



香港拯溺總會季刊 HKLSS NEWSLETTER

匯川河成浩翰，集眾志成廣益！

主席的話

一元復始，萬象更新。

新的泳季已經開始，在此祝願各位身體健康，各屬會會務昌隆。2009年將會是荊棘滿途的一年，面對著金融海嘯，各行各業也必定受到影響。讓我們拯溺界團結一致，眾志成城，共渡此不平凡的一年；樂觀面對，轉危為機，繼續發揮拯溺救生的精神，服務社會。



封面人物

沙理士博士GBM太平紳士

Dr. the Hon A de O SALES,
GBM, JP

現任香港拯溺總會副總裁沙理士博士GBM太平紳士(Arnaldo de Oliveira Sales, GBM, JP)，是香港體育界知名人士。曾擔任市政局主席、港協暨奧委會主席的他，一生致力推動本港的體育發展。在任職市政局的三十多年間，沙理士博士努力爭取政府在體育運動方面多投放資源，更無間斷地積極推廣各項體育活動，把香港體壇提昇，邁向國際；被譽為香港體壇最高領導人，更被冠以「沙翁」及「沙皇」呢！1998年香港特別行政區政府為表揚沙理士博士在推動香港體育及奧林匹克運動的成就，特頒授沙理士博士大紫荊勳章(GBM)，以表揚及彰顯沙理士副總裁在香港體育發展上的重要貢獻。

沙理士博士一向十分支持本地拯溺發展，自1983年起，有幸沙理士博士樂任總會副總裁；時至今日，為表彰沙理士副總裁數十年來對拯溺救生的偉大貢獻，總會在2008年頒發香港拯溺總會最高榮譽「金海豚勳章」予沙理士博士，以頌揚他的偉大貢獻。

今期封面人物，我們非常榮幸得到沙理士副總裁撥出寶貴時間接受我們訪問；分享他對香港拯溺運動數十年發展的回顧及展望。是次訪問幸得主席陳偉能MH特意安排，並由香港拯溺總會事務委員會主委馬澤華先生帶領訪問。



1981年3月26日市政局沙理士主席主持長壽橋鯊魚揭幕



劉漢華會長（前水上安全運動主席）致送瓷質仙桃給沙理士主席



1984年7月20日沙理士副總裁（左一）主持太平山獅子會萬壽亭開幕典禮（左二：拯溺前會長陳景福先生，左三：太平山獅子會前會長方德福先生）





沙理士副總裁獲頒香港拯溺總會最高榮譽之金海豚勳章

沙理士副總裁你是何時初次接觸香港的拯溺界和香港拯溺總會這個大家庭？你會怎樣評價香港多年來的拯溺服務質素呢？另外，你認為香港拯溺總會在這進展過程中扮演著什麼角色？

When and where did you firstly run into the lifesaving arena in Hong Kong and the HKLSS? How do you comment on the quality of lifesaving services in Hong Kong over the years? And what do you think about the evolution of the roles of the Hong Kong Life Saving Society (HKLSS) in this regard?

在一班熱心的義工帶領下，香港拯溺總會在維持救生服務質素方面具領導地位。在50年代，我第一次在本地體育活動中認識皇家救生會(香港分會)及香港拯溺總會的創會成員郭漢銘先生和盧錦倫先生。直至70年代，我擔任市政局主席，經常參與本地業餘運動，所以我們接觸的機會很多。自1983年，我正式加入香港拯溺總會擔任副總裁。作為市政局主席及拯溺副總裁，我見證了拯溺付出的努力和無條件的貢獻。而不同的挑戰往往令救生技巧和拯溺器材不斷地改進，更成功鼓舞公眾對救生員服務的興趣和持續發展。拯總一直積極推動拯溺發展，過去在淺水灣舉辦許多水上活動，增加本港年青人享受這個美麗的海灘景致的機會，鼓勵他們善用空餘及假日。總會在推廣水上活動方面實在貢獻了不少。

Under the leadership of a group of altruistic volunteers, HKLSS has played a proactive role to enhance the quality of lifesaving services in Hong Kong. I first met the volunteers from the former Royal Life Saving Society (Hong Kong Branch) and the former Hong Kong Life Guard Club, like Mr. Henri KWOK and Mr. Francis LOO, in various local sports events in 1950s. As I continued actively working on the development of local amateur sports, our interactions turned out to be more frequent in 1970's, I joined HKLSS as the Vice-Patron in 1983. As the Chairman of the Urban Council and later the Vice-Patron of HKLSS, I witnessed the unconditional efforts HKLSS has been making through out the years in response to the different challenges arising from, inter alia, the professionalism, the advancement in lifesaving equipments and techniques, as well as the continual growth of public aspirations towards lifeguard

services. Over the years, HKLSS has organized various events/activities in Repulse Bay which has brought the young people to this beautiful place, and offered a valuable opportunity for them to enjoy the natural scenery during leisure time and holidays. Truly, HKLSS has contributed a lot in promoting regular recreational activities for the youngsters in Hong Kong.

在香港，游泳一向是非常受歡迎的康樂活動。你作為香港業餘游泳總會的創會成員，你認為該機構及香港拯溺總會在推廣活動上擔當什麼的角色？

Swimming has long been one of the most popular leisure activities in Hong Kong. As the founder of Hong Kong Amateur Swimming Association (HKASA), what do you think about the roles of the HKASA and the HKLSS in promoting activity in Hong Kong?

