

免費贈閱
ISSUE 56

2022年07-08月

動動

10 years

訪問：文華
粵劇中的
時代感

小書說書
惡夢繼續

新書多面睇
- 香港尋味

都會創作人
月光騎士 Moon Knight

非遺教育

2022-2023獎助學金申請

講飲講食

生命教育專欄 / 化石與古生物世界

第十一屆生命教育繪畫比賽

右奈短詩集

上一期曾經介紹，詩人 右奈 出版了新詩集，右奈先生 一向很熱心推動詩的文化，當時，他說：「我們來鼓勵一下大家，同學讀了我的詩，寫下感想投稿給我，刊登出來的，送他HK\$1,000稿費。」

然後，他主動把詩集送給學校，供同學分享。我們真的收到同學們的投稿，選了兩篇刊登出來，而這兩位同學，當然會收到右奈先生的稿費。

其他學校如果有意參加，歡迎聯絡我們（萌動雙月刊），右奈先生會繼續把詩集送給學校，這個徵稿活動亦會繼續舉行，歡迎同學的參與。



讀了右奈先生八首關於古典樂器的詩，我驚訝於他「以小見大」的方法，寫每種樂器都不忘帶出人類和萬物，馬林巴琴灑出的自然景物、大提琴的音域之寬比喻人間和煉獄、鼓空靈的聲音模擬人類文明初起時的多樣可能性。他把各種樂器的性質抽象的發揮，從不直說甚麼，卻令你對於各種音色有種共鳴。於是我寫下了一首短詩，抒發現代樂器電結他所給我的想像和感受。

《電結他 - 向右奈先生致敬》

一些筆劃狂歡而走散於夜裡，痙攣的雨令所有人都觸電。
沙啞的山峰已沒法複述這數晚，雲層以外的上帝聽出了，那是鴉的傷口在絕叫。
流著近似人類瞳孔的血，我摸著牆上的潮意，災禍的震盪。

唐華量
香港中文大學
- 內外全科醫學士 四年級

最近我讀了一本書，名叫《右奈短詩》，這本書的主題是生命尊嚴與價值。說明了生命的可貴，應發揮自己生命最大的作用。作者反對被奴隸的人繼續奴隸他人。任何人不應該對他人有任何種族剝削及歧視。從古至今，這種行為到現在也沒有改變。作者以抽象的繪畫，利用簡化但又可以保留原始自然的方式來描寫。用詩詞闡述心靈，淨化心靈。作者對中國詩歌及文化有著深刻的傳承，將傳統文化與現代人的生活緊密結合，用現代化的手段詮釋傳統文化的經典。如在廚房詠嘆調十一首詩裡，把各地美食寫進詩裡，利用「柴米油鹽醬醋茶」到現在的「蒸煮炒燉燉」，再把各地方言結合在一起，讓更人吃到美食的同時又了解到方言，從而增加文章的生動性，更加吸引讀者的興趣。

中華基督教會扶輪中學
4C 黃靜瑜同學

目錄

02	同學投稿	右奈短詩集
03	編者話	興趣成主調
04	封面故事	訪問 文華
06	子言片語	畢業禮後記
07	英文字字有玄機	考試 / 測驗及紓壓
08	都會創作人	月光騎士 Moon Knight
10	香港電影	《淪落人》的電影美術
13	小書說書	惡夢繼續
14	新書多面睇	香港尋味
16	創業之道	創業精神
18	夜行三俠	三俠的小學時代
24	生命勵進基金	古今詩情
26	生命勵進基金	非遺教育
29	生命勵進基金	生命教育專欄
30	生命勵進基金	講飲講食
32	生命勵進基金	IVE校園報到
33	生命勵進基金	酒店及旅遊學院
34	生命勵進基金	生命教育繪畫比賽
36	生命勵進基金	粵劇演出《醫聖張機》
38	生命勵進基金	22-23獎/助學金申請表

「學生小說區」下期繼續，歡迎投稿，一經刊出，薄酬港幣三百元。請把稿件連同姓名、學校、聯絡電話，以及電郵提交到：
anthonywongjon@yahoo.com.hk



特別鳴謝郭銘祥先生贊助今期《萌動雙月刊》的印刷及其他開支。

萌動

2022年07-08月



編者話

興趣成主調

一向以來，我喜歡文字，也喜歡畫畫，有時又寫寫書法，大家都知道我有點不專心，提供了一個頗為不正確的示範。

最近，又迷上了台灣奶茶，在旺角豉油街，有朋友開了一家「Double Like 菁薈」奶茶店，推廣茶的文化。大家不妨來探我的新作品……別誤會，我不是來兼職沖奶茶？重點是：

我負責設計制服！

我負責設計制服！

我負責設計制服！

畫畫本就是我的興趣，大學時期亦是讀紡織及時裝的，但一直沒有在這方面發展。近來在網上發表「一筆畫」，引起一些注意，居然有機會設計時裝，當中的喜悅，急不及待要和大家分享！

萌動雙月刊 創辦人 黃獎
2022年07、08月

粵劇中的時代感



醫聖

文：粵劇老倌文華小姐
萌：萌動記者 黃葵

文華小姐本身是一位消防隊長，同時，又是粵劇老倌兼導演，近年多次演出不同的新作。去年，「生命勵進基金會」會長郭先生看過她的新劇《醫聖張機》之後，讚不絕口，將會在今年9月初，贊助這個劇重演，免費招待中、小學生到場欣賞。

萌：文華小姐，我雖然尚未看過你主演的《醫聖張機》，但知道這是講述東漢名醫張仲景的故事，用醫生做主角，比較特別，為什麼會有這樣的構思？

文：故事主人翁張機，是歷史人物，寫下中醫經典《傷寒雜病論》，後人尊為「醫聖」，本身就是值得我們致敬的人物。不過，劇中故事其實是杜撰的，主題講述環保及勸人毋忘初心，應放下仇恨，也讚揚醫師在疫情中不畏艱辛，為救人無懼以身涉險的精神，借用經典人物，增加吸引力。

萌：講環保的主題嗎？這個課題，很少在粵劇中呈現，對嗎？

文：我在2020年著手創作此劇，當時，新冠疫情剛剛影響香港，所以有感而發。我察覺到，近二、三十年來，世界各地多次爆發大規模疫症，天災頻生，似是大自然向人類發出警號。人類對自然界資源貪婪豪奪，開始見到自然界反噬。所以，我想利用這個劇，傳遞人類要與自然界和解的信息，為地球的永續作出反思及補救行動。



文華時裝照

萌：這個題目，很有時代感，但要放在舞台上表達，是否很有難度？許多年青觀眾認為，粵劇的節奏慢，所以沒有興趣，如果要闡述這些複雜的訊息，會不會悶上加悶？

文：所以，會有妖怪的戲份。不過，劇中的妖，可能是大自然的擬人法，這些妖長期被人類欺壓，於是就起來反抗，引起不同的災難，這是一種仇恨的表現。妖不是天生的歹角，他們本來也是善良的，故此，他們會問「我是壞人嗎？」他們會當下做出抉擇，為善為惡，在一念之間。



尾聲

萌：很期待看這一幕！另外，我總覺得年輕一代的觀眾，不容易對粵劇發生興趣，你有什麼看法？

文：首先，我要告訴你，粵劇是不斷有新觀眾的，我接觸到一些戲迷，年紀可能不小了，逐漸對粵劇發生興趣的。的確，有些觀眾是需要去到某個年紀，才會享受到這些欣賞點。

對於年輕一代，我們應該抱「播種」的心態，讓他們有所接觸。粵劇藝術將「寫實」與「虛擬」結合，觀眾要有一定的認識，才懂得欣賞。

萌：這也是一種教育，對嗎？

文：有時，觀眾也是會成長的。我在《牡丹亭驚夢》演小生，出場時採取不同的模式，去演繹心情的變化，居然收到戲迷的訊息，問我為什麼不同了。

萌：（笑）戲迷越來越「識嘢」嘛！

文：是開心的，但也難免有壓力。

萌：我自問不是「識嘢」那種戲迷，期待9月，看你的《醫聖張機》，把握「學嘢」的機會。

萌：醫聖的出現，自然就是和妖的戰鬥，對嗎？

文：妖的安排，可以有不同的造型，會有新的感覺。另外，又會有感情戲，這兒，我會有不一樣的詮釋，在美滿姻緣和成就夢想之間，究竟應該如何取捨，希望引起觀眾的思考。

萌：我知道你用還用了投影技術，令畫面更有美感，對嗎？

文：我相信，傳統藝術也需要與時並進，利用新科技，是有一定的好處。不過，真正重要的，是怎樣去配合劇情，而不是純粹包裝。

其中一幕重點戲，和我剛才說的愛情的抉擇有關，需要做一場漫天蒲公英的效果，令觀眾有置身場內的感觉，投影技術就起到很大的作用。



文華_梁山伯造型



文華_寶蓮燈劇照



醫聖

【子言片語】

畢業禮後記

66

周子嘉老師

中學中文及綜合藝術科老師，曾獲青年文學獎冠軍，相信文字的力量，盼以文字讓世界變得美好。

99



「Miss，有學生找你！」畢業禮後回到教員室，已經差不多晚上九時了，正想收拾趕緊下班去「醫肚」（對了，因為午飯後的綵排，再到畢業禮完結，大家都半天沒吃過東西，只想快快離開），忽然有同事說，有學生找我。

「會是誰呢？」我嘀咕著，心想這一屆中六畢業生中，也沒認識幾多個，有些品學兼優會叫得上名字的學生，我叫得出他們的名字，他們也應該不認識我，那會是誰那麼有心，完了畢業禮還特意去教員室要來找我呢？

我推開了教員室大門，向著走廊上的人群掃視一下，沒看到任何熟悉的面孔。

「大概是同事聽錯了吧！」我正要轉身，人群中有一個男生冒出來：「Miss，我畢業了，想跟你影張相。」

「啊！你終於畢業了！」我驚喜道。

幾年前曾經當過這個男生的班主任，作為全級成績最弱一班的班主任，班上的學習氣氛可想而知。每科一個學期數次測驗，只要稍有作答，沒有睡覺錯過測驗，能夠在選擇題上碰碰運氣，或許就能避過跌入留班的命運。

當然，也有人覺得，那怕平常上課通通睡過去了，只要考試前稍稍動力作答，總不會捧蛋吧！但是，考試不捧蛋，但平常分沒幾多分，自然還是逃不過要留班。

留班制度，可愛又可恨。留班的原意，是讓成績跟不上的學生多讀一年，打好根基，升上去基礎較穩。可是對於沒有學習興趣的學生，或者是距離基礎還有很遠距離的學生，重讀就是不停的輪迴——聽不懂的英文還是聽不懂，搞不清的數學題依然搞不清。好運的話，第二年同學成績比自己更弱，自己能勉強升班；不幸的話，對手太強，自己又得再度「連任」。

