

《**英**国**角**声》

Herald UK
Monthly
英国版 月刊

探新方向 报好信息

2023年7月

Vol.36 No.7 July 2023



www.herald-uk.org f HeraldUK

免费
取阅



P.19

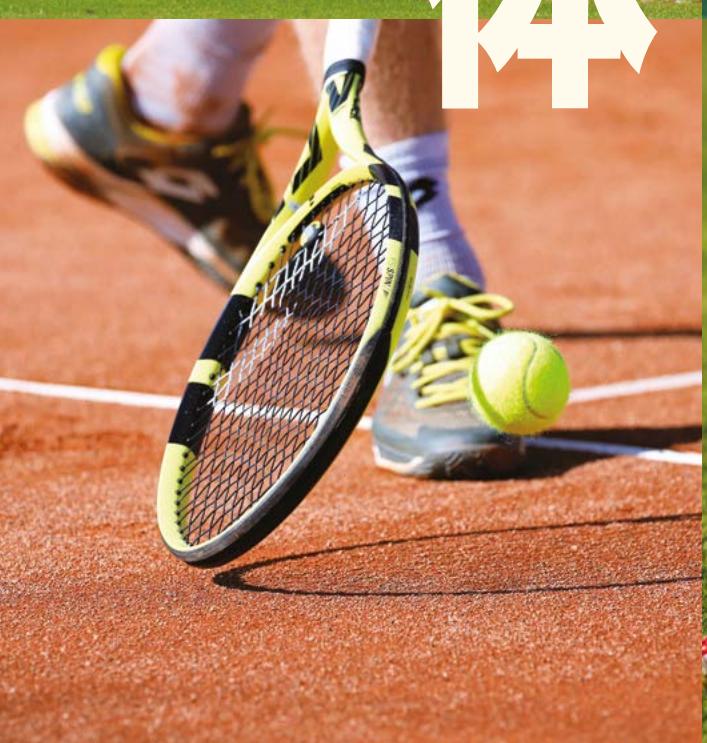


P.20

2023年「角声」全球会议

关心英国体育运动的人士，又或居住在英国时间久远，就会知道英国的独有体育文化：温布顿网球公开赛，是世界上四大满贯赛事之一；英式桌球是英国人的骄傲，以绅士打扮作赛，普及全英；足球更是风靡全国，顶级足球员的周薪远远超过普通人的年薪，甚至在2023年世界职业运动员收入排名榜中的前三位均是足球员，足球魅力，可想而知；板球运动源于英国，盛行于英联邦国家，比赛规则繁复，时长不一。此外，高尔夫球、马术、自行车、榄球、赛艇、风帆、一级方程式赛车等运动，在英国也深受爱戴。

英 国 体 育 文 化





<https://www.herald-uk.org>



HeraldUK

出版者 基督教角声布道团
Chinese Christian Herald Crusades, Inc.

纽约总部 156-03 Horace Harding Expressway,
Flushing, NY 11367, USA

网址 www.cchc.org

英国办事处 CCHC-UK,
PO Box 2699, Woodford Green,
Essex IG8 1UJ, U.K.

电邮 perryfung@cchc.org

英国号角董事会 劳伯祥牧师、周简艳珍、
曹子光牧师、冯兆雄、
方思洁、马日恒、
区雯慧、李咏祈

**号角订阅单**
电邮: perryfung@cchc.org

本刊物为免费赠阅，如读者想以邮寄方式收取，
每本印刷连同包装及邮费每年为48英镑。
 本人希望定期收到《号角》 本，请寄往：
姓名：(中) _____ (英) _____
地址：
电话：_____ 电邮：
 若为教会 / 社团 / 公司 订阅，请列明名称及
所需本数：_____ 及 (本)
本人愿意支持《号角》之经费，随信附上 _____ 英镑。

奉献支持方式：网上银行转账、PayPal或支票，迳寄：
CCHC-UK, PO Box 2699, Woodford Green, Essex IG8 1UJ

订户所填写的个人资料，将会用于有关订阅用途。
如欲更改、取消或查询个人资料，请联络冯兆雄跟进。
号角定期举办活动，并以电邮通知各教会、社团、公司及读者，
如欲收到有关资讯，请以 表示。
 本人愿意收到号角电子通讯

本期目录

专题策划及撰稿：冯兆雄、马日恒、区雯慧、陆思齐、林珊一、伦德明、
刘爱群、李咏祈、许丽珍、江柔敏

专题

- 03 网球与我 观望者
士碌架派对 陆思齐
04 足球的魅力 刘安琪
英国足球为何风靡全球 Wiley
05 板球懒人包 维奇
老少咸宜的另类体育活动 文慧
(社论) 恒常锻练 体魄强健 迦勒

生活组曲

- 06 (餐饮佳音) 找自己的价值 李少萍
(耆英随想) 浅谈电话骗案 桂连

生活资讯

- 07 (BNO专栏) 「单打独斗」的挑战 Lilian Lau
英国本土走读夏校 陈翔
08 (房地产) 《住房法》第21条的法例变更 李家祺
(英楼测量) 业主拆内墙承屋顶「英国建筑规例」注意事项 阿文
09 (智慧理财) 自购终身年金 谢冠文
(法理情) 小时偷针，大时 邓皓明

世界风情画

- 10 (乐纵横) 阿尔巴尼亚布特林特古城 马日恒

智慧之窗

- 11 (斯斯细语) 好奇的牛 比斯
(信仰与理性) 与基督联合 Clara

所闻所感

- 12 (优雅生活) 改善人缘的要诀 高司祺
(心灵沙龙) 心意更新变化 苏美玲
一格漫画 叶源春

天伦乐 / 生命线

- 13 (与君同行) 运动会 (上) ——起跑线上的坚定 彩霞
活出丰盛的人生 日月星

青少年园地

- 14 Humility Wynne C
(汉字游戏室) 口语/书面语对对拼 吴宝娟

珍馐百味

- 15 (艾丽斯厨房) 椒盐肉排 艾丽斯
(艾丽斯厨房) 豉椒凉瓜 艾丽斯

健康宝鉴 / 生活资讯

- 16 (祝君康宁) 心房颤动与薄血丸 刘卓贤 / 文镜彰
如何筛选你的包包 Jackie

教会消息 17

生命的旋律

- 18 马鞍峰教会植堂曼彻斯特 Natalie Jim
19 感恩，沿途有祢 Pollyanna

基督教角声布道团

- 20 2023年「角声」全球会议 冯兆雄
教会名录 24-25
广告 20-23, 26-29



观望者

60年代的我对打网球产生了兴趣，曾相约两位年青朋友在香港维多利亚网球场，晨曦微露的早上兴高采烈地手执网球拍，抛高开球、左来左挡、右来横扫、其乐融融。一小时很快过去了，到附近的餐厅享受一顿丰富的早餐，顿时体力恢复。90年代美籍华人网球名将张德培(Michael Chang)，曾在1989年夺得法国网球公开赛的他，以17岁成为网球史上最年轻的大满贯赛事的男子单打冠军。一次路过香港作表演，我有幸成为座上观众，非常难忘。

1976年移民来到英国，对温布顿网球公开赛又重燃兴趣。当年的我由于入场票价昂贵，只得退而求其次，在下午四时到场排队，五时许才能入场，票价8磅，没有座席。原来温布顿早在1877年已有赛事，当年是就地取其名字Wimbledon Championships。由于早年已有不同地区的网球会，但参赛网球手只有22名，且全部是

男子比赛，观席只容纳200名，其中30名是有座席，场地的细小可想而知。到1884年，首次有女子单打比赛。到1930年，是全国一年一度的盛事，1937年BBC电视台才有网球转播赛事。

一位英国冠军，苏格兰人安迪·穆雷(Andy Murray)，在2012年温布顿奥运会上获得金牌，2016年再次获胜，在男子单打项目中荣登男子冠军。在女子组中，早在1969年安·琼斯(Ann Haydon Jones)荣获女冠头衔。1977年弗吉尼娅·韦德(Virginia Wade)再为英国争光，勇夺冠军。2010，约翰·伊斯内尔(John Isner)和尼古拉斯·马胡特(Nicolas Mahut)打出了史上最长的网球比赛，耗时11小时5分钟。

现时英国著名的女子网球手艾玛·拉杜卡努(Emma Raducanu)，她妈妈Renee源自华人血统，她曾用普通话接受访问说「你好吗？」她曾于2021年美国网球公开赛一路连胜10场且未失一盘，赢得单打冠军，可惜由于常年更换教练及伤患关系，未能再接再励在温布顿夺冠。英国现时排名首位的男子网球手卡麦隆·诺瑞(Cameron Norrie)在2021年的印地安泉大师赛中，拿下第一个ATP世界巡回赛的冠军。

我和妻子曾在2016年参加温布顿观赏团，参观了小威廉丝(Serena Williams)和却芭(Angelique Kerber)的决赛，坐在大银幕的草坡上，难得一见的万人起哄，此起彼伏的跌宕心情，真是赏心乐事。

今年温布顿公开赛期是7月3日至16日。这是读者朋友不容错过的一年一度的盛事。一家人往温布顿一日游，花圃处处，美食雪糕，夏日乐消遥！@



陆思齐

英式桌球(Snooker)，中文译为士碌架或斯诺克，雏形源于英属印度，在1875年由一位英军军官发明。游戏规则后来慢慢演化，到1919年一战后才正式定型。Snooker一词原先用来形容英军的新兵，后来成为这一项运动的名字。最初，英式桌球被定性为「绅士运动」，直到60年代开始渐渐普及。第一届世界锦标赛在1927年举行，现代淘汰赛制始于1969年。

说起英式桌球，有两个人你一定要记住——「皇帝」亨特

利(Stephen Hendry)及「火箭」奥苏利云(Ronnie O'Sullivan)。两人是公认的顶尖球员。他们的球迷每每会为争论谁为历史最佳而面红耳赤。他们各自都曾七次在世界锦标赛中夺标。「国王」曾连续五次在世锦赛拔得头筹；「火箭」16岁就在排名赛中胜出。一个在30岁前就赢得所有；一个在46岁还有力成为世界第一。从普通球迷的角度来说，「火箭」的打法更有观赏性，个性也最具争议性。一个典型孤傲的天才。他曾在世界锦标赛中，用五分零八秒一杆打出满分147，创出历史上在比赛中最快满分清台的纪录。当时连他的对手也为他站立鼓掌。他也曾为抗议满分清台的赏金太低而故意只打出146分清台。

桌球的规则其实很简单。打球次序为一红一彩，每次彩球入洞都会再被放回原位。红球一分，黑球七分，其他彩球由两分到六分不等。台上一共有15个红球，打完所有红球后，顺次打入黄、绿、啡、蓝、粉、黑。比赛以高分者为胜。只要打出15次红+黑的组合，然后顺次打入彩球，就能打出147了。

桌球没有足球的热情澎湃，也没有榄球的短兵相接。它讲究的是精准，着重的是计算。因此，它原先被定位为绅士运动。正因这缘故，它没有其他较刺激的运动来得普及。如果你未曾看过任何桌球比赛，97年那次破世界纪录的满分清台短片会令你理解桌球的魅力。@

足球的魅力

刘安琪



英国人热爱运动，包括板球、榄球、网球和桌球，而足球似乎最受欢迎。

受欢迎的原因

足球没有特别的体格要求，其他运动如篮球和美式足球都必需特

高的身段和健硕的体格，而踢足球则无需有「超人」的体型，反而注重技巧和敏捷的思维。事实上，被誉为世上最佳球员的梅西(Lionel Messi)身高只有1.70米。此外，足球没有性别限制，女足世界杯也是一项重要的体育赛事。

足球在视觉上吸引人：绿草如茵的球场、观众的狂热、喝彩、叫喊、完美无瑕的铲截球、漂亮的自由球、刁钻角度的精彩入球，令观目不暇接。许多时直至最后一刻仍势均力敌，难分胜负，要经过点球大战(Penalty Shoot-out)才知鹿死谁手，过程紧张刺激。

足球将家人和朋友联系在一起，让他们共度美好时光，观看当

地或国家球队比赛时会有共同的自豪感。球会是英国文化不可或缺的一部分，与英国各地的球迷有着根深蒂固的关联。超过40%的英国人观看足球比赛。英国亦培养了一些出色的球员，代表国家队，晋身国际球坛。

英超联赛

英超联赛是英格兰足球金字塔的顶级联赛，每年有20支球队争夺冠军。是全球瞩目的联赛，拥有世界足球坛一些最著名的球会、球员、教练和球场，在188个国家/地区有10亿家庭观看。联赛在8月和5月之间举行，球队在整个赛季的主场和客场比赛，总共有380场。赢一场得三分，平一场得一分，输一场不记分，季末积分最多的球队将赢得英超联赛冠军。倘若有球队以相同积分结束，他们在积分榜上的位置会取决于得失球率，然后是入球数，然后是在交锋比赛中获得最多积分的球队，最后视乎谁在客场入球最多。在季末排在联赛倒数第一、二、三名的球队，将降级到英甲联赛（英格兰足球第二高级别联赛），被英甲球队季末赛获得第一、二、三名的球队取代。

自1992年联赛开始以来，已经有七支不同的英超冠军球队：曼联、曼城、切尔西、阿森纳、利物浦、布莱克本流浪者和莱斯特城。今年曼城是卫冕冠军。每年英超联赛的第一至四名球队可参加欧洲冠军联赛，第五、六名则参加欧洲联盟杯赛。

对经济的贡献

足球在英国经济中也发挥着至关重要的作用，每季平均产生超过£20亿收入，还未包括可观的赞助和广告费。在英国估计有2500球迷，全球有35亿粉丝。①

— 英国足球为何风靡全球 —

Wiley

英国足球的历史悠久。早在19世纪，英国就成为足球运动的摇篮，而当地的足球规则成为现代足球的基础。许多具有悠久历史的足球俱乐部都在英国诞生，包括曼联、阿森纳和利物浦等知名球队。这些俱乐部培养出了无数优秀的球员，并赢得了许多国内和国际冠军。英格兰国家队也在国际足球舞台上成就着重要角色，拥有令人印象深刻的战绩和历史。

英国足球的魅力在于其独特的球迷文化，热情和忠诚闻名于世。无论是在联赛还是国际赛事上，球迷总是以雷鸣般的欢呼声和热情，去支持他们所支持的球队。英国球迷创造了令人难以置信的场上气氛，使球赛变得更加精彩。足球对英国社会的重要性体现在球迷们结合在一起，齐聚欢呼、共同哀伤，这种凝聚力使英国足

球成为国家凝聚力的象征之一。

就以今年刚获得英超资格的神奇球队卢顿为例，这支球队在这100多年的英国足球联赛里就像升降机般穿梭各个组别。由开始时的最高组别降至非职业组别，再由10多年前的非职业组别经历四次升班，在下一球季将会在英超出赛，在英国足球史上简直是一个童话。笔者上个月到卢顿城一次，恰好撞正他们的胜利巡游。当地市民彷彿也变成这球队的球迷般疯狂庆祝。在英国，足球的魅力在于不同地区的球队代表着不同的城市和社区，球迷们为了自己所支持的球队而紧张忐忑，希望球队能取得好成绩。这种竞争激发了球队和球员的潜能，也为球迷带来了无数的喜悦和惊喜。

英国足球联赛的竞争激烈程度也是其魅力所在。英超联赛作为全球最具竞争力

的联赛之一，吸引了来自世界各地的顶尖球星和教练投效。球队之间的竞争激烈，每个赛季都充满了悬念和精彩时刻。

英国足球的影响力远不仅仅局限于国内。英国的足球联赛吸引了全球亿万球迷的关注。无论是透过电视转播还是网络直播，球迷们都可以观看到最顶尖的球星在英国联赛中的精彩球技。英格兰足球的国际知名度使得足球成为了促进国际和文化交流的一个重要平台。许多年轻球迷也受到英国足球的启发，开始对足球运动产生兴趣，并加入到自己所喜爱的球队的支持者行列中。

足球不仅仅是一项运动，更是一种文化和生活方式。无论是在球场内还是场外，英国足球都拥有着独特的魅力，吸引无数球迷的热爱和关注。②

板球 懒人包

维奇

板球(Cricket)起源于16世纪的英国，被认为是世界上最古老的运动之一（比棒球还要古老）。此团队比赛由两队对垒，每队由11名球员组成。板球场为椭圆形，中间有一个长方形的板球道，两端各有一个三柱门，由三根柱子和两条横木组成。对垒的两队轮流担当击球（攻击方）和投球（防守方）的角色。在比赛开始之前，双方掷币决定哪队先击球或投球。

如何得分：击球手成功击球后，两位击球手随即在板球道对端来回快跑，每次越过板球道底线即获得一分。如果防守方的其他球员未能在球触地前把它接住，攻击方即获得四分；如果球在被击打后直接飞出板

