

BPSpirit 貝氏傳薪

香港童軍貝登堡聯誼會通訊

招收會員啟事

本會為擴展會務，誠邀各會友委員及會員推薦退任或現任童軍制服成員或會友委員加入本會為會員。

拓展小組謹啟



2017年10月號

會長:吳振雄 主席:蘇啟明 總監:莫元堅 編輯:貝氏傳薪編輯委員會

我的回顧與前瞻

- 公共關係小組主席:彭開發

2010年，本人得到香港童軍總會副香港總監李德仁先生的鼓勵，出任了九龍地域副地域總監，當時懷着戰戰兢兢的心情，負責九龍地域的公共關係及行政的工作，當時心中充滿熱情，面對這份工作每天給我的新挑戰。多年來拓闊了我的閱歷和經驗，也認識了許多首長及來自各行各業的會務委員。回顧那四年的工作，我不斷從錯誤中學習，累積了很多經驗。「經驗」，是公關工作能夠成功的最重要關鍵，由於多年來從童軍運動的工作中累積了很多不同的經驗，就憑著這些經驗和心中充滿使命感，讓我在當時的公關工作中能夠面對不同的困難。

今天的社會氣候與過往不同，公眾知情權高漲，事事要求高度透明，公關工作即意味著事事要加倍用心，做得比前更落力，更用心，更真誠，才能得到公眾的信任！香港很多大型機構都陸續把「公共關係」改稱為「企業傳訊」，匯豐、九巴，甚至非牟利機構保良局和香港基督教青年會都以「企業傳訊」代替了「公共關係」，這並不單是名字的更改，而是「企業傳訊」會比較過去的「公共關係」更為親近有關群眾，而且可以預期這改變已是大勢所趨。

2013年，我在香港童軍貝登堡聯誼會被委任為副主席（兼任節目小組主席），對我來說是另一個新的挑戰，當時承諾每月舉辦不同的活動，為要對各位會友的娛樂盡責任，節目小組於是盡量精益求精但求滿足各位會友的期望，節目小組籌劃之工作，和恒常活動計有：「新春聯歡盆菜宴」、「外遊活動（內地）」、「外遊活動（外地）」、「專題講座」，「工作坊」、「座談會」、「本地一天遊」及「聖誕聯歡」等。此外，我們接受各方建議，於年度節目中加入「荔枝團」，「好歌獻給你—歌唱比賽」及「賀國慶國粹之王—麻雀大賽」等。



外遊活動



新春聯歡盆菜宴



好歌獻給你—歌唱比賽

在本年度，承蒙會長、主席及總監的支持與認同，我在香港童軍貝登堡聯誼會被調回公共關係小組任主席，回頭重操故業，我雖感十分戰兢但也十分興奮，期望未來的工作不負大家所望。展望將來，會竭力繼續推行各項份內工作，也會採用切實的預算模式，在不浪費資源的大原則下完成任命，以實行我的童軍服務精神，和配合童軍總會的管治理念。

香港童軍貝登堡聯誼會公共關係小組的工作範圍，主要與總會各署聯絡，及秉承本會宗旨，聯繫會員及各分會，互通訊息。而小組的未來新展望除了完成常規任務例如編製貝登堡聯誼會會訊「貝氏傳薪」，日記簿編印，設計印製會友之生日賀咭及賀新禧利是封等之外，另為了提供一個互相切磋歌藝的平台，小組也會恒常舉辦「好歌獻給你」歌唱大賽，讓會員們一展歌喉。而首先預報的公共關係小組工作成果，是萬眾期待的「源流2集」將於年底前出版，以配合世界童軍運動110年。

新的一年，我們既為邁向貝登堡聯誼會四十週年驕傲，也為大家的成就及對會方的貢獻而自豪。我們緬懷光輝歲月的同時，一直毋忘秉承童軍之父貝登堡勳爵的理念和童軍傳統。最後，我衷心感謝香港童軍總會貝登堡聯誼會莫元堅總監，吳振雄會長，蘇啟明主席，各位執行委員及各位會友的鼎力支持，我將一如既往，致力團結公共關係小組，加強與會員的聯繫，務求群策群力，為貝登堡聯誼會的兄弟姐妹謀求最大的福祉。

