



香港拯溺總會季刊 HKLSS NEWSLETTER

匯川河成浩翰，集眾志成廣益！

謹代表拯溺界 熱烈恭賀 陳偉能主席MH、楊志滔副主席及陳志球義務秘書JP獲頒授勳銜

特區政府於7月1日憲報刊登本年度授勳名單；當中，喜見 陳偉能主席MH獲頒授『榮譽勳章』；再賀 副主席楊志滔博士獲頒『行政長官社區服務獎狀』；及欣聞義務秘書陳志球博士JP獲委任為『非官守太平紳士』。三慶同賀，鴻猷懋績，實為拯溺界大喜訊。衷心祝賀各獲授勳領導，並摯誠感謝 您們為拯溺界增光宏績，立榜豎輝。



陳志球

陳偉能

楊志滔

封面 人物

副會長黃學堯



1964年攝於奠基石前

後排左起：張錦添、張鎮漢、郭贊、周有、陳泰、趙不弱

前排左起：梁華康、黃學堯、韋錦潮、郭漢銘、郭鎮恒、譚鑑泉、羅毓榮、源衛國、盧錦倫、黃敬體



1976年5月21日香港代表團到英聯邦救生會議與前皇家救生會大會長雅麗珊郡主在聖詹士皇宮合照

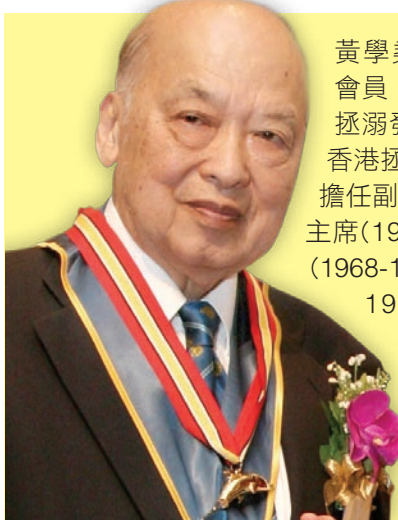
左起：陳偉能、吳漢琛、趙不弱、雅麗珊郡主、馮秉芬、郭漢銘、盧錦倫、蔡準

右起：黃學堯



1981年6月香港代表團出席英聯邦救生會議

左起：陳偉能、吳漢琛、許周美閩、霍英東、周有、劉漢華及夫人、郭漢銘、黃學堯



黃學堯副會長是香港拯溺總會其中一位資歷最深的會員，他見證着香港救生運動的誕生及過去半世紀的拯溺發展。黃副會長於1957年起加入香港拯溺會(即香港拯溺總會前身)，他曾在英國皇家救生會(香港分會)擔任副義務司庫(1957-1968)、義務司庫(1968-1990)、主席(1990-1997)，並在香港拯溺總會擔任副義務司庫(1968-1971)、團長(1971-1973)、主席(1973-1990)，自1995年起更擔任香港拯溺總會副會長，至今服務超過51年。在1997年，他被英國皇家救生會委任為英聯邦救生會副會長。他帶領總會在過去50多年積極發展拯溺運動，貢獻良多。今期特請來黃副會長，與大家分享一下他多年來參與拯溺會的一些感想。

作為香港拯溺總會的元老之一，可否分享一下當初成立總會的經過？

答：由於熱愛水上活動，我們一群志願人士慢慢就組織起來，利用工餘時間，為社會提供拯溺服務。就在這時我參加了拯溺訓練，希望能夠在參與水上運動的同時，亦學會自救、救人的技術，並能服務社會。記得以前為拯溺會工作，雖說是義務性質，但大家一起工作融洽，互愛互助，所以我當主席及司庫的時候，感到十分開心。總會上下，就像一家人，很親切，富人情味。會務之所以能這麼順利運作，全賴郭漢銘先生一手策劃及推動，憑著他懾人的魅力、超卓的領導才能、和合的處事態度，拯溺會在過去的發展可謂無往而不利。

您對過去50多年的救生發展工作有什麼感想？

答：凡事未必只看現在，應放眼將來。記得以前郭漢銘先生在發展淺水灣救生會總部的時候，曾經有不少人批評他，認為他令淺水灣滿天神佛，不像發展救生運動；但是現在的淺水灣正因為有郭先生的努力，才成為今日香港十大旅遊景點之一，對推動本港經濟起著正面的作用。

