



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。邁向新的一年，在此恭祝各位蛇年萬事如意，身體健康，各屬會會務昌隆。2013讓我們拯溺界團結一致，眾志成城，繼續發揮拯溺救生的精神，服務社會。



本期焦點

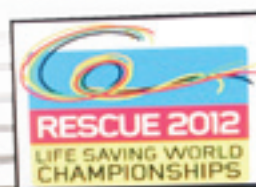
零的突破 冲出世界

2012年11月9日即開賽第三天下午，歷史性的時刻即將誕生，女子隊隊長黃學穎(Winnie)夥拍容美華(Ada)在女子公開組拋繩賽中以11秒44勇奪季軍，為香港在世界拯溺錦標賽創下奪標印記的同時，更創造歷史！就在不足12秒內，兩人精彩發揮，體現隊員在過去專心堅持、鍛鍊有志、努力不懈的成果；更同時肯定香港拯溺總會過往十數年在拯溺競賽培訓及發展本土拯溺運動的付出。

1998年……香港首次派員出訪新西蘭，觀摩世界拯溺錦標賽1998賽事；並於當時許下『決將香港帶進國際拯溺賽舞臺的承諾』…至去年，我們派出7男7女本土運動員，參加世界拯溺錦標賽2012賽事，在國家公開組打破歷史性的佳績，為香港隊取得首面世界賽獎牌，在38隊國家隊中泳池賽獲得第16名，並在國家青年組14隊之中泳池賽獲得第6名的振奮成績、為之鼓舞！

短短12年，香港由拯溺競賽初生之犢直至走到今天，躋身國際拯溺競賽水平，在亞洲區中處於躍升領導位置；相信曾為此付出過的總理賢達、委員、職員、教練及運動員定必感動非常、回味中更為曾不計付出的而感受良多！當然，筆者有幸在場見證Winnie和Ada手持特區區旗在頒獎台上的一刻，真切感受到那股興奮、震撼和喜悅感，她們絕對是香港拯溺界的驕傲呢！

小记者：Coway實地報導





講講今次的主角Winnie和Ada。

Winnie現在是一位物理治療師，加入港隊前的她，曾經是女拔萃書院的學校拯溺隊的隊長；早見她對拯溺競賽運動的熱愛。而Ada則在中學時因為泳術精湛被屬會教練推薦參與拯溺競賽，繼而入隊，一直至今。還記得Ada首次代表香港參加世界拯溺錦標賽2002的首日正是她的生日，當日她才剛剛符合參加國際賽的年齡限制呢！現在Ada職業為專業審計工作。

Winnie和Ada高中畢業後便成為了同學就讀香港理工大學（簡稱：理大），更一同成為理大泳隊隊員。她們雖然在本地拯溺賽中常為競爭對手，但在香港拯溺隊中她們是要好的拍檔，更經常為爭取成績的突破，相互鼓勵及幫助。

除了拋繩賽，她們夥拍的海浪板拯救在香港錦標賽亦是所向披靡。從挫折中學習，沒有卻步，堅持信念，決志到底，是她們成功為香港摘下首面國際拯溺賽獎牌的體會，亦是教人感動的堅持與決心而步出來的成果！



香港隊在世界拯溺競賽水平的不斷進步，亦日漸得到外界傳媒的關注，早前香港隊隊員分別接受了明報及南華早報訪問。



今次世界錦標賽，香港隊派出男女2隊共14人參加公開組及青年組國家賽。為香港隊取得歷史性的佳績及實現零的突破，取得首面世界賽獎牌的運動員位位也是萬中選一的拯溺精英：

張煒堂 2011年入隊

賽後有感：「在2012拯溺世界錦標賽中，我明白到我們與世界頂尖運動員的距離。喺未來嘅日子我哋會努力訓練，盡量減少這距離。力求進步。」

職業： 香港科技專上書院學生



李建良 2002年入隊

賽後有感：「這是我第十年參與拯溺運動的一年，所以這次參賽是非常有紀念性的！而且能親眼目睹隊友勇奪香港首面獎牌感到非常光榮，希望我們能再接再勵得到更好成績！」

職業： 助理程序幹事



李康怡 2007年入隊

賽後有感：「這一次是我第二次為香港出戰世錦賽，能夠有此機會我感到很榮幸，因為代表香港是我小時候的夢想。在比賽中，我吸收到很多經驗，而過程中，我們團隊充分發揮了團體精神，縱使面對冰冷的南澳海水，令我仍然與隊友們奮戰到底。是次世界賽對我來說是一次興奮又難忘的經歷。」