當年做他的班主任時，知道他無心向學，但見他對學沖咖啡有點興趣，著他要好好去學。之後，我再沒當他的班主任了，只偶爾會在樓梯間碰到他，彼此點點頭，後來，有在IG上見到他沖咖啡的短片。

「之後有何打算？」

「會去台灣吧！我打算學廚。」我感覺到他對新的學習生活充滿著希望，人生也總算有一個明確的目標了！

學習永遠不會太遲，朝著自己的興趣方向吧！

英文字有玄機



撰稿：伍德基先生
(香港中華文化發展聯合會主席)

考試/測驗 (Exam / Test) 及紓壓



相信普遍學生最不討好的學習事，要算是考試(examination)及測驗(test)了。面對大小考試，有家長會到廟宇(temple)求拜神靈，祝願子女學業順利。不少學生會參考多種典型的(exemplary)例子(example)及試題樣本(sample)，以追求精確的(exact)答案。有些則採用填鴨塞滿式(cram)的方法，死記硬背。但當主考官(examiner)透過考試檢查(examine)這些應試者(examinee)的實力時，每每未能發現任何出眾的典範(exemplar)。有些考生更因為試前患病，例如肌肉像被鐵鉗(cramp/clamp)夾緊(cramp/clamp)般，導致抽筋(cramp)，要向當局申請豁免(exempt)應考。

為求好成績，學生除要熟讀課本(textbook)內課文(text)的上文下理(context)外，還有參加不少模擬(mock)測驗(test)，以爭取亮麗的推薦書(testimonial)。但過分參加這些近乎比賽(contest)的測試，評估遂變得歪曲(mockery)，仿似自我嘲弄(mock)，搬起石頭(rock)砸自己的腳，令自己容易陷於淤泥(muck)之中。角逐者(contestant)亦因壓力太大，容易患上腸道(intestine)疾病，厭惡(detest)甚至抗議(protest)考試，並有易怒的(testy)情緒反應。

美國哈佛大學社會心理學家證實(testify / attest)，調整自己的身體動作至積極開放型，例如刻意及持續擺出笑容、習慣用深而慢的方式呼吸、經常挺直腰板，久而久之，身體外在的正向變化，會引致積極的內化，刺激腦內化學物質一羣固酮(testosterone)等荷爾蒙的分泌，令自己變得更有自信。正向心理加強了，就更有自信心，再加上均衡飲食、定時運動(包括靜觀練習)和充足睡眠，壓力的負面影響亦會減少。



[參考：艾美柯蒂 Amy Cuddy：《姿勢決定你是誰》 " Presence : Bringing Your Boldest Self to Your Biggest Challenges ", 2020。

TED Talk 片段可參看：
<https://www.youtube.com/watch?v=McE-AuemcFg>]





電台主持 紫龍

最初接觸到這位英雄人物並非漫畫、亦非Disney+，反而是從Marvel手機遊戲。純粹由造型、能力去了解，已經應到非常好奇。再慢慢認識到當中背景、世界觀，更有一份魅力。

希臘神話大家都有不少認知，而埃及神話大家又了解多少？古埃及宗教信奉神多達二百位，不但有九柱神更有八元神等等的「神集團」。埃及神話中，古埃及聖地赫里奧波里斯所信仰的九位神祇就是九柱神，包括了太陽神阿托姆、冥神歐西里斯等。而給予月光騎士力量的月神孔蘇（Khons）亦司掌醫藥，故此讓男主角有極速復元能力。現今普遍接受孔蘇名字出自「khenes」，意為「跨越（to cross）」或「旅行（to travel）」。所以作品中也有一幕「斗轉星移」將晚空「回帶」到古代某一夜的情節。

漫畫中亦早早有提及九柱神就像《雷神》的阿斯嘉人一樣處理。而電影亦有可能一早有關係。除左一早透露未來電影製作外。大家《記得美國隊長3 英雄內戰》中，黑豹亦有提及「死亡不是終點，更像出發點。只要伸出雙手，貓神及戰爭女神會帶你進入綠色草原，你可以盡情奔跑。」另一套電影《黑豹》提到烏干達的起源，女豹神巴斯蒂帶領下找到心理草藥，而賜予第一位黑豹速度及能力。

當中的貓神及豹神正是同一位神，只是不同譯名。都是古埃及的尼羅河一帶有關的年度祭典，活躍的神。看來月光騎士相關的未來藍圖應該會有很大發展空間，令人期待！

文化人 吳家強

Marvel這回真夠意思。即使在pg13的尺度，仍然憑純粹的符號元素及文化圖騰，呈現妙趣橫生，變化多端的作品。超級英雄、埃及神話、心靈健康、婚姻探討、家庭教育等……亦是集動作、驚悚、搞笑、劇情於一身，囊括很多元素同時又展現得非常精彩，特別是主角精神分裂下的種種光怪陸離幻象，還有隱藏在畫面，但接近《夜魔俠》與《懲罰者》的暴力感，這個表達手法又巧妙地安排好伏筆，人格彼此之間的對照，以及和其他角色的互動，都沒有浪費月光騎士本身設計。好像沒什麼人談論到Oscar Isaac演技。最後，請為飾演「午夜人」（Anton Mogart）的Gaspard Ulliel默哀。



文字遊俠 張志偉

記得《月光騎士》影集在Disney+上映前，我對這部漫畫一無所知。頂多聯想到造型差不多的老牌日本動漫英雄，月光幪面俠。又或聽過坊間所說，月光騎士只不過漫威的蝙蝠俠，有錢但亦有精神分裂。因為有這兩個前設印象，我便沒抱什麼期待按時收看這影劇。（當我受過了《獵鷹與酷寒戰士》和《鷹眼》這兩套影集剛剛合格的水準，就不曾期待過漫威會再有《汪達幻視》這麼精彩又具追看性的作品。）

結果，《月光騎士》影集的第一集在敘事手法就叫我驚喜，不，應該是飾演男主角的Oscar Isaac的精湛演出，其神情突出了如斷片般的敘事手法的劇味轉折。他的演出叫人信服，他最初出現觀眾眼前的是博物館工作人員，要拿捏莫明奇妙遇上怪事的神情。之後，再來是眼神凌厲的傭兵，但又不是殺人如麻那麼殘忍，請大家記得收看最後的最後，他不讓觀眾失望的三度出場……一集一集的欣賞下去，才感嘆《星球大戰》七八九集為什麼浪費了這位好演員。喔，還有《沙丘瀚戰》的主角老爸又是他！

至於故事方面，《月光騎士》影集劇本的結構嚴謹，比起之前任何一套漫威影集都強得多，既沒有多餘的枝節，加上每一集都處處彩蛋，就是暗示或提示你不容錯過即將在往後發生的驚喜。如果一星期一集看下去，可能會錯過了那些前後呼應的伏線，但現在大家找個時間一次KO《月光騎士》第一季，不妨隨時按下暫停鍵來欣賞劇組人員的心思！

神秘學達人 Alvin

之前無特別留意MCU的「月光騎士」，只是覺得造型有點像兒時偶像「月光蒙面俠」。漫畫版主角設定是一個多數在夜間出動的富翁，所以被喻為「MCU的蝙蝠俠」。一個埃及神話背景、看來像月光蒙面俠的蝙蝠俠，感覺總是怪怪的？

在無期望下收看第一集：不得了。無論剪接、氣氛營造，再加上主角的神演技，雖然變身造型到最後三分鐘才出場，但整集絕無冷場，而且覺得主角飾演星戰 Poe Dameron實在大材小用。

回到劇情，主角是埃及月神孔蘇賦與神力的地上執行者，類似人間代言人的作用。在最後決戰中，孔蘇被封印，主角失去戰甲保護下被槍傷倒地，在瀕死邊緣去了埃及神話中的冥界。在這裡，劇中的兩種人格：Marc 及 Steven 同時以個體出現，在冥界用天秤量死者心臟，而天平另一頭用的，是羽毛砝碼，如果平衡的話就可以去金色蘆葦原無憂無慮地獲得永生，如果不能平衡，就會被拉入沙漠石化永不復還。

埃及神話中而未通過審判者的靈魂則被阿密所吞噬。古埃及亡靈書有畫了在冥界中的心臟秤重儀式，主持人是死神阿努比斯。用於稱量死者心臟的天平另一邊是羽毛砝碼，而神獸阿密則在一旁等待著她的食物。而冥界主宰奧西里斯坐在通往蘆葦原的門廊之中。墓穴常被古埃及人看作是人間與冥界的分界線，而死者的靈魂也是由墓穴從冥界返回人間。看來阿密並不是有很大能力的喔？

「精神病院及院長Arthur會不會是真實世界，而月光騎士會不會是幻覺呢？」相信觀眾都會同主角一同經歷，在穿梭真實與虛幻，生存與死亡之間，主角要與自己的另一個面向和解，接納，可以為其獻出一切，才會突破解限，突破死亡，救贖自己的過失。這亦都是新紀元運動的核心：擁抱及接納自己的每一面向。

萌動記者 黃獎

《Moon Knight》不是一般超級英雄片，論超能力，他並不出色，但正如男主角Marc所講，他的第二人格Steven才是他的超能力！換句話說，擁抱自己的特質，視自己的精神病為兄弟，令人好感動！（當然，講就容易，真的要做出來，難度超乎想像。）

另外，聽到有些人說覺得這個劇「很不Marvel」，令我有哭笑不得的感覺。Marvel漫畫這六十年來，就是抱著「創新和貼近生活」為創作宗旨，在我眼中，這個劇是很Marvel的作品，有人看了十來部爽片，覺得自己很了解Marvel，其實是瞎子摸象！

我畫了一幅「一筆畫」Mr. Knight，屬於Moon Knight的一個形態。





香港金像獎電影 《淪落人》 的美術指導 劉雪筠專訪

《淪落人》美術指導：劉雪筠

劉雪筠 (Joanna Lau)：香港電影美術、影視攝影及監製、製作及導演、編劇、監製。曾參與多項影視、2000年獲電影《淪落人》最佳電影美術、獲頒香港電影金像獎《新時代電影》、《Parkett Cinema》、《亞洲電影》等、憑《淪落人》獲《亞洲電影》最佳電影、2000年獲《亞洲電影》最佳導演、並獲頒金像獎最佳美術指導、憑《淪落人》獲《亞洲電影》最佳電影美術獎。

劉雪筠的自述：

這次是電影美術指導金像獎，雖然除了金像獎之外，其他都是獎項，但對我來說最珍貴的還是金像獎的獎項，因為這代表著我的專業。

我們做了這麼久的電影美術，覺得它跟其他專業一樣，都需要不斷學習和進步。所以我們也會去參加一些課程，比如說攝影、燈光、攝製、美術設計等等。我們也會去參加一些展覽，比如說金像獎、亞洲電影等等。我們也會去參加一些電影節，比如說柏林、戛納、威尼斯等等。我們也會去參加一些電影研討會，跟其他專業人士交流。

