



Kau Yan Newsletter

July 2025 Issue 30

救恩校訊 二零二五年七月 第三十期



Published by Kau Yan College 救恩書院編印

Address地址: Fu Shin Estate, Tai Po 新界大埔富善邨

Telephone電話: 26608308

E-mail 電郵: mail@kyc.edu.hk

Website 網址: <http://www.kyc.edu.hk>

Fax 傳真: 26620377

校長的話

世界是孩子的書本。

救恩書院一直致力培育學生六育的成長，更刻意帶領學生，跨出校園，不囿於一室，為學生開創學校以外的一片天空——認識祖國，走進世界，到不同地方作考察、探訪、研討、交流、學習，把書本的理論結合到現實的生活裏去，以探索學習的意趣。

當中更感謝神，喜見我校無私的老師花上額外時間，籌劃及帶領學生作不同的學習體驗，以培育及鍛鍊孩子的成長。到國內姊妹學校交流的同學告訴我，欣賞國內同學心無旁騖，認真學習，尊師重道；到南極考察的同學跟我分享，世界真的很大，我們很渺小。事實上，同學走出去，無論遠近，都得到了寶貴的學習機會、考驗和經歷。有云「讀萬卷書，不如行萬里路」，從同學身上，看到了他們對事物的好奇、對學習的主動。而作為教育工作者，更看到了同學把自信、自律、處變不驚、人際相處等學習也會不經意地引發出來，完全實踐了學習的內驅力。

期望救恩的每一位同學，在六年的學習中，參加一次校內或校外舉辦的遊學團，透過在外學習，接觸不同文化，開拓全球視野，以開放的胸懷，讓學習從校園推至社會，從香港跨進世界。



溫結冰校長

主席的話

光陰荏苒，日月如梭，轉眼間我已經加入家教會第四個年頭，毋忘初心，希望陪伴孩子並且一起投入校園。

中學階段是孩子成長之中一個重要里程碑，我堅信，在家長及老師們的共同努力下，孩子們必將在救恩之樹蔭下茁壯成長。

今屆家教會主軸以三大系列舉行了各項活動（包括家長系列、親子系列及家長與教師系列），務求家長們可以多樣性體驗，而反應相當熱烈。此外，更首次舉辦「跨境」親子大旅行，當天師生和親子們非常投入，大家經歷了一個愉快難忘之旅。在此衷心多謝各位家長的參與和支持。

家教會所舉辦之活動得以成功推行，全賴具教育熱誠的校長、老師們，以及熱心的家長們鼎力支持。我謹代表家長教師會對百忙中奉獻寶貴時間籌備活動的老師、委員及無私大愛的家長義工，致以衷心的感謝及敬意！

十年樹木，百年樹人。本人與萬千家長一樣，皆擁抱著一個夢想，希望子女讀聖賢書，踏人生正途。在此容我引用箴言(22:6)：「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離」，互勉之。

家長和學校是塑造孩子教育和發展的重要夥伴，讓我們一起珍惜這段旅程，見證孩子們揚帆起航，走向光明的未來。

最後，謹祝各位天天喜樂，健康平安。



家教會主席 羅翠萍女士

A Global Odyssey of Learning: Discovering the World, Discovering Ourselves

胸懷天下的學習之旅：從探索世界中尋索自我

2 Canada 加拿大



3 Switzerland 瑞士



4 Germany 德國



1 Antarctica 南極



One of the seven learning goals for secondary education, as outlined by the Education Bureau, is for every secondary school student to "become an informed and responsible citizen with a sense of national and global identity." The International Education Exchange Team at Kau Yan College is committed to cultivating students' global perspectives. The team coordinates various international exchange programmes, striving to give every student the opportunity to step out of the classroom and explore the world.

教育局於中學教育的七個學習宗旨中希望每位中學生都能「成為有識見、負責任的公民，認同國民身份，並具備世界視野」。救恩書院國際教育交流組致力培養學生世界視野，統籌校內不同國際交流團，讓每位學生都能走出課室，放眼世界。

With the support from all parties, the school organises over ten exchange programmes annually. Over the years, our students' journeys have spanned the globe. From Beijing, Nanjing, Zhangjiajie, and Changsha in China, to Kyushu, Kyoto, and Tokyo in Japan; further to Indonesia, Nepal, Canada, Switzerland, and Germany, KYC students have even ventured to the farthest reaches of the earth—Antarctica.

在各方鼎力襄助下，本校每年都籌辦不同的交流團。數年來，學生足跡已遍及祖國以至世界：從祖國北京、南京、張家界、長沙；到日本九州、京都、東京；再遠至印尼、尼泊爾、加拿大、瑞士、德國；甚至地極——南極。

7 ShenZhen 深圳



8 Beijing 北京



5 Nepal 尼泊爾



14

14 Russia 俄羅斯



13 Kyoto 京都



6 HaiNan 海南省



8

9

10

10 ShangHai 上海



12 Tokyo 東京



9 Shaoguan 韶關



11 Kyushu 九州



As students explore the world, what they have learned from textbooks comes vividly to life. The diverse landscapes, cultures, and urban planning of different countries unfold directly before their eyes. In this issue, we have selected students from the "Antarctic Dreamers 2024: Study Tour to Antarctica" and the "Learning in Nepal: Exchange and Service Programme" to share their experiences, providing concrete insights into how students explore the world while discovering themselves through international exchanges.

學生探索世界時，發現平日所學的課本知識躍然紙上，不同國家的地貌、風土人情、城市規劃直接呈現於眼前，是難能可貴的學習旅程。本期校訊邀請了參與「冰天雪地夢想家南極交流團」與「學在尼泊爾交流服務團」的學生分享，讓大家能更具體了解學生如何在國際交流中，從探索世界中尋索自我。

A Journey to the White Continent : A Tale of Discovery and Transformation

Ida Lau, Kris Mok

The world is vast, filled with wonders that stretch beyond the imagination. For us, two Form 5 students from Hong Kong, the opportunity to embark on a journey to Antarctica was not just a trip but a life-changing adventure that reshaped our perspectives, tested our limits, and ignited a passion for the natural world. This is the story of our 13-day expedition to the White Continent and the transformative experiences that came with it.



Ida and Kris on the White Continent



Ida and Kris in front of Ocean Nova

Our journey began on November 26, 2024, as we boarded a flight from Hong Kong International Airport to Buenos Aires, Argentina, with a brief stop in Paris. Buenos Aires, with its vibrant streets and rich cultural heritage, was a fascinating introduction to South America. But it was just the beginning. From there, we flew to Ushuaia, the southernmost city in the world, where we boarded the Ocean Nova, a sturdy vessel that would carry us across the Drake Passage to Antarctica.

