

號角

Herald UK
Monthly
英國版 月刊

探新方向 報好消息

2026年7月

Vol.39 No.7 July 2026



www.herald-uk.org

f HeraldUK

免費
取閱



P.18-19

11天土耳其使徒腳蹤之旅感受

P.20

生命的見證——
恩典一路同行



暑光拾趣



盛夏，不只是放假，更是尋找生活滋味的好時節。本期帶你走進不同的夏日時光：與三五知己結伴出遊，發掘旅途中的歡笑；善用悠長假期，充實身心；退休一族自在漫遊，享受從容步伐；一個人的假期，也能遇見不一樣的風景；更透過靜修沉澱心靈，讓每一道暑光，都化作成長與喜樂的印記。



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



HeraldUK

出版者 基督教角聲佈道團
Chinese Christian Herald Crusades, Inc.

紐約總部 156-03 Horace Harding Expressway,
Flushing, NY 11367, USA

網址 www.cchc.org

英國辦事處 CCHC-UK,
PO Box 117, Banstead,
SM7 9DH, U.K.

電郵 perryfung@cchc.org

英國號角董事會 勞伯祥牧師、周簡艷珍、
馮兆雄、方思潔、馬日恆、
區雯慧、李詠祈

號角訂閱表	
電郵: perryfung@cchc.org	
本刊物為免費贈閱，如讀者想以郵寄方式收取， 每本印刷連同包裝及郵費每年為60英鎊。	
☐ 本人希望定期收到《號角》 本，請寄往：	
姓名：(中)	(英)
地址：	
電話：	電郵：
☐ 若為教會 / 社團 / 公司 訂閱，請列明名稱及 所需本數： 及 (本)	
本人願意支持《號角》之經費，隨信附上 英鎊。	
奉獻支持方式：網上銀行轉賬、PayPal或支票，逕寄： CCHC-UK, PO Box 117, Banstead SM7 9DH	
訂戶所填寫的個人資料，將會用於有關訂閱用途。 如欲更改、取消或查詢個人資料，請聯絡馮兆雄跟進。 號角定期舉辦活動，並以電郵通知各教會、社團、公司及讀者， 如欲收到有關通訊，請以 ☐ 表示。	
☐ 本人願意收到號角電子通訊	

本期目錄

專題策劃及撰稿：馮兆雄、馬日恆、區雯慧、陸思齊、林珊一、倫德明、
劉愛群、李詠祈、許麗珍、周志成、吳明山

專題

- 03 三五知己出遊小提示 維奇
在英國如何度過「悠長」暑假 15樓的市井信徒
- 04 退休一族夏日遊須知 劉安琪
如何度過單人假期 觀望者
- 05 暑假中的靜修 吳明山
(社論) 盛夏同行 迦勒

生活組曲

- 06 (餐飲佳音) 各有所長 合成力量 李少萍
(耆英隨想) 不可以輕視糖尿病 桂連

生活資訊

- 07 (BNO專欄) 與「未知」及「不安」共存 劉秀嫻
- 08 (智慧理財) 國民儲蓄優質債券適合誰? 謝冠文
(法理情) 私人生活簽證 鄧濤明
- 09 (房地產) 《How to Rent》指南正式取消：
房東及租客需要知道什麼? 李家祺

世界風情畫

- 10 (樂縱橫) 九州風情話(五)：復興的堅毅與夕陽下的約定
——熊本城的傷痕與魯夫的微笑 馬日恆

智慧之窗

- 11 (斯斯細語) 有你真好 比斯
(福杯滿溢) 「埋嚟睇，埋嚟揀」的英國高街社企 羅達明

所聞所感

- 12 (優雅生活) 何為職場中的專業 高司祺
(心靈沙龍) 求助的智慧 蘇美玲
一格漫畫 葉源春

天倫樂 / 生命線

- 13 (與君同行) 第一次穿上溜冰鞋 彩霞
心靈的慰藉 日月星

少年園地 / 智慧之窗

- 14 (漢字遊戲室) 英國的絲綢之夢 吳寶娟
(戒賭福音) 用愛心幫助受賭博危害的人 李思齊

珍饈百味

- 15 (艾麗斯廚房) 魚香杏鮑菇 艾麗斯
(艾麗斯廚房) 豆角燒茄子 艾麗斯

健康寶鑑

- 16 (祝君康寧) 神經痛藥可以突然停嗎?
認識加巴噴丁與普瑞巴林 文鏡彰/袁肇聰
(心安家寧) 盡力而為的助人者 梁梓敦

教會消息

- 17

《英國號角》聖地遊蹤

- 18-19 11天土耳其使徒腳蹤之旅感受 王宛華
生命的旋律

- 20 生命的見證——恩典一路同行 陳秀鳳

教會名錄

- 24-25

廣告

- 21-23, 26-28

三五知己出遊小提示

維奇

假期是放鬆身心、探索世界的好時機，不少人都喜歡約三五知己一起旅行。然而「相見好，同住難」，平日偶爾相聚，未必察覺彼此的差異，一旦朝夕相對，生活習慣、處事方式和價值觀便容易浮現。若缺乏溝通和體諒，一趟期待已久的旅程，可能會使友誼的小船擱淺。

與朋友同行之前，不妨先多了解彼此的性格特徵。例如，有人喜歡按計劃行事，每個景點都安排得井井有條；有人則偏愛隨心而行，享受探索的驚喜。有人愛早起床，把握時間一早出發；有人則喜歡睡到自然醒，悠閒享受假期。若同行的人對旅遊節奏有不同的期待而事前沒有溝通，旅途中便容易因小事而產生摩擦。

除了性格，彼此的興趣和喜好也值得留意。有些人熱愛參觀博物館、美術館，有些人則更喜歡逛街購物、品嚐美食或親近大自然。大家不一定要喜歡同樣的活動，但可以在行程規劃時互相配合，讓每個人都有機會享受自己期待的體驗，而不是一味遷就某一方。

另一個常見的迷思，就是認為朋友結群旅行期間，所有地方都要一起去，全程都要在一起。事實上，即使是感情再好的朋

友，也需要保留個人空間。有人想花一個下午靜靜坐在咖啡店閱讀，有人想多逛幾間特色小店；有人想留在酒店休息，有人則想繼續探索城市。短暫分開，各自享受喜歡的活動，再相約一起吃晚餐、分享當天的見聞，反而能減少壓力，讓大家都感到自在。只要保持通訊、適量地報平安，旅程中可以容納彼此不同的喜好與步伐。

此外，一些貼心的小細節，也能讓旅程更加愉快。例如，在預算方面及早達成共識，避免有人希望節省開支，有人卻想享受高級餐廳和住宿；輪流負責查詢路線、預訂門票或安排交通，讓每個人都參與其中；遇到意見不同時，多一點耐心傾聽，少一點堅持己見；若自己遲到或做錯決定，也願意坦誠道歉。這些看似微不足道的舉動，往往最能體現彼此的尊重與包容。

旅行的價值，不只是打卡景點、享受美食，更是透過相處加深彼此了解。當我們願意事前做好溝通，旅途中保持彈性，並以體諒代替埋怨，就更容易把每一次分歧化作彼此成長的機會，收穫更深厚、更成熟的友誼，讓旅程成為人生中一段溫暖而珍貴的回憶。🕒

在英國如何度過「悠長」暑假

15樓的市井信箋

每年到了七、八月，英國的暑假終於來臨。對孩子來說，這是期待已久的長假期；但對不少家長來說，卻是另一種挑戰的開始。

平日孩子上學，大人上班，大家相處的時間其實不算很多。早上匆匆忙忙出門，晚上回家做完功課、吃過晚飯，一天又快過去了。然而到了暑假，孩子每天都在家裡，家長和孩子忽然由每天相處兩三小時，變成十多個小時「朝夕相對」。原本以為會充滿溫馨歡樂，現實卻往往變成「困獸鬥」。

「不要只顧打機！」

「我很悶呀！」

「哥哥又捉弄我！」

「妹妹又搶我東西！」

相信不少家長對這些對話都不會陌生。

其實，這正正是暑假的有趣之處。平日因為各自都忙，很容易把親子關係建立在

「管理」和「安排」上：叫孩子起床、做功課、準時睡覺。但在暑假裡，我們有機會真正認識彼此。會發現孩子有自己的想法、情緒和需要，而我們自己也可能沒有想像中那麼有耐性。

有人說，家庭就像一面鏡子。當相處時間增加時，不單孩子的問題會浮現，家長自己的脾氣、焦慮和控制慾也可能被放大。暑假某程度上是一個屬靈操練的機會，讓我們學習愛、包容和忍耐。

當然，家長也不需要給自己太大壓力。暑假不一定要每天安排豐富節目，不一定要成為完美父母。有時一起到公園散步、到超市購物、在花園踢球，甚至一起看一套電影，已經是在建立珍貴的家庭回憶。

作為基督徒，我們更可以把暑假視為上帝給家庭的一份禮物。平日忙碌的生活讓我們錯過許多相處的機會，而這段時間讓我們重新學習陪伴。耶穌在服事群眾之餘，也常常花時間與門徒同行、交

談和相處。很多時候，關係的建立不在於做了多少事情，而在於願意花多少時間在對方身上。

《哥林多前書》十三章提到：「愛是恆久忍耐，又有恩慈。」這節經文不單適用於教會和婚姻，也適用於家庭生活。當孩子一天之內第十次問你同一個問題，或者兄弟姊妹再次為小事爭吵時，也許正是我們操練忍耐和恩慈的時候。

這個悠長暑假，無論你計劃旅行、留在英國四處遊玩，還是大部分時間留在家中，願我們不只是「捱過」暑假，而是把它變成一段與家人共同成長和享受的時光。多年之後，孩子未必記得去了多少景點，但他們很可能會記得：那個夏天，爸爸媽媽願意陪伴在他們身邊。

畢竟，最珍貴的暑假活動，不一定是在行程表上，而是在一家人共同度過的每一天裡。🕒

退休一族夏日遊須知

劉安琪

夏日旅遊誠為賞心樂事，退休一族若能周詳規劃安排，平衡活動與休息、應對高溫，便可享受一段輕鬆愉快的旅程。

注意健康

如有既往病歷或最近住院治療，請諮詢家庭醫生，安排「適合飛行」或旅行許可預約。夏季氣溫可能極高，盡可能選擇氣候溫和的目的地，確保住宿配備良好的空調系統。

住宿

選擇地勢平坦的目的地或提供舒適便捷的郵輪。預訂飯店或度假屋時，確認有無障礙通道、電梯，是否需要底層房間或步入式淋浴間。在城市裡，確保飯店位置便利，不必為了前往景點而步行太遠或依賴繁複的公共交通。

免費行動輔助服務

若經過英國機場或主要火車站，可充分利用免費的行動輔助服務，如預訂輪椅、設有工作人員引導你通過安檢並到達登機口等服務。但必須在預訂機票時或在出發前至少48小時申請。

藥品

藥品最好保存在原包裝，與零食和水瓶放在隨身行李中。多帶幾天的藥物，以防旅途中出現意外延誤，並攜帶一份醫療狀況清單、處方和緊急聯絡人資訊，若攜帶注射器、起搏器等醫療器材或特定管制藥物，還需提供醫生證明。

旅遊保險

全面的旅遊保險至關重要，萬一行程取消、發生醫療緊急情況或意外事故時，可提供財務保障。確保你的保單涵蓋所有既往病歷，便能安心無憂踏上旅途。

舒適至上

穿著舒適、支撐性的鞋子，並穿著透氣衣物，以便應對氣溫變化。若乘搭飛機或長途巴士，靠走道的座位能让你更輕鬆地站起來伸展雙腿，無需打擾他人亦可使用洗手間。

輕裝出行

拖着沉重的行李會迅速消耗精力，並增

加受傷的風險。盡量少帶行李，並使用拉桿四輪行李。

保持水分充足，合理選擇零食

空調飛機、乾燥的火車空氣和長途駕駛都容易導致脫水和疲勞。攜帶可重複使用的水瓶，並定期飲水。準備健康的零食，如堅果、水果或餅乾，保持能量水平穩定，可避免匆忙尋找餐廳。

長者鐵路卡

在英國，長者鐵路卡可提供高達三分之一的普通車廂和頭等車票折扣，涵蓋英國國家鐵路網的大部分營運商，是前往英國機場或鄉村旅遊的絕佳經濟之選。

放慢旅行節奏

別安排太緊密的行程。預留充足的時間，長途旅行中要經常休息，並在行程中安排「緩衝日」，才能充分享受旅程，不會過度疲憊。🚫

如何度過單人假期

觀望者

在炎熱的英國夏季，每年六月至八月，英國各地都有許多適合單身人士的短途旅行，你可以輕鬆搭乘火車或巴士前往許多熱門目的地。此外，大多數主要城市都設有機場，提供往返英國各地的快速航班。

英國也是一個安全的旅行目的地，即使是老年人和行動不便的人士也能安心出行。所有交通公司、車站和機場都為行動不便或殘疾的乘客（包括老年人）提供協助服務。如果你獨自帶著孩子旅行，也可以獲得協助；大多數交通樞紐都設有哺乳室，方便照顧幼兒。

布萊頓位於英國南部海岸，從倫敦出發即可輕鬆抵達。它是英國傳統的度假勝地，以皇家穹頂宮和碼頭而聞名。這裡陽光明媚，美食雲集，娛樂活動豐富多姿多彩。其他適合單身人士的海岸度假勝地還包括位於愛爾蘭沿岸的布萊克浦，以及位於格蘭西南部的康沃爾郡。你可以花一天時間遊覽「康沃爾裡維埃拉」沿岸的小村莊，探訪古老的遺址和漁港，或探索當地的藝術中心。

如果住在曼徹斯特或謝菲爾德附近，可以輕鬆前往峰區國家公園，在那裡可以徒步旅行或漫步於村莊博物館。如果獨自帶著孩子旅行，這裡也有很多兒童設施。

同樣，如果想在英格蘭北部享受單人旅行假期，可以前往湖區國家公園，在大自然中靜靜地沉思默想。如果帶著孩子，可以參觀比阿特麗克斯·波特的故居；或者也可以在米其林星級餐廳老郵票屋餐廳 (The Old Stamp House Restaurant) 享用一頓豐盛的晚餐。

也可以搭乘渡輪前往愛爾蘭或北愛爾蘭。探索歷史悠久的貝爾法斯特，感受其錯綜複雜的歷史；或前往都柏林，聆聽街頭藝人的演奏，這座城市是世界上最具音樂氣息的城市之一。

獨自旅行安全小貼士

1. 提前了解目的地和哪些街道在獨自旅行時應該避開，有哪些公共交通工具可供選擇，以及女性或老年人晚上獨自外出是否安全。
2. 將相機、藥品和電子產品等日常旅行用品，放在優質的隨身小包裡，而不是放在背包或行李箱內。
3. 如果是帶著孩子獨自旅行，選擇有安全且有專人看管的兒童娛樂場所，便可以抽出幾個小時獨自休息放鬆。
4. 如果晚上外出參加派對，請注意控制飲酒量。盡情玩樂無可厚非，但不要喝到在陌生地方迷失方向，帶來危險。🚫

暑假中的 靜修

吳明山

一年一度美好的夏季假期開始了。暑假不僅是修養身心的好時光，更是我們基督徒靈修禱告與上帝親近的重要時機，然而，暑假也容易讓人鬆散，更容易讓人用各種活動填滿時間。真正的靜修不是什麼都不做，而是把心轉向上帝。上帝說：「你們要休息，要知道我是上帝。」（《詩篇》四十六篇10節）如何把心轉向上帝呢？這個假期，我們要每天分別一段時間，放下手機、計劃、焦慮，單單來到上帝的面前。靜修不是靠行為賺取恩典，而是享受恩典本身。如同馬利亞坐在耶穌腳前，選擇那上好的福分。

每天早上醒來我們可以先做一個簡單的奉獻禱告：「主啊，感謝祢賜我新的一天。今天我的時間、我的身體、我的心思，都交給祢。求祢用祢的寶血潔淨我，用祢的聖靈引導我。讓我今天所遇見的每一件事，都能看見祢的美意。」這樣禱告，默想上帝的保護。

暑假天熱，人容易煩躁。我們可以利用這份「不舒服」來操練敬虔。找個安靜的角落，用5分鐘默想基督的十字架。主耶穌在十字架上忍受了烈日、乾渴、疼痛，是因為祂愛我。我此刻的熱、累、無聊，可以和主聯合起來，獻給上帝作為感恩的祭。

暑假裡很多人外出旅行、回老家，容易中斷主日崇拜和聖餐。我們要盡量事先安排好時間，參加所在教會的主日崇拜。如果實在無法到教堂，可以和家人一起，做一個簡單的家庭崇拜，可以一同領受聖餐。領聖餐時默想：「主耶穌的身體為我擘開，主的寶血為我流出。我今天再一次領受祂的恩典。」

暑假結束時，我們不用問自己「我讀了幾章聖經」。而是問：「我對上帝的愛有沒有比暑假前更深？我有沒有在某個艱難時刻，靠主勝過了軟弱？我有沒有和別的信徒一同敬拜、彼此勉勵？」上帝看重的不是數量，而是真實的心。

