進修生活

Lifelong Learning Magazine

全方位進修雜誌

273

NOV ~ DEC 2026









橫越職士易 與冰原

極道自信 吳虹虹

Fly Me to the Moon
「飛奔到月球」沉浸式太空展
虛擬與紀實交織

走入航天界點燃民間力量
律師星際啟示

手機足本版
一嘟即睇

HKUSPACE
香港大學專業進修學院
HKU School of Professional and Continuing Education

Awarding Body
UNIVERSITY OF LONDON

Law Degrees' Gold Standard
since 1890s

UNIVERSITY OF LONDON BACHELOR OF LAWS (LL.B.)
倫敦大學法律學士學位

ACADEMIC DIRECTION: UCL, LSE, KCL, BIRKBECK, QUEEN MARY AND SOAS

王牌法律學位 年滿18歲即可報讀
World Class Law Degree For Aged 18 or above
成為律師及取得完整法學學位的最快途徑
Faster Route to Qualify as a Lawyer with a Full Law Degree

1) 全球全港首個普通法法律學位，享譽全球!
WORLD'S FIRST COMMON LAW DEGREE, ALSO THE 1ST LAW DEGREE IN UK & HK

2)國際享譽為法律學位的「黃金標準」，學位含金量國際認可!
INTERNATIONALLY RENOWNED AS THE "GOLD STANDARD" FOR LAW DEGREES!

3) HKU SPACE 唯一的完整法律學位，不是銜接學位。
THE ONLY FULL LAW DEGREE IN HKU SPACE, NOT A TOP-UP DEGREE.

4) 於2023-2025年度，HKU SPACE LAW學生獲得7科全球頭3名& 3科全球頭10名最高分佳績，實力保證!
IN 2023 - 2025, HKU SPACE LAW ACHIEVED :
WORLD'S TOP 3 IN 7 MODULES & WORLD'S TOP 10 HIGHEST SCORES IN 3 MODULES.

5) 已有學士學位，只需讀9科。
其他沒有學士學位, 如DSE/IBDP/A-LEVEL/副學位甚或沒有學歷, 只需讀12科。
BACHELOR'S DEGREE HOLDERS, STUDY ONLY 9 MODULES. ALL NON-DEGREE, SUCH AS DSE/IBDP/A-LEVEL/SUB-DEGREES, OR EVEN NO ACADEMIC QUALIFICATIONS, STUDY 12 MODULES!

6)可成為香港、英國、美國、澳洲、新加坡等地執業律師。
CAN BECOME A LAWYER IN HK, UK, U.S., AUSTRALIA, SINGAPORE ETC.

7) 所有一年級新生獲得9小時的免費法律基礎課程。學費較其他法律學位便宜多達4倍!
OFFER 9 HOURS FREE CLASS "FOUNDATION IN LEGAL STUDIES" TO ALL THE NEW YEAR 1 STUDENTS.
TUITION FEES ARE UP TO 4 TIMES LOWER THAN OTHER LAW DEGREES!

8）由國際頂尖大學法律教授 (牛津劍橋等)、英國法官、英國皇室榮譽御用大律師親身來港面授。
FACE-TO-FACE CLASSES IN HK TAUGHT BY WORLD-CLASS UNIVERSITY LAW PROFESSORS FROM OXFORD, CAMBRIDGE, UK JUDGES, AND HONORARY KING'S COUNSEL

9) 學位由倫敦大學直接頒發
THE DEGREE IS DIRECTLY AWARDED BY UNIVERSITY OF LONDON

ENTRY REQUIREMENTS

GRADUATE ENTRY	Bachelor's degree holders	STUDY 9 MODULES
STANDARD ENTRY	• 5 HKDSE Category A subjects at Level 33 (including English Language) + 222 or + 22A; or • 2 'A' levels and 3 'O' levels (not necessarily obtained in one sitting) or equivalent; or • Associate Degree or Diploma holders; or equivalent	STUDY 12 MODULES
CERTHE ENTRY (THOSE WHO DON'T MEET THE STANDARD ENTRY)	• Aged 18 or above; • Pass the entrance test; and • Attend an interview	STUDY 12 MODULES

University of London Certificate of Higher Education in Common Law (CertHE) = University of London Bachelor of Laws (LLB) Year 1

Study University of London LLB Year 2 upon completion of CertHE

Extra for CertHE students

- ✚ *60 more hours*: 1:1/1:≈10 small group tutorials & enrichment activities (e.g. prison visit)
- ✚ *HKU Library Borrower Card (Lexis & Westlaw)* (LLB students will have Reader Card, access to Lexis, +HKD 1543 per year upgrade to Borrower Card)
- ✚ *Certificate awarded by University of London*
  - CertHE 2023-25 100% Pass Rate

ASIIN Accredited Institution 2022-2028 — HKU SPACE was awarded the ASIIN Institutional Accreditation seal for its quality management in teaching and learning.

BACHELOR OF LAWS (LL.B.) PREPARATION COURSES (UNIVERSITY OF LONDON)
倫敦大學法律學士學位試課程

APPLY NOW

This is an exempted course under the Non-Local Higher and Professional Education (Regulation) Ordinance. It is a matter of discretion for individual employers to recognize any qualification to which this course may lead.

南北極

很多年之前，倪匡在寫《地心洪爐》時說衛斯理在南極遇到北極白熊（南極沒有北極熊），金庸為他解畫，說「南極原來是有白熊的，都被衛斯理殺光了」；很多年之後，美國白宮發佈特朗普在北極格陵蘭拖着企鵝的AI圖片（北極沒有企鵝），事後補鑊說：「企鵝從不在乎那些無法理解之人的看法」（The penguin does not concern himself with the opinions of those who cannot comprehend.）。