球场界外，攻击方即获得六分。

如何防守：目标是使对方10位击球手出局或阻止其得分。投球手通过各种方法，例如把球投中三柱门、在球在被击打后及触地前成功接住等等。如击球手站得太前未能成功击球，或在成功击球后跑离三柱门，而防守方的守门员及时把球接住并在击球手回防前掷击三柱门，击球手随即出局。

回合：对垒的两队轮流攻击和防守，此为一局，每局中得分较多的一队获胜。一场完整的板球比赛通常由多局组成，局数视乎不同的赛事形式。

独特的规则、多变的策略和不同的比赛形式，吸引全球多国球迷。除了在英国本土外，板球在英联邦国家如印度、巴基斯坦、澳洲和南非等特别受欢迎。这些国家拥有庞大的球迷群体，他们对板球的热情无出其右。随着板球赛事的国际化，更多的国家如孟加拉、斯里兰卡、西印度群岛国家、阿富汗和爱尔兰等都在板球领域崭露头角。



恒常锻炼 体魄强健

迦勒

老少咸宜的另类体育活动

除了球类和田径运动外，还有许多相对之下较为小众，但同样充满乐趣和挑战性的运动，适合不同年龄的朋友参与。

滚轴溜冰(Roller Skating)

滚轴溜冰可训练平衡力、提高身体的协调性、灵活性和反应，更有助身体燃烧体脂和锻炼心肺功能，亦有助强化臀部、大腿、小腿和腹部肌肉。

在英国，市民可以在一般道路、行人道和公园内进行滚轴溜冰活动，但请小心行人。不少地区都有Skate Park。如果有兴趣与一班志同道合的滚轴溜冰好手一起在伦敦市区街道穿梭，享受飞驰在路上的快感，每逢星期日下午及星期三、五晚上都有不同强度的London Street Skates。详情可参考：<https://londonstreetskates.com/>。

走绳运动(Slacklining)

走绳运动是一项在尼龙扁带上行走的平衡运动，由登山者在走钢丝运动的基础上开创而来。只需要一组绳（约2.5至5.0公分宽），以及两个固定点（例如两棵树）

就可以架设走绳。走绳运动可以增强平衡感、强化核心肌群、提升身体协调能力，又可提升专注力和有助减低焦虑。

走绳的玩法和变化弹性大，可根据自身的状况去设定挑战。

走绳工具

1. 绳圈4条：视欲架设树木的粗度决定绳圈长度，以可以围住整棵树的长度为准。
2. D型勾环两个：用于悬挂主绳。
3. O型勾环两个：用于固定绳子。
4. 脚踏垫或具厚度的巧拼2-4块：用于保护树木，以可围住整棵树的长度使用1~2块巧拼。
5. 10公尺扁带1条：又称伞带，做为走绳运动的主要绳索。

走绳基础练习

1. 赤脚，并以惯用脚首先踏上绳子，另一脚再接着踩上。
2. 脚掌与绳子平行，膝盖略弯。
3. 肩膀放松，手轴微弯，双手自然摆动。
4. 用核心的力量加上本身的感觉让身体

众所周知，英国是世界知名的教育大国、很多人梦寐以求的升学摇篮。而在当中，不论大中小学均极为重视体育，透过体育运动和教育的实践，强化个人的生活能力，包括自信、应变、创造力、团队意识，同时又建立人际关系，互相支援，让人更健康地成长，并且充分发挥自身的潜能，藉此塑造完整的人格。

英国是运动迷的理想之地，也是体育强国，每年的国家性或地区的体育盛事连绵不断，就在居所的咫尺。而英国与体育运动的渊源，可追溯至数百年以前，更是16项正式运动的发源地，包括：高尔夫球（1502年）、冰壶（1541年）、板球（1787年）、壁球（1830年）、网球（1859年）、曲棍球（1860年）、足球（1863年）、榄球（1871年）、英式桌球（1875年）、乒乓球（1880年）、绕圈球（1884年）、羽毛球（1887年）、有舵雪橇（1890年）、飞镖（1896年）、躲避球（1900年）、蹦跳（1979年）。

时至今日，运动也是在英国社交生活中不可或缺的部分，不论三五知己切磋球技，又或结伴观赏体育赛事，诚然是赏心乐事。不管是志在观赏、参与或修读体育课程，英国都有无数的机会。让体会到，其乐无穷。

当然体育运动有益身心，恒常锻炼，体魄强健。

《圣经·提摩太前书》四章8节论及：「操练身体，益处还少；惟独敬虔，凡事都有益处。」

《哥林多前书》九章24-27节显明：「岂不知在场上赛跑的都跑，但得奖赏的只有一人？你们也当这样跑，好叫你们得着奖赏。凡较力争胜的，诸事都有节制，他们不过是要得能坏的冠冕；我们却是要得不能坏的冠冕。所以，我奔跑不像无定向的；我斗拳不像打空气的。我是攻克己身，叫身服我。」

《以弗所书》五章29节提醒：「从来没有人憎恶自己的身子，总是保养顾惜……」

以上都是《圣经》中教导我们，通过积极的身体锻炼和健康的生活习惯，享受上帝给予我们的福乐。

平衡。

5. 途中，请勿看地上，应注视前方定点。

花式走绳技巧

- 直走：简单的绳上技巧，双脚脚尖向前。
- 缓步行走：亦可练习倒退走。
- 转向：脚跟为轴心向后转，以利方向转换。
- 跳跃：进阶式练习，不需刻意下踩，身体轻盈往上跳。
- 助跑上绳：进阶动作技巧，加强训练平衡感及稳定性。
- 空中旋转：高阶动作，可以藉此挑战自我身体的极限及创造更多正向旋转及反向旋转的玩法。
- 双人上绳：双人共同在绳索上作相同或不同的动作，或以竞赛方式进行前进、后退的娱乐玩法，具有娱乐及互相牵制的训练法。

（文章部分内容参考自「运动星球」：
<https://www.sportsplanetmag.com/article/desc/16051911210449165>）

文慧

李少萍
餐飲
佳音

找自己的价值

朋友突然进了医院，终于捱至病倒了，其实我都预期她有一天会倒下来，因为她一周工作七天，不同日子在不同店里做，忙得自己家里的事情都没时间管。家人不断地叫她不要这么拼命，至少让自己有停下来喘气的机会，但她反驳如果她不上班，老板的店铺就很受影响，忙的时候会乱得一团糟，她不能这么没责任心。

大家都劝她少做一家店吧，做六天，有一天让自己休息，早点跟老板说请人，便不影响，她却说别的人不能完全帮得上忙。

也的确是，请别人不能补上她的工作，因她除了帮老板店里工作之外，也帮文件上和对外事务，其他人做的话，就是做外卖店工作，不会额外做接单、送餐，甚至文件和非店里事情，所以她说其他人做不了她的岗位。

她年纪不轻，未结婚，外界猜她不是为赚钱，而是她的完美主义令她放不下，认为别人做不好，什么事都亲自去做，尽心尽力去

做，就算自己病了也要去上班，不知情的还以为她有店铺的股分。

家人很担忧她过度劳累，见到她带病上班都心痛她，同时也有点怨言，因她似乎全情投入在工作，忽略了家人，也忽略自己的健康。

几个老板都大赞她很有责任心，做事很周全，对每个朋友都很好，只要有事找她，她必定放下自己的事去帮朋友，她能够帮到别人也觉得自己有存在的价值。

其实我们存在是否有价值，是否有意义，是在于人的眼光怎样看我们吗？是要因应别人尺度吗？是为求别人肯定自己的价值而强做超过自己能力范围的吗？

如果是这样的话，只会跌入营营役役，兜兜转转，迷失在人群中，找不着生命存在的价值。

世界不断改变，价值观随时代变质，若以别人看你的眼光怎样看你为准则，生命的价值随之永远无定飘忽。

作为基督徒，我们知道在上帝眼里，祂创造的每一个人都是无价之宝，有祂的旨意和计划。世上十几亿人却没有一个人的模樣跟另一个人相同，每一个人的DNA也没有其他人不相同的，藉著这些，因此我们可以肯定每一个人都是上帝特意精心的创造，是独一无二的。祂有不同的计划在每一个人的生命中有不同的计划。

如果认识上帝，藉着《圣经》中上帝的话语告诉你，什么是祂喜悦，什么是不合祂旨意的，循着上帝的旨意，你能活出祂在你生命的意义和计划，也能找到自己的价值。②

著英隨想
桂连

浅谈电话骗案

新闻报道，香港七成人每月平均收到三个诈骗电话，每天都有人上当被骗。电话骗案每天都在上演。

有一天BBC1电视台早上有一个节目叫「Rip Off Britain」是讲在英国骗子的作案的种种行骗手法，如电话骗案的「猜猜我是谁」、假冒说你的亲人被绑架、不许报案、马上把钱转过来、你的亲人在外面受伤、或者你的亲友在困境中急需现金解决困难等等，令接电话的人因为亲人的困境而心慌意乱而中计，将大笔现金从银行户口转移给他们。他们访问受害者，将真实个案讲出来，从而提醒观众不要上当。

一个星期二的午餐会上，大家谈的是电话骗案。我说：「我不止一次收到一个自称是税务部门的电话，说我欠税，要交钱，我没有等他说完，就收线了。」「我请女儿封锁了那个电话号码。每次都收到不同电话号码，有次是一个伦敦字头0203的电话。」

坐我前面的女士说：「有个电话叫我收包裹，但要先交钱。家人说是有人想骗我钱，叫我马上关掉手机。」

另一个接着说：「我收到电话说中了大奖，有几千磅，但要我转账200磅给他才能知道详细的资料，我明知假的，一下子就收线了。」

另一个也讲：「我女儿说如果有人说她有危险，要现金解决，千万别信，马上挂电话。如果他再打来的话，就马上报警。」

我很高兴能够有机会和他们谈及这个社会问题。他们的警觉性也很高。上帝也提醒我们，会有贼挖窟窿来偷我们在地上的钱。时代不同了，贼人打个骗人电话，要我们自动将钱送上，千万别上当。③



「单打独斗」的挑战

Lilian Lau (英国心泉)

移英家庭中有部分父或母仍在香港工作或照顾家人，即只有其中一位家长带着孩子前来英国。人生路不熟，既要为日常生活繁琐事宜而操心、还要建立全新的社交圈子，或因照顾子女而未能如香港般外出工作，各种转变令这批家长面临极大的精神压力。加上夫妻分隔两地，在港的配偶若未曾在英国生活，也实在难以完全理解这边所面对的种种困难，孤单感油然而生。若加上孩子适应上或子女管教上出现岔子，心里就更难受。家长们很多时会更注意子女的教育安排，居住社区的治安、居所的安全情况等，但要关难过过关，更要配合以下几方面：

(一) 先建立自己的安全感

先要让自己找到安全感，孩子才会安心下来。爸爸或妈妈们，你们在这儿找到新的朋友圈吗？不论是新朋友、旧朋友，你有倾诉的对象吗？在面对困难时，是自己苦撑还是愿意找这儿新相识或在香港时已认识的朋友帮忙呢？要知道先照顾好自己，才能有力成为孩子的榜样及后盾。

(二) 共同陪伴及培育孩子

和1997年前移英后的太空人现象不同，那时要父母共同陪伴及管教子女实在有难度，但这几年大家对运用各种网上视频会议已有一定的掌握，网上亲子时间是绝对可行的。有否想过越洋与孩子阅读电子书？一起看卡通片或玩网络游戏？有在英的家长分享孩子过往多由另一半负责管教，移英后孩子就不肯听从之前没有管教的他/她说了。与陪伴玩乐一样，父母在培育子女的角色不是分饼式，你做ABC，我就做DEF，又或其中一方担当绝大部分的角色，要共同参与才不会令一方失去陪伴孩子成长的机会。

(三) 让孩子参与

一个人得双手，有很多事不是一人处理得来。曾有妈妈在家长活动中分享初到埗时最崩溃的时刻，是要一个人组装新添加的家具，也有爸爸分享最苦恼的是如何预备三餐而不被子女投诉……然而这些工作是否孩子只能旁观？可以分派部分工作给孩子吗？即使孩子年纪还小帮不了大忙，但有孩子从旁参与也是一个共同经历的过程，事实上孩子见证爸爸/妈妈技能解锁，也不失是一件乐事。还有，即使孩子未必全然明白爸爸或妈妈未能一起移居的原委，但也要用孩子明白的语言如实相告，及好好计划往后的安排，好让子女感到较安心。

其实不论是单亲家庭、太空人家庭或双亲的家庭，大家也不是单打独斗。英国也是由不同种族的人组成，身边总有人和你处境相若，曾经或正面对移民后的种种适应问题。最重要是要与你的伴侣、朋友、同路人共行。

你从不孤单。①

英国本土走读夏校

陈翔

面向低龄孩子(4-14岁)英国走读夏校，很多家长朋友考虑到孩子年纪比较小，希望能够陪同孩子一起前往英国，参加走读夏校。

英国早期基础教育体系(Early Years Foundation Stage·EYFS)是世界权威的婴幼儿早期教育标准之一。EYFS早教体系涵盖幼儿成长各个领域的学习，主要包含七个学习领域：

1. 沟通、语言和文字(Communication and Language)
2. 身体的发展(Physical Development)
3. 个人、社会和情感发展(Personal, Social and Emotional Development)
4. 读写(Literacy)
5. 数学(Mathematics)
6. 对世界的理解(Understanding the World)
7. 表现力和艺术设计(Expressive Arts and Design)

英国走读夏校拥有超过20年举办夏令营的经验，拥有一流设施，拥有超过40项活动设计，真正能满足孩子不同需求，并严格控制参与人数。所有的活动都是围绕早期基础阶段的框架设计的，同时也考虑到Ofsted对儿童学习和发展的要求，多年获全英评选优秀等级。

该计划从艺术和创意课程到运动和冒险，适合每个孩子。孩子们与当地年龄相仿的英国孩子一起参加小组活动，如：射箭、篮球、烹饪、戏剧、足球、击剑、脚踏卡丁车、板球、投球、轮滑、游泳、网球、户外艺术、波普艺术大师班、迷你奥运会等等！

这些活动能有效提升英语技能、提高英语表达和演讲自信心、交流能力，在夏令营中鼓励孩子们表达自我，并利用他们的想像力获得很多乐趣。

走读学校范例：

※伦敦学校(Mill Hill School)

成立于1807年，由当时一群具有创新精神的大臣和商人共同创办，校区内古木参天，风景优美，距离市中心只有30分钟的路程。校友中名人辈出，不胜枚举。其中值得一提的是学校杰出校友诺贝尔奖得主Francis Crick先生，他曾称其成功亦得益于在学校当学生时老师的教导和激励。

※剑桥学校(St Faith)

位于剑桥郡的圣菲斯学校，超过130年的历史，拥有一流的设施，包括现代化的体育馆、戏剧工作室、礼堂、艺术室、网球场、运动场、赛车跑道和射箭场。活动包括赛车运动、射箭、剑击、舞蹈、戏剧、艺术等等。学校以其优秀的教学质量及全面的课外活动著名。

※牛津学校(Abingdon School)

该学校设备齐全，超级营地拥有一个大型体育馆和一系列教室，提供丰富的运动、游戏和活动，让孩子们在整个假期中兴高采烈地参与，帮助实现关键的发展目标。孩子们还可以充分利用现场的游泳池。②



《住房法》第21条的法例变更

李家祺

租户(改革)法案「The Renters (Reform) Bill」即将废除1988年《住房法》第21条的驱逐通知「Housing Act 1988 Section 21 Notices」。

什么是第21条?

在正常情况下,如果没有延长通知期,房东可以根据1988年《住房法》第21条的规定驱逐租户。一旦他们的定期合同结束,房东可以在两个月之前发出驱逐通知,毋须提供驱逐的理由,因此称为「无过错」驱逐通知。相反,要发出第8驱逐通知,房东需要证明租客违反了租约协议的哪一条款。

第21条驱逐通知有何变化?

废除第21条驱逐通知的计划最初是在2019年的女王演讲中根据租户改革法案提出的。这计划在最近新发报的A Fairer Private Rented Sector (更公平的私人租房白皮书)中得到确认。

该法案概述了所有在英格兰的物业租约,将会转化成Periodic Tenancy,租约协

议没有结束日期。这意味着只有当租户选择离开,房东有正当理由时,租赁才会终止,如法律通过第8条理由所定义的那样。

因此第21条将会被废除,从此结束这些所谓的「无过错」驱逐。

这些变化对房东和租客将来有什么影响?

第21条废除后,如果房东想收回物业,就需要向租客提供终止租约的合法理由,例如:违反合同、或想出售房产、或收回自用。

但是,租客可以随时选择终止租约,只需要提前两个月通知房东。

什么将取代第21条?