願主在這個暑假中，親自與我們同在，使我們「在至聖的真道上造就自己，在聖靈裡禱告。」

（《猶大書》一章20節）假期結束時不至於空手見主，而是帶着更深的平安和更清潔的心活在主的裡面。✠



盛夏同行

每逢盛夏，英國迎來一年中最悠長的日照，也迎來一年中最長的假期。有人早已規劃旅程，有人期待與家人共聚，有人把握時間進修，也有人只想暫停忙碌，好好休息。然而，假期真正的意義，是否只是離開工作、走得更遠、玩得更多？對基督徒而言，休息不只是生活的安排，更是屬靈生命的節奏；旅程不只是空間的移動，更是心靈重新與上帝相遇的契機。

上帝在創造天地之後，第七日安息，並將安息分別為聖（《創世記》二章2-3），提醒人需要在勞碌與安靜之間保持平衡。詩篇也說：「你們要休息，要知道我是上帝。」（《詩篇》四十六篇10節）這不是要人停滯不前，而是邀請我們在繁忙中重新校準生命的方向，不讓工作、娛樂，甚至旅行，取代了上帝在生命中的位置。

「盛夏同行」既可指與親友同行，也可指與主同行。盼望讀者在夏日的光影中，重新拾回沙灘上的印記中那些容易被忽略的恩典。

與三五知己同行，是假期最美好的風景之一。旅途中，我們學習彼此遷就、互相照顧，也在分享與傾聽中建立更深厚的情誼。《聖經》提醒我們：「兩個人總比一個人好，因為二人勞碌同得美好的果效。」（《傳道書》四章9節）真正的友誼，不只是共同欣賞風景，更是在同行中彼此扶持，活出基督的愛。

對身處英國的華人家庭而言，悠長的暑假也是重新安排生活節奏的良機。無論是探索鄉郊步道、探訪歷史古城，還是參與社區活動，重要的不是行程是否精彩，而是能否在忙碌以外，重新感受上帝創造世界的美善。若每一次出遊都存着感恩的心，每一段旅程都能成為認識造物主的課堂。

退休人士的夏日，更是一段值得珍惜的恩典。沒有工作的催促，卻有更多時間關心健康、陪伴家人、服侍教會，也能按着自己的步伐享受旅遊的樂趣。《聖經》沒有把年老視為生命的黃昏，反而說：「義人……年老的時候仍要結果子，滿了汁漿而常發青。」（《詩篇》九十二篇14節）退休，不是人生使命的終點，而是另一段忠心奉事與見證主恩的新開始。

同樣地，假期也不一定需要結伴同行。一個人的旅程，可以是一場心靈的探索。閱讀、散步、默想、寫作，甚至只是靜靜坐在公園裡欣賞夕陽，都可能成為與上帝對話的時刻。今日社會害怕孤獨，因此不斷以資訊和娛樂填滿時間；然而，耶穌卻常退到曠野禱告，在安靜中親近天父。獨處若有主同行，就不是孤單，而是安息。

因此，本期也特別介紹暑假中的靜修。我們深信，一段沒有手機打擾的靈修時光、一篇默想的經文、一首敬拜的詩歌，都可能比一次匆忙的旅行，更深刻地改變生命。正如先知以賽亞所說：「但那等候耶和華的，必重新得力；他們必如鷹展翅上騰。」（《以賽亞書》四十章31節）真正的力量，不是來自行程安排得多麼充實，而是來自與上帝同行。

願這個夏天，我們不只收藏風景，也收藏恩典；不只享受陽光，也讓基督真光照亮生命；不只規劃假期，更規劃屬靈生命的更新。當暑光漸漸褪去，願留下的不只是照片與回憶，更是一顆更加感恩、更加喜樂、更加親近上帝的心。如此，我們所抬起的，就不只是夏日的樂趣，而是上帝在平凡日子裡豐盛的恩典。✠



各有所長 合成力量

李少萍



前些時候經上海回香港，在上海停留六天旅遊。

來到上海，當然不能不吃這裡正宗聞名的包點：

上海小籠包、鍋貼、生煎包。

出發前，朋友也叫我們要試當地的地道美食——紅燒肉。

停留的5天裡，每晚都選不同的菜式，的確美味。

我們也用了一天的時間去鄰近不遠的蘇州。

那裡有出名的名叫「亞婆粿」的粿子，一整條直街佔一半的食檔都是賣粿子的，雖然我們因為肚子飽沒有買，也想留着空肚子吃晚餐，繼續試吃不同的上海美食，但單單看也覺得很美味。

其實每個地方都有其特別地域色彩的傳統美食，例如我們英國的炸魚薯條、肉

批；美國的漢堡包；德國的鹹豬腿，西班牙的火腿等等……

相比下，中國的傳統美食，豈止兩三款？而是眾多省份都各自有代表自己地區的著名美食：

北京片皮鴨、揚州炒飯、沙河粉、蘭州拉麵、港式點心等等。

其實不單單是地方性的不同省份有不同的特色美食，就是不同的家庭也各自有不同的烹煮方式和日常的餐食風格，同一樣的材料，張家太太煮出來的味道濃郁，李家太太煮出來的味道清甜，不同的味道各有特色，各有其獨特風味。

每個人的烹煮都有其獨特的技巧和風格，各自值得欣賞。

同樣在生活上，每個人的想法和處事方式也都不一樣。

上帝創造人，每一個都是獨一無二，無

論相貌，身體構造及至性格，喜好，生活品味都不會相同。

我們都是祂親自精心巧妙設計出來，不是隨便倒模製造的。

我們生活上，與家人、親友、同事相處，都需要互相尊重，欣賞對方與我們之間的不同見解，不同處事方式，大家性格不一樣，形成處理問題方式不同，但這都是大家在互相磨合，學習着包容忍耐，假以時日，大家互相配合得更好、更容易建立出好的合作果效。

聖經教導我們，要各按所長，在基督裡用愛心彼此相助：

「惟用愛心說誠實話，凡事長進，連於元首基督，全身都靠祂聯絡得合式，百節各按各職，照着各體的功用彼此相助，便叫身體漸漸增長，在愛中建立自己。」（《以弗所書》四章15-16節）



不可以輕視糖尿病

桂連

我的手背不小心被門邊划了一道紅痕，鮮紅血色，破了少表皮，但沒流血，用消毒水擦了後，沒有太在意，正常的情況，第二天皮膚就會乾，顏色開始變淡一點。但情況不似預期，一連用了三天消毒藥水消毒，這傷口還是原狀，不見好轉，一個星期仍然血紅，並覺痛楚沒有減少，很是困擾。看清楚些，自己認為沒有發炎，為什麼總不好不結疤？我深入思考，應該是跟我有糖尿病有關係吧。

我參加地區政府中心的週二、週四的午餐會，圍坐在同一張桌子旁的十個有八個都有糖尿病，都在食控制糖尿病的藥，他們都很樂觀，像正常人一樣什麼都照吃，沒有特別控制自己的食物。早上的一杯茶或咖啡，加上兩小匙糖，再加上三、四塊甜餅乾，開開心心地閒聊。有些用代糖放在飲品內，但

甜餅乾不會少吃，因為總有人免費供應，樂意分享。碰上有人生日，開心地派朱古力糖、蛋糕等替自己慶祝生日，大家也照單全收，午餐後中心也有供應甜點，雖然

份量不多，每餐必備。我雖然比較節制，茶沒有加糖，餅乾也只是一至兩塊，但也是參在其中，在家也間中地吃一、兩個椰棗，說是多纖維食物，升糖指數低，有益健康，也吃一、兩種水果，這樣算一算，糖吃了不少。這個傷口令我如當頭棒喝，是要嚴格一點地對付甜品了。於是戒了甜的食物，一個星期後，手上的傷口開始轉色結疤。這個例子也希望提醒有這病的人要小心，依照醫生的建議吃少糖少澱粉的食物，做一些力所能及的運動，以保障自己的健康！

朋友中也有很多例子讓自己引以為鑑。一個黑人朋友的丈夫，去非洲探親兩個月，沒有節制，回來英國後不久就要洗腎了。一個朋友的媽媽有糖尿病，腳趾受傷一直不能痊癒，結果腳趾要被切割了。





與「未知」及「不安」共存

劉秀嫻 (英國心泉)



移英香港人這幾年，經歷了種種的不確定，移民政策的改變，讓移居數年看似定下來時，又重新面對那種不確定。心很累，也不禁會問：「難道我還未夠難？」。這種狀況讓人心煩、焦慮，甚至晚上睡不好、吃不下東西。其實，會有這樣的反應一點也不奇怪。因為我們大多數人，都習慣「掌控感」。當事情突然失去掌握，我們的身心自然就會緊繃、抗拒，甚至感到害怕。這種失去「掌控感」的情況，所有人也經歷過，也深深明白沒有人能完全不受變動影響。要明白，就算有多努力面對移民的種種挑戰，都會有感到疲累的一天，會慨嘆會怨天。

在擔心自己失去「掌控感」時，你更需要分辨有什麼是可以掌控，有甚麼是不可掌控的。移民政策的可能轉變，你不可掌控政府怎樣決定，但你可以掌控如何放鬆自己的情緒，去做一些能讓自己稍微安心的事，如去欣賞夏天盛開的花、寫下你的情緒，聽首喜歡的歌……這些看似微不足道的小舉動，卻可能是對抗無力感的重要支撐。你的人生變幻莫測，但你可決定不同的應對方法，也可為自己及其他同路人發聲。

如果你覺得那份揮之不去的焦慮已經困擾你很久，甚至影響到工作、生活，那就不要一個人硬撐下去。不安是會傳染的，它會在你的家中蔓延開去，影響你的伴侶與孩子。去找親友，或專業人士傾訴自己的憂慮，車子出狀況也只能檢查維修，總不能開一架有問題的車上高速公路，即使你的駕駛技術有多好，發生意外的風險仍是大增。

移英的每一個人也和你一樣，一直學着與那些「未知」和「不安」共存，你的「未來」也不是孤單的。☺



國民儲蓄優質債券適合誰？

文/謝冠文
翻譯/劉愛群



國民儲蓄優質債券 (National Savings Premium Bonds) 成為英國金融文化一部分已近七十年，結合政府擔保的安全性與每月抽獎的刺激感。但隨著更高儲蓄利率出現，儲戶開始質疑其優勢。答案取決於賬戶餘額、稅務狀況、風險承受能力以及個人希望儲蓄實現的目標。

優質債券 (<https://www.nsandi.com/products/premium-bonds>) 由英國國民儲蓄與投資公司(NS&I)發行，不付利息。每張價值£1的債券自動參與每月一次抽獎，獎金免稅，£25-£100萬不等。獎金池 (2026年7月基準利率為3.8%) 代表所有債券持有人的平均收益，並不保證個人收益。由英國財政部擔保，本金100%安全，無上限。是英國最安全的存款方式之一。但存在不確定性，少數人獲得小獎，更少人贏得大獎。

中獎機率：£50對£50,000

2026年中獎機率目前為1/23,000，從7月起，每張£1債券的中獎機率降至1/22,000。不同金額會帶來不同體驗。

£50儲戶

- 每月50次抽獎

- 中獎機會幾乎是零
- 可能連續數年無獎

£50,000儲戶

- 每月50,000次抽獎
 - 預計每年約中10-14次小獎
 - 典型年收益率：接近獎金池利率，7月起的年收益率為3.8%，但無保證。
- 大額儲戶視它為低波動性、免稅儲蓄產品，有些微中獎機會。

更適合誰？

1. 高額儲戶 (£30,000至£50,000+) 受益最大，因抽獎次數多，隨機性小，更有可能獲得接近獎金池利率的收益，並免稅。每次抽獎有一些龐大獎項，影響平均收益。



2. 已用完ISA配額的儲戶 吸引仍希望獲得免稅收益人士，因為無需繳納所得稅或資本增值稅。

3. 英國財政部直接提供無限保障，令注重本金安全的人安心

4. 每月抽獎增添樂趣

5. 可隨時提取，不會損失已累積的利息 (因為沒有利息)
6. 可為16歲以下兒童購買，饋贈家人。

較不適合：

1. 小額儲戶

£50、£500甚至£2,000存款，贏得獎金的機率極低。儲蓄賬戶會提供更高回報。

2. 建立應急基金的人 - 缺乏保障的成長和可靠性。

3. 注重增加收益的儲戶 - 優質儲蓄賬戶和定期債券通常收益更高。

4. 短期儲戶：若為了度假、買車或房地產訂金而儲蓄，確定性遠勝於碰運氣。

結論：優質債券最適合存款額較大、注重稅務、厭惡風險、重視政府的擔保，並享受抽獎的刺激感的儲戶。不適合小儲戶或任何需要可預測的、有利息增長的人。但它仍是英國獨有的安全與刺激的結合體——但對某些儲戶的回報遠高於其他儲戶。☹

[免責聲明：本專欄僅提供有關智慧理財的資訊，僅供讀者參考，如因應內容的投資所帶來的任何後果，《號角》英國版、本欄作者及翻譯員概不負責，特此聲明。]



法理情

私人生活簽證

鄧濤明(Raymond Tang)

在英國生活多年的人士當中，其實有不少人一直以非法身份居留。不少人在原簽證到期後沒有續簽，又或者續簽不成功，一拖再拖之下最終變成長期逾期居留。這些人雖然在英國建立了生活圈子、社交網絡甚至家庭，但往往卻因為缺乏合法身份而長期處於灰色地帶。英國的十年私人生活路徑 (Private Life Route) 簽證正是針對這種情況而設，但坊間對此路徑的理解往往過度簡化，甚至被誤導為非法居留十年就能獲得居留的說法，這實在與事實相距甚遠。

十年私人生活路徑的重點是承認這批人士在英國生活多年後，已與本地社會建立深厚的私人生活，因此若強行遣返會造成不合理的困難。這並不是政府對非法居留的獎勵，而是基於人權框架下的平衡考量。根據現行移民條例，成年人若要透過私人生活路徑申請，通常需證明已在

英國居住至少20年；若未能符合這條件，那就必須證明離開英國會造成非常重大且不合理的困難。這個標準遠比一般人想像的嚴格，並非單純的生活不便即可構成理由。

私人生活路徑最具挑戰性的部分在於能否提供有效證據。一般非法居留者往往缺乏正式文件，例如租約、銀行紀錄或醫療紀錄，而這些正是內政部審批時最重視的材料。若無法提供足夠證據證明連續居住，申請極有可能被拒。

最重要的是私人生活路徑並非通往永居的捷徑。即使申請成功，通常只會獲得最初30個月的簽證，申請者需要繼續續簽，成功累積10年合法居留後才能申請永居。即使申請人已在英國生活20年，若之前留英的時間屬非法居留，仍需重新開始計算10年的合法居留期。這一點常被忽略，導致不少人誤以為透過私人生活路徑

簽證申請就能夠一次過獲得永居資格。

另外坊間亦有不少誤導性的說法，例如如果申請被拒

只要上訴就會成功，又或者有小朋友在英國出生就一定獲批。這些多屬不良中介公司的宣傳手法。私人生活申請被拒後，雖然通常可向移民審裁處提出人權上訴，但成功率並不如傳聞般高。法庭會根據證據、法律標準及公共利益審理。此外，上訴程序要漫長，從提交到聆訊往往需一年或以上，期間申請人不能離境，否則視為放棄上訴。☹

(作者為英國執業律師及資深教育心理學家，內容供讀者參考，而並非為個別人士提供法律及心理學意見。)





《How to Rent》指南正式取消： 房東及租客需要知道什麼？

李家祺 (Stephen Lee)

隨着《租客權利法案》(Renters' Rights Act) 於2026年5月1日正式生效，《How to Rent (如何租屋)》指南已不再是英格蘭租務制度中的法定文件。

多年來，《How to Rent》指南一直是私人租賃市場的重要參考資料，房東亦須於租約開始時向租客提供最新版本。然而，相關要求現已由新的資訊披露制度取代。

《How to Rent》指南過往有什麼作用？

《How to Rent》指南旨在協助租客了解租務期間的重要權利及責任，包括押金保障、物業維修責任、租客權益及投訴渠道等內容。

過往若房東未有正確提供該指南，可能影響其使用 Section 21 (無過錯驅逐) 程序收回物業。不過，隨着《租客權利法案》實施，Section 21 制度及《How to Rent》指南均已成爲歷史。

現時由什麼文件取代？

在新制度下，租客仍需獲得重要租務資訊，但形式已改為以下文件：

書面條款聲明 (Written Statement of Terms)

適用於所有新租約，必須於租約開始前提供，列明租約主要條款、房東及租客的權利與責任。文件可獨立發出，亦可納入租賃協議內。

租客資訊表 (Information Sheet)

主要適用於現有租約，用以協助租客了解《租客權利法案》下的新規定，包括租客權利、押金保障及租約終止安排等資訊。

對房東有什麼影響？

房東現時需要確保租客於法定期限內收到正確文件。若未能

遵守相關規定，地方政府可採取執法行動，最高民事罰款可達 £7,000。

即使租務管理工作交由出租代理處理，房東仍有責任確保相關程序符合現行法例要求。

對租客有什麼影響？

新制度的目標是讓租務資訊更清晰及更容易理解。

現有租客可透過資訊表了解新法例下的權利及責任，而新租客則可透過書面條款聲明直接掌握租約的重要內容。相比以往依賴獨立指南，新制度將重要資訊直接納入租約文件及法定程序之中。