倪匡是一個想像力豐富的天才，特朗普是一個在政壇商界「曾經」很成功的領袖，但知識就是力量，這種疏忽無論是有意還是無心，都會被放大。

現在，我們甚麼都可以問AI，它錯了，大不了就說句「非常抱歉」，然後也會解畫補鑊一番。有時會想：想知北極和南極是甚麼模樣，親身去看看去感受一下不是更好嗎？

這正是：「問AI不如行萬里路」。只有眼睛最真。

出版：求職廣場出版有限公司
地址：香港新界將軍澳
將軍澳工業邨駿昌街7號
星島新聞集團大廈
出版日期：2026年11月20日

廣告部
電話：(852) 3181 3187
傳真：(852) 3181 3300
電郵：advertising@eduplus.hk

編輯部
電話：(852) 3181 3672
傳真：(852) 3181 3300
電郵：editorial@jobmarket.com.hk

客戶服務部
電話：(852) 3181 3322
傳真：(852) 3181 3300
電郵：enquiry@eduplus.hk

版權所有，翻印必究
本書部分圖片為星島圖片庫資料圖片。

進修生活

www.eduplus.hk Lifelong Learning Magazine

Vol.273
NOV ~ DEC 2026

Contents

Feature

4-6 封面故事
橫越職場與冰原
極道自信 吳虹虹

People

8-10 增值百味
解難還須IT人
香港創科發展協會創會主席陳迪源

14-15 學術達人
為弱勢搭起溫暖書屋
中大建築院長心滿意「築」

Learning Life

12-14 玩過界
走入航天界點燃民間力量
律師星際啟示錄

18-19 親子學堂
學做非遺龍鬚糖
手眼協調跨世紀

20-21 學遊天下
關東追楓懶人包
6大東京名所

22-23 藝文有術
Fly Me to the Moon
「飛奔到月球」沉浸式太空展
虛擬與紀實交織



p.12 玩過界

Column

11 職場升呢
五千萬「全民AI培訓」
是甘露還是杯水？

15 社創世紀
跨界協作如何回應
「香港五年規劃」？

24 個性全面睇
智能叛變與我何干？
企業「招聘」科技工具的不二法門

26 書評

《進修生活》每期於指定地點之便利店免費換領，換領券刊於《JobMarket求職廣場》、《頭條日報》、《星島日報》內及EDUplus.hk網頁，讀者可剪下或下載換領券到指定7-11免費換領。

PAGE 4> 文：何生亮 圖：受訪者提供

不少人，年年月月日日，耳邊總聽着甚麼「香港人好鍾意返工」、「社畜」、「奴性」、「公司當你係一家人」，口口聲聲「我要躺平」、「我要Work-Life Balance」，夢想自己瞬間轉移去到北極拖住企鵝（編按：其實南極才有企鵝）。假使有一天一覺醒來，竟然發現夢想成真，你又可能覺得極地太寒冷太孤單，還是辦公室的吵鬧才溫暖你的心？請看看今期訪問的獨立理財顧問公司 IPP International Wealth Management Ltd（IPP）合夥人吳虹虹（Sandra），暢談她是如何在職場與冰原中如履平地。

橫越職場與冰原 極道自信 吳虹虹



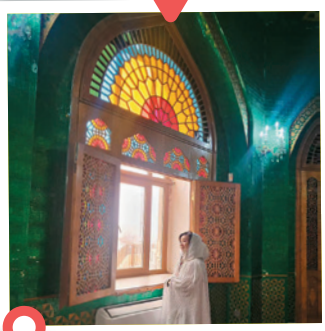


職場路上：任我行

Sandra畢業於城大工商管理系，做過會計工作，之後加入金融行業至今，其中亦任職過保險公司。隨着當時服務的客戶層面越來越廣、客戶的需求從單純的「買保險/買基金」提升到「家族信託、跨境資產配置與長遠傳承」，她開始思考：傳統單一機構（如銀行或單一保險公司）受限於自家產品的模式，是否真的能給客戶最客觀、最全方位的解決方案？「正是在這個思考轉型的關鍵期認識到IPP平台符合相關理念，我決定全力投入IPP，專注發展理財策劃事業，並花上了兩年時間籌備與轉型，帶領團隊FinWise走到今天自負盈虧的合夥人規模。」

跟不少打工仔一樣，為了工作只管不斷拼搏，但慢慢發現要更上一層樓並不容易。在金融理財領域，前線Top Sales的身份帶給Sandra極大的成就感，個人業績與回報固然理想，但她始終在思考如何將這份成功「規模化」。「我意識到，個人的力量能服務的客戶始終有限，若要創造更深遠的影響力，必須從個人作戰提升至經營思維。因此，我並非要放棄銷售項目，而是選擇升級我的事業格局。利用了兩年的時間進行戰略籌備，從優化團隊架構、建立系統化的培育機制，到磨煉整體的營運眼光等。」這段「轉型期」是Sandra為成為合夥人（Partner）打下的堅實基礎，讓她能以創業者的視角，帶領團隊建立一個更強大的專業平台，為更多客戶與夥伴創造長遠的價值。

位置的轉變，具體點來說，是從「個人KPI」跨越到「全局營運」。以前做前線及管理，多專注個人佣金與業績；現在做合夥人掌管七十人團隊（FinWise）之外，更要看的是整間公司的P&L（盈虧）、Cash Flow（現金流）、辦公室租金與營運成本（燈油火蠟）及招募人才等責任。這令我需要從短期業績導向，轉變為具備五至十年的策略商業思維及眼光。





遊歷路上：即興吧

記者不是生意人，聽到「掌管七十人團隊」、「盈虧」、「現金流」、「租金」等等，實在要命；假使年復年、日復日的對着這些「責任」，未曾中槍已陣亡。偏偏，Sandra就是一個探險家，不但在事業上勇於嘗試，在生活中也不會滿足於局促一隅。旅行，便成了她在出走去探險的任務。

「我自己本身愛挑戰新事物，很多時都是神來之筆，見到有感動，會讓我想去探索的就會動身！」她的隨興不是北上消費，也不是台北東京，而是南極。

「其實南極現今是極受歡迎的旅遊地點，不過絕對要受得起長途機折騰，因第一程飛到去布宜諾斯艾利斯已經超過五十個小時了；加上隨時要有心理準備接受當地罷工，航班停運，需要有極大的機動性。」可以想像，前往南極之旅不是可以中途折返，也不會有為迎合港人口味的港式食物，那不是歎世界，更像是出走職場去修行。

