存活成為醫學奇蹟；身手靈活的她，使四肢健全的人為之驚訝；她的生命歷程，令人反思。

2C 司徒廷峰家長 譚麗明女士

透過救恩書院的「家長福音晚會」而認識一位「再生勇士」，她名叫鄧英蘭女士。

「1988年她不幸遇上車禍，留醫幾個月出院回家，經過半年以淚洗臉，她終於接受自己，當時未婚夫亦對她不離不棄，縱使家翁反對，但兩人的愛沒有動搖，最終感動家翁，讓他們結為夫婦。

鄧英蘭女士笑言廚藝因家翁嚴教後有所改善，新婚初時家翁考驗她照顧家庭的能力，要她單手切雞斬蟹，她一一克服過來，令家翁另眼相看。面對重重挑戰，鄧英蘭從未懷疑自己，後來她更誕下一名女兒，兩母女培養默契，她拍一下洗澡盆女兒就懂站起來讓她單手洗澡，令家人嘖嘖稱奇……，鄧英蘭勉勵大家不應放棄自己，「一天難處一天當，唔好畀自己沉溺係傷痛當中」，直言若只緬懷往日的好永遠都不能向前走。」

以上都是鄧英蘭女士的親述見證。一個生命經歷如此磨難的人也能再次站起來，絕對是奇蹟。她遇到各種冷言冷語沒有將她擊倒，上天奪去她的一手一腳，卻沒有奪走她的堅毅，她甚至用餘下的一手一腳，將女兒養育成人，在她身上我看到更多的是她與神同行留下的「神跡」。

這位死過翻生的「再生勇士」，遇上意外傷殘，但仍堅毅勇敢地生活，身教言教身邊的人，鼓勵我們人生禍福難料，但我們是可以可選擇積極面對。

透過救恩書院的「家長福音晚會」，讓我獲益不淺。

家教會委員 蔡李淑儀女士



小組交流



洪開基傳道信息分享

為配合學校「盡責」的主題，教務委員會舉辦勤學盡責計劃。計劃要求同學在課堂帶齊課本、文具，並要求同學在課堂五分鐘內進入課室準備上課，由各科任老師進行評分。經過同學半年的努力，結果低年級由3A班奪得冠軍，而高年級則由5F班奪，兩班代表在結業禮上領取校長送出的生果籃以作嘉許。



3A班同學勇奪初級組冠軍，班內同學齊心，互相提醒，務求做好本份

救恩書院  
2012 - 2013 學  
結業禮

5F班再奪高級組冠軍，全班同學都一起學到盡責的功課

在這次比賽中，我們班都做到了今年學校的主題——盡責。取得這個比賽的冠軍全賴每一個同學的努力，做好自己的本分，主動維持班房的整潔和秩序。另外，最勞苦功高的莫過於李俊南同學，他每當下課時都會請老師評分，從不忘記。我們的同學更互相提醒，改善做得不好的地方，務求做到最好。所以，這個獎真是得來不易啊！ 3A 陳佩婷

「盡責」理應是每一個學生的責任，當中包括帶齊書本、準時到達課室、專心上課……在開學時，5F並不能稱為「盡責」，我們會忘記帶課本、遲入課室、上課時不專心、不積極。但隨着班際課室清潔及勤學盡責比賽展開，大家無論在維持課室清潔或盡責方面都有很大的進步。

在維持課室清潔方面，我們比以前更注重課室的整潔，會自動地把課室裏的物品整齊放好。看到地上有垃圾時，同學亦會主動地拾起放入垃圾箱，不會視而不見。值日生亦會盡好自己的本份，在老師進入課室前把黑板擦乾淨。老師桌、同學的桌椅必定維持整潔。得到清潔比賽的獎項不是單靠個人的努力，而是有賴所有同學的付出。同時，我們也養成了良好的習慣，使比賽過後課室依然保持著整潔的外觀，同時維持課室的清潔亦能提升同學的學習氣氛。

在勤學盡責方面，同學更加重視自己的學業和課堂表現。同學清楚自己身為學生的責任，上課時會帶齊書本、準時到達課室、專心上課。同學的慢慢變得自律，忘記帶課本的情況大大減少；同學亦會在課堂預備好，準時進入課室；上課喧嘩吵鬧的情況不再出現，換來積極投入的討論聲。每一位同學也努力盡好自己的責任，做一個稱職的學生。因同學的自律，班上的學習效率和氣氛隨之增加，學習表現也有明顯的進步。

在班際課室清潔、勤學盡責比賽的推動下，大大加強了班中的凝聚力，同學變得不分你我，團結一致地為班付出。獎項和稱讚更是我們進步的動力，在第一、二次獲獎後，我們就更有決心要做好自己。這次的比賽除了使我們明白自己的責任外，更令同學間的關係變得更加緊密。現在，5F已稱得上為『盡責』的一班！ 5F 李樂兒

猶記得在那兩次宣佈結果時的歡呼聲，我班的同學都為著自己的努力而喝采。今年的課室清潔及勤學盡責計劃令我班同學獲益良多。課室清潔計劃幫助我們提升對保持課室清潔的意識，並明白到這並非校工的責任。為爭取老師筆下的10分，我們竭力保持課室的清潔，地上的垃圾、散亂的書桌「絕跡」，同學們齊心協力令學習環境清潔舒適。在勤學盡責方面，我們會努力改善自己的上課表現。有時，不如意的分數不免令我們感到灰心，但亦促使我們反思自己的表現，發現我們在準時到達班房等問題上仍有不足之處。自此，同學間就會互相提點，力求在下一一次得到滿意的分數，並努力當一個盡責的學生。

計劃同時能增加班內的凝聚力，同學們都有著共同的目標，為了分數、為了做好學生的責任戮力一心。 5F 石曉彤

起初，大家沒有想過會獲得這個獎項。當馬副校宣佈我們獲獎時，我們都感到十分驚訝及興奮。因為大家都認為自己只是做好學生的本份，上課專心、帶齊書本、不會亂丟垃圾……這兩次獲獎，最大功勞是我們班的清潔大使！他極為盡責，課堂一完結，他都會親自出去，請老師簽名評分。如果他不盡責，我們班並不會得到勤學清潔大使獎！真的很感謝清潔大使和各位自律的同學！ 3A 翟泳德

## 中英諺語格言對對碰

為了豐富校園的英語學習環境並分享中國古人之智慧，中英文科合辦了「中英諺語格言對對碰」的活動。英文科選取了多句著名英語諺語，並張貼在校園梯間，希望學生每天經過時能多加細閱，啟發學生對語文的興趣和好奇心。中文科配合這些英語諺語，同樣在中國古人所寫的文化格言中，選出一些意思相近的中文格言，讓學生與英文諺語進行配對。透過這比賽，希望學生能更深入了解各古諺語的精神，並讓他們能欣賞及應用生活教訓於日常生活中。