內頁

1907年在這裡發生的事

● 會所動態

貝登堡粵韻慶華年



825、903這兩組數字對你有特別意義嗎？曲藝會的同學對這兩組數字可真親切，它好一段時間深深印在同學腦海之中，纏繞著大家的思緒，它是「貝登堡粵韻慶華年」。

8月25日，一個10級颱風剛走的星期五，遠在港島的西營盤社區會堂，曲藝會舉行了2017年第二次的粵曲敬老活動。和通善壇及童軍261旅是首次合作，大家豐富的活動經驗和細心的準備功夫，那天為地點稍遜的會堂迎來了三百多位長者及粵曲愛好者，他們用心觀賞，用熱烈的掌聲為同學作鼓勵，加上有中西區區議會主席葉永成先生及香港總監吳亞明先生的到場主禮和支持，同學怎不盡力演出，以歌酬眾呢？

10天後的9月3日，又在颱風懸掛之下，同學進行了第三次的敬老演出。已記不起和尖沙嘴街坊福利會合作是第幾次了，但大家還是挺緊張的，畢竟大堂裡坐滿了八百人呀！觀眾中朋友和粵曲知音者又大不乏人，演出倍感吃力。吳亞明先生忙中抽空再一次出席，和街坊福利會監事長林祖光先生一道上台主禮，致詞中順道為童軍的服務範圍作了簡單介紹，像這種背負多層意義的活動，忘我投入的演出是同學唯一可以獻上的。

同類演出，一月內梅開二度，同學無不振奮！雖說是服務鄰社長者，暗地裏同學視它為曲藝水平測試。真心感謝觀眾的包容和厚愛，只算合格水平的歌藝却贏得熱烈的掌聲和讚賞，感覺慚愧，幸好一首「胡地蠻歌」，給嘉賓領導和全場觀眾打成一遍，大合唱把氣氛推上高峰，既掩蓋了同學演出的不足，更替兩場演出畫上完美的句號。

1907 年在這裡發生的事



今年是童軍運動創始第110年，1907年8月1日至9日，貝登堡勳爵帶領了20位小朋友，在倫敦南部Poole港對出的海島「白浪島」(Brownsea Island) 露營了8天，種下了童軍運動的種子。

事情應由1906年說起，當年在英國一個出版人和慈善家 Arthur Pearson 的週末聚會中，一位來賓 Percy Everett 留意到另一位來賓的講話，「目前在國內有一百七十五萬名小孩子在良好的教育和影響力未能觸及之處，他們瀕於墮落，他們極需要有志之士提供援助！」說這話的是羅拔·貝登堡少將 (Major-General Robert Baden-Powell)，英國騎兵監察長，他是曾在1899年南非梅富根城戰役中以1,500殖民軍隊對抗7,500波耳民兵，堅守了梅富根城217天最後獲勝的梅富根英雄 (The Hero of Mafeking)，由於當時他訓練當地小孩做後防包括傳訊和救傷的工作，結果成功最後等到援兵獲勝，其教導軍隊偵察術的著作《Aids to Scouting》(偵察術) 一書廣為當時英國兒童傳閱，並被視為偶像。

貝氏的《偵察術》一書，當時不止為兒童喜愛，成年人也一致認為內容極為吸引，在當時的社會，兒童們無聊懶散之風極盛，大家都認為這本書的內容如能教導孩子，將會對孩童的成長和責任感有莫大裨益。

但，真的可以嗎？貝氏自己也不能肯定，他於是構思辦一個露營，希望在露營中實驗他在書中述及的各種軍旅技能，例如生火、炊事、救傷、追蹤、野外住宿等的知識。

首先面對的問題，在哪裡？露營的地方不能過於荒蕪遠離人煙，因為他計劃邀請的參加者是小孩子，必須在緊急時容易回到文明世界，但也不能太現代化，因他一直以為，真正的野外才能訓練孩子並引發孩子的潛力，他一直未能解決地點的問題，直至1907年的5月，貝氏在愛爾蘭旅行期間認識了查爾斯·溫立德 (Charles van Raalte) 夫婦二人，貝氏對這位新朋友提及他的計劃，查爾斯立刻想到他在英國南岸Poole港外的白浪島 (Brownsea Island) 上的鄉間別墅，他向貝氏介紹該島的風光和地形，並邀請貝氏到島上探訪他們。