在過去多年來，有什麼事情令您最難忘？

答：記得以前每5年就會去英國開救生會議，有機會入皇宮見英女皇。最難忘的是每次會議期間，香港代表團的一班首長均會慷慨設宴邀請各國救生會代表，互相聯誼，這個活動稱之為「香港之夜 Hong Kong Night」。因當時其他各國代表團均不像我們這般慷慨，此舉實在令他們讚嘆不而。故每次去英國開會，我們均會視之為一件盛事。參與的首長均是名流紳士，包括馮秉芬爵士、郭贊、趙不弱、陳景福、霍英東、蔡準、周有、吳漢琛、劉漢華、許周美閩等，還有背後的一班策劃者如郭漢銘、盧錦倫、陳偉能等等。



陳偉能主席MH自1965年成為英國皇家救生會(香港分會)及香港拯溺總會的執行委員，1972年起擔任義務司庫、義務秘書等職位，並在1993年起擔任主席，服務總會超過40年。在1997年他被英國皇家救生會委任為英聯邦救生會副會長。憑藉他的領導，總會在過去數十年發展迅速，一日千里。而且他更是一個成功的商人，在多個商界協會擔任要職，同時出任中國廣東省省政協委員，到底他有什麼成功的秘訣呢？

作為香港拯溺總會的主席，可否分享一下領導總會有否遇到甚麼困難？

答：是有許多困難。總會的主要工作是提供服務予超過100個屬會，當中，有些屬會是半職業性質營運，他們的經費主要由訓練收益去維持；另有些則以義務性質運作，出錢出力發展拯溺運動。故此，他們有不同的目標與發展方針。作為總會，我們要全力平衡各方面的訴求，以免厚此薄彼。這是很不容易辦到的。

您對過去40多年的救生發展工作有什麼感想？您覺得時代變遷有沒有對總會帶來衝擊？

答：記得在1962年，當時還在讀書時代，我已開始考拯溺章，當過義務救生員，那時的更費是2元一日。我和其他屬會的救生員一樣，一方面學習拯溺，貢獻社會，另一方面又可以做自己有興趣的事，覺得很有意義，於是，對拯溺的興趣日益濃厚。當時在香港有兩個救生組織，一個是英國皇家救生會(香港分會)，另一個是香港拯溺總會。直至1965年，我開始擔任執行委員，負責過不同的職位，包括義務司庫、義務秘書，一直到1993年起擔任主席至今。很多人都未必知道，在1969至1972年間，我是總會的第一任受薪執行秘書，所以對於處理辦事處的工作、執委之間的配合，以至和各政府部門及其他社團之聯繫，我都甚為熟識。在此之前，大部份的會務都是由郭漢銘先生及盧錦倫先生義務處理。回想辦事處由一個職員發展到現在的規模，40多年間會務發展迅速，同時因應實際需要，不斷改進，當中感觸良多。

時代不斷變遷，帶來的衝擊，令總會不斷成長，從一班志願發揚拯溺救生的人士，發展至一班熱心服務的執行委員，大家擁有着共同的目標，那就是以推廣救生及水上安全為己任。由最初純粹一個閒暇的水上活動，演變至正式考取拯溺證書至現在，拯溺已發展成一個專業的技術，並可作為一個謀生的資格。拯溺的演變，確實印證了我們一班為拯溺貢獻人士的努力。



1980年5月11日香港代表郭漢銘(左二)及陳偉能(左一)與菲臘親王愛丁堡公爵(右一)在世界救生組織及歐洲拯溺研討會中之午餐上討論有關香港救生事務

在過去多年來，有什麼事情令您最難忘？

答：在2003年，為符合國際救生資格的要求，總會推行救生員轉制，提升舊有的資格，並開始採用專業救生制度，即泳池救生及沙灘救生章系。剛好當時救生員在市場上的需求十分殷切，但合資格的救生員的供應不足，令現任救生員的工作量大增，引發救生員工會發起工業行動。本會有感救生員的罷工令大眾市民造成不便，故我們當時全力配合政府，提供大量義務救生員出更，舒緩了這次工業行動對市民的影響。同時，本會為鼓勵更多市民學習拯溺，解決救生員的供應問題，便發起「千人就業計劃」，由總會資助半費，讓更多人可以學習拯溺，考取專業的救生員資格。最難忘的，是2003年香港經濟不景，失業率達到歷史高位，接近7%。有一次我在乘搭地鐵，身旁有3、4個青年正在討論參加拯溺訓練班，說道：「現時失業率高企，人浮於事，尋找工作非常困難，有氣有力便去學拯溺，做救生員的人工都不俗！」。這件事令我有很大感觸，拯溺不單只是救人自救，而且亦成為謀生的職業，這驅使我更有動力去推行救生的工作。