我覺得電影美術跟其他專業一樣，都需要不斷學習和進步。所以我們也會去參加一些課程，比如說攝影、燈光、攝製、美術設計等等。我們也會去參加一些展覽，比如說金像獎、亞洲電影等等。我們也會去參加一些電影節，比如說柏林、戛納、威尼斯等等。我們也會去參加一些電影研討會，跟其他專業人士交流。

我覺得電影美術跟其他專業一樣，都需要不斷學習和進步。所以我們也會去參加一些課程，比如說攝影、燈光、攝製、美術設計等等。我們也會去參加一些展覽，比如說金像獎、亞洲電影等等。我們也會去參加一些電影節，比如說柏林、戛納、威尼斯等等。我們也會去參加一些電影研討會，跟其他專業人士交流。

我覺得電影美術跟其他專業一樣，都需要不斷學習和進步。所以我們也會去參加一些課程，比如說攝影、燈光、攝製、美術設計等等。我們也會去參加一些展覽，比如說金像獎、亞洲電影等等。我們也會去參加一些電影節，比如說柏林、戛納、威尼斯等等。我們也會去參加一些電影研討會，跟其他專業人士交流。

我覺得電影美術跟其他專業一樣，都需要不斷學習和進步。所以我們也會去參加一些課程，比如說攝影、燈光、攝製、美術設計等等。我們也會去參加一些展覽，比如說金像獎、亞洲電影等等。我們也會去參加一些電影節，比如說柏林、戛納、威尼斯等等。我們也會去參加一些電影研討會，跟其他專業人士交流。



美術部門道具手是一個團隊，所以美術道具手是清楚地表達我們想怎樣拍，有什麼要注意，緊密溝通。我們應該與所有經驗者對的道具師傅，他們也會用自己的經驗與我們交流。

搬出這個地方，有些人會問這個地方是不是真的啊，有細節跟細節的處理其實不是，這舉措出來的。

因為導演想拍家庭劇，我們考慮不要太真實，但因為各種原因，例如時間關係，評估過後，最後決定外景是實地，屋內主要是香港仔區當都一處石叻花園。再車渡屋內景。因為我們是首創電視片計劃，由電影發展基金資助的，常常向相關政府部門，經基金方面申請，能免費借出給我們，在預算及時間上是最佳。



這些花園有幾層閣樓，自前年已經荒廢至今，所以屋內地下層，甚至廁所廚房露台都是全廢的，需要重新修葺，再建築。場地沒有電燈，附近沒有車道直接到達，所有屋內東西都是史姆拉拍下去的，沒有水及電，所以水管都是我們重新鋪過，所有電器爐到抽煙機，水喉有水化才能夠做別類。電力來自劇組發電機，另外我們借大水缸提供屋內自來水。

“一開始就決定偏向日式風格。”

前期選擇的時候，參考了香港人士的家，去不同的風格。為傳統人士考慮的廚房內扶手，日式沖茶檯，日本廚櫃的櫥門，日式床及榻榻米榻榻米，到白雲等，增加傳統人士真的住在那樣的真實生活感。場景中有個物件不會像我們，配合溫馨性格，也為了拍攝活動方便。部份物件是我們拍回來及我自己健康，超過一半傢俱都是從垃圾站執拾來的。

為了營造曾經溫馨的家，用了米黃色作土調搭配紅色木製窗簾年代pattern的傢俬，呈現暖色調的感覺，也成了住了二十多年的舊感。特地選擇綠漆，因為黃漆坐在輪椅上的高度剛剛好，能美化裝飾很多東西。然後你當發覺，為甚麼那吋窗簾多條都是綠色的，有就是窗簾台的綠色玻璃門，綠色窗簾，綠色洗衣機，綠色掛鐘，綠色梳化，綠色餐桌及椅子等。綠色是中性顏色，近年代的電腦會發現有好多綠色，因為技術原因，從前的電腦一用就可十幾二十年，綠色耐看，也合適一家大小，不分男女，也有和藹的感覺。整個住家經過這些的家，我想借此給各條件作主調配合米黃色牆紙，除了客廳外，牆上掛上一幅花的掛畫及屏風燈籠，牆上貼上貼紙等等，都顯示這個家曾經有過家人的生活痕跡。這便是百家家的色調，米黃色+綠色不就是現在愛國那的顏色嗎？



場景上出現的陳設也需要合理，例如成人紙尿片或者紙巾等日用品，也是增加住人居住的地方的生活感。可能在劇中不是看得太清楚，露台有一張綠檯，是我們搬回來時，轉轉算新舊了的部份已經是用布帶綁住，我覺得很有生活感，所以就直接使用了。食飯的餐桌也是搬回來的，我感覺最、有一種說不出的感覺，很美。有綠漆加掛也掛著，展現什麼就說什麼，回去用。

整個置景過程弄了大約兩個多星期，不只是搭景置景，還有別的事情要同時進行。記得那時候我們每天覺得好少。

有一幕是溫哥華中區過兒子在房，我們除了營造舊日屋也佈置了很多環境設計、運動海報等，想營造他是很愛運動，是個運動發燒狂學生，但在父親意外傷殘後，這一切亦將改變，形成對比。讓觀眾明白為什麼主角兒子聽說自己癌症，不想拖累他的父親，兒子為了父親放棄他最愛的運動跑去讀書。前一幕回憶的人氣及排氣廠，對比接下來的一幕菲爾(Evelyn)在人住閣樓後，對着四面牆的荒涼感。

工廠意外是溫哥華出來的，戲片組在拍攝進行期間，一直找不到真實地盤，所以我們臨時做個地盤模型，就在幼稚園內的天井搭建，時間極少下完成，我們做了一個位置是發生意外躺下，為了不壓傷他，中間是有東西頂住重物，但鏡頭出來就黑。感覺真的難着性。

菲爾在中區中心天橋及公園進行拍攝，因為時間緊迫，所以同一天拍攝。但又應是剛四季，所以在冬天，演員都要穿著夏天衣服，我們用紙皮模切真實的菲爾聚會，做出一個紙皮鏡，但為了擋住背後背景不符合劇情季節的路人，我們紙皮鏡擋得比平常高。



最後一幕的木棉花氣味電影的場景，因為是在18日拍攝，所以電影中出現的木棉花都是用了真的木棉花，然後將棉花搗碎，再在最大風扇前，賣心協力攪棉花，吹了整棟樓都是，才得出這個有點浪漫的場面，而電影裏還有一幕打掃樓的劇情，那隻掃帚也是真的，我們買不到，所以我們到雜貨店買掃帚(因為掃帚是物料)，需要一次買很多，所以現場充斥著幾百隻掃帚，我們要小心處理，不要讓牠們走出來。

非常幸運地總算出現行走那個shot，只拍一個take就過了，但拍攝中用拖把打掃的那一幕就變成超真的掃帚，我們不會傷害任何小動物。

我們有本大事件簿用來提醒自己，記錄電影中場景有什麼需要轉去取車場間的過去，不同物件在什麼時間點要出現。電影中的手機畫面，Facebook畫面都是我們現場拍的。不用用動靜機貼上，因為我們沒有預算做後期效果。

攝影比賽攝影獎項也是我們拍出來，剛製的照片也是我們團隊去找自己朋友借來的攝影作品。頒獎台的大背景，橫刊也是我們團隊設計的。

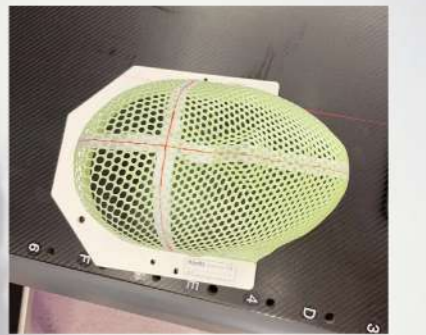
因為劇情需要，電影轉場後的拍攝是後來我們加上去的，本身是沒有。另外我們在補了資料蒐集，看看相關人士的電動輪椅都會放些什麼，再真實呈現出來。

《淪落人》得到電影金獎最佳男主角、最佳新人、最佳導演獎項，亦因為合情合理的加持，劇本層層不絕，這種題材在寫信環境下，是得到如此厚禮，簡直是奇蹟，是台前幕後的努力，得到這個成績大家也很開心。



手術後的幾天，最難熬的不是因為要接受全身麻醉而要放置導尿管、也不是手背上的「豆豆」針口、不是傷口的痛楚、不是那頭不能洗的頭髮(我可是個堅持每天早晚洗頭的潔淨小寶實啊!)、更不是開顱手術後讓我右半邊面腫得像豬頭、雙眼因腫脹而被擠得只留下兩線小縫……

手術之前，有關於我確切的病情，因著種種的未知，一切也是估計。主診的F醫生也提及手術後要把取出的腫塊化驗，待病理報告出來，才知道下一步該怎么做。有別於普通化驗，病理學檢查是由病理醫生在顯微鏡下對細胞形態和組織結構作微觀描述，與正常組織細胞對比後作出診斷。



小書在電療中使用的頭模

手術後的那幾天，每次主診醫生巡房除了看我的傷口、了解我進食的情況和叫我多下床走動，使血液循環，好讓我盡快消腫外，最後就是說等病理報告出爐，再決定如何後續治療。如是者一天、兩天、三天……病理報告還是沒有出現，剛熬過這趟大手術的我，漸漸又再次陷入一片胡思亂想之中，憂心忡忡。

我有一位從小學三年級就認識的同學，長大後當上了醫生，碰巧她有朋友在我動手術的醫院工作，她不單在我住院時抽空來探望，還替我打聽消息、解答我不少醫學上的疑問，也給了我很多很多的鼓勵(謝謝你啊方醫生!)。從方醫生得知，我的個案較複雜，需要把組織轉送到另一家醫院反覆檢驗，這一下來我也就更慌了，究竟情況怎樣?是很嚴重嗎?還是我自己嚇自己?

一般在手術後兩三天左右就可以得出的病理報告，最後我等了五天，那擔驚受怕、面對未知而恐懼的日子有夠難熬!