The moment we set foot on the icy continent; we were awestruck. Antarctica is a place of surreal beauty—endless white landscapes, towering glaciers, and crystal-clear waters teeming with life. We visited Half Moon Island and Yankee Harbour, where we encountered colonies of Chinstrap and Gentoo penguins. Watching these resilient creatures navigate their icy habitat was a

humbling reminder of the adaptability of life. The sight of icebergs glowing in shades of blue under the Antarctic sun left us speechless. It was as if we had stepped into another world, one untouched by human hands.



Iceberg



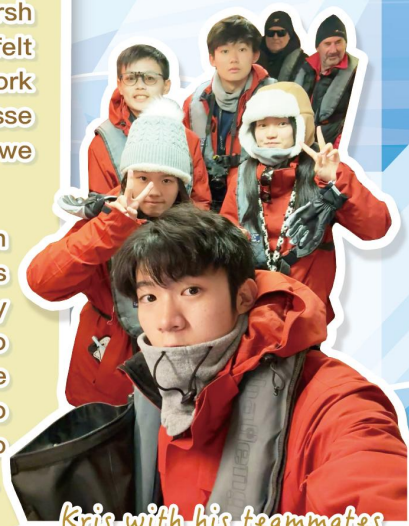
Chinstrap penguin



lovable seal

One of the most profound lessons we learned was the importance of resilience. Navigating the icy landscapes required constant vigilance. Frostbite was a real danger, and we had to make quick decisions about layering our clothing and protecting ourselves from the changing weather. Mentally, the isolation and harsh conditions pushed us to confront our limits. There were times when we felt homesick or anxious, but we learned to lean on each other for support. Teamwork became our greatest strength. Whether it was helping each other cross a crevasse or sharing words of encouragement during moments of doubt, we realized that we were stronger together.

This journey has left an indelible mark on us. It has deepened our appreciation for the planet and its fragile ecosystems. For me Ida, the experience has solidified my passion for environmental science. Witnessing the pristine beauty of Antarctica and learning about its unique ecosystems has inspired me to pursue a career dedicated to protecting our planet. I am particularly passionate about addressing climate change, which poses a significant threat to Antarctica's glaciers and wildlife. In the future, I hope to contribute to sustainable solutions that safeguard our environment for generations to come.



Kris with his teammates



Kris with expedition team

For me Kris, the journey has been equally transformative. The challenges we faced in Antarctica taught me the value of adaptability and perseverance. I have developed a newfound appreciation for teamwork and the importance of collaboration in overcoming obstacles. Like Ida, I have been inspired to make a positive impact on the world, whether through environmental science or other fields that contribute to the greater good.

To our schoolmates, primary school students, and parents, we encourage you to seek opportunities that challenge you, broaden your perspectives, and ignite your passions. The world is full of wonders waiting to be discovered, and each journey has the power to change your life in ways you never imagined.

This is our story—a story of discovery, resilience, and transformation. And it is just the beginning.



Ida and Kris on Magellan Explorer



We would like to express our heartfelt gratitude to our sponsors, Mr. and Mrs. Kiang, for their generous support. Their sponsorship has been instrumental in enabling us to embark on this incredible journey to Antarctica, where we had the privilege of exploring a land unlike any other.

As the first students from Kau Yan College to set foot on Antarctica, this journey has been deepening our understanding of the world. This would not have been possible without the unwavering support of Mr. and Mrs. Kiang, whose generosity has not only made this expedition a reality but also inspired us to embrace new opportunities and challenges.

We would also like to extend our thanks to the Principal and teachers who guided and supported us throughout this journey. Thank you, Mr. and Mrs. Kiang, for believing in us and supporting Kau Yan College in providing students with opportunities to explore the world.



SHANGHAI

美育引领 创意发展



上海歷史及海派文化探索之旅
認識中華文化與創新發展暨姊妹學校交流團
北京外國語大學附屬上海閔行田園高級中學



SHENZHEN



深圳歷史文化及高新科技體驗
暨姊妹學校交流團
深圳市坪山區坪山實驗學校

遊古城風華 繫京港情誼
 認識祖國文化底蘊與現代發展暨姊妹學校交流團
 北京市大興區第七中學



BEIJING



HAINAN



海南省環境保育、
科技及海上絲路探索之旅

中五級公民科韶關丹霞文化保育及
經濟發展內地考察



SHAOGUAN



MACAU ZHUHAI

澳門旅遊及珠海款待科考察團



TOKYO



東京文學散步



京都

KYOTO

21世紀東亞青少年
大交流計劃



九州

KYUSHU

大埔區青年網絡中國近代
歷史考察團



RUSSIA

俄羅斯薩哈共和國科學交流團

俄羅斯



CANADA

Canada Culture and English Summer Camp 2024

加拿大



INDONESIA

印尼海上絲綢之路及生態文化之旅

印尼





Connecting Hearts in Nepal: Where Giving and Learning Bring Joy

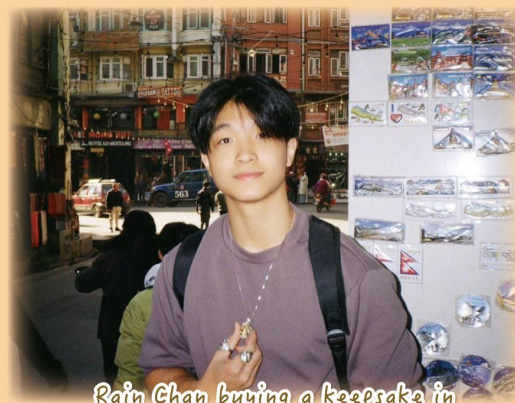


Last Christmas, a group of dedicated students, selected through interviews, participated in "Learning in Nepal", an enriching six-day tour organized by Sowers Action. This journey aimed to cultivate servant leadership, provide young people with a multifaceted understanding of developing Nepal, and explore the relationship between China and Nepal, including the influence of Chinese culture in the region. Through engaging in the simple daily lives of the locals, visiting various sites, and providing service, students had the opportunity to enhance their personal abilities and enrich their life experiences.