在您的帶領下，會務蒸蒸日上，得到各界認同，可否向各會員分享一下您的管理心得？處理會務有什麼成功的秘訣呢？

答：在這40多年，會內有許多領導班子已經退休，亦不斷有新的執行委員加入，到現階段，差不多是第4代了。大家都很熱心去為總會做事，雖然各個工作委員會之間有時會有矛盾，作為主席，應該尊重大家的意見，以總會的利益為依歸，這便可理直氣壯地解決問題。幸好過去各執委都很熱心，從上個月的榮譽功勳典禮中可見，很多委員及會員都有超過二、三十年的服務紀錄，這是一件令我們驕傲的事。

除了內務之外，對外的關係亦不可或缺。在七、八十年代，我曾參與代表香港出席過5次每5年舉行一次的英聯邦救生會議，與英聯邦各國有著緊密的接觸及交流。本會在英聯邦各國組織之中，成績彪炳，所以在國際有一定的地位。現時香港的代表是副主席楊志滔博士，他是現任的國際救生總會理事，除了要處理大量外交工作以保持香港在國際之間的聯繫及地位外，還把許多各國的拯溺技術及經驗帶回本港。故楊博士對總會實有極大的貢獻。



2002年8月11日拯溺總會千人就業計劃陳偉能主席在記者會上作出介紹
左起：陳志球、楊志滔、陳偉能、駱湛才

本會於4月12日舉行了一年一度的週年講座，更邀請到本會副總裁沙理士GBM太平紳士擔任主禮嘉賓，出席嘉賓還有本會當年總理海事處處長譚百樂太平紳士，參加會員約250人。為表彰沙理士副總裁數十年來對拯溺救生的巨大貢獻，總會在會上頒發金海豚勳章，以茲表揚。

一如以往，講座除了頒發各個救生獎項予各得獎屬會及學校，以及頒發委任狀予各級主考及評核員外，各委員會更就來年的工作計劃作出講解，使各屬會更能掌握及協助推動總會之各項活動。



副總裁沙理士GBM太平紳士獲頒金海豚勳章



副總裁沙理士在週年講座上致辭



副主席楊志滔博士作會務報告



屬會救生成績得獎者合照

2007/2008屬會救生成績得獎名單

會長盃 PRESIDENT'S TROPHY

- 第一名：北葵涌公眾泳池拯溺會
- 第二名：騰達體育會
- 第三名：康樂及文化事務署

會長盾 PRESIDENT'S SHIELD

- 北葵涌公眾泳池拯溺會

郭贊盃 KWOK CHAN TROPHY

- 第一名：康樂及文化事務署
- 第二名：北葵涌公眾泳池拯溺會
- 第三名：騰達體育會

市政盾 URBAN SERVICES SHIELD

- 第一名：康樂及文化事務署
- 第二名：北葵涌公眾泳池拯溺會
- 第三名：藍鯨拯溺會

飛魚獎 FLYING FISH TROPHY

- 第一名：北葵涌公眾泳池拯溺會
- 第二名：康樂及文化事務署
- 第三名：騰達體育會

教育署長盾 DIRECTOR OF EDUCATION SHIELD

- 第一名：香港航海學校
- 第二名：賽馬會體藝中學
- 第三名：職業訓練局香港專業教育學院(柴灣分校)

教育署長盃 DIRECTOR OF EDUCATION TROPHY

- 賽馬會體藝中學

2007/2008主考出勤獎

一級主考

- 第一名 鄭志陵先生
- 第二名 張煥文先生
- 第三名 陳亮智先生

二級主考

- 第一名 梅日耀先生
- 第二名 廖錦洪先生
- 第三名 林良章先生

三級主考

- 第一名 梁兆翔先生
- 第二名 張文華先生
- 第三名 區海洋先生



香港拯溺總會「榮譽勳銜頒授典禮」在今年1月30日及5月24日舉行，目的為表彰一些對香港救生運動作出貢獻的人士。是次獲授勳人士共有98名。他們利用餘暇時間，協助香港救生運動的發展，致力於拯溺及推廣救生技術，造福社群。

本港每年接受拯溺訓練的人數接近7,000餘人，其中不少合資格的救生員更於工餘時間提供義務救生服務，為保障市民大眾水上安全作出貢獻。自1956年至今，總拯救人數已達31,002人次，充分發揮服務社會的精神。