腫瘤科醫生來之前的一晚，主診的醫生早已預告他的到訪，說某某醫生會詳細向我解釋手術後的後續治療。在此之前，我已經從醫生口中得知根據病理報告的結果，我那個腫瘤是惡性的。匆匆五分鐘的見面，我由一個剛動完大手術、康復中的病人變成一個癌症病患者。

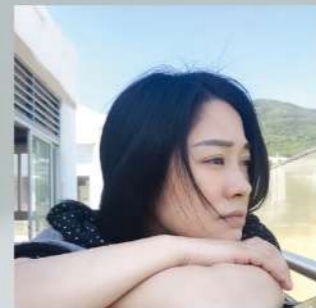
我由完成手術、康復得不錯的陶醉中猛然醒來:原來這場惡夢還要繼續，原來我可能沒有變老的機會了。

我的新書《小情書2》將會在今年七月出版，它分兩個部分:「突如其來的旅程和陪伴我走過的十本書」和「城市裏的回憶」;第一部分記下了自己知道患病後的經歷和心情，更重要是期間我讀過的每一本書，沒有文字、沒有書寫、沒有閱讀，我活不下來。

敬請期待。



店址: 尖沙咀彌敦道 36 號, Cke Shopping Mall, 2 樓 101 號舖 (尖沙咀站 D1 出口; 商場內大家樂對面) 營業時間: 星期一至日 1-8 PM (逢星期二休館)



作者簡介: 小書, 愛書人

香港浸會大學人文學士及嶺南大學文化研究碩士; 曾任職中小學英文教師。現從事文創活動及市集策劃, Market Fairish 創辦人, YOLO by Fairish 小書舍店主, 自二〇一七年起舉辦書城文化節。現於新城電台擔任《新城書房》節目主持, 於《萌動雙月刊》撰寫專欄「小書說書」。二〇二一年出版散文集《小情書》, 入圍由香港教育城舉辦的第19屆「十本好讀」選舉。

香港 · 尋味



Alison：《香港·尋味》作者Alison Hui
 Heinrich：蘇格蘭時裝專家
 萌：萌動記者 黃獎

今時今日，文化創作不再是單一地依賴印刷，出版了一本書，也會通過很多不同的方法，去接觸讀者；而且，往往會因此而增加很多交流的機會。

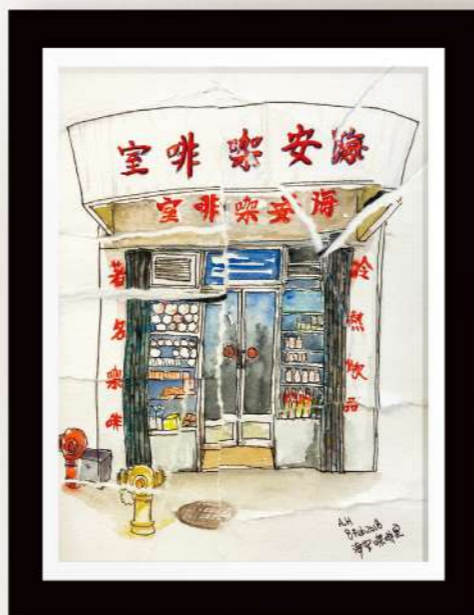
《香港·尋味》的作家兼畫家Alison Hui，早前在灣仔「城邦書店」舉行原稿展，她這個系列很有香港情懷，黃獎和蘇格蘭時裝專家Heinrich一起，專程去探班兼採訪。（他們兩人的造型，蘇格蘭裙遇上唐裝，相映成趣，Alison說：Fusion正是香港特色！）

萌：香港有很多不同的特色，為什麼重點描寫飲食方面的文化？

Alison：可能是因為我喜歡吃東西吧！（笑）其實，香港的街頭小食文化是歷史的一部份，也是香港人的共同回憶。大排檔、絲襪奶茶、檀島咖啡、維記鮮奶配上沒有菠蘿的菠蘿包……我用水彩及Marker來記錄這些光景，以筆墨留住百年老字號。

萌：民以食為天，的確是受歡迎的主題。

Alison：本來，我是想用本地咖啡店為主題的，有很多小店都極有特色，不過，出版社有一個意見，認為這些小店很容易關門，到出版的時候，有可能是完全不同的境況，建議我做些傳統美食。所以，我於2018年開始，為不同小店留下倩影，出版這本書，收錄了蛋撻、提子切片蛋糕、紙包蛋糕……有傳統美食，當然少不了香港老店：「海安咖啡室」、有近百年歷史的鐵皮檔「玉葉甜品」及著名的「春回堂藥行」都有！



Heinrich：我發現展品之中，有部份畫作被撕壞了，發生了什麼事？

Alison：這些是已經結業的老店，已經消逝的老店我們無法捉緊，唯有讓回憶停留。我製作了4個影片作品，內容包含作者跟店舖的個人的回憶，並在已結業的店舖前，撕掉原稿，去表達作者對店舖的懷念及城市化所帶來的無奈。所以，把這些碎片重新併起來，讓大家觀賞。

Heinrich：有很多有價值的傳統，只能留在回憶之中，很是可惜。

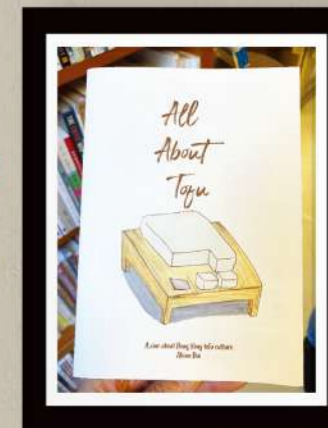


Alison：

這要靠有心人去保存，例如這一個鐵皮車仔檔的雞蛋仔，就已經是很難找到的一種風味。不過，每逢過時過節的時候，老伯伯又會出來開檔，讓我們重溫一下，有緣碰上，令人更加覺得值得珍惜！

萌：除了《香港·尋味》之外，你還出版了這本小誌《All About Tofu》，專門討論豆腐，小誌其實是什麼？

Alison：小誌也叫做「Zine」，是一種小規模的印刷品，像一本專題式雜誌，少量印刷，也方便收藏。我希望讓讀者深入了解香港美味背後的歷史，老店創辦人的汗水和趣事。當再次到訪，或享用美食時，能感受製作者的手工跟溫度。



萌：這些豆腐老店，也不容易找到，對嗎？

Alison：我去過「廖同合豆腐廠」、「公和豆腐廠」、「順興隆桂記豆腐廠」等多間傳統小店，在現場寫生，把他們當時的面貌，一一記載下來。過了一段時間，也的確有一些已經結業了。





Janko Lam 林春菊 - 新裝如初 創辦人

在鼓勵年青人斜揸生活的時候，心底裡更是希望他們可以做到「闊而精」，簡單來說，就是認識 要夠廣範(若然不懂，只管去學去問)、懂得各樣項目的精華、精神、精要，並能於有需要時加以鑽研，或找友好同儕一起完成。這期訪問了兩「組」截然不同業務但都有強烈傳承意向的企業家，兩者都有多年的職場經驗，而且於市場上已有一定知名度。從他們於事業成長的經歷中，達到今天的成績是得來不易，卻仍是保持不斷學習常變的正確心態，想是斜揸人生不可或缺的元素。

Janko 的新派華服，在 YouTube 上經常看到她的導賞，感覺是一位經驗的導賞員，將中國多年的文化寶庫以新裝介紹出來，恰如其份地將傳統和現代綜合起來。而財商教育的理念和重點不在於「賺大錢」，卻是整理好自身與金錢的關係，從而在生活中做到最合宜的選擇，減少失去方向甚至迷失的機會。

『新裝如初』 Janko Lam

問：過去 - 為何自己創業而不選擇做工? 分享一個重要啟發...

Janko 選擇創業的原因與自己的性格有關:她喜歡自由和創作，創業初期正夕年輕之時，覺得失敗了仍有時間可以重頭再來，因此把心一橫就走上創業的旅程。創業前，Janko 曾經工作幾年，但可能受學習設計的啟發，自我創業可以自己控制事業的發展和方向，對於追求多變、學習和進步的 Janko 來說會更適合，所以便選擇了創業之路。一點啟發:事業、人生都從心而起，重點是對自己的心聲多了解?

問：現在 - 創業至今多久? 分享最大得著...

創業由 2010 年至今，大約 12 年了。最大的得著就是發現設計師所涉及的範疇比想像中的廣:原本在學習和打工時，以為設計師的工作可能只有設計創作和車縫服裝。當真正開始創業後，Janko 發現設計師的發展和學習空間可以無限延伸，Janko 獲得更多機會去接觸和學習不同技能，如銷售系統、會計、管理等，當中學到的新技能，就是另一個得著。

問：未來 - 未來理想發展方向? 需要那方面資源?

【新裝如初】創辦的理念一直都是「希望每位華人都有一件屬於自己的華服」，這一點未來也不會改變。未來的發展方向，Janko 希望向海外發展，原自於創業期間，一直收到海外華人的查詢，他們可能是移民華人、移民後代或各種原因想穿華服。此外，Janko 覺得華服的美，也不應受國界、距離，而束之高閣。讓更多人看到、接觸到、了解到，才能將華服真正普及化，Janko 希望發展至海外，現正接觸和探索海外網絡的合作資源。

問：從消費者的角度，要什麼，為何喜歡?

Janko 覺得消費者是很聰明的，他們在購買服裝時，很多時不只會考慮當時潮流，「快時尚」的熱潮已經退卻，消費者會開始尋求內需，選擇買一些自己真正喜歡的服裝，例如:質量好、舒適、環保、有文化特色等的服裝，穿上身上以表現自己的風格。

問：服飾創意，如何帶出復古及潮流?

Janko 認為所有創意都不會無中生有，要帶出復古及潮流主要要在兩者之間取得平衡。如果單純地去尚古，即只去追隨舊事物，而不做改良，追不上潮流，便會被淘汰更不能將之承傳。所以，需要在兩者之間去找平衡點，用現代手法去演繹舊事物，令舊事物可以用一個新的形態在現代流傳承傳下去。

問：服飾的喜好，較個人化，自己的定位，思維，文化，智慧如何影響?

服飾無論是穿著或設計風格，Janko 建議先了解自己的喜好。以個人為例，Janko 喜歡穿中性、舒適的服裝，Janko 亦喜歡華服(當然!)，因此日常穿著的服裝都會帶有華服和寬鬆舒適兩項元素。當找到自己喜歡的穿著風格後，就可以因應不同的場合，去選擇適合自己又合乎不同場合要求的服裝。每個人在建立或轉變個人風格時，需要時間累積，在過程中可能體驗到不同國家的風土人情、看了不同書籍、接觸到不同的朋友，這些經歷都會讓人加深了解自己的喜好，並且表現到適合自己的獨特配搭出來。



『財商教育學院』



讀者們有否聽過 IQ (智商)、EQ (情商)和 AQ (逆商)嗎?除了有 IQ (智商)、EQ (情商)和 AQ (逆商)外，還有 FQ - 財務智商，簡稱「財商」。

財商並非教人投資的方法或令人發達的工具，而是一種提升金錢管理的能力、如何建立正確金錢價值觀和改善人與金錢的關係。在香港的教育制度下，學生以語文教育(中、英、普)、邏輯教育(數學、微積分、統計學)和專才教育基本入門(經濟學、科學、歷史...)為主流，但卻沒有正視財商教育的重要性。每人每日的生活都離不開金錢，為何學校沒有教導學生財商知識呢?原因有兩個，一、老師都不懂如何教，二、教育制度的設計沒有涵蓋。有見及此，財商教育學院扮演了一個重要角色去彌補這個教育漏洞。

學習了財商(FQ)等於懂得如何管理自己的人生，學會建立正確金錢價值觀，與金錢建立好朋友的關係，有助追尋自己的夢想。因此學習財商並不是學習如何利用投資工具賺取更多金錢，而是建立一套正確的金錢價值觀，有助規劃和管理自己的人生，達成自己的夢想。