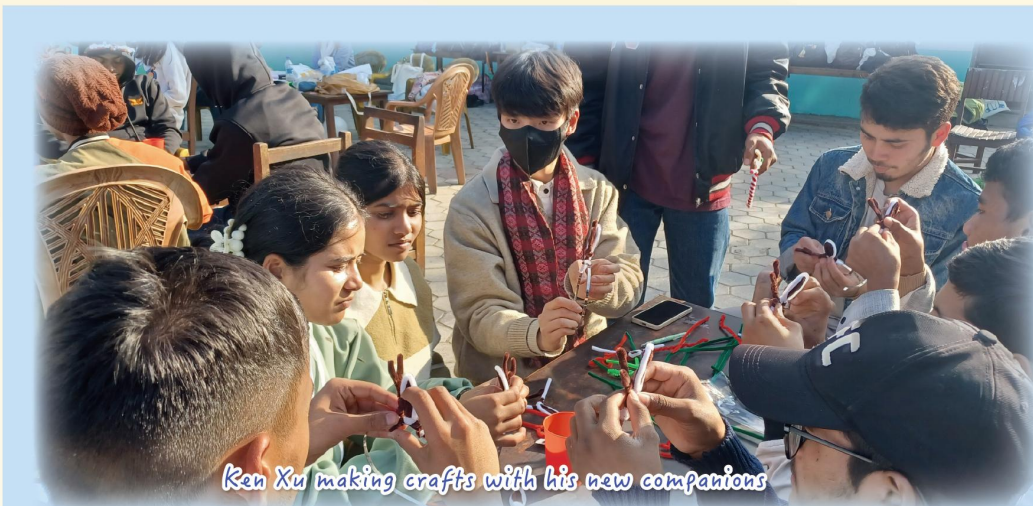
During the tour, the students engaged in several impactful activities, including providing service at "Laxmi Narayan School" while conducting home visits to its students, and exploring "Nepal Nursery Girls' High School Dormitory," where they interacted with the residents. Additionally, students from the "Nepal Nursery Chinese Class" guided them on a tour of Kathmandu, fostering communication and learning through Mandarin. Read on to discover the highlights of our transformative journey!

It was a wonderful opportunity for me to connect with the local residents, who are incredibly kind-hearted and hospitable. While they gained knowledge from us, I also learned firsthand that it is more blessed to give than to receive. Although we only visited Ngagyur Memorial School twice, we quickly established a strong bond and friendship with the community. Knowing that we wouldn't meet again after sunset, we shared an unforgettable farewell party. This experience truly opened my eyes to the fact that there are people in need on the other side of the world.

Chan Cheuk Wing, Rain (5C)



Rain Chan buying a keepsake in Kathmandu before leaving Nepal



Ken Xu making crafts with his new companions



The most memorable experience for me was the handicraft activity and booth games we held on the second day at school. In the morning, we folded flowers using towels and colored bags together. In the afternoon, we organized games like picking up beads with chopsticks and simple guessing games. Seeing the smiles on the children's faces made me realize that in Hong Kong, we often struggle to find joy. Perhaps a true smile comes from the heart and doesn't require any material possessions.

Xu Ka Ho, Ken (5D)

The most memorable moment of this trip was on the fourth day when we arrived at a school on top of a hill. The children had to walk a long, steep mountain road to get to school, which took about half an hour. During the home visit session, I visited a family whose eldest daughter had died in a landslide while trying to save her brother. The landslide had destroyed their home, but fortunately, a charity rebuilt a house for them.

This experience taught me about gratitude and contentment, changing my impression of Nepal. Seeing how the community coped with such challenges made me appreciate the simple joys in life even more.

Lam Wai Ka, Viga (5C)



Viga Lam visiting a child from a local family, who gifted her a precious drawing



Kris Mok spending time with his pals after they taught him Nepali

First, the tour helped me build a positive mindset whenever I encounter difficulties or obstacles. I realized how positive the group was when facing the sudden power outage; they found joy in the darkness. I am so happy to have learned this important mindset they taught me.

Additionally, the tour taught me to be resilient. I remember the day when my groupmates and I had no idea how to prepare the game booth. However, we came up with many ideas in just 20 minutes of teamwork, and the game booth ran smoothly while the students enjoyed playing it. This lesson taught me not to quit or give up, even when you haven't prepared. You can still come up with ideas to solve problems; don't just sit there and do nothing.

Mok Kwan Ho, Kris 5D

家長教師會第三十屆會員大會後記

第三十屆常務委員會互選結果：

	家長委員	教師委員
主席	羅翠萍女士	——
副主席	袁政文女士	溫結冰校長
司庫	潘詠嫻女士	馮詠恩老師
文書	許寶華女士	黃巧兒老師
聯絡	梁敏女士	張祖妮老師
總務	劉詠誼女士	麥浩林老師
康樂	祝小娜女士	葉錦有老師
	莊玉萍女士	陳玉燕老師
替補委員	劉芳女士	——
	李俊佩女士	——



家長晚會暨家長教師會第三十屆常務委員會就職典禮



家長教師會

親子工作坊



大家都十分投入親子互動

陸運會



親子賽前留影

教養孩童系列簡介會



家長們一同學習

教養孩童小組課程



報名出席整個課程家長可獲得「智慧的母親」書籍一本

親子參觀香港大學



與子女一同規劃生涯

流感疫苗注射活動



共同守護孩子健康

遠足組



當日天朗氣清，大家都享受遠足的當下

親子大旅行



深圳書城門前合照

糕點班



享受煮食

電影分享會



電影分享會
郭啟晉先生會後分享

家長敬師日



感謝老師熱心教學

中國文學科與 真光女書院交流活動

中國文學科一眾師生在3月24日到訪九龍真光女書院參與連串交流活動，包括以「婚嫁」為主題的「中華文化周」和讀書會。同學們不單參觀了友校的展覽，還試穿傳統婚服和參加漆扇工作坊。之後更與真光同學一起參加周會，聆聽由專業大妗姐講述「婚嫁六禮今昔」，內容非常精彩。最後就是重頭戲——聯校讀書會——「從《香港式離婚》看傳統、現代婚姻愛情觀」，會上同學積極發言，對於《香港式離婚》這劇本，以至婚姻愛情觀都有深入的討論，氣氛熱烈，實在是一次難能可貴的學習機會。



Celebrating Excellence: A Week of Inspiration with Distinguished Figures

The English Academic Week, which took place from February 24th to 28th, was a vibrant celebration of language, literature, and the lasting legacies of those who have shaped history. The theme, Distinguished Figures, brought history, drama, and wisdom to life, captivating students across all forms.

The week began with an English Assembly designed for both junior and senior students. For the younger audience, the professional theatre company Dove Tales performed a bible story, *The Queen Esther*, a live production that immersed secondary 1 to 3 students in a narrative of courage and resilience. The interactive elements of the performance kept students on the edge of their seats, their laughter and applause resonating through the School Hall. Meanwhile, senior students explored the art of storytelling in a workshop focused on theatrical elements, followed by a screening of *Sherlock Holmes: The Speckled Band*. This session not only sharpened their analytical skills but also sparked a newfound appreciation for drama.