總結

《How to Rent》指南的取消，反映英格蘭租務制度已正式進入《租客權利法案》時代。

雖然指南已被取消，但房東向租客提供重要租務資訊的責任並未改變，而是透過書面條款聲明及租客資訊表等法定文件繼續履行。

對房東而言，重點是確保租務文件符合最新合規要求；對租客而言，則可直接地獲取與租約相關的重要資訊。📌

(作者為英國註冊土木工程師、倫敦地產中介代理公司董事總經理)

免責聲明：

以上內容僅供參考之用。本文所載內容並不構成任何投資或稅務建議或推薦。讀者如需相關建議，應諮詢獨立的專業顧問。本文作者及製作單位對任何因依據上述資訊而採取行動所導致的損失或損害，概不承擔任何責任。

樂縱橫 九州風情話(五):

復興的堅毅與夕陽下的約定

——熊本城的傷痕與魯夫的微笑

馬日恆



園內白鳥



供餵飼的錦鯉



海賊王列車



熊本城



護城河



熊本城展品



魯人甚平銅像

熊本的早晨，陽光溫柔地灑在成趣園的草坪上。走進這座庭園，彷彿走進了一幅精緻的工筆畫。眼前那座修剪得整整齊齊、形狀完美的綠色土丘，正是模仿富士山而建的山色。沿着池畔漫步，池水清澈見底，這是阿蘇伏流水的功勞。拍拍手，池中的錦鯉與金魚便會成群結隊地游過來，張着嘴巴討食。餵食着這些色彩斑斕的魚兒，看着牠們在水中翻騰出的水花，心中湧起一股簡單純粹的快樂。長壽鳥居在陽光下投下長長的影子，這裡的寧靜，讓人忘卻了曾經發生在這片土地上的劇烈搖晃。

熊本城：黑白交錯的不屈精神

來到市中心的熊本城，氣氛變得肅穆而充滿力量。遠遠望去，黑色的天守閣依然威風凜凜，但在走近時，你無法忽視周圍石垣上那些崩落的痕跡與巨大的支撐鋼架。這是幾年前大地震留下的傷疤，也是修復過程中不可磨滅的歷史。

走進修復完成的天守閣，空氣中飄着嶄新木材的香氣。展覽館內播放着石牆崩塌瞬間的影像，讓人心驚膽跳，但也展示了職人們如何將一塊塊石頭編號、像拼圖一樣重新堆砌的過程。登上頂層展望台，俯瞰整個熊本市，風吹過臉龐，看着這座「難攻不落」的名城在傷痛中重新站立，那種堅毅的「火之國」精神，比任何言語都更令人動容。

航海王銅像巡禮：尋找夥伴的羈絆

離開市區，我們踏上了尋找紅遍全球的「海賊王」之旅。這不僅是像小兒般的動漫迷之寵兒，更是一份關於在熊本縣出生的作者尾田榮一郎對家鄉被地震蹂躪後的關懷。他在熊本大地震後着手籌劃將作品中十個主角的金銅像放在縣內不同地點，希望以作品的國際名氣來振興經濟。在熊本縣廳前的銀杏大道下，魯夫的銅像握着拳頭，笑容燦爛，彷彿在說：「我會保護我的夥伴！」銅像的細節精緻，連草帽的紋理都清晰可見，小兒便在此模仿他的姿勢合影。

隨着夕陽西下，我們驅車前往宇土市的住吉海岸公園附近。在那裡，魚人甚平的銅像正端坐在海邊，身後是浩瀚的有明海。這裡是被稱為「長部田海床路」的絕景地，退潮時道路會浮出水面，漲潮時電線桿則彷彿矗立在海中，場面動漫得很。當太陽緩緩沉入海平線，天空被染成橘紅紅色，甚平的剪影在逆光中顯得靠。海風帶着鹹味吹拂，耳邊是海堤岸的聲音，看着这一幕，心中湧起僅是對漫畫的熱愛，更是對熊本本地重新站起來的感動與祝福。



地震後的牆石



成趣園



成趣園商店街



成趣園景



海床路的日落



熊本城地下道



海床路日落畫框



有你真好

比斯

有你在，我的心不再漂泊，你是我永恆的盼望。
你的愛溫柔堅定，如晨光照遍大地，照亮我內心最脆弱的角落。
我迷惘時，你的話像牽着我手的光，領我走向前方。
我脆弱時，你的愛如張開的翅膀，給我平安。
即使面對狂風暴雨，你就是那可靠的避難所。
有你共行，孤單在我心裡無處棲身；你的同在比影子更貼近。
我向你低語，你細心聆聽；我任性耍賴，你耐心引導。
你的提醒像溫柔的手，輕拍我肩，使我不至迷失。
你的平安像柔軟的風，輕輕覆蓋我心，使恐懼無聲消散。
在痛楚裡，你非但沒有離開，反倒更加靠近。

你用愛托住我破碎的部分。
因你，我知道我值得被愛。
有你，我的生命不再只是日復一日地生存，而是有意義、有使命、有方向。
你提醒我、保護我，使我不至跌倒；你比任何人在乎我。
只因你是祢。
昔在、今在、永遠都在的祢。
「耶和華從遠方向我顯現：『我以永遠的愛愛你，因此我以慈愛吸引你。』」（《耶利米書》三十一章3節）
「大山可以挪開，小山可以遷移；但我的慈愛必不離開你，我平安的約也不遷移。這是憐憫你的耶和華說的。」（《以賽亞書》五十四章10節）



「埋嚟睇，埋嚟揀」的英國高街社企

羅達明

英國各區都有高街 (High Street)，通常高街人流比較多，街道比較繁忙，皆因高街多設有銀行、郵局、商店或超市，而很多社會企業的二手店，也臨立於此。這些志願團體 (社企商店)，售賣各種的貨品，貨源多為民眾捐出的各種物品，也有廠商或公司捐出全新貨品，價錢以平宜見稱，著名的社企有救世軍、Heart Foundation、Oxfam等。筆者穿着的衣服，多從社企買回來。這些物品既平宜、又實用。購買目的主要是支持社會企業的運作，讓他們繼續營運生存，有時買回來的物品發覺不大適用，就連同家中多出的物品，也一併捐出來，以達環保及物盡其用。

英國社會企業 (Social Enterprise) 起源於19世紀中葉的起源於互助合作運動 (合作社與社區互助)：為要解決工業革命帶來的社會問題。早期多為解決工人階級生活困境的合作社。經由1970年代的社群發展，在1997年英國首相布萊爾 (Tony Blair) 政府推動下成為官方重點政策，隨後在2005年確立法定的「社區利益

公司」 (Community Interest Company) (CIC) 制度，成為全球社企典範。1970-80年代 (社群與慈善)：社會企業的概念開始從傳統慈善團體中轉型，強調以商業手段來解決社會問題。1990-2000年代 (現代社企興起)：如1991年成立的《大誌》 (The Big Issue) 等組織，致力幫助街友或無家可歸者等社會問題。1997年後 (政府大力推動)：促使社企進入政策主流。這項CIC德政是一種專門為兼顧社會使命與商業營利的社企設立的法律形式。

基督教與社會企業 (社企) 的結合，核心在於將信仰中的「愛鄰如己」與「創造使命」轉化為具體的商業營運。許多基督徒創辦或教會支持的社企，旨在透過自負盈虧的商業模式，創造就業、扶貧助弱及推動社區共融。實踐召命：許多基督徒將經營社企視為回應上帝的呼召 (Calling)，藉由商業運作履行照顧弱勢社群的責任。結合福音與扶貧：社企不僅提供實質的經濟與培訓幫助，同時也是展現基督教價值觀的社企平台。創造就業與培訓方面，也



為邊緣群體 (如更生人士、基層婦女、少數族裔或殘疾人士) 等，提供工作機會，協助他們融入社會。環保與公平貿易方面，也售賣公平貿易商品 (Fair Trade)。而社區關懷服務方面：結合了教會的社區服務中心，提供如「食物銀行」、長者照顧或課後輔導等服務。下次往來高街，不妨往社企走走，「埋嚟睇，埋嚟揀」幫襯他們。我們也可以將家中的「斷、捨、離」物品，捐贈給他們，讓眾人彼此關懷，體驗基督大愛的精神。



何為職場中的專業

高司祺

總是聽到一些人自豪地稱讚自己：我是很專業的。

何為專業？這並不是指某人的技能或專業知識。現代職場中的專業是關於尊重、可靠性與自我覺察。事實上，人們未必會記住你說過的每一句話，但他們會記得與你共事時是輕鬆還是難纏的，你的行為舉止是否得體有教養的，以及你帶給他們什麼樣的感受。



專業風範常常會在無形中傳達出以下訊息：「你可以信任我」、「我尊重你的時間」、「我了解工作實際上是如何運作的」。

與上面相反的就是不專業，有時甚至會傳達出完全相反的訊息，但是這卻會影響一個人的工作表現或升遷機會、同事和客戶對他的評價。

例如，許多人並沒有意識到，尊重時間其實是一項專業技能。在職場中，時間是最珍貴的資源之一。尊重時間意味着：知道其他人的時間是珍貴的、表達訊息時簡潔明瞭、不安排不必要的會議、提問之前先做好準備、在需要時能夠禮貌地結束談話。

同時，職場界限也非常重要，尤其是在職涯初期。友善固然是好事，但過快地與他人過度熟絡，反而可能適得其反。一個專業的人，會在工作中避免過度分享個人問題、避免八卦閒談、避免公開抱怨，並在工作場合保持情緒穩定與克制。

以上這些專業要訣，並不是要你隱藏真實的自己，而是要先建立自己的信譽與可信度，這是專業風範的重要組成。專業並不等

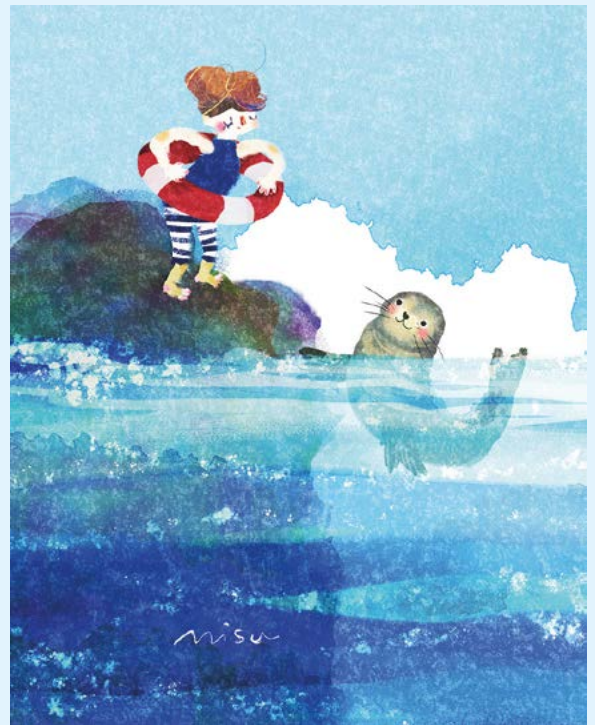
於完美，而在於一致性。你不需要每天都做到十全十美，但你需要持續展現一致、尊重他人以及勇於負責的態度。

那些看似不經意的工作習慣或小行為，會逐漸塑造他人對你的感受與印象，而這種感受最終決定了他們是否願意信任你。🌀

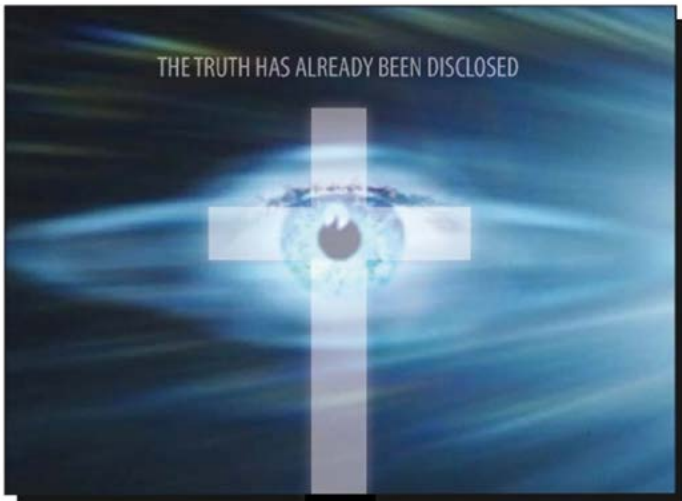


求助的智慧

圖/文：蘇美玲



希伯來言 Uncle Hei's MESSAGE



學期告一段落，正好趁着暑假把上半年的大小事項歸檔。回顧這段時間所參與的一個團隊項目，儘管難處不少，幸虧協力的工作夥伴幫了大忙，才得以順利推進。其實，過往我受的教導是凡事當自己來，儘量不要勞煩旁人，對於開口求助這事始終不能自在，直到這幾年才略有領受：適時尋求幫助亦是一種智慧。

經文說道：「所以求你吩咐你的僕人在黎巴嫩為我砍伐香柏木，我的僕人也必幫助他們，我必照你所定的，給你僕人的工價；因為你知道，在我們中間沒有人像西頓人善於砍伐樹木。」（《列王紀上》五章6節）。所羅門按上帝所賜的智慧調派工人建造聖殿，並且向上帝禱告所需的專業伐木人力。特別的是，推羅王希蘭非常欣喜地應允下來，並且讚賞所羅門甚有智慧。

你擅長什麼呢？不擅長的又是什麼？我們不用樣樣都會；有時候向人承認自己的不足，給予對方提供幫助的契機，從而建立了美好的雙向關係，更讓我們手中的工作得以榮耀上帝的名。這恰恰展現了上帝美好而周全的心意啊！🌀

JESUS IS GREATER THAN SATAN, UAP AND ALIENS



過去三年，我們一家很享受參加英國矮小症運動協會 (Dwarf Sports Association DSA) 的活動。除了全國運動會之外，DSA亦會定期舉辦地區活動。我們屬於西南區，過去半年開始參加一些區內聚會。這個星期六下午，我們便到Frome的青年中心參加了一個滾軸溜冰活動。

老實說，我從來沒有認真嘗試過滾軸溜冰——成長過程中既沒有機會，也沒有環境接觸這項運動。相反，女兒卻一直嚷着想試。她看過朋友玩滾軸溜冰，又在過去一年裡看了兩次音樂劇《星光快車》(Starlight Express)——那是一齣演員全程踩着溜冰鞋演出的音樂劇，舞台上的他們化身為呼嘯而過的火車，在震撼的音樂聲中縱橫馳騁，那種速度與自由交織而成的美感，深深烙印在她小小的心上，也讓她對滾軸溜冰充滿憧憬。

在我的印象裡，滾軸溜冰是一項不容易的運動，需要平衡力，也需要勇氣。報名的時候，我卻沒有猶豫太久，決定陪女兒一起參加。因為我曾經承諾自己，要盡量

陪她嘗試不同的新事物，用行動告訴她，願意嘗試，本身就很不起了。

活動主辦單位把整個場地包了下來，只供我們使用，讓大家安心學習。他們還邀請了一隊專門教授初學者的滾軸溜



第一次穿上溜冰鞋

彩霞

冰教練團隊到場協助。我們抵達後，教練便幫大家戴上頭盔、護腕、護膝和護肘。令我驚訝的是，大部分家長們都滑得非常好，他們在場內輕鬆穿梭，姿勢自然。後來才知道，原來不少人在青少年時期經常溜冰，對他們來說，這是多年後重拾的興趣。

女兒跟着一位年紀較大的女孩練習。看着她牽着女兒的手，一圈又一圈地慢慢

前進，我心裡既緊張又佩服。女兒似乎一點也不害怕，跌倒了就再站起來，繼續向前。

看到她這麼勇敢，我也鼓起勇氣踏上場地。不過，我的勇氣顯然有限，因為我全程緊緊抓着丈夫的手，還不斷叮囑他千萬不要放手。

大約二十分鐘後，當我仍然死死抓着丈夫的手時，抬頭一看，卻發現女兒已經放開了那位女孩的手，自己一個人在場中央慢慢滑行。更令我意外的是，她其實沒有跌倒多少次。受到女兒的鼓勵，我終於也放開丈夫的手，嘗試自己向前滑。後來我發現，自己最大的障礙其實是害怕跌倒。然而穿上護具後，就算真的跌下來，也沒有想像中那麼可怕。

整個活動過程中，女兒都玩得非常投入。我很慶幸，女兒的溜冰初體驗如此美好。而因着她，我也悄悄累積了許多個屬於自己的「第一次」。

有時候，我回過頭來，才發現自己已經不知不覺跨出了許多從前不敢踏出的步伐。原來，都是她帶着我走出去的。

感謝上帝賜下這一切機會。感謝祂讓我得以陪着她長大，也讓她在不知不覺之間，悄悄地陪着我成長。☺

心靈的慰藉

日月星

有人自我表白地說：「我真是空虛和寂寞，有誰了解我的心？我又可向誰傾訴呢！」實在，每個人獨處的時候，都有孤獨感。特別是黑夜難眠之時，不知從何而來的悶氣襲來，心情不舒暢。更有甚者，悲從中來，熱淚盈眶而不自知。一種無力感，一絲憂鬱驅散了睡意，總是長夜漫漫何時旦。我們反問自己是否無藥可醫，抑或是上帝為了錘煉我們的生命，使我們經歷祂的慈愛，讓我們認識祂，親近祂。