我認為拯溺和游泳應該多加協作、攜手推廣，因為市民必須在掌握拯溺技術前，先學懂游泳。當市民大眾明白拯溺與游泳之重要互動性後，就能多參與不同的水上活動，並更明白及更會掌握水上安全之重要。在香港，業餘游泳總會和拯溺總會，對市民大眾是同樣重要的，在積極推動游泳運動的同時，其實兩者所擔綱的工作都非常重要；雖然兩個機構均面對政府資源分配有限的競爭，但依然能保持著友好關係，更是難得。而我真的非常感激兩會於多年來所作出的貢獻，更希望兩會在體育推廣和發展上有更多良好的合作機會。

I do think that swimming and lifesaving go hand in hand in any form. People should know how to swim before they know how to rescue; meanwhile, swimmers would be competent and safe if they know about lifesaving. In many circumstances, the HKASA and HKLSS play equally important in promoting aquatic-related activities in Hong Kong. Despite the competition for limited government resources, the unique relationship and friendship between the two societies is nicely kept up. I am very glad to see that both societies did very well over the years in this regard and would like to see more opportunities for cooperation between HKLSS and HKASA in sports promotion and development.

作為前香港業餘體育協會暨奧林匹克委員會（1999年起易名為中國香港體育協會暨奧林匹克委員會）主席三十多年，你見證了香港運動的歷史發展。你對香港拯溺運動及其他體育有什麼看法呢？

As the former President of the Amateur Sports Federation and Olympic Committee (renamed in 1999 as the Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC) for some 30 years, you have witnessed the history of the Hong Kong sports as well as its development. What is your view towards the development of lifesaving sports amongst others in Hong Kong?

拯溺並不是體育界的新議題，它在不少國家已經有著悠久的歷史及發展。在澳洲，拯溺更被視為體育項目中的國萃。每一日，世界各地都在舉辦不同類型的拯溺比賽。雖然拯溺活動於東南亞尚未普及；不過，這正代表著拯溺是很有潛力在東南亞普及和發展的。所以總會積極及進取的態度，加上其領導地位，都能夠為香港之拯溺活動找到更多發展機會及優勢。

另外，拯溺本身不只是體育和休閒活動，更是服務市民的公共服務。除為大眾提供安全的水上環境外，在推動本地運動發展上，拯溺項目更是擔當著非常重要的角色。當本地運動員在國際體壇創下佳績的同時，我們絕不能忽視市民大眾積極投入運動的參與，因為這是香港成

為健康城市的首要條件。與此同時，合適的場地設施，包括潔淨的水上環境、安全的海面均是考慮要素。『或許你會疑惑為什麼游泳能成為本地最受歡迎的康樂活動...』，但我認為，專業拯溺服務持續的發展、提昇和貢獻絕對是當中重要的原因！故此，我一直都十分喜歡和願意付出更加多努力去推動及支持香港的拯溺活動。

近年來，我很高興見到香港拯溺總會積極、多元化又別具特色的推廣方式，成功將香港拯溺運動帶進國際體育大舞台。香港拯溺隊在國際比賽上的傑出表現已向前跨越了一大步。我對香港拯溺運動的發展潛力非常有信心，我們必須繼續努力。

Lifesaving is not a new agenda in an international sport arena. It has a long development history in some countries. As in Australia, lifesaving is even a national sport. There are many lifesaving competitions organized in the world everyday. Whilst lifesaving is not much recognized as a kind of sports in South-east Asia regions, I see the great potential for further development in these areas. HKLSS' proactive manner and her leadership in exploring opportunities in this regard are worth noting.

As I said, lifesaving itself is not only a sport or leisure activity, but also a kind of public service. And by offering safe aquatic environment for the general public, lifesaving is also playing a vital role in local sports development. Whilst we are proud of our encouraging achievements in certain games, like wind surfing, table-tennis, badminton and snooker, which have brought us much glory in the international sports arena in the recent years, we should not forget about the importance of high sports participation rate of the general public which could make Hong Kong a healthy city in the long run. Since that, provision of appropriate facilities, including safe and clean aquatic environment, is of prime significance. What makes swimming to be one of the most popular leisure activities in Hong Kong over the years? I would say that the contributions from the continual development in lifesaving should not be overlooked! This undoubtedly makes me interested and eager to dedicate much effort to support the lifesaving activities in Hong Kong.

In the recent years, I am very pleased to know that HKLSS has been developing its works in both diversified and specialized manners, bringing local lifesaving sports to the international arena. The outstanding results of the Hong Kong Lifesaving Team in the international lifesaving competitions have particularly marked a big step forward. I see the development potential of lifesaving sports in Hong Kong and sincerely wish that the endeavors would be kept up.

可不可以跟我們分享在過去三十年，一些有關拯溺或水上安全的難忘事情和經歷呢？

Over the past 30 years, there should be some unforgettable moments or incidences in relation to lifesaving or water safety activities. Could you share with us?

最深刻的事情莫過於淺水灣香港拯溺總會訓練中心的成立，對我來說是別具意義的，而我在這裏參與各項拯溺活動的日子也是十分難忘。它不僅代表了政府及各拯溺賢達的領導下取得的成果，更代表了廣大市民對拯溺總會過去無私奉獻的認同。

我還記得在70年代，香港拯溺總會向前市政局要求成立一所永久的訓練中心。當時，儘管政府對此建議作出保留的態度，但我依然全心全意支持這方案。我花了不少時間，向有關的政府

部門首長游說救生服務對香港的重要性。我堅持給拯溺興建一個永久訓練基地絕對是不可缺少的，而且對促進本地拯溺服務的發展是非常重要的。現時，淺水灣訓練中心不只是香港拯溺總會的海洋救生訓練總部，更是訪港旅客的必到勝地。

我永遠不會忘記---香港政府及廣大市民，曾經為本地拯溺活動之貢獻作出了這一份支持！

I would say that it should be the establishment of the Training Centre in Repulse Bay and the times I participated in all those lifesaving activities / functions therein. The Training Centre holds quite a special meaning to me. It does not only represent the attainment of the collaboration between the government and the leadership of the lifesaving enthusiasts, but also the recognition from the general public on the exceptional efforts HKLSS has been making over the years.