Dove Tales Performance

Junior form assembly



Students Joyfully Engaged with the Actors on Stage



KYC Teachers' Interaction with the Actors



Our Engaged S1 Audience



A performance of Queen Esther



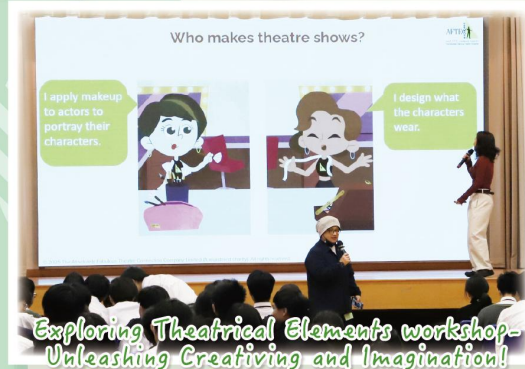
A Fresh Version of Queen Esther: Dove Tales Performance

Senior form assembly

The week culminated in a heartfelt morning sharing led by Mr. Tse and three students, who recounted the life and wisdom of the late basketball legend Kobe Bryant. Their stories of perseverance and the "Mamba Mentality" left a lasting impression, reminding us of the power of determination. Additionally, our Battle of the Books 2024–2025 focused on *The Witches*, provided great fun for our S.2 avid readers.



Viewing Sherlock Holmes - Speckled Band



Exploring Theatrical Elements workshop- Unleashing Creativity and Imagination!

KYC 2024-2025
ENGLISH ACADEMIC WEEK
24th - 28th FEB 2025

Theme: Distinguished Figures

Activity	Date
1. Junior English Assembly - Drama watching: Queen Esther	19th Feb 2025
2. Senior English Assembly - Interactive theatrical workshop on the play: Sherlock Holmes: The speckled band	19th Feb 2025
3. Lunchtime activity: Game booths about famous people	Hall, 12:40 - 1:15 26th Feb 2025
4. Morning assembly sharing	28th Feb 2025
5. S2 Battle of the book competition	Hall, Class teacher period 28th Feb 2025
6. Library good read display: a mini-book exhibition about famous people	24th - 28th Feb 2025

Ms. Chan Joyfully Kicking Off Academic Week!



Interactive Time at the Senior Form Assembly



Interactive Time at the Senior Form Assembly- Engaging Moments and Lively Connections!

English Week: S2 Battle of the Books

The English Academic Week was not just a celebration of language but a journey through the lives of those who have shaped our world. It was a week of inspiration, learning, and unforgettable moments.



S2 Battle of the Books Winning Team



S2 Battle of the Books



S2 Battle of the Books

English week lunchtime activity

Our Fantastic Reading Team

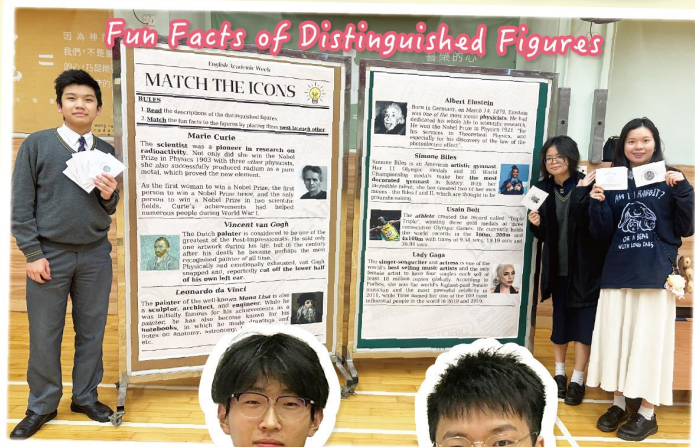


Our Students Embracing the Joy of Expressive Reading!

The excitement carried on into lunchtime, where the Reading Team from the English Department set up three engaging game booths. Students eagerly matched famous quotes to figures such as Albert Einstein, Mother Teresa, and even Taylor Swift. Another booth challenged them to connect fun facts to renowned personalities. However, the most entertaining booth allowed students to read aloud well-known quotes infused with various emotions, their dramatic interpretations eliciting cheers from their peers. Amidst this lively atmosphere, Ms. Kwan, our dedicated librarian, curated a reading corner showcasing biographies of distinguished figures, providing a quiet retreat for curious minds.



Students' Enthusiastic Participation



Fun Facts of Distinguished Figures



Matching famous quotes to distinguished figures



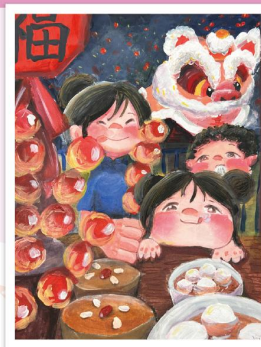
The Expressive Reading Game Booth

視覺藝術科校外殊榮

二零二五年十一月至三月



「快樂的節日」西洋畫比賽
5C 李旻樺 冠軍



「快樂的節日」西洋畫比賽
6C 余昕桐 優異獎

主辦機構	比賽名稱	得獎學生	獎項
香港遊樂場協會	2024「中環綠色奇緣」 繪畫及填色比賽	4B 王熙童	銀獎
全港青年學藝比賽大會、 觀塘扶輪社	「快樂的節日」西洋畫比賽	5C 李旻樺	冠軍
		6C 余昕桐	優異獎
新界社團聯會大埔、 屯門、葵青、 沙田地區委員會	「慶祝香港回歸祖國27周年 畫好香港填色暨 海報設計比賽」	2D 王康傑 2B 張洛瞳 3B 王雨婷 5D 蕭穎欣 5C 蘇以蕎 5C 李旻樺 6C 余昕桐 6C 葉芷君 6D 許煒彤	優異獎
香港大學專業進修學院、 中西區民政事務處及 香港大學職員協會	2024全港青少年 書畫比賽	國畫中學組 S3 楊依菲 王怡婷 單汝瑩 江憫晴 姚珺妤	入圍獎
		國畫中學組 S3 溫子悠	優異獎
		西畫中學組 S3 王雨婷	入圍獎
		西畫中學組 S5 李旻樺 李穎瑤 林卓瞳 蕭穎欣	
		西畫中學組 S6 余昕桐 梁逸意 陳泰楷 葉芷君	
		西畫中學組 S5 蘇以蕎 西畫中學組 S6 許煒彤 葉約遙	優異獎
長者學苑發展基金及 安老事務委員會主辦	長者學苑聯網 第五屆長幼有情攝影比賽	5C 李卓達	亞軍
「國壽小畫家」繪畫比賽	中國人壽保險(海外) 股份有限公司	6C 葉芷君	銅獎
		6A 葉家蕙	優異獎
香港藝術交流協會	亞洲青少年 兒童藝術節繪畫大賽	3A 溫子悠	銅獎
亞美斯藝術交流	國際兒童及 青少年繪畫大賽 2025少年初級組 (展我繽紛)	3A 溫子悠	銅獎
亞美斯藝術交流	兒童及青少年 繪畫大賽2024(樂在畫中)	3A 溫子悠	銅獎
葛羅夫文化藝術中心	冬日聖誕心意卡設計比賽	6C 余昕桐	冠軍