同學在觀看掛在牆上的英文諺語

## 學生學習委員會

### 獲資優教育學苑取錄為資優學生感言

我能夠獲資優教育學苑取錄是我的榮幸。回想九月中我收到葉敏怡老師的通知，被推薦到資優教育學苑面試，那時我感到十分驚喜。因為我能夠在全校千多名學生中被老師推薦，真是一件不容易的事。

我很期待面試的來臨，並希望藉著報讀資優教育學苑的課程，以擴闊我對人文學科的知識。可是在面試後，試題的難度，打擊了我的自信心。從那時起，我已打消入選的念頭，豈料，在考試前葉敏怡老師給了我一個出乎意料的驚喜，我竟是我校唯一獲取錄成為資優教育學苑人文學科的學生，對我來說是一個珍貴的機會。

在此我要多謝陳家維老師的推薦，因此我一定會珍惜這個機會。當我瀏覽資優教育學苑的網頁時，發現這所學苑提供不同形式的活動供同學參加，形式生動有趣，因此我會好好利用這個暑假，積極報讀有關課程以擴闊我的知識，絕不會辜負老師對我的期望。

2C 葉梓熙

## 國際聯校學科評估及比賽 2013

(International Competitions and Assessments for Schools, ICAS)

由澳洲新南威爾斯大學主辦之「國際聯校學科評估及比賽 (ICAS)」，是含有比賽 元素的國際獨立評估測試，涵蓋範圍包括英語、數學、科學和英語寫作。ICAS 在香港已有 15 年歷史，港澳地區每年的評估人次約 85,000，學生來自超過 290 間學校。

本校 4A 班麥展慈同學，在 ICAS 2013 的中四英文學科評估及比賽中脫穎而出，以全港澳最高分數，榮獲「高級榮譽金獎 (High Distinction Honour - Gold Medal)」，實可喜可賀。



Mark Mak with his father



Mark Mak Gin Chi receiving the High Distinction Honour - Gold Medal



Close-up of ICAS medal Mak Gin Chi 4A

# 新高中升學策略工作坊學生感言

在是次的中五級面試工作坊中，我真的獲益良多。首先，我學會不少面試時的技巧，例如眼神接觸、表達技巧等。另外，我了解到原來面試是需要長時間的準備及經驗的累積，所以必須在面試前應搜集面試單位的資料，好讓面試時更加順利。

再者，工作坊導師相當專業，而且十分友善。她教授的知識很實用。參加是次工作坊後，增加了我面對面試時的信心。

5A 麥皓宜

是次面試技巧班讓我獲益良多。在上面試班前，我一直認為面試並不困難，例如：在自我介紹方面，我只需簡述自己的興趣和性格便足夠了。可是，我發現原來一篇好的自我介紹是需要預備很多資料，經過細心挑選和鋪排內容，才能突出自己，在別人腦中留下好的印象。

5A 洪卓騫

參加這一次面試班後，學到的東西很多，雖然只是短短的兩日，但得到導師生動的教導，在輕鬆的氣氛下學到不同的技巧，例如：「三寶」、選擇性披露、不同的服飾……這些技巧不單能在大學面試用到，也可在不同的面試用到，其中一個重點就是在短短的時間表現自己。

5B 陸栢榮

十分之慶幸可以參加這個升學工作坊。以往我以為只要考好 DSE 便可以考上好大學，完全沒有考慮選擇學科、學系的事，這個工作坊使我了解以往大學聯招的數據，了解講某間大學的某個學系需要在各科成績中的要求。此外，我明白入大學的目的不是方便日後找工作更容易，而是好好的充實自己、裝備自己，以讓日後能回饋社會。當然，也要以發展自己的興趣為目標去入大學，以便自己在興趣上得到更大的發展，也能讓自己更加投入大學生活。希望我在這個工作坊所學到的都能得以實踐。

4A 張振中

經過講師在兩堂的用心講解，我才明白到讀書不只是為了入到大學這麼簡單，而是為了自己投身於社會工作做好準備。此外，可以入讀大學的話，還要選擇自己喜歡而自己的能力可以應付的學系，最好是和自己將來想做的職業有關。我覺得自己可以參與這個課程真的非常幸運，因為是它令我開始認真計劃自己的將來。我以前從來沒有想過，如何才可以入大學，又不知道想讀甚麼學系、甚麼大學，甚至在講不到大學的情況下，會有甚麼的出路等。所以，當完了整個課程，我會真的開始利用這個暑假來計劃自己的升學路。

4A 蘇梓文

慶幸獲得是次的機會讓我重新認識新高中的課程。導師的說話改寫了我先前的想法：有充實自己的活動，動力即便再艱苦，在遙遠的路上，雙腳亦不會卻步；人生的閱歷才是一生的成績單（相關學科的工作經驗），而這張成績單會成為考入大學的原動力，而不是虛耗光陰的阻力。

4A 葉懋謙



中四級新高中升學策略工作坊



中五級升學面試秘笈工作坊

# English Drama Improvisation Team 2012 - 2013

## English Drama Team

In the 2012-2013 academic year, our students were engaged in both English Drama Improvisation and English Debate competitions. Our students achieved great success in both competitions and enjoyed the experience. Also, in the English Drama Improvisation, the team received the Second Prize for their improvisation performance. In the Hong Kong Secondary Schools English Debating competition, our students also achieved Second Place in the Kowloon and New Territories region.



English Drama Team Winners

Tess Tsang Tsz Ling (Captain), 4A      Alan Shek Ho Wing, 4B  
 Fayee So Wing Fei, 4A                      Ken Woo Kwok Wang, 4B  
 Constance Fok Ming Mei, 4A              Sekunder Zaheer 2A

## English Debate Team



English Debate Team Winners

Cyrus Luk Siu Lun (Captain), 5A  
 Sherine Hung Cheuk Ning, 5A  
 Coey Cheung Oi Lam, 5B  
 Dorothy Wong Hoi Ying, 5B  
 Vincent Ip Mau Him, 4A  
 Rodman Cho Tsun Yuen, 4A  
 Kelly Ng Ka Wing, 4A  
 Joyce Leung Hiu Yan, 4B  
 Henry Li Jia Wei, 3A  
 Mika Mang Kei Yan, 3A



English Debating In Action

## English Activity Days

The English Activity Days in Kau Yan College have always been fun and challenging! Our students enjoyed English stall games and group activities with the wonderful time singing, dancing, playing, chatting... with their schoolmates and teachers together. The English learning experience and the team work, with the beautiful gifts and prizes for the winners, always gave everybody a great time and made the English Activity Days unforgettable!



Eng Activity Day - We enjoyed singing together



We shared the joy and fun at lunchtime!



Welcome to the English Activity Day Stall Games.