當Sandra踏足南極，她最大的感受是：「那是無人地帶，無污染無噪音的一片淨土！登上陸地，就會看見無邊際的企鵝在歡迎你！我感到十分震撼，我非常享受與大自然這一類接觸！感恩我走過！」她一直相信人生應該在「時間、金錢與健康」交匯的黃金期，盡情去探索世界。都市生活雖然舒適，但往往被既定的框架與高壓節奏消耗身心靈。走遍六十多個國家，去一些冷門或需要冒險的地方，能讓她跳出固有視野，看到生命的多元與寬廣。

「走遍六十多個國家，偏好踏足冷門或需要冒險的地方」，可能令你以為是渲染誇大，其實不然。除了南極，她還到過：「印象非常深刻的旅程包括伊朗、約旦、高加索三國，以及遠赴東非大草原看動物大遷徙與南美洲高山症解鎖天空之鏡。在這些地方，你會身處地緣政治的迷霧或大自然的宏大秩序中。這給我最大的啟發是：個人的焦慮在天地與歷史面前其實非常渺小。回到高壓的金融職場，面對任何市場波動，我都更能泰然處之、不被短期情緒影響。」

「請人容易送鬼難」

多國深度旅行經歷，讓Sandra培養出抗壓心理素質。「深度旅行教懂我預判風險與接受不確定性。在公司營運上，我要建立充足的Cash Flow防線；在團隊管理上，我堅持打造『共融森林』，不刻意追求女性主義，給予不同背景人才，包括內地優才及馬來西亞專才等。足夠的安全感與承載力，讓團隊穩健。」

說得容易，二人或以上的團隊，就會有「>1的意見」、「>100的摩擦」。Sandra分享指，指團隊招募上總會有時遇上「麻煩人」，有句說話叫「請人容易送鬼難」，過去曾遇過少數成員的價值觀與公司背道而馳，持續傳遞負面情緒，這對團隊，尤其是充滿熱誠的新人造成了極大的內耗——「請人容易送鬼難」，相信是無數老闆的心聲，碰到那些每天製造事端、心理不平衡、目空一切、飛揚跋扈的Pot-stirrer，難道要請法師「超渡」才行？

Sandra教路指：「遇上這些人有必要迅速行動，給他警告及隔離，同時教育新同事如何保護好自己！試過就是這些害群之馬帶隊離開，當時雖然非常之『傷』，但原來風雨過後才會見到彩虹！該走的人絕對不能留，事實證明，當團隊回歸純粹與專注後，我們反而爆發出前所未有的能量，在那一年創下了業績新高！」





容人之量



當然，如果不合咀形便要排除，永遠找不到好夥計。足跡遍佈半個地球的Sandra認為要學會授權與信任，「很多主管很累，是因為不肯放手。給團隊犯錯與成長的空間，你才能解放自己的時間。我給予團隊極大的空間與信任，提及的核心成員因此早已具備獨當一面的能力。另外，要有包容與多元文化，無論是處於衝刺期的青年企業家，還是需要兼顧家庭與事業發展的階段，IPP 都提供彈性的職涯路徑與分潤體系。」



「此外，導師傳承（Mentorship）都好重要，主管或同事之間不是競爭，而是傳承與互補—我分享經驗與大局觀，新一代帶來科技視野與新思維，雙向賦能才能實現雙贏。」

得來全花費工夫





很多人都害怕改變，尤其年紀開始增加，恐懼成了原地踏步的藉口。但Sandra常說「Willing to learn, willing to change（願意學習、願意改變）」。「這是我自己做人的核心道理。如果這個改變是朝着長遠好的方向發展，無論多大困難都絕對值得去嘗試。人生最怕的不是失敗，而是『未曾試過』而留下遺憾。」

「很多人面對轉型會感到抗拒、覺得風險極大，甚至不願意去學、去求變。但我自己的體會是：轉型絕不是一蹴而就的，它需要時間去深耕。只要你看清方向、享受其中，明白自己為甚麼要改變，事情自然會漸入佳境。如果你拒絕改變，反而會被困在原地，更難突破到下一個職涯階段。」

具體來說，轉型非盲目衝動，而是可以透過策略性的「人生增值」，Sandra有以下三個實踐建議：

1 建立「財務底氣」讓選擇權握在手中

「女性在進入『黃金期』前，提早建立非勞動性收入的基礎或轉型儲備金。當你擁有足夠支撐六至十二個月生活的財務緩衝時，你對改變的恐懼會降低，讓你敢於在機會出現時，不是因為『需要錢』而留下，而是因為『想發展』而前進。」

2 從「時間管理」進化到「精力管理」

「職場女性常陷入Work-Life Balance的迷思，試圖把每件事都做到完美，這反而容易導致枯竭。我的經驗是：學會授權與篩選。在轉型期，要區分甚麼是『消費型事務』（耗費精力但無增長）與『投資型事務』（如建立人脈、學習新技能）。把重心放在營運一盤生意，就是學習用系統代替個人體力，這樣你才能在發展事業的同時，留出空間給家庭與自己。」

3 尋找「同行者」與「導師」

「轉型路上，孤軍作戰很容易放棄。建議主動加入具備創業氛圍的社群或是尋找已經在你目標領域取得成功的人作為Mentor。有人同行，你的恐懼會減半，成功的路徑也會清晰許多。」

探索全球教育，打造不一樣的精彩未來

專辦熱門國家及地區入學申請

英國 | 美國 | 澳洲 | 紐西蘭 | 加拿大 | 中國內地 | 香港
台灣 | 日本 | 韓國 | 星加坡 | 馬來西亞 | 泰國



一站式專業諮詢

個性化規劃，精準選校選科



英語及學術特訓

專業導師執教，突破語言及學術門檻



簽證及移民服務

文件合規審查，專業技術引領



多種課程選擇

長/短期課程，夏/冬令營，網上課程

最新資訊

edubridge-overseas.com

EduBridge
Overseas Education Centre
學橋海外升學中心

(852) 4642-4941

edubridge_overseas

info@edubridge-overseas.com

解難還須IT人

香港創科發展協會創會主席 陳迪源

九歲開始接觸電腦、未足二十歲大學畢業、二十七歲成為上市公司主席，再用十五個月把自己創辦的公司帶到上市。香港創科發展協會創會主席、香港生成式人工智能研發中心（HKGAI）前首席產品戰略官陳迪源，走過三十多年創科路，信奉凡事要快，更相信「貴在實踐」。早年接掌只有數人的美國小公司，他在公司睡足一個月，解決下屬說「做不到」的事情；後來由商界走進公共政策，以科技專業向政府建言，協助發展人工智能系統。他認為解決問題不能只靠熱誠，而是要找到方法。人工智能競賽席捲全球，他夠膽說香港毋須追求最大模型，而是應建立最值得信任、最切合本地需要的模型。