冬日聖誕心意卡設計比賽 6C 余昕桐 冠軍



「國壽小畫家」繪畫比賽2024 S6 葉芷君 快樂童遊 銅獎



長者學苑聯網第五屆長幼有情攝影比賽 5C 李卓達 亞軍

救恩書院體育科

為配合教育局提昇學生體能素質及配合本校的發展方向；
體育科為學生提供不同的活動發展範疇：

參加「躍動校園，活力人生」MVPA60獎勵計劃，培養學生成為主動及具自信的學習者。本校利用教育局「MVPA60」一筆過津貼購買電子跑圈系統平台以配合MVPA60的體能測試及推動校園體育氣氛，強化學生學習效能。

參與精英運動員慈善基金會「精英運動員慈善基金賽馬會動感校園計劃」約章，以強化學生學習效能，培養學生成為主動及具自信的學習者。

陸運會、環區跑利用
雙頻RFID晶片計時間
計時，成績更精準



登動新世代

與保良局社會服務部合辦「營動新世代」活動，幫助同學建立營養豐富的飲食和健康的運動習慣，通過新興運動和充足的營養釋放同學的潛力和能力，以加強學生「追求卓越」的精神，學生在各項活動均能積極參與，建構寬廣的知識基礎，突破自己參與表演，提昇學生共通能力，建立健康的生活方式與學生健康及支援組籌備相關精神健康活動，學生透過簡單體能及運動攤位，協助學生紓緩壓力並提昇學生體能質素。

生命教育
攤位遊戲



學生獲七日營養早餐，養成健康早餐習慣



新興運動-靚速盤



新興運動-芬蘭木棋



生命教育工作坊



同學分享突破自我的感受

新興運動-街舞工作坊



六十四屆陸運會

第六十四屆陸運會
在校長鳴笛後正式開始

在緊張激烈的比賽中，看台上的「啦啦隊」全情投入為社屬健兒吶喊打氣，口號此起彼落，全場氣氛更見熱烈。場上四社健兒各展所長，奮力奪標。除了健兒落力比賽和啦啦隊竭力打氣外，背後更有賴家長、教職員、工友及社職員的協作，更要感謝天父給予兩天美好的天氣，使陸運會得以順利完成。



校友鄭鴻婷女士蒞臨作主禮嘉賓

當天承蒙香港射箭運動員代表，本校校友鄭鴻婷女士蒞臨作主禮嘉賓。鄭鴻婷女士於2009年至今一直活躍於箭壇，期間更為香港獲得無數獎項。現今仍於香港(女子複合弓)穩居「一姐」地位。當天鄭鴻婷女士向同學分享如何在運動的路上體現「追求卓越」的精神，感情真摯，一句「追求卓越，成功就會走向你」，找到夢想「向著標杆直跑，成功就會出現」令大家獲益良多。有幸從頒獎嘉賓鄭鴻婷女士手中接過獎牌，對救恩書院的同學來說實在獲得莫大的鼓勵。

第六十四屆陸運會亦隨着畢業班接力賽冠軍6A班同學的歡呼聲及一片熱烈的掌聲中圓滿結束。

比賽一刻



女子甲組全場總冠軍葉芷君



男子甲組全場總冠軍簡蔚桐



男子乙組全場總冠軍何孝毅



四社運動員進場 (藍：信實社、紅：和平社、黃：仁愛社、綠：喜樂社)

救恩書院第六十四屆陸運會

救恩書院第六十四屆陸運會已分別於十一月十二及一月二日假大埔運動場舉行。今屆陸運會參賽人數達三百八十三人，師生與嘉賓七百多人參與盛會，場面熱鬧。兩天合共九十多項賽事順利完成，共五十四項破上屆紀錄。另外亦有五個項目破歷屆紀錄，包括男子丙組200米李可燁同學初賽以26.66秒破39年前1985年創下的歷屆紀錄；女子乙組400何曉弦同學亦以1.09.6秒破歷屆紀錄；另外公開組項目中，4X100米小學友校接力女子組阮鄭夢芹小學以57.32秒破歷屆紀錄；家長男子100米個人賽2A馬譽婷家長以13.54秒破歷屆紀錄；畢業班混合組6X200米接力6A班亦以3.00.21秒破歷屆紀錄。



啦啦隊努力打氣

男甲簡蔚桐、男乙何彥毅、男丙李可燁、女甲葉芷君、女乙何曉弦及女丙劉芷茵同學分別奪得個人全場冠軍殊榮。最終仁愛社以1076分，獲社際全場總冠軍；成為今屆陸運會大贏家。和平社則同時奪得啦啦隊最佳口號獎及啦啦隊團隊精神獎。



何彥毅同學勝出振臂歡呼

裁判代表宣誓



女子乙組全場總冠軍何曉弦



男子丙組全場總冠軍李可燁



比賽一刻



女子丙組全場總冠軍劉芷茵

精英運動員慈善基金會賽馬會動感校園計劃

參與精英運動員慈善基金會「精英運動員慈善基金會賽馬會動感校園計劃」約章，以強化學生學習效能，培養學生成為主動及具自信的學習者。

中一級合球示範課



中四級武術示範課



精神健康活動

與學生健康及支援組籌備相關精神健康活動，學生透過簡單體能及運動攤位，協助學生紓緩壓力並提升學生體能質素。



開心乒乓球



午間營養奶昔



觀看香港網球公開賽後感

6C 黃曉楠

今天的比賽十分精彩，令我獲益良多。今天烈日當空、夏日炎炎，連一點雲都看不到，本來我對比賽不抱期待，甚至感到不耐煩。但當我進入場館看見運動員們在賽場上認真練習，專心致志的模樣，令我倍感佩服，在如此炎熱的天氣中還能克服困難，只為取得佳績。最令我印象深刻的是，我竟然撿到了運動員向我丟擲的網球，令我十分期待接下來的比賽。

終於到比賽開始的時候，隨著一聲令下，運動員們隨即展開比賽，看著那小小的、黃綠色的網球在天空中飛翔、飄揚的樣子，我的視線也隨著網球移動。在不知不覺中，我已經沉浸在比賽之中，漸漸愛上了網球這項運動。運動員們在賽場上互相加油打氣的樣子，亦帶動了比賽激昂的氣氛。運動員們在賽場上大汗淋漓，拼盡全力的樣子，令我明白到，只要堅持、努力克服困難，就可取得成功，我亦會向她們學習堅毅不屈的精神，運用在生活當中。