2008年1月30日授勳人士名單

金海豚勳章

- HRH Prince Michael of Kent, GCVO (皇家救生會英聯邦會長)
- 沙里士GBM太平紳士
- 霍震霆GBS太平紳士
- Mr. Alan Whelpton, AO (國際救生總會會長)

金海豚勳章



HRH Prince Michael of Kent



霍震霆



Alan Whelpton

銀海豚勳章

- 陳偉能MH
- 楊志滔

銀海豚勳章



陳偉能



楊志滔

優異服務獎章



張德忠



林啟暉



姜彥文



傅德楨

銅海豚勳章

- Mr. John Long
- 韋錦潮
- 李文彬SBS太平紳士

銅海豚勳章



John Long



韋錦潮

優異服務獎章

- 張德忠
- 林啟暉
- 姜彥文
- 傅德楨



香港拯溺總會會長劉漢華BBS太平紳士獲頒 HRH Prince Michael of Kent 感謝狀

2008年5月24日授勳人士名單

金海豚勳章

劉漢華BBS太平紳士
黃學堯



金海豚勳章-劉漢華



金海豚勳章-黃學堯

榮譽功績星章

蔡溢昌 鄭志陵 戴亮通 劉中民 馬澤華
黃永恒 彭棟樑 郭崇禧 陳國基



榮譽功績星章人士及各嘉賓合照

優異服務獎章

吳凱珊 楊偉文 黃子明 廖錦洪 謝偉雄
黃耀明 陳永昌 陳濟之 陳亮智 王劍麟
梅日耀



優異服務獎章人士及各嘉賓合照

會長嘉許狀

黃耀明 鄭偉強 黃添龍 王劍麟 黎宇興
張 匯 陳綺蓮 曾浚霆 吳嘉裕 黃銘賢
徐嘉苓 符國鈞 李玉樑 鄺耀輝 黎志仁
葉慧儀 李志航 朱兆光 龐耀燊 區志森
許偉民 曾運康 張志強 鄭鏡開 蘇文光
曾惠常 白爾亮

長期服務獎章 第三勳帶 (30年以上優良服務)

駱湛才 林漢光 廖錦洪
劉漢華BBS太平紳士 陳梅瑟



會長嘉許狀人士及各嘉賓合照

長期服務獎章 第二勳帶 (25年以上優良服務)

周國萍

長期服務獎章 第一勳帶 (20年以上優良服務)

馮金城 蔡溢昌 李粵閩 陳志球 黎宇興
馮蘊清 朱兆光 馮貴祥 夏燕揚 黃 維
黃燦鴻 梁玉池 梁智輝



長期服務章人士及各嘉賓合照

長期服務獎章 (15年以上優良服務)

張 匯 冼惠儀 楊偉文 陳家洛 詹永昌
李嘉輝 梁耀洪 鄭偉強 梁韻玉 李國泉
周浩堯 譚尹林 羅哲群 游杰民

長期服務獎狀 (10年以上優良服務)

黃添龍 李子明 黃燦鴻 鄭漢騰 冼麗群
李君慧 鄧毅恆 蘇希坤 陳亮智 鄭禮賢
馬丹妮 熊錦盛 陳立基 陳志豪 徐英健
陳鴻翔



長期服務獎狀人士及各嘉賓合照



水上安全運動

Water Sports Safety Campaign

2008



由康樂及文化事務署及香港拯溺總會聯合主辦的「二〇〇八年水上安全運動」典禮於6月21日假九龍公園拱廊舉行。出席典禮的嘉賓包括康文署助理署長（康樂事務）張國基、香港拯溺總會會長劉漢華、水上安全主席張德忠、副會長黃學堯及韋錦潮，以及主席陳偉能。

當日典禮除頒發獎項給水上安全海報設計比賽及標語創作比賽的優勝者外，亦展出兩項比賽的得獎作品。本會藉著攤位遊戲設計比賽，讓各屬會增加互相交流的機會，並且共同向市民推廣水上安全及介紹各項拯溺及急救器材。

今年共有64間中、小學，共6,419名學生參加標語創作比賽，另有21間中、小學，共192名學生參加海報設計比賽。兩項比賽均以提醒長者在進行水上活動前，應留意身體狀況為主題。

是次的參賽作品均十分出色，康文署採納了小學組冠軍的海報設計，配合中學組季軍的標語「長者泳前先衡量，身體不適勿逞強」，成為今年康文署水上安全運動的宣傳海報。



拯總7-9月行事曆

日期	活動/賽事名稱	地點
13/7/08 (星期日)	拯溺泳池分齡賽 - 第1回	馬鞍山游泳池
20/7/08-26/7/08 (星期日至六)	世界拯溺錦標賽	德國
24/8/08 (星期日)	拯溺海洋計分賽 - 第2回	淺水灣泳灘
21/9/08 (星期日)	第11屆香港長途拯溺錦標賽	南灣 / 淺水灣泳灘