職業： 教育學院體育教育系學生



呂思濤 2007年入隊

賽後有感：「這次比賽，讓我看清世界和了解自己能力，努力裝備自己，準備下次的挑戰。」

職業： 香港浸會大學運動及康樂學副學士學生





王國良 2003年入隊

賽後有感：「我很高興再次參予世界拯溺錦標賽。澳洲是拯溺運動水平高的國家之一，令我一直很喜歡澳洲。今年終可以到這個地方比賽。」

職業： 紀律部隊



麥駿然 2011年入隊

賽後有感：「這是我第一次參加世界賽，與世界級選手一起比賽使我獲益良多。香港隊十分團結，互相打氣，各人超越自我、發揮最好！」

職業： 中六學生



容美華 2001年入隊

賽後有感：「是次比賽是本人參與的第四次世界賽，眼見港隊的實力一屆比一屆進步，實在十分振奮。希望將來有機會看到香港的區旗能升到頒獎台的最高位置。」

職業： 審計員



林卓康 2011年入隊

賽後有感：「十四位隊員一起進行熱身運動，研究其他選手所用之技術，鼓勵每位盡己所能之隊友，這就是我無悔的2012世界賽。」

職業： 香港中文大學醫科學生



鍾國海 2011年入隊

賽後有感：「是次比賽是我第一次參加世界比賽，在過程中我吸納了不少經驗，體悟了團體合作的精神，隊友們的打氣更成為我們每一位隊員的推動力，發揮得淋漓盡致，創新了不少紀錄。」

職業： 中六學生



黃學穎 2005年入隊

賽後有感：「我這七年的拯溺運動生涯裡，最光輝及值得驕傲的一刻就是在2012世界錦標賽中為香港拯溺隊摘下歷史性的銅牌。」

職業： 物理治療師



郭蕙霖 2009年入隊

賽後有感：「首次參加世界賽，心情十分興奮，讓我畢生難忘。回想過程中，我為隊友及領隊帶來不少麻煩，但他們都默默承受，十分感激他們！」

職業： 獸醫助護

賴潔華 2008年入隊

賽後有感：「參加世界賽是每一個運動員的夢想，我有幸獲選參加2012世界拯溺錦標賽，使我人生多一個美好回憶，還刷新一項香港紀錄，實在是錦上添花！」

職業： 公開大學環境及能源系學生



馬駿惠 2010年入隊

賽後有感：「好榮幸能夠成為香港隊Youth Team成員之一參加世界賽。這是我人生第一次能夠參加所有項目，對我來說是一大挑戰。雖然每項之間的休息時間不多，但亦因此令我意志更堅強。這次世界賽令我獲益良多，畢生難忘！」

職業： 香港中文大學體育系學生

吳翠華 2011年入隊

賽後有感：「有幸參加如此盛大的比賽，發現了自己很多的短處，獲得了新知識、新經驗及寶貴的友情。未來會好好裝備自己，努力改善個人弱點，迎接下一場挑戰！」

職業： 中六學生



- 日期：2012年7月21日
- 地點：馬鞍山游泳池
- 參賽人數：260（共502項次）
- 男女子分別設有6個年齡組別，每組別設有3個單項供參賽者選擇，除個人項目外，設有一項公開團體4人接力項目。
- 少年組比賽項目包括：50/100公尺游泳障礙賽、50/100公尺穿蛙鞋游泳賽、25公尺腳先行搖櫓泳賽。
- 青年及成年組項目包括：200公尺游泳障礙賽、100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽、100公尺混合拯救賽、4x25公尺運送假人接力賽。