I could still remember when the then Hong Kong Life Guard Club asked the Council for assistance in pursuing a permanent training centre in Repulse Bay in 1970s. At that time, notwithstanding the strong reservations from the Government, I supported the proposal wholeheartedly. I spent a lot of time to explain to the heads of the relevant Government departments on the importance of the provision of quality lifesaving services in Hong Kong. I reiterated that a permanent training centre for the Hong Kong Life Guard Club was vital for the local sports development and the improvement in the quality of lifesaving services in Hong Kong. Now, the training centre in Repulse Bay is not only the open water lifesaving training headquarters of HKLSS, but also one of the must-see tourist destinations in Hong Kong. I could never forget about this remarkable achievement.

小記者：馬Sir, Coway & 嘉晋



匯聚團隊力量、普及拯溺技術、成就急救大同

陳志球博士太平紳士 - 義務秘書・行政總監

義務秘書陳志球博士太平紳士，服務香港拯溺總會逾20年，一向熱心參與各類社區工作，尤其有關救生及災難醫療服務；在這20多年中，更啟動並促成了多次與拯溺及災難醫療之教育發展。

年青時代的陳博士，和其他自信十足的年青人一樣，有著一種不認輸的心理，自以為泳術了得，亦無想過『嬉山莫嬉水』這道理。陳博士憶述，那次讓他立志參與拯溺的經歷……「當年與幾位朋友同到青山灣游泳，看見沙灘上掛著紅旗，最初都沒有下水的；過了幾個小時，大家都覺得是安全的，便在全無熱身的情況下，大伙兒走進水裡。本想游到浮台去，怎料半途便因抽筋而被救生員救起送回岸上！」……這次經驗後，適逢醫療輔助隊於1980年開辦拯溺銅章訓練，便在完成泳術改良班後參加了人生首個拯溺訓練課程。

陳博士的經驗，其實很多年青人也曾經歷，大抵是因為年青人有著愛冒險和不認輸的青春血脈！如果所有年青人都像陳博士一樣，將所學所得回饋社會、服務社會，相信不止拯溺界，就是整個社會都會愈益豐盛。在不同的時代，年青人都受著外界影響，有著不同的價值觀。年青時的陳博士，學習拯溺和急救的原因很簡單直接，只想充實自己，多學有益的事物，盡可能為社會做點事，從服務的過程中讓自己學會和得到更多。

早期投身拯溺界，就好像置身『木人行』一樣，從當年的『紅褲仔』，慢慢有機會參與教學，參加教學考試，直到有機會參與拯溺總會的工作，加入考試委員會。而當時的總會，對執行委員會的成員有著非常嚴格的評審；幸運地，當年的陳博士遇上盧Sir（盧錦倫先生）給予的一個機會。……「我看過您的資料和履歷，現在總會需要教練為SCMP（南華早報）的外籍青年以英語教授拯溺班，Can you try?」……往後的日子，陳博士便成了專攻SCMP和HK Land（置富）的英語拯溺教練了。

聽陳博士說起第一班SCMP拯溺訓練班，才發現事情愈聽愈有意義；原來第一班的SCMP班的場地，是陳博士向當時的老闆申請、游說及介紹拯溺後，借出的私人場地。而此後，置富室內暖水泳池，便成了當年英語拯溺課的基地了。問到陳博士的老闆時，口中句句稱讚當年為退伍軍人的Mr. Jack Edwards，十分支持紀律部隊和義務工作，所以對於當時借出場地作為拯溺訓練，是非常支持和鼓勵的。

除了借出場地之外，更身體力行的將「置富康體中心」申請成為首個以私人機構名義加入的拯溺屬會。在80年代，陳博士曾和老闆領導參加大會操，更勇奪『全場總冠軍』，接受當年三軍司令頒獎。能夠引入私人機構參與義務工作，讓非牟利團體與商界共同服務社會，足證陳博士對拯溺的熱愛和貢獻社會的熱忱。



1993年陳志球博士太平紳士獲港督彭定康頒授香港總督社區服務嘉許狀以表揚其服務社會之貢獻



1982年由財政司夏鼎基爵士頒發沙灘操冠軍督憲盾，陳志球博士為步操冠軍隊指揮官

談到服務社會方面，陳博士除了服務香港拯溺總會近三十年之外，更被國家及香港特別行政區政府委任多項公職，包括廉政公署、防止貪污委員會、減罪委員會、公文教育委員會、防火委員會、消防安全大使管理委員會、環保減廢委員會等；目前為廣西省南寧市政協委員、香港特別行政區市政上訴委員、防屋委員會委員、香港學術及職業資歷評審局學科專家、以及香港大學、理工大學及城市大學客席講師。能夠參與不同層面的服務，陳博士感謝其太太及家人在背後的默默支持，使到他能夠無後顧之憂，全程投入，服務社群。

問到陳博士，令他印象最深刻的一次服務社區工作，他一定說近期舉辦的「Heart Saver Scheme - 救心先鋒」。這是一個創新的意念：將AED（心臟去纖維顫動器）的使用技術普及推廣，讓社會人士都學會這對傷者生死相關的急救器材。2007年，身為醫療輔助隊副總監的陳博士，與前消防處處長郭晶強先生商討這構思的可行性，結果相方一拍即合，計劃迅速展開。由陳博士的發動，通過消防處、醫療輔助隊、香港拯溺總會和聖約翰救護機構的合作，「Heart Saver Scheme - 救心先鋒」順利推行。

AED應用訓練，在各不同團體／機構和層面以課程形式廣泛地推廣，如消防、救護、拯溺、專業團體以至私人機構。而今天，我們更可在各大商場內找到AED這急救設備，也全因陳博士將AED應用普及化的理念付諸行動，讓「Heart Saver Scheme」得以成功，讓社會上更多人士知道急救的重要性。

在陳博士心目中，拯溺純粹是一種興趣，過程當中以無私的心去投入服務，為的只是要實踐自己的理想、達成為自己訂下對拯溺發展的目標、及堅持自己的愛好和所長，不輕言放棄。而在拯溺界中，陳博士最敬佩的是主席陳偉能先生及副主席楊志滔博士，陳博士強調他們兩位在過去數十年來對拯溺的無私、付出和全心的投入；將餘暇都貢獻給拯溺界，而楊志滔博士過去多年積極將香港拯溺服務帶入國際領域，是值得我們學習和尊敬的榜樣。