1) AED 教練工作坊

執行委員會最近一致通過AED教練考試規程，並將於下季舉辦AED教練工作坊。對象為本會各級主考及各屬會持有有關資格的教練。有關工作坊內容將於日後公佈，敬請留意。

2) 銅章參加者年齡改為13歲

在2008年週年講座已正式宣佈，拯溺銅章參加者最低年齡由14歲修改為13歲。

3) 資歷豁免

3.1) 凡持有有效急救證書，可獲豁免所有證章的復甦法部份之考試，惟只限於整部份復甦法考試（如：銅章乙部之復甦法考試），並不包括復甦法證書與其他救生或急救技術同時考試的部份。

3.2) 凡持有任何獲香港特別行政區政府勞工處認可團體之有效急救證書（如：香港醫療輔助隊、香港消防處、聖約翰救傷會、香港紅十字會等機構之急救證書），可獲豁免所有證章的急救證書之考試部份要求，及認可為急救證書投考資格。



香港拯溺總會網上屬會報名系統

WHAT'S HOT

考試委員會推出了「香港拯溺總會網上屬會報名系統」，旨在提供屬會一個較方便快捷的考試報名方式，至於現行親身到總會櫃台報名的方式將維持不變。

心肺復甦法

拯溺

擂台

根據復甦技術指引2005 (Resuscitation Guidelines 2005)建議的心肺復甦法施行方法，目標主要是要急救員能迅速而有效地以人工方法維持患者的呼吸和血液循環。與以前心肺復甦法比較，主要包括以下各項修訂：

1. 檢查呼吸及血液循環的時間不應超過10秒：太長的檢查時間會拖延心肺復甦法的施行。
2. 急救員在吹氣前只需作平常的呼吸，而吹氣的時間應約為一秒：太深或太長的吹氣反而可能會增加胸腔內的壓力，減低血液循環的有效性。
3. 施行心外壓時，只需直接壓在患者胸骨的下半部，無需花時間以各種方法尋找壓心的位置：這可更快捷地開始向患者施行心外壓。
4. 心外壓與吹氣的比例為30：2，較多心外壓的次數能使患者的血液循環更為有效。
5. 除非患者出現復甦徵象，否則無需進行不必要的覆檢：這可以令急救員不間斷地向患者施行心肺復甦法。

本會現時的指引為在首五個心外壓與吹氣的循環後進行覆檢，之後只需當患者出現復甦徵象時才再次覆檢。





屬會編號：C-07
成立年份：1953
活躍地區：灣仔
屬會代表：王國榮



鐘聲拯溺會，中文原名鐘聲拯溺同學會乃由一群對推動拯溺運動有濃厚興趣的拯溺界前輩，如莊明森先生、錢應浩先生、朱孔鐸先生和鄧沃明先生於1953年創立，附屬於『鐘聲慈善社』。當年的訓練基地就是『鐘聲慈善社』的泳棚，位置處位現在的西環一帶，隔鄰還有金銀貿易場泳棚，那裡也有一個『金銀拯溺會』；可惜自1970年初，政府收回用地，該兩個泳棚都被迫遷向西移，最後還被清拆令鐘聲拯溺會失去一個獨有的訓練場地，現存的乃由一班『鐘聲』的冬泳人士建成的簡陋泳棚，只供冬泳團團友享用。

鐘聲拯溺會抱着服務社羣，發揚溺己溺人的精神，經常性地提供義務當值的救生工作以及訓練有志之士參與其中。當時最為普遍的服務為遊河更，即是鐘聲拯溺會應不同工商團體的要求派出合適的會員於船上當值，以防萬一。提到培訓的一環，不得不提眾多現任的主考亦是出於鐘聲旗下的，例如鄭志陵先生，盧濟通先生，陳英球先生，王國榮先生以及黎宇興先生。

另外，從文德輝先生口中得知，當時他們在泳棚的拯溺訓練也為嚴謹，而學員的熱誠及主動性好比現在。六、七十年代的時候，因經濟不像現在那麼蓬勃，大多數的學員都是來自草根階層。學員是在每天早上七時上課的，而課堂後他們便各自回去上班。他們本着興趣及服務大眾的精神，一大清早便來訓練。雖然這只是一個工餘的活動，但是學員們都會很投入很有紀律，並於每朝操練前也會喊一些口號以增加團體合作精神。