得獎者名單：

項目	屬會	冠軍
男子少年甲50公尺游泳障礙賽	3A體育會	俞志浩
女子少年甲50公尺游泳障礙賽	匯駿體育協會	沈天敏
男子少年乙100公尺游泳障礙賽	匯駿體育協會	趙柔強
女子少年乙100公尺游泳障礙賽	元朗拯溺會	廖泳潼
男子青年甲200公尺游泳障礙賽	匯友體育協會	麥駿然
女子青年甲200公尺游泳障礙賽	匯友體育協會	鍾國海
男子青年乙200公尺游泳障礙賽	南區拯溺會	張煒堂
女子青年乙200公尺游泳障礙賽	青衣泳池拯溺會	馬迪雯
女子成年組200公尺游泳障礙賽	大埔拯溺會	劉嫻子
男子成年甲200公尺游泳障礙賽	大埔拯溺會	李康怡
男子成年乙200公尺游泳障礙賽	金海豚體育會	陳潤強
男子少年甲50公尺穿蛙鞋游泳賽	3A體育會	俞志浩
女子少年甲50公尺穿蛙鞋游泳賽	香港浪濤救生會	吳嘉珩
男子少年乙100公尺穿蛙鞋游泳賽	3A體育會	安嘉裕
女子少年乙100公尺穿蛙鞋游泳賽	元朗拯溺會	廖泳潼
男子青年甲100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽	匯友體育協會	麥駿然
女子青年甲100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽	匯友體育協會	鍾國海
男子青年乙100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽	以諾體育會	梁國東
女子青年乙100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽	吐露港游泳訓練學會	何泳芝
男子成年甲100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽	大埔拯溺會	王國良
女子成年甲100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽	匯友體育協會	黃學穎

項目	屬會	冠軍
男子成年乙100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽	碧濤游泳拯溺會	高寶華
女子成年乙100公尺穿蛙鞋拖帶假人賽	匯駿體育協會	郭迪納
男子少年甲25公尺腳先行搖櫓泳賽	衛星游泳會	李熙朗
女子少年甲25公尺腳先行搖櫓泳賽	香港浪濤救生會	林普茵
男子少年乙25公尺腳先行搖櫓泳賽	香港浪濤救生會	李學旻
女子少年乙25公尺腳先行搖櫓泳賽	遨洋體育會	陳冬晴
男子青年甲100公尺混合拯救賽	南區拯溺會	吳冠怡
女子青年甲100公尺混合拯救賽	匯友體育協會	馬駿惠
男子青年乙100公尺混合拯救賽	南區拯溺會	謝焯彬
女子青年乙100公尺混合拯救賽	吐露港游泳訓練學會	何泳芝
男子成年甲100公尺混合拯救賽	大埔拯溺會	李建良
男子成年乙100公尺混合拯救賽	匯友體育協會	馮錦泰
女子成年乙100公尺混合拯救賽	匯友體育協會	吳金鳳
男子公開組4x25公尺運送假人接力賽	大埔拯溺會	王國良 李建良 李康怡 袁啟禮
女子公開組4x25公尺運送假人接力賽	匯友體育協會	容美華 黃學穎 鍾國海 馬駿惠



2012年拯溺海洋計分賽

- 日期：第二回合2012年8月5日（星期日）
第三回合2012年12月9日（星期日）
- 地點：淺水灣
- 海洋計分賽是針對拯溺賽的海洋項目而設的個人成績計分賽，透過三個回合的比賽，得出每個項目的全年個人總冠軍及海洋男女子最佳運動員。第二及第三回合在本季度的8月及12月舉行，兩個回合的參賽項次分別是141及121。
- 本年最佳男子運動員由大埔拯溺會運動員李建良以總分199分奪得，最佳女子運動員則由匯友體育協會黃學穎以181分並連續第三度勇奪。除此之外，本年首次加入新秀組賽事，讓從未參加過計分賽的運動員同場作賽，首位最佳新秀運動員分別由南區拯溺會周晉琳獲得男子組冠軍，及由香港浪濤救生會麥詠深獲得女子組冠軍。

年度各項目得獎者如下：

項目	名次	姓名	屬會
男子沙灘奪標賽	1	袁啟禮	大埔拯溺會
	2	呂思濬	匯友體育協會
	3	李建良	大埔拯溺會
女子沙灘奪標賽	1	黃學穎	匯友體育協會
	2	馬駿惠	匯友體育協會
	3	郭蕙霖	吐露港游泳訓練學會
男子海浪板速度賽	1	李建良	大埔拯溺會
	2	呂思濬	匯友體育協會
	3	梁國東	大埔拯溺會
女子海浪板速度賽	1	黃學穎	匯友體育協會
	2	馬駿惠	匯友體育協會
	3	容美華	匯友體育協會
男子海浪艇速度賽	1	李建良	大埔拯溺會
	2	李健聰	匯友體育協會
	3	袁啟禮	大埔拯溺會
女子海浪艇速度賽	1	黃學穎	匯友體育協會
	2	容美華	匯友體育協會
	3	劉娉子	大埔拯溺會