《住房法》第21条被废除后,政府将加强第8条的驱逐条例,这会允许房东在合理的情况下收回他们的财产。

租客在物业居住六个月后,除非租客违反了租约上的条例,否则房东需要根据第8条在「合理」的情况下驱逐租客。其中包括:

- 重建

- 想出售房产

- 收回自用

- 近亲要搬进来

而违反社会行为(Anti-Social Behaviour)的条例也将会被加强。

新制度将如何实施?

政府的白皮书警告房东和租务中介,绝不姑息和容忍「任何寻找漏洞的企图」。政府还表示将「考虑」对违反的房东和中介加强处分或引入新的刑罚,并考虑给予地方政府更大的权力去执法和发给违反者处罚通知。

什么时候废除第21条?

租户(改革)法案在成为法律之前,必须首先必须通过国议会的审批。在通常情况下,这可能需要在议会一读后,将长达一年的时间。

本文仅供参考,不构成法律建议。如需更多信息,请访问 bills.parliament.uk。

(作者是英国注册土木工程师、伦敦地产中介代理公司董事总经理)

业主拆内墙坏屋顶 「英国建筑规例」 注意事项



阿文
(英国注册测量师)



早前在香港有一个单位,拆除部份主力墙事件,引起广泛报导及公众疑虑,幸好事件对楼宇的结构无造成严重的损害。但相同情况下,拆除英国物业的主力墙,则很大机会影响结构安全,有业主擅自拆墙,导致屋顶结构损坏及下坠,最终要重建屋顶,损失大笔金钱,即使修复亦影响将来出售时的楼价。

英国的建筑规例「1984年建筑法」(The Building Act 1984)对于建筑改建有一定的限制。这些规定不仅适用于新建房屋,也同样适用于任何房屋的结构改动,包括拆除内墙。

首先,需要明白并非所有的墙都能随意拆除。一些墙可能是承重墙,即房屋的主力墙,这类墙支撑着房屋上方的结构,随意拆除可能导致结构损坏,甚至威胁整个建筑的稳定。有一名在英国的业主,为增加空间感,竟然在未有谘询测量师及结构工程师的意见下,找工人将其独立屋内一幅分隔客厅及饭厅的承重墙拆卸,结果导致屋顶结构损坏,需要花费大笔金钱进行维修,重建屋顶及加装工字铁巩固。

即使在取得专业意见确认并非主力墙,拆墙仍需按照「建筑法」第A部分规定确保适当的火灾防护,以及找合资格人士施工。例如:屋内每扇门大小会因房间面积,而有不同的规定,因拆除内墙令同一空间面积扩大,相对容纳的人数亦会增加,为确保火灾时有足够的空间让人逃生,门的大小则需改动,这只是额外的火灾防护其中一项。

此外,拆除内墙可能需申请「Building Control Approval」(建筑规定)的批准,这需要通过一种名为建筑通知的程序来达成。而这个程序需要向你的地方市议会提交一份详细的建筑计划。

请记住,每一项改动都需符合英国的建筑规例,如果违反规定,可能会受到罚款,被要求复原改建工程。

自购终身年金

文/ 谢冠文 译/ 刘爱群



年金(终身年金的简称)

通常与养老金和退休收入有关，而自购终身年金(PLA - Purchased Life Annuity)则是以一次性付款向保险公司购买的年金，以提供终身收入的保障。其特点：

1. 税收(Taxation)比定期终身年金更优惠
2. 资金并非来自养老基金
3. 购买PLA的最低年龄为35岁

税收

PLA税收使用「资本要素(Capital Element)」、「免税金额(Exempt Sum)」或「免税比例(Exempt Proportion)」条款，视情况而定。被认定的资本要素/免税额/免税比例，无需缴纳英国所得税，因它只是给买方资本的回报。

支付每笔年金后的剩馀部分被视为应税储蓄收入。

资本和应税储蓄收入的实际计算取决于年龄和死亡率，你只需按从PLA获得的收入缴纳较低水平的所得税。通常保险公司会从收费中扣除这笔所得税，以减轻顾客需付的税款。

何时考虑PLA

PLA与养老金无关，事实上你不能使用养老基金来购买PLA。

由于PLA将一次性付款转换为相当省税的收入来源，它在以下情况很有用：

1. 你有可观的遗产，购买PLA会用去部分资产，从而降低遗产总值。
2. 需要更多收入，但通常要缴纳20%、40%或45%的所得税。PLA将让你享有较低的税率。
3. 你预测长寿，因此随着时间的推移，这交易将会很划算。
4. 你只想要一份稳定收入，无需再伤脑筋。

示例报价

最近一位客户得到以下报价——

63岁，一次性付清£90,000

- 每年从PLA总共收入£4,380，包括：本金£3,916；本金馀款，即应税储蓄收入£464
- 20%纳税人的净收入：£4,287
- 实际上减税2%

总回报率为4.87%，但税后净回报率为4.76%—颇为省税！

应该考虑购买吗

PLA是否适用，考虑以下几点：

一得一失——你能在别处赚到更多钱吗？ISA可能会赚到接近这数字，但无需一次过失去本金。

遗产税——需要减少目前的资产吗？这确实达到目标，但花钱也同样可以减少资产。

通货膨胀——以上例子看起来回报是合理的，但高个位数的通胀意味着你无法追上通胀。日后可能追上，但如果你终生锁定这个回报，就是一场赌博。

未来回报——当利息高时，你可以预期现金回报会很高。但如果短期内利率下跌，那么PLA将会终身锁定这个收入水平。其定价也与利率挂钩，如果未来银行基准利率下降，PLA利率亦会下降，现在购买将终身锁定当前利率。

金钱价值——所有年金都包含对长寿的赌博。如果只活几年，则会收到很少款项，但已一次过支付了一大笔。可以购买保证期来解决此问题。①

[免责声明：本专栏仅提供有关智慧理财的资讯，只供读者参考，如因内容所作的投资所带来的任何后果，《号角》英国版、本栏作者及翻译员概不负责，特此声明。]

法理情 小时偷针，大时……？

邓浩明

盗窃大概是人类历史中最古老的罪行之一。《创世记》三十章，雅各向岳父辩解他并没有偷走他的羊群，这应该是第一次有关「偷」这个行为的描述。大家更耳熟能详的应该是之后在《出埃及记》二十章记载，作为十诫之一的「不可偷盗」这一条诫命。

法例上界定盗窃，不单只是挪占属于他人的财物，更重要的定罪元素是要确定犯案者有不诚实的意图。所以，除了直接拿去他人资产，以欺骗手段取得他人财物或获得服务也属于英国盗窃法下的罪行之一。

多年前在香港有一名大学三年级学生，利用自己的电脑知识入侵快餐店主办的短片

比赛网站，更改得奖者的电邮地址以骗取手机奖品。涉案男生在法院承认以欺骗手段取得财产，被判处社会服务令。校方亦表示不会取消被告的学籍，让他继续学业，希望被告珍惜机会改过自新。也许会有人觉得不公平，认为身为大学生更应该清楚明白自身的所作所为，为自己的行为负责。

每个行为，无论好与坏，背后都会随其原因，但没有一个行为，包括偷窃，是由一个单纯的的因素所形成，通常它都一定会含有许多复杂的成因。孩子年幼时出现偷窃行为颇为普遍，往往是由于自我意识和自我控制能力还没发展成熟所

造成的。因此父母发现孩子有偷窃行为也不必过分惊慌，只要积极面对就一定能够补救，防止同样事情再次发生——

1. 重视警惕

父母一旦发现孩子拿别人东西时，虽或是偶然所为，但也要重视及加以警惕，别以为孩子年纪小而不以为然。孩子因想买自己需要的东西而私自拿了家里的钱，父母发现后切忌只是破口大骂，把握时机教育孩子比责罚重要。如果发现孩子拥有不属于自己的东西时，一定要追查清楚，不能疏忽大意，放任不管，要设法把孩子的偷窃行为遏制在萌芽阶段。

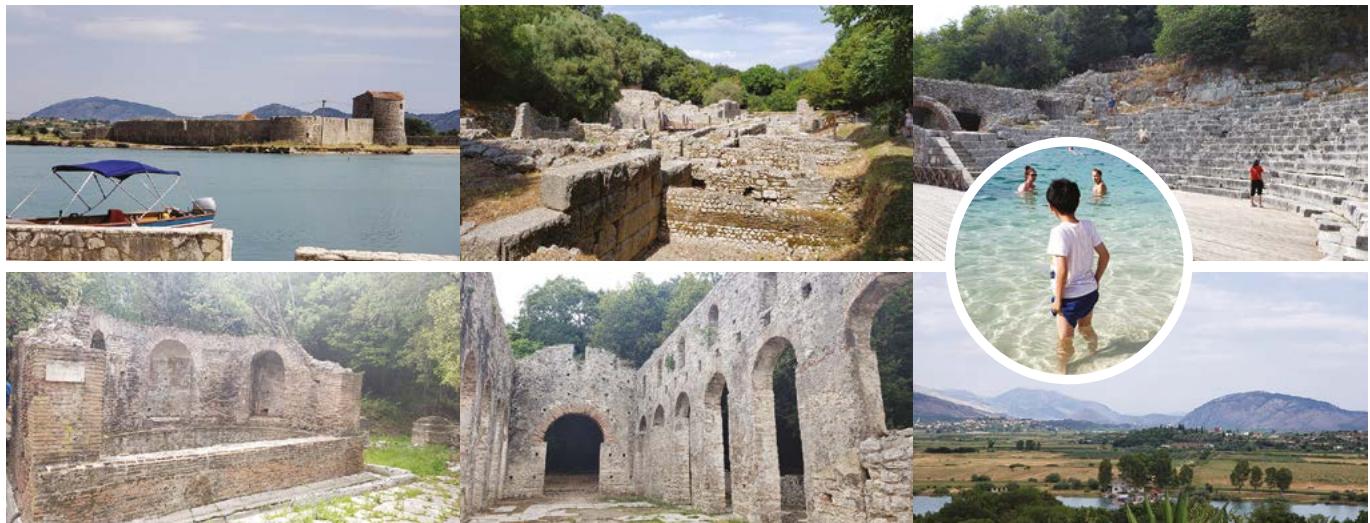
2. 细心分析

单是打骂并不能停止偷窃行为，这样不仅达不到教育孩子之目的，反而会促使孩子去细想如何提高自己偷窃的技巧，设法下次避免别人发现。最好的办法是先让自己冷静下来，了解孩子偷窃的原因，因势利导，予以纠正。要紧记偷窃行为成因不一，处理方法可能会截然相反。

3. 辅导矫治

在处理行为问题的同时，要同时留意孩子的心理适应，针对被发现后孩子的各种心理进行引导教育。②

(作者为英国执业律师及资深教育心理学家，内容只供读者参考，并提供法律及心理学意见)



阿尔巴尼亚布特林特古城 马日恒



提起巴尔干半岛，最多人游览的当然是西方文明摇篮希腊及同属欧盟的克罗地亚，极少游人会到两国之间的阿尔巴尼亚。在英国，阿尔巴尼亚最令国民注意的不是它水清沙滑的沙滩，而是其非法来英的移民：这实在是其旅游业的不幸。我家去年六月到了这个人口约300多万的国家，发觉无论在度假或文化层面，都不亚于南壤的希腊，甚至稍胜于北面的克罗地亚，旅费却比这两国低很多。

历史造就的多元文化

阿尔巴尼亚可能是欧洲最文化多元的小国，它在成为罗马帝国的行省前已是不同的印欧部族聚居之地，同时也有希腊各城人民散居于其沿岸市镇。罗马帝国覆亡后便由拜占庭帝国所统治，而部分地区也被对岸的威尼斯共和国所占领。在13世纪才在列强的许可下立国；可惜这个独立王国也只是昙花一现，很快便被地区贵族所割据。15世纪初，鄂图曼帝国侵略巴尔干半岛，阿尔巴尼亚也落入其手中。原本笃信天主教及东正教的人民，在新霸主的威逼利诱下改信伊斯兰教，至今全国6成人口是回教徒。第一次世界大战后鄂图曼帝国瓦解，在意大利的支持下，阿尔巴尼亚再次成为独立王国。二战期间德国纳粹容许阿尔巴尼亚成为中立国，德阿两国更联手对付新崛起的共产党。德国战败后共产党执政并实施高压统治，严禁一切宗教活动。1989年的全球倒共风潮直卷阿尔巴尼亚，1991年更进行了第一次的多党议会选举。可惜1997年发生内战，平息后阿尔巴尼亚才真正踏上现代化之路至今。



二千年文明尽收眼底

我不厌其烦讲述阿尔巴尼亚的历史，其实是为了畅游布特林特(Butrint)古城作注脚。布城位于国家的南端，现在成为一个国家公园。布城在希腊城邦时代已有人居住，现仍保存希腊剧场、广场及神庙的遗迹。城内保存得最好的是大量罗马建筑，包括浴池、市集、引水道、酒神庙及能容纳数千人的露天剧场，也有完好的罗马城墙及巨石城门。而拜占庭帝国更把布城升格为教区，现保留一个覆顶大教堂的遗址。虽没有堂顶，但仍可清楚看到其巨柱及内堂间格，而最特别的是近千年历史的洗礼池及地上的马赛克装饰。

威尼斯人虽只作短暂的统治，但也留下一座完好的堡垒。堡垒是市内的制高点，本来是作监视鄂图曼入侵之用，现成为能饱览对岸的希腊度假胜地歌夫及伊奥尼亞海的观光台。当然，统治了阿尔巴尼亚近600年的鄂图曼也在此城留下地标，即其直属总督所兴建的阿里伯沙堡，共产时代曾作军事训练之用。

实至名归的世界遗产

布特林特古城是实至名归的联合国世界遗产，因为全球众多世遗中能同时展现2,000多年欧亚文明的实在寥寥无几。布城之魅力也不限于古迹，其山景、海景、湖景亦引人入胜。而北壤的奇莎美海滩绝对不比欧洲任可一个海滩逊色，读者实在可以考虑仲夏时分到此度假，顺道到布城怀古。◎



比斯
斯密語

好奇的牛

周末和友人到一个漂亮的郊野公园远足。走过广阔的草地平原，上个小山，又在湖边看一会儿帆船。

意犹未尽，决定深入树林深处。林荫之下走着走着，有远视的朋友突然小小一声惊叹，说看到什么在移动。我这大近视眼努力张望，什么都没看见。正想笑他杯弓蛇影，却突然在树影间看到深棕色庞然大物缓缓移动。再一眨眼，那庞然大物正好和我的眼神对个正着。再大的近视眼也看得真确，那是一头牛。

我不怕牛。直觉上它们应该挺友善。况且在英国能看到的牛，总是慢条斯理不急不忙地享受青草与阳光，温和、良善。所以看到牛，我并不害怕。既然狭路相逢，四周树木又多，我就和友人站到一旁，心想把小路让出来给它。怎料遇上的不是单独一头牛，而是一行十多只的牛群。刚刚和我对上眼的，是走在前头的首领，之后有两只看来像左右护法的，再来是十多只一起的大部队。

我们默默站在不远处的树旁，在等待大部队经过时我还拿出手机，预备好拍摄它们一行十多头牛经过的壮观场面。手机位置放好，按下摄影键，牛首领一步一步走进我预设好的画面。一边走，一边继续看着我。一直到它已经走过了我们，它还继续回头，最后甚至停了下来，直勾勾地盯着我们看。两只本来在牛首领三、四米以后的左右护法，也跟着牛首领一起看着我们，最后，就连一整个牛部队都相继停了下来，一起盯着我们看。

被那么多眼睛看着，心里开始发毛。更令人紧张的是牛首领竟然慢慢的向我们走近，一整个牛部队也跟着向我们缓缓移动，而且它们的位置刚好形成了一个半圆形状态，而我们背面则是许多大树。当它们距离我们越来越近，我们也越发意识到不对劲，于是便以最快但尽可能冷静的步伐穿过身后的树木逃走。当我们转身快步离开之时，牛首领起初还想跟着，而牛部队自然也是紧紧跟随首领的行动。幸好在仓皇间，我们靠着在树木之间穿插，最终逃出那牛部队组成的半圆，与牛群拉开了一大段距离。牛首领也大概玩厌了，也就转身带着它的大部队扬长而去。

我们快步离开树林回到广阔草地，才静下心来思想我们究竟经历了什么。我很好奇，甚至事过境迁了数天都还在Google找了许多相关资讯。这才意识到，牛，并不是我想像中的温柔。虽然它们不会无故攻击人类，但也不是没有人因牛受伤甚至死亡的例子。不过从他们的行为看起来，我也情愿相信，它们只是好奇。毕竟在这些牛的眼中，有两个怪人好好地有路不走，却无端站在树下一动不动，也真是挺值得去研究研究的。①