人生的幽谷代表自困愁城，找不到出路。人的自我反應是意志消沉、自覺懦弱、抱怨命運、認命和放棄、放縱自己，心靈破碎好像破鏡難修。人來到這個世界上，不僅是為了生活而活着，而是為了追求幸福也享用幸福。為什麼我的命運總是倒楣和厄困，而不像走運的人風調雨順，凡事順遂而亨通呢！人不禁追問：人生的意義

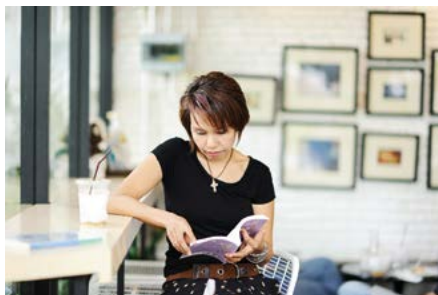
是什麼？是通往幸福的路上必然散佈着苦難嗎？

生活日子的失落，無論是失業、婚姻上的破裂、學業上的失敗，甚至其他生活上的不如意，人會變得矛盾、緊張、壓力、疲倦、失望、灰心、喪志、空虛、寂寞、煩厭、失眠和食慾不振等。有宗教家說：耶穌是當今最偉大的醫生，祂不但能醫人在心理上、道德上、精神上 and 心靈上的病，更是人活着的朋友。人若相信祂，就在心靈健康上得到上帝所恩賜的才能，就獲得真正的幸福，而這幸福是屬於人自己的，是他人不能奪去的。

其實，我們每個人都享有幸福的權利，前提是我們有沒有心靈的慰藉，有沒有幸福的感覺。無病無痛豐衣足食的人是幸福嗎？這只是人肉體上的需要，而忽略了心靈上的關懷。一個健全的人需要全人愛的擁抱、愛的澆灌。而愛從那裡尋，愛的神聖如何得到謳歌和讚美？推論下去是人

的盼望和體驗。當人遇到困惑的時候，就是人追求心靈慰問的描述。當人要找出一條生路，正是救贖之路。而福音是救贖的愛，耶穌基督是上帝的兒子，福音的源頭。上帝就是愛，愛那些心裡愁煩的人。

情緒困擾可轉化為心理健康，心理健全是一種生活上活潑的平衡。在生活和壓力下仍能保持積極的和諧。而人可以接受心理治療，或者在信仰上尋求屬靈的慰藉。因為心病還需心藥醫，而屬靈的醫治是一種生命操練過程，得到生命的關懷和全人身、心、靈的健康。讀者朋友，你們嚮往和追求幸福的生活嗎？☺





英國的絲綢之夢

吳寶娟

「絲綢之路」之名最早見於德國地理學家費迪南希霍芬男爵(Ferdinand von Richthofen)在1877年出版的一套五卷的地圖集。「絲綢之路」是指從漢代古都長安出發，經甘肅、新疆，到中、西亞和歐洲，並聯結地中海各國的陸上貿易通道，因為運輸的貨物中以絲綢製品的影響最大，故得此名。由於歐洲人認識到絲綢是高價值的貿易貨物，都想發展絲綢為本土產業，在17世紀時，英國的國王詹姆士一世(King James I)下令在全國大量種植桑樹作為發展養蠶業。然而，當時從歐洲進口的黑桑樹(Black Mulberry)是不適合產絲，因為產絲的蠶蟲只愛吃白桑樹的樹葉，因此，英國的「皇家絲綢夢」最終泡湯。不過，這場「烏龍的養蠶」歷史

卻在英國各地留下了許多棵百年以上的老桑樹。在古代幼兒傳誦的《三字經》，也提及產絲的蠶蟲，經文謂：「蠶吐絲，蜂釀蜜，人不學，不如物。」，句子意思是蠶蟲能吐絲供人們紡織，蜜蜂能採蜜供人們食用，人如果不愛學習知識，就連小小的昆蟲都不如。文句採用比喻形式，指蠶蟲和蜜蜂的工作成效能提供人的衣物和食物，以警世意味教導兒童，與現代教育以可愛動物的形象作教導兒童頗為不同，因此，筆者向就讀初小的兒童介紹這段《三字經》的句子，從比較這兩種昆蟲的外形和食物的不同，例如：爬行的產絲蠶蟲愛吃白桑樹的樹葉，蠶寶寶會先用下顎鬚觸碰葉片，並透過味覺神經靈敏地辨識葉片上的營養物質後，才會安心大快朵頤。飛行的蜜蜂嘴巴構造像管狀的吸管，用來吸取花蜜或採食蜂蜜。讓兒童認識大自然生物界的奧秘，作促進兒童的學習知識興趣。若讀者有意了解更多幼兒學習漢字的遊戲方法，歡迎聯絡筆者，使用在Facebook網頁「Tangram Chinese Character Teaching Centre」。

(作者為博士、前香港教育大學講師、英國註冊幼兒護士)

工作紙 1a 閱讀理解

《三字經》

蠶吐絲，蜂釀蜜，人不學，不如物。

蠶吐絲 蠶蟲 吐絲 織絲	蜂釀蜜 蜜蜂 吐蜜 釀製蜜糖
人不學 人 不 學習	不如物 不 如 動物

Lead-in activity - 選擇題——辨別蠶蟲與蜜蜂的特徵

蠶蟲	蜜蜂
食物	食物
觸鬚	觸鬚
翼	翼
食物	食物



問題：蠶蟲與蜜蜂的腳

- 蠶蟲的腳有多少隻 / 對? _____ 隻 / _____ 對
- 蜜蜂的腳有多少隻 / 對? _____ 隻 / _____ 對

工作紙 1b 字詞辨識

白桑子	黑桑子
蜜蜂	蜜糖
蠶蟲	絲

工作紙 1b 問答題：圈出正確答案

- 什麼昆蟲會吐絲? 蠶蟲 / 蜜蜂
- 什麼昆蟲能提供人有蜜糖作食物? 蠶蟲 / 蜜蜂
- 什麼昆蟲能提供人的衣物? 蠶蟲 / 蜜蜂
- 蠶蟲愛吃什麼樹的樹葉? 白桑樹 / 黑桑樹
- 蜜蜂愛吃什麼? 花 / 葉 / 水果
- 蠶蟲和蜜蜂都是什麼生物? 動物 / 植物

用愛心幫助受賭博危害的人

吳浩璋



受賭博危害的人，存在於社會，也存在於教會，他們極需要外力的救助。然而，一般人聽到「賭博危害」，都會覺得事不關己。例如在面對賭博人士時會保持距離，擔心他們要求借錢，而令到受賭博危害的人及其家人失去適當支援，教會或信徒群體失去傳福音救助人的大好良機。又例如會認為自己不像別人那般失去理智，會沉迷至傾家蕩產。而自己與眾不同，只是「衛生型麻將」、「理性型投資」、或「技術型賭博」。結果，卻一步步陷入困境，得不到外力的救助，走進絕路。

認識一位受賭博危害的求助者，賭博輸掉了這人三十年的薪金。當問及這位年輕人是受甚麼種類賭博所害時，其答案令我大吃一驚。不是常見的賭場，投注站、

賭波賭馬、網上賭博等等，而是股票。可見受賭博危害的，不只是上一代的人。賭博危害正以不同形態蔓延，危害及新一代人了。沉迷的相反不是清醒，而是人際間有意義的連繫。要正確幫助受賭博危害的人，請緊記「三個不」、「兩個要」。

「三個不」是不離、不棄、不借 - 當遇到有賭博人士或家人向你求助。作為基督徒要實踐愛心，但要加上智慧。否則，只會幫倒忙。首先，要與求助的人，清楚表達不會遠離他們、不會放棄他們、亦不會借貸給他們。其實他們自己最清楚，若不決心戒賭，借貸是絕不能消除賭債或使他們度過經濟危機。借貸只會延誤戒賭的決定，讓他們繼續賭博下去。要幫助他們離開賭博的危害，絕不能被煙幕蒙蔽。不要聽說什麼願意戒賭，條件是「最後一次」借貸的說詞。一位求助者致電福音戒賭中心求

助，求助者問：「一鎊也不借？」我們立即清楚回答：「一鎊也不借，我們能幫助你戒賭，貸款給你絕對不能幫助你戒賭。」這名求助者想清楚後，接受我們的福音戒賭課程，成功戒賭，重獲新生。賭博絕不會有贏家，不服輸結果只有是繼續輸下去。送給賭博人士的「兩個要」- 要認輸才能重獲新生，要認罪才能重生得救。

福音戒賭中心的目標是戒賭宣教，興起對賭博具免疫力的新一代。多年來，福音戒賭中心的義工們，走遍倫敦唐人街，宣揚福音戒賭。若遇到有賭博問題，請與福音戒賭中心吳牧師聯絡，一起燃點新希望，尋找新生命！(歡迎各教會牧者、信徒領袖、弟兄姊妹與筆者聯絡，請瀏覽本中心網站：www.ccgr.org.uk；電郵：referrals@ccgr.org.uk)



魚香杏鮑菇

魚香杏鮑菇是一道家常小菜，材料簡單易做、營養、鮮嫩又美味，天氣炎熱胃口欠佳，也可嘗試做這道清淡小菜。



材料：

杏鮑菇 3至4條
炸魚片 1條
甘筍 半條
紅椒 1條
青椒 1條
西芹 1條
麻油 1茶匙



調味料：

豆瓣醬 1茶匙
蠔油 1茶匙
魚露 1茶匙
糖 1/4茶匙

芡汁：

粟粉 1茶匙
水 2湯匙



做法：

1. 杏鮑菇切成條狀，鍋內放水煮滾，加入1茶匙鹽將杏鮑菇焯1分鐘，盛起隔水備用
2. 魚片、甘筍、青椒、紅椒、西芹全部切成條狀
3. 鍋內放入少許油將魚片略煎，放入杏鮑菇、西芹、甘筍、青、紅椒炒香，加入調味料略炒，再放入芡汁後炒至均勻，加上麻油便完成



小貼士：

1. 如買新鮮魚滑，須要用油煎至微微焦黃熟透才切條
2. 杏鮑菇用鹽水焯1分鐘，可除去菇類的草腥味和容易熟透



艾麗斯主理



豆角燒茄子

夏天是瓜菜的好季節，豆角和茄子都是熱量低、纖維高的好配搭，而且茄子對血管、抗氧化都很有益處，兩者含豐富的營養價值。

材料：

豆角 200克
茄子 1至2條
辣椒 2條
蒜頭 4小粒



調味料：

生抽 1茶匙
蠔油 1茶匙
胡椒粉 1/4茶匙
粟粉 1茶匙
水 2湯匙



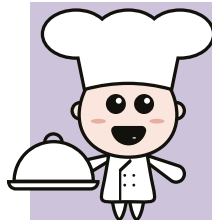
做法：

1. 茄子切細條狀用1茶匙鹽醃10分鐘，沖洗後瀝乾水份備用
2. 豆角切段，鍋內放入2
3. 將鍋內剩餘的油份，加入蒜茸和辣椒絲炒香
4. 將茄子放入炒至軟身，加入豆角和調味料炒至熟透便完成



小貼士：

1. 茄子用鹽醃過便不會吸收太多油份和可保持色澤
2. 豆角半煎炸後口感更加豐富，而且容易熟透





神經痛藥可以突然停嗎？ 認識加巴噴丁與普瑞巴林

文鏡彰/袁肇聰

什麼是加巴噴丁與普瑞巴林？

加巴噴丁 (Gabapentin) 及普瑞巴林 (Pregabalin) 同屬「加巴噴丁類藥物」。兩者最初用作抗癲癇藥，現時亦常用於治療神經痛，例如糖尿病、帶狀疱疹或神經受傷後引起的刺痛、灼痛及電擊般痛楚；普瑞巴林在英國亦可用於治療焦慮症。這些藥物並非一般止痛藥，通常需要數星期才逐漸見效。

如何安全服用？

NHS建議按照處方定時服藥，並把每日劑量平均分開。醫生通常會由較低劑量開始，再逐步增加，以減少副作用。漏服時，如距離下一劑不足兩小時，應略過該劑，切勿服用雙倍劑量補回。即使症狀有所改善，也不應自行加減劑量、轉藥或停藥。

常見副作用有哪些？

較常見的副作用包括嗜睡、疲倦、頭暈及頭痛，多數較輕微，並可能隨身體適應而改善。如感到眼瞓、視力模糊、頭暈或注意力下降，不應駕駛、踏單車或操作機器。酒精可能加重嗜睡和影響專注力，與加巴噴丁類藥物同用更可能影響呼吸，因此應盡量避免。長者亦應格外留意步履不

穩及跌倒。

研究帶來什麼提醒？

有相關的跨國研究顯示，加巴噴丁類藥物的平均使用量於2008至2018年間增加逾四倍。在部分國家，它們亦已成為最常處方的藥物之一。例如有報道指出，加巴噴丁於2024年是美國第七常用的處方藥。

近期研究發現，自我傷害風險在開始用藥時或停藥後短期內較高，提示患者可能在這些期間正處於較脆弱的階段，因此整個治療過程都需要適當的情緒支援和監察。

另一項研究顯示，藥物中毒風險在開始治療初期較高；若同時服用鴉片類止痛藥 (Opioids) 或苯二氮草類 (Benzodiazepines) 鎮靜藥，風險會進一步增加。針對60歲或以上人士的英國及南韓研究則未發現骨折風險持續上升，但開始治療前後，尤其同時使用其他具鎮靜作用的藥物時，仍應檢視整體用藥並加強防跌措施。

為什麼不能突然停藥？

突然停藥可引起焦慮、失眠、噁心、出汗、疼痛及不安；癲癇患者更可能出現嚴重或持續抽搐。因此，一般需要由醫生安排逐步減量。

英國藥物及醫療產品監管局於2026年進一步加強警告，提醒加巴噴丁及普瑞巴林可能引起依賴、成癮、耐受性及戒斷反應。如發現自己需要愈服愈多、較處方時間提早服藥、難以減量，或停藥後明顯不適，應盡快與醫生或藥劑師商討。

如有腎病、呼吸系統疾病、心臟病、藥物濫用或依賴病史，或正在懷孕、計劃懷孕或餵哺母乳，應先告知醫生。亦要主動申報其他處方藥、成藥及草藥，特別是嗎啡、可待因、安眠藥及鎮靜藥。部分含鋁或鎂的胃藥會影響加巴噴丁吸收，一般應與加巴噴丁相隔至少兩小時。☹

服藥前還要注意什麼？

溫馨提示

本文只供一般健康資訊參考，不能取代醫生、藥劑師或其他醫護人員的專業診斷及個人化建議。

(文鏡彰博士為倫敦大學學院藥學院講師；袁肇聰為英國註冊藥劑師、倫敦大學學院博士後研究員)

心安家寧

盡力而為的助人者

梁梓敦

合適資源，或及早察覺潛在風險，陪伴尋找相關協助，這本身已是有效的幫助。助人者切勿要求自己無限付出，否則可能不知不覺被拖入深淵，最終難以抽身。

何謂「盡力而為的助人者」？為何要倡導這種工作態度？過去二十年，我主講了數百場安寧服務培訓，參與者數以千計。我曾經見證許多熱心人士滿懷熱誠完成課程並投入服務，但同時卻有少數人因過度的責任感而背負沉重壓力，最終退出服務，甚至需要接受持續的情緒支援。

一年前，我在一間社會服務機構完成一場安寧服務的義工培訓後，一位六十多歲的男義工焦慮地問我：「怎樣才能讓我關懷的每一位晚期病人都人生無憾？」我誠懇地告訴他，這理想難以實現，並鼓勵他調整期望，切勿過度苛求自己。然而，他似乎對我的回答不甚滿意，並帶着憂愁離開。我不禁擔心，若他抱着這種想法繼續服務，或許終有一天會因壓力過大而耗竭 (Burnout)，嚴重影響自身情緒與

服務質素。

因此，我鼓勵各位助人者成為「盡力而為」的人。這並非呼籲大家逃避責任，或得過且過、忽視服務質素，而是認識並接納自身的限制，不苛求自己隨時待命或解決所有問題。每個人在知識、時間、體力與精神上皆有界限。有時，這些限制使我們即使看到對方需要，也無法提供協助。有人會因此自責，但只要付出與關心出於真誠，即便只是微小的幫助，也是一份珍貴而值得欣賞的善意。

此外，盡力而為的助人者會懂得與案主設立清晰界線。每個人都需要休息與個人空間。若對方的需求或期望已超出自身能力，或開始影響個人生活，最好的方法並非勉強繼續幫助，而是盡快協助對方建立有效的支援網絡。有時，助人者即使無法直接提供服務，但能為對方配對

同時，必須時刻關注自己的身心狀態。當感到疲憊、情緒波動，或身邊親友提醒你有異樣時，應勇於停下來休息、充電，或尋求他人幫助。助人者接受輔導服務十分正常，因為在專業人士的面具之下，我們都是有血有肉、會哭會痛、會沮喪無力的普通人。超級英雄只存在於電影，我們無需強迫自己成為超人。二十多年前，我大學第一堂社工課，老師便告訴我們：「人無力改變他人，唯有上帝才能做到。若你一心希望改變別人、拯救世界，終有一天會感到無比灰心失落。」「盡力而為」是助人者的重要心態，既能支持我們堅守崗位，亦能保護我們免墮身心枯竭的困境。☹