Strong Nation Dance 中三級示範課



中五級棒球示範課



體育課特色課堂



體能對對碰



1分鐘跳繩



中六級草地滾球課

2024環區跑

今年「環區跑」適逢全校運動日，參加學生及老師逾300人。為配合學校STEM發展，今年以跑步晶片計算各位健兒比賽成績，比賽成績可以更精準及更快公佈。

本校特色「環區跑」是有益身心活動，已進行逾二十年，旨在讓學生與同儕一同參與體能活動的同時，更了解身處的社區，提升體育精神及對本區的歸屬感。

路線由救恩書院經行人路→廣福邨→林村河→王少清診所側→大埔中心→田百貨側→大埔區警署側→返回救恩書院側。全程約4公里，同時設有老師賽，分2公里及4公里。

環區跑已成為本校一大特色活動。



環區跑比賽前，師生同來一張大合照。



今年配合學校STEM發展，各位健兒鞋上綁上雙頻跑步晶片，地上鋪上接收數據的地氈，效果良好。



5A李灝天同學以14:39.3分
破大會紀錄成績獲得全場總冠軍



5C賴崇謙同學以14:43.5分
破大會紀錄成績獲得全場總亞軍



女子甲組起步前留影



比賽背後有一班勞苦功高的
學生工作人員協助，讓比賽過程更為順利。



溫校長主持起步，男子乙組起步前留影

體育科校外殊榮

二零二五年十一月至三月

主辦機構	比賽名稱	得獎學生	獎項
世界合球U19錦標賽2025	國際合球聯會	4D 徐國嚴	獲選代表香港出賽
大埔龍尾沙灘節2024	大埔區合球比賽	1C 劉俊健 2A 鄭卓翹 3B 陳栢全 3C 謝紫楓 3C 徐映雪 4A 陳芍任	大埔組(中學)冠軍
		4A 陳芍任	最佳男球員獎
		3C 徐映雪	最佳女球員獎
港城西北扶輪社	合球邀請賽	男球員: 3A 梁子軒 2A 鄭卓翹 2B 王一言 2C 鄭琬騫 1C 劉俊健 1C 溫佑晉 女球員: 3C 謝紫楓 3B 張伊奕 2D 林昉瑩 1D 袁凱嵐	初級組亞軍
		男球員: 4C 陳軒 4D 徐國嚴 4A 陳芍任 3B 陳栢全 女球員: 3C 徐映雪 4C 姚嘉希 4D 羅恩慧	高級組冠軍
		2B 王一言	最佳球員獎
		3A 梁子軒	
		3C 徐映雪	
		5A 蔡皓熙 5A 劉嘉樂 5A 李灝天 5A 駱誠君 5C 賴崇謙 6A 湯守章	男子甲組團體第7名



4D 徐國嚴同學，獲選代表香港參加世界合球U19錦標賽2025，於本年4月15至21日，前往捷克Kutná Hora比賽。



大埔中學冠軍，接受頒獎嘉賓頒發冠軍獎盃。



4A 陳芍任同學獲頒「最佳男球員獎」。



3C 徐映雪同學獲頒「最佳女球員獎」。



高級組接受胡陳金枝校長劉德銘先生頒發冠軍獎盃。



初級組第一組接受胡陳金枝中學校長劉德銘先生頒發冠軍獎盃。



初級組第二組接受胡陳金枝中學校長劉德銘先生頒發亞軍獎盃。



大家同心協力，追求卓越成績。



為付出的努力的成績感到欣喜。



6位參加的同學接受校長的祝賀及頒發獎牌及獎盃。

主辦機構	比賽名稱	得獎學生	獎項
中國香港合球總會	2024城市合球賽	3C 謝紫楓 3B 陳栢全 3C 徐映雪 4A 陳芍任 4C 陳軒 4D 徐國嚴 4D 羅恩慧	中學高級組冠軍
		1D 袁凱嵐 2A 陳嘉熙 2A 鄭卓翹 2B 張洛瞳 2B 鄭梓瑩 2C 張栢浩 3A 梁子軒 3B 張依奕	中學初級組季軍
中國香港合球總會	2024-2025年度學界合球錦標賽	2C 張栢浩 3B 陳栢全 3C 徐映雪 4A 陳芍任 4B 李琳 4C 陳軒 4C 姚嘉希 4D 羅恩慧 4D 徐國嚴	中學高級組亞軍
		1C 劉俊健 2A 陳嘉熙 2A 鄭卓翹 2B 張洛瞳 2B 鄭梓瑩 2B 王一言 2D 林昉瑩 3A 梁子軒 3C 謝紫楓	中學初級組亞軍
香港學界體育聯會 大埔及北區中學分會	2024-2025年度校際游泳比賽	男子組	全場總亞軍
		男子丙組	蟬聯全場冠軍
		女子乙組團體	全場殿軍
教育局	「躍動校園，活力人生」 MVPA60獎勵計劃		同學分別獲金銀銅証書作獎勵

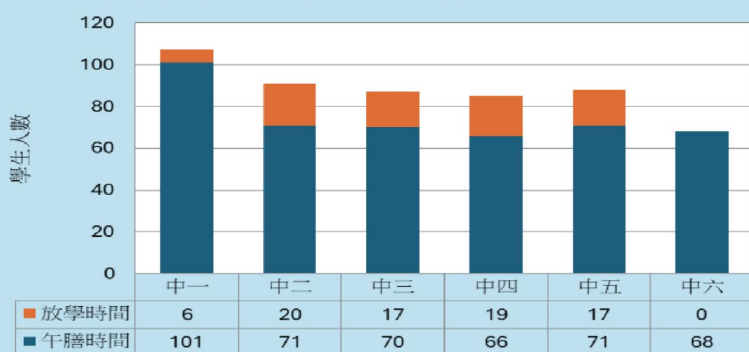


學生會選舉

學生會選舉已於2024年9月25日順利完成，投票人數有526人，全校投票率達75%，各級投票詳情可參閱下表。點票工作於9月27日完成，DESTINY有266票，HOVER有213票，廢票47票，DESTINY當選為2024-2025年度學生會。學生會就職禮亦於9月30日順利完成，DESTINY接任新一屆學生會。

全校投票人數：526人 全校總人數：702人 全校投票率：75%
DESTINY：266票 HOVER：213票 廢票：47票

學生會選舉投票人數(2024-2025)



	中一	中二	中三	中四	中五	中六
各級投票總人數	107	91	87	85	88	68
各級學生總人數	131	128	123	115	109	96
各級投票率	82%	71%	71%	74%	81%	71%

2024-2025年度 學生會DESTINY成員名單

	姓名
主席	5B 詹熙晴
外務副主席	4C 姚嘉希
內務副主席	5B 鄭考澄
財政	3C 謝紫楓
福利	5B 馮凱琳
宣傳	4C 陳軒 4D 徐國嚴
康樂	5B 李奕朗 5B 周一一
總務	5B 尹善欣 3A 林子涵
文書	5B 梁泳霖
攝影	4D 陳凱琳
美術	3B 張伊奕