最後，陳博士勉勵我們，要繼續多參與、多貢獻拯溺工作，讓我們每人都在各自的層面盡點點力，匯滴成河，努力推廣拯溺！

小記者：Tanni, Sam & 嘉晉



拯溺是一個承諾

蔡溢昌先生 -

國際救生總會拯救部教育委員會委員・考試委員會主委

1. 考試委員會掌權著全港專業拯溺的高水平及高素質，您對更進一步提昇香港拯溺水平，有何抱負？

其實在2000年時，我們已逐步將香港拯溺專業與國際接軌，由當時的五個認可國際救生章別，將增加至七個；包括現正申請的國際心臟去顫法(AED)證書和潛水拯救系列。而考試委員會更計劃向國際救生總會提出將香港拯溺總會更多證章認許，包括我們的水上電單車及救生快艇系列等拯救章系向ILS申請資格認可，有望不久的將來，香港拯溺總會的大部份甚至所有救生章別都達至國際級認可資格。

今年一月底，在德國舉行的國際救生總會會議中，蔡主委被委任專責國際救生總會之救生證章資格認可工作，標誌著香港拯溺在國際救生能肩負重要的工作，亦證明香港救生工作得到國際的重視，讓香港拯溺界為之鼓舞。

在以往，國際救生總會會員國／地區若想將證章申請為國際救生總會認可資格的話，一般都要通過多次會議和繁複的步驟。蔡主委表示，國際救生總會各委員在近期經多次會議和協商後，終於同意在2009年3月實施新的制度；任何一個國際救生總會會員國／地區，只需簽署申請表及有關聲明書，連同有關證章考試規程及相關教材，若能證明該地方想申請的證章相等於國際救生總會有關其申請認可證章的最低資格的話，該證章便可很快被國際救生總會教育委員會確認獲得國際認可資格。這讓國際救生總會可專注審計個別會員國／地區之證章資格的工作，加快了整個認可程序的同時，亦能確保各會員國／地區能保持專業章別之水平。而證章的審計及監察是以抽查形式去進行的，國際救生總會教育委員會將委任國際審計員專責進行；而所有國際審計員均不能審計自己所屬之會員國／地區，以示公平公正。

而香港，亦將於2009年進一步推行有關考試審計工作，蔡主委相信此制度有助於進一步提昇香港的拯溺專業水平。更值得鼓舞的是，在眾多亞洲的國際救生總會會員國／地區當中，香港是全亞洲最多國際救生總會委員的地區，共有七位；充份突顯了香港的國際救生水平的質素，並正不斷地提昇。獲委任人士分別為楊志滔博士、陳國基醫生、梁智輝先生、馬澤華先生、蔡溢昌先生、楊偉文先生、吳凱珊女士。

就著香港的救生專章，正逐步與國際睇齊的同時，在實踐的過程當中，我們的救生精英團隊（全港數千名救生員），無論體能、專業技術和急救知識上，都同樣不斷地進步及提昇中。更重要的是，得到大家的認同和配合，因為技術化、專項化及多元化是國際救生未來的大方向，而我們的精英救生員，均能配合這國際發展，在吸收、學習新技術和知識的同時，都不斷地提高了本地救生員的專業形象和資歷，得到國際的認可的同時，也得到廣大市民的支持。

希望各救生精英能繼續貫徹我們的專業和專注，保障香港市民水上安全的同時，都能提昇香港的拯溺水平。



2. 拯溺是一項義務工作，在這些年來，您在這義務服務中有何得著？信念和理想是要堅持的，您有什麼想和新一代的拯溺愛好者分享？

貢獻救生、服務拯溺 - 是蔡主委對自己的一個承諾；對蔡主委來說，拯溺是非常崇高和充滿理想的義務工作，透過服務，可實踐自己的目標和無分您我的去享受救生工作；從成為拯溺教練、參與地區屬會行政工作、加入服務總會、以至有機會參與國際救生總會的工作，蔡主委也都懷著這份承諾，實現他的宏大理想 - 「拯溺大同」，積極引進新血。

服務拯溺界30多年來，在不同的層面和職務上，蔡主委都盡全力推動拯溺活動，從不間斷；能有今天的成就，就全靠蔡主委對理想的付出和堅持，在不同程度上，已達成了普及、推動及拯溺大同這個目標；希望新進的拯溺愛好者，您們都能有相同的理想，讓香港的拯溺更進一步！

3. 多年來，各主考都為香港拯溺界默默貢獻、支持和付出，請您向大家鼓勵和分享一下

主考的工作，是公平、公開、公正的，確保考生有著專業的救生技術水平、保障市民的安全，是我們的責任。我們都一樣，為著義務工作、為著拯溺默默付出，大家都擁有讓人感動，貢獻社會的精神。慶幸總會有著很多熱心拯溺的善長賢達，他們樂善好施，有錢出錢；再加上有力出力的主考們，都說明了香港拯溺界聚合了不少熱心回饋社會之士。

在這兩年間，考試委員會著力提昇主考團隊的專業評審水平，鼓勵大家持續進修，在推動救生之餘，更希望透過專業考核水準，間接提昇救生業界的專業水平和形象；並以主考們為榜樣，將之薪火相傳，讓新一代去接棒時，得以維持香港拯溺的高水平。在主考及考試委員會團隊生日時送上心意卡、設立考試出勤獎勵和定期聚會等，都是希望主考們能感受到團隊內有著支持與融和；主考間都是多年的好朋友，希望大家在服務的同時，也能鞏固互相的友誼，讓我們更團結，並豎立榜樣，鼓勵更多年青人加入，豐富救生行列。