The Challenging Board Games

說時遲，那時快本校的「健康校園計劃」得到「禁毒基金」資助，已在救恩書院實行了三年。在這三年裡與學校輔導委員會及其他小組合作推行了很多不同種類的活動，期望藉此令學生更享受校園生活，遠離毒品。本年度，計劃一如以往推出各種各樣新奇、刺激又有益的活動予學生，如：午間抗毒攤位展覽、War Game 及探訪正生書院訓練中心等，藉不同介入手法提升學生對毒品及其禍害的認識，以增強他們拒絕毒品的決心；同時，提供多元化的活動以豐富學生的興趣，協助他們建立健康生活的習慣。大部分學生均滿意活動內容且投入度高，因此大大提升我們的工作動力，來年，承諾大家將會繼續積極地推出「好玩」及有意義的活動予各位同學！

### 1) 午間及放學抗毒展覽及問答比賽

本學年內，在救恩書院 3「R」義工隊的協助下，舉辦了多次抗毒展覽及攤位，活動以生動及有趣的形式增加同學對毒品禍害的認識、拒絕吸毒的方法及抵抗毒品的決心，從活動收集的問卷顯示整體目標達成度達 98.8%。

活動成效問卷統計及目標達成度

收集問卷中，認為各項目標達成度的人數					
目標	完全達成目標	大致達成目標	部份達成目標	目標相距還遠	目標未能達成
目標	312 人	152 人	40 人	5 人	1 人



3R義工小組小組會議



午間及放學抗毒攤位



問答比賽



3R義工小組在預備攤位遊戲



午間及放學抗毒攤位

### 2) 戒毒機構到校探訪及禁毒講座

7月2日邀請香港戒毒會凹頭青年中心到校向全級中二同學分享，活動以講座、音樂表演及過來人分享形式帶出有關毒品與個人生活關係的訊息，期望藉此讓學生深刻體會毒品的禍害，並能在生活中實踐「向毒品說不」。

此外，基督教巴拿巴愛心服務團亦於7月3日在校內舉行了過來人分享會，中二、三及四參加的學生大部均於問卷內表示，能從活動中加深他們對毒害的認識。



禁毒講座答問環節深化同學對講座內容的認知



凹頭青年中心到校探訪及分享



戒毒機構到校指導學生沖調咖啡的技術

### 3) 探訪戒毒機構

為擴闊本校同學的視野，輔導委員會及訓導委員會於7月8日合辦參觀正生書院長洲分校活動。通過一系列的活動，如參觀村內環境、見證分享及近距離接觸戒毒人士生活環境，不但訓練了同學的解難及協作能力，又讓學生從過來人的經歷中反思個人價值觀及了解到吸毒的禍害，建立正面人生觀。



同學體驗烈日下「正生」學員的生活



與正生書院部份學員及導師合照

### 4) 筆友計劃

藉學生和戒毒人士書信來往，近距離了解對方生活情況，提升學生的同理心，深入感受過來人之心路歷程及了解毒品的禍害。



筆友計劃



筆友計劃中的書信盡見支持與鼓勵

### 5) 模擬戰爭遊戲 (War Game)

透過模擬戰爭遊戲 (war game) 訓練同學團隊合作精神及與人溝通策劃的技巧，培養健康身心靈，建造健康有型生活。

### 6) 人生 Teen 色彩小組

學生透過小組內的多元活動，認識自我及生命的本質，建立正確的價值觀，加強抗逆力。



組員要互相合作相討戰略



遊戲中大家要守望相助



人生 TEEN 色彩中的活動，讓同學反思生命的本質

## 7) 禁毒盃

本年度的「禁毒杯」聯校籃球友誼賽於2月至4月間舉行，活動期望透過聯校籃球友誼賽推動健康生活的風氣，同時宣傳無毒校園訊息。救恩書院籃球隊的同學經過多輪賽事，本年度再次奪魁！恭喜！恭喜！



友誼第一比賽第二



禁毒盃-救恩書院籃球隊勇奪冠軍



禁毒盃的激戰

## 8) 禁毒主題藝術坊

班際「無毒校園」格仔展創作比賽於3至4月份展開，本年度與視覺藝術科合辦，中一各班於視藝堂內創作，其餘各班則由各班班會自行組隊參加。參賽作品精美有創意，亦能帶出正面的抗毒訊息，最後作品於學校大堂展出並由老師及同學投票選出各大獎項，得獎名單如下：

各級格仔箱冠軍：1B、2A、3E、4F、5E  
全校最受歡迎格仔箱：2A  
初級組最佳創意格仔箱：2A  
初級組最環保格仔箱：3E  
高級組最佳創意格仔箱：5E  
高級組最環保格仔箱：5B

我最喜愛的中一級格仔箱投票結果：

冠軍：1B 張瑋峻、趙瀚林、趙雅汶、周雅雯  
亞軍：1D 張倬寧、鍾承禮、鍾詠樂、趙泳恩  
季軍：1C 李迪泓、李建芯、李雪滢、李維詩



與視覺藝術科合作，中一級的作品於視藝堂上完成，大部份作品均表現出色，充滿創意



高級組最佳創意格仔箱作品



無毒校園逐格鬥班際格仔展比賽



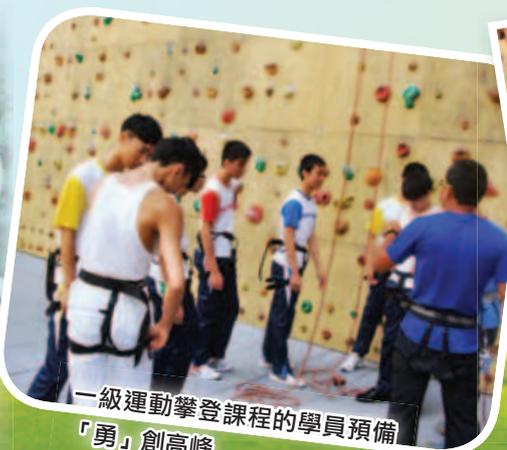
全校最受歡迎格仔箱及初級組最佳創意格仔箱\_2A 作品

## 9) 勇者先「峯」一級運動攀登證書課程

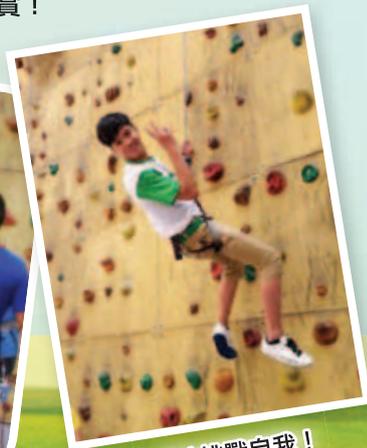
本年度健康校園計劃津貼了部分中三同學參加運動攀登證書課程，期望使學生在一級運動攀登訓練課程中，嘗試在人工岩牆初步認識頂繩攀登及防護應用，從自我挑戰中加強信心增加互相信賴，提昇學習興趣和責任承擔。參加者於活動中努力嘗試，挑戰自己，結果共有25人成功獲得證書，誠祝稱賞！