2024-2025學生會Destiny成員合照



代表會幹事進行點票工作



參選內閣Hover

學生會代表會

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、中期及全年之財政及工作報告。
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：

	姓名
主席	5D 段美伶
副主席	4D 蕭穎欣
文書	4A 王晞璇
財政	5B 范哲欣
幹事	1B 唐穎 2B 劉正熹 3B 梁灝穎 3B 伍漢榮 4A 陳洛瑤 4A 陳美詩 4A 陳芯樂 6A 林豈伊



新舊兩屆代表會合照

聯校領袖生交流會

為了拓寬訓育組領袖生的視野，訓育組與中華聖潔會靈風中學訓育委員會在2月17日合辦「聯校領袖生交流會」，兩校領袖生分享經營團隊的經驗，互相學習，獲益匪淺。



5A 麥紓樂

交流會中，我代表本校領袖生團隊向友校老師及領袖生簡介日常職務及各項活動，友校領袖生亦向我們講述其校情況，兩校領袖生都積極參與，追求進步。

5B 李昀藍

從友校的分享中，我學習到如何令領袖生團隊更加團結，亦學習到如何增強領袖生團隊的歸屬感。這次交流會給我很大的啟發，盼望日後有更多聯校領袖生交流的機會。

3A 黃巧璇

我們兩校領袖生就如何管理領袖生團隊一同討論、互相分享。我明白到交流會確實能令我們拓闊眼界，當我見到友校領袖生主動帶領討論時，也反思到作為領袖生表現積極主動是尤其重要的。



師生們積極參與討論和分享



本校首席領袖生向友校介紹領袖生隊伍



兩校學生輪流匯報



兩校師生大合照

24/25「和諧校園——尊重友愛 拒絕欺凌」計劃

響應教育局價值觀教育的推廣，訓育組參加了24/25「和諧校園——尊重友愛 拒絕欺凌」計劃，此計劃透過推廣「尊重」、「友愛」的價值觀，讓大家學會彼此尊重，互助互愛，拒絕欺凌行為，全校一同建立共融文化。本學年，我們將進行2次班主任課、3次早會分享以及3次午間活動。

2024年10月16日早會，三名領袖生以「人人不同、互相尊重」為主題向全校師生分享，隨後兩位老師向全校師生簡介計劃，並邀請溫校長、朱副校長、賴助校以及兩名首席領袖生舉行簽署約章儀式，為全年計劃揭開序幕。

2024年10月29日午膳，在羽毛球場舉辦了第一次午間活動，設置了「好人好事齊齊like」、「你我不同相尊重」、「拒絕欺凌有辦法」等四個攤位遊戲，讓學生明白彼此尊重、互助互愛和拒絕欺凌行為的重要，與學校攜手建立和諧的校園文化。



溫校長與學生參與午膳活動

學生的分享：

4B 蔡曉彤

參與活動後，我明白到每個人都有值得欣賞的地方，所以我們應該多欣賞別人的優點，少批評別人的缺點，無論如何都要尊重別人。另外，我也學習到目擊校園欺凌時的應對方法，作為學生，有責任一同守護校園文化，即使我只是欺凌事件的旁觀者，也要挺身而出，勇敢制止。盼望同學們一同建立和諧校園。

4C 劉思睿

參加計劃活動後，我明白到同學之間要互相尊重，儘管我們的性格、興趣不同，也要學習理解及尊重彼此的差異。希望教恩同學一同建立和諧友愛的校園。

4C 文巽陽

我明白到尊重和友愛的重要。活動讓我明白到每個人都是獨特的，要接納和欣賞他人。另外，我也學會了如何處理欺凌事件，以前的我面對欺凌總是選擇沉默或是逃避，但經過這活動，我意識到欺凌行為不僅傷害了受害者，也會影響整個校園的氛圍。日後若是遇上欺凌事件，我會勇敢地對欺凌說「不」。我會繼續秉持著尊重、共融和友愛的價值觀，與大家一起讓校園變得更加美好。

2A 鄺婷婷

參加計劃活動後，我明白到一句簡單的讚賞能使人感到溫暖的道理。在那次活動中，我負責「讚賞別人」攤位活動，當我看到同學們在卡上給老師同學寫下讚賞的話時，他們的臉上都充滿笑容，在旁的我也感到非常溫暖，我想像被誇獎的人，會覺得自己的努力或天賦被看到了，自信心會隨之增加，會感到很高心。我會多讚賞別人，讓人感到溫暖，讓校園變得更和諧友愛。

同學寫出身邊的好人好事，學會欣賞他人



透過遊戲學習拒絕欺凌的方法



從活動認識自己與他人的不同

麻鷹二號訓練營



麻鷹計劃包括麻鷹一號（中一）、麻鷹二號（中二）和麻鷹三號（中三）的一系列領袖訓練活動，旨在培養同學成為救恩書院未來的領袖！

麻鷹二號訓練營已於2024年12月6日至7日順利舉行，共有26位中二級同學到賽馬會長洲鮑思高青年中心參與兩日一夜的訓練營。此次訓練營採取露營的形式，除了團體活動外，同學們還需自行煮食和搭建帳篷。希望在這個過程中，能夠培養同學的溝通、解決問題和團隊合作能力，以及勇於挑戰的精神。

學生感言

2A 何怡臻

我意識到信任是成功的關鍵。這讓我更加願意依賴同學的能力，並尊重他們的意見。

這種合作精神不僅提升了我的自信心，還增強了團隊的凝聚力，讓我們能夠共同面對挑戰。



學生自行烹煮晚飯



學生齊心合力完成繩網活動

學生感言

2B 朱鎧澄

面對挑戰和困難時，我學會了更靈活地思考，尋找創新的解決方案。

2B 胡熙玥

繩網環節讓我成長了許多，起初我十分怕高，但是慢慢地我明白背後永遠有同學的幫助，變得越來越信任同學，最後也爬到了最高點！



麻鷹二號成員



分組活動



夜行

學生感言

3A 蔡嘉賞

在麻鷹3號計劃中，我學會了團隊合作的重要性，大家在共同努力下建立了深厚的感情。此外，通過設計不同的溝通和解決問題的遊戲，我們提升了領導能力和解決問題的能力，使我們在面對挑戰時更具自信。在整個過程中，我們也學會了如何有效管理時間和資源，從而提高活動的效率。最重要的是，這些經歷讓我們理解了追求卓越的意義，並激勵我們在未來的學習和生活中持續努力。