財商教育學院課程合照



財商教育學院 MBTI 活動花絮

財商教育協會於 2015 年創立，並於 2019 年正式成立財商教育學院。通過正規教育及成長教育兩個範疇，讓每一個人將財富、夢想、幸福、快樂一併活出來。從過往經驗中，學院見證不少學員通過課程認清自己的個性和目標，個性變得正向積極，勇敢朝住自己的目標，通過金錢管理一步步向著夢想出發。

時至今日，財商教育只有約 1% 本港人口認識到，學院期望未來可以結合到更多認同這項教育信念的教育持份者共同合作，將財商教育引入正規教育制度中，甚至推廣到每個家庭的教育裏。若大眾認為學習中、英、數是學術層面中必須學習的重要一課，那麼在人生規劃層面上，財商教育就是生活中不可或缺的一課。財商學院建議從四歲教育開始，就要讓兒童及年青人從進入社會賺取金錢之前，學習認清楚自己與金錢之間的關係，學習與金錢建立良好關係，正確對待和管理金錢，學會正確規劃自己的人生下半場。

現今年青人擁有很多寶貴的禮物，例如:創意及勇於追夢的精神，倘若能將這份禮物充份發揮，必定能擁有一個美麗光明的前途。財商學院知道成為百萬富翁並非終點，但是他們深信每一個人都能狗成就自己心中夢想的設計師及執行師。年青人需要給予自己多一個選擇，學會如何規劃自己的美滿精彩人生，做一個卓越的理想設計師及執行師。



財商教育學院課程花絮

小學篇

夜行英雄 NIGHT HERO



勇闖鯊魚灘



- 1 -



- 2 -



- 3 -



- 4 -



蜜太郎

蜜袋鼯—因喜愛甜食、擅長飛行、擁有袋鼠般的育兒袋而命名。蜜袋鼯是樹棲和夜行動物。牠們的身體兩側有滑翔膜，幫助在樹林間滑翔。



夢夢

矇眼貂—又名地中海雪貂。因眼睛旁常有一片黑色，形狀像眼罩的毛而命名。矇眼貂是夜行動物，牠們主要在黎明及黃昏時間活動。



小紅女

紅白鼯鼠—體形像松鼠，因毛髮為紅色和白色而命名。紅白鼯鼠是樹棲和夜行動物。牠們的身體兩側有滑翔膜，幫助在樹林間滑翔。

誰是大盜



- 1 -



- 2 -



- 3 -



- 4 -

拾·半工作室

DUCKJAI:
Thwip~!!!

恆蟬:

Cicada Always Resurrects
Inspires Surprises

W.:

I deliver paint.
The 't' is silent.

bcdef:

Hello, I go to school by bus.

Priscilla:

:)

茵茵向榮:

其實我Cutie(蠢)過隻豬

阿 Fred:

整Product同急粉都係我嘅專長!

慧山:

Hi~(©©)

邁邁:

法外

Taka:

Just a normal guy
ㄉ_ㄉ

Ling:

見字飲水

Cfu:

爆肝系專業社畜

Lydia:

活著如詩!

ppkfdapF:

唔建議畫完將幅畫水平反轉聯!

香港能仁專上學院

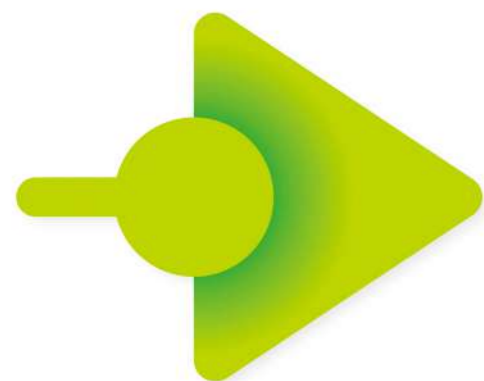
Hong Kong Nang Yan College of Higher Education



香港能仁專上學院
Hong Kong Nang Yan College
of Higher Education

嶄新體驗

揀錯科=入錯行？ 想一邊讀書一邊累積另一行業經驗？



能仁「終身學習孵化器計劃」
報讀一個課程
獲得多於一個專業領域知識及技能
擴闊你未來就業的可能

增強就業競爭力 真正「贏在起跑線」

1門專業

2項技能

3種體驗

4無量心



▶ 能仁助學金

特別創立「能仁助學金」供本學院同學申請。

▶ 提升語文水平

學院為學生提供中、英文增補班，為學習與工作奠下良好的基礎。

▶ 各項專業課程

- 基礎專上教育文憑 (一年全日制/兩年兼讀制)
- 老齡化社會健康管理高級文憑 (兩年全日制/四年兼讀制)
- 中文(榮譽)文學士 (四年全日制/兩年全日制Top-up)
- 社會工作(榮譽)學士* (四年全日制)
- 會計(榮譽)工商管理學士** (四年全日制/兩年全日制Top-up)
- 護理學(榮譽)學士*** (五年全日制)

所有課程已通過資歷架構的專業評審

*畢業生已合資格向社會工作者註冊局申請為註冊社會工作者

**除HKICPA及ACCA外，課程另獲下列4大專業公會認可，配合社會需要：香港特許秘書公會(HKICS)、澳洲註冊會計師公會(CPA Australia)、英國特許管理會計師公會(CMIA)及國際會計師公會(AIA)

***本課程現正由香港護士管理局進行評核，在沒有結果之前不會招收學生

9月開課
現正接受報名
(2022年至2023年度入學)

課程查詢

電話：3996-1000 / 3996-1001

WhatsApp: 6141-6760

Email: registry@ny.edu.hk



課程資訊

古典詩中「父親」的形象

羈魂

無論如何稱呼，「父親」的含義都承了不同意義，例如慈愛的、正當無私及嚴肅的、值得信賴的、教養子的慈愛長官或導師。事實上，古代的知識份子會一直留意發展與此類詞「家庭關係」，例如，《禮記·祭義》就說：「國有祿，親父曰，曰一天」；《孝經》更定定下一套與倫常有關的條例，《禮記·祭義》更說：「有父事之，則謂之孝」。我們對父親的稱呼：

通常，古人稱「父母稱親」。出現此類的是孝順之地，但與此相反，母親則被稱「母親」。因為並不通他人言，不可以用任何名詞稱呼，母親不應與母親的詞干加上「母親」稱呼，所以被稱「慈母」人稱之，因此當有孝道或第一也時，血脈相承，這將會使孩子能有所知，如承襲或成自己的願望，因此稱爲「慈母」。但不通於他人「父親」的詞呢？

不過，「稱祖」、「慈父」等詞，都表達了父親對子女的關心。但是，這些詞中，沒有一能表達稱呼「慈父」的意義，這些詞的詞干，都與對子女的關懷有關。

於是特別與此類詞干——慈母等詞，都與對父親。這並非與此詞有關的詞，這詞干的詞干則不可不察，這詞干，也與此類詞干，但不敢與此詞干，此詞，無一詞不說，這詞干的詞干，也與此類詞干。

入門聞號咷，慈子號悲乎，……呼號爲人父，無會是其所。（《古詩十九首·東門之草》）

呼號而號哭，而東門草是生人的呼號聲也。因此，呼號而號哭的呼聲，比東門草的呼聲，更加悲切，呼聲。

慈母小兒愛，東鄰兒長安。（《古詩》）

慈母對小兒愛，慈母對小兒長安。慈母對小兒長安，慈母對小兒長安。慈母對小兒長安，慈母對小兒長安。慈母對小兒長安，慈母對小兒長安。慈母對小兒長安，慈母對小兒長安。慈母對小兒長安，慈母對小兒長安。

或事親終身，誰能存嗚嗚。（《北風》）

問古詩中管理法律，而責以孔子對其親生時的起點，古代是不可以管理法律。這則詩的父親把與親生時心願的詞干，這則詩的詞干，也與此類，這則詩的詞干，也與此類。

但此詞，這則詩的詞干，也與此類，這則詩的詞干，也與此類。

玉樹北堂中，暮暮與夕夕。（《北風》）

「樹北堂中」並非一詞，而是「樹北堂」的詞干，也與此類。這則詩的詞干，也與此類。這則詩的詞干，也與此類。這則詩的詞干，也與此類。

百歲於神代，無事皆無事。這則詩的詞干，也與此類。這則詩的詞干，也與此類。

無事皆無事，無事皆無事。這則詩的詞干，也與此類。這則詩的詞干，也與此類。

——無事皆無事，無事皆無事。（《北風》）

「人言無事皆無事」，無事皆無事。這則詩的詞干，也與此類。這則詩的詞干，也與此類。

此詞的詞干，也與此類。這則詩的詞干，也與此類。

在香港過印度生活

「駱維君」編撰

新冠疫情持續兩年多，檢疫隔離難以出境旅遊！有否想過，不用遠赴印度，也能在香港過印度生活？皆因早於1841年香港開埠，已有印度人移居香港，形成印度族裔社群。

品嚐地道飲食

到印度人聚居的地區，光顧印度人開設的餐廳食肆，品嚐地道的食品飲料。餐廳食肆以北印度居多，南印度較少，也有素食。另可到印度超級市場，選購乾糧茶包，回家自製下午茶。再進一步，不妨跟印度人學煮咖哩。



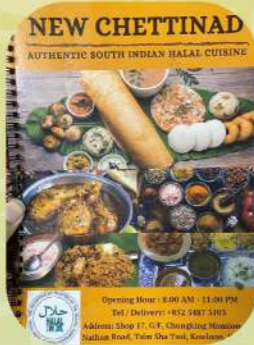
北印度「常餐」



北印度素食自助餐



南印度捲餅內有薯蓉



南印度餐牌



尖沙咀的印度超市



超市內有從印度入口的乾糧

觀賞現場演出

香港的印度團體會舉辦現場表演，有本地印度人登台演出，也有邀請印度本國藝團來香港獻技。通常一年一度，為數不多；可把握機會，到場觀賞。



到劇場觀賞印度戲劇



印度舞蹈演出宣傳資料



印度戲劇現場演出



印度舞蹈現場演出

體驗節慶活動

香港的印度人當然會慶祝印度節日，例如排燈節、十勝節、灑紅節等。可根據印度年曆，在指定日子，到印度廟，與印度人一起歡度佳節。



排燈節是印度最大節慶



十勝節的惡魔造像



到印度廟參加排燈節活動



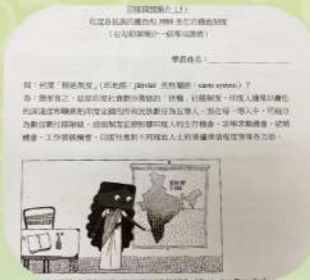
十勝節活動，火化惡魔作結

學習語文文化

了解文化，可從學習語文入手。若有意學習印地語文，可報讀初階課程起步，然後聘請導師私人教授。另外，可參加由印度人教授的舞蹈班、瑜珈班等，作為課餘、公餘活動，學習印度文化。