現年五十二歲的陳迪源，九歲已開始學習使用電腦，中五畢業後，他遵從家人期望赴美升學。陳家本從商，陳迪源順理成章主修工商管理、副修自己喜歡的電腦。在上世紀九十年代，他未足二十歲已大學畢業，貫徹其人生哲學—「咩都要快」。

同時修讀商科和電腦，原來會產生意想不到的化學作用，「科技不只要懂技術，還要知道怎樣把產品做出來、如何定價、如何解決客戶的問題。」這種科技與商業並重的思維，一直貫穿陳迪源的事業路。



►2025年，陳迪源獲特區政府頒授榮譽勳章（MH）。



▲陳迪源坦言從沒想過會獲特區政府授勳，並將榮譽歸於所有默默為社會付出的創科人。



►今年三月，陳迪源出任香港生成式人工智能研發中心（HKGAI）首席產品戰略官，任期剛剛在八月三十一日結束。

在公司睡的總經理


▲僅用十五個月，陳迪源把自己創立的公司帶到創業版上市，當年他年僅三十九歲。

大學畢業後，陳迪源加入美國一間由中國人創辦的小型紡織機械公司，不久總經理離職，年紀輕輕的他隨即頂上其位。公司當時只有四名員工，眾人認為他是被老闆「欽點」，對這名年輕上司並不服氣，「他們甚麼事都說『做不到』，即使應承去做，也要數星期、數個月。」為了盡快掌握業務，親自找出解決問題的方法，陳迪源連續一個月睡在公司接待處的沙發上，每天早上七時回家洗澡，九時再回公司上班。

一個月後，陳幾乎掌握了公司的一切，「連廁所堵塞都懂得處理。」最終，四名員工中，兩人選擇離開，餘下兩人留下，則跟隨他十年。他擔任總經理後，花了六年把公司由五人擴展至三十多人，這段經歷讓他明白「貴在實踐，要用方法解決問題」。例如公司計劃研發繡花軟件，「當時德國、日本已經有專利技術，行內只能買他們的軟件。公司與上海交通大學合作，找了很厲害的教授幫忙，結果花了一年也解決不到問題。」遇上技術樽頸，又有銷售機器的壓力，陳迪源最後自行構思解決方案，再交由合作團隊測試。方案最初備受冷待，最終卻證明可行，亦協助公司拓展業務。

自言「咩都要快」的陳迪源，在2000年，返港幫忙家人打理生意，以二十七歲之齡擔任上市公司主席，是當時香港最年輕的上市公司主席之一。其後再創立自己的科技公司，僅用十五個月便把公司帶到創業版上市。他笑說：「當時還創下幾項紀錄，包括上市市值最低、員工人數最少等。不過，我們是首隻以廣告科技為主要業務的科網股，後來獲納入標準普爾創業板指數，市值由一億多元一度升至七億多元。」

參選落敗但贏口碑

不到三十歲，已先後擔任兩間上市公司主席，事業發展如日中天，他卻萌生另一個抱負。陳迪源回港發展後，一直專注營商和陪伴家人，「覺得好好做生意就可以，連一些行業的學會、協會都沒有參加。」改變他的，是2014年的社會事件。

當時陳迪源已有兩名女兒，「我希望香港好，也希望女兒長大後，香港仍然是她們值得選擇發展的地方。」他開始思考，除了經營自己的公司，還可以為行業和社會做些甚麼。

2016年，陳迪源與團隊一同參加選舉委員會資訊科技界選舉。「選前已計算到會落敗，但我們也盡力做，目標是要贏口碑。」他與團隊落力宣傳、舉行集思會，最終雖然落選，卻讓更多業界人士認識他，也結識了一群志同道合的朋友。

選委會選舉結束，他和團隊組成關注組，持續就創科政策發表意見和評論。他憶述，幾個月後便是特首選舉，其一參選人的競選網站被發現有安全疑慮，競選團隊物色業界人士協助，最終找上他和團隊，並在兩天內為對方完成相關工作。



到了2018年，他和團隊認為時機成熟，正式成立香港創科發展協會。陳迪源憶述，「當時社會對資訊科技從業員的印象不太好，網上的形容都是『IT狗、裁員、上唔到車』等，協會希望改變這種觀感，推動政策之餘，做好知識傳播，要『做大個餅』。」他希望讓市民理解，資訊科技不只是一個行業，更可以改善生活、創造職位和提升香港競爭力。

協會的工作逐漸為人認識，陳亦擔任更多公職，如資歷架構資訊及通訊科技業行業培訓諮詢委員會委員、學校IT創新實驗室計劃評審委員會成員等。他從中領悟到，向政府建言未必要高調施壓，「有好建議，可以『門埋門』同政府講，不要為想做事的人製造壓力。」結果他在2025年獲頒榮譽勳章。

做香港人的助手

AI發展一日千里，香港政府於2023年10月在InnoHK創新香港研發平台下成立「香港生成式人工智能研發中心（HKGAI）」，由香港科技大學牽頭，致力研發切合香港制度、語言和社會環境的人工智能基礎大模型。HKGAI目前產品包括智能對話工具「港話通」、文書輔助工具「港文通」，以及自動整理會議紀錄和摘要的「港會通」等。

陳迪源曾經參與「港話通」的測試工作，在今年3月接受香港科技大學首席副校長兼HKGAI主任郭毅可邀請，出任首席產品戰略官，至8月31日才剛卸任有關職務。陳迪源把HKGAI研發的本地大模型形容為由香港掌握的「主權模型」，既要理解香港在「一國兩制」下的制度、語言和價值，也要符合本地法規及實際需要。「HKGAI不單是AI工具，還是AI助手。現在有市民會查巴士路線、股價、新聞，HKGAI的定位就是要做『香港人的助手』。」