如欲作出奉獻支持，可透過網上直接銀行轉賬，資料如下：

銀行名字(Bank Name)：National Westminster Bank

銀行編碼(Sort Code)：60-23-09

商業戶口號碼(Business Account Number)：76653684

商業戶口名稱(Business Account Name)：Chinese Christian Herald Crusades UK (or CCHC-UK)

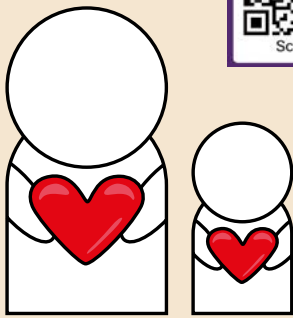
IBAN：GB08NWBK60230976653684

BIC：NWBKGB2L

或掃描以下QR Code 直接轉賬：



或在網上用PayPal轉賬：



讓我們堅定心志，秉承上帝的異象及托付，繼續盡心竭力地以文字筆耕，廣傳福音。深信上帝必然保守，因上帝是耶和華以勒，供應我們一切的所需所求！

請為此事禱告及積極參與、奉獻支持！

「願上帝賜福我們手所作的工，我們手所作的工，願上帝堅立，誠心所願！」

《英國號角》敬啟

特別通告

《英國號角》繁簡雙體字實體雜誌版已發行超過四年，全是免費贈閱。現時印刷及發行成本費用不斷增加，支出龐大、經濟緊絀。每期均入不敷支，極需各教會及讀者繼續守望及奉獻支持。

發行「實體版」的同時，又會保留「雙體字電子版」，讀者亦可在英國號角網站直接登入瀏覽：<https://www.herald-uk.org/>； 臉書 Facebook：英國號角 - Herald UK

我們明白這樣的運作、印刷及發行，定必面對非常沉重的經濟負擔。

我們期盼能收到更多的惠登廣告要求，又或直接奉獻支持，讓《英國號角》能有更多資源配合，繼續努力不懈地去服務在英國來自不同地方、各個階層的僑胞。

有意惠登廣告，請聯繫馮兆雄弟兄 (Perry)，電郵：perryfung@cchc.org，電話：07782 336869。

歡迎教會或團契刊登特別聚會的消息

來稿請在300字內，並電郵往：perryfung@cchc.org，查詢詳情，請聯繫馮兆雄弟兄 (Perry Fung)，電話：07782 336869。謝謝！

11天土耳其使徒腳蹤之旅感受

王宛華

「當將你的事交託耶和華。」——（《詩篇三十七篇5節》）

《號角》每期都會寄到教會，也有網上版通訊。這一次，我是在實體版《號角》中首次看見「土耳其使徒腳蹤之旅」的資訊。由於工作關係，以往看到任何不是在學校假期舉行的旅遊活動，我通常都會直接跳過。然而，這次第一次看到由英國出發的聖經考察團，加上自己一直希望更深入了解《使徒行傳》的歷史背景，以及初期教會所經歷的屬靈歷程，因此便決定報名，也把消息分享給身邊的弟兄姊妹。

大家同樣渴望更認識《聖經》背後的歷史與文化背景，因此很快便一起報名參加。然而，報名後世界局勢卻突然變得緊張。伊朗戰事牽動整個中東地區，杜拜航班停飛、難民潮等消息接踵而來，令已經報名的弟兄姊妹都難免產生不少憂慮。經過一番討論後，我們決定把一切的擔心交託給上帝。

「你們所遇見的試探，無非是人所能受的。」——（《哥林多前書》十章13節）

意外中的平安

旅程第一天，本以為一切已經安排妥當，姊妹甚至早已把登機證列印出來；怎料抵達機場櫃檯時，竟被告知機票已經被取消！

那一刻，實在感到一片迷惘。不是一個人的機票出了問題，而是整群人的機票都被取消。大家心裡不斷問：「怎麼辦？」

那份迷惘，彷彿烏雲密佈在頭上，眼淚也幾乎要流下來。感謝主，最後證實原來只是航空公司的系統問題。經了解後，得知系統出現重複預訂，因此我們可以使用另一個預訂重新辦理登機手續。

經過一輪擾攘後，我們終於平安登機，抵達土耳其第一大城市——伊斯坦堡。這座城市在歷史上曾稱為拜占庭，後來成為新羅馬，即君士坦丁堡，在東西方文明交流的歷史中扮演着極其重要的角色。

東西文化交匯的土地

踏上土耳其這片土地，我深深感受到東西方文化的融合。原來所謂「世界大同」，並不是現代才出現的新概念，而是在人類歷史發展的過程中，早已不斷發生。

旅程中的飲食文化同樣充滿東西方特色，熱食與冷食並存，各種不同文化的元素交織在一起，展現出長久以來不同民族之間

交流、融合與互相影響的痕跡。

在伊斯坦堡的博斯普魯斯海峽，更能親身體會這座城市獨特的地理位置：海峽連接黑海與地中海，也把亞洲與歐洲分隔開來。隨着時代發展，土耳其在海峽上建造跨海大橋，連接兩岸。一邊是歷史悠久的舊城區，屬於歐洲一側；另一邊則是發展較新的城區，屬於亞洲一側。

新舊之間形成強烈對比：有些舊城建築已經失修破敗，有些新城建築卻豪華奪目。這不禁令我思想：人的財寶、成就與繁華，究竟能否永遠停留？人的眼目又應該定睛在哪裡？

若單從現代生活條件來看，新城區的確更符合現代人對美好生活的想像。然而，今日的一切成就，往往仍然建立在過去累積的學術、建築、醫學、哲學、科學、數學與藝術基礎之上。新與舊並非彼此割裂，而是互相承接、彼此影響。

這種新舊文化的融合，以及歷史對今天的深刻影響，在伊斯坦堡這片土地上尤其明顯。

在歷史洪流中看見上帝的手

今日的土耳其，經歷過許多重大歷史轉折，也曾經歷十字軍東征等歷史事件。當人因勝利而不斷擴張，甚至陷入貪婪，失去謙卑與公義時，歷史往往也會留下深刻的教訓。

如今的土耳其已成為一個以伊斯蘭文化為主的國家。在行程中，領隊為我們講述伊斯蘭教的歷史、聖蘇菲亞大教堂、《啟示錄》七教會、聖約翰大教堂，以及十字軍東征等歷史，使我更深體會到：上帝的計劃與人的計劃何等不同。

人的每一個選擇，都可能影響後代的生活方式、文明發展與價值觀。歷史表面上看似由人推動，背後卻讓人看見上帝仍然掌管萬有。

這也使我更深體會《使徒行傳》一章8節的重要：

「但聖靈降臨在你們身上，你們就必得着能力；並要在耶路撒冷、猶太全地和撒瑪利亞，直到地極，作我的見證。」

在漫長的歷史洪流中，政治、戰爭、宗教與文明不斷興衰更替。然而，上帝卻可以使用不同的人、不同的事件，甚至人的

軟弱與失敗，成為祂成就旨意的一部分。

因此，我更明白為何耶穌如此強調聖靈的重要，也更明白「作



見證」對認識基督救恩的重要性。基督徒不是單單知道真理，更是要靠著聖靈的能力，在自己的世代活出真理、傳揚福音。

走進《啟示錄》七教會的歷史現場

旅遊車一路前行，我們逐一走訪《啟示錄》七教會的所在地，以及保羅、雅各、約翰、巴拿巴、提摩太等使徒和書信中所提及的地方，包括別迦摩、以弗所、推雅推喇、撒狄、非拉鐵非、士每拿、老底嘉、安提阿、以哥念等地。

每到一站，我都更能理解使徒在書信中所使用的比喻、語言與表達方式。他們往往借用當地的地理環境、社會文化與生活特色，深入淺出地向信徒講解上帝的道。

今天讀《聖經》時，許多內容或許難以完全明白；但當真正踏足這些地方，親眼看見當地的地形、遺跡與城市環境後，便更容易理解使徒如何按照當時的地理環境與文化背景，提醒眾信徒務要至死忠心，同時指出各教會的屬靈弱點，提醒信徒防備魔鬼的攻擊。

《聖經》中的文字不再只是書本上的記載，而彷彿逐漸活現在眼前。

從古代文明看見人的智慧

在古代遺跡中，我們也看見當時的建築技術與城市規劃其實已經相當成熟。許多現代生活方式，至今仍可以看見昔日智慧的影子。

例如加帕多家的石洞生活與地下城、伊斯坦堡的地下水宮殿、溫泉療養文化，以及古代驛站制度等，都讓我深深感受到古人的智慧。

人類文明不斷發展，科技也不斷進步；然而，當我們回望歷史，便會發現許多今日以為理所當然的事物，其實早已有人在千百年前探索、實踐和傳承。

在神奇創造中重新思想人的責任

最後，我們來到棉花堡與加帕多家。在熱氣球上俯瞰群山奇石，以及世界獨有的白色石灰岩溫泉景觀，令人不禁思想上帝創造天地的奇妙與恩典。

同時，我也反思人類對自然環境所造成的破壞。然而，人類在反省之後，也能重新調整方向，透過智慧與科技創造新的可能，例如熱氣球技術，讓人可以從另一個角度欣賞上帝所創造的大自然。

人似乎總是在破壞與悔悟之間不斷學習，也在失敗與重新出發之間成長。

無論平凡或不平凡的人，都在時代洪流中被上帝使用、被上帝塑造，也被上帝推動去完成祂所託付的使命。

「忍受試探的人是有福的；因為他經過試驗以後，必得生命的冠冕。」——（《雅各書》一章12節）

一步一腳印，忠心跟隨主

短短十一天的旅程，已經令我疲憊不堪，而且大部分時間仍然



是乘坐旅遊巴士往返各地。想到古代信徒一步一腳印地跟隨主，長途跋涉、傳揚耶穌基督的救恩，更令人肅然起敬。

他們經歷無數艱辛、患難甚至迫害，卻仍然忠心到底。

例如導遊提到腓立比的殉道歷史，有人被剝皮、倒吊而死；然而，《腓立比書》四章4節仍然如此勉勵信徒：

「你們要靠主常常喜樂；我再說，你們要喜樂！」

這份喜樂，並不是因為環境順利，而是因為他們的生命已經扎根在基督裡。

雖然今天世界上仍然存在真實的宗教迫害，但對現代信徒而言，我們所面對的很多時候，是另一種屬靈上的爭戰。我們能否穿戴上帝所賜的全副軍裝？能否在世俗的價值觀中持守真理？能否在忙碌與誘惑之中，仍然分別為聖？

想到科學的發展，其中一個重要過程就是把世界上不同的物質加以分辨、分類，並標示其特性與用途。而「分辨」這個概念，其實早已在屬靈生命中有所提醒——基督徒同樣需要在真理與謊言、聖潔與世俗、上帝的心意與人的意念之間，學習分辨與分別。

正如耶穌在《約翰福音》十七章19節說：

「我為他們的緣故，自己分別為聖，叫他們也因真理成聖。」

結語

這趟十一天的「土耳其使徒腳蹤之旅」，不只是一次旅遊，更是一趟重新閱讀聖經、認識歷史、反思信仰與生命的旅程。

從伊斯坦堡東西文化的交匯，到《啟示錄》七教會的遺跡；從古代文明的興衰，到使徒忠心傳道的腳蹤；從熱氣球上俯瞰神奇的創造，到思想今日信徒所面對的屬靈爭戰，每一段經歷都提醒我：人的一生雖然短暫，上帝的旨意卻在歷世歷代中持續成就。

感謝主在整個旅程中的保守。從出發前的種種憂慮，到機場突如其來的機票問題，再到十一天行程中的每一步，回頭看，都更深體會「把所掛慮的交託給上帝」並不是一句口號，而是一份需要在生活中真實學習的信心。

願我們都能在這個世代忠心跟隨主，靠著聖靈的能力作主的見證；無論身在何處，都保守自己的腳蹤，持守真道，分別為聖。

「凡有耳的，就應當聽。」

願一切榮耀歸給我們在天上的父上帝。 ☺



生命的見證

——恩典一路同行

陳秀鳳

人生是一條漫長的路，有些路走得急，有些路充滿眼淚；但回頭看，我才發現，上帝一直牽着我的手。

今年參加「11天土耳其使徒腳蹤之旅」，對我而言不只是一趟旅行，更是一次回望人生的旅程。五十多年前，我住在香港牛頭角，常看着啟德機場的飛機起飛；五十多年後，我竟親自踏上土耳其，也想起丈夫當年從歐洲經陸路前往亞洲的旅程。原來，上帝早已把許多看似偶然的事情，編織在我的生命中。

從反叛到明白父母的愛

1970年代，我出生於潮州家庭，一家七兄弟姊妹，我排行第二。母親重視婚姻，曾為姐姐安排相親。年輕的我非常抗拒，只渴望自由。如今才明白，母親只是盼望女兒「嫁得好」，過幸福的生活。

我和三弟常看着



飛機起飛，夢想有一天能到外地。沒想到，這個夢想後來真的實現。

啟德機場，遇見一生的伴侶

1973年，我在啟德機場認識英軍Andy。他曾與隊友組成冒險團，從英倫海峽經歐洲多國駕車前往亞洲，途中經過土耳其。當時的我從沒想過，幾十年後自己會踏上那片土地。

1974年，我不顧父母反對與Andy結婚，翌年來到英國。後來丈夫被調派到德國，我們一家生活了十七年。軍人家庭經常搬遷，丈夫有時離家數月，我便照顧孩子並學習德文。雖然不容易，卻留下許多珍貴回憶。

在疾病中遇見耶穌

1994年，我們回到英國諾域治定居。2000年，我患上乳癌，需要接受化療。在疾病中，我認識了基督徒護士Kit姊妹，她帶我認識耶穌，教我學習聖經、禱告和敬拜。

我開始明白，人可以沒有力量，卻可以以上帝為依靠。當時女兒計劃停學遊歷一年，我雖然患病，仍鼓勵她追尋理想，每天為她禱告。感謝上帝，她平安完成旅程，後來升讀大學並在倫敦任教，而我的病也進入緩解期。這一切都是恩典。

學習尊重與接納

2011年，女兒決定與一位穆斯林男士結婚，我起初非常擔心。但想到年輕時的自己也曾不顧父母反對追求愛情，我便選擇尊重她。

無論信仰如何不同，我們仍然是一家人。今天女兒一家已有三個孩子，也住在我們附近。這讓我明白：愛不



是控制，而是尊重、包容與接納。

在失落中仍有盼望

2015年，癌病復發，我再次接受化療和手術。丈夫一直陪伴和照顧我，家人及弟兄姊妹也給我支持。

《約翰福音》一章16節說：「從祂豐滿的恩典裡，我們都領受了，而且恩上加恩。」我深深經歷到，上帝不但醫治我的身體，也醫治我的心靈。

2018年，我接受洗禮，決心一生跟隨主。2025年1月，我失去了相伴五十年的丈夫，這是生命中最深的傷痛。但上帝沒有離開我，祂藉着家人和孫兒孫女陪伴我，給我力量繼續生活。

我慢慢學會把思念和明天交給上帝，明白祂未必把失去的還給我們，卻必用恩典托住我們。

五十多年後，再踏上土耳其

2026年5月，我參加「11天土耳其使徒腳蹤之旅」。五十多年前，丈夫曾駕車經過土耳其；五十多年後，我卻以基督徒的身份踏上這片土地。

旅途中，我們一起讀經、唱詩、禱告，分享信仰，彼此照顧，充滿笑聲與喜樂。感謝牧者、導遊、領隊，特別是Cathy姊妹和Perry弟兄的服侍與鼓勵。

這次旅程讓我再次確信：

我不見上帝時，祂仍然在；我不明白時，祂仍然掌管；我沒有力量時，祂仍然托住我。

回望一生，我最想說的不是「我有多堅強」，而是：

「上帝一直與我同行。」

如果你正處於人生低谷，請不要放棄。也許眼前是黑暗，但請相信，黑夜過後，黎明必然來到。

人生的下半場，我願意更加緊緊抓住上帝的恩典，全然依靠祂，帶着感恩生活，帶着盼望前行，繼續活出上帝的愛。

一切都是恩典，一切榮耀歸於上帝。✠

點燃黑夜的文字： 別讓《英國號角》 的福音之聲沉沒

「主發命令，傳好信息的婦女成了大群。」——詩篇 68:11



險峻的困局： 我們正經歷難以想像的寒冬

「我們四面受敵，卻不被困住；心裡作難，卻不至失望。」——哥林多後書 4:8

近年來全球經濟環境劇變，我們正被推向一場前所未有的風暴中。

印刷成本如同滾雪球般直線飆升，加上高昂的郵遞與物流運送費用，

讓每一份送到讀者手中的報刊，都承載著無法負荷的沉重。

我們正處於極度財務緊絀與經營困難的非凡困局之中。眼前的挑戰極其嚴峻，

處境之艱難實在難以想像——我們每個月都在與龐大的赤字賽跑，

已到了難以維持出版的生存邊緣。

若沒有及時的遮蓋與援助，《英國號角》恐怕將被迫按下暫停鍵，

這份堅持多年的文字福音，正面臨隨時斷炊的險峻危局。



慷慨解囊： 成為文字宣教的同行者

「少種的少收，多種的多收，這話是真的。各人要隨本心所酌定的，不要作難，不要勉強，因為捐得樂意的人是神所喜愛。」——哥林多後書 9:6-7

我們深知文字的力量，更不願看見這片福音的禾場就此荒廢。

在此，我們向各教會、機構團體以及每位讀者肢體發出最真實、最懇切的呼求：

《英國號角》極度需要您每月的固定奉獻與慷慨解囊。

不論金額多寡，您的每一份支持都是關鍵的微光，

能拉住我們不至下沉，讓這份文字事工能在乾旱之地繼續滋潤人心。

同時，我們也誠摯邀請各界團體、教會與個人踴躍刊登收費廣告。

這不僅能為您的事工或業務帶來最佳的曝光，

更是直接幫補我們每月虧損、撐過風雨的最實質力量。

請與我們一同守護這塊文字宣教的麥田。您的伸出援手，
將讓這份微弱卻堅定的號角之聲，繼續在英國的夜空中迴響！

有意奉獻及惠登廣告，敬請聯絡：

馮兆雄 (Perry Fung)