与基督联合

Clara

成为一个基督徒意味着什么？《圣经·罗马书》八章9节提到，「如果上帝的灵住在你们心里，你们就不属肉体，乃属圣灵了。」基督徒因信基督而接受了圣灵，又藉着圣灵获得了上帝儿女的身份。但这圣灵的工作并不是让人随肉体的意思活着，而是使人可以照着基督的样式生活。这一个伟大的奥秘，《圣经》中多次提到，圣灵使我们与基督联合成为一体，加尔文也称之为神秘的联合(Mystical Union)。这个联合不仅是一个属灵的现实，同时也在我们的信仰和生活的各个层面定义着我们。

基督徒与基督的联合使基督的事迹成为了我们的事迹。2,000多年前基督被钉十字架的时候，我们也与祂一同被钉死，当祂三天后复活时，我们也与祂一同复活。当一个罪人因信称为基督徒时，这个人的身份就彻底改变了。正如保罗所言，「我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着。」（《圣经·加拉太书》二章20节）虽然每个基督徒仍然会在地上有不同的样貌、肤色、工作和喜好，但他们生命的本质已经与基督联合了。

因着与基督的联合，我们与上帝和好，和祂有了亲密无间的关系。因着在基督里的新身份，基督徒们也获得了父上帝赐给基督的一切福分。首先，我们灵魂的罪孽被洗净，在上帝面前得称为义。同时，圣灵住在我们里面，帮助我们拥有成为圣洁的能力。再次，我们与基督同为上帝的儿女，将来也会得着天上的基业，和基督一起坐在父上帝的右

边。正如《圣经·罗马书》八章所言，上帝已经把一切都赐给祂所拣选的人了，没有什么能叫我们与祂的爱隔绝。

虽然基督徒仍然会受到罪的诱惑，有时也会觉得自己和其他人没什么不同，然而我们与基督联合的事实却不会随着环境或者人的感觉而改变。一个人的身份影响着一个人的行为习惯和生活方式。一个罪人

会按着罪的方式生活，一个义人也会按着义的方式生活。照样，在基督里的人也要照着基督的样式生活。正因为我们与基督联合的身份不会改变，即使我们受到罪的引诱违背了基督的样式，我们的身份也仍然是在基督里的。住在我们里面的圣灵会时刻保守和提醒我们，让我们记得自己的真实的身份。因此，基督徒要有信心和勇气继续与罪争战，我们与基督联合的新身份就是我们得胜的标记。②





改善人缘的要诀

高司祺

瑪拉基書



父親的心轉向兒女，兒女的心轉向父親（瑪4:6）

IP STUDIO 葉源春

「讨人喜欢」是一种沟通技能，可以帮助你交朋友、建立关系，并提升你的专业形象。这涉及到各种行为的组合，如举止得体、懂得和运用礼仪、有优雅的举止、掌握相关的沟通技巧。以下，分享一些关于如何变得更讨人喜欢的要诀。

※有礼貌——彬彬有礼是讨人喜欢的一个重要因素，良好的教养有助于你给别人留下正面的印象。其实并不复杂，可以从一些基本礼仪开始，包括说「请」和「谢谢」、为他人开门，以及当你遇到某人时展示一个友好的微笑或问候。

※了解并练习礼仪——礼仪是一套社会惯例，指导我们在各种情况下的得体行为。了解和练习礼仪可以帮助你轻松地驾驭各种社交场合，使别人在你身边感到舒适。礼仪的一些常见领域包括餐桌礼仪、商务礼仪和社交礼仪。上礼仪课，可以提高你的亲和力和沟通技巧，也就是提高你的情商。

※练习优雅的举止——优雅的举止是指你如何在众人面前展现你自己，包括姿势、身体语言和举止。练习优雅的举止可以使你显得自信和淡定，这对他人有吸引力。仪态训练还包括一些技巧，比如站直身体、进行眼神交流、使用平静和沉稳的声线谈话等等。

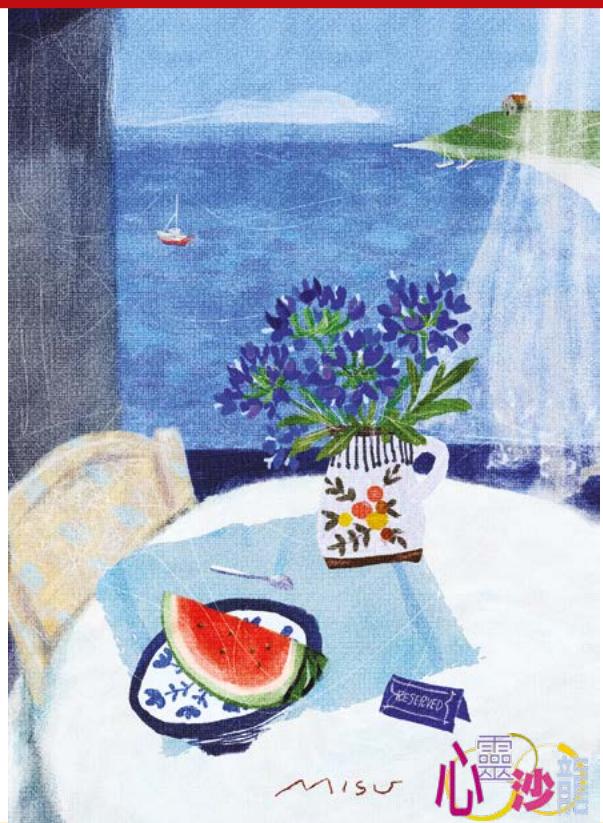
※对他人表现出真正的兴趣——要让人更喜欢的最有效方法之一，是对他人表现出真正的兴趣。比如问问题、听他们的表达、尝试了解他们的观点，让人觉得被重视。我们常说的小闲聊(Small Talk)，就是一种有效的沟通艺术。

※积极乐观——人们是会自然地被积极和乐观的人吸

引。如果你想变得更讨人喜欢，试着保持一个积极乐观的态度，经常微笑，欣赏他人的优点，并避免消极和抱怨。

※做个好的聆听者——专注地倾听他人，表现出同情和理解，可以帮助你建立更强的人际关系，因为对方能体会你在认真地倾听他的意见，并表明你关心他所说的内容。

转变不会在一夜之间发生，需要时间和大量的实践。如果你有一个良好的态度，这样，实现你的目标并不难。⑩



心意更新变化

图/文：苏美玲

七月的日照非常慷慨，整座城市浸泡在慵懒的金黄色中，许多人也展开了夏季旅程。我和工作夥伴因为手上的工作正进行到一道关口，哪儿都没能去，只能就着后院窗台吃西瓜，沾一点度假的气息。

年轻朋友语带无奈，诉说着她先前因为主管的行事作风，悻悻然选择离开工作岗位。在这个世代，要在职场坚持诚实无伪，并不容易，而她真是吃了不少亏。

《圣经》上说：「不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为上帝的善良、纯全、可喜悦的旨意」（《罗马书》十二章2节）。要深刻领会这样的教导，往往得透过真实世界的操练。我望着窗外的蓝天，一边心想，这位小姊妹正在经验这样的历程，也默默用祷告托住她，愿她能静心忍耐等候，主的安慰必定临到信靠祂的人。⑩



5月底的长周末，我们带女儿参加了英国矮小症运动协会(Dwarf Sports Association)举办的年度全国运动会。该协会于30年前成立，旨在为矮小症人士提供一个切磋运动技能的机会，也是非常好的平台让矮小症人士及其家庭认识其他同样或类似情况的人。

出发前，我的心情既兴奋又略带紧张，因为从来没有参加过小型的矮小症群组聚会，更遑论是全国性的运动会。经过三个小时车程，傍晚到达伯明翰附近的Warsall，把车子停在大会安排的酒店后，就看到很多矮小症人士。他们有着不同的矮小症情况，女儿的Achondroplasia情况是矮小症中最普遍的一种。我看到很多20、30岁的年轻人聚在一塊儿轻松自然地聊天，看来他们已经认识多年的老朋友。有位女士告诉我，她自婴儿时期，父母就开始带她去参加这个运动会，如今她有了自己的宝宝，也带

他参加，希望孩子日后能像她自己一样，透过投入运动来提升自信，并在活动中认识毕生好友。那个长周末，大会把整个酒店包下来，负责人说，这样可以让成年人感到很安全和放松，不用担心被别人以不友善眼光对待。

女儿在出发前就一直很期待这次行程，她其实不清楚会看到哪些人，只知道有机会参加两项运动比赛，而且重点是有一个晚宴派对（她真是一个很爱Party和穿美美裙子的女孩子！）

第二天早上开车前往运动场，约200人在场，有参加比赛的，也有当义务人员协助比赛的，场面好不热闹。我们给女儿报名了10米赛跑，一起比赛的还有比她大一岁的一个女孩。女儿到了起跑线上，我就走到终点那边鼓励她。比赛快要开始时，另外那位女孩可能因为紧张而哭了起来，丈夫见状就问女儿：「你要不要牵那个女孩的手一起跑呢？」没想到女儿坚决地说：「不，我要赢！」结果她尽力往前跑，赢得了人生第一面金牌。虽然只是孩子之间的小比赛，我和丈夫却都非常兴奋，我们曾自嘲从来不爱运动，也没有得过任何体育奖项，想不到女儿年仅四岁就已经夺冠。

短短三天里，我感觉眼界大开：第一次看到那么多不同情况的矮小症人士（年龄从婴儿到70多岁），看到他们积极参与各项比赛的体育精神，让我很受鼓舞。我听到其中一位矮小症工说他过两周会飞去加拿大参加全球的运动比赛，不禁在心里佩服他，也因着看到他们那份对生活的正面态度而倍感安慰。

亲爱的女儿：爸妈似乎没能给到你「赢在起跑线上」的优势。矮小症给你带来了很多生活上的不便与未知的挑战，然而谢谢你给我们看到你的勇敢。深愿你能持守那天在起跑线上、远超我们意料的坚定与勇气，尽心竭力地去奔走上帝为你预备的美好人生，并铭记于心——在这条人生路上，有上帝陪伴你奔走，直到终点，赢取的将是那永不朽坏的、永生的冠冕。◎

活出丰盛的人生

日月星

最近听了一个癌症意识讲座，在现今世代，癌症病患者与日俱增。假如被医生告知还有三个月的生命，人如何活下去？有人会与最亲的伴侣一同环游旅行，享受夕阳的余晖，或与身边的亲友话别，缅怀彼此共聚温馨的好时光。有人趁此期间，立下遗嘱，将心愿写在遗嘱上，让家人遵照其遗愿执行。

人惧怕死亡，在新年过节期间，长辈都吩咐我们要说吉祥的话；更讳忌「死」的音韵。可见中国人的迷信历久遗传下来，令人震惊。曾几何时有人论述「生死美学」，这一带有哲学抽象的词彙，让人有死亡不是那么可怕的一回事的现象，生与死都有其美好的意境。

究竟人如何活下去，才是不枉此生，度过一个美好的人生？一般人的理解是：生

活幸福、要车有车、要楼有楼、美酒佳肴消费得起、加上婚姻美满、子女孝顺，都算人到无求，福杯满溢了。但是，天有不测的风云，人有霎时的祸福。若人罹患了致命的疾病，明天病程的发展，有时连主诊的医生也不能测透。

人人都有一死，不用怨天尤人，只要珍惜今天，明天如何，只有上帝知道。我们祈求祂给予智慧，知道祂在天家为我们准备了地方。不需要为将来的生命而恐惧担心，因为上帝愿意拯救世人，为我们的罪被钉死在十字架上，战胜死亡，第三日复活，使我们有永生的盼望。

若明白因信耶稣有得救的确据，我们的人生观就与世人的追求金钱、物质、名誉地位截然不同，就可以淡泊名利，忍受试探。上帝每天供应心灵的粮食、生命的活

水，使我们属灵生命得到饱足。这重生的生命喜乐无穷，心中有平安。如果人拥有得救的把握，就会有「明天会更好」的感觉。新的生命从上帝丰满恩典而来，从今天就可以领受。这永生的真理不单是一个终极目标、更新人生命的一个成长过程，更是一个人生旅程中经历到上帝奇妙的恩典。

耶稣在《圣经·约翰福音》十章10节说：「我来了，是要叫人得生命，并且得的更丰盛。」凡是信主成为祂儿女的都可领受这丰盛的生命。所以人不可被逆境击倒，无论是处于任何生、老、病、死的阶段，我们都可坦然无惧来到上帝面前，向祂倾心吐意，感谢祂每天的带领，引导我们应走的道路。生活上的压力、苦难是属灵的操练，使我们经历在主里丰盛的恩惠。◎

Humility

Wynne C

Have you ever been so sure about something only to be proven wrong?

The Baader-Meinhof phenomenon is a cognitive bias in which we tend to see a particular thing everywhere after noticing it for the first time. It gives us the illusion that everyone is talking about the same thing. This is magnified multi-fold with the Internet where it shows us similar content as it learns about what we read or watch. This in turn surrounds us with potentially skewed beliefs or propaganda, which feeds our confirmation bias that what we believe is accepted by the wider population. We believe that everyone thinks the same, hence it must be true!

We, as humans, have an innate desire to be right. We don't like being told information that is contrary to what we believe.

Humility seems to be a quality that has gone out of fashion. We look up to people who are strong, independent, assertive, confident and proud of their achievements. In our subconscious, we feel humility does not play a significant

or any part in the equation of a successful individual's journey.

Here is a challenge to our view of humility: Perhaps true humility is not thinking less of yourself. Perhaps it does not mean having low self-esteem or a lack of confidence. Perhaps it encompasses strength, independence and assertiveness. Could it be that true humility is not the opposite of all the wonderful traits of the type of person we look up to in this day and age?

A truly humble person is not only someone who acknowledges his or her achievements without having to brag about them. It is also about being confident enough to accept that you were wrong about something without linking it to shame. It is about being comfortable and secure enough to change your mind based on new information without feeling threatened by your own identity.

When I was in my second year of medical school, I was taught that once someone develops type 2 diabetes,

it is a lifelong, irreversible condition where most people need to take medication to prevent complications. I took this as a cold, hard fact for many years until I was confronted with a growing number of studies that showed diabetes remission was possible with effective and sustainable weight loss. This was groundbreaking new information that changed my mind about something I held an unwavering belief in.

The best thing about being wrong is that we have a new set of information that keeps us from being ignorant!

I remember frequenting a popular convertible belt sushi restaurant with my family as a young child in Malaysia. Rotating plates of maki and California rolls felt like the best thing ever! My family and I were very adventurous with food, so as the market for Japanese cuisine expanded, we were excited to try a wider variety of Japanese dishes. It was like a whole other horizon had opened up as our palates were introduced to the likes of ramen, teppanyaki, sukiyaki and tuna belly!

In the same way, in life, as we allow ourselves to be humble

recipients of new information, we become more open-minded, more likely to listen to what other people have to say and more willing to develop a true understanding of ourselves, others and the wider world. Allowing ourselves to change our minds is a marker of true growth!

Here are some practical tips on how to get started:

- Embrace our fallibility as humans.

- Spend time with people with whom you listen more than you speak.

- Be on the lookout for fun opportunities to learn, whether it be through TV, podcasts, conferences or even a holiday!

- Ask for honest feedback from trusted loved ones. This is a great way to develop self-awareness.

- Put aside a few minutes at the end of your day for self-reflection. Ask yourself, "Was that the right thing to say (or do)?", "Did I wholeheartedly believe in what I was arguing about?", "Is it possible that I could have been wrong here?"

Bengali poet Rabindranath Tagore writes, "We come nearest to the great when we are great in humility."