年度最佳海洋運動員	
男子組－李建良（大埔拯溺會）	女子組－黃學穎（匯友體育協會）
年度最佳海洋新秀運動員	
男子組－周晉琳（南區拯溺會）	女子組－麥詠深（香港浪濤救生會）



項目	名次	姓名	屬會
男子海浪游泳賽	1	麥駿然	匯友體育協會
	2	吳冠怡	南區拯溺會
	3	張煒堂	南區拯溺會
女子海浪游泳賽	1	吳翠華	將軍澳體育會
	2	黃學穎	匯友體育協會
	3	鍾國海	匯友體育協會
男子沙灘跑賽	1	袁啟禮	大埔拯溺會
	2	梁達駿	大埔拯溺會
	3	郭臻軒	南區拯溺會
女子沙灘跑賽	1	鍾國海	匯友體育協會
	2	馬駿惠	匯友體育協會
	3	黃學穎	匯友體育協會
男子海洋全能賽	1	李建良	大埔拯溺會
	2	袁啟禮	大埔拯溺會
	3	梁國東	大埔拯溺會
女子海洋全能賽	1	黃學穎	匯友體育協會
	2	容美華	匯友體育協會
	3	劉娉子	大埔拯溺會

泳池賽

- 日期：2012年10月13-14日
- 地點：城門谷游泳池

海洋及沙灘賽

- 日期：2012年12月1-2日
- 地點：石澳泳灘
- 主禮嘉賓：消防處處長陳楚鑫先生

本年度有18支隊伍總共派出141人參加錦標賽，另有9隊共85人參加發展盃賽事，團體總冠軍、發展盃團體冠軍及女子團體冠軍由匯友體育協會奪得，男子團體冠軍則由大埔拯溺會獲得。

本年首次在石澳舉辦海洋及沙灘賽事，踏入十二月雖然氣溫少許寒冷，但沒有影響運動員比賽的熱誠。石澳的天然環境對拯溺比賽十分有利，首先由於沙粒幼細，對於參加沙灘跑及奪標的運動員來說都十分安全。至於另一個優點，則是有海浪，拯溺海洋比賽本來是應該在有海浪的情況下作賽，然而早期發展時大多數運動員都未能掌握海浪的情況，所以當時只能在平靜的海灘舉辦本地拯溺錦標賽。時至今日，香港運動員在海浪比賽的成績只僅次於日本隊，所以本年總會嚐試在較大浪的海灘舉行，經過兩天的比賽，效果十分理想，很多運動員都很享受在海浪作賽的感覺，同時發現本地動員大多數都有能力在海浪的環境下比賽，這引證了香港拯溺運動跨越了一大步。

泳池賽方面，維持不變，所有項目都是在標準的50公尺泳池內舉行，本年有2項比賽刷新香港紀錄，包括張煒堂以02:09.70刷新男子200公尺游泳障礙賽及李建良以00:34.18刷新男子50公尺運送假人賽。



泳池賽

- (上) “4x25公尺運送假人接力賽”第四棒位置
- (右) “男子4x50公尺救生浮標拯救賽”得獎者領獎

各項團體成績如下：

項目	名次	隊伍	得分
總錦標成績	1	匯友體育協會	1085
	2	大埔拯溺會	903
	3	吐露港游泳訓練學會	571
	4	南區拯溺會	480
	5	3A體育會	451
	6	將軍澳體育會	314
拯溺發展盃邀請賽	1	匯友體育協會	672
	2	大埔拯溺會	467
	3	愉園體育會有限公司	362
	4	南區拯溺會	337
	5	碧濤游泳拯溺會	226
	6	粉嶺拯溺會	148
男子團體	1	大埔拯溺會	518
	2	匯友體育協會	486
	3	南區拯溺會	378
	4	3A體育會	260
	5	以諾體育會	156
	6	吐露港游泳訓練學會	148
女子團體	1	匯友體育協會	581
	2	吐露港游泳訓練學會	409
	3	大埔拯溺會	365
	4	將軍澳體育會	314
	5	3A體育會	180
	6	南區拯溺會	86



海洋及沙灘賽

(由上至下)