在全球科技企業競相追求更大模型之際，陳迪源卻有另一種看法，「香港不需要做最大的模型，只需要做最值得信任的模型。」他解釋，今天最好的模型，明天可能已被另一個超越；用家真正需要的，未必是規模最大，而是安全、可靠和夠用。他反問：「使用海外模型生成內容，能否確保符合《香港國安法》、《個人資料（私隱）條例》及平等機會相關法例？」他認為，本地模型的價值，正是理解香港語境，回應香港的實際需要。



▼大學同時修讀商科與電腦，培養出兼具科技視角與商業策略的思維。

不要害怕AI搶飯碗

生成式人工智能迅速普及，人們利用AI提升工作效率之餘，亦不免擔心有朝一日被取代。陳迪源安慰道：「一定會發生的事，就不要害怕，要學會接受。既然知道AI必定會取代某些工作和能力，不如思考可以創造甚麼新事物。AI就像打開一道新的大門。」

陳迪源以十九世紀初英國的盧德運動為例。當時部分紡織工人憂慮機器取代人手、壓低工資，因而破壞機器；英國政府其後嚴刑遏止行動。他認為，歷史說明新科技難免衝擊原有工作模式，但亦會帶來新的產業和職位。在他看來，工業革命雖然衝擊部分傳統工作，長遠亦催生新的產業和發展機會。



▲他長期參與教育相關工作，並深信創科發展能創造職位、提升香港競爭力。



▲他長期參與教育相關工作，並深信創科發展能創造職位、提升香港競爭力。



▲協會除推動政策外，亦舉辦多元活動推廣創科與資訊科技知識，提升市民理解與參與。

梁偉峯



擁有工商管理博士及三個碩士學位，從事資訊科技超過三十年，現為香港理工大學專業進修學院講師及課程總監、香港零售科技商會副會長、香港互聯網論壇副會長、亞洲域名爭議解決中心專家名冊成員、香港調解資歷評審協會認可綜合調解員、英國特許仲裁學會（東亞分會）委員、學術及職業資歷評審局學科專家、香港、新加坡及英國電腦學會資深會員、英國特許市務學會資深會員、國際扶輪3450區中環海濱扶輪社創社社長。
電郵地址：mail@joseph.hk

五千萬「全民AI培訓」是甘露還是杯水？

在人工智能（AI）重塑全球產業格局的浪潮下，特區政府於2026/27年度《財政預算案》中撥款五千萬元推行「全民AI培訓」計劃，目標在兩年內舉辦逾二百項課程、講座及比賽，預計惠及約五萬人次。計劃推出至今，科學園、數碼港及生產力促進局等機構已相繼啟動多項普惠項目。然而，面對全港數百萬市民及數十萬中小企的轉型需求，這五千萬元究竟發揮了多大成效？

創新科技及工業局局長孫東曾明言，香港創科發展講求「少花錢多辦事」，五千萬元屬於全民教育的「初步嘗試」，旨在拋磚引玉，視乎成效再考慮加碼。若以此為衡量標準，計劃在普及公眾認知與構建生態網絡兩方面確實交出了及格成績單：

1.**降低接觸門檻，實現「家校社」聯動**：計劃並非要求全民成為程式工程師，而是將AI定位為基礎生活與工作素養。例如科技園推出的「全民AI普惠計劃」開放逾五千個零門檻名額，涵蓋大師班與專業資歷銜接；數碼港則聯同十一個辦學團體及校長會建立協作網絡，將AI體驗帶入校園與家庭。

2.**激活市場氛圍，呼應高度普及率**：跨國科企報告顯示，本港近七成受訪市民已能熟練使用AI工具，更有約兩成屬於懂得運用AI智能體（AI Agents）處理日常任務的「超級用戶」。政府的公開倡議與活動，有效強化了「不懂AI會被懂AI的人取代」的危機意識，帶動民間自發學習的風氣。

現實落差：企業痛點與「平均一千元」的局限

儘管公眾活動熱鬧，但若從勞動市場轉型與企業實戰的角度審視，這五千萬元的邊際效益卻顯得相當單薄：

1.**資源高度攤薄，難作深度培訓**：以五千萬元惠及五萬人次計算，人均資助額僅為一千元。這筆預算足以舉辦大型講座、展覽或數小時的入門工作坊，卻難以支撐針對特定行業工作流程（Workflow）的深度實戰訓練。

2.**科普教育與企業需求的錯位**：調查顯示，香港高達99%企業已採用AI，85%表示工作職能因而改變，更有73%預計未來三年會減少初級職位招聘。職場急需的是能將AI嵌入業務流程、重塑生產力的進階技能；然而，目前「全民AI」的活動多停留在工具認知與基礎指令（Prompting）層面，對企業人力資源（L&D）及中小企升級的直接幫助極為有限。

3.**配套銜接存在時間差**：雖然政府同步將僱員再培訓局升格為「技能提升局」，並於11月起聯同大型科企為在職人士推出AI課程，但相關通用課程的開發與迭代速度，往往落後於以月計算的生成式AI技術演變。

筆者認為，五千萬元的「全民AI培訓」成功扮演了社會啟蒙與市場催化劑的角色，但絕非解決香港AI人才缺口的靈丹妙藥。要將這股普及熱潮轉化為報告推算高達六百五十億元的中小企經濟效益，政府與業界在下一階段必須採取更精準的策略。

走入航天界點燃民間力量

律師星際啟示錄

資深執業律師葉鉅雲過去處理商業收購與嚴謹合約，四年前跨界發起成立香港首個專注航天科普與基礎科學的慈善機構——香港（國際）航天慈善基金會。他表示，香港必須打破偏重短線回報的心態，以「兩條腿走路」方式引進民間力量，深耕基礎科學「土壤」，並發揮普通法體系與金融優勢，發展新太空經濟。基金會近年除了成功為國家「嫦娥七號」項目籌集部份研發費用，亦積極推動科普教育，期盼能以「世代」為單位，為香港產業轉型與國家航天建設開闢新路。