吴宝娟

(作者为博士、前香港教育大学讲师、
英国注册幼儿护士)

口语/书面语对对拼

落雨	下雨	
綠色	青色	
啡色	棕色	
無	沒有	
波	球	
兩	二	

八岁的信希就读在本地小学三年级，她与父母是两年前从香港移居英国，在香港时曾读至小一。过往相关研究指出，在香港幼稚园曾读过三年的儿童入读小时能辨认250个汉字。信希与父母在家中是以广东话沟通，以往信希居住在使用中文地区的香港，可以通过日常生活多讲、多听与阅读，学习口语与书面语的意思与文字的差异，例如「落雨/下雨」、「啡色/棕色」、「无/没有」。在亲子共读时，信希诵读书面语时，可让他学习书面语的文字，父母可以随后用口语解释。但信希现居住在非使用中文的地区，未必有机会在日常生活听讲中文，而学习语文的过程需要把阅读的字形与字音连结，因此他们学习时需要兼顾口语与书面语的字形、字音与意思。为帮助少听少讲中文的学生学习汉字，笔者把口语与书面语的文字设计为字卡游戏，让阅读汉字成为亲子游戏。

以下是口语配对书面语的游戏卡制作方法：

步骤一：把所教的目标字的字形及字意的图画列印在纸上。

步骤二：把字形及图画剪出，逐一贴在相同尺码的卡，为增加学生的成功感，运用颜色作提示口语配对书面语的字形。

游戏方法：

参与游戏者可以一至数个，每位游戏者抽一张游戏卡，再轮流各抽一张游戏卡，直至能把口语与书面语的字及图配对。

以上游戏活动是辨认字形练习，目标是令学生掌握口语与书面语的字形。若读者有意了解更多幼儿学习汉字的方法，欢迎联络笔者，使用在Facebook网页「Tangram Chinese Character Teaching Centre」。



盐的菜式可以变化多端，亦惹味非常，伴饭佐酒都合适，材料配搭亦多元化，是一种极受欢迎的调味香料



椒盐肉排



材料

- 胸肉
(Pork Shoulder).... 400克
- 蒜头 3至4小粒
- 红辣椒 1至2条
- 葱 1条

腌料

- 生抽 1茶匙
- 糖 1/4茶匙
- 胡椒粉 少许
- 粟粉 1茶匙

小贴士

1. 若买不到胸肉，可用五花肉代替
2. 裹上蛋液和玉米淀粉后炸起来特别酥脆
3. 椒盐是将花椒炸脆后碾碎成粉状，混合在幼盐之中。如不喜欢花椒的麻味，亦可用五香粉、辣椒粉和幼盐来代替椒盐

豉椒凉瓜



材料

- 凉瓜 1至2个
- 蒜头 1个
- 豆豉 1汤匙
- 辣椒 1至2条

调味料

- 蚝油 1茶匙
- 绍酒 1茶匙
- 盐 少许
- 糖 少许



做法

1. 凉瓜洗净切开两边，除去中间的瓜囊，再切片待用
2. 蒜头、辣椒洗净切幼粒
3. 豆豉用清水浸泡除去盐分，洗净后切幼粒
4. 凉瓜片放入开水焯1至2分钟，隔去水分备用
5. 镊内放入1汤匙生油，将蒜头、豆豉、辣椒幼粒炒香后，加入凉瓜，炒至熟透，放入调味料拌匀便可上碟



小贴士

1. 凉瓜用开水焯1至2分钟，不但可以减轻苦涩味，炒时亦容易熟透
2. 若想大大减低凉瓜的苦涩味，可用盐腌10分钟待凉瓜出水，再用清水将盐份冲洗后，沥干水分
3. 切凉瓜的厚薄度可依个人喜好——若喜爱略带甘苦，可将凉瓜切薄片快炒后盛起会保持爽脆；若切厚片可以加点开水，盖上镬盖炆煮5至10分钟

心房颤动与薄血丸



心房颤动是一种常见心脏疾病，患者因心脏上腔发出紊乱的电波，导致心脏无规律地收缩，造成心律不正。据估计，全球超过三千万人患有心房颤动。心房颤动的症状包括心悸、呼吸困难、疲劳和胸痛等。心房颤动患者因心房收缩不规律，容易令血液在心脏内积聚，形成血栓。如果血栓被血流带到大脑，就可能引致中风。医生会根据患者的身体状况评估其中风风险，若有必要，医生可能会建议使用抗凝血药物（俗称薄血丸）。薄血丸的原理是减少血液的凝结能力，降低血块形成的风险。在服用薄血丸的同时，我们也要注意一些关键事项。

刘卓贤/
文镜彰

(两位作者皆为
伦敦大学学院
药学院讲师)

服用传统的薄血丸（如华法林Warfarin），需定期做血液检测以确保剂量恰当，并且其疗效可能受饮食和其他药物影响。因此，病人需告知医生所有其他同时服用的药物和营养补充品（包括中药及保健食品），并保持稳定的饮食习惯。另外，由于薄血丸或会令出血的风险增加，若生活中容易受伤或频繁出血，应告诉医生此情况。

然而，近年来新型薄血丸如达比加群(Dabigatran)、利伐沙班(Rivaroxaban)、阿哌沙班(Apixaban)和艾多沙班(Edoxaban)等，为心房颤动患者提供了新的选择。这些药物不需频繁检测血液，与饮食或其他药物的交互性亦较低。相关的研究显示，其防止中风效果优于或等同于华法林，出血风险也较低。不过新型薄血丸并非无缺点，在特定病人群体

（例如肝肾功能不全者或换了机械瓣膜的病人）可能不适用。

选择薄血丸需要依据个人身体状况与医生讨论，以找出最适当的治疗方案。无论选择哪一种薄血丸，定期跟进病情和适当地调整生活方式，并遵从医生指示定时服药是非常重要的。心房颤动可能对生活造成一定的影响，但通过适当的治疗及管理，可以控制病情并继续享受充实的生活。④

（以上资讯仅供读者作基本参考。由于每位患者的身体状况和症状各异，详细资讯请咨询医生或药剂师）

如何筛选你的包包

Jackie

原则二：了解自己的需求

当我们在消费的时候需要学习怎样管理自己的欲望，因为不能让消费成为我们的偶像。但是，当你不了解自己需要什么的时候，是最容易乱花钱的。就像我，如果只因为无聊去逛一下超市，往往就会花很多的钱才会出来，因为好像什么都有用。其实，添置包包也是一样，要根据自己的使用场景去添置。

我一般会将包包分为大包（上班适用）、小包（能装东西）、首饰包（宴客场所）。

大包：就是工作的时候用的，能装文件电脑。这样的包一个到两个就够了。因为它可以与帆布包交替使用，而且它主要是实用性要大。如果预算不足，高街时尚的就很足够了。

小包：这种包主要是用来搭配衣服用，也希望它能够放一些东西。我一般会买经典款式、经典颜色，例如意大利品牌Valextra的白色皮包，它就是一个很经典很复古的包款，能够满足我绝大部分的衣服搭配。

首饰包：主要就是为了在特定的场合中使用。它的使用场景不多，因此建议有一至两个，可以替换就可以了。一般情况下不建议花大价钱去购置。

时尚可以是一件很有趣的事情，它也能帮助我们学习并了解自己的需要。同时，也可以学习管理在地上的财富，以及在消费中对焦上帝的原则教导。④

有朋友问我：「你去哪里买包包？有没有可以推荐的店铺？」我给出的答案是：「我已经四年没有买过包包了。」我告诉她们，我不买不是因为我不喜欢时尚，也不是我推崇可持续性的消费或者慢时尚，而是因为我是带着两个原则去筛选包包。

原则一：贵买，便宜用

当我们开始投资经典的奢侈品包包的时候，下意识地会对于高街时尚、轻奢品牌的包包，有一定的抵御力，然后就会用它很多年。算下来，这个投资是「值回票价」的，最起码你不会每年买一堆不知名的包包，然后时尚风潮过去，被你当垃圾一样丢弃。因为轻奢品牌的包款，都是根据潮流的趋势和抄袭高奢品牌的包款来设计的。有一句话说得非常好，时尚就是一个圈。所以，你可以看到Chanel的经典黑色菱格包，永远都不会过时，而且还不断地涨价，二手市场的价格也是一直维持高企。也因为你在这个产品上，付上了大的代价，就不会轻易地去丢弃它。虽然这个比喻不大恰当，但我也想用来类比一下：基督徒跟随耶稣需要付代价，耶稣基督的救恩是无价的，当我们去付代价时，更能够领受基督对我们无私的爱。这用在我们购买包包上，虽然不能完全契合，但也有异曲同工之妙。

特别通告

《英国号角》已在2022年2月号开始，推出耳目一新又精致的「繁简双体字实体杂志版」，以取代过去10多年陈旧不合卫生的报纸版，藉此回应广大读者及教会的强烈需求。杂志版已出版超过一年半，全是免费赠阅，但印刷及邮寄费用支出异常庞大，以致每期均入不敷支，极需各教会及读者继续奉献支持。

发行「实体版」的同时，又会保留「双体字电子版」，读者仍可在英国号角网站直接登入浏览：<https://www.herald-uk.org/>

我们明白这样的运作、印刷及发行，定必面对非常沉重的经济负担。

我们期盼能收到更多的惠登广告要求，又或直接奉献支持，让《英国号角》能有更多资源配置，继续努力不懈地去服务在英国来自不同地方、各个阶层的侨胞。

有意惠登广告，请联络冯兆雄(Perry)，电邮：perryfung@cchc.org，电话：07782 336869。



欢迎教会或团契刊登特别聚会的消息，来稿请在300字内，并电邮往：perryfung@cchc.org，查询详情，请联系冯兆雄弟兄 (Perry Fung)，电话：07782 336869。谢谢！

角声使团「晨•希」英国巡回音乐布道会

「晨·希」——一个用生命来诠释的音乐会

角声使团(The Heralders)成立近30年，由30多名团员组成，足迹遍布全球40多个城市，先后创作和出版超过15张粤语及3张国语专辑。他们将于9月1日至10日展开英国之行，于五个城市共举行六场聚会，主题名为「晨·希」。

※「晨·希」是什么？

一场世纪疫症，尽露了这世上的千疮百孔。面对着病毒、战争、治安、经济，以致情绪的困扰，我们不禁问：「黑夜何时才会过去？」「晨·希」的「希」所指的是一种能帮助我们面对黑暗的信念，在晨「曦」尚未来到之时，先持守着晨「希」的盼望，继续前行。角声使团一如既往，不单要分享悦耳的诗歌，更配合真实的生活见证和真理反思；编织一篇生命信息的乐章，让大家在享受诗歌敬拜的同时，也能经历一场心灵的洗涤。就如这次聚会的主题曲《晨曦盼望》其中一句歌词所说：「燃起盼望……进入群众里慰藉四周的伤创」。

※黑夜中活出希望

角声使团已到过英国两次，这次特别希望能接触到近年移居英国的香港人。使团成员有最近移民英国的、有移民美国多年的，也有仍然留守香港的。移居海外后是否就岁月静好？当然不是。无论选择去或留，仍然要面对不同的挑战。使团团长Derrick的见证完结时，他的情况没有好转，神迹也未曾出现。但事情纵然没有改变，上帝的信实却一直与人同在，也给我们力量。「晨·希」不单是将来要发生的事，更是给予我们今天活着的动力——在黑夜中不单等待希望，更要活出希望！

如欲作出奉献支持，

可透过网上直接银行转账，资料如下：

银行名字(Bank Name)：

National Westminster Bank

银行编码(Sort Code)： 60-23-09

商业户口号码(Business Account Number)：

76653684

商业户口名称(Business Account Name)：

Chinese Christian Herald Crusades UK
(or CCHC-UK)

IBAN： GB08NWBK60230976653684

BIC： NWBKGB2L

或在网上用PayPal转账：



支持《英国号角》

Donate to CCHC-UK



让我们坚定心志，秉承上帝的异象及托付，继续尽心竭力地以文字笔耕，广传福音。深信上帝必然保守，因上帝是耶和华以勒，供应我们一切的所需所求！

请为此事祷告及积极参与、奉献支持！

「愿上帝赐福我们手所作的工，我们手所作的工，愿上帝坚立，诚心所愿！」

②《英国号角》敬启

疫情下的教会活动

虽然新冠疫情持续，但很多教会的主日崇拜和活动已恢复实体面聚，当然也有部份教会仍然以网上直播或转播的形式进行，请各位读者直接与教会联络了解实际情况。

※角声使团《晨·希》英国之行

9月1日（星期五）晚上7时30分

伯明翰中华福音教会

9月2日（星期六）下午3时30分及晚上6时30分

曼彻斯特宣道会（沃灵顿分堂）

9月3日（星期日）早上10时30分及下午1:30分

生命之弦列斯华人福音堂

9月8日（星期五）晚上7时30分

英国循道会君王十字堂

9月9日（星期六）晚上7时正

伦敦中华基督教会

9月10日（星期日）下午2时30分

米顿坚华人基督教会

李志刚牧师



马鞍峰教会 植堂曼彻斯特

撰文/采访 : Natalie Jim



马鞍峰香港教会宣布将会分别在加拿大温哥华和英国曼彻斯特植堂，希望为移居当地的港人建立信仰群体。崇拜将按照香港模式，采用广东话和英文双语，同时亦有以英语为主的 Saddleback Kids 及 SYM 牧养儿童及年青人群体。

为了开展植堂计划，现正积极招聘同工在当地事奉，包括 Worship Leader 和教会干事等。主任牧师李志刚 (Pastor Stephen) 受访时表示，植堂计划是回应移居当地港人的属灵需要，希望有意加入团队的同工能够了解并且认同马鞍峰教会的植堂使命。

李牧师在今年初到访英国，沿着港人移民的热门城市，包括伦敦、雷丁、牛津、伯明翰、曼彻斯特等城镇，探访问友并考察当地教会。他发现移居当地的港人渴望并寻找属灵的家，当中不少马鞍峰教会的会友，尤其是 20 多岁的年轻信众和育有年幼小孩的家庭，他们习惯现代敬拜及急切需要牧养及教育儿童及青少年，可是部分人经历一年多，游走于当地的教会寻寻觅觅，仍然难以找到合适群体，甚至有人决定放弃教会生活。

据英国圣经公会调查的数字反映，自 2021 年起英国的华人教会会众数目呈现爆发性增长，部分华人教会在短短两年内，会众人数由以往 40、50 人，扩大至 200-300 人以上，当中亦有不少教会发展以广东话崇拜。

至于为何选择曼彻斯特？早在 2021 年起，数名移居到曼彻斯特的马鞍峰香港教会会友，每个星期聚集一起透过网上参与香港教会的崇拜，这个群体慢慢扩展至目前 30 人左右，他们会借用当地堂会聚会和小组分享。崇拜讲道则如香港分堂一样，播放配有由香港团队翻译的中文字幕的英语讲道。这模式渐渐成为马鞍峰教会植堂的雏形。

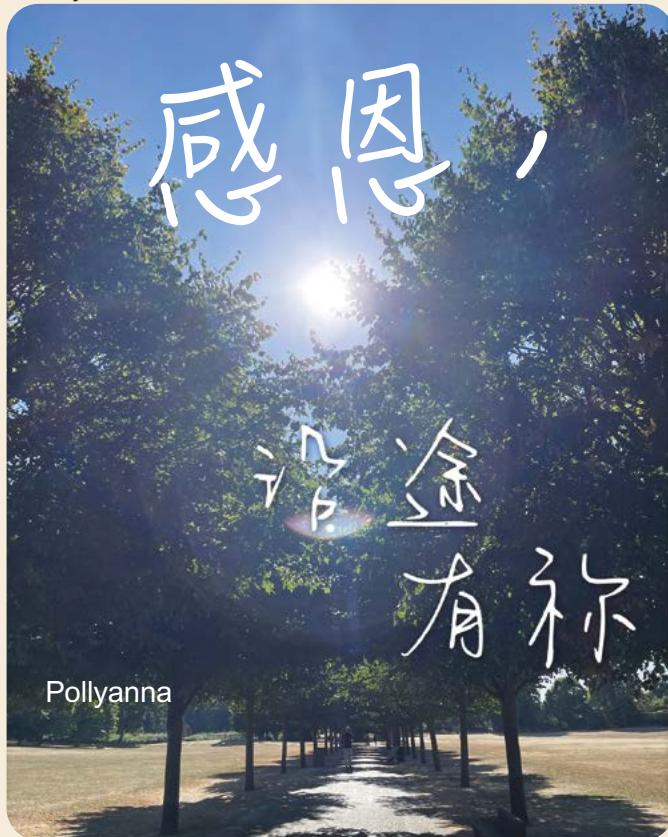
李牧师于今年春季探访当地的会友，发现当地成年会众渴求有广东话及英语双语崇拜，同时他们的下一代，不论幼童或年轻人很快适应当地生活，需要以英语为主的崇拜，这模式与马鞍峰教会在香港分堂的模式十分相近，故他大胆尝试向美国总部提出在英国植堂的计划。

李牧师表示：「这班在英国的信徒，平均年龄大约 30 岁左右，如果这群人在当地形成教会和社群，将会是很活跃、很有动力和生命力，能够对当地社会产生影响力教会。这群信众最重视的是子女教育，他们希望子女能够在基督的爱中、与基督徒群体一起成长，所以 Saddleback Kids 是我们植堂其中一项十分重要的发展项目。」

他希望在曼彻斯特植堂之后，能够吸引居住在该区邻近周边的会众。假设有 1 万名港人在当地居住，以每百名港人有 4-6% 为基督徒人口计算，已足以形成一个 400 至 600 人的信仰群体，他相信当中能够吸引一大批去教会的群体，这班人是已经接触过福音、认识基督，但因各种原因未曾在英国固定返教会的人，他们周末除了郊游、逛公园和超市之外，实际上他们渴望福音和需要与香港人连结，植堂计划是希望吸引这批人投入教会，形成信仰坚定的基督徒群体。