“女子海浪板拯救賽”兩位運動員合力划板準備衝線

“海洋全能接力賽”划板棒運動員上岸準備交棒

“男子海浪板拯救賽”扮演溺者運動員起步



匯友體育協會勇奪團體冠軍與主禮嘉賓大合照



第十四屆全國救生錦標賽

香港隊以總分786勇奪團體總冠軍，
並取得8金3銀6銅的優異成績

第十四屆全國
暨首屆全國游泳救生員
職業技能競賽

頒獎晚宴

2012年8月17日



- 日期：2012年8月15-17日
- 地點：中國北京
- 代表團名單：
 - 領隊：梁智輝
 - 副領隊：劉中民
 - 教練：謝偉雄、李君慧
 - 後勤支援：吳志文、丘惠萍
 - 男子成人組：盧京文、馮錦泰、高寶華、李子康、蕭儉國、曾惠常、黃逸東、袁啟禮
 - 女子成人組：陳小兒、盧美觀、吳金鳳、丘惠萍
 - 男子公開組：張煒堂、劉昕傑、李康怡、李建良、呂思濬、麥駿然、吳冠怡、王國良
 - 女子公開組：鍾國海、馮韻怡、何泳芝、賴潔華、劉嫻子、吳翠華、黃學穎、容美華

本年大會在舉行全國救生錦標賽同時舉辦首屆全國游泳救生員職業技能競賽，除設有特別比賽項目之外，部份原有的救生比賽項目亦用作有關職業技能競賽，因此參賽人數大大增加，男子成人組50米假人救生賽(即本地50公尺運送假人賽)甚至有9組預賽，參賽人數接近70。由於本屆在北京舉行所以只得泳池比賽，這樣對香港隊十分不利，因為我們最善長的是海浪項目，雖然有這個不利因素，但香港隊依然蟬聯團體總冠軍。大會除邀請各省市救生隊參與外，更有香港、澳門派隊參加，總共有38隊。本年更安排在世界知名「水立方」進行比賽，大家可享用奧運選手一樣的場地。

特別鳴謝：韋錦潮副會長、張德忠水上安全主席及吳家麗水上安全總監慷慨贊助。



第十五屆香港長途拯溺錦標賽

- 日期：2012年9月16日
- 地點：淺水灣
- 主禮嘉賓：主考團主席李銑麟博士太平紳士



公開男子拯救組

冠軍：藍家俊 亞軍：袁學民 季軍：謝譽蒿



公開女子拯救組

冠軍：梁巧盈 亞軍：葉鈺生 季軍：胡巧琳



公開男子自救組

冠軍：林學倫 亞軍：余凱峰 季軍：李汶軒



公開女子自救組

冠軍：陳少玲 亞軍：方善宜 季軍：梁巧童



先進男子拯救組

冠軍：周彰明 亞軍：陳偉業 季軍：陳潤強



先進女子拯救組

冠軍：李曉暉 亞軍：吳幼蘭 季軍：黃金蘭



學生男子自救組

冠軍：關浩然 亞軍：梁浩豐 季軍：梁家僑



學生女子自救組

冠軍：廖泳潼 亞軍：余詠雪 季軍：張凱欣



本年的世界拯溺錦標賽2012 (RESCUE 2012) 在澳洲阿德雷德 (Adelaide, Australia) 舉行，比賽分為國家賽、屬會賽及先進賽，香港隊派出2隊共7男7女出戰國家組賽事。

成員包括：領隊 - 梁智輝先生、副領隊 - 陳冠恆先生、
教練 - 黃逸東先生、後勤支援 - 丘惠萍小姐

公開組女運動員

黃學穎、容美華、鍾國海、郭蕙霖、賴潔華

公開組男運動員

王國良、李建良、張煒堂、李康怡、呂思濬

青年組女運動員

馬駿惠、吳翠華

青年組男運動員

林卓康、麥駿然

比賽日程

07/11/2012	國家賽 - 「模範救生反應賽」 黃昏 - 開幕典禮
08/11/2012	國家賽 - 泳池比賽
09/11/2012	國家賽 - 泳池比賽
10/11/2012	國家賽 - 海洋及沙灘比賽
11/11/2012	國家賽 - 海洋及沙灘比賽 黃昏 - 閉幕典禮



香港隊成績斐然，在首次派隊參加青年組比賽中，以4人之力取得7項進入決賽A（世界賽頭8名名次賽）的參賽資格，總成績在14隊之中獲得第6名，實在非常難得。公開組成績更歷史性為香港隊取得首面世界賽獎牌，同時所有成績都大有進步，包括無法以時間作紀錄的海洋及沙灘比賽，我們有多個項目都成功進入半準決賽，或甚至準決賽，為香港取得歷年來最佳分數。