2008年全國救生錦標賽（廣州）

港隊勇奪團體總冠軍及男團女團第一

香港隊勇奪團體總冠軍

男子團體第一名 女子團體第一名

獎牌數量：10金 9銀 10銅



今年的第十屆全國救生錦標賽，一如以往，由「國家體育總局游泳運動管理中心」及「中國救生協會」聯合主辦，承辦單位為「中國人民解放軍軍事體育進修學院」。比賽地點分為兩個地方，靜水比賽（泳池賽）於11月11-13日在廣州軍體院游泳館，海浪比賽（海洋及沙灘賽）於11月14日在深圳大梅沙舉行。今年合共有33個省市/單位派隊參與該次全國救生錦標賽，香港是其中之一，除此之外，今年香港隊組織參與全國賽的人數是歷年之冠，公開組及成年組均有派員參與公開組有14男7女；成年組有4男4女。由競賽運動委員會主委梁智輝先生擔任領隊，副領隊戴亮通先生；教練方面，分別有劉中民先生及黃銘賢先生，丘惠萍小姐為是次的後勤支援統籌。與此同時，本會更派出6位裁判協助全國賽的裁判工作，包括有領隊王國榮，成員鄭志陵、譚尹林、李君慧、羅浩雲及黃家濠。

港隊在得到隨行的各首長支持和鼓勵下，最終不負眾望，取得10金9銀10銅之卓越成績，而且更勇奪男子團體、女子團體及團體之第一名，凱旋歸來，再次為港爭光！隨行的首長包括：團長 - 會長劉漢華BBS太平紳士、副團長-水上安全主席兼當年總理張德忠先生及夫人、及副會長韋錦潮先生、顧問 - 名譽顧問吳家麗女士、團員 - 副主席楊志滔博士及夫人、陳偉能夫人、義務司庫廖錦洪先生及夫人、醫療及拯救技術委員會主委陳國基醫生等。

右列為運動員名單。

男子（公開）

蔡曜祖、何健衡、何肇峰、劉昕傑、李子康、李建良、李健聰、李康怡、梁家銘、呂思溶、蕭儉國、王國良、王逸康、袁啟禮

女子（公開）

何泳芝、賴潔華、劉舜芝、劉娉子、李琮恩、盧倩怡、容美華

男子（成年）

陳亮智、陳蓬新、盧京文、黃卓然

女子（成年）

蔡曉秋、吳金鳳、潘角青、黃金蘭

是次的賽事得到各位首長慷慨解囊，合共贊助港幣\$92,000作港隊運動員出賽的開支，特此鳴謝以下各首長，令港隊士氣高漲，取得佳績。

| | |
|--------------------|------------|
| 劉漢華BBS太平紳士（會長） | 港幣\$30,000 |
| 張德忠先生（水上安全主席兼當年總理） | 港幣\$20,000 |
| 韋錦潮先生（副會長） | 港幣\$20,000 |
| 黃學堯先生（副會長） | 港幣\$10,000 |
| 吳家麗女士（名譽顧問） | 港幣\$10,000 |
| 孫國華先生MH（名譽顧問） | 港幣\$ 2,000 |

名譽顧問 孫國華先生MH，特別為表揚各運動員對是次賽事所作出的努力及成就，額外送贈每名運動員價值港幣\$500之體育用品禮券，金額合共港幣\$14,500。



2008年全港公開拯溺錦標賽

全港公開拯溺錦標賽在2008年11月2日順利完成，本會十分榮幸邀請到消防處處長盧振雄先生蒞臨擔任主禮嘉賓。

整個錦標賽合共有313位運動員爭奪41個獎項，大埔拯溺會奪得團體及男子組總冠軍，女子組總冠軍則由將軍澳體育會奪得。靜水比賽之中最具代表性的超級施救員賽 (Super Lifesaver) 男女子冠軍，均由大埔拯溺會 - 梁家銘及劉嫻子奪得；至於海洋比賽的海洋全能賽 (Ironman/Ironwoman) 男女子冠軍，分別由大埔拯溺會 - 李建良及香港中文大學拯溺會 - 李琮恩奪得。

頒獎嘉賓除了主禮嘉賓消防處處長盧振雄先生外，還有康樂及文化事務署高級康樂事務經理 (體育資助) 譚鴻江先生，以及本會副會長韋錦潮先生、水上安全主席兼當年總理張德忠先生、名譽顧問溫緯雄先生、主席陳偉能先生MH、副主席楊志滔博士KILS、義務秘書陳志球博士太平紳士等。



元旦冬泳歷史

自1975年起，元旦冬泳拯溺錦標賽今年已經踏入第33屆，可以說是歷史悠久。元旦冬泳更提供大家歡聚一堂的機會，增進友誼。多年來拯溺總會一直悉心舉辦這項有益及富有傳統色彩的冬泳賽事，為香港市民在元旦日增添一項別具意義的活動。歷年的賽事都舉辦得有聲有色，而參加人數每年亦不斷的增加。

| | |
|--------------------|--------------------|
| 20屆 (1996) : 1500人 | 27屆 (2003) : 2020人 |
| 21屆 (1997) : 1779人 | 28屆 (2004) : 2227人 |
| 22屆 (1998) : 1932人 | 29屆 (2005) : 2445人 |
| 23屆 (1999) : 1900人 | 30屆 (2006) : 2493人 |
| 24屆 (2000) : 2247人 | 31屆 (2007) : 2700人 |
| 25屆 (2001) : 1817人 | 32屆 (2008) : 2792人 |
| 26屆 (2002) : 1621人 | 33屆 (2009) : 2788人 |

每年的參賽健兒都不怕寒風刺骨，無懼海水冰冷，以無比的熱誠克服寒風凍水，實在令人非常佩服。這項活動不但可以鍛煉體質，更可以磨練意志，使參加者有堅強的意志面對困難險阻。冬泳運動不但愈來愈受歡迎，更加成為許多香港人的生活習慣。