對於鐘聲拯溺會來說，最為特別的是他們曾借用軍營中的泳池作為訓練。原因是於1970年初鐘聲得到當時港督的支持下參與教育及培訓「皇家香港軍團(義勇軍)」屬下的少年領袖中隊的水上活動，提供游泳、拯溺和獨木舟等訓練，以此推動青少年全面發展。最後因香港回歸，義勇軍於1995年正式解散，鐘聲給予其的服務亦告終斷。而鐘聲泳棚舉辦的拯溺訓練班之片段亦只能從相片中重現。





騰達體育會

屬會編號：D-02
 成立年份：1979
 活躍地區：灣仔
 屬會代表：葉志輝

原名騰達拯溺會的騰達體育會成立於1979年，由一群幹勁十足的年青人組成，旨在教育及推廣救生活動。及後因應推廣不同的體育活動，在1982年改名為騰達體育會，獨木舟及獨木舟救生亦是當時重點發展的項目。

騰達的突破始於1981，1982年的時候，對於一個只成立三數年的新進拯溺會來說，奪得市政盾的第2名，實在是一個重大的鼓勵。雖然如此，會代表葉志輝坦言他們並不執著於獎項，曾經擁有過已經足夠了。他們現在的目標著重於培訓更多的拯溺精英，以及發掘人才。

對擁有眾多學員的騰達拯溺會而言，有教無類及因材施教的精神，正是他們吸納不同背景、不同層面的會員的成功之道。這樣靈活變通的教學模式比起一貫苛刻的教學法有效，令更多舊有的會員帶同他們的第二代到來學習，使騰達的精神延展下一代。對於會員來說，騰達就像一個大家庭，而近年表現最為突出的成員，是被視為「騰達契女」的吳家盈，她在拯溺競賽中保持多項紀錄，如少年甲、乙組的50米游泳障礙賽等。



大埔拯溺會

屬會編號：T-01
 成立年份：1965
 活躍地區：大埔
 屬會代表：鄧毅恆

成立愈40年的大埔拯溺會原來為新界第一所拯溺會。雖然擁有長久的歷史，但是大埔拯溺會並不因循守舊，持續向多元化發展，擁有熾熱奮鬥的心和創新的態度。他們抱着一個理念—建立一隊強大、健全、有實力的拯溺隊伍，並旨在多方面發展，推廣拯溺教育，發揚義務工作精神，以及發展競賽運動。

早於70年代，大埔拯溺會已為區內提供義務救生工作，當時當值的地方並不是泳池，而是闊溪、深潭。於80年代，大埔拯溺會更協助舉辦一年一度的龍舟競渡及吐露港渡海泳。及後該會更踏出區外，結集會員參與賣旗，公益金籌款，機場模擬事故演習，以及2008奧運義工服務的工作。大埔拯溺會最為超卓的成績，可為香港第一個拯溺會於2005獲香港社會服務聯會頒發「同心展關懷」標誌，表揚大埔拯溺會會員及教練能實踐關懷精神及積極參與社會服務。

除此之外，大埔拯溺會令人最印象深刻的，是其實力非凡的競賽隊伍。其競賽隊伍成立於2003年，登記競賽員人數多至141人，其中8男1女更為香港代表隊運動員。在2007年度內，更勇奪4項海洋項目的全年第一及擁有多項泳池(靜水)項目的香港紀錄。大埔拯溺會提供全年性的訓練，不論寒暑，運動員仍有機會保持最佳水平。不得不提的是他們創新地推出優才輸入計劃，吸納其他運動項目的人才，鼓勵參與拯溺競賽，發揮所長，香港鐵人李致和也是其中一傑。





屬會編號：W-10
 成立年份：1987
 活躍地區：黃大仙
 屬會代表：方曉輝



黃大仙區拯溺會可為社區體育會的先驅。早於70年代本是社區服務中心的一個工作小組，服務該區的居民，及後因成為駐池的拯溺會以及擴展會務，於是改組成現有健全架構和制度的拯溺會。

在黃大仙區拯溺會成立的近20個年頭，人才輩出。除了考試及競賽成績優異以外，一班幹事會成員及教練團隊可為文武雙全。他們的組織力量甚為突出，在過往的日子統籌了大小各樣有關拯溺的活動，亦致力推廣及普及拯溺運動。在2002年，他們締造出全球首個拯溺健力士世界紀錄，動完300多名的參加者與義工，在9小時內完成19,300公尺的拯溺救生假人拖帶的紀錄。黃大仙區拯溺會每年也會舉辦不同類型的水上安全推廣活動及展覽。在過去的一年，黃大仙區拯溺會投放了更多的資源，與區內各中、小學、青年中心及義務機構合作，共簽發了近500多個水上安全章，以此加深市民對水上安全的認識。這亦是黃大仙區拯溺會來年的主要方向。