一級運動攀登課程，學員專心聽導師講解



一級運動攀登課程的學員預備「勇」創高峰



成功挑戰自我！

# 輔導委員會性教育周 2013

性教育周於 28-31/1/2013 舉行，本學年以《不要驚動愛情》一曲貫穿所有活動，提醒學生不用急於享受浪漫與愛戀，若能倚靠神，祂會為自己預備真正的愛，就如歌詞內的一句：能為愛戀學習按耐，情信寄進心內，但求能學會倚靠神……神教會我等待。精彩活動花絮如下：

## 班際舊曲新詞創作比賽 高級組冠軍 (S.5B)



心中要明辨 身體矜貴  
心中要釐定 緊守貞潔  
拒絕亂「做」  
咪獻身 拒絕賣弄  
要說「不」 更善待自己請  
謹記愛 拒獻身 貞操要留住  
原曲：All I have to do is dream

## 班際舊曲新詞創作比賽 初級組冠軍 (S.2B)



思想要成熟 諗真 D  
思想要成熟 多思考  
咪學電視 拍拍拖咪做壞事  
要愛錫身 你亂嚟就出事  
你要愛 錫身體 必需緊記  
原曲：All I have to do is dream



中二級護苗工作坊讓同學實踐如何不受誘惑，陷入性試探



午間藝術攤位展覽，展示學生如何從創作中認識自己



午間音樂會邀得黃俊明老師及林家偉老師分享愛情觀，全場熱烈鼓掌



班際舊曲新詞比賽得獎班別代表於午間音樂會中獻唱



同場展出「愛自己、活得起」計劃推廣預防援交陷阱的資訊



同學熱烈地反思回應「不要驚動愛情」



明光社性教育講座



生動有趣的護苗工作坊



大衛城文化中心吳振智牧師貞潔講座



午間攤位問答遊戲

# 輔導委員會共融校園計劃

本校自三年前參加了由教育局舉辦的「全校參與模式的融合教育計劃」，在這幾年間我們不斷摸索如何建立共融校園，當中雖仍有不足，但過程中見到學生不斷成長、不斷突破，高興見到關愛共融的種子已長出幼苗，期望幼苗能在救恩書院茁壯成長。本學年學校增聘了融合教育助理邱姑娘協助舉辦不同類型的共融活動，並支援有特殊學習需要的學生在學習、人際關係和課外活動等各方面有均衡發展，活動花絮如下：



共融攤位同學反應良好



打破障礙建立共融校園



在「黑暗中的對話」體驗館內學習書寫點字方法，新奇有趣



高年級同學於試後活動期間參觀「黑暗中的對話體驗館」



校本共融攤位，認識各類特殊學習需要，同學從遊戲中學習



和諧共融嘉年華攤位遊戲認識視障人士的困難



結伴同行暢遊海洋公園



體驗讀寫困難



和諧共融嘉年華社工分享與有特殊障礙學習朋友相處之道



海洋公園一日遊，認識樹大自然的珍貴資源與海洋生物



和諧共融嘉年華攤位，體驗學習障礙，增強同理心

# 2012-2013 年度學生會 ZEAL 活動回顧

2012-2013 年度學生會 Zeal 曾舉辦了不少活動，現在我們一起重溫部分活動的精彩片段。

## 歌唱比賽

學生會於 4 月 30 日及 5 月 9 日分別舉行歌唱比賽初賽及決賽，報名情況相當熱烈，初賽獨唱組名額僅有 18 名，合唱組名額則有 12 組。經激烈的比賽後，最後由以下名單的同學突圍而出。

決賽入圍名單：		決賽得獎名單：	
獨唱組：	4D 丁飛俊 5D 吳鴻岳 5B 陳彤心 5A 黃海濤 4E 潘嘉蕊 5B 高凱汶 5B 田瑞霖 5B 蔡婉婷 5D 林靜儀	獨唱組：	冠軍 5B 陳彤心 亞軍 5B 高凱汶 季軍 5B 蔡婉婷
合唱組：	5B 田瑞霖 +5E 范梓誠 5D 李文璋 +5D 曾樂霖 5C 李啟靖 +5E 楊海俊 4B 鄭思敬 +4F 陳芷瑩 5D 林靜儀 +5D 李錦星 5B 高凱汶 +5B 馮詠欣	合唱組：	冠軍 5D 李文璋 +5D 曾樂霖 亞軍 4B 鄭思敬 +4F 陳芷瑩 季軍 5B 田瑞霖 +5E 范梓誠

而今次的歌唱比賽決賽有幸邀請網絡歌手樂樂擔任評判，並即場為我們演唱「我的天」。



獨唱組冠軍 - 陳彤心自彈自唱  
自作歌曲



網絡歌手樂樂正在演唱  
"我的天"

## 班際腰力大比拼

班際腰力大比拼講求同學的腰力，雖然不是位位同學都腰力出眾，但同學們也盡力完成比賽，精神可嘉！得獎名單如下：

	高級組	低級組
冠軍	4C	3D
亞軍	5A 及 5B	1C
季軍	5E	2B



班際腰力大比拼參賽同學  
正在努力完成比賽

## 三人籃球比賽

三人籃球比賽已於 3 月 21 日順利舉行，經過一番激戰，最後由以下隊伍得獎。得獎名單如下：



高級組參賽隊伍成員正在射球

	高級組	低級組
冠軍	有路隊	民安隊
亞軍	EEEE 隊	無個性戰隊
季軍	只攻與防隊	非常超級黑暗火焰雪山爆丸比卡丘大勇士

## 班際 10 人 11 足比賽

	高級組	低級組
冠軍	班別：5A 時間：14 秒 71	班別：3A 時間：22 秒 13
亞軍	班別：4A 時間：16 秒 31	班別：2D 時間：26 秒 21
季軍	班別：5B 時間：16 秒 46	班別：3E 時間：33 秒 07

班際 10 人 11 足比賽是近年來本校學生會必舉行的活動，此比賽講求同學之間的合作性。每當比賽進行的時候，都會聽到同學異口同聲地呼叫著口號，以達到十位同學步伐一致的效果，取得佳績。得獎名單如下：



班際 10 人 11 足比賽參賽班別正在努力備戰

# 體育科：中一，中二游泳課

1B 鄭宏基

眨眼間，中一的生活和學習已完結了，真的有點依依不捨。我很喜歡學校的人和事，成長路上教我明白學習態度的重要；比較難忘的是我能夠參加英語辯論學會的活動和訓練，但令我喜出望外的，是有游泳課的訓練。

很多中小學並沒有設立游泳課的，更不像我們學校提供免費游泳課呢！課堂上有三位教練，教導及改善我們的泳術。同學們都表現得很投入和用心，而我也很雀躍和開心，因為大約三年沒有游泳的我，是帶著擔心迎接這課堂的。在訓練中我能夠溫故知新，並學到一些新技術，我的自信心提升了，明白技術訓練的操練是不可少的，而且學好泳術有助求生呢！