第33屆元旦冬泳拯溺錦標大賽

今年天氣比往年寒冷，海水十分冰凍，冰凍的水溫未有令逾千冬泳愛好者退縮，堅持參與本年度第一個水上活動。當日吸引了逾千之遊客及中外人士參觀這個一年一度盛事，這足以證明各界關心四季游泳對強身健體之重要性。

此次為第33屆之賽事，有2788名人士報名，而當日有達2260名泳兒參與，當中最年長的是年屆84歲的林錦浩先生，而最年輕的為4歲房家穎小朋友。今年除了得到游泳愛好者支持外，本會更邀請到海事處副處長廖漢波先生蒞臨主禮，其他出席參與的首長有本會會長劉漢華BBS太平紳士，副會長黃學堯先生及韋錦潮先生，水上安全主席兼當年總理張德忠先生，名譽顧問姜彥文教授，技術顧問陳耀榮博士，義務醫事顧問謝德富醫生BBS。是次賽事更獲得TYR、SUN SENSE及EGO大力支持及贊助。



| 日期 | 活動/賽事名稱 | 地點 |
|-----------------|------------------------------------|---------------|
| 7/2/2009 (星期六) | 二零零九年拯溺週年聚餐 | 香港仔珍寶海鮮舫 |
| 8/3/2009 (星期日) | 2008-09 拯溺(泳池)分齡賽 - 第二回 | 城門谷游泳池 |
| 14/3/2009 (星期六) | 週年會員大會暨特別會員大會 | 香港拯溺總會淺水灣訓練總部 |
| 18/4/2009 (星期六) | 2009年週年講座暨屬會救生成績頒獎典禮 | 奧運大樓賽馬會演講廳 |
| 26/4/2009 (星期日) | 中銀香港第52屆體育節 - 第12屆全港拯溺隊沙灘大會操暨沙灘競技賽 | 淺水灣泳灘 |
| 23/5/2009 (星期六) | 2009年度水上安全運動之救生星章及義務救生員獎勵計劃頒獎典禮 | 奧運大樓賽馬會演講廳 |
| 31/5/2009 (星期日) | 2009年拯溺(海洋及沙灘)分齡賽 | 石澳泳灘 |
| 20/6/2009 (星期六) | 2009水上安全運動揭幕禮 | 九龍公園拱廊 |
| 21/6/2009 (星期日) | 2009年拯溺海浪計分賽 - 第一回 | 淺水灣泳灘 |

FS DIVING UNIT



消防處潛水組

今期繼續為大家介紹有關消防處潛水組。再一次多謝余SIR (余國強) 註 百忙中抽空與我們分享有關潛水組的獨特專業訓練。

消防潛水組會否培訓新學員考取拯溺基本銅章的資格？

早在2001年開始，消防潛水組便開始培訓消防前綫同事考取銅章的資格。同事需接受為期兩星期的拯溺銅章訓練，完成訓練後，會考取拯溺總會銅章資格。

訓練是否比其他屬會舉辦的基本拯溺銅章訓練班更加嚴格？

因為消防員需要在全天候不同情況下進行拯救工作，訓練會比一般基本拯溺銅章訓練班的要求更加嚴格，訓練內容是為消防前綫同事度身設計。除了基本拯溺銅章的知識及技術外，還加入為應付不同拯救情況的專業拯救技術訓練，如海上拯救訓練、求生自救技術、徒手潛水拯救訓練等，務使消防前綫同事在安全及有效地進行水中拯救。

除了基本拯溺銅章外，消防潛水組還會提供什麼特別的拯溺救生課程呢？

除基本拯溺銅章課程外，潛水組還會提供針對本港環境的水中拯救課程，其中急流拯救課程是消防潛水組專業訓練課程的一個重要部份。其訓練內容參考海外及本港有關急流的事故來編寫，內容由淺入深，全面涵蓋各種相關的水中拯救技術，由基本的手援、拋繩、涉水、艇上救援以至在複雜的急流環境中進行拯救：如傷者被困於車中、石隙或被四周急流所困。

可否再介紹一下急流拯救訓練？

拯救事故跟火警一樣，每宗事故的發生及所涉及的環境都不會完全相同，拯救人員面對現場環境是完全陌生的。舉例，在水流湍急環境中拯救傷者，情況千變萬化及極度危險，水位及水流可能在數分鐘內劇變，拯救人員故必須在短時間內成功拯救傷者。有時單靠使用橡皮艇由岸邊或由上游而下至傷者的位置，亦不一定能拯救成功；又或是因當時環境，如有架空電綫、密林等不能使用直升機進行垂直拯救時，我們便要使用繩索拯救方法來接近傷者並拯救傷者到安全的地方。因此，急流拯救訓練除了教授學員急流拯救技術外，還非常注重訓練學員對現場環境判斷及反應的能力，在訓練期間會要求學員在事前沒有心理準備的情況下，在陌生的現場環境作出真實的模擬拯救，希望學員藉此能切身體會到由開始至成功拯救傷者的一切可能遇到的危險及困難，從而希望提升各隊員在極端惡劣環境中執行拯救時的應變能力。

最近兩年，余SIR你協助香港拯溺總會舉辦了一些跟潛水拯救有關的課程，可否說說這些課程的目的、內容、教學感受和將來的發展？

在2007年開始，我們協助總會舉辦了多個為期五日的徒手潛水拯救課程，目的是希望介紹徒手潛水拯救的技術予有興趣之人仕。課程內容包括徒手潛水的安全需知、工具的特性、使用和保養以及徒手潛水的技術、拯救和搜索技巧。

能夠教授一班有意參與徒手潛水拯救的學員，令他們由完全不甚了解什麼是徒手潛水拯救，到大部份學員都達到我們要求的目標，是一件非常高興的事。每一次教學，就好像自己也在學習當中，在訓練的過程中，當發現學員達不到我們的要求，我們便會分析及或檢討，從教學之中學習，實行教學相長。