因应移民潮而衍生植堂的构思，如何能够转化为长远发展而非临时的权宜之计？李牧师表示，马鞍峰教会绝对不是设立一间移民教会，他解释：「如果只为不谙英文而建立移民教会，当他们的下一代融入当地社会，就不再需要返这些教会，所以马鞍峰教会要开设的是跨世代 (Multi-Generation) 和跨文化 (Multi-Cultural) 的教会，希望五代同堂，无论 3 岁至 80 岁的人都能够享受的敬拜体验，所有人都能明白建基于《圣经》的讲道。」他相信，当香港人的信仰群体具备足够的人数之后，不排除会吸引到当地人加入，为英国教会复兴带来一股新的动力。

他以澳洲为发源地的 Hillsong Church 为例，在英国全国分别有 13 个据点，合共举办 16 场崇拜，这种化整为零分散的模式，让教会能够生长及拓展并进一步转化。李牧师期待这种新模式能够为英国当地教会带来启示和复兴的新力量，他强调今次植堂只是马鞍峰教会的一次试验，以曼彻斯特为起点，在英国建立以目标导向的标竿教会，成为一个能够汇聚和牧养港人及当地人的双语教会。⑩



迷失与自负

自小家贫，记得妈妈带我和弟弟到麦当劳，我们只可以平分一个最便宜的汉堡包餐，而妈妈只会望着我们吃，总是把她最好的都交给我们。因此我从小便知道金钱重要，并立下志愿长大后赚多点钱，除供养父母有更美好生活外，也让自己好好享受人生。

长大后我拼命工作，20来岁就成为某品牌开发经理，其后更加入一个国际品牌，担任大中华区设计总监。十几年工作生涯参加过不同的走秀活动，见过不同名人、明星，走遍欧亚不同地方，探索不同事物，生活多姿多彩。以往的我，确实为自己所拥有的东西而感到骄傲，十分享受生活，并认为无论有什么大小事情，我都能凭自己的努力一一跨过。

2019年冬天，从未想过放弃一切而离开香港的我，为小朋友的将来，我用了三个月时间就作出移民的决定。由于仓猝决定，香港的物业未放卖出，就和家人先抵达英国。到埗一个月后，6月中一个早上我收到爸爸来电，平日语气活泼的爸爸当天的声音却很低沉，他说：「大件事，有人失足从30多楼跌在你家的平台……」之后的东西，我听不进耳，我只知道我的钱没有了……我为了此事哭崩，大家应该很明白，香港人大部分的积蓄都是来自于「砖头」。我从未想过这样的事情会发生在自己身上，而我的资产一夜就泡汤了。原本我认为所有的事情都是我控制范围之内，但今次我彻底地失控，每天能做的是以泪洗面……

寻找，就寻见

2021年7月我第一次到励德家，记得当天阮牧师的讲道大概是「人有时要经历苦难，最苦困的时候，才会最容易经历上帝」，我当刻心想，今天的话是为我度身订造的吗？是上帝安排的吗？我觉得一切都来得太巧合了，这句说话简直刺中我的要害。

其后，阮牧师跟几位姊妹家访，我将所有事情一一告知，牧师鼓

励我试着祷告，亦叫我可以试着挑战上帝。就是牧师这番话，我每个晚上都跟上帝祷告，亦跟祂讨价还价，并表明只要祂助我卖出那层楼宇，我就会相信祂。久而久之，我就有了睡前祈祷的习惯了。

2021年底受一位姊妹的邀请，做一对一的读《约翰福音》计划。我十分感谢天父有这样的安排，因为发现每当我遇到问题时，通过读经文就得到一些启示，就好像天父在解答我，觉得所有事情都安排都太巧恰。由那时开始，我就相信祈祷并不是跟空谈，祂是有聆听的，虽然没有现身在我面前，但祂会透过姊妹或经文回应我。

未信主的朋友，大家知道什么叫平安吗？平时牧师口中的平安，信主前我一直不明不解，亦认为发生了那么大的困难，叫我如何平安？但从不知何时开始，我每晚祈祷的内容由帮助我卖楼而变成为家人、身边亲友以及身边发生的事情而祈祷。甚至不知什么时候开始，完完全全没有再为卖楼的事宜而祷告，好像没有再为卖楼而烦恼，而终于明白什么叫平安。

平安就是把一切的事情都交托给主，相信主有祂的安排，而全然内心感到平安。

叩门，就给你开门

2022年底，突然收到经纪的来电，他说收到了客户的一张票，只要我们愿意接受客人开的价钱，就可以即时成交。不过这位客人开的价钱比较低，所以我们叫经纪向客人加一点价（心想虽然价钱很低，但只要他还一点价，我们都会接受）。电话后我立时想起跟天父的誓约，我问自己「天父帮我找到了客人，但我现在却不满意金额，那么我是否不应该那样轻易地相信祂呢？」我突然觉得自己原先跟天父立的这个誓言很儿戏，即使楼卖了，但我也会长因为价钱低而不想接受。经纪没有再来电了……

虽然最后不能成交，但此事让我能够好好地反思，究竟我是否应该把信上帝与金钱一起挂勾。

2023年1月10日，我要考人生中的第一个车牌路试，心情十分紧张，因当天我丈夫要到香港出差，而我就病倒了一个多月，临考前一个星期咳嗽得很厉害，喉咙亦十分痛楚。天呀！我一人要照顾两位小朋友，家里大小事务已经要一人包办，病倒的我怎能去应付考试呢？于是我只好每晚继续祷告，把事情交托给上帝。

感谢主，考车前一天早上起来奇妙地没有了喉咙痛，而身体状况忽然好起来。但到考试那天，我又遇到另一个难题——倾盆大雨，心想今次考试真的多灾多难……（平日学车几乎没有在雨天上课）。谁知因为当日下雨，路面超塞车，考官没有带我到繁忙路段，只要求我驶往一些比较宁静和容易的小路考试，感谢上帝！最后我一次过合格了。当我开开心心地回到家，收到亲戚恭喜我的短讯，内容就是「恭喜你！你那层楼刚刚售出了！」。当天，主一天内帮我解决了多个困难。

你们知道吗？考试的第二天，我的喉咙又痛起来，真的无法解释明明前天已经好了，隔天怎么又回来？而我家小女儿第二天也发高烧，试想若这些事情早一日或两日发生，我都已经不可以顺利考试了。另外，各位又知道我的楼宇的买家是什么人吗？是一对夫妇养了一只大乌龟需要时常晒太阳，所以需要找一个有露台的单位，所以此楼宇非常符合他们的条件。天衣无缝的安排，难道我可以叫自己不相信祂吗？

要知道信上帝并不是有求必应，但是信祂就是得到那不一样的平安。愿各位平安！②



2023年「角声」全球会议

冯兆雄

英国分会主任冯兆雄参与了在美国纽约角声的「生命庄园」一连五天举行的「2023年角声全球分会总监及主任会议」，与各地角声的负责人一起探讨有关人力资源管理与培养的议题。



中、北加州分会负责同工胡鍾慧中、新开设的夏威夷分会负责同工赵天成、中国儿童之家执行委员陈桂江与各人认识；然后由新任「角声家庭中心」主任韩澄亚引领各人讨论角声未来取决于高素质的同工应具备哪些品质。经热烈讨论后，最终概括15点服侍需要重视的特质，首五位的特质包有：诚实正直、谦逊虚心、爱主爱人、团队精神、责任心重；其馀品格还应有：适位适配、温柔和谐、外交能力、主动进取、领导服侍、忠心事主、学习态度、组织能力、创新能力、灵活变通。午饭后由角声南加州副总监胡嘉骥带出角声全球各分会应有的未来愿景、如何寻找接班人等分享；纽约事工行政主任杨仲琦亦更新角声的会计事宜，并有林慧姊妹分享人力资源及美国新的政府法规。

6月6日，乘搭飞机从伦敦抵达纽约甘乃迪机场，旋即坐车前往「生命庄园」，晚餐后，一宿无话。

6月7日，参与由角声首席总干事叶启明牧师带领的清晨灵修聚会，包括赞美、信息及祷告，叶牧师带出事奉上帝最重要的三个心态——倚靠、谦卑、忠心。然后开展由不同的分会总监或主任负责主持一连串特别的专题讨论。先是角声全球事工总干事周简艳珍分享有关自己的人力资源经验；并且介绍了德州达拉斯分会执委会主席邹日

6月8日，与会者分批从「生命庄园」驱车到「角声使命中心」，沿途在纽约市区游览部份景点，后到角声开设的「避风港咖啡室」参观；又到法拉盛区的「角声福音广场」了解各项事工的设施和发展；并且参观了「角声宣教士学院」新落成的大楼；晚上所有人一起出席筵开数十席的「角声40周年筹款晚宴」，直至深夜时分赶回「生命庄园」。

6月9日早祷会南加州分会总监李伟强牧师负责；然后继续专题讨论，由角声创办人劳伯祥牧师分享如何培养能刻苦耐劳、灵命丰足、才华洋溢、能力十足，兼且充满活力的同工；再由英国分会主任冯兆雄与各人共享一些培训计划去增强同工的服侍技能；紧接着是香港分会主任陈泳薇与各人一起探讨如何依靠管理去节约人力资源；李伟强牧师继而分享如何发掘同工的天赋和热情，并放飞实现梦想。

6月10日，费城分会主任谈周燕贻在早祷会领诗、费城执行委员李启元及陈伦茜夫妇分享对参与角声事工的体会；然后加拿大分会总监李鸿韬及加拿大《号角》主编李郑玉珊分享怎样做才能维持良好的同工关系；德州分会总监刘徐乐平主持如何拆解及处理人事困境；最后有劳伯祥牧师讲解有关「生命庄园」植树筹款计划的详情。之后由「生命庄园」的事工主任周年政夫妇陪同与会者一起简短畅游占地80亩的「生命庄园」及附近地区的观光。

6月11日，笔者转往费城参观「费城角声中心」，并分别与当地分会主任谈周燕贻、执委李启元、陈伦茜短聚，并且巧遇之前担任中国成都绵阳儿童之家的前院长许佩文，喜相逢、共分享。◎



以琳全備福音教會

Elim Full Gospel Chinese Church

St Paul

聚會時間 - 星期日 11:00
語言 - 國語 / 英語
St Martin-within-Ludgegate
40 Ludgegate Hill
London EC4M 7DE

Finchley

聚會時間 - 星期日 14:00
語言 - 粵語
Finchley Baptist Church
Stanhope Avenue
London N3 3QL

Manchester

聚會時間 - 星期日 13:00
語言 - 國語 / 粵語
The Parish Church of St. Nicholas
Kingsway
Manchester M19 1PL

Rochester

聚會時間 - 星期日 13:30
語言 - 粵語
Elim Full Gospel Community Church
Star Hill
Rochester ME1 1XR

Sutton

聚會時間 - 星期日 14:00
語言 - 國語 / 粵語
St. Nicholas Church Community Hall
34 Robin Hood Lane
Sutton SM1 2RG

Canterbury

聚會時間 - 星期日 13:00
語言 - 國語 / 粵語
Canterbury Baptist Church
St George's Place
Canterbury CT1 1UT

South East

聚會時間 - 星期日 13:30
語言 - 國語 / 粵語
Albany Park Baptist Church
Stansted Cres
Bexley DA5 3JB

Barking

聚會時間 - 星期日 14:30
語言 - 國語 / 粤語
93 Axe Street
Barking IG11 7LZ



www.elimfgcc.org



+44(0) 79250 26944



info@elimfgcc.org



隸屬於英國以琳四方福音聯會註冊號 251549

SUNITY
生和堂

- 龜苓膏就是生和堂 -



「換季啦!
您吃龜苓膏了嗎?」

Interlink
億達行 品牌薈萃
盡在億達行

英國及愛爾蘭獨家代理商：
億達行 Interlink Direct Ltd
Tel:02030227080 Website:www.interlink-direct.co.uk



Welcome to

JUICE 求识

在线学习平台



开启人生更多可能性



语言



扫码进入官网▼



健康

健康

健康

健康



生活



圣经

在恩典和知识上长进
/ 彼得后书 第三章十八节 /

扫码发现更多好玩的课程!



JUICE 求识 另提供影音服务：
包括影音器材租赁、技术支持和解决方案

更多器材选择欢迎咨询: info@juiceqs.com



英國之旅

9月1日 伯明翰 (Birmingham)
伯明翰中華福音教會

9月2日 沃靈頓 (Warrington)
曼徹斯特宣道會沃靈頓分堂

9月3日 列斯 (Leeds)
生命之弦列斯華人福音堂

9月8日 倫敦 (London)
英國循道會君王十字堂

9月9日 倫敦 (London)
倫敦中華基督教會粵語堂

9月10日 米頓堅 (Milton Keynes)
米頓堅華人基督教會

*聚會詳情容後公佈

粵語聚會 免費入場



www.theheralders.org

祢
或
許

暗
地
無
聲
：

我還是相信，在活人之地，
我可以看見耶和華的恩惠。

詩篇二十七篇十三節

主辦單位



基督教角聲佈道團
英國分會及英國號角



SADDLEBACK CHURCH

HONG KONG 馬鞍山香港教會

Are you ready to ride the spiritual wave in the UK?

Rooted in Hong Kong, Saddleback Church Hong Kong has been serving Hong Kong community for nearly 10 years. We are an English and Cantonese bilingual church worship in contemporary style with English children's service. Our mother church was established by Pastor Rick Warren 43 years ago in the US.

Many Hong Kong people have emigrated to other countries, especially to the UK, in recent years. Maintaining spiritual life in new environment is a challenge to them in addition to adapting to the new environment. We have been thinking how to continue to provide a spiritual family for those emigrated Hong Kong Christians to gather together to care, support and encourage each other and continue worship God in the new environment they call homes.

In view of this, Saddleback Hong Kong has the vision and mission to plant churches in the UK to serve scattered Hong Kong Christians; to reinvigorate the de-churched local Christians; and to motivate those non-church goers in the country to go to church. Our church planting debut will be starting from Manchester.

We are inviting those who have the calling to serve in Saddleback Church Manchester.

Please email your application letter together with your resume to Pastor Stephen, City Pastor of Saddleback Church Hong Kong at email: pastorstephen@saddleback.com

Campus Pastor 分堂堂主任

- Leads and oversees our weekend services, provides staff leadership and the overall health of the Campus.

Worship Leader 敬拜領袖

- The Worship Leader is to lead and direct the weekend services.
- Develops creative services relevant to the target culture/community.

Children's Director 兒童事工總監

- This is a ministerial position that leads and oversees our Children's weekend services and events.

Campus Coordinator / Team Associate

分堂行政主任/ 幹事

- Recruits and trains volunteers and team.
- Plans and executes effective on-campus and off-campus special events.

Part-time Accounting Team Associate

兼職會計文員

- Provides accounting and bookkeeping support to ensure smooth accounting operations.