當年白浪島碼頭附近

由Donald Potter於1996年完成的貝氏半身塑像，今安放在由碼頭往聖瑪莉教堂的步道旁

貝氏其實對白浪島並不陌生，他在少年時常跟隨他大哥在週末到普爾港泛舟，對港內各島嶼都很熟悉，並多次在白浪島的沙灘登

岸，於是他欣然訪問白浪島，對這個佔地560英畝，地形高低起伏，有廣闊平地、樹林、湖泊、海灘和寧靜內海的海島甚感滿意，並決定他的實驗露營就在此島上實行。

之後就是參加者，在他決定了營期後，他向他的軍官及朋友發出邀請，希望他們適齡的孩子可以參與這實驗露營，他很快有了第一批參加者，只是那些軍官和朋友的孩子都是就讀於當地名校Eton和Harrow的，貝氏認為這不盡理想，他心目中，這次實驗露營應該有不同階層的孩子參加，以實踐他「不分階級」的理念，由於當時他在好友威廉史密夫 (William Smith) 所創辦的基督少年軍 (Boy's Brigade) 中教導野外技能，他於是寫信給史密夫先生，邀請他的成員參與露營，史密夫先生推薦了十位，其中七位來自伯恩茅斯 (Bournemouth)，而三位則來自普爾 (Poole) 的基督少年軍團。

最後，20位正式成員 (最後多了2位小孩，但年紀太少不被計算，一位是貝氏九歲的小侄兒，另一位是三位正式成員的小弟弟) 被挑選上島，貝氏向那些被揀選的孩子的父母發出了親筆書寫的邀請函，詳述了他的理念和將會教導孩子甚麼，最終20位成員都被家長同意上島受訓，貝氏更在上島前教導了孩子們三個繩結，因為那三個繩結能幫助孩子們應付野外的環境，那分別是作為一般野外紮作起頭和結尾的雙套結 (Clove Hitch)，救傷用的平結 (Reef Knot)，和能把粗幼長短不一的繩子接駁的接繩結 (Sheet Bend)。之後便是那影響深遠的8天露營，露營的細節很多書刊和紀錄文章都有詳述，在此不贅。8天之後露營到了尾聲，但也是另一個開始，童軍運動的誕生。

實驗露營取得了實際的成果，雖然這個露營有24英鎊的赤字，但跟以後龐大壯觀、影響深遠的成果相比，又算得是甚麼呢？



實驗露營最後一天，1907年8月9日，在離開白浪島前所有參加者簽署送給島主人 Charles van Raalte 的紀念函，唯有兩位孩子因在早上提前離開所以缺少了兩個名字

這面破舊的英國旗，在梅富根城使用過，也在白浪島實驗露營營地每日迎風飄揚，今懸掛在基維爾營地白宮內的走廊

日換星移，轉眼百年，2017年的8月1日，是白浪島實驗露營的110周年，英國童軍總會這天在島上舉行升旗紀念儀式，香港童軍總會九龍地域組織了代表團到島上參與這歷史性的儀式，並順道遊覽這個在童軍運動中最重要的聖地。我在這個活動中為他們設計了代表團標誌、紀念章和紀念領巾，更跟隨大隊到島上參與盛事。

今天的白浪島，由英國的國民信託組織「國家名勝古蹟信託」(National Trust) 管理，成為一個保育公園，一個向公眾開放的地方，

- 何中強



白浪島實驗露營原營地今天

島上基本上保留了110年前實驗露營時的形態，得益於受到保育，島上不容許任何發展，使其和普爾港一帶臨海地段的蓬勃住宅發展不一樣，在島上，基本上大部分地方都杳無人煙，最多的只是悠閒踱步的孔雀和視你如無物的松鼠，當然有訪客時例外，訪客中又以來自世界各地到來朝聖的童軍最多，甚至很多童軍在這裡的幾個營地露營，當然，1907年實驗露營的原營地是最受歡迎的。