◀香港（國際）航天慈善基金會主席葉鉅雲期望推動「航天科技研發中心」落地。

「很多人當時覺得我的想法天方夜譚，香港怎樣幫國家做航天科技？」葉鉅雲回憶道，初期知音難覓，幸最終獲得行政會議成員、資深大律師湯家驊支持，「他和兒子曾親身目睹火箭發射的一刻，對此感到震撼及感動，認同航天教育的價值。」隨後，香港大學副校長汪揚教授、香港理工大學土地及空間研究院院長丁曉利教授、港區全國人大代表陳曉鋒律師，以及多位專家加入，組成了涵蓋政、商、學、研的堅實團隊。

「縱觀人類歷史，古代的強國掌控陸地，近代的強國掌控海洋，到了21世紀則視乎誰掌握天空。」他說，航天科技具備強大的經濟利益與社會價值，現代商業衛星已融入日常生活，而對氣候變化、天災人禍等環境監測，具有不言而喻的重要性，惟現時商業太空領域多由美國主導，且美國投入龐大資金與人才，大幅降低低軌衛星發射的成本，「人工智能（AI）與航天科技乃全球大國博弈的核心領域，國家必須在這些關鍵戰略前沿保持強大的競爭力與自主權，國民更需要積極參與支持。」



◀得獎學生獲安排至海南文昌發射場，見證天舟十號貨運飛船升空。

善用商界與慈善資本參與

然而，他提到，航天科技屬長遠且龐大的戰略投資。在此背景下，他提出「兩條腿走路」的概念，以PPP（政企共創）模式發展——除了國家與政府的宏觀投入外，更要善用香港優勢動員民間、商界與慈善資本參與，協助國家吸引全球頂尖人才與資金，「我們如果能運用民間力量協助國家吸引資本與人才，就能為航天發展出一分力。」

葉鉅雲的理想頗為宏大，希望以公益慈善方式推廣天文科學教育、航天科普教育及航天科技研究，以促進航天科技發展及商業化，培育新興太空經濟，並透過航天科普推動民間交流。

香港（國際）航天慈善基金會在2022年成立，近年已參與不少項目，包括2024年7月受香港大學太空研究實驗室委託，為其主理的國家級項目「嫦娥七號天文攝影機」籌集研發費用，成功籌得近港幣五百萬元捐款，其中最大捐贈者為呂志和家族子女，成為香港首個民間參與慈善捐贈國家月球計劃的航天科技項目。

去年，基金會邀請國際知名天文學家兼基金會資深天文科學顧問賀曾樸就黑洞主題演講；今年舉辦演講，邀得天體物理學家、北京大學科維理天文與天體物理研究所所長何子山主講，吸引學術界及社會人士參與。

他提到，基金會將推出「未來太空科學家種子計劃」，由學校提名優秀學生，對接本港頂尖航天科學家進行培訓，將讓中學生以「影子科學家」等模式，參與包括國家百億級木星探測等底層科研。他強調，未來的青少年在二十、三十年後將面對完全不同的科技社會，必須提早布局。

作為本港航天科技發展的推動者之一，葉鉅雲早在去年已向政府遞交白皮書，建議於北部都會區撥地建立商業航天城航天科技研發中心，整合相關產業鏈，今年再次就政府五年規劃提出有關意見。他強調，太空經濟遠非僅限於火箭發射，香港應走出自己的航道，如建立「航天科技研發中心」，融合衛星與火箭晶片電子設計、航天新材料及人才培訓。



▼基金會今年4月主辦「建設更睿智香港：創建亞洲智力樞紐」論壇。

擬申空置校舍創立科研中心

為讓構想「落地」，他透露，基金會打算申請空置校舍，創立小規模的科技研發中心，「我們已聯絡數間內地大學，亦打算找由數碼港或科學園孵化的初創計劃團隊，希望幫助他們持續發展，直至成功商業化。」

葉鉅雲不諱言，對物理、天文等基礎科學「土壤」的投資，不是以「年」計算，而是以「世代」作單位，最困難之處在於打破香港社會過往過度偏側發展、忽視長線創科的傳統心態。

世界經濟論壇預測2035年全球太空經濟將達一點八五萬億美元（約港幣十四點五二萬億元）。



▲葉鉅雲提出「兩條腿走路」的概念，認為民間參與同樣重要。

他認為本港有潛力成為國際商業航天中心，協助商業航天產業鏈各環節發展。他提到，在太空法（Space Law）層面，當前全球太空法體系存在諸多真空，如在商業層面，涉及極其複雜的國際法、商業發射合約、太空保險估值及衛星碰撞責任賠償等法律爭議，「香港具備條件發展成為國際商業航天爭議調解與仲裁中心。」

放眼遠景，葉鉅雲指出，航天領域的應用皆屬頂尖科技，能跨界帶動生物科技突破，如外太空環境對人體健康與長壽的研究，以及整體人類文明的進步。他表示，期盼能成功推動「航天科研中心」落地，一方面為香港尋找產業轉型的新出路，另一方面亦期望為國家作出貢獻。



◀基金會去年與香港科技大學合辦微電影創作大賽。

香港人上太空

提起太空人，好自然會想起首位成為太空人並進入太空的香港人黎家盈。要留意，她可是一位哲學博士（當然，也持有理學士學歷）。

成為太空人前，她是一位（專業職系）警司、資訊科技專家、電腦科學家。黎曾駐守香港警務處刑事情報科技術支援組。她為香港大學理學士（主修電腦科學及資訊系統）、工程學院哲學碩士（主修密碼學）及工程學院計算與數據科學學院哲學博士（主要研究網路侵權罪行與電腦法證）。她的博士論文研究網路侵權罪行與電腦法證，博士論文導師為鄒錦沛。

畢業後，她曾於電訊公司工作，於2012年透過專業職系途徑投考加入香港警務處，擔任（專業職系）督察，駐守於刑事情報科技術支援組，後獲晉升為（專業職系）總督察。2025年4月，黎獲委任為（專業職系）警司。

早在2003年，黎家盈看見神舟五號新聞報道而深感震撼，於是在2022年12月中國第四批太空人開始選拔工作時主動報名，最終獲選。2026年5月24日，黎家盈和朱楊柱、張志遠一同乘坐長征二號F運載火箭升空，實現了香港人的太空夢。