刷新4香港紀錄，如下：

項目	運動員	時間
女子公開組拋繩賽	黃學穎、容美華	00:11.44
男子公開組4x50公尺混合接力賽	張煒堂、李康怡、呂思濬、王國良	01:38.32
女子公開組4x25公尺運送假人接力賽	鍾國海、賴潔華、黃學穎、容美華	01:42.66
男子公開組4x50公尺游泳障礙接力賽	張煒堂、李建良、李康怡、呂思濬	01:52.66

除此之外，是次世界拯溺錦標賽香港亦派出多位國際裁判參與，分別是蔡溢昌先生、吳凱珊小姐、陳綺蓮小姐、陳亮智先生、黃家濠先生、李君慧小姐及羅浩雲先生。而本會副主席兼總主考楊志滔博士亦代表本會出席國際救生聯盟的會議。



第三十七屆元旦冬泳拯溺錦標大賽

- 日期：2013年1月1日
- 地點：淺水灣
- 主禮嘉賓：海事處副處長童漢明太平紳士

公開男子組

- 冠軍：曾境鎬
亞軍：林學倫
季軍：朱兆麟
優異：李聲頌、黎敏熹、麥駿然



公開女子組

- 冠軍：李恒楓
亞軍：丁詠嫻
季軍：余詠雪
優異：陳韋瞳、梁巧盈、陳凱瑜



幸運男子組

- 冠軍：陳偉業
亞軍：黃卓然
季軍：莫柱標
優異：張志光、張滿洪、GUY SYRETT



幸運女子組

- 冠軍：黃金蘭
亞軍：吳幼蘭
季軍：歐陽慧蓮
優異：梁笑玲、潘慧滂、陳虹



學生男子組

- 冠軍：周盛夏
亞軍：薛國麟
季軍：吳家培
優異：胡穎熙、郭雋樂、高浚瀚



學生女子組

- 冠軍：麥俐詩
亞軍：李芷瑜
季軍：陳曉嵐
優異：黃幸霖、溫靈妹、李穎欣



首長委任暨2012世界拯溺錦標賽慶功宴



香港拯溺總會於2013年1月1日中午假香港仔珍寶海鮮舫設宴賀世界拯溺錦標賽2012代表隊凱旋而歸。副會長韋錦潮先生在致賀詞時表揚香港代表隊充份發揮香港人努力不懈精神：「是次凱旋而歸，不但只代表了個別隊員的努力成果，而且更代表了對香港拯溺總會過去在拯溺運動工作上表示認同及鼓勵，意義重大。」。副會長認為這次榮耀係屬於全體拯溺界全人的，他希望今後大家繼續給予支持，為共同目標而努力，積極為本土拯溺運動工作貢獻。

此外，本會首次作出「名譽參議（Honorary Councilor）」之委任，目的是對已退休及曾出任本會職務之政府首長作出委任，維繫各方的友誼及聯系，好讓我們眾志成城，集思廣益。此外，本會將會同時委任李耀輝先生出任當年總理一職。名單如下（排名不分先後）：

名譽參議 Honorary Councilor

前警務處處長 鄧竟成先生GBS, PDSM (Mr. TANG King-shing GBS, PDSM)
 前衛生署署長 林秉恩醫生SBS (Dr. LAM Ping-yan, SBS)
 前海事處處長 譚百樂先生SBS (Mr. Roger TUPPER, SBS)
 前消防處處長 林振敏先生SBS (Mr. LAM Chun-man, SBS)
 前消防處處長 郭晶強先生SBS (Mr. KWOK Jing-keung, SBS)
 前消防處處長 盧振雄先生SBS (Mr. LO Chun-hung, SBS)
 前民眾安全服務處總參事 廖志強先生BBS (Mr. LIU Chi-keung, BBS)

當年總理 Annual Governor

李耀輝先生 (Mr. LEE Yiu-fai)