很感謝學校給我們各項學習及訓練的安排和心意，如果再有游泳課，我會更努力學習。



游泳課提供機會給中一、二同學，掌握游泳安全意識、游泳技巧等求生本能訓練。亦能讓有能力水平同學，於水運會中一展身手。



游泳課堂分組，按同學的游泳水平分配，更能為同學提供切身的訓練。



訓練區域分開高、中、初級三組，教練正向初級組同學，教授呼吸及浮升的技巧。

## 第四十四屆水運會

「感恩」，第四十四屆水運會，在好天氣、歡呼聲中完滿結束。本屆賽事有137位健兒報名參加。除冠、亞、季軍獲頒獎牌及證書外，今年獲頒達標證書的健兒共有152人次，是歷年之冠，藉以表揚他們勇於嘗試、全力以赴的精神。

本屆共有39項賽事破上屆紀錄，2項破大會記錄，成績驕人；全場總冠軍及啦啦隊冠軍皆由喜樂社奪得。個人大獎曹錦新老師紀念盾，則由仁愛社男甲4B方亦昇及女丙2B雷正妍同學，雙雙以3金奪得。

為聯繫區內、外友校，本屆邀請了多間中、小學同場較量，結果，東華三院甲寅年總理中學及田家炳千禧小學，分別獲中、小學組冠軍，為場內外增添不少熱鬧氣氛。此外，今年首次邀請校友校董曾志超先生，撥冗蒞臨訓勉及頒獎，鼓勵同學要勇於嘗試，成就無限可能，讓同學獲益良多，終身受用。第四十四屆水運會，最終在美好的天色及充滿感恩的祈禱聲中閉幕。



周校長(右一)、馬副校長(後左二)、林家偉老師(後排中)、鄭詩璐老師(前左二)、李秀嫻傳道(後左三)、家教會主席潘淑嫻女士(前左四)與一眾家長委員及家長合照留念。



迸發出全身力量，一躍而去！爭取佳績。



健兒們起跳一刻，傾盡全力。



在社長蔡紫瑩同學(右)、副社長鍾曼妍同學(中)及李燕彤同學帶領下，第44屆水運會，喜樂社一嚐全場總冠軍及啦啦隊冠軍滋味！左為13-14年度社長鄧睿怡同學。



2012-2013校友校董曾志超先生，撥冗蒞臨訓勉及頒獎，與周家駒校長合照留念。



4B方亦昇同學獲男甲全場冠軍，並與雷正妍同學，一同成為得曹錦新老師紀念盾得主。



2B雷正妍同學獲女丙全場冠軍，並成為曹錦新老師紀念盾得主。

# 聯課活動

## 合球校隊分享

2A ZAHEER SEKUNDER 西傑

其實當初我參加合球不是自己的意願，而是被兩位師兄「拉」了入隊。心裡想著：多參加一項運動也不會對自己有所壞處，試試也無妨。就這樣，我傻呼呼地在合球隊過了一年。

在這一年裡，我認識了一班讀中學以來最好的朋友。我在一年內跟合球隊參加了多項賽事，但是我第一次得的時刻是在這一個學期（2012-2013 第三學期）的六月三十日，取得合球會長盃邀請賽第三名。這一個可能是我得過的所有中，最令我感動及驕傲的獎項。

如果問我對下年合球隊有甚麼抱負，那就是希望能夠有更多同學，加入合球隊的大家庭。



本校合球校隊獲邀參加中銀第 56 屆會長盃合球邀請賽，並於三日賽事中，獲得中學青年組季軍。



有份出席中銀第 56 屆會長盃合球邀請賽之隊員，賽後來一張大合照。

## 手球校隊

我參加手球校隊四年。第一年，我對手球的認識不多，有賴教練和一群大師兄教導。第二年，我跟隊友變得更合作，大家互相配合，有幸在學界比賽中獲得亞軍。第三年，是我在手球隊的低潮，有隊友離隊，有隊友不服從指示，但最終我都沒有放棄，繼續裝備自己。今年，我們爭勝的慾望回來了，一起努力跨越不同的難關，不管賽果如何，我們都是勝利者！



手球校隊隊員合照

## 四社

學校設立四社，讓同學藉此平台認識各級社員，建立友誼，凝聚力量，在各項比賽中，發掘潛能，盡展所長。在 2012 至 2013 學年中，本校共舉辦近二十項目的比賽（見右表），經過整年的競爭，喜樂社同學脫穎而出，勇奪冠軍。

### 2012 至 2013 學年四社社際比賽成績

項目	喜樂		信實		仁愛		和平	
	名次	成績	名次	成績	名次	成績	名次	成績
環區跑甲組	1	50	4	10	3	20	2	30
環區跑乙組	2	30	3	20	4	10	1	50
環區跑丙組	1	50	4	10	3	20	2	30
陸運會男甲	1	50	4	10	3	20	2	30
陸運會男乙	1	50	4	10	2	30	3	20
陸運會男丙	3	20	2	30	4	10	1	50
陸運會女甲	1	50	2	30	4	10	3	20
陸運會女乙	4	10	2	30	3	20	1	50
陸運會女丙	4	10	2	30	1	50	3	20
社際足球比賽	1	100	2	60	4	20	3	40
社際籃球比賽	1	100	4	20	2	60	3	40
水運會男甲	1	50	3	20	2	30	4	10
水運會男乙	2	30	1	50	4	10	3	20
水運會男丙	1	50	3	20	4	10	2	30
水運會女甲	4	10	3	20	1	50	2	20
水運會女乙	2	30	3	20	4	10	1	50
水運會女丙	1	50	3	20	2	30	4	10
社際羽毛球比賽	3	40	1	100	3	40	2	60
社際閱讀報告比賽	2	30	4	10	3	20	1	50
總分	1	810	4	520	3	470	2	630

和平社榮獲陸運會全場總冠軍



信實社羽毛球隊勇奪社際羽毛球冠軍



仁愛社同學在環區跑比賽中相當努力

# 樂施毅行者

## [樂施毅行者，感恩之旅！]

方駿（救恩書院 2011-2012 年度中六畢業生）

能夠參加今屆的樂施毅行者，是一件十分有義意的事情。毅行者中有兩個目標，第一，籌款！我知道救恩書院多年來都有很高的籌款數字，今年我是第一年參加，當然也不遺餘力地找朋友捐款。最深刻的是，朋友知道我參加毅行者，大部分都會二話不說地踴躍捐款；當然，也有些不斷說服也不肯捐款的朋友，我便跟他們說：「一年 365 天，每天捐一毫，就有 36.5 元了！」希望大家都能出一分力，幫助一些有需要幫助的人，繼續支持樂施毅行者！

樂施毅行者第二個目標，完成 100 公里的路程。活動開始前，我十分緊張，很擔心不能完成。活動後，我仔細一想，原來過程中有數不盡的恩典。

首先，要感恩的是我有一支同心協力的團隊，他們大部分都是救恩書院的畢業生，也是富善堂的弟兄，我們一行四人，走上這條毅行之路，從練習到正式活動，我們均彼此陪伴，互相激勵。相信沒有了他們，我不會能獨自完成這 100 公里的路程！