沙灘救生員在日常執行水上拯救中，徒手潛水拯救是一套非常有實際效用的專業拯救技術，能夠在最短時間內在水中有効搜救溺者。我認為無論徒手及水肺潛水拯救技術是可以加強每一位從事救生工作者的拯救能力（無論水面及水底）。此外，現時潛水安全仍有很大的進步空間，長遠而言如果能夠做到現場即時進行水底拯救，越快越好，分爭奪秒是可以大大減少水中遇溺死亡數字，對每位市民有莫大裨益呢！

聽了余SIR的經驗之談後，各位務必要留意今年總會舉辦的徒手及水肺潛水拯救課程，齊來學習這套既專業又具挑戰性的潛水拯救技術。

註：余SIR於本年獲國際救生總會ILS頒授最高之潛水拯救三星教練資格

小記者：Edmund & 嘉晉



紮根社區 - 深水埗體育會(拯溺組)



屬會編號：S-46
成立年份：1982
活躍地區：深水埗
屬會代表：謝偉雄先生



於70年代末，80年代初，政府為推行地方行政，鼓勵各地區成立體育會。在民政署及區議會的大力推動下，深水埗體育會於1982年成立，並在1984年成立拯溺組。拯溺組的成立旨在深水埗社區推廣及發展各項拯溺活動及比賽，並提供拯溺訓練和義務救生服務。有別於一般的屬會，「深水埗」的地區應受性較高及動員能力大，這一切都歸功於強大的後盾，即當中包括有民政事務專員和康樂及文化事務署分區事務經理的顧問團。謝SIR表示，因為有着這特殊的背景，區內居民也有較重的歸屬感，每次舉辦訓練班及嘉年華，都會有很多居民參與，給予體育會的源動很大。在區內紮根廿多年，深水埗體育會（拯溺組）已深受居民認同，是一個有名有實的社區體育會。

正因着這穩固的社區網絡，「深水埗」在教練培訓及拯溺競賽上均得到不少人力支持參與，創造不俗的成績。每年「深水埗」都會以合作形式為康文署舉辦不少訓練班，這正好提供更多的實習機會予新進的教練。謝SIR相信這些有系統的訓練班較有連貫性，有助於培訓較專業的教練團體。近年，「深水埗」更投放更多資源於競賽方面，提供有規模的訓練予學員，並推選運動員參加常規比賽，爭取經驗和表現。現時「深水埗」有十數名拯溺運動員，並於多項的接力賽中得到很好的成績。在去年的長途拯溺賽中，更有運動員躋身三甲之列。



努力不懈 - 衛星游泳會



屬會編號：S-14
成立年份：1983
活躍地區：港島東，灣仔區
屬會代表：馮貴祥先生

成立於1983年，並於1985年起駐池於維多利亞公園游泳池的衛星游泳會已服務港島東區的市民超過25年。創辦人馮教練表示當初成立「衛星」的目的為推廣體育相關活動，令更多人認識救生及拯溺運動。在創會初期，為求回饋社區，推廣水上安全，「衛星」義務教授拯溺技術予市民，只收取學員考試費。

除此之外，馮教練更努力推行義務救生服務，派員於石澳泳灘進行義務的當值，歷年來「衛星」的當更出席率亦高踞前三名。原來，身體力行亦是「衛星」成功之一，因為馮教練除了會安排人手工作外，自己偶爾也會當義務更，做一個好榜樣予其他會員。

義務救生服務出眾以外，訓練班亦同樣出色，「衛星」的學員的考試成績亦得到認同，曾奪得市政盾，會長杯，會長盾等獎項。而在教練層面上，馮教練自己亦屢獲殊榮，包括社區傑出教練，傑出拯溺發展教練等等。

對於未來的目標，「衛星」希望能培訓更多出色的拯溺競賽運動員，發掘更多的人才，一同支持及參與總會的發展，努力向前求進。

小記者：Irene, Edmund & 嘉晉

編號一的個人救生紀錄手冊 - 李樹堅先生

今期，我們加入了一個新的專欄，名為〈當年人和事〉，主要介紹拯溺界當年一些有趣或鮮為人知的人和事。

持有香港拯溺總會編號一的個人救生紀錄手冊的是誰呢？那就是現任香港拯溺總會一級主考李樹堅先生。李SIR於1970年4月1日投身拯溺總會大家庭，初入職時他擔任總會全職受薪職員。1975年後，李SIR接替陳偉能先生擔任英國皇家救生會（香港分會）秘書的工作，達11年之久。李SIR與拯溺總會可說有頗深的淵緣。

那麼，李SIR是何時和怎樣取得編號一的救生紀錄手冊呢？據李SIR表示，在70年代的拯溺考試，考生於考試時只需提供簡單的個人資料以作核實身份，例如考生只需說出自己身份証號碼，姓名等等……。因此，當時會有「頂包」的情況發生，為了解決這個問題，李SIR參考了其他專業資格發証機構的做法，為總會設計了一本載有持証者近照的個人救生紀錄手冊。這手冊除了可核實會員身份，亦可記錄考試成績及簽署義務更當值次數等。救生紀錄手冊便在這時正式被應用。發証初期，李SIR很榮幸獲其他資深主考推薦和禮讓，讓他獲得編號一的救生紀錄手冊。

上文提及李SIR曾擔任總會秘書工作，而當時擔任英國皇家救生會（香港分會）秘書工作的人，必須是拯溺主考，因此李SIR踏上了主考之路。李SIR說以前要被委任成為主考，除了必須有熟練的拯溺技術和協助拯總工作的熱忱外，學歷和職業背景亦在考慮的範圍內，所以要在當年獲委任成為主考，不是一件容易的事，而現在多位資深主考如楊志滔總主考及文德輝榮譽主考便是其中一二。

大家可能不知道，李SIR說當年灣仔訓練池的設計是參考了拯溺訓練的要求，難怪它會成為我們主要的公開考試場地。當年的泳池或泳棚入場是全日劃一收費，至於現在的分段收費，李SIR說最初是他管理的置富康樂中心所採用，當年他採用分段收費的目的，是希望增加康樂中心的收入，同時好讓救生員在分段時間可稍作休息。