Scan here for all the
Job Descriptions

英國教會

亞巴甸華人基督教會(Aberdeen)

Crown Terrace Baptist Church, 1 Crown Terrace, Aberdeen AB11 6HE

李彩璐傳道(0)7311-991961 1:45pm 粵國英
阿伯丁中文教會(Aberdeen)

5 Bon Accord Terrace, Aberdeen AB11 6DP, Scotland
毛文章弟兄(0)7532-266467 3pm 國

班戈國際復興基督教會(Bangor)

Coed Mawr Community Centre LL57 4TB
高峰牧師(0)7932-356072 11:30am 國

巴恩斯利恩典歸正基督教團契(Barnsley)
St. Georges C of E Barnsley, York St., Barnsley S70 1BD

陳志明牧師(0)7879-643598 Sa 1:30pm 國
巴斯華人基督徒團契(Bath)

Chaplaincy Centre, University of Bath BA2 7AY

黃勸進弟兄(0)7595-676623
吳嘉晉弟兄(0)7751-925794

F:6:30pm 國 Sa:4:30pm 粵
貝爾法斯特華人基督教會(Belfast)

Lorne Street, Belfast BT9 7DU, Northern Ireland
林朝暉牧師(0)7519-953623 11am 國 英 1:30pm 粵

伯明翰華人循道會(Birmingham)

Northfield Methodist Church, Chatham Road,
Northfield, Birmingham B31 2PH

陳婧婷牧師(0)7446-707606 2pm 國 粵
伯明翰中華福音教會(Birmingham)

14 Upper Gough St, Birmingham B1 1JG

Ming姊妹(0)7492-362956 9:30am 英 11:30am 粤-1:30pm 粤-3:30pm 國 6:30pm 英
伯明翰華人基督教會(Birmingham)

Warley Baptist Church, Castle Rd, East, Oldbury B68 9Bj
容志偉牧師(0)7878-715901 1:30pm 粤
環球使命教會(伯明翰) (Birmingham)

Shirey Methodist Church, 257 Stratford Rd, Solihull B90 3AL
Vivian姊妹(0)1212-885844 1:30pm 粤

伯明翰城市福音教會(Birmingham)

1/F, 8 Digbeth, Birmingham B5 6Bj

羅達明牧師(0)7949-026972 2pm 粤
伯恩茅斯國際教會(Bournemouth)

The URC Centre, Luther Rd., Winton, Bournemouth BH9 1LH
Simon Li弟兄(0)7894-151701 2pm 英 國

百福華人基督教會(Bradford)

8 Ashgrove, Bradford, West Yorkshire BD7 1BN
房新民弟兄(0)1274-674041 1:30pm

布萊頓宣道會(Brighton)

Lewes Road United Reformed Church, Saunders Rise
West, Brighton BN2 4EU

唐美寶姊妹(0)7454-344307 1:30pm 粤 國
布里斯托華人浸信會(Bristol)

Alma Church, 29 Alma Rd., Clifton, Bristol BS8 2ES
董康年弟兄(0)7929-250759 2pm 國

布里斯托華人基督教會(Bristol)

Tyndale Baptist Church, 137 Whiteladies Rd, Bristol BS8 2QG
陳月明牧師(0)7930-241998 2pm 粤 國

劍橋基督教會(Cambridge)

5 Pound Hill, Cambridge, U.K., CB3 0AE
劉兆邦長老(info@ccccc.org.uk) 2pm 粤 國

劍橋提摩太團契(Cambridge)

5 Pound Hill, Cambridge, U.K., CB3 0AE
關偉立弟兄(info@cccc.org.uk) Th 8pm 國

劍橋宣道會(Cambridge)

St. James Church, Wulstant Way, Cambridge CB1 8QJ
鄺維新長老(0)7919-523308 12:30pm 國 2:30pm 粤

坎特伯雷華人基督教會(Canterbury)

St. Andrew's United Reformed Church, Watling Street,
Kent CT1 2UA

徐雷平姊妹(0)7367-001002 1:30pm 粤 國
以琳Canterbury教會(Canterbury)

Canterbury Baptist Church, St. George's Pl, Canterbury, Kent CT1 1UJ

Pastor Koon Leung Lee (0)7739-139984 1pm 粤 國

卡迪夫華人基督教會(Cardiff)

65 Llandaff Rd, Canton, Cardiff CF11 9NG, Wales

李家豪牧師(0)7464-604808 10:45am 粤 國

高微斯特華人基督教會(Colchester)

15 Broadlands Way, Colchester, CO4 0AL
黃日強傳道(0)7858-029381

黃虹青牧師(0)7907-366592 2pm 粤 國

高雲地利華人基督教會(Coventry)

151 Elm Tree Avenue, Tile Hill, Coventry CV4 9EN
Elaine Leung (0)7748-280406 9am-10:45am 粤 國

The Belonging Christian Fellowship (Coventry)

Baginton Rd URC Church, 83 Baginton Road,

Coventry CV3 6FP

陳木林傳道(0)7935-031743

Sa 10am 粤
克魯宣道會(Crewe)

West Street, Crewe CW1 3HY

洪偉信傳道(0)7493-874018 1pm 粤

達靈頓華人基督徒團契(Darlington)

King William Centre, King William St, Darlington DL1 4YS

王曉柏傳道(0)7975-813874 2pm 粤 10:30am 粤

德比華人循道衛理會(Derby)

Ashbourne Road Methodist Church, Derby DE22 3AG

張振光牧師(0)7449-332813 1:30pm 粤 國

英倫福音教會德比堂(Derby)

Main Hall, Derby Moon Spencer Academy, Moorway Lane,
Derby, DE23 2FS

洪恩浩牧師(0)7502-474302 10:30am 粤

當卡士達華人基督教會(Doncaster)

Oswin Tabernacle, Oswin Ave, Balby, Doncaster DN4 0NY

曾潘靜霞牧師(0)7798-677998 11am 粤

丹地華人基督徒團契(Dundee)

St. Peter's Free Church, St.Peter's St., Dundee DD1 4JJ

何主音傳道(0)7818-064131 F 7:30pm 粤

英丹地華人基督教會(Dundee)

United Free Church, Cairo Ave j/o Marryat St, Dundee DD3 8AW

朱敬華牧師(0)7402-831684 第4個Sa 2pm 粤

杜倫華人循道衛理教會(Durham)

8 Old Elvet, Durham DH1 3HL

林佩心傳道(0)7514-407116 2pm 粤

愛丁堡華人基督教會(Edinburgh)

Barclay Church, 1 Wright's House, Bruntfield Place,
Edinburgh, EH10 4HR

葉偉榮傳道(0)7541-607922 2pm 粤

愛丁堡華人福音教會(Edinburgh)

Mayfield Salisbury Parish Church, 18 West Mayfield,
Edinburgh EH9 1TQ 黃偉昌牧師(0)7342-355039

李詠祈姊妹(0)7512-981681 1:30pm 粤 國、英

愛丁堡活石基督教會(Edinburgh)

Marchmont St. Giles' Parish Church, 3 Kilgraston
Road, Edinburgh EH9 2DW

梁炳輝牧師(0)7309-889988 12:30pm 粤

愛丁堡香港基督教會(Edinburgh)

Corstorphine Community Church, 7 Glebe Terrace,
Corstorphine, Edinburgh EH12 7SQ

Oldfield So傳道(0)7597-231728 10:45am 粤

Do Mi So Co-Church UK華人教會(Edinburgh/Dundee)

Facebook: <https://www.facebook.com/Do-Mi-So-103829315176801>

朱敬華牧師(0)7402-831684 Sa 11:30am (網) 粤

Corstrophine Community Church香港地(Edinburgh)

7 Glebe Terrace, Edinburgh EH12 7SQ

甘偉明牧師(0)7706-657663 2pm 粤

基督教華人循道會勵德堂(Epsom)

Epsom Methodist Church, Ashley Rd., Epsom, Surrey KT18
SAQ 阮文順牧師(0)8735-256209 2pm 粤 國

愛思德華人基督教會(Exeter)

South Street Baptist Church, 25 South St, Exeter EX1 1EB

李世傑宣教士(0)7894-222249 1:30pm 粤

快富華人基督教會(Fife)

Queensferry Rd, Rosyth, Fife KY11 2JJ, Scotland

包重言傳道(0)7907-050022 11:30am 粤

格拉斯哥華人基督教會(Glasgow)

Findlay Church, 56 Clarendon Place, Glasgow G20 7PZ

黃若雲牧師(0)141-286-2194 1pm 粤 國

格拉斯哥香港基督教會(Glasgow)

Croftfoot United Free Church, 349 Carmunnock Road,
Glasgow, G44 5HH

黎慧心傳道(0)7803-075990 11am 粤

格拉斯哥基督教恩典堂(Glasgow)

231 Dalmarnock Road, Glasgow G40 4NB

王忻師(0)7449-821441 2:30pm 粤 國

格洛斯特郡華人基督教會(Gloucestershire)

Canbury Baptist Church, Canbury Pl, Cheltenham GL50 1JS

廖珠靈姊妹(0)7766-310551 2:30pm 粤 國

葛量洪華人基督教會(Grantham)

21A Belton Ave, Grantham NG31 9JE

曾弟兄(0)7476-955888 1pm 粤

舒梨大學粵語學生團契(Guildford)

Guildford Baptist Church Millmead, Guildford, Surrey GU2 4BE

Joash Lee (0)7435-633526 2pm 粤

Gabriel Fong (0)7501-265442 2pm 粤

吉爾福德明道華人教會(Guildford)

Merrow Methodist Church, Bushy Hill Drive,
Guildford, Surrey, GU1 2SH

張浩樑牧師(0)7534-205809 1:30pm 粤

王猛弟兄(0)7834-739059 1:30pm 粤

循道會哈德斯菲爾華人基督徒團契(Huddersfield)

Huddersfield HD1 1QA

Methodist Mission, 3-13 Lord St, Huddersfield HD1 1QA

Marina Loo (0)7821-550042 第2-4個Su 1pm 粤

華人循道會希思庭團契(Hastings)

Hastings Baptist Church, Church Rd., Hastings, Kent

吳秦廣弟兄(0)1424-716218 10:30am 粤 國

豪城華人基督教會(Hull)

Cottingham Road Baptist Church, Chanterlands
Avenue, Hull HU5 4AY

何錦洪牧師(0)7877-589173 1:30pm 粤 國

蘭加丘打大學基督徒華人團契(Lancaster)

University Chaplaincy Centre

徐小玲姊妹(0)7859-076132 F 7pm 粤

利茲華人基督教會(Leeds)

155 Kirkstall Road, Leeds LS4 2AG

Fay (0)7824-314248 10:30am 粤-10:15am 英 1pm 粤

列斯華人福音堂(Leeds)

Headingley Parish Hall, St Michael's Road, Leeds LS6 3AW

曹子光牧師(0)7771-825005 9:30am, 11:30am, 13:45pm 粤

利茲宣道會教會(Leeds)

Blenheim Baptist Church, Blackman Ln, Leeds LS2 9ER

黃永康牧師(0)7842-200756 1:45pm 粤-3:45pm 國

樂道教會(Leeds)

Horsforth School, Lee Lane East, Horsforth, Leeds LS18 5RF

許寶山牧師(0)7526-782703 10:30am 粤

理斯特華人基督教會(Leicester)

64 Clarendon Park Road, Leicester LE2 3AD

鄧劍文長老(0)7929-08204

10:30am 英 11am 粤

信心華人基督徒團契(Leicester)

Central Baptist Church, Leicester LE1 1LA

區佩強傳道(0)7845-021112 M 12pm 粤

列治活浸信會中文堂(Letchworth)

West View, Letchworth Garden City, Herts SG6 3HJ

陳廣興牧師(0)1582-757943

利馬瓦迪華人福音堂(Limavady)

6-8 Catherine Street, Limavady BT49 9DB

溫玉儀姊妹(0)7983-833288 M 1:15pm 粤

林肯郡華人基督教會(Lincolnshire)

Mayfield's Parish Church, 3rd Floor, Lincoln LN2 5AX

尼古拉·威爾斯(0)7805-554162 12noon 粤

基督教會(Liverpool)

St. Philip's C of E Church, Chelmsford, Essex CM1 1EB

Toxteth, Liverpool, L8 8BR

郭洪龍傳道(0)7725-434556 Sa 11am 粤

樂福堡華人基督徒團契(Loughborough)

B009 Brockington BLDG, Chapelaincy Centre,
Loughborough University, LE11 3TU

Nicholas Thong (0)7809-558390

樂福堡華人循道衛理會(Loughborough)

Trinity Methodist Church Centre, Royleand Rd, LE11 2EF

張振光牧師(0)7449-332813 1pm 粤

盧敦華人基督教會(Luton)

Central Baptist Church, 52 Park Street, Luton, Beds LU1 3ET

10:30am 粤 國

Alexandra Road Congregational Church, 19 Alexandra
Road, Hemel Hempstead, Hertfordshire HP2 5BS

第二、第四主日 9:30am 粤

鄧宇光牧師(0)7908-439411

肯特郡華人基督教會(Maidstone)

Knightrider Street, Maidstone ME15 6LP

胡曾月嫻牧師(0)7456-228714

劉潔芬姊妹(0)7716-826961 1pm 粤

曼徹斯特宣道會(Manchester)

Manchester Alliance Centre, Unit 9, The Quadrangle,
Hulme St, M1 5GL

趙偉初牧師(0)612-368324 1pm 粤

曼徹斯特宣道華語團契(Manchester)

Manchester Alliance Centre, Unit 9, The Quadrangle,
Hulme St, M1 5GL

胡曾月嫓牧師(0)7456-228714

蘇嘉俊弟兄(0)7523-923715 10:45am 粤

曼徹斯特華人基督教會(Manchester)

100 Yarburgh St, Whalley Range, Manchester M16 7EH

Family Congregation- 10am 英 / Living Hope- 4pm 英

永恩堂 - The Salvation Army (Manchester Central),
Huddersfield HD1 1QA

71 Grosvenor St, M13 9UB

10:30am 粤

Bolton崇拜- Canon Slade School, Bradshaw Brow,
Bolton BL2 3BP

10:30am 粤

牛津堂-Sale High School, Norris Rd, Sale M33 3JR

1:30pm 粤

Brunswick堂- Brunswick Parish Church, Brunswick
St., Manchester M13 9SX

1:45pm 粤

Altringham堂- Altringham, WA14 4EZ

3pm 粤

Devonshire Rd, Altringham, WA14 4EZ

3pm 粤

郭利秀主任牧師 (0)7918-319811

英

華人基督教機構

- 英國循道會福音勞工-政庇及難民佈道
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BB
許廣錚牧師(0)7932-399426
英國華人循道會福音勞工佈道事工
-倫敦以外地區
1/F Wolverley House, 18 Digbeth, Birmingham B5 6JB
羅達明牧師(0)7949-026972
世界華人福音事工聯絡中心(英國區)
呂子峰牧師(0)1908-234100
英國華人宣道聯會
Manchester Alliance Centre, Unit 9, The Quadrangle, Hulme St, M1 5GL 趙偉初牧師(0)161-2373219
福音戒賭中心
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BW
吳浩瑋長老(0)20-7833 8626
M 當經、Tu 小組、F 博康站 1:30pm-粵
歐洲華人基督徒餐館福音事工團聯會
Tel: +31 6460 75353; Wechat: EU-CCRG
Email: EU.CCRGM@GMAIL.COM
英國使團邱天生弟兄(0)779 012 7994
英北使團李永鈞弟兄(0)7976-921204
2 Gatehead Bank, Marsden, Huddersfield HD7 6LE
英東北使團張水生弟兄(0)1912-314787
66 Shieldfield House, Barker St., Newcastle upon Tyne NE2 1BQ
英南使團石浩明弟兄(0)2392-663337
139 London Road, Portsmouth PO2 9AA
蘇格蘭使團石神生弟兄(0)7506 480061
2 Melrose St, St. George's Cross, Glasgow G4 9BJ, Scotland
愛爾蘭使團(北愛)
3 Baronscourt Height, Carryduff, Belfast BT8 8RS, Northern Ireland 江文峰弟兄(0)28-9081 5330
英家庭更新協會
70 Dowdeswell Close, London SW15 5RL
許傑龍弟兄(0)7777-655612
基督教華儕佈道會
2 Padstow Avenue, Fishermead, Milton Keynes MK6 2ES
呂子峰牧師(0)1908-234100
呂鍾凌牧師(0)1908-300533(活水書室)
號角英國版
CCHC-UK, Po Box 2699, Woodford Green, Essex IG8 1UJ
馮兆雄弟兄(0)7782-336869
豪城華人福音中心
109 Spring Bank, Hull HU3 1BH
何錦洪牧師(0)7877-589173
信望愛團契華人服務中心(Orpington)
Petts Wood Methodist Church, Queensway, Petts Wood, Kent BR5 1EB 林太(0)7588-626782
創欣神學院英國校區
譚健生宣教士(0)7952-882746
何明華會督協會暨社區中心
Lower Crypt, St. Martin-in-the-Fields Ch, Trafalgar Sq, London WC2N 4JJ
劉察鳳鳴姊妹(0)20-7766 1141
摯愛中華國際工程
55 James Street, Oxford OX4 1EU
李錦基牧師(0)1865-432703
恩典歸正福音事工
22, Ringstead Crescent, Sheffield S10 5SG
陳志明牧師(0)7879-643598
歐洲盼望之泉
47 Calder Road, Leicester LE4 0RF
何雪芳牧師(0)116-2357034
英國華人關懷癌症協會
www.cacaca.org.uk
岑偉鵬弟兄(0)7508-039775 粵 國
黎明路上
63 Cannon Hill Rd, Coventry, West Midlands CV4 7BT
陳立仁牧師(0)1689-666500
歐洲華人信徒www.ccineurope.org
李胡雪英姊妹(0)7877-048799
伴您同行
50 Blenheim Road, Raynes Park, London SW20 9BB
陳均順姊妹(0)7832-736183
英國動員力量(Simply Mobilizing UK)
Harehills Lane Baptist Church, 13 Hilton Place, Leeds LS8 4HE 馮永昌牧師
kairous.office@gmail.com, gusfung@gmail.com
聖經英語文學促進會 www.selbl.org
Room 22, 54 Gordon Street, Glasgow, G1 3PU
王忻牧師(0)7449-821441