另外，要感恩的是一份從沒減退的「救恩情」，毅行的第一晚，大約完成 1/3 的路程，從山上走到山下，已經走到傷痕累累的我，一出來便看到一群家長、老師，還有周校長。他們帶我到休息的地方，然後送上一碗熱騰騰的粟米肉粒飯，再問：「你覺得哪裡累？幫你按摩一下。」我感到非常不好意思，但他們沒有介意，此刻的情境，有點像耶穌為他的門徒洗腳。吃飽後，休息了一會兒，又要再上路了，臨別之前，所有人都對我們說：「加油，一定會完成的！」令我力量倍增，全賴救恩這份溫情。

凌晨時分，很多人可能都在夢鄉了，毅行者卻沒有一刻停步。我們走到某一段路的山腰，路面只有一米闊，一不小心就會掉到山腳，不死也重傷。正正在這時，周公呼喚，我昏昏欲睡。說來真是十分感恩，每次當我迷迷糊糊的接近山邊，就會立刻驚醒，或是我的隊友從背後拉我一下。不知不覺地，居然已經攀過了一座山，最神奇的是，我竟變得精神百倍、健步如飛。「他的道是安樂，他的路全是平安。」（箴言 3:17）我深深的體會到。

經歷了兩日兩夜，41 小時 41 分，這個數字我永遠不會忘記！我完成了整整 100 公里的路程，對我來說，是人生一個極大的挑戰！我除了十分高興之外，更是充滿感恩，因為能完成所有的路程，是由很多很多很不同的恩典組成。

最後，我不是一個體能很好的人，我能完成，真是靠著一份堅持到底的毅力和上帝的恩典，希望藉此鼓勵看到這篇文章的各位，做任何事只要有毅力，懷著感恩的心，那就一定成功。祝各位恩上加恩，力上加力！

## 2013 樂施毅行者

日期：2013 年 11 月 15 至 17 日（星期五至日）

地點：西貢北潭涌至大棠郊野公園（麥理浩徑 1 至 10 段）全程 100 公里

救恩書院派出 4 隊：

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 111 救恩書院仁愛隊 | 112 救恩書院喜樂隊 |
| 113 救恩書院和平隊 | 114 救恩書院信實隊 |

過去十六年（1997 至 2012），救恩書院一直參與樂施會主辦的「樂施毅行者」，協助本港、中國內地、非洲及亞洲地區推行扶貧及救災工作，達致助人自助，讓貧困人士改善生活、自力更生。在師生、家長及校友的支持下，至今共籌集得港幣超過一百二十九萬元予樂施會，去年更破紀錄，籌得超過十五萬四千多元善款。今年亦希望大家共襄善舉，為世界的貧窮人出一分力！達致助人自助的精神。「有您支持，更添力量」

**111 仁愛隊：**葉錦有老師（體育及中史科老師）、何慶錦先生（實驗室技術員）、楊銘輝先生（4B 楊曉晴家長）及袁君顯先生（06-07 年度中七畢業生）

**112 喜樂隊：**周妙嫦女士（6E 李道諒家長）、麥碧霜女士（4F 陳皓山家長）、李俊玲女士（3C 吳卓邦家長）及李卓雄先生（6A 李嘉禧家長）

**113 和平隊：**劉錦明先生（04-05 年度中五畢業生）、吳梓健先生（12-13 年度中六畢業生）伍紹德先生（12-13 年度中六畢業生）、徐靖濤先生（12-13 年度中六畢業生）

**114 信實隊：**黃梓軒先生（12-13 年度校友會主席）、王堃炎先生（08-09 年度中五畢業生）吳梓謙先生（10-11 年度中七畢業生）、伍梓耀先生（08-09 年度中五畢業生）



114 信實隊。左起：麥顯徽先生（崇真會富善堂會友）、王堃炎先生（08-09 年度中五畢業生）方駿先生（11-12 年度中六畢業生）及劉錦明先生（04-05 年度中五畢業生）



經歷了兩日兩夜（41 小時 41 分）的 100 公里的路程。凌晨二時多，許多人正在夢鄉時，他們終於抵達終點了。

# 麻鷹計劃：麻鷹三號

3A 翟泳德

時間過得真快，不知不覺便完成了三年的麻鷹計劃。我們從一隻雛鳥，帶着一對不能飛的翅膀，到與其他人彼此認識、互相扶持去完成每一個麻鷹訓練。這一年麻鷹三號最主要的工作是籌備麻鷹一號的日營和陪老友記一日遊；今年與前兩年最大的分別是逢星期六要回校接受訓練，實踐前兩年所學，一切片段仍歷歷在目。

首先在日營中，我組是負責合作遊戲。起初我們想製作一些小遊戲，但徵詢社工的意見後，我們決定玩 Check point。於五個 Check point 進行小遊戲，社工也沒有反對我們的構思，我們便興致勃勃地預備，希望給麻鷹一號一個美好的回憶。在當天，其中一位組員生病了，我們要臨時改變 Check point 的路線。幸好最後都能順利完成，大家都感到十分滿足。在整個日營中，我們都盡力發揮所學的領袖才能去帶領麻鷹一號。看著他們，就像看見自己中一時的影子，整日只顧玩耍，但時光流逝，我長大了，變了大麻鷹，成為一個有領導才能的領袖！

第二個重頭戲是「老友記一日遊」，雖然只是一天，但令我印象非常深刻。因為那些老友記都很配合我們，又十分親切。我本來害怕跟老友記聊天沒有話題，但他們非常和藹可親，又唱歌帶動氣氛，令我明白到有時不要太害羞，只要勇敢與別人溝通，就能破冰。

完成了麻鷹計劃三年的訓練，我們要面對更多更難的挑戰，但即使未來的路有多艱巨，只要有着永不放棄的精神，不怕輸，我們總會有一天能振翅高飛，服務人群，貢獻社會！



麻鷹三號同學細心指導一號同學進行活動



辛苦了半天，終於開餐啦！



麻鷹一號進行比賽，看誰快說出對方的名字



麻鷹三號和一號同學大合照

快將卸下麻鷹三號的標記，象徵我已學習了數之不盡的技能。今年麻鷹三號主要有兩個活動：籌備訓練麻鷹一號的日營和與老友記旅行，當中的過程雖然困難，但滿有樂趣。

籌備麻鷹一號的日營時，我把在麻鷹一、二號所學到的發揮得淋漓盡致。我和組員負責籌備認識遊戲和真情對話，我們都覺得如果每次都玩同一個破冰遊戲會使整個營會變得枯燥乏味，因此全組都為構思一個全新的活動而煩惱。後來我們再想一想，其實只要稍為轉變現有活動形式，多加一、兩項任務也是一種創新的方法。第一次寫計劃書，我居然忘記了遞交的日期，導致全組組員被扣分，真是萬分內疚，但正因為這次的教訓非常深刻，自此我會時刻謹記準時遞交或在限期內完成任務的重要性。