林秉恩醫生



譚百樂先生



林振敏先生



盧振雄先生



為了對運動員黃學穎及容美華加以表揚，本會特別頒發優異服務獎章以茲鼓勵。

2013年2-5月行事曆

日期	活動/賽事名稱	地點
23/2/2013 (星期六)	2013年拯溺週年聚餐	珍寶海鮮舫
24/3/2013 (星期日)	2012-2013年拯溺（泳池）分齡賽—第二回	將軍澳游泳池
6/4/2013 (星期六)	2013年拯溺週年講座	奧運大樓賽馬會演講廳
21/4/2013 (星期日)	中銀香港第五十六屆體育節—第十六屆全港拯溺隊沙灘大會操暨沙灘競技賽	淺水灣泳灘
4-5/5/2013 (星期六及星期日)	2013年拯溺（海洋及沙灘）分齡賽	屯門新咖啡灣
25/5/2013 (星期六)	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

SELF RESCUE BRACELET

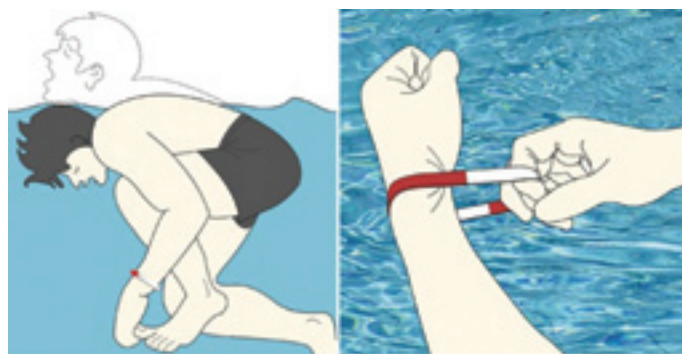
在大海中，不管是比賽或玩樂偶爾也會發生意外，在有救生員當值的泳灘，泳客確能得到一定的保障。但在沒有救生人員當值的海邊或船上玩樂時，又或是遇上意料不到的受傷事情時，游泳者的生命卻未必一定會得到保障。那我們有什麼方便攜帶而不阻礙玩樂的個人救生用品呢？今期介紹的便是在2011年獲得德國紅點設計概念獎的由國內設計師研發的自救手鐲(Self Rescue Bracelet)。

據統計，中國每年兒童發生溺水身亡的就有8萬之多，如果加上成年人的事故數據更是多不勝數。為了使游泳者能在生命垂危的那一刻獲得生還的機會，來自華南農業大學藝術學院的盤湘龍老師和其設計團隊成員設計了自救手鐲，希望能夠通過這人性化的創意產品挽救更多的生命。

他們了解到，就算你是專業的游泳者，並不等於你在海中完全安全。當遇上腳抽筋或任何意料不到令你受傷的事情時，你也有機會有生命危險。所以他們想到了一個以輕便為基礎的救生概念，設計了自救手鐲，讓大家在進行水上活動時遇險亦能提供一個可充氣的救生物穿在自己身上。這手鐲細小及輕便，當你游泳的時候不會阻礙你前進。當游泳者在水中遇溺的時候，游泳者可以啟動自救手鐲，它便會自動張開變成一件浮物。在緊急的處境和需要求救時，自救手鐲就能發揮自救作用，防止悲劇發生。

自救手鐲操作概念簡單，當拉動這手鐲，存在在這手鐲內的壓縮氣體便會自動快速擴展。原理是跟營光棒一樣，這拉動的動作會弄破在壓縮氣室和環繞室內的障礙物，使壓縮氣體流動及擴展，整條手鐲便會成為一件可浮的裝置，從而做到自救的效果。

小記者：Edmund, Sam & Kay



資料來源：

<http://www.asianoffbeat.com/default.asp?display=2427>

http://big5.china.com.cn/gate/big5/art.china.cn/products/2012-08/15/content_5246295.htm

<http://www.hispotion.com/self-rescue-bracelet-3782>

出版：香港拯溺總會事務委員會會訊刊物部

期數：第十三期(非賣品)

日期：二零一三年二月份

榮譽顧問：劉漢華會長SBS, JP、黃學堯副會長、曾偉雄副會長、韋錦潮副會長、陳偉能主席MH

顧問：楊志滔博士、陳志球博士BBS,JP、廖錦洪先生、何福強先生、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、尹志堅先生

總編輯：馬澤華先生

編輯委員會：陳冠恒先生、馬丹妮小姐、劉嘉祈小姐、趙佩玲小姐、梁詠珊小姐、葉紹民先生、梁澤文先生、余嘉晉先生、劉泳欣小姐

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