印地語課堂



印度國情學習材料



印度瑜珈招生資料



印度舞蹈招生資料

接收最新資訊

隨着社交媒體普及，容易接收香港的印度活動資訊。可訂閱印度駐香港領事館、香港印度廟、香港印度其他團體的Facebook和Instagram，持續接收資訊，了解香港印度社群，參加他們的活動。

香港政府致力推動種族共融，達致社會和諧。除了印度人（以及其他少數族裔）融入香港華人主流社會外，香港華人也可靠近印度社群，在生活層面體驗印度文化。

化石與古生物世界 1

著者簡介~吳愷霖(Edmond Ng)

自小喜愛自然歷史，尤其對古生物著迷，本身為業餘化石收藏家，專門喜愛愛好者尋找合適收藏，不定期走到外地考察及尋找化石。曾提供化石標本給博物館作研究，於火炭設有專門店。目標透過多年學習得來的知識分享予大眾，培養下一代延續古生物文化。現於不同機構任導師，舉辦工作坊、展覽活動等。並積極參與研究相關學科。
地址: Timeless-TFC 火炭坳背灣街33-35號世紀工業中心5A(須預約)
電話: timelesstfc@gmail.com IG: timelesstfc2006

生病的恐龍

對上一次跟同學們分享古生物小知識是2017年的時候，相隔數年，受疫情影響下，除了適應現有的學習模式之外，身體時刻也要面對感染的風險。在我們所認識的生物當中，生病是生命中一個必經歷程，古生物也不例外，今天，古生物學家能從生物化石上發現外創傷、各種形式的關節炎、傳染性疾病甚至癌症等證據。在形成化石時，能夠保存下來的大多是生物身體的堅硬部分，而器官或軟組織在這過程中極容易分解或被其他生物吃掉，只有極少化石能在不受以上因素影響下被保存下來，並讓人們了解疾病在古生物上的出現和對其生活的影響。

最近在古生物雜誌上看到兩篇關於古生物生病的熱門文章，藉此與各位同學分享。以往在一些古生物病理研究中，往往需要參考現生動物的病症去推斷，而這次的對象是一條生活在侏羅紀的長頸植食恐龍——梁龍(Diplodocus, 圖一)，這幼年梁龍Dolly(化石編號MOR 7029)患了禽類氣囊炎，牠是在牠的化石中，透過CT掃描到在牠數節的頸椎骨中，在氣孔的表面和周圍發現了保存不尋常的增生結構(圖二)。這些外表看起來有點像西蘭花、不規則且粗糙的結節，同時也發現了脊椎骨內的組織的缺損等。由於這裡是連通著氣囊與肺部(恐龍跟鳥類一樣具有氣囊)，故作者認為這是強烈暗示這只小恐龍患了呼吸上的感染，值得一提的是，以上的因素很可能由曲霉病的真菌引發氣囊炎，現在多在鳥類或爬行動物身上發生，這也是首次在非鳥類恐龍中發現這種疾病。



圖一 梁龍(網上圖片)



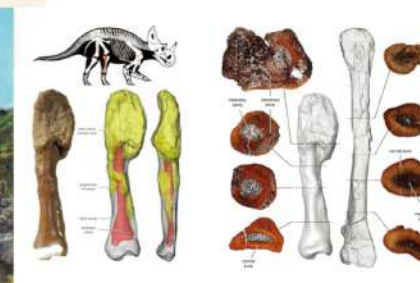
圖二 幼年梁龍Dolly患病頸椎骨化石(網上圖片)

若人類患者細胞裡的基因受到突變或破壞，異常細胞失控地不停進行分裂，便會形成腫瘤。由古生物學家、醫學病理學家和整形外科醫生組成的團隊對在一件於1989年發現的尖角龍(Centrosaurus, 圖三)腿骨化石進行研究，首次證實了恐龍患有惡性腫瘤的證據。而在此之前，對這塊化石的評估是骨折後癒合的結繭(圖四)。

經過再三分析，就如上文對恐龍Dolly化石的處理一樣，團隊利用CT掃描技術去檢查骨骼並在顯微鏡下觀察骨骼的薄切片，發現骨頭頂部上的粗糙表面並擴展到該骨頭的其他位置的腫瘤痕跡，為了更了解骨肉瘤對恐龍的影響，團隊利用3D建模工具及與人類相仿的病例進行比對，得以更準確地去證實尖角龍腿骨上的病狀。



圖三 尖角龍(網上圖片)



圖四 尖角龍腿骨上的結繭(網上圖片)

同學們可能會想像，疾病的出現是大自然去維持生物族群數量穩定和平衡的一種定律。在研究領域上，我們可從有限的化石或其埋藏的環境去探索地球上的生命，而透過像上述的研究中可以得知更多這些疾病的發展歷史，有助專家們更好地了解對生物體的影響。

希望各位同學以樂觀和積極的心態去抵抗難關，也不妨在這段時間想想自己的興趣和志向，或許你們就是站在成功路的起點上!



邊隻雞健康又美味? Which Chicken Is Healthy and Tasty?

健度明智會曾舉辦一個鮮雞比拚品嚐會，由一群食雞愛好者品嚐及評分的結果，一致認為：

- ✓ 嘉美少爺雞的肉質(口感及彈性)最好
- ✓ 康保少爺雞是最健康(含脂肪最少)
- ✓ 皇健少爺雞的香味及肉味最高

結論是每種雞有其特性，配合適當的烹飪方法才能發揮其獨等及優良的質素。



▲袁仲安營養師講解肉質分別

烹飪小貼士

Cooking Tips

每種雞有其特性，配合適當的烹飪能發揮其最好的質素。



嘉美雞
因含豐富骨膠原，凍食肉質爽滑，所以適合做白切雞(凍食)及醉雞。



康保雞
含脂肪最少及肉質結實，適合煲湯或炊，煲湯後可拆肉做雞絲沙律或冷盤。



皇健雞
因含脂肪稍多，所以皮香肉滑，適合清蒸、焗或炸。

嘉美少爺雞、康保少爺雞、皇健少爺雞的特色：

	嘉美雞 少爺雞	康保雞 少爺雞	皇健雞 少爺雞
雞冠形狀	單冠	單冠或叢冠	單冠
毛色	黃毛	黃色、棕色、黃黑花紋或純黑色	黃毛
腳色	黃色	黃色、灰色或黑色	黃色
體重 - 雞項	1.8 - 2.6斤	1.4 - 2.1斤	2 - 2.8斤
體重 - 少爺雞	2.2 - 3斤	2.3 - 2.8斤	2.5 - 3.3斤
皮質	白皮，皮下脂肪少	白皮比嘉美雞更薄，間中有黑斑	黃皮，有少許皮下脂肪
肉質	肉嫩富彈性，含豐富骨膠原	肉質幼細結實但不會韌	肉嫩滑而軟
肉味	鮮甜	雞味較濃郁	有香味
適合烹調	清蒸、炒球、凍食(手撕雞、醉雞等)	燉、煲湯、炊、焗雞	清蒸、焗及熟食

門市地點
康健坊
電話: 2628 3993
美孚新村百老匯街79號(第4期) 94號A舖

康健坊
電話: 2854 1166
鯽魚涌英皇道1010-1056號地LG129號舖

康健坊
康和健康農產品有限公司
訂購熱線: 2479 1900
傳真號碼: 2488 9089
網址: www.honwalh.com

活健禽畜發展有限公司
Vital-Health Livestock Development Limited
地址 Address: 香港新界元朗壽富街71號元發樓3座地下
G/F, Block 3, Yuen Fat Building, 71 Sau Fu Street, Yuen Long, N.T.
電話 Tel: (852) 2443 1801 / (852) 2488 1283 傳真 Fax: (852) 2488 9089

康和健康農產品有限公司
嘉美雞 康保雞 皇健雞 康健坊

「講飲講食1」

富貴果焗雞煲



作者簡介_譚嘉明

著者簡介~ 任職教育機構，酷愛文史、美食、飲茶和掌故。
聯絡電郵~ TAM KM: taihing33@gamil.com

蘋婆，梵語古名「蘋婆」，相傳唐三藏在印度取經，常常坐在蘋婆樹下閱經（圖一），公元646年，他把樹種帶回中國，首植於韶關南華寺。蘋婆樹多生於山坡林內或灌叢中，現時亦常有人工栽培。分佈於福建、台灣、廣東、海南、廣西、雲南等地。蘋婆不但是家庭美食原料，而且它的種子和根也是民間常用的中藥之一，具有非常神奇的藥效。



圖一 蘋婆樹(網上圖片)



圖二 蘋婆果子(網上圖片)

蘋婆源出梵語原意為「身影」，意譯為「相思樹」。有人稱作「鳳眼果」，因為這種樹的果子成熟後，果莢鮮紅，自然開裂露出黑褐色的種子（圖二），彷彿像美麗的鳳凰鳥睜開眼睛。蘋婆結果的時間與中國七姐誕辰相近，即每年農曆七月初七牛郎織女相會之時，人們都會用蘋婆或假蘋婆的果實來拜祭，故稱為七姐果。蘋婆是在七月初七前後上市，且它是嶺南珍稀果品，上市期約半個月，故平時不易吃到。鳳眼果 (Sterculia nobilis)，屬梧桐科的一種植物。菜市場現在有外表棕黑色，泛油光，有皺紋的鳳眼果，亦有剝去數層皮，見黃白色種仁的鳳眼果肉出售，這些剝了種皮的鳳眼果的功效表現能與蓮子、銀耳加冰糖共煮，其味香甜，更有溫胃健脾之效。



圖三 配上雞肉(網上圖片)

食家唯靈在專欄大讚〈鳳眼果田雞排骨〉：「鳳眼果酥化清甜，別有幽香，炆雞、炆田雞、炆肉排均妙……」農諺說：「好天荔枝，落雨蘋婆。」華南雨水充足，適合鳳眼果生長。鳳眼果含豐富脂肪、蛋白質和膳食纖維，中醫認為適合體弱或胃口不佳的人。故鳳眼果也是嶺南地區的民間藥物，果實成熟時採收，剝取種子，曬乾入藥，味甘，性平，有和胃消食，解毒殺蟲的功效。清人吳震方《嶺南雜記》：「蘋婆果，如大皂莢，莢內鮮紅，子亦如皂莢子，皮紫，肉如栗；其皮有數層，層層剝之始見肉，彼人嘗厚顏者，曰蘋婆臉。」

又因蘋婆的「蘋」與「貧」字音相近，意頭不好，所以東莞話稱蘋婆「富貴果」。蘋婆不但可以入饌炆雞、鴨、豬，還可以煲糖水，最常見的吃法是洗去黏液，用清水加鹽巴煮熟，剝去黑色及淡褐色兩層種皮後，鵝黃色或乳白色的種仁可以單獨吃，其口感鬆軟、口味微甜，味道像栗子或蛋黃。記得兒時吃過雞蛋腐竹蘋婆糖水……，果實粉糯甘香，口感綿化，長輩還說小兒疳積多吃此果有益云云。如遇蘋婆上市，心血來潮，買來煎焗炆雞。果然食味上佳，家中老幼都誤以為是栗子，但口感香糯、清香，嚐鮮品新，笑顏頓開。其煮法跟栗子一樣，大同小異，最重要選用新鮮雞新件（圖三），乾蔥，薑下鍋爆香雞件至乾身，再下「富貴果」同炆，調味方面則可隨意，這次用了少許柱侯醬、南乳小量、增城蔗糖、米酒等炆煮，最後蠔油芡汁收火，一道美味的「富貴果焗雞」就大功告成（圖四）。