總結籌辦這次訓練的感受，可以用「美中不足」來形容。美的是總算能順利完成破冰遊戲，使麻鷹一號能認識不同面孔；不足的是只有很少時間去進行這個活動。然而，在真情對話的環節中，不論麻鷹一號或三號，都勇於吐露心底話，這是我們辛苦得來的回報。

而在「與老友記旅行」的活動中，我組選擇了自以為很容易處理的任務——名牌和攝影組。豈料因為技術問題，要用很長的時間才能完成。不過，老友記的讚賞是辛苦得來的成果。月英婆婆（我所照顧的婆婆的外號）喜好不多，所以難以由她的興趣展開話題。因此，我不斷分享我小時候的趣事，她會慢慢把欣賞風景的目光轉移在我身上，而她的耳朵會靠向我，專心地聽我說話。

總括而言，我希望能將麻鷹三號，甚至整個麻鷹計劃所學習到的、領悟到的，都能在未來應用。

## 公民教育委員會及中國歷史科

### 學校文化日—文化博物館「與中國古物對談」參觀後感(5月16日)

4D 劉家穎



同學在活動完成後在文化博物館前留影

我藉著欣賞珍貴的展品了解中國傳統工藝之餘，亦可以從古物雕刻、紋飾及圖案增進我對中國傳統社會觀念的理解，對我在中國歷史方面的學養有所裨益。

我們觀賞展品後有一些互動工作坊，我可以與導賞員一起談古論今，探討展品背後的故事和藝術成就，鞏固觀賞展品時所知所得。我可以說，這不只是一個參觀，而是一次「與中國古物對談」的經歷。

是次的參觀活動我可以八個字來形容，這就是「獲益良多，增廣見聞」。我在這次活動中，第一次有機會接觸到中國歷史古物，實實在在的感覺到古物的質感。而且，參觀的過程中更有導賞員在旁講解，詳細解釋及說明古物的實際功能及特色，讓我可以更設身處地感受、想像古人的生活情況，實在是相當難得的經驗。

參觀活動的展品中，主要是珍貴的工藝品，種類包羅萬有，不勝枚舉。當中具代表性的有陶瓷、陶塑、青銅器等，而部份展品的精緻程度更顯示出古人高超的智慧及工藝技巧。

展品涵蓋的時代廣闊，上至新石器時代，下至二十世紀近代，我像走進中國工藝的時光隧道，中國的工藝發展盡收眼簾。



來看呀！名副其實的搖錢樹



同學正在細心聽取導賞員的講解

# 商校伙伴計劃

學校本年度繼續參加由青年企業家發展局舉辦的「商校伙伴計劃」，由伙伴機構「香港鐵路有限公司」派出公司大使，為參與的中四同學舉辦工作坊、模擬工作面試、港鐵車廠參觀，讓學生了解職場的要求，擴闊視野。中四同學更於自選活動環節舉辦了「慈善環保賣物會」，為四川地震災民籌得6700元。公司大使及同學的表現獲青年企業家發展局嘉許，頒發「最佳商校伙伴獎」。



商校伙伴計劃



慈善環保賣物會

## 公民教育委員會及世界歷史科一探本溯源：美索不達米亞古文明展 (香港歷史博物館參觀活動)

5A 黃雅瑩

美索不達米亞—相信沒有多少人聽過這個名字。其實它位於現今的伊拉克，敘利亞之東北，以及土耳其之東南一帶的平原。美索不達米亞一詞，原指「兩條河流之間」，即代表幼發拉底河和底格里斯河所流經的地域。雖然中國是四大文明古國，有着約5000年的文化歷史，但美索不達米亞的文明發展比中國更早，而那裡亦出現了考古學界已知人類最早的一個城市。許多締造現代文明的重要發展，包括文字的發明、行政管理、文化藝術、哲學思想、科技成就，以至天文學知識，都是源自美索不達米亞。由此可見它對後世影響極之深遠。

這次美索不達米亞的展覽共劃分為三個時期—蘇美爾、亞述及巴比倫。在蘇美爾展廳中，印象最深刻的展品是黃金酒壺，蘇美爾人製作的黃金酒壺有一個長嘴，它是用來阻隔料酒時沉澱物進入酒杯之中，從中可見當時蘇美爾人已經對物理學有相當的認識。

至於在亞述展廳中，印象最深刻的展品是一塊壁畫—題為「垂死的獅子」，記錄亞述國王射殺獅子的情況，它更被製成多媒體影片，並以動態形式逐步展示給參觀者觀賞，效果逼真，十分有趣。

在巴比倫展廳中，有一塊載有「六十倒數表」的泥板，這塊泥板以「符號」來標示六十的除數。今天我們以「六十進制」為小時和分鐘的單位，正是由巴比倫的計算與量度系統中發展出來，可見當時的數學發展已達現代的雛型。

在展覽的總結部份，展示了展覽裡的珍貴展品是從動盪不安的伊拉克和敘利亞出土。當地經常發生戰亂，使很多具歷史價值的文物遭受破壞，更有不少居民為了生計，把文物掘出來變賣，令很多珍貴的歷史文物散失海外。由此可見，我們應好好保育文物。因為當地文物有助我們去了解過去所發生的事，更有助了解現代文明是如何發展出來。



參觀後，我們一起在展覽宣傳版照留念！

## 開平碉樓考察

2013年7月5日至7月7日，公民教育委員會及中史科獲教育局資助舉辦了「世界文化遺產之開平碉樓與村落文化發展探究」的三日兩夜考察活動。

我們一行三十九人，乘坐旅遊巴向目的地——開平進發，在這三天的考察中，學生參觀了許多碉樓，如自力村碉樓群、迎龍樓、馬降龍碉樓群等，令他們認識各碉樓的功能、價值，以及該建築群能夠成為世界文化遺產的主要原因。整個考察活動，最令同學開心的地方是

參觀赤坎古鎮，既可讓他們認識具有濃郁南國特色和深厚文化底蘊的僑鄉，更可在這兒品嚐當地的特色小吃，如麥芽糖餅、薑糖等。許多同學更藉此機會購買了大量食品，以作手信之用。