關志康



出身於金融地產行業，是特許金融分析師、豐盛社企學會的共同創辦人及總幹事，自2011年起，一直提倡包括政、商、社、學、民的跨界協作，推動社會企業發展、社創知識落實及社創精神施受，深信這既是一種個人的「轉化學習」又是一種社會的「典範轉移」，讓持份者既活出豐盛生命，同時提升社會福祉，以雙贏思維，用心建設我家。

Email : tedkwan@gmail.com

跨界協作如何回應「香港五年規劃」？



特首政策組組長黃元山博士曾在豐盛社企學會（豐盛）主辦的「Social Impact Day 2026」社創論壇提到，香港的社會創新正透過三條路徑擴大規模：「市場、政府，以及社福與慈善界」。這種跨界趨勢反映出，香港的社創發展早已超越個別機構單純扶貧或提供基本支援的傳統框架。要實現社會效益最大化，關鍵在於串連這三方力量，建立一個健全的跨界生態圈。最近，豐盛與香港中文大學知識轉移處攜手舉辦了一系列圓桌對談，匯聚跨界別嘉賓。首場對談深入探討了特殊教育需要（SEN）與腦力多元（Neurodiverse）群體的未來發展，共同研究如何為學生以至成人創造更多發展機遇。

科技與專業融合：實現「產、學、研」協同創新

面對特殊教育需要群體照顧者的心理壓力，科技與專業治療的結合提供了創新方案。由香港中文大學醫學院那打素護理學院副教授莊婉瑜教授創辦的初創企業 ACTuWISE，研發了應用「接納與承諾治療」（ACT）的手機應用程式 Pai.ACT。該程式專為粵語特殊教育需要兒童照顧者設計，運用深度學習驅動的聊天機器人與語音識別技術，評估家長所面臨的心理挑戰，並模仿 ACT 輔導員的對話模式進行溝通。ACTuWISE亦有與由數碼港及豐盛培育的初創企業貝智人工智能攜手合作，為前線特教導師提供有系統的專業「接納與承諾治療」培訓。這種跨界別的成功協作，正正具體地展示了未來教育、科技與人才一體化發展中，以科技引領「產、學、研」的協同創新體系。

顛覆傳統思維：從「特殊需要」到「獨特人才」

在產業急速轉型的時代，人才觀念亦正迎來根本性的變革。Generation 香港行政總裁鄭浩維在對談中指出，近年數碼產業與人工智能（AI）發展迅速，僱主對創新及思維獨特的人才需求大增。腦力多元群體獨特的思考方式與專注特質，恰好契合了當前市場最渴求的人才特徵。Generation 香港亦藉此契機培育更多腦力多元人才，精準匹配企業需求。香港腦力多元化協會（NDAHK）創辦人兼主席關文慧對此深有同感。昔日大眾多聚焦於「特殊教育需要」的限制與需求，但隨着社會、科技與產業發展，這些特質已轉化為獨特的優勢。在未來職場中，他們的長處將更獲重視，成為推動企業創新不可或缺的核心力量。這場圓桌對談的成果，恰好回應了行政長官最近發表的「香港五年規劃」。事實證明，當大學與產業具備社會創新的精神，並做好跨界協作，不止匯聚了商界的「善意」與民間的「創意」，更能善用人工智能作為香港未來重要產業發展的龐大機遇。透過強化跨界融合，落實「產、學、研」及「政、商、民」跨界別協作，便能有效整合資源、培育多元技能人才，並精準回應社會的支援需求。

（本文由豐盛社企學會項目策劃經理鄭健成撰寫）

本文摘自《星島日報》每日雜誌

在沒有大門阻隔的木製書屋裏，徐徐清風拂動泛黃的書頁，孩童拿起一本圖書坐在階梯上。建築在這裏並非只可遠觀的地標或展品，而是承載日常的社區空間。香港中文大學建築學院院長Peter W. Ferretto教授，帶領一批批香港學生，在湖南侗寨建起書屋、在非洲為赤貧孩童築起避風港。他強調「與人共築（Architecture with people）」的平等概念，「雜誌那些精湛設計的建築往往沒有人，但我們需要的是人。建築擁有賦予人們的力量，也能讓人感受到溫度。」



▶Peter W. Ferretto強調「與人共築」的平等概念。

為弱勢搭起溫暖書屋

中大建築院長心滿意「築」

「當你學習建築時，很多學校的體系都在激發你成為一個『明星建築師』，但實際上建築師肩負很多責任，尤其是社會責任。」Ferretto教授不諱言，過去曾在著名建築事務所工作，參與規模龐大、預算驚人的大型項目，但十多年過去，他內心的疑問越發強烈，「有點像是一隻狗在追逐自己的尾巴，你一直在追，卻不知道自己為甚麼而追。那個商業體系本身沒有錯，但我感到有點空虛。」



▼Peter W. Ferretto帶領中大建築學院研究實驗室Condition Lab及廣州大學合作，走進中國湖南侗族村落。



▼Peter W. Ferretto認為建築能賦予人們力量。

「建築賦予人們力量」

他毅然轉向學術與教學，尋找建築的意義。他說，不少建築學院往往偏向工程技術或是極致偏向純藝術，而中大建築學院獨特，「我們隸屬於社會科學院。我開始意識到，可以有一種截然不同的建築存在。那種建築是有價值觀的、能提供實質幫助的，建築擁有賦予人們力量（empower）的能力。」

他憶起那段時間的反思，「人才是生活空間的常態。如果你把人放在第一位，整個建築的前後焦點就徹底倒轉了。」他提出了一個理念，將「為人而造（Architecture for people）」，變為平等的「與人共築（Architecture with people）」，「建築師的首要責任不再是展示風格，而是傾聽，是用同理心去理解，與人一起建造。」



連年辦工作坊 獲村民信任

2018年，他創了設計研究實驗室與社會企業「Condition_Lab」，結合學術研究、參與式設計與原型建造，推動以人為本的「慢建築」項目，足跡遍及中國內地及非洲等地，其中代表性項目為湖南侗寨的圖書屋。