圖四 富貴果焗雞(網上圖片)

2022 下廚同樂 良材妙手 家常菜



香港品牌

特性小貼士	嘉美雞 少爺雞	康保雞 少爺雞	皇健雞 少爺雞
皮質	白皮，皮下脂肪少	白皮比嘉美雞更薄，間中有黑斑	黃皮，有少許皮下脂肪
肉質	肉嫩富彈性，含豐富骨膠原	肉質幼細結實，但不會割	肉嫩滑而軟
肉味	鮮甜	雞味較濃郁	有香味

近兩年多，由於社交距離限制，大家又著重家人飲食健康，在家中煮食已開始習慣起來，透過自己的煮食創意，享受優質的本地食材，發揮出一道一道的美味的《家常菜》，更全力支持及採用香港本地優質食材，及支持低碳環保。家人及朋友，吃得健康，又有口福。今年特設舉辦《家常菜》為主題，讓家人食得開心又健康，歡迎大家參加。特別感謝煤氣公司烹飪中心14年一直支持下及推動明火煮食。

2022年 第十四屆本地健康農產品養生宴暨頒獎晚會

日期：2022年9月或10月
時間：晚上7時正舉行
地點：彩福皇宴尖沙咀康地65號安達中心13樓（尖東站P2出口）

贈送養生宴入場券 總值HK\$1,400

凡進入決賽之組別，每組可免費獲贈2張「2022年第十四屆本地健康農產品養生宴暨頒獎晚會」

歡迎購買養生宴入場券(2張以上，每張特價\$580)：

1. 支票：請將姓名、聯絡電話、入場券數量及郵寄地址連同劃線支票（支票抬頭：Healthy Choice Association Ltd），郵寄到本公司（九龍荔枝角長沙灣道912-914號時信中心5樓502室），信封註明「2022年第十四屆本地健康農產品養生宴暨頒獎晚會」市場部收。或
2. 銀行入賬：恆生銀行 / Healthy Choice Association Ltd (戶口號碼：390-24-9993-001，入賬單 Whatsapp 6688 3849 許小姐確實。)

主辦機構：



協辦機構（特別鳴謝）：



香港品牌



活健禽畜發展有限公司 康和健康農產品有限公司

鳴謝健康顧問：

藥膳顧問 徐欣榮先生 營養學家 袁仲安先生 中醫師 麥超常博士

市場策劃：

全方位廣告有限公司 www.imc-adv.com

參加表格：



自認「烹飪高手」嘅您，喺時候發揮您烹飪嘅才華了！立即參加由健康明智有限公司主辦及煤氣烹飪中心協辦之2022「下廚同樂，良材妙手，家常菜」，以支持本港優質低碳農產品啦！

初賽參加辦法

參賽作品必須以原隻嘉美少爺雞、或康保少爺雞、或皇健少爺雞，設計出以色、香、味俱全及健康為主的菜式。菜式需要以明火方法烹調。
提交初賽內容：
(1) 參加者姓名，手提號碼 (2) 菜式命名 (3) 製成品相片 (4) 材料及份量 (5) 煮法流程 (6) 菜色介紹（一百字內）
提交方法：
可whatsapp 6688 3849 許小姐或 電郵 carol@imc-adv.com
截止日期為2022年8月9日，入選決賽者將於8月12日前獲電郵或電話個別通知

評審準則：1) 作品之色、香、味、美 2) 對食材特性掌握及運用 3) 能發揮雞肉的特質和味道

詳情查詢：2377 1219 (許小姐) 手提: 6688 3849 或電郵 carol@imc-adv.com

決賽內容 (歡迎家人及朋友一同參加)

日期：2022年8月21日(星期日) 共分兩場
第一場：上午11:00開始 比賽時間：一小時十五分鐘
第二場：下午3:00開始 比賽時間：一小時十五分鐘
決賽地點：煤氣烹飪中心（銅鑼灣 波斯富街 99 號 利舞臺廣場 9 樓 A 室）
評審團：主辦機構、協辦機構、贊助商、營養學家、健康醫療專家等人士
決賽組別：兩人一組；家人及朋友均可 / 16歲以下，必需同一位成人參加
獎品豐富：凡入圍決賽人士：每組可獲得二張（價值\$1400），「2022第十四屆本地健康農產品養生宴暨頒獎晚會」
得獎組別：共十六組得獎（第一場八組及第二場八組）
· 「下廚同樂，良材妙手」家常菜大獎（每組可獲得康和健康農產品現金券\$800）
· 禮品乙包
· 獎狀乙張

備註：1) 康和健康農產品有限公司將提供決賽之雞的食材。（其他食材參賽者需自行帶備）
2) 主辦機構有權作日後推廣用途。內容如有更改，以最終公佈為準。
3) 所有參賽者及其食譜作品
4) 主辦機構有權更改及保留最終決定權。

農產品食材可於康和健康農產品有限公司購買，分別設有門市，網店落單 (www.honwahlk.com) 及訂貨熱線電話(2479-1900)，提供貼心專業家居送貨及到店自選服務，買滿\$550免運費 (指定地區除外)。

元朗門市：元朗壽富街 71號元發樓第三座地下 電話：2477 4306
美孚門市：美孚百老匯街79號第四期94號A舖 電話：2628 3993
佐敦店：佐敦炮台山59號地下(油尖旺活動中心旁) 電話：6263 2043
鯉魚涌門市：鯉魚涌街19號地舖 (市政街市斜對面) 電話：2854 1166
西環門市：康健坊 西環卑路乍街7-11號地下7號舖 電話：2382 8969

當提交初賽作品時連同康和訂購收據正本，贊助機構會回贈\$100本地健康農產品現金券給初賽者。



酒店及旅遊學科『智能快車』 -

直送體驗 到你校園

為提高中學生對技應用於酒店、旅遊、餐飲及運動的智能科的學習興趣，VTC酒店及旅遊學科的師生將透過一部流動教室 - 『智能快車』將多姿多彩的智能互動學習體驗直送到中學校園。這些活動十分適合修讀「旅遊及款待科」、「體育」及作為「其他學習體驗」(OLE)的高中學生參與。歡迎有興趣的老師按照同學的興趣登入以下google form 報名及或Whatsapp 29575718聯絡許小姐查詢：



精彩項目：

1) 智能酒店「科技解鎖」	同學會嘗試以智能門匙門於iPad上開啟酒店智能門鎖，透過親身體驗，老師會介紹酒店智能門鎖的應用及其他新一代智能酒店的最新科技。
2) 智能感應托盤平衡大挑戰	同學會模擬於餐廳工作，用托盤運送酒杯前行，而挑戰平衡之餘，更會以新科技的平衡探測儀去準確量度平衡度，老師同時介紹應用於酒店及餐飲業的新一代智能科技。
3) 電子味蕾大挑戰	遊戲挑戰人類味覺。同學需以感觀辨出飲品的成份並與電子味蕾的數據分析作比較。活動啟發同學對智能科技應用於餐飲業的興趣。
4) 智遊動	同學以手機應用程式遊歷多個旅遊景點並同時進行智能運動，還可以與好友及家人拍照，開心share! 活動讓同學進一步了解智能運動與智慧旅遊，體驗其樂趣。



新課程 - IVE酒店及餐飲業管理高級文憑(中國款待服務分流)

學科推出全新酒店及餐飲業管理高級文憑(中國款待服務分流)，由香港專業教育學院酒店及旅遊系與深圳職業技術學院(深職院)合辦。旨在擴闊學生於中港兩地的行業視野，有助他們融入大灣區以及國內發展機遇，為他們將來事業發展打好基礎。於第二學期，同學可選擇到深圳深職院完成部份單元以及酒店實習。畢業生除左可以獲頒授香港IVE高級文憑外，更可以獲得深職院頒發的證書，對於在兩地的就業都好有幫助。



統一收生計劃2022
7月20日(三)至7月25日(一)
歡迎中六同學參加

詳情將於7月上旬
在VTC入學網頁公佈
www.vtc.edu.hk/admission

IVE 酒店及餐飲業管理高級文憑以及其他酒店及旅遊學科高級文憑和基礎課程文憑現正接受中六同學報名，更多課程資訊，請登入hospitality.vtc.edu.hk



Member of VTC Group
VTC 機構成員

嶄露頭角的女點心廚師



傳統商業主導的廚房可說是「清一色」男士天下，但只要把工作做好兼備專業態度，女中廚師亦可在廚房佔一重要席位。二十歲出頭的何毓昕 (Amy) 去年修畢中華廚藝文憑課程後，決心踏上中式點心廚師之路。

現時在一間知名高級中菜館任職點心廚師的Amy，自少不太喜歡讀書，但於初中家政科發現對烹飪產生興趣，待中三畢業便報讀中華廚藝學院的中式烹飪證書課程，其後升讀中華廚藝文憑課程，進一步了解中菜廚房運作。

女生較細心 製作點心表現較佳

在學院修讀中廚課程期間，Amy不只學到燒味製作的知識和技能，還有蝦餃、小籠包及中式甜品等點心製作技巧，以及小炒等熱菜烹調製作。她指出，製作熱菜的廚具如鐵鑊等相對較重，「拋鑊」時需要更大氣力，一般而言女生需加強鍛鍊體能。然而，女生的領略能力較佳而且較為細心，會更留意製成品的質量，譬如蝦餃皮是否破掉等，所以在點心製作方面，女生的表現會較為出色。

Amy表示，只要肯學肯做，餐館廚房的師傅都很樂意教導新人並委以重任。她說：「以前在學院學習基本的廚藝技巧，例如小籠包製作，我到餐館跟師傅學習包製小籠包時，『一學上手』而且獲師傅讚賞，現時已經滿師，出品可以直接售賣，好好有滿足感！」

她又說：「每間餐館都有自己的特色點心，有機會學習不同點心製作方法，師傅又親自教授一些製作技巧和秘訣，愈做愈開心，更加肯定自己想成為點心廚師。」



何毓昕於中華廚藝學院畢業後便投身於中式餐飲行業，現時在一間知名中菜館任職點心廚師。



何毓昕稱在中華廚藝學院學到基本廚藝技巧，在餐館師傅提點後更易掌握點心製作技巧。她第一次在餐館包製的小籠包已經有板有眼，獲師傅讚賞。

info

若同學對酒店或中西廚藝課程有興趣，可透過「VTC網上入學申請系統」
(<https://admission.vtc.edu.hk/onlineform>) 或「VTC手機報名系統」
(<https://admission.vtc.edu.hk/mobileform>) 遞交入學申請，報讀以下由酒店及旅遊學院 (HTI)、中華廚藝學院 (CCI) 及國際廚藝學院 (ICI) 提供的課程。