李SIR最後和我分享了自己多年參與拯溺訓練及救生管理工作的體驗，他說：「救生員的工作較其他職業不穩定，不單只要定期資格覆修，還要保持良好的體力。有些青年人疏於操練，氣力不計，便會自動流失，亦有因工作不穩定，只有夏天才有工開，導致轉業流失。救生員是一項救人的工作，是一份值得我們專敬的職業。可惜，現今年青的一輩對利益看得太重。以前打一個電話給屬會，很容易找到很多熱心的年青人去參與拯總的活動，現在願意參加的比當年少很多了。」李SIR提議拯總應該有一個展覽或圖書館，把拯溺總會的資料好好收藏，好樣年青的一輩知道拯溺總會的歷史，增加他們對拯溺活動的認識，培養他們參與的興趣，同時亦可讓曾對拯溺活動有貢獻的人留下深刻的回憶。

小記者：Coway, Edmund & 嘉晉



THE AUSTRALIAN WATER SAFETY STRATEGY 2008 - 2011

在澳洲綿延近五萬公里的海岸線上，綴滿了1萬餘片海灘，這一數量應當屬世界之最！85%以上的澳洲人居住在離海岸50公里的範圍內，海灘因而成為他們悠閒的生活方式中不可或缺的一部分。澳洲政府一向致力於宣傳和推動水上安全、游泳及拯溺的教育活動，同時亦積極發展拯救訓練及制訂不同的水上安全指引，旨在減低遇溺事故發生之機會。在政府的努力下，在2000-04年間，因遇溺而死亡的比率一度下降20%。而在2007年全年，澳洲只有270宗因遇溺而死亡的個案，相等於每十萬人只有兩個因遇溺而死亡。

為了進一步減低遇溺事故發生之機會及其死亡率，由全澳洲水上活動及拯救機構及團體之代表所組成的The Australian Water Safety Council（譯：澳洲水上安全委員會），在2008年10月10日制訂出一個長遠的水上安全策略 - The Australian Water Safety Strategy 2008 - 2011，當中包括一個雄心勃勃的目標：於2020前，在澳洲減少50%的遇溺死亡事故。

有別於一般的水上安全指引，水上安全策略除了擁有一個長遠目標外，亦包含了一個既全面又組織細密的策略性框架，能有系統地提出指引以制定長遠減低遇溺死亡事故發生之方針。

策略性框架主要針對三個主要引起遇溺死亡事故發生的範疇 (Key drivers of drowning reduction)：

範疇一



以人類生活階段作為考慮

ADOPT A LIFE STAGES APPROACH

透過研究人類在不同生活階段(Life Stage)的特質，區分屬遇溺死亡事故發生之高風險人仕。除了考慮一般身體自然變化外，情感和社交生活亦是考慮範疇之一。研究中有指(a)五歲以下的兒童、(b)飲了酒的成年人和 (c)老人是屬高風險之人仕。

範疇二



以地點作為考慮

ADDRESS HIGH RISE LOCATIONS

透過分析遇溺數據的結果，提出多個遇溺高危地點。研究訂出三個的高危地點包括(a)農村和遍遠地方、(b)海灘和 (c)家庭水池。

範疇三



以針對遇溺死亡事故發生的獨特性作為考慮

MEET KEY DROWNING CHALLENGES

制訂減低遇溺死亡事故發生之方針時，需以能針對其獨特性為目標。研究個別遇溺死亡事故發生的獨特性，例如涉及高風險消遣活動、高風險人仕或受極端天氣和氣候變化衝擊的事故，能有效制訂針對性的策略。

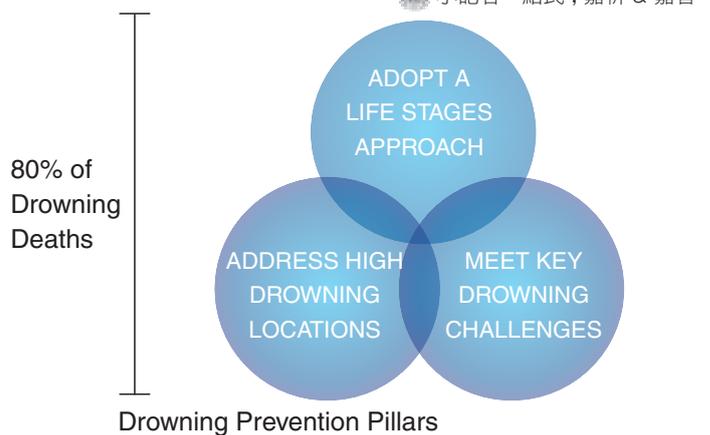
策略最後說明制訂成功長遠減低遇溺死亡事故發生之方針，是取決於是否能綜合以上的考慮範疇及現存的澳洲水上安全預防措施。策略特別指出預防遇溺死亡事故的發生，主要是透過(a)提供安全水域、(b)推動水上拯救、(c)加強立法及制訂政策、(d)建立合作機制和(e)推動研究工作。

透過澳洲政府大力支持推動以上的水上安全策略，有關的水上安全預防措施已初見成效。期望香港將來也有一份能夠媲美澳洲政府所推行的長遠水上安全策略。

其他資料可參閱官方網址：

<http://www.watersafety.com.au/20082011Strategy/tabid/81/Default.aspx>

小記者：紹民、嘉祈 & 嘉晉



出版：香港拯溺總會事務委員會會訊刊物部

期數：第四期(非賣品)

日期：二零零九年四月份

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

總編輯：馬澤華先生

編輯委員會：陳冠恒先生、馬丹妮小姐、趙佩玲小姐、關偉雄先生、劉嘉祈小姐、梁澤文先生、葉靄霖小姐、葉紹民先生、余嘉晉先生

辦事處：

網址：<http://www.hkiss.org.hk>

電郵：info@hkiss.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