麻鷹3號同學透過遊戲 提升溝通能力



學生感言

3A 李巧瑤

今年是我參加麻鷹的最後一年，真是令人不捨。在這三年中，我收穫了很多。記得第一年參加麻鷹1號時，我非常害羞，但經歷越來越多活動後，大家漸漸熟悉起來。在第三年，我們剛剛完成了帶領麻鷹1號參加日營的任務，感受十分深刻。中一時，我非常羨慕麻鷹3號能在日營中帶領遊戲，讓我們參與。今年，我們在日營中學習擔任領袖，成為師弟師妹的榜樣。感謝麻鷹計劃，讓我深刻明白應該培養責任心。雖然我現在還未完全做到，但我會繼續努力，追求卓越！希望未來能做得更好。



麻鷹3號同學為日營遊戲進行綵排

學生感言

3C 盧家聲

在這三年的麻鷹計劃中，我對團隊負有高度的責任感，勇於承擔責任，並積極為實現目標而努力。此外，我能有效激勵和引導他人，帶領團隊朝著共同的目標前進。麻鷹3號計劃讓我成長了許多，從靦腆變得堅強，能夠獨當一面。



探索傳媒世界 領略親情真諦

中一級其他學習經歷日活動



本校德育、公民及國民教育組於2024年10月10日主辦了中一級其他學習經歷日活動，透過參觀香港01新聞中心及觀賞電影，讓中一學生能從多角度探索職場世界及反思親情價值。

上午，學生前往香港01新聞中心參與三個主題活動。首先是「直播間及攝影廠體驗活動」，同學有機會化身主播，在專業攝影棚內進行新聞報導模擬拍攝。緊接著的「真假新聞Fact Check工作坊」教導學生辨別真假新聞的技巧，培養媒體素養。最後的「《香港01》新聞行業發展及機遇」講座則讓同學深入了解新聞行業的發展前景及傳媒工作者的職責。

下午，學生到訪大埔嘉禾戲院，觀賞國情電影《你好！李煥英》。電影講述了一個穿越時空的親情故事，透過女兒回到1981年與年輕時的母親相遇，展現了母愛的偉大與親情的珍貴。同學們在觀影後都表示被劇情深深打動，更加了解祖國改革開放初期的生活以及理解母親的偉大，反映活動有效啟發學生反思親情價值。

是次活動結合了職業探索和價值教育兩大元素，既讓學生了解傳媒行業的實際運作，培養他們的專業技能，又透過富有教育意義的電影，培養正面的價值觀，達到擴闊視野、啟發思考的教育目標。透過這次其他學習經歷日，同學們不但獲得寶貴的實踐機會，更在情意教育方面有所啟發，相信必能在他們未來的成長路上帶來正面影響。



學生體驗錄影直播的過程



學生從講座中了解傳媒行業近況



學生體驗用提詞機進行直播



同學於觀賞電影後一同拍攝大合照

VR同理心體驗・創科設計思維工作坊

配合共融元素將學校化為新科技遊樂場

傷建共融的價值觀是當今學生學習中至關重要的元素之一。本校德育、公民及國民教育組於第二次其他學習經歷日為中四級學生舉辦了「VR同理心體驗・設計思維工作坊」。希望通過這個活動，讓學生善用科技與不同社群交流，培養「科技以人為本」的社會創新及科技創新精神。



學生利用VR體驗輪椅運動



學生興奮投入AR尋寶大挑戰



學生專心聆聽輪椅導師的分享



學生認真了解VR、AR及MR於社會應用上的發展方向



學生積極參與輪椅人士體驗活動

工作坊以科幻電影作為切入點，介紹VR、AR和MR在現實社會的最新應用與發展，並配合互動問答遊戲，以提升學生的參與度。接著，學生配戴VR眼鏡，從輪椅人士的角度體驗不同的運動，包括棒球和射箭，讓他們感受VR科技如何幫助殘障人士突破身體限制，解決日常生活中的困難。之後，學生分成小組，在學校不同地點的挑戰關卡尋找線索，用手機掃描checkpoint回答一系列共融科技相關的問題，以召喚出互動式AR動畫至現實場境，完成挑戰。最後，學生透過輪椅導師的分享，發揮設計思維，分組構思針對弱勢社群的科技創新點子，實踐所學知識。

希望這次結合VR科技等STEAM元素的工作坊能為學生帶來充滿趣味和活動交流的學習新體驗，讓學生以遊戲化學習的方式逐步培養同理心和傷建共融的價值觀，期望學生未來能身體力行，貢獻社會。

校園日誌

10月-3月



物理科學術日



救恩打气站



十一月 中華文化學術周



環區跑



感恩茶座

十月 福音週



家長敬師日



和諧校園
午間活動



十二月

大學之道：
大學資訊日參觀



家長晚會暨家長教師會
就職典禮



中一入學資訊日



校園日誌

10月-3月



一月 春節文化活動



清雅臺周年音樂會



二月 元宵節活動



創科@大埔



英語學術周



第二次OLE Day



三月 城市林務講座



與真光女書院
進行聯校活動



樹藝同樂日



救恩書院年度書展



校外殊榮



本校學生在學術和品行皆表現出色，得到各界認同，因此在校外奪得了各類獎項和殊榮。他們的努力和才華不僅為自己贏得了榮譽，也為學校增添光彩，展現了我們教育的卓越成果。以下便是獲得的部分獎項：

The 13th ESD Learning Programme 2024/25



5B 徐疊夢、5B 范哲欣、5D 段美伶、5D 劉銘萱、
5D 莫鈞皓、5D 許家浩、5D 黎蕙翠
獲最佳創新獎 Best Innovation Awards

UNESCO Hong Kong Association – UNSDGs Debating Competition 2024/25



6A 吳卓霖、5B 李奕朗及 5B 周一一
獲冠軍及最佳辯論員

2025大埔區全民國家安全教育日 「低碳生活 綠色未來」短片創作比賽



4C 李靖、4C 張灝城、5B 霍可晴及 5D 周嘉瑜 榮獲金獎

名師高徒導師計劃 2025



4A 湯迪楊入選名師高徒導師計劃 2025

香港福建希望工程基金會「大愛無疆」 第八屆北區及大埔區獎學金



2A 鄺婷婷、3B 姚雅滢、4A 陳洛瑤、5B 霍可晴及
6B 梁凱洛獲希望工程獎學金

尤德爵士紀念基金第三十八屆獎學金頒獎典禮



6A 施嘉敏和 6A 蕭榆洋獲尤德爵士紀念基金獎學金

第三屆「愛心行動獎 2023-2024」



6D 李宇深愛心行動獎獲嘉許狀

大埔區好學生獎勵計劃頒獎典禮



5A 麥籽樂、5B 霍可晴及 5D 段美伶
獲大埔區好學生獎勵計劃突出表現學生獎