電話：07782 336869

電郵：perryfung@cchc.org

奉獻銀行轉賬資料

銀行戶口名字 (Bank Name):

NatWest Bank

銀行商業戶口名字 (Business Account Name):

CCHC-UK

or Chinese Christian Herald Crusades UK

銀行編碼 (Sort Code): 60-23-09

商業戶口號碼 (Business Account Number): 76653684

IBAN: GB08NBK60230976653684

BIC: NWBKGB2L

或掃描以下QR Code直接轉賬：



EVERY HOME GOSPEL MINISTRY

蒙恩之旅

福音事工



我們的願景

讓世界各地每家每戶，都有機會
領受耶穌基督的福音，然後展開
他們人生中的蒙恩之旅。

我們的行動

我們動員、裝備、提供免費福音
禮物包以及福音單張給各地教會
及弟兄姊妹，起來為主撒種及收
割，鼓勵他們向每位遊客和居民
傳福音。

邀請及盼望弟兄姊妹能夠起來，
和我們一起去，傳揚，宣講福音，榮耀主名！

何嘉俊弟兄(Frank) +44 (0) 7400 614 615
Email: frank@ctmglobal.org

福音本是上帝的大能，要救一切相信的(羅1:16)

St James Church
Wulfstan Way
Cambridge CB1 8QJ

聚會時間 禮拜日
國語 12:30-13:45
粵語 14:30-15:45
contact@caccam.org.uk

Baptist Church Centre
劍宣主教堂

Twyford Road
Bishop's Stortford CM23 3LJ
聚會時間 禮拜六
粵語 11:00 - 12:30
bishops.stortford@caccam.org.uk

劍橋宣道會
CAMBRIDGE
ALLIANCE
CHURCH



聯絡電話
07919-523308
鄭維新長老

WEBSITE

caccam.org.uk



招聘全職牧師 / 傳道

本教會誠聘全職牧師 / 傳道加入事奉團隊，與教會
同工一同帶領、牧養及建立信徒。具體職責將按申
請者的恩賜、經驗及呼召而定。

申請資格及職責

- 具成熟屬靈生命及僕人領袖心志，具講道、教導、
傳福音及門徒訓練恩賜，能裝備及培育信徒參與事
奉，建立健康教會。
- 能與同工團隊同心配搭，推動教會異象、門徒培
育及屬靈成長。
- 對牧養英國華人社區有負擔，關懷個人、夫婦及
家庭需要，並積極拓展福音事工。
- 對青少年及下一代事工有熱誠和異象，能帶領及
發展青少年事工，培育下一代信徒與領袖。

史雲斯華人基督教會

Swansea Chinese Christian Church



- 對英語群體及跨文化事工有負擔，能牧養及
建立英語群體，促進不同世代及文化背景信徒
的連結與成長。
- 願意遵守本教會章程及信仰宣言，並認同本
教會的異象與方向。

語言要求

- 能操流利普通話及粵語者優先考慮，並具基
本英語溝通能力。
- 本教會亦歡迎能流利使用英語，並對青少
年、下一代及英語事工有負擔和經驗的申請
者。

若有意申請，請填寫履歷，並於 9 月 30 日前電郵至
sccc.sunday.service@hotmail.com, 聘牧小組收



LONDON CHINESE ALLIANCE CHURCH

倫敦華人宣道會

誠聘中文堂全職/半職牧師/傳道

應徵者需具備以下條件

- 有教會牧會經驗
- 有講道、教導與牧養恩賜
- 認同宣道會信仰與宗旨
- 願意委身婦女及家庭的服事
- 具認可神學院學位
- 操流利粵語及良好普通話

有呼召及負擔者

請與朱溢峰牧師(brad@london-cac.org.uk)聯繫

網址: www.london-cac.org.uk



伯明翰華人基督教會

BIRMINGHAM CHINESE CHRISTIAN CHURCH

歡迎赴會



主日崇拜(粵語): 下午1:30-3:00

JoyfulKids 兒童主日學: 下午1:30-3:00

團契小組: 逢第四週六下午2:00-4:00

聚會地點: Warley Baptist Church, Castle Road East, Oldbury B68 9BJ

聯絡人: 黃達強牧師 07380 904889

The Belonging Christian Church

歡迎香港人參與聚會及小組

廣東話崇拜 + 分組討論 設有兒童及青少年主日學

星期六 10:30am-12:30pm Baginton Rd, Coventry, CV3 6FP



☎ 07935 031743

🌐 Belonging.org.uk

📧 thebelonginguk

請瀏覽網頁了解更多小組及教會資訊



另聘全職
傳道同工



偉盧華人基督教會

Wirral Chinese Christian Church

現正招聘(兼職或全職)傳道同工

主要職責



兒童及家庭牧養



發展教會事工



牧養群羊



廣傳福音，
建立教會



如欲申請，請電郵

wirralcccchurch@gmail.com 索取申請表格。



申請截止日期: 31/08/2026

⚠ (請注意，如果在廣告截止日期前
找到合適的候選人，此招聘會提前關閉。)



基督教角聲佈道團

Chinese Christian Herald Crusades

號角

惠登廣告，請聯絡：

馮兆雄 Perry Fung

《號角英國版》聯絡人

Email: perryfung@cchc.org

Mobile: +44(0)7782-336869

英國版

刊登廣告請同時付款，可以網上 PayPal
或銀行轉賬或支票方式，

逕寄: CCHC-UK, PO Box 117, Banstead SM7 9DH

華倫敦中華基督教會 Chinese Church in London

- 成立於 1951 年。
- 會眾來自不同的背景和宗派。
- 篤信以聖經為基礎並經過歷史考驗的基督教信仰，以及使徒信經所歸納的信條。
- 是福音聯盟會 (Evangelical Alliance) 的成員。
- 注重門徒訓練，期望會眾在愛神、愛信徒和愛鄰舍上成長得更像耶穌。

<https://ccil.org.uk/tc/>
 020 7602 9092



歡迎參加我們在下列聚會地點的主日崇拜

倫敦西南部

粵語堂 (09:30)

國語堂 (09:30)

英文堂 (11:30)

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

京士頓國語崇拜 (星期六 15:00)

京士頓粵語堂 (14:30)

@ Everyday Church
46 Union Street,
Kingston Upon Thames,
London KT1 1RP

倫敦中心

蘇豪福音堂 (粵語 09:30 / 國語 11:30 / 英語 11:30 / 粵語 14:30)
@ 166A Shaftesbury Avenue, London WC2H 8JB

倫敦北部

甘霖堂 (粵語 09:30 / 英語 11:45 / 粵語 14:00 / 國語 14:00)

@ The Hyde United Reformed Church Varley Parade, Edgware Road,
Colindale, London NW9 6RR

倫敦南部

凱教堂 (粵語 10:00 / 國語 10:00)

@ Archbishop Tenison's
CE High School
Selborne Road, Croydon
London CR0 5JQ

佈理堂 (粵語 10:00)

@ Darrick Wood School
Lovibonds Avenue, Bromley,
London BR6 8ER

倫敦西部

豪士羅堂 (粵語 14:00)

@ Hounslow Evangelical Church
186 Hanworth Road, Hounslow, London TW3 3TR

倫敦東部

東鄰堂 (粵語 14:30)

@ School 21
Pitchford Street, London E15 4RZ

我們的異象、使命
和核心價值

使人作
主耶穌門徒
轉化倫敦和世界!

我們的使命



- 誠實無偽 •
- 聖潔敬虔 •
- 薪火相傳 •

華倫敦中華基督教會
Chinese Church in London

member of
 evangelical alliance
 MEMBERSHIP NO. 300173

WWW.GOSPELCHURCH.UK

英倫福音教會
 Gospel Church UK

歡迎您
 返嚟屋企!

主日崇拜聚會 | 兒童主日學

北倫敦堂

SOUTHGATE SCHOOL
SUSSEX WAY, LONDON
EN4 0BL
(OAKWOOD STATION 步行約5分鐘)

德比堂(諾定咸)

THE PLESSEY CENTRE
27 MARCONI DR, BEESTON,
NOTTINGHAM NG9 1NX

青少年堂

SOUTHGATE SCHOOL
- G/F, WEST WING
SUSSEX WAY, LONDON EN4 0BL

星期日
上午 10:30

誠聘教牧同工

- 有牧會相關經驗
- 能操英語和廣東話

地區：倫敦 或 英國中部

英倫福音教會
 OFFICE@GOSPELCHURCH.UK
 07535 959459
 CHARITY NO. 1194763

這樣，
 你們不再作外人和客旅，
 是與聖徒同國，是上帝家裏的人了。
 以弗所書二章十九節

以琳全備福音教會 Elim Full Gospel Community Church

St Paul

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

Finchley

聚會時間 - 星期日 14:30
 語言 - 粵語
 Finchley Baptist Church
 Stanhope Avenue
 London N3 3QL

Manchester

聚會時間 - 星期日 13:30
 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 / 粵語
 93 Axe Street
 Barking IG11 7LZ

Cambridge

聚會時間 - 星期日 14:00
 語言 - 國語 / 英語
 Clay Farm Centre
 Hobson Square
 Cambridge CB2 9FN

www.elimfccc.org

+44(0) 79250 26944

info@elimfccc.org



隸屬於英國以琳四方福音聯盟註冊號 251549



Manchester Chinese Christian Church 曼徹斯特華人基督教會

Whitefield 教會中心: Bury New Road, Besses O'th' Barn, Whitefield M45 7EL
 Whalley Range 教會中心: 100 Yarburgh Street, Whalley Range, Manchester M16 7EH
 網頁: www.manchesterccc.org.uk 電郵: admin@manchesterccc.org.uk
 電話: 0161 609 6413 慈善註冊編號: 1203911

歡迎到訪教會網站查看最新消息、教會聚會地點及辦公室開放時間。

主日崇拜聚會

已恢復實體崇拜，部份崇拜地址有更改，請到教會網站索取崇拜詳情: <https://www.manchesterccc.org.uk/>

粵語	粵語永恩堂	上午 11:00
	粵語 Bolton 堂	上午 10:30
	粵語午堂	下午 1:30
國語	國語 聖恩堂	下午 1:30
	國語 Altrincham 堂	下午 3:00
英語	英語家庭堂	上午 10:30
	英語永活盼望堂	下午 2:00&4:00

另外，歡迎到訪下面網址參與我們已錄製的主日崇拜
<https://www.manchesterccc.org.uk/recent-services>

主日學

本教會設有兒童中文班、家長會、聖經班及青少年組詳情請聯絡 school@manchesterccc.org.uk

曼城福音戒賭

以電話形式服務 (負責人: 黃國華牧師)
(逢星期一至上午 11:00 - 下午 4:00)

華人諮詢中心

逢星期二上午 10:00 - 下午 12:00, 假期除外
請聯絡教會辦公室: (+44) 161 609 6413

郭利秀主任牧師 (英語) (0) 7767 597 627

羅智行牧師 (英語) (0) 787 671 7436 郭志忠牧師 (粵語) (0) 161 205 0136
 黃國華牧師 (粵語) (0) 789 977 2349 黃林玉香牧師 (粵語) (0) 783 804 4084
 姚清心傳道 (國語) (0) 788 497 3853 張建強牧師 (國語) (0) 770 684 3603

英國教會

亞巴甸華人基督教會(Aberdeen)

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

李彩嫻傳道(0)7311-991961 1:45pm 粵 國英

阿伯丁中文教會(Aberdeen)

5 Bon Accord Terrace, Aberdeen AB11 6DP, Scotland

毛文華弟兄(0)7532-266467 3pm 國

比戈國際復興基督教會(Bangor)

Coad Mawr Community Centre L157 4TB

高峰牧師(0)7932-356072 11:30am 國

巴恩斯利恩典餅正基督教團契(Barnsley)

St. Georges C of E Barnsley, York St., Barnsley S70 1BD

陳志明牧師(0)7879-643598 Sa 1:30pm 國

巴斯華人基督團契(Bath)

Chaplaincy Centre, University of Bath BA2 7AY

黃勳進弟兄(0)7595-676623

吳嘉晉弟兄(0)7751-925794 F 6:30pm 國 英 4:30pm 粵

貝爾法斯特華人基督教會(Belfast)

Lorne Street, Belfast BT9 7DU, Northern Ireland

Esther (0)7865-958739 11am 國 英 1:30pm 粵

伯明翰華人循道會(Birmingham)

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

陳婉嫻牧師(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 粵 1:30pm 粵 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

張榮安弟兄(0)7888-691023 1:30pm 粵

環球使命教會 (伯明翰) (Birmingham)

Shirley Methodist Church, 257 Stratford Rd, Solihull B90 3AL

麥婉玲牧師(0)7300-824076 2pm 粵

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 粵

神召會仁愛福音教會(Birmingham)

Connection Church Centre, Cooks Lane, B37 6NP

林春和牧師(0)7445-056274 1:30pm 粵

伯思恩國際教會(Bournemouth)

The URC Centre, Luther Rd., Winton, Bournemouth BH9 1LH

Simon 呂弟兄(0)7894-151701 2pm 英國

百福華人基督教會(Bradford)

Sunbridge Road Mission, Gaynor Street, Bradford, West Yorkshire BD1 2BG

房新民弟兄(0)7763-608022 10:30am 國 粵

萊爾斯華人基督教會(Brighton)

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

唐美寶姊妹(0)7454-344307 1:30pm 粵 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)

Coniston Community Centre, The Parade, Coniston Rd, Bristol BS34 5LP 10:30am 粵

Tyndale Baptist Church, 137 Whiteladies Rd, Bristol BS8 2QG 2pm 粵 國 英

韋智杰傳道(0)7725-749501

林秀霞傳道(0)7999-356190

布里斯托華人福音教會(Bristol)

Cotham Parish Church, Cotham Road, Bristol BS6 6DR

毛彭君牧師(0)7402-969266 1:30pm 國

豐盛教會(Camberley)

1 Knoll Road, Camberley GU15 3SY

劉智民傳道(0)7466-178140 10:30am 粵

劍橋華人基督教會(Cambridge)

5 Pound Hill, Cambridge, U.K., CB3 0AE

劉兆邦長老(info@cccc.org.uk) 9:30am - 11:45am 粵 2pm 國

劍橋提摩太團契(Cambridge)

5 Pound Hill, Cambridge, U.K., CB3 0AE

莊仰明牧師(info@cccc.org.uk) Th 6:30pm 國

St. James Church, Wulfstan Way, Cambridge CB1 8QJ

鄭維新長老(0)7919-523308 12:30pm 國 2:30pm 粵

以琳Cambridge教會(Cambridge)

Clay Farm Centre, Hobson Square, Cambridge CB2 9FN

李源姊妹(0)7854-208463 2pm 國 英

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 粵 國

以琳Canterbury教會(Canterbury)

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

Pastor Koon Leung Lee (0)7739-139998 1pm 粵 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)7464-608088 10:45am 粵 國 英

曼徹斯特宣道會智道謙堂(Cheadle Hulme)

Cheadle Hulme Methodist Church, Ramillies Avenue, Cheadle Hulme, SK8 7AL 1:30pm 粵

切姆斯福德華人福音教會(Chelmsford)

Grove Road Evangelical Church, Grove Rd, Chelmsford CM2 0EQ

黃日強牧師(0)7858-029381 (chelmsfordce@gmail.com)

黃虹青牧師(0)7907-366592 第2、4個 5a 10:00am 粵

高徹斯特華人基督教會(Colchester)

Salvation Army Citadel, Butt Road, Colchester CO2 7BG

黃日強牧師(0)7858-029381 2pm 粵 國 英

黃虹青牧師(0)7907-366592 2pm 粵 國 英

高雲地利華人基督教會(Coventry)

151 Elm Tree Avenue, Tile Hill, Coventry CV4 9EN

王以殷傳道(0)7748-280406 9am 粵 10:45am 國 英

The Belonging Christian Church (Coventry)

Baginot Rd URC Church, 83 Baginot Road, Coventry CV3 6FP

陳木林牧師(0)7935-031743 Sa 10:30am 粵

克魯宣道會(Crewe)

West Street, Crewe CW1 3HY

洪偉信傳道(0)7493-874018 1pm 粵

達靈頓華人基督教團契(Darlington)