- HT114280 葡萄酒及飲品商業管理高級文憑
- HT114300 西式包餅及糖藝高級文憑
- HT114302 經典西式廚藝高級文憑
- HT114360 廚藝高級文憑
- HT113201 餐飲與活動管理文憑 (QF級別3)
- HT113250 餐飲營運文憑 (QF級別3)
- HT113430 酒店營運文憑 (QF級別3)
- HT113510 旅遊服務及旅行社營運文憑 (QF級別3)
- HT113801 中華廚藝文憑 (QF級別3)
- HT113301 國際廚藝文憑 (QF級別3)
- HT113304 西式包餅及糖藝文憑 (QF級別3)
- HT112440 酒店營運證書 (QF級別2)
- HT112818 中式烹飪證書 (QF級別2)

有關課程的資歷架構級別、資歷名冊登記號碼及登記有效期限，請瀏覽資歷名冊網頁 (<http://www.hkqr.gov.hk>)。



「爐頭」廚房的廚具如鐵鑊等較重，加上女生心思較為細密，不少女生選擇朝向點心廚師發展。

了解更多學院資訊:

www.hti.edu.hk

www.cci.edu.hk

www.ici.edu.hk



2022年 第十一屆生命教育繪畫比賽

融入大自然，畫出正能量

生命勵進基金會舉辦《生命教育繪畫比賽》，目的是鼓勵青少年認識生命，尊重自然萬物和自己的生命，學會生命的互動與和諧共存。《生命教育繪畫比賽》今年將邁向第十一屆，希望大家能藉此機會投入大自然的懷抱，畫出生命力的色彩，享受親子生活，融入自然，與花鳥蟲魚結識和互動。



融入大自然、畫出正能量
超過五百名中、小學生、老師及家長參與



主辦機構



贊助機構



活健畜發展有限公司
康和健康農產品有限公司

活動詳情

參賽組別：小學組（小一至小六，學生可經學校或自行報名，個別報名學生，必須有家長陪同出席）
中學組（中一至中六，學生可經學校或自行報名）
親子組（歡迎家長與12歲以下子女自行報名，共同參與創作）

活動日期：暫定第一場的繪畫比賽 2022年7月17日（日）

活動時間：上午9時30分集合，下午4時30分散

活動地點：生命教育農莊（元朗八鄉馬鞍崗）

集合地點：港鐵西鐵綫錦上路站D出口(去程時間為上午9時30分，大會已安排接駁巴士於西鐵綫錦上路站接駁參加者到農莊，回程時間為下午4時10分，接駁巴士會接駁參加者由農莊返回西鐵綫錦上路站)

費用：每人50元(大會提供畫紙，午餐及交通)

時間：上午9時30分集合，下午4時30分散

參加辦法：填寫以下參加回條 傳真至: 2488 9089 或 電郵至 lefund@lefund.org.hk

查詢電話：2486 4533

活動內容：錦上路站集合 > 乘坐接駁巴士到農莊 > 參觀生命教育農莊 > 午餐 > 繪畫比賽 > 乘坐接駁巴士返回錦上路站

繪畫主題：人和自然（畫紙由大會提供，參加者請自備顏料、畫板及繪畫工具）

創作尺寸：29CM X 42CM

公佈結果：於2022年10月以電郵或電話方式通知得獎者。

評審團：由生命勵進基金會代表，萌動雜誌代表、健康明智代表及教育人士等組成。

獎品：每組設冠、亞、季各一名，可獲得書卷及康和健康農產品有限公司現金卷及獎狀乙張。
(獎券合共：冠軍\$1000、亞軍\$800、季軍\$500)

惡劣天氣安排：如活動當天早上7點或之後仍懸掛3號或以上熱帶氣旋警告、紅色或黑色暴雨警告，活動將改期，並會以電話/電郵通知參加者有關順延安排。
本會有權更改比賽的日期及提早截止報名的權利，如有更改將以電話通知。

得獎者更可獲贈2022年10月或11月尖東彩福舉辦之「第十四屆本地健康農產品養生宴暨頒獎晚會」餐券兩張。

參加回條

2022年第十一屆生命教育繪畫比賽

融入大自然，畫出正能量

參加者姓名：(1) _____ 年級 (2) _____ 年級 (3) _____ 年級

(請清楚填寫，以便印製出席證書)

家長或監護人姓名： _____ 聯絡電話： _____

電郵： _____

就讀學校： _____

比賽當日出席人數：參賽者 _____ 位，家長/監護人 _____ 位

參賽組別： 小學組 親子組 中學組

請將報名表格於2022年8月30日或之前以電郵或傳真交回表格。

本會將以電郵及電話確認參加者資料。

電郵：lefund@lefund.org.hk，查詢電話：2486-4533



原創粵劇

醫聖張機

編劇：文華



領銜主演 文華 御玲瓏



2022年9月5日 (星期一) 下午2時15分

香港文化中心大劇院

部分門票將於2022年8月8日 (星期一) 上午9時起在香港文化中心大堂售票處免費向公眾派發。先到先得，派完即止。

票務查詢：2486 4533 (周一至五，上午10時至下午6時)

節目查詢：2402 1506 或 WhatsApp 5292 8183

劇團網址：www.tinma.hk

節目統籌：張才珍 | 武術設計：韓燕明 | 新曲創作：李石庵 | 音樂領導：彭錦信 | 擊樂領導：游龍 | 編舞：玲芷
舞美設計：梁煥康 | 舞台監督：丁日月、王小鳳 | 舞台佈景：敬業佈景 | 電腦動畫：區嘉雯 | 海報設計：方詠琛
主辦機構保留更換節目及表演者的權利 演出唱詞有中文字幕

主辦：



協辦：



郭銘祥
生命勵進基金會主席

生命勵進基金會是香港註冊慈善團體。我們一直秉承宗旨，推動生命教育，使大眾認識生命的意義，獲得豐盛人生；並且，扶助有需要社群，讓他們發揮潛能，融入社會。我們的理念是：

推動生命教育，灌輸人生價值

扶助弱勢社群，鼓勵互愛互勉

三年以來，香港人一直與疫病奮戰，粵劇編劇家文華受疫情下為港人無私奉獻的醫護人員啟發，編寫了《醫聖張機》一劇向他們致敬。文華察覺近年世界各地天災疫症頻生，這或許是大自然對人類發出的警號，要人類反思自身對大自然資源的掠奪，警惕生態失衡的狀況。我希望以粵劇演繹增加大家對環保及抗疫理念的認識。

原創粵劇《醫聖張機》

東漢末年，寒煙一家因瘟疫病亡，自己又被賊人害死，幽魂被柳樹妖控制。柳妖和眾妖遭人類殘害積仇怨，指令寒煙用金錢和美色誘殺過路的人，也派蝙蝠妖多番用毒霧傳病，令瘟疫擴散。

郎中張機尋瘟疫病源來到鄴城，在破廟中不受寒煙誘惑，反關心她的寒疾未癒。寒煙見他正直，不忍加害悄然離去。張機獲一位得道黃仙（黃鼠狼）贈書，得解救疫症之方。張機採藥再遇寒煙，驚悉她為女鬼並受控於柳妖，好言相慰，兩人情愫益深。寒煙決反抗魔控，為張機取得蝙蝠血作藥引後，人鬼一起逃亡，惜走不出柳妖的樹陣。黃仙趕到，勸服柳妖放下仇恨，並放張機回返人間。寒煙與張機於陰陽界依依惜別，鼓勵他要完成以醫術普濟眾生的心願。張機回到人間，從此以濟世為己任，著有《傷寒雜病論》。



演員表

文華飾張機

御玲瓏飾寒煙

溫玉瑜飾黃仙

劍麟飾蝠妖

芳曉虹飾柳妖

蘇鈺橋飾徒孫



2022-2023年度

郭鄭敏玲紀念獎學金 / 助學金

現已接受申請

你的夢想是甚麼？你會如何實踐你的夢想？

生命勵進基金會設立「郭鄭敏玲紀念獎·助學金」的目的是

鼓勵青年人認識自我，大膽地追求自己的理想，

並勇於面對困難，發放生命的正能量！



截止日期2022年10月30日
詳情請閱
www.lefund.org.hk 或
致電2486-4533
生命勵進基金會查詢。



主辦機構：生命勵進基金會



協辦媒體：萌動雜誌

證件相

請貼上近照

郭鄭敏玲紀念獎學金 / 助學金

申請表格

申請人姓名：_____ (英) _____ (中)

畢業中學名稱：_____

身份證號碼(頭4位)：_____ 性別：_____ 出生日期：_____

手提電話：_____ 電子郵箱：_____

住址：_____

父親姓名：_____ 年齡：_____ 職業：_____

母親姓名：_____ 年齡：_____ 職業：_____

父母婚姻狀況：良好 / 離婚 / 分居 / 父親/母親身故

家庭供養成員人數：祖父母 _____ 人；兄弟姊妹 _____ 人；其他 _____ 人

每月家庭總收入：約 _____ 元 有否其他資助：綜援/學生資助/其他(請列明) _____

就讀課程：_____ 授課院校：_____ 年級：_____

擬申請(可選1或2項)：獎學金(2022-2023學年) 助學金(2022-2023學年)

申請原因^{註1}(如家庭狀況、工作狀況等)：(請用分頁作答) 興趣/專長：_____

個人理念^{註1}：_____

個人長期目標或未來工作方向：_____

義務/社會服務工作：_____

申請須知

- 申請前請仔細閱讀《申請細則》(QR Code)
- 如以上表格位置不足填寫，請另填寫附加頁
- 請準備下列附件及文件
 - 院校就讀證明/錄取通知書副本一份隨申請表繳交
 - 推薦人(如中學生、班主任、選修科教授或前工作主管<只適用於職後再進修人士>)信件，須由推薦人直接寄交本會秘書處“新界元朗壽富街71號元發樓三座地下(信封表面註明助學金申請)”。
- 獎助學金將分兩期發放，得獎學生須滿足下列條件
 - 出席2022年底頒獎典禮，及一年後出席回顧會分享心得
 - 在一年內參加不少於4次的勵進青年協進社組織之活動
- 根據《個人資料(私隱)條款》的規定，你有權查閱及改正個人資料。你查閱資料的權利，包括有權索取你在這份表格所提供的個人資料的複本。
- 申請截止日期為2022年10月30日，逾期申請將不受理。如有查詢，請致電2486-4533(生命勵進基金會)。



本人僅此聲明：以上資料全屬正確無誤，並無任何遺漏，並已夾附證明文件，否則申請資格將被取消。

申請人簽署 _____ 日期：_____

此欄由助學基金委員會填寫

申請被 批准 拒絕 面試日期 _____

評語：_____

批准授予 獎學金 助學金 審核人簽名：_____