童軍運動的明天



在普爾港乘渡輪到達白浪島碼頭，要前往 National Trust 辦事處繳付上島費用，辦事處後是紀念品店，專門售賣大自然和海島有關的紀念品和書籍、明信片等！之後便可以隨意遊覽全島，由碼頭循小路走向貝氏的原營地約需30分鐘，在原營地附近，有大家都會在此拍照的紀念碑，和可以購買童軍和營地紀念品的營地商店。

遊覽完畢，不妨在碼頭附近的 Villano Café 買一瓶 Brownsea 牌啤酒，然後在面海的庭園長椅閒坐，迎著拂面的海風，視覺、嗅覺和味覺的享受都立刻提升。

在白浪島，心懷崇敬，享受這裡的神聖空氣之時，心馳神往，憧憬110年前貝登堡勳爵在這裡訓練第一批童軍的景象，好像，仍聽見他大聲叫集隊的聲音，好像，他從來沒有離開過！



耆色園「泰義在一起」長者探訪活動



- 凱琳

本會於7月8日（星期六）派委員到沙田廣源邨探訪獨居老人。探訪活動是應發展及領袖資源署之邀請，出席委員有李潔山、黎雪梅、林碧琪、林惜蓮、衛耀輝、李婉冰及30名東九龍第185旅、九龍第77旅深資童軍。

是日上午9時30分到達耆色園主辦可泰耆英鄰舍中心，並與該中心義工隊組成多個小隊，每隊一行三人，帶同禮物分別登門探訪長者，致親切慰問，關注他們的起居生活及聆聽昔日打拼的經歷，使童軍們能體驗上代人的苦與樂。在短短一小時的探訪中，我們帶給他們溫暖，讓他們感覺沒被社會遺忘！

大家在歡笑聲中道別！



香醇集

- 黃雅歷



以假亂真

國內葡萄酒市場混亂，已是眾所周知的事實，尤其是以假亂套更是難免，究其原因，是國內的酒客絕大部分都不懂酒，而且更不懂得外文，對於所謂名酒，不少都祇是從圖片資料上見過，購買之時，並無原圖來核對，因此見到類似的假貨，便信以為真，花巨資購買，因而便中了奸商的計了。

這類以假亂真的葡萄酒，大致上並非假酒，而是以下價貨為原則，貼上私下印制的偽冒酒標籤扮貴酒，購買者一時不察，便上當中招了。

政府近年大力打假，因此那些用葡萄汁加水及人造色素甚至加進工業用酒精的假酒已然絕跡，皆因有意外發生的話，都會被嚴懲，現在造假惟有用劣貨冒充真品，因為較容易瞞天過海。

稍前曾參與國家舉辦的酒博會，看到一支頗為有趣的以假亂真酒，乍眼看來，不少人都會以為是武當老柴（Ch MOUTON ROTHSCHILD），皆因酒標籤設計都是模仿真的武當，上方是一幅名畫點綴，加上2015年的年份，目的就是新，新到飲家都未見過，就容易「過骨」。其他的資料，比如武當的標誌，金色的一堆，亦容易過關，酒廠的名字稱為MOTTE SHEEP，懂外文的人士當然一眼便知，但正如前述，國內人大多都不懂，祇覺理應如此。更有趣的是原酒莊老闆簽名的位置，改作古典酒（CLASSIC WINE），沿用簽名的方式印成，目的祇有一個，就是「搏攞」。

根據國內的法例，此酒完全不假，所有的資料都齊全，只是不是你腦海中那品牌的真品，這類酒，祇能說一句願者上鈞而已。皆因此酒一支祇賣128元，一對則祇售200元，兼送一個酒箱，如此價格，當然自行研究了。



真的Mouton Rothschild酒標籤 筆者所見的Motte Sheep標籤

東莞荔枝美食一天遊

- 節目組委員：黃冠生



蟬

鳴荔熟，轉瞬一載，本會繼去年舉辦「東莞·中山荔枝一天遊」，於2017年6月29日續辦「東莞荔枝美食一天遊」，醉翁之意不在「食」，志在聚聚舊、談談天。

早上八時卅分一行34人已齊集羅湖口岸，是日並非假期，口岸人不多，更使各參加者的心靈得以放鬆，寒暄一輪，30多人跟著旗幟步過行人天橋，一輛豪華旅遊巴士已在恭候，接著直奔東莞虎門美思威爾頓酒店，交通暢順，十時半已到虎門，離享用自助午餐仍有一段時間，大軍在領隊一聲令下，齊向黃河商業城進發，內裡店鋪臨立，大伙兒不愁沒有好去處，四處逛逛買買，轉眼已到享用午膳時間。