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

王曉柏傳道(0)7975-813874 2pm 英 10:30am 粵

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 粵 國 英

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 國 粵

鄧迪華人基督教團契(Dundee)

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

何主音傳道(0)7818-064137 F 7:30pm 國 英

丹地華人基督教會(Dundee)

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

朱敬華牧師(0)7402-831684 第4個 5 2pm 粵

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 國 粵

愛丁堡華人基督教會(Edinburgh)

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

葉偉榮傳道(0)7541-607922 2pm 粵

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、李詠祈姊妹(0)7512-698161 1:30pm 粵 國、英

愛丁堡活石基督教會(Edinburgh)

梁炳輝牧師(0)7309-089988 粵 國

愛丁堡香港基督教會(Edinburgh)

Corstorphine Astoria Centre, 18 Kirk Loan, Edinburgh EH12 7HD

Oldfield 50牧師(0)7597-231728 10:45am 粵

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

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

李敬華牧師(0)7402-831684 Sa 11:30am (網) 粵

Corstorphine Community Church香港地(Edinburgh)

7 Glebe Terrace, Edinburgh EH12 7SQ

甘偉明牧師(0)7706-657663 2pm 粵 英

春麗傳道(0)7306-307414 2pm 粵 英

基督教華人循道會勵德堂(Epsom)

Epsom Methodist Church, Ashley Rd., Epsom, Surrey KT18 8SQ

阮文順牧師(0)7835-256209 2pm 粵 國 英

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 粵 國

快當華人基督教會(Fife)

Queensferry Rd., Rosyth, Fife KY11 2JJ, Scotland

黃愛珍姊妹(0)7907-050022 M 11:30am 粵

格拉斯哥華人基督教會(Glasgow)

Findlay Church, 56 Clarendon Place, Glasgow G20 7PZ

包重言傳道、葉德洪傳道(0)41-286-2194 1pm 粵 國 英

格拉斯哥香港基督教會(Glasgow)

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

嚴錦榮傳道(0)7501-670291 11am 粵

格拉斯哥基督教恩典堂(Glasgow)

231 Dalmarnock Road, Glasgow G40 4NB

王析牧師(0)7449-821441 2:30pm 粵 國 英

格拉斯哥華人福音教會(Glasgow)

Patrick Trinity Church, 20 Lawrence Street, Glasgow G11 5HG

Tim 呂宣教士(0)7544-014102 2pm 國

格洛斯特郡華人基督教會(Gloucestershire)

Cambray Baptist Church, Cambray Pl, Cheltenham GL50 1JS

陳汝友牧師(0)7821-715243 1:30pm 粵 國

葛量洪華人基督教會(Grantham)

21A Belton Ave, Grantham NG31 9JE

曾弟兄(0)7476-955888 1pm 國 粵

舒翠大學粵語學生團契(Guildford)

Guildford Baptist Church Millmead, Guildford, Surrey GU2 4BE

Joash Lee (0)7435-633526

Gabriel Fong (0)7501-265442 2pm 粵

吉爾福德明德華人教會(Guildford)

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

張浩樑牧師(0)7534-205809 1:30pm 國

王猛弟兄(0)7834-739059

伯明翰華人福音堂(Harborne)

St John's Church, High Street, Harborne B17 9PT

洗偉強牧師(0)7886-727498 Sa 2:30pm 粵

華人循道會希思庭團契(Hastings)

Hastings Baptist Church, Church Rd., Hastings, Kent

吳秦廣弟兄(0)424-716218 M10:30am 國 粵

哈德斯菲爾德華人基督教團契(Huddersfield)

Grace Centre, 23 St John's Road, Huddersfield HD1 5BW

巴耐傳道(0)7510-091800 10:30am 國 英

豪城華人基督教會(Hull)

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

龔燕燕傳道(0)7727-313551 1:30pm 國 粵

蘭加士打大學基督徒華人團契(Lancaster)

University Chaplaincy Centre

徐小玲姊妹(0)7859-076132 F 7pm 國

利茲華人基督教會(Leeds)

155 Kirkstall Road, Leeds LS4 2AG

陳翁芳牧師(0)7907-251092

黎邦懷牧師(0)7912-510238 10:30am 粵、英 1pm 國

列斯華人福音堂(Leeds)

曹子光牧師(0)7771-825005

書點: Rm 2, 1/F, 30-36 Cross Stamford St, Leeds LS7 1BA 9:45am 粵

Gateway at St Mark's Church, St Mark's Road, Leeds LS2 9AF 1:30pm 粵

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 粵 3:45pm 國

樂道教會(Leeds)

St. Stephen's Church, Cranmer Road, Leeds, LS17 5DR

許寶山牧師(0)7754-425378 11:30am 粵

理斯特華人基督教會(Leicester)

64 Clarendon Park Road, Leicester LE2 3AD

鄧劍文長老(0)7929-080204 10:30am 英 11am 國 粵

信心華人基督教會(Leicester)

Central Baptist Church, Leicester LE1 1LA

區佩強傳道(0)7845-021112 M 12pm 粵

利治活浸信會中文堂(Letchworth)

West View, Letchworth Garden City, Herts SG6 3JH

陳廣興牧師(0)582-757943

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 粵 國

林肯華人基督教會(Lincolnshire)

Lincoln Baptist Church, Croft St, Lincoln LN2 5AX

何錦洪牧師(0)7877-589173

利物浦華人福音教會(Liverpool)

11 Great George Square, Liverpool L1 5DY

徐毅榮牧師(0)1517-095050 11am 英、粵 1:45pm 國

利物浦恩恩典國際基督教會(Liverpool)

All Nations Hub, 4 Tunnel Road, Liverpool L7 6QD

鄧永望牧師(0)151-2451576 Sa 10:30 英; 10am 粵 12:30pm 國

以便以謝華人基督教會(Liverpool)

C of E All Saints Church, Broadgreen Road, Old Swan, Liverpool L13 5SH

溫志文牧師(0)7801-554162 12noon 國 粵

基督徒英國利浦教會(Liverpool)

St. Philemon's C of E Church, 78 Admiral Street, Toxteth, Liverpool, L8 8BR

郭洪龍牧師(0)7725-434556 Sa 11am 粵

利茲基督徒教會(Loughborough)

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

Nicholas Thong (0)7809-558390

樂福堡華人循道衛理會(Loughborough)

Trinity Methodist Church, Roystad Rd, LE11 2EF

張振光牧師(0)7449-332813 1pm 粵 國

基督教恩光教會(Loughborough)

Good Shepherd, Park Road, Loughborough LE11 2JH

洗偉雄傳道(0)7768-644252 12:30pm 粵

盧德華人基督教會(Luton)

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

10:30am 粵

有關英國的個人資料保護條例 (GDPR) , 本刊會作出審視 , 以確保資料得到妥善處理 , 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：https://www.herald-uk.org/church/。如欲修改或取消資料 , 請用以下電郵與我們聯絡：mcclee@cchc.org、pernyfung@cchc.org、heraldukmap@gmail.com「有關教會或機構的資訊 , 英國號角只代為刊登 , 僅供參考 , 以便讀者查閱當地的教會或機構的聚會資料 , 而其轄內所舉辦的活動 , 並不代表英國號角的立場 , 特此聲明！」

李啟鵬長老(0)7390-880838	10am	國12n粵
牛津學生基督徒團契(Oxford)		
New Road Baptist Church, Bonn Sq, Oxford OX1 1LQ		
曾銘義弟兄(0)7342-013868	F7:00p	粵
柏斯聖經浸禮教會(Perth)		
46 Kinmool Street, Perth, Scotland PH1 5HQ		
石祝福牧師(0)7505-234125	11am	英1:30p粵
彼得堡華人基督教教會(Peterborough)		
Park Road Baptist Church, Park Road, PE1 2TF		
黃日強牧師 (peterboroughccc@gmail.com)		
楊順發弟兄(0)7528-503528	Tu	6:30p粵
蘭芳湖華人基督徒團契(Plymouth)		
Hope Baptist Church, Peverall Corner, Plymouth PL3 4QG		
黃巧玲姊妹(0)1752-789161	1pm	粵國英
塔城華人基督徒團契(Poole)		
St Paul's Church, Landford Way, Throop, Bournemouth BH8 0NY		
梁慕華傳道(0)1202-383783	1:30p	粵國英
樸次芳華人基督教教會(Portsmouth)		
The Wesleyan Church, 128 Frattion Rd, Portsmouth PO1 5DD		
張漢光弟兄(0)2392-619633	11am	粵國英
培士頓華人基督教教會(Preston)		
Carey Baptist Church, Pole St., Preston PR1 1DX		
梁偉基弟兄(0)7743-150855	1pm	粵3:30p粵
雷汀華人基督教教會(Reading)		
Wycliffe Baptist Church, 233 King's Rd, Reading RG1 4LS		
唐偉權傳道(國/粵)(0)7519-921615		
黎偉慶傳道(粵)(0)7546-528591	2:30p	粵國英
基督教雷汀思恩華人教會(Reading)		
Wesley Methodist Church, Queen's Rd, Reading RG1 4BW		
蘇作強牧師(0)7823-321818	2pm	粵國英
以琳Rochester教會(Rochester)		
Elim Full Gospel Community Church, Star Hill, Rochester, ME1 1XR		
龍慶堂弟兄(0)7522-501555	1:30p	粵
修福華人基督徒團契(Galford)		
176 Spruce Court, Belvedere Road, Salford M6 5EN		
黃東梅姊妹		
錫菲華人基督教教會(Sheffield)		
1 Anns Road, Heeley, Sheffield S2 3DJ		
張美蓮姊妹(0)7850-080306	9:45am	英11:45am粵
謝菲爾德思恩歸正基督教教會(Sheffield)		
St. Mary's Wesleyan Reform Church, Hereford St., Sheffield, S1 4PN		
陳志明牧師(0)7879-643598	12:30p	粵國英
雪埠香港基督教教會(Sheffield)		
Broomhall Centre, Broomspring Lane, Broomhall, Sheffield, S10 2FD		
David Quan傳道(0)7709-269642	9am	粵
森美斯華人基督教教會(Somerset)		
Taunton Baptist Church, Silver St, Taunton TA1 3DH		
陳月明牧師(0)7930-241998	1:15p	粵國英
南安普敦華人基督教教會(Southampton)		
Portsmouth Church, Portsmouth Rd, Southampton SO17 2FY		
衛志江傳道(0)7535-510081	2pm	英粵國
國修成頓華人基督徒團契(Southampton)		
www.sotoncc.org.uk		
黃志榮弟兄(0)2380-349960		
南岸華人基督教教會(Southend-on-Sea)		
Trinity Methodist Church, Argyll Road, Westcliff-on-Sea, SSO 7HL		
Rev. HC Lau (0)7774-831576	1:30p	粵國英
聖安德魯斯華人基督徒團契(St. Andrews)		
St. Andrews Baptist Church, 134 South Street, St Andrews, KY16 9EQ		
何主音傳道(0)7818-064137	W	7:30p粵
史特靈華人基督徒團契(Stirling)		
Chalainy, University of Stirling, Scotland FK9 4LA		
何主音傳道(0)7818-064137	M	7:30p粵
史托克華人基督教教會(Stoke-on-Trent)		
St. Matthew's Church, Birches Head Road, Hanley, Stoke-on-Trent, ST1 6LH		
Pastor Eric Lee (0)7360-211351	11am	粵國英
桑德蘭伯大尼城市教會(Sunderland)		
Bethany City Church, Bede Tower, Burdon Road, Sunderland, Tyne & Wear, SR2 7EA		
楊皓弟兄(0)7737-345504	11am	英國
史雲斯華人基督教教會(Swansea)		
Willows Place, Swansea SA1 6AA		
肖佩嫻牧師(0)7419-355466	11am	粵英國
史雲頓華人基督教教會(Swindon)		
St. Philip's Rd, Upper Stratton, Swindon SN2 7QH		
陳推利傳道(0)7432-415055		
梁錫強傳道(0)7768-132108		
巫家雁傳道(0)7476-616361	9:30am	粵11:15am粵國英
愛默斯特華人福音教會(Tameside)		
c/o Ashton Church of the Nazarene, 230 Stamford Street Central, Ashton-under-Lyne, Tameside, Manchester OL6 7LJ		
羅慶偉牧師(0)7716-756882	Sa	3:30p粵
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		
愛默斯特宣道會德福堂(Trafford)		
Avenue Methodist Church, Wincham Rd., Sale, M33 4PL		
Louis Yeung louis.yeung@manalch.org	Sa	10:30am Su 11:30am粵
韋菲華人福音教會(Wakefield)		
1-5 Belle Isle Ave, Wakefield WF1 5JY		
羅慶偉牧師(0)7716-756882	2pm	粵
和寧宣道會(Wallington)		
All Saints Carshalton Church of England Primary School, Rotherfield Road, Carshalton SM5 3DW		

林卓禧傳道(0)7423-533888	10am粵
愛默斯特宣道會沃靈頓堂(Warrington)	
Holy Trinity C of E Church, Market Gate, Sankey Street, Warrington, WAI 1XG	
Winson Chan (0)7825-992642	Sa 10am Su 2pm粵
盧德蘭華人基督教會(Wirral)	
14 Woodchurch Road, Birkenhead, Wirral CH41 2UF	
劉家華牧師	
彭偉權弟兄(0)7417-521957	1:45pm粵 國
華人循道衛理和景堂(Woking)	
Trinity Methodist Church, Brewery Rd, Woking, Surrey GU21 4LH	
Simon Che (0)7780-750271	1:30pm國 粵
萬民教會華語堂 (Wolverhampton)	
All Nations Church, Temple St., Wolverhampton WV2 4AQ	
鄧小玲姊妹Cassy (0)7759-152686	12nn國 英
和亭華人基督徒團契(Worthing)	
56-58 Queen St, Worthing BN14 7BJ	
林日媚姊妹(0)7796-465880	

第2、4個Su 2pm粵國英

約克華人基督教教會(York)		
Cornerstone Church, 119 Millfield Ln, York YO10 3AP		
龔燕燕傳道(0)7727-313551	11am	國英
約克華人福音教會(York)		
Field Lane, Heslington YO10 5EE		
羅慶偉牧師(0)7716-756882	Sa	3:30p粵

倫敦區教會

倫敦新生命靈糧堂		
Haverstock School, 24 Haverstock Hill, London NW3 2BQ		
趙思嫻傳道(0)7736-871804	10am	國
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	國
倫敦中華基督教會崇拜與事工中心		
69-71 Brook Green, Hammersmith, London W6 7BE		
陳冠志傳道(0)20-7602 9092	9:30am	粵/國11:30am英
倫敦中華基督教會凱教堂		
Archbishop Tenison High School, Selborne Road, Croydon CR0 5JQ		
明頌恩傳道(0)20-7602 9092	10am	粵/國/英
倫敦中華基督教會豪士羅堂		
Hounslow Evangelical Church, 186 Hanworth Rd, Hounslow TW3 3TR		
張春權牧師(0)20-7602 9092	2pm	粵
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	粵11:30am國/英2:30pm粵

倫敦中華基督教會甘霖堂		
Hyde United Reformed Ch, Edgeware Rd, Colindale, NW9 6RR		
郭美儀傳道(0)20-7602 9092	2pm	國/粵、第2及第3個Su 9:30am粵
倫敦中華基督教會東鄰堂		
School 21, Pritchard Street, London E15 4RZ		
張春權牧師(0)20-7602 9092	2:30p	粵
倫敦中華基督教會會士頓粵語堂		
Everyday Church Kingston, 46 Union St, Kingston upon Thames KT1 1RP		
黃志鵬牧師(0)20-7602 9092	2:30p	粵
倫敦中華基督教會佈理堂		
Darrick Wood School, Lovibonds Ave, Bromley BR6 8ER		
明頌恩傳道(0)20-7602 9092	10:00am	粵
英國循道會君王十字堂		
58a Birkenhead Street, London WC1H 8BW		
黃尊源牧師博士(0)7884-629300	10:30am	國11am英1:30p粵

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	國英
以琳Finchley教會		
Church End Baptist Church, Stanhope Avenue, Finchley, London N3 3QL		
Pastor Yin Chau Kan (0)7925-026944	2:30p	粵
以琳Barking教會		
93 Aze Street, Barking IG11 7LZ		
Rev. Raymond Wang (0)7817-173313	2:30p	粵國
以琳Sutton教會		
St Nicholas Church Community Hall, 34 Robin Hood Lane, Sutton SM1 2RG		
Pastor Holly Xiao (0)7925-026944	2pm	粵國
以琳South East教會		
Albany Park Baptist Church, Stansted Crescent, Bexley DA5 3JB		
Rev. Kit Moi Wong (0)77236-20013	1:30p	粵國
以馬內利城市教會		
Centenary Hall, Cotington St., Kennington, London SE11 4RZ		
admin@eccdonline.org(0)20-7587 3600	10:30am	英12:30p粵2:30p國
基督教倫敦華人宣道會		
Victoria Hall, 1-3 St Johns Road, Harrow, Middlesex HA1 6QT	10am, 11:45am	粵11:30am英2pm國
The Grove Academy Primary School, Fourth Avenue, Watford, WD25 9RH	Sa	11:15am粵
宋益峰牧師(0)7515-734109		
趙偉榮牧師(0)7598-465680		