運作一個拯溺會是好不容易的事，而黃大仙區拯溺會成功籌劃了不同的活動及維繫一班忠心、投入的會員便更為難得。問及署理幹事會主席方曉輝先生的治會方法，他表示要提供機會給一班後浪，給與空間讓他們學習。每年新進教練們會自行籌備一年一度的見習教練訓練營(IP CAMP)，藉此增加會員的歸屬感及給予他們學習帶領及懂得承擔拯溺會職務的責任。



小記者：Irene & 嘉晉

真珍萃

真珍萃將會不定時呈現一些能勾起前輩回味，大開後輩眼界的人、事、物。希望大家能從珍貴的圖片背後，感受香港拯溺的歷史、發展又或是奇趣多一點。

早期淺水灣沙灘大會操



香港拯溺總會拯溺表演隊「女子組」



未建人工堤壩的香港拯溺總會訓練基地前灘



香港拯溺總會拯溺表演隊「男子組」

早期拯溺證書



頒授自英國皇家救生會的優異章證書(1964)



頒授自英國皇家救生會的高級拯溺教師證書(1971)

● 特別鳴謝：南華體育會

● 特別鳴謝：文德輝先生

文 德 輝 先 生



文德輝（第二排左一）

文SIR是現任香港拯溺總會榮譽主考，他參與拯溺運動超過40年，由他訓練出來的拯溺專才不計其數，當中有些更已成為資深拯溺教練或主考，為拯溺運動的推廣帶來寶貴的人力資源。此外，他在60年代初參與拯溺運動時，拯溺運動是剛剛起步不久，所有有關拯溺的知識均由外國傳入，需要大量有識之士協助翻譯文獻的工作，而文SIR便是其中一員。

文SIR回顧他在50年代鐘聲泳棚游水時，因為對拯溺運動有興趣，同時亦想得到一個童軍章，所以文SIR後期參加了當時的拯溺班。記得最初學的拯溺技術為「九拖十六拆」，與溺者接觸前要下潛至溺者後面，取用「沙福爾氏」及「西氏搖臂」法人工呼吸，考『磁章』及『優異章』時要穿著長袖衫、長褲、西裝背心，襪及皮鞋等下水，還要做部份『韻律泳』的基本動作；及後的變化是因應“先救己然後救人”的條件逐步演變出的拯溺技術，例如『協助呼救』、『手援』、『拋物』、『涉水』、『扒艇』，最後才到『游泳及拖救』，目的是盡量避免和溺者接觸。今天的專業救生員技術，已見拯溺技術的不斷改進。雖然文SIR現在已經沒有協助評核的工作，但他樂於見到拯溺技術能配合時代及社會的需要而進步。

文SIR分享早期的考試經歷說，從前的考試，帶考的負責人都要如軍旅般叫口號，發出命令來示意考生作出各項考試的指定動作，並要在現場進行口試，所以那時的考試時間比較長；再者，那時的考試是在泳棚舉行，海床上非沙即泥，而『潛磚』一項所用的磚都是實心的磚塊，由於海水的浮力較大，加上泥底海床，令視野更低，且磚塊易被淤泥覆蓋，增加了『潛磚』的難度。

在五、六十年代，要成為主考必需持有相當高級的拯溺章，經現役主考推薦後，跟隨一位資深主考實習一段時期，一般為期兩年，再經總主考評核後，方可被委任為見習主考。身為主考，文SIR認為必需擁有不卑不屈的態度及堅定的立場，根據『主考評核指引』來評核考生的表現，因應考試目的及要求評核考生的拯溺技術、知識、體能及應變能力。如在考核過程中，考生在各項目都能達到既定的要求，則應給予該考生合格，因為我們的使命是評核考生而不是留難考生，而主考亦不應因為該批考生乃某大屬會的會員，或礙於該會代表的個人社會或拯溺界地位而影响評核結果。

作為屬會，文SIR認為在考試前，屬會應在考生應考前將有關的拯溺技術，知識及要求灌輸給考生，並事前進行多次體能測試及模擬考試以增強考生的信心。考試前應為考生辦妥一切所需的文件及手續，應考當日提點考生注意事項及要帶備的物品，並指派有帶考經驗及負責任的會員帶考，以免考生在考試時不知所措，影響表現。