十二時再次集合，準備享用美思威爾頓酒店日式放題自助餐，餐廳佈置簡潔清幽，三十多人坐下，只佔餐廳一角，與人寧靜之感。日式美食款式尚可，魚生、壽司、羊架、牛柳粒、煎魚、蔬菜……應有盡有，眾會員走走、吃吃、談談、拍拍照，不經不覺，兩小時填肚之旅又過去。

再次踏上行程，已是下午二時多了，只消半小時左右便到達果園，果園離下車點不遠，只需5分鐘左右便可到達，只見荔枝遍坡，但有荔枝的不多，只有數棵有荔枝而已，應該是早給他人摘去，猶幸園主早已將摘下的荔枝放在檯面，各人不用攀爬便可品嚐，當然亦有身心矯捷者攀枝摘果，一嘗親手採果滋味。用過自摘的荔枝後，部分會員更向農莊購買一些回家呢！

吃吃喝喝，談談笑笑，一天輕鬆而寧靜的聚舊之旅又劃上句號，來年再見吧！



醫學講座-「護肝有道」

- 節目組委員：黃冠生

肝臟是沈默的器官，就算是乙型肝炎病發，也不會有疼痛的感覺，當患病有所察覺時，病情可能已達至肝硬化，甚或肝癌。如何「護肝」有道呢？本會於2017年8月11日（星期五）誠邀何文田區名譽會長劉天驥醫生蒞臨為各會友講解如何護肝，是日出席人數超過70人之多，可見大家對肝臟健康的重視。

當天劉天驥醫生與我們分享了一些常見的肝病及護肝知識，謹將其撮要如下：

1. 乙型肝炎：肝炎即是指肝臟細胞發炎；由過濾性病毒所引致的肝炎較常見。急性過濾性病毒肝炎主要可分為甲、乙、丙、丁、戊型等，其他較少見的肝炎成因包括酒精、藥物、化學劑，自身免疫病、遺傳病等。

乙型肝炎可導致慢性肝病，包括肝硬化和肝癌。其潛伏期為六星期至六個月。乙型肝炎病毒存在於病人和帶病毒者的體液，主要是血液、胎水、精液及陰道分泌物。

本會活動簡報及興趣課程

查詢電話-29576322羅小姐

活動簡報

十周年童軍紀念章交換及銷售活動 -

為慶祝「童軍紀念章交換及銷售活動」十周年誌慶，將於10月21至22日舉辦「十周年童軍紀念章交換及銷售活動」，開幕儀式於10月21日下午三時舉行。有關詳情另行通告，敬請留意。

2017/2018年度葡萄酒會委員會就職典禮暨周年聚餐 -

謹定於2017年10月13日（星期五）在香港童軍中心地庫「皇室1號宴會廳」舉行「2017/2018年度葡萄酒會委員會就職典禮暨周年聚餐」。有關詳情另行通告，敬請留意。

週末歡樂時光唱聚 -

每月第二及四週六下午4時至晚上8時在本會會所舉辦「周末歡樂時光唱聚」，讓會員聚首一堂。免費提供飲品。歡迎現役及退役童軍成員參與。

葡萄酒會試酒會 -

本會葡萄酒會每逢單月（即1、3、5、7、9、11）第三個星期五晚上7時於會所舉行試酒會。本年11月品嘗葡萄牙葡萄酒，敬請留意。

興趣班

舞蹈班 -

本會現邀請到經驗豐富的鄭雪梅導師任教，她為英國皇家舞蹈教師協會準會員（ISTD）及英國國際舞蹈教師協會會員（IDTA）。課程內容包括華爾滋、探戈、快維也納華爾茲、快步、狐步、牛仔、倫巴、恰恰、森巴。