▼Condition_Lab共同設計與建造「坪坦書屋」。



他與中大學生走入湖南通道侗族自治縣的高步村。在那個村落，年輕勞動力湧向大城市，村莊嚴重「空心化」，只剩下留守的老人與兒童。在外打工見識過現代文明的村民，回鄉後渴望擁有洗衣機、熱水淋浴等，傳統木構老屋被推平。

他與團隊借鑒「慢建築」概念，連續數年在村裏辦工作坊，換來村民的信任，直至第三年得知村裏有需要興建圖書館。在籌備會議上，建築團隊邀請全村老幼參與，在小女孩希望要「沒有門的建築下」，團隊大膽建築了一棟展示傳統建築特色，但結合創意改造的「高步書屋」。



◀Condition_Lab在肯尼亞奈洛比項目中聘請當地居民參與興建。

全村共享 奪多項大獎

樓高兩層、面積約二百平方米的高步書屋，沿襲了侗族傳統「干欄式」木構建築特色，全座以在地木材搭建。因應侗族人習慣於樓梯聚集談天的生活習性，團隊將一座貫通全座書屋的寬闊中央樓梯化為核心設計，既是垂直通道，也是全村的共享生活舞台，孩童在階梯間追逐玩耍之餘，隨時能隨性席地而坐，翻閱手上的圖書。

該書屋奪得世界多項大獎，在過程中，團隊也與村落建立深厚感情。Ferretto教授難忘，在當地與木匠共事的經歷，「老木匠一生從不畫圖紙，也不會寫書著說，所有精密的結構都在他們的大腦裏，全靠口傳心授。如果老一代師傅離世，這門千年智慧就會徹底在地球上消失。」他說，他和學生的初衷，便是希望透過與木匠師傅合作，由學生將其智慧梳理記錄下來，將技藝傳承下去。

後來，他與團隊陸續在內地村落建造項目，2021年在湖南省坪坦鄉侗族村啟用的坪坦書屋，也獲「世界室內設計大獎」肯定，惟隨後遇上疫情，團隊無法前往內地。此時聯合國人類住區規劃署邀請團隊到肯尼亞奈洛比演講，他輾轉結識了當地深耕的非牟利機構，與機構負責人一拍即合，決定在當地貧民窟基貝拉建造「Amani Kibera書屋」。

歸功於學生「驚歎的奇蹟」

基貝拉的鐵皮屋密密麻麻、陰暗無光，孩童在家中連一張做功課的書桌也沒有，單親母親亦缺乏謀生途徑。Ferretto與團隊延續了湖南書屋的空間邏輯，二樓是明亮安全的兒童圖書館，底層則改建為配備縫紉機的婦女工作坊，方便母親在樓下製作手工賺取生計，同時就近照料在樓上溫習閱讀的子女，進行社區互助。

他坦言，項目的建造過程充滿挑戰，基貝拉巷道逼仄，長型鋼材無法運入，加之白蟻侵蝕嚴重，輕鋼與木材均無法採用。團隊聽取在地工匠建議，選用唯一可行的混凝土建造，並僱用本地工人，不僅為社區留下一座公共設施，更直接緩解了部分家庭的燃眉之急。



▼Peter W. Ferretto帶領中大建築學院研究實驗室Condition_Lab及廣州大學合作，走進中國湖南侗族村落。

圖書館於2024年6月啟用後，每日接待四、五十名孩童，至今累計服務逾2000人次。Ferretto教授分享，曾有母親將初生嬰兒遺棄在門口，並留下字條稱「這棟建築如此美麗，深信你們有愛與能力將孩子撫養成人」，「這就是現實世界的真實衝擊，我們做的不僅是一棟漂亮的建築，而是真正給予人實質庇護的避風港。」

在人工智能（AI）普及的當下，Ferretto依然堅持帶領學生到窮鄉僻壤，在緊縮的預算下親手搬磚、鋸木、搭建1:1的真實建築。他直言，香港成長環境優渥，許多學生從小被過度保護，甚至從未親手釘過一張桌子，容易與真實世界脫節，「以往在電腦繪圖時，學生只會天馬行空地堆砌昂貴建材，卻不知現實中一般大眾根本無力負擔。」

作為非牟利實驗室，Condition_Lab的早期營運主要倚賴慈善捐款與大學研究資助，但Ferretto深知需要有「可持續」的模式，自湖南高步村項目起，團隊與侗族婦女合作，開始嘗試開發文創產品，並在非洲基貝拉實踐，團隊與當地婦女攜手製作特色手工藝品，學生們更自主創立文創品牌，在社交平台推廣銷售，建立起「自給自足」的模式，將利潤投放在下一個鄉村項目。

他將一切歸功於學生，「只要你相信學生並賦權給他們，他們能創造出令人驚歎的奇蹟。這些成就不是屬於我個人的，而是這群熱血青年創造的。」

學做非遺龍鬚糖
手眼協調跨世紀

一粒粒白色飽滿又甜美的龍鬚糖，鬆化柔軟，配以餡料充滿口感，無論大人和小朋友都喜歡吃。這款甜點在中國已有千多年歷史，在香港50年代亦相當盛行，更成為非遺產物。有工作室開辦製作龍鬚糖的親子班，小朋友可以親自將一塊塊麥芽糖膠，拉成幼幼的糖絲，過程中不單止可以訓練手眼協調及專注，還好玩又好味道。

認識淵源

「CMM HANDMADE WORKSHOP」由超過十五年教育培訓經驗的卡文，於2021年成立，去年再組織香港手工藝及非遺技藝導師協會；同時，她亦開辦不同工作坊，讓小朋友除學習製作非遺藝術手作之外，更可以放開內心的種種，也讓家長開闊眼界，了解孩子的潛能，促進親子感情。

親子龍鬚糖工作坊適合六歲或以上小朋友及其家長參加，每班最多十至十五對親子上堂，每堂一個半小時，大約可以完成十至十五件龍鬚糖。工作坊開始時，導師會先向參加者講解龍鬚糖的來源及歷史文化等知識，讓他們對龍鬚糖有所了解。





▼家長和小朋友一起學做龍鬚糖，簡單易做又美味，共享親子時光。

另外，導師又向各人介紹所用的材料及示範每個步驟，之後便開始動手做。龍鬚糖所用的材料簡單，但在製作過程中亦要注意一些