透過這次交流活動，加深了同學對中國文物古蹟的認識，亦透過參觀梁啟超故居及博物館，認識前人的愛國情懷及高尚的品德情操，有助培養同學正面及積極的人生觀。



同學能有幸參觀世界文化遺產之一的自力村碉樓群，認識碉樓的建築特色及歷史文化，實在獲益良多！



看！眾人很開心地在梅家大院拍照留念！

# 救恩書院畢業生獲大學嘉許傑出表現

## Kau Yan College Graduates' Outstanding Performance at University

畢業年份 Year	畢業生姓名 Names of Graduates	大學 University	學位 Degree	科目範疇 Programme Area	學術榮譽 / 獎勵 Academic Honour / Scholarship / Award
2012	蔡琮沛 CHOI Chung Pui	香港教育學院 HKIEd	BEdu (Hons)	Education in Mathematics	香港教育學院大埔友好育才獎學金
2012	賴秋斯 LAI Chau Sze	香港教育學院 HKIEd	BA (Hons)	Visual Arts	HKSAR Talent Development Scholarship
2011	曾嘉鏞 TSANG Ka Wa	香港中文大學 CUHK	BS (Hons)	Physics	Dean's List Award First Year Student Scholarship Ms. Wong Wai-ling Scholarship Mr. C N Yang Scholarship Department/Programme Scholarship
2011	黃星婷 WONG Sing Ting	浸會大學 HKBU	BA (Hons)	Chinese Language & Literature	Dean's List Award
2010	陳允傑 CHAN Wan Kit	浸會大學 HKBU	BBA (Hons)	Accounting	President's Honour Roll
2010	祝靜邦 CHUK Ching Pong	浸會大學 HKBU	BSS (Hons)	Government & International Studies	Dean's List Award
2010	林壽榮 LAM Sau Wing	浸會大學 HKBU	BBA (Hons)	Finance	Dean's List Award
2010	梁恩華 LEUNG Yan Wa	浸會大學 HKBU	BS (Hons)	Chemistry	Dean's List Award President's Honour Roll
2010	姚婉兒 YIU Yuen Yi	浸會大學 HKBU	BA (Hons)	Visual Arts	Dean's List Award
2009	劉頌熙 LAU Chung Hay Vincent	香港大學 HKU	BEng (Hons)	Civil Engineering	Worldwide Undergraduate Student Exchange Scholarships
2009	趙善弘 CHIU Sin Wang	香港科技大學 HKUST	Dual Degree BEng (Hons) & BBA(Hons)	Computer Engineering General Business Management	Deans List Award Innovation and Technology Scholarship Award Outstanding Academic Achievement
2009	關祖兒 KWAN Cho Yi	香港城市大學 CityUHK	BBA (Hons)	Marketing Programme	Student Marketing Consultancy Projects Awards : TSL Jewellery (HK) Co. Ltd.
2009	盛杰 SHING Kit	浸會大學 HKBU	BA (Hons)	Chinese Language & Literature	Dean's List Award President's Honour Roll

# 救恩書院學生獲頒應用學習課程獎學金

## Kau Yan College Students' Applied Learning Scholarships

畢業年份 Year	學生姓名 Names of Students	院校 Institute	課程科目 Course / Programme	獎學金 Scholarships
2011-2012	高明權 KO Ming Tung Antonio	香港大學專業進修學院 HKU (SPACE)	航空學	羅氏慈善基金 應用學習課程獎學金
2011-2012	盧祉穎 LO Tze Wing Tiffany	香港演藝學院 HKAPA	戲劇藝術入門	羅氏慈善基金 應用學習課程獎學金
2011-2012	龍鳳清 LUNG Fung Ching	香港教育學院 持續專業教育學院 HKIEd (SCPE)	幼兒成長教育	羅氏慈善基金 應用學習課程獎學金
2010-2011	文鎰清 MAN Hoi Ching	香港教育學院 持續專業教育學院 HKIEd (SCPE)	幼兒成長教育	羅氏慈善基金 應用學習課程獎學金
2010-2011	岑偉然 SHAM Wai Yin	香港浸會大學 持續教育學院 HKBU (SCE)	運動科學及 體適能	羅氏慈善基金 應用學習課程獎學金
2010-2011	王思穎 WONG Sze Wing	明愛社區及 高等教育服務 CCHES	美容學基礎	羅氏慈善基金 應用學習課程獎學金



2011-12 應用學習課程獎學金得獎同學

# 多姿多采的跨課程學習

每年的試後活動是救恩書院師生的一大挑戰，在非常有限的時間內籌備及推行大規模的班際比賽，以致全校性的跨課程活動實非容易。幸好因着優良的傳統和各人的默契，師生都能再一次享受一段美妙的其他學習經歷，在德、智、體、羣、美及靈育方面均有增長，希望大家能從相片中分享我們的喜悅。



中一同學到科學園參加科學工作坊  
(DNA 遺傳密碼)



中二級同學到科學館參觀趣味科學示範



劇社於綜合表演落力演出莎士比亞名著  
《哈姆雷特 (王子復仇記)



禁毒講座過來人分享



迪士尼探索之旅



攀石活動學生專注地聽導師講解攀石技巧



探訪正生書院與正生學生合照



攀石活動學生成功挑戰自己



同學自組 HEPTA 樂隊於綜合表演夾 BAND



網絡欺凌及網絡罪行講座



學生與戒毒人士一起在正生書院服務



和平社社員於年終社員大會玩集體遊戲



王佩琮老師與黃家琪及黃敏慧同學於綜合表演中共舞《臨水》



企業參觀活動(太古汽水廠)



中三陽光計劃的同學組成隊伍 Dans3nity 於綜合表演



紅十字會年終訓練營團隊合照



李美薇和文斐揚同學於綜合表演中合跳拉丁舞

## 班際環保時裝設計比賽 (2012-2013)

珍惜資源，愛護環境，是每一個公民的責任和義務。為了提升同學的環保意識，公民教育委員會和環保學會於跨課程學習日(7月10日)舉行班際環保時裝設計比賽，藉此提醒同學循環再用的重要，進而減少浪費。

比賽分為初級組(中一至中三)及高級組(中四至中五)兩個組別進行。評判就著各班的設計，從環保意念、美感、可穿性、模特兒表現等方面去選出冠、亞、季軍。同時大會亦增設最環保大獎、最具創意獎和最佳模特兒大獎。

比賽當天，模特兒的表演認真、精彩，臺下的觀眾亦十分投入，氣氛相當歡鬧。



班際環保時裝展低級組所有參與同學與評判合照



班際環保時裝設計比賽 (高級組)



班際環保時裝設計比賽  
初級組最環保大獎 (1A)



班際環保時裝設計比賽  
初級組最佳模特兒  
初級組冠軍 (1C)



班際環保時裝設計比賽 (初級組)



班際環保時裝設計比賽  
初級組季軍 (2D)



班際環保時裝設計比賽  
初級組冠軍  
初級組最具創意獎 (3B)



班際環保時裝設計比賽  
高級組冠軍 (4B)



環保時裝展高級組最佳模特兒  
4C 丘偉琳  
班際環保時裝設計比賽  
高級組季軍 (4C)



班際環保時裝設計比賽  
高級組亞軍 (4E)



班際環保時裝設計比賽  
高級組季軍 (4F)



班際環保時裝設計比賽  
高級組最環保大獎 (5C)



班際環保時裝設計比賽  
高級組最具創意獎 (5F)