倫敦華人浸信會		
Bow Baptist Church, 1 Payne Rd., Bow, London E3 2SP		
李兵牧師(0)7505-144891	2:30p	粵國
倫敦華人浸信會信望愛堂		
Petts Wood Methodist Church, Queensway Road, BR5 1EB		
戴益牧師(0)7867-427454(國)	1:30p	粵國
葉衛平牧師(0)7584-299998(粵)		
基督教倫敦華人信友教會		
American Church, 79A Tottenham Court Rd, London W1T 4TD		
張保羅牧師、鄧偉健牧師(0)7734051601	2pm	粵國
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	國
倫敦生命教會		
St Johns Church, St Johns Church Road/Mowbray Road, Barnet EN5 1RH		
王范雲萍師母(0)7802-689083	2:30p	國
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	10:30am	國
英國基督教禮賢會		
I Orange Street, London WC2H 7HR		
陳通遠長老(0)7435-706355	1:30p	粵國
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	1:30p	粵
ccsmif@gmail.com		
東倫敦宣道會		
Deopford Methodist Church, I Creek Rd, London SE8 3BT		
彭大明牧師(0)7717-893113	2pm	國3:30p粵
南倫敦宣道會		
Enhanceable Centre, 13 Geneva Rd., Kingston Upon Thames, KT1 2TW		
張清明牧師(0)7734-484565		
閻石傳道(0)7366-969299		
黃永華傳道(0)7496-546677	9:45am	粵11:30am粵2pm國

北倫敦華人宣道會		
Trinity Church, 15 Mether St. N. Finchley, London N12 7NN		
鍾偉權牧師(0)7986-581009	10:45am	粵
以琳救恩會(East Ham)		
East Ham Elm Church, Central Park Rd., East Ham, London, E6 3DL		
Richard Ngai (0)20-8578 4992	2pm	英國
以琳救恩會(Bank)		
St Stephen's Church, 39 Walbrook, London EC4N 8BN		
Dr. John Chan (0)20-7998 0272	11am	英
倫敦基督話福音教會		
Covent Garden Dragon Hall, 17 Stukeley St., London WC2B 5LT		
饒友恩牧師(0)7871-636520		
祝裕倫師母(0)7871-693943	4pm	國
基督教聯合歸正教會三一堂		
Mansel Road, Wimbledon, London SW19 4AA		
余威淑牧師(0)20-8390 2151	11am	粵、英
同會主幕(司布真教會)Metropolitan Tabernacle		
Elephant & Castle, London, SE1 6SD		
何金飛弟兄(0)7519-902575	11am	國(譯)2:30p國(譯)6:30p國(譯)

St Helen's 福音之家		
St Peter's Cornhill, London EC3V 3PD		
Henry ET(0)7809-141948	2:30p	國
倫敦光臨園堂		
Lumen URC, 88 Tavistock Pl., London WC1H 9RS		
鍾淑惠牧師(0)7828-066874	10am	國
倫敦中國福音會		
200 Wasington Road, Surrey KT4 8JF		
陳通弟兄(0)7913-849099		
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	粵
英倫福音教會青少年堂		
G/F, West Wing, Southgate School, Sussex Way, London, EN4 0BL		
何尚義傳道(0)7707-985607	10:30am	粵
薩頤香港人教會		
Nonsuch High School for Girls, Ewell Road, Sutton, SM3 8AB		
余周詠芸牧師(0)7753-238703	10am	粵
倫敦基督教會		
Mary Ward House, Tavistock Place, London, WC1H 9SN		
林卓禧傳道(0)7423-533888	11am	粵英
倫敦綠洲學生教會		
KBC, Vernon Square, London WC1X 9EW		
Candy宣教士(0)7598-700956	3pm	國
倫敦華人福音教會(Woolwich)		
Woolwich Central Baptist Church, Brumwell Avenue, London SE18 6UX		
張卓健(0)7743-366199	Sa	2pm粵
恩菲基督喜樂家庭教會		
Bush Hill Park United Reformed Church, 25 Main Ave, Enfield, London EN1 1DJ		
陳慧冰傳道(0)7871-059466	12:30p	粵

愛爾蘭

愛爾蘭中華福音堂		
市中心堂：49 Middle Abbey St, Dublin 1, Ireland		
王敏星牧師+353-87-9462750	10am	英12nn國

路恩堂：Esker House, Esker Rd., Lucan, Co. Dublin, Ireland		
王怡凱牧師+353-87-9933901	10am	國英11:45am粵
都柏林基督生命教會		
Life Church, Schoolhouse Lane, Santry, Dublin 9, D09Y326, Ireland		
于洋長老+353-(0)872240083	11:00am	國英
科克華人基督教教會		
Deerpark (CBC, St Patrick's Rd, Cork, T12 XT96		
王熾弟兄+353-87-9691090		
黃曉珍姊妹+353-87-419200	12pm	國
利歐瑞典華人基督教教會		
LPYMA, 97 O'Connell St., Limerick City, V94 793X		
林惠慈傳道+353-83-4840381	11am	國粵

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 8BW		
黃尊源牧師博士(0)7884-629300		
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 Dighett, 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		
吳浩璋牧師(0)20-7833 8626		

歐洲華人基督徒餐館福音事工使團聯會

Tel: +31 6460 75353; Wechat: EU-CCRGM

Email: EU.CCRGM@GMAIL.COM

英國使團邱天生弟兄(0)779 012 9194		
英北使團李永鈞弟兄(0)7976-921204		
2 Gatehead Bank, Marsden, Huddersfield HD7 6LE		
英東北使團張永生弟兄(0)1912-314787		
64 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, Carraduff, Belfast BT8 8RS, Northern Ireland		
江文峰弟兄(0)28-9081 5330		
英國家庭更新協會		
70 Dowdeswell Close, London SW15 5RL		
許傑龍弟兄(0)7777-655612		
基督教華僑佈道會		
2 Padstow Avenue, Fishermead, Milton Keynes MK6 2ES		
呂子峰牧師(0)1908-234100		
巴達凌師母(0)1908-300533(活水書室)		
基督教教會聲道圈英國分會及英國號角		
CCHC-UK, PO Box 117, Banstead SM7 9DH		
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)7877-891973		
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		
劉葵鳳姊妹(0)20-7766 1141		
恩典歸正福音事工		
22, Kingstead 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)116-2375034		
英國華人關懷癌症協會		
www.cacaca.org.uk		
岑偉騰弟兄(0)7508-039775		
黎明路上		
63 Cannon Hill Rd., Coventry, West Midlands CV4 7BT		
陳立仁牧師(0)1689-666500		
歐洲華人信徙www.cineurope.org		



CLS - The Taste You Trust.



以便以謝華人基督教會 (利物浦)

Ebenezer Chinese Christian Church (Liverpool)

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: 逢週一上午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 Craighburn Road, Tuebrook, Liverpool L13 8BN

牧者: 溫志文牧師 (電話: 07801-554162)

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

網址: www.ebenezercf.com

【戒賭支援服務】

及

【癌症關懷服務】

查詢熱線: 07801-554162

慈善團體註冊編號 1162411



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 TF2 9SQ)

粵語堂-伯明翰南部 下午 1:30 設有兒童主日學 (地點: Shirley B90 1AA)

粵語堂-伯明翰北部 每月第二, 三, 四個週六, 上午 10:30 設有兒童主日學 (地點: Sutton Coldfield B73 6AA)

團契 (請聯絡查詢聚會地點及網上聚會資料)

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
恩言團契 (粵語) 逢週四 1:00pm
天福Telford小組 (國語) 逢週五 7:00pm
國語查經班 (線上) 逢週五 7:30pm
職青團契 (粵語) 逢週五 7:30pm
學生福音團契 (粵語) 逢週六 4:00pm
大學生和職青小組 (國語) 逢週日 7:00pm
每週有不同英語及國語小組 <未能盡錄所有團契, 歡迎查詢>

聯絡資料

地址: 14 Upper Gough St,
Birmingham, B1 1JG
電話: 07492 362956 (及 WhatsApp)
微信: UKBCEC
網址: www.thebcec.org.uk
電郵: admin@thebcec.org.uk



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

Business Start Ups 業務開始階段

- 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 財務資訊
- HMRC compliance: VAT, PAYE, EORI
- 註冊相關稅務項目
- Record keeping
- we ensure you meet any applicable requirements
- 文件管理, 並確保新公司在各方面合規

Our Services

我們可提供的服務

流利廣東話、普通話與英文諮詢

Client based 客戶對象

- Small to medium sized companies
- 中小企業
- Sole Trader 個體戶
- Partnerships 合夥人

Business Services 公司業務範圍

- Bookkeeping 記賬
- VAT returns 增值稅
- Corporation Tax 公司盈利所得稅
- Payroll Services 工資單
- Annual Accounts 年度報表
- Management Account 管理賬目報表
- Cash Flow planning 現金流規劃
- Analysis of performance 業績分析
- Strategic and Business planning 戰略和業務規劃
- Forecasting 公司財務預估
- Assistance in Tax Investigations 協助稅務調查
- Tax Planning 稅收籌劃
- 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 自我評估納稅申報
- Capital Gains Tax 資產增值稅
- Tax Planning 個人稅收籌劃

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

我來是要叫人得生命
並且得的更豐盛

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, 粵語)
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, 粵語)

耶穌說: 我就是道路
真理、生命

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

SUM'S 森記
Sums Commercial Limited 專業清潔有限公司

發證符合保險公司條款合格清潔證書

專業清洗及保養外賣店、餐館抽氣系統
更換各種風機、風管、快慢制
現貨供應 歡迎批發
專用儀器測量風速、噪音

24小時
緊急維修
服務

清洗前 清洗後

North 01302 313359
South 0208 0903443
Mobile 07808 288828

CANOPY, KITCHEN DEGREASER
特強風口、廚房清潔劑
特強濃縮清潔劑, 餐飲業必備, 保證廚具煥然一新

無污染
無氣味
能清除頑固油漬

5公升裝 英國製造
誠徵英國地區以外歐洲代理商

www.sums cleaning.co.uk
微信號: sumscleaning

樂福堡華人循道衛理會
Loughborough Chinese Methodist Church

聚會時間: 星期日 下午一時

面書: facebook.com/LoughboroughChineseMethodist
網站: loughboroughchinesemethodistchurch.com
電郵: lcmcfellowship@yahoo.com
地址: Trinity Methodist Church Centre, Royland Road, LE11 2EF
聯絡人: 張振光牧師 07449332813

高雲地利華人基督教會
Coventry Chinese Christian Church
151 Elm Tree Avenue, Tile Hill, Coventry CV4 9EN

主日 9am 廣東話
10:45am 普通話 / 英文 普通話團契 廣東話團契/英文查經 學生團契

星期二 星期六
星期三 星期四
星期三 星期五

查詢詳情請致電: 王以殷傳道 07748 280406 (廣東話/英文) 電郵: contact@coventryccc.org.uk
Haifeng Wei 07923 510370 (普通話/英文) 網頁: http://coventryccc.org.uk

格拉斯哥華人基督教會
Glasgow Chinese Christian Church

粵語主日崇拜 (設普通話翻譯)
地點: Findlay 教堂大堂
時間: 下午1:00-2:30
電郵: glacc.org@gmail.com
mandarin.glacc@gmail.com

英語主日崇拜
地點: Findlay 教堂副堂
時間: 下午1:00-2:30
電郵: gcceng@gmail.com

Findlay 教堂地址: 56 Clarendon Place, Glasgow G20 7PZ
除粵語 (普通話翻譯) 和英語崇拜, 另設其他聚會, 詳情請往教會網站查看。

網址: glacc.org/
電話: 0141 286 2194
2 Melrose Street, G4 9BU

利茲華人基督教會
Leeds Chinese Christian Church

「以基督為房角石建立教會」-彼得前書 2:4-5

主日崇拜: 粵語: 上午10時30分
英語: 上午10時30分
國語: 下午1時正

地址: 155 Kirkstall Road, Leeds LS4 2AG 電話: 0113 2427041

herald-uk.org
Facebook.com/HeraldUK

號角新時代
Herald Monthly New Era

QR Code

5G

號角
Herald UK Monthly
英國版
新聞、財經、影視、旅遊

號角 美國版
號角 美東版
號角 美西南版
號角 美西北版
號角 加拿大版
號角 歐洲版
號角 澳洲版
號角 香港版

武彥萍 會計師事務所
YOUR TRUSTED ACCOUNTING PARTNER

武彥萍會計師事務所是一家立足英國本地, 具有豐富經驗的專業會計師事務所。由英國特許公認會計師協會 (ACCA) 註冊會計師團隊組成。我們已為2000+企業與個人提供財務與合規支持。

ACCA註冊 會計師團隊 服務超過 2000家企業 中英雙語 服務 ACSP授權 電腦報稅

1. 我們提供的主要服務:

- 01 公司與註冊
 - 公司註冊、變更、註銷
 - 董事股東變更, 註冊地址變更
 - 申請確認信, EORI號申請
- 02 財務與稅務
 - 記帳、年終財務
 - 公司稅、個人稅、自僱稅、VAT申報
 - 稅務規劃與合規諮詢
- 03 薪資與員工
 - PAYE註冊與薪資申報
 - 員工與退休金管理
 - 產假工資 SMP 等僱員相關服務
- 04 個人與其他服務
 - 房產、投資收入報稅, TCSP
 - 銀行開戶證明
 - 商標註冊申請

2. 服務費用清晰透明:

- 個體戶 £300/年起
- 有限公司 £1088/年起
- 休眠帳戶 £165/年起
- 創新型業務 £360/年起 (前奏價)

07761705777
Unit B2 Office New Smithfield Market, Whitworth Street East, Manchester, England, M11 2WJ

掃碼諮詢 >>>
微信掃一掃, 專業顧問為您服務

當卡士達華人基督教會

教會崇拜/週間聚會/通訊地址:
Oswin Tabernacle, Oswin Avenue, Balby, Doncaster DN4 0NY

主日崇拜: 星期日早上11時 (粵語及國語)
中文學校、青少年、兒童主日學: 星期日上午十時至下午1:30
查經/祈禱/團契活動: 星期一早上10時開始
牧師: 曾景如、潘靜霞 (07798 677998) 傳道: 駱偉國 (07729 208901)
電郵: doncastercccchurch@gmail.com

領受豐盛生命

基督教倫敦華人宣道會

主日崇拜及聚會時間
粵語 10:00am - 11:45am 英語 11:30am 國語 2:00pm
Victoria Hall, 181 John's Rd, Harrow HA1 6QT
星期六粵語崇拜時間 11:15am
The Grove Academy Primary School
Fourth Avenue, Watford, WD25 9RH

向主學習
實踐所託

Contact persons (聯絡人)
主任牧師: 朱滋峰牧師 電話: 07515-734109
中文堂牧師: 趙偉榮牧師 電話: 07598-465680
網址: www.london-cac.org.uk

歡迎赴會!

点燃黑夜的文字： 别让《英国号角》 的福音之声沉没

「主发命令，传好信息的妇女成了大群。」——诗篇 68:11



险峻的困局： 我们正经历难以想像的寒冬

「我们四面受敌，却不被困住；心里作难，却不至失望。」——哥林多后书 4:8

近年来全球经济环境剧变，我们正被推向一场前所未有的风暴中。
印刷成本如同滚雪球般直线飙升，加上高昂的邮递与物流运输费用，
让每一份送到读者手中的报刊，都承载着无法负荷的沉重。
我们正处于**极度财务紧绌与经营困难**的非凡困局之中。眼前的挑战极其严峻，
处境之艰难实在难以想像——我们每个月都在与庞大的赤字赛跑，
已到了难以维持出版的生存边缘。

若没有及时的遮盖与援助，《英国号角》恐怕将被迫按下暂停键，
这份坚持多年的文字福音，正面临随时断炊的险峻危局。



慷慨解囊： 成为文字宣教的同行者

「少种的少收，多种的多收，这话是真的。各人要随本心所酌定的，
不要作难，不要勉强，因为捐得乐意的人是神所喜爱。」——哥林多后书 9:6-7

我们深知文字的力量，更不愿看见这片福音的禾场就此荒废。
在此，我们向各教会、机构团体以及每位读者肢体发出最真实、最恳切的呼求：
《英国号角》极度需要您每月的固定奉献与慷慨解囊。
不论金额多寡，您的每一份支持都是关键的微光，
能拉住我们不至下沉，让这份文字事工能在干旱之地继续滋润人心。
同时，我们也诚挚邀请各界团体、教会与个人**踊跃刊登收费广告**。
这不仅能为您的事工或业务带来最佳的曝光，
更是直接帮补我们每月亏损、撑过风雨的最实质力量。

请与我们一同守护这块文字宣教的麦田。您的伸出援手，
将让这份微弱却坚定的**号角之声**，继续在英国夜空中回响！

有意奉献及惠登广告，敬请联络：

冯兆雄 (Perry Fung)

电话：07782 336869

电邮：perryfung@cchc.org

奉献银行转账资料

银行户口名字 (Bank Name):

NatWest Bank

银行商业户口名字 (Business Account Name):

CCHC-UK

or Chinese Christian Herald Crusades UK

银行编码 (Sort Code): 60-23-09

商业户口号码 (Business Account Number): 76653684

IBAN: GB08NBK60230976653684

BIC: NWBKGB2L

或扫描以下QR Code直接转账：



基督教角声布道团 英国号角 Chinese Christian Herald Crusades UK