上課堂數：5堂（逢星期一） 時間：晚上7時30分至9時正

費用：會員\$400/分會會員及非會員\$450

太極班 -

太極是一種身心合一的傳統鍛煉方法，不斷學習操練可增進改善平衡力及下肢肌肉力量，有廣泛適應性，以弱勝強之道，增強身體血氣運行，有抗病能力，減少跌倒而致骨折傷的機會，並可改善人得平穩祥和的情緒，陶冶性情，以達到強身健體之效。

上課日期：每月舉辦（逢星期二） 時間：晚上7時30分至9時正

費用：會員\$200/分會會員及非會員\$230

二胡班 -

二胡是中國有千年歷史樂器，二條弦線和一俗稱馬尾彎弓，在二弦中間便可拉推出音調，音韻聲美，動聽怡人，香港童軍員登堡聯誼會，興趣小組，邀請到深資教授二胡樂器老師謝健民師傅來教教授二胡技巧，謝老師對中國各樂器有深認識，但二胡，高胡最專長，小提琴也很出眾，也有組成中樂團，港島東區中樂界知名之士，謝老師教擁有二胡技奏八級證書，他教學方法出眾，現經常在粵曲演唱會中，率領樂師伴奏音樂，並與演唱者有良好合作表現。現招收歡迎曾學習有拉奏人士參加。

上課堂數：8堂（逢星期三） 時間：晚上7時30分至9時正

費用：會員\$280/分會會員及非會員\$300

曲藝會 -

本會現邀請到經驗豐富的劉劉華老師任教，劉老師實踐中西合璧的呼吸與發聲方法，運用於粵曲演唱中。她能針對個別學生的條件、進度，以獨特的對應教學方法，使學生更能發揮自己的聲線條件；更擅於指導因錯用聲帶甚至失聲或咽喉發聲有問題而失去信心的粵曲愛好者，讓他們聲音重生，重拾信心。

上課日期：每月舉辦（逢星期四） 時間：晚上7時30分至9時正

費用：會員\$250/分會會員及非會員\$320

最有效的預防乙型肝炎的方法是注射預防疫苗；而最有效的檢測方法是驗乙型肝炎DNA。

2. 肝癌：早期的病徵並不明顯。後期可能有下列症狀：上腹不適或腹痛；右肩疼痛——因肝臟擴大，刺激橫隔膜的神經所致；食慾不振；體重下降；噁心和昏睡；皮膚和眼白呈微黃；皮膚痕癢——因膽管閉塞，膽汁在血液積聚所致黃疸；上腹有硬塊；肚脹（肚積水）。

由於早期的病徵並不明顯，只能透過定期檢查確保沒有患上肝癌。因肝炎帶病毒者可發展成肝癌，故建議此類人士要定期檢查，因及早發覺，方可增加存活率。

3. 脂肪肝：在香港每四人便可能有一人患有脂肪肝。脂肪肝初期為單純脂肪化simple fatty liver（即肝臟有脂肪積聚），對患者身體無不良影響。若脂肪肝處於活躍（發炎）階段，即非酒精性脂肪性肝炎（簡稱NASH），便有機會惡化成肝硬化，甚至肝癌。值得一提的是：患有脂肪肝者，若飲食適宜，是可逆轉回正常肝臟的，簡單而言，要多吃不同顏色、種類的蔬果。

4. 護肝有道：1. 注射甲、乙型肝炎疫苗；2. 健康生活，多做運動，少吃脂肪；3. 定期檢查，高風險者更要做針對性的深入檢查；4. 及早治療活躍的肝病；5. 慢性肝炎患者在服用壓抑免疫力的藥物時，要注意保護肝臟。

《貝氏傳薪》編輯委員會

編輯：何中強

顧問：李樂山，陳柏泉

委員：李燁山、趙小玲、陳景禧、萬志昌、莫振昌、李錦榮、梁耀強

通訊處：九龍柯士甸道童軍徑香港童軍中心八樓803室

電話：2957 6322 圖文傳真：3010 8502

網址：<http://www.bpclub.org.hk>

● 本刊歡迎投稿（請附電子文稿）

● 本刊歡迎義工加入採訪工作