文SIR自70年代中期成為皇家救生會（香港分會）及香港拯溺總會的執行委員，分別出任拯溺遠東表演隊總教練、香港韻律泳協會主席、香港拯溺教師會主席，1990年起擔任義務司庫、義務秘書等職位，直至1997初移民『紐西蘭』後，文SIR才忍痛離開了這個拯溺大家庭。

回想當年，文SIR作為主考，又要翻譯外國的拯溺知識，也要開會決定翻譯的內容、文字是否用得恰當，工作相當繁忙，但細想這可減少遇溺意外，造福市民，自己也認識一班志同道合的同伴，雖然辛苦亦覺得是值得的，尤其每次考試或活動後，主考們的聯誼活動，楊主考（現任總主考楊志滔博士）即場示範催眠術，每次均令大家抱腹大笑，忘掉煩憂。文SIR很慶幸自己參加了拯溺運動。在過去數十寒暑在拯溺運動中，得着很多，使他有機會參與海內外的拯溺活動，其中最為難忘的是1996年在香港回歸中國脫離英聯邦前及在文SIR退休及移民前能列席該救生會議，並透過馮秉芬爵士與皇室的關係，能一探白金漢宮內部不對外開放的區域。

文SIR覺得『參與』及『投入』是拯溺活動的理念。可惜，由於社會的改變，現在學習拯溺的青年未必有以往的那股熱誠，真心的為義務工作付出努力了。文SIR希望有興趣推動拯溺的人士，不要因環境或任何變化而卻步，努力朝著參與及投入的方向，以無私的心為拯溺界服務。

文SIR覺得『參與』及『投入』是拯溺活動的理念。可惜，由於社會的改變，現在學習拯溺的青年未必有以往的那股熱誠，真心的為義務工作付出努力了。文SIR希望有興趣推動拯溺的人士，不要因環境或任何變化而卻步，努力朝著參與及投入的方向，以無私的心為拯溺界服務。




CONNECT TO THE WORLD

香港的泳池大多被用作游泳、拯溺、水球、潛水練習等用途，有沒有想過游泳池也可以玩滑浪風帆和泛舟呢？今期“Connect to the World”為大家介紹全世界最大的泳池。

這座游泳池位於智利南部海岸的阿加羅柏市(Algarrobo)的 San Alfonso del Mar 度假勝地，距首都聖地亞哥西側約100公里處，坐落於加勒比海旁邊，是個巨大的人工瀉湖。創造者 - Fernando Fischmann - 是智利的一名生物化學家及有名的商人，以十年時間完成興建過程，建造經費為20億美元(約為150億港幣)，保養費每年需要4百萬美元(約為3千萬港幣)。游泳池在2006年12月建成，總長1013米，總表面積達8公頃，池水最深處為35.05公尺，面積相當於64個標準泳池，大得難以想像，遊客甚至可以在裡面泛舟！這個游泳池已被列入金氏世界紀錄及健力士大全中全世界最大的泳池。

游泳池可容納250,000立方米的水，游泳池不僅大，用水也很有特色。因為和太平洋相鄰，所以使用的是自然流通的太平洋海水，但卻能比海水溫暖攝氏9度，夏天的時候溫度可保持在攝氏26度，人們置身其中，感覺非常舒適。另外，這座泳池使用先進的電腦來控制池水的循環，而清澈蔚藍的池水能見度達35米。除此之外，池邊還鋪有白沙灘、碼頭、棕櫚樹，幾乎跟海岸沒有兩樣。不過，相信這裡的游泳池主管，在安排救生員當值時，一定大傷腦筋了！

更多請參閱其官方網站：<http://www.sanalfonso.cl/>

 小記者：嘉祈 & 紹民



出版：香港拯溺總會事務委員會會訊刊物部

期數：第二期(非賣品)

日期：二零零八年七月份

榮譽顧問：劉漢華會長BBS, JP、黃學堯副會長、鄧竟成副會長、
韋錦潮副會長、陳偉能主席MH

顧問：楊志滔博士、陳志球博士JP、廖錦洪先生、陳國基博士、蔡溢昌先生、
梁智輝先生、鄭偉強先生、梅日耀先生、馬澤華先生

編輯委員會：事務委員會仝人

辦事處：

網址：<http://www.hklss.org.hk>

電郵：info@hklss.org.hk

地址：香港灣仔軒尼詩道258號德士古大廈21樓

電話：(852) 2511 8363

傳真：(852) 2507 5239