Wirral CH41 2QS

王健良弟兄(0)7588-516995 1:30pm 粵
華人循道衛理及景堂(Woking)
Trinity Methodist Church, Brewery Rd, Woking, Surrey GU21 4LH
葉泮明傳道(0)7951-657284 1:30pm 粵
Simon Che (0)7780-750271 1:30pm 粵
萬民教會華語堂 (Wolverhampton)
All Nations Church, Temple St., Wolverhampton WV2 4AQ
鄒小玲姊妹(0)7759-152686 12nn 粵
和亨華人基督徒團契(Worthing)
56-58 Queen St, Worthing BN14 7BJ
李安妮姊妹(0)7546-075103 11am 粤
第 2、4個 Saturday 2pm 粤
約克華人基督教會(York)
Cornerstone Church, 119 Millfield Ln, York YO10 3AP
龔燕燕傳道(0)7727-313551 11am 粤
約克華人福音教會(York)
Field Lane, Heslington YO10 5EE
羅慶偉牧師(0)7716-756882 Sa 3:30pm 粤

倫敦區教會

伯特利網上崇拜(Bethel Connection)

<https://bethelconnection.com/>
吳展鵬牧師 2:30pm 粤
倫敦新生家庭靈糧堂
Haverstock School, 24 Haverstock Hill, London NW3 2BQ
趙思婷傳道(0)7736-871804 10am 粤
倫敦靈糧堂
St. Mary's Church Yard, Purley Oaks Rd, Sanderstead, Surrey CR2 0NY
吳偉國弟兄(0)20-8657 7562 3pm 粤
倫敦中華基督教會
69-71 Brook Green, Hammersmith, London W6 7BE
何沛然傳道(0)20-7602 9092 9:30am 粤/11:30am 英

倫敦中華基督教會凱教堂
Archbishop Tenison High School, Selborne Road, Croydon CR0 5JQ
張春權牧師(0)20-7602 9092 10am 粤/英
倫敦中華基督教會豪士羅堂
Hounslow Evangelical Church, 186 Hanworth Rd, Hounslow TW3 3TR
劉德新牧師(0)20-7602 9092 2pm 粤
倫敦中華基督教會蘇豪福音堂
166a Shaftesbury Avenue, London WC2H 8JB
蕭旭欣牧師(0)20-7240 0449 9:30am 粤/11:30am 粤/英

倫敦中華基督教會甘霖堂
Hyde United Reformed Ch, Edgware Rd, Colindale, NW9 6RR
鄧美儀傳道(0)20-7602 9092 2pm 粤/英
英國循道會君王十字堂
58A Birkenhead Street, London WC1H 8BW

許廣錚牧師(0)7411-754564 10:30am 粤 11am 英 1:30pm 粤
東倫敦基督徒會堂
Whites Farm, Oaks Lane, Newbury Park, Essex

梅惠德弟兄(0)20-8550 8563
以琳 St Paul 教會

St. Martin within Ludgate, 40 Ludgate Hill EC4M 7DE
Rev. Aaron Chan (0)7925-026944 11am 粤
以琳 Finchley 教會

Church End Baptist Church, Stanhope Avenue, Finchley, London N3 3QL
Pastor Alice Liu (0)7515-739459 2pm 粤
以琳 Barking 教會

93 Axe Street, Barking IG11 7LZ
Pastor Yin Chan Kan (0)7925-026944 2:30pm 粤
以琳 Sutton 教會

St Nicholas Church Community Hall, 34 Robin Hood Lane, Sutton SM1 2RG
Pastor Holly Xiao (0)7925-026944 2pm 粤
以琳 South East 教會

Albany Park Baptist Church, Stansted Crescent, Bexley DA5 3JB
Rev. Kit Moi Wong (0)77236-20013 1:30pm 粤
以馬內利新華人教會

Victoria Hall, 1-3 St Johns Road, Harrow, Middlesex HA1 6QT 11am 粤 2pm 粤
天福華人基督徒團契(Telford)

Meeting Point House, Telford Town Ctr, Telford TF3 4HS
師向榮弟兄(0)7974-735653
曼徹斯特宣道會德福堂(Traford)

Avenue Methodist Church, Wincham Rd, Sale, M33 4PL
Louis Young Louis.young@manallchg.org 11:30am 粤
曼徹斯特宣道會團契(Warrington)

Holy Trinity C of E Church, Market Gate, Sankey Street, Warrington, WA1 1XG
Winson Chan (0)7825-992642 Sa 10:30am 粤
偉盧華人基督教會(Wirral)

Grange Baptist Church, Borough Road, Birkenhead,
Row Rantier Church | Pavna Rd Row London F3 7SP

李兵牧師(0)7055-144891 2:30pm 粤、英

倫敦華人浸信會信望愛堂

Pete Wood Methodist Church, Queensway Rd, BRS 1EB

葉泮明傳道(0)7951-657284 1:30pm 粤
基督教倫敦華人信義會

American Church, 79A Tottenham Court Rd, London W1T 4TD

張保羅牧師(0)7466-780234 2pm 粤
倫敦華夏基督教會

London Huaxia Christian Church, Ray Lodge Road, Woodford IG8 7NX

李威牧師(0)7939-206682 11am 粤
倫敦生命教會

St John's Church, St Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH

王范雲萍師母(0)7802-689083 10am 粤
金斯盾生命教會

The Riverside Hall, 92 Lower Ham Rd, Kingston-Upon-Thames KT2 5ST

王范雲萍師母(0)7802-689083 2:30pm 粤
英國基督教禮賢會

1 Orange Street, London WC2H 7HR

林卓禮傳道(0)7423-533888 1:30pm 粤
聖公會聖馬田中文堂

St Martin-in-the-Fields, Trafalgar Sq, London WC2N 4JJ

聖馬田中文堂委員會(0)20-7766 1100

csmifit@gmail.com 1:30pm 粤
東倫敦宣道會

Degford Methodist Church, 1 Creek Rd, London SE8 3BT

彭大明牧師(0)7717-893113 2pm 粤 3:30pm 粤
倫敦新生命靈糧堂

St. Mary's Church Yard, Purley Oaks Rd, Sanderstead, Surrey CR2 0NY

吳偉國弟兄(0)20-8657 7562 3pm 粤
倫敦中華基督教會

69-71 Brook Green, Hammersmith, London W6 7BE

何沛然傳道(0)20-7602 9092 9:30am 粤/11:30am 英

倫敦農牧師(0)20-8617 1433

張濟明牧師(0)7734-484565

閩石傳道(0)7366-969299 9:45am 粤/11:30am 粤
北倫敦華人宣道會

Trinity Church, 15 Nether St. N. Finchley, London N12 7NN

鍾偉權牧師(0)7986-581009 10:45am 粤
以琳救恩會(East Ham)

East Ham Elim Church, Central Park Rd., East Ham, London, E6 3DL

Richard Ngai (0)20-8578 4992 2pm 英
以琳救恩會(Bank)

St Stephen's Church, 39 Walbrook, London EC4N 8BN

Dr. John Chan (0)20-7998 0272 11am 英
倫敦普通話福音教會

Covent Garden Dragon Hall, 17 Stukeley St, London WC2B 5LT

饒友恩牧師(0)7871-636520

祝裕倫牧師(0)7871-693943 11:30am 粤
基督教聯合歸正教會三一堂

Mansel Road, Wimbledon, London SW19 4AA

余威嶽牧師(0)20-8390 2151 11am 粤、英
都市會幕(同布真教會)Metropolitan Tabernacle

Elephant & Castle, London, SE1 6SD

何金飛弟兄(0)7519-902575

Ilam (國)(譯) 230pm 粤(國)(譯) 630pm 粤(國)(譯)

St Helen's 福音之家

St Peter's Cornhill, London EC3V 3PD

Henry ET (0)7809-141948 2:30pm 粤
倫敦光鹽團契

Lumen URC, 88 Tavistock Pl., London WC1H 9RS

鍾淑蕙牧師(0)7828-066874 國
倫敦中國福音會

200 Wasington Road, Surrey KT4 8JJ

陳通弟兄(0)7913-849009

英倫福音教會北倫敦堂

Main Hall, Southgate School, Sussex Way, London, EN4 0BL

黃以樂牧師(0)7535-959459 10:30am 粤
英倫福音教會青少年堂

G/F, West Wing, Southgate School, Sussex Way, London, EN4 0BL

何尚義牧師(0)7707-985607 10:15am 粤
愛爾蘭

愛爾蘭

愛爾蘭中華福音堂

市中心堂 : 49 Middle Abbey St, Dublin 1, Ireland

王敏星傳道+357-87-9462750 10am 粤/12nn 國

路恩堂 : Esker House, Esker Rd., Lucan, Co. Dublin, Ireland 王怡凱傳道+353-87-9933901 10am 粤 11:45am 粤
都柏林基督徒生命教會

Life Schoolhouse Lane, Santry, Dublin 9, Ireland

殷利康弟兄+353-01-5551815 11:30am 粤
科克華人基督徒團契

Deerpark Christian Brother School, St Patrick's Rd, Cork

李彤姊妹+353-86-1507388 12pm 粤
有關英國的個人資料保護條例(GDPR)，本刊會作出評述。現時《號角》刊登的教會名錄，包括教會聯絡人姓名、電話、電郵等，只是提供給讀者聯絡相關教會。教會名錄除了在報刊內登出，亦可在《號角》網站上瀏覽：www.herald-uk.org/church/，請以「我們聯絡」或「欲修改或取消資料」為參考，以便讓讀者知道當地的教會或機構的聯繫資料，而不代表英國該地的教會或機構的立場，特此聲明！」

SL Accountancy Solutions Ltd
李應華會計師事務所
Simon Y.H. Li (FCCA)

Business Start Ups
企業開始階段
• Business planning
公司結構規劃
• Company formations and registration with all relevant bodies e.g. Companies House
公司登記註冊
• Financial advice
財務建議
• HMRC compliance VAT, PAYE, EORI
HMRC合規服務項目
• Record keeping
記錄
- we ensure you meet any applicable requirements
文件管理，並確保公司在各方面合規

Our Services
我們可提供的服務
流利廣東話、普通話與英文諮詢

Business Services
公司業務範圍
• Bookkeeping 記賬
• VAT returns 增值稅
• Corporation Tax 公司營利所得稅
• Payroll 工資計算
• Annual Accounts 年度報表
• Management Account 草稿賬目報表
• Cash Flow planning 現金流規劃
• Analysis of performance 業績分析
• Strategic and Business planning
戰略及業務計劃
• Forecasting 公司財務預估
• Assistance in Tax Investigations
協助稅務調查
• Tax Planning 稅務籌劃
• Business Consultation 業務諮詢
• SAGE Accounting software SAGE 財務軟件

Individual Services 個人業務範圍
• Personal Tax - Self Assessment Tax Return
自我的申報
• Capital Gains Tax 資產增值稅
• Tax Planning 個人稅務籌劃

Client Support
客戶對象
• Small to medium sized companies
中小型企業
• Sole Trader 個體戶
• Partnerships 合夥人

地址: 50 Granby Row, Manchester M1 7AY **電話:** 0161 236 3313
手機: 07494 361263 **電子郵件:** info@slaccounts.co.uk **wechat ID:** slaccountancy

雷汀華人基督教會
Reading Chinese Christian Church
Wycliffe Baptist Church 233 Kings Road Reading RG1 4LS
聯絡: 唐偉權傳道 Waddle (國/粵語) 電話: 07519921615
黎偉慶傳道 Wallace (粵語) 電話: 07546528591
電郵: committee@ReadingCCC.org.uk 網址: www.ReadingCCC.org.uk

主日崇拜, 兒童及青少年主日學 (普通話, 粵語, 英語)
逢星期日下午 2:30 – 4:00pm

大學學生團契 (普通話, 粤語)
逢星期三晚 7:30 – 9:30pm

星期五聚會 - 慕道 (英語, 普通話)
逢星期五晚 7:30 – 9:30pm

其他聚會
家庭, 學生, 職青, 長者查經班, 團契 (普通話, 粤語)

歡迎您來一起認識生命之道

耶穌說: 我就是道路、真理、生命

我來是要叫人得生命
並且得的更豐盛

以便以謝華人基督教會 (利物浦)
Ebenezer Chinese Christian Church (Liverpool)
服侍社區
榮歸上帝

主日崇拜: C of E All Saint's Church
Broadgreen Road, Old Swan, L13 5SH

崇拜時間: 主日中午12時正

查經班: 逢周一上午11:00 (廣東話)
逢週一下午 1:30 (普通話)
疫情影響, 以上查經聚會網上進行

婦女團契: 每月第三個週末上午11:00
疫情影響, 婦女團契活動暫停。

教會辦事處: 4 Craiburn Road, Tuebrook, Liverpool L13 8BN

牧者: 溫志文牧師 (電話: 07801-554162)

電話: 0151-7927848 電郵: ebenezerccf@yahoo.com

網址: www.ebenezerccc.com

慈善團體註冊編號 1162411

**【戒賭支援服務】及
【癌症關懷服務】**
查詢熱線: 07801-554162

Axiom DWFM
家庭法律師
離婚.財務.兒童.家事調解

於英國執業廿多年,為律師公會家事法委員會成員、財務兒童決議專家、家事協調律師及調解家事法律專家

黃穎錫律師 Mrs. Brenda Wong Robinson
01793 698106 / 01793 642100
B.Robinson@axiomdwfm.com
www.axiomdwfm.com



伯明翰城市福音教會

適合香港人的教會 [BNO移民英國的祝福]
Youtuber

羅達明牧師主領

廣東話主日崇拜: 星期日下午二點
英語少年團契: 星期六下午二點
中心辦公時間: 星期二至六(上午十時至四時)

我們亦提供的服務:

移民支援及免費法律諮詢、免費日常用語英文班、小提琴、鋼琴、聲樂個人訓練、輔導服務及訓練、兒童繁體字綜合興趣班、英語補習、兒童詠春拳班

地址: 伯明翰市中心 Bull Ring 生果及蔬菜市場斜對面
1/F 8 Digbeth, Birmingham B5 6BJ

查詢請聯絡 電話: 0121-5729854 手機: 07949026972

伯明翰中華福音教會

Birmingham Chinese Evangelical Church

實體主日崇拜 (同步網上直播 ★http://bcec.online.church ■Zoom)

英語早堂★上午 9:30 設有兒童主日學 英語晚堂 下午 6:30
粵語早堂★上午 11:30 設有兒童主日學 國語堂■下午 3:30 設有兒童主日學
粵語午堂 下午 1:30 設有兒童主日學 天福堂■上午 10:30 (地點:Telford TF3 4HS)
粵語堂-伯明翰南部 下午 1:30 設有兒童主日學 (地點: Shirley B90 1AA)

團契 (請聯絡查詢聚會地點 及 網上聚會資料) 聯絡資料

信望愛團契(粵語)	逢週一 11:00am
長青團契(粵語)	逢週二 10:30am
Solihull 查經班(粵/國語)	逢週三 9:45am
Lichfield 橄欖樹團契(粵語)	逢週三 10:00am
國語查經班	逢週五 7:30pm
職青團契(粵語)	逢週五 8:00pm
根基團契(粵語)	逢週六 10:30am
學生福音團契(粵語)	逢週六 2:00pm
天福 Telford 小組(國語)	逢週六 7:00pm
伯大校園團契(國語)	逢週六 6:00pm

每週有不同英語小組 <未能盡錄所有團契, 歡迎查詢>



聚會時間: 星期日 12:30-13:45 (國語)
14:30-15:45 (粵語)

地點: St James Church,
Wulfstan Way Cambridge CB1 8QJ
聯絡電話: 07919-523308 (鄒維新先生)
電郵: contact@caccam.org.uk
網址: https://caccam.org.uk/

劍橋宣道會

Cambridge Alliance Church



SO MUCH GRACE
EDUCATION LTD
恩典滿溢教育機構

在英國的香港基督徒經營, 幫助學生英國升學, 照顧在英國的留學生, 補習數學...等。

(可以聯絡我們討論其他)

WhatsApp: +44(0)7523473927

Email: somuchgraceltd@gmail.com

Facebook: www.facebook.com/smgedultd

掃描 QR code 就可以去到我們的
Facebook 主頁



求识

诗歌创意创作比赛

参赛形式：以“神的爱”为主题，上传你的音乐。

青少年组：11-16岁

公开组：16岁以上

参赛方法：扫码报名

作品上传开始日期：2022年9月10日

作品上传截止日期：2023年7月31日



运用恩赐，发挥创意，兴起敬拜精兵



*奖励金额为奖金与奖品总值

第二名

£ 1000(青少年组)
£ 1500(公开组)

第一名

£ 1500(青少年组)
£ 2500(公开组)

第三名

£ 500(青少年组)
£ 1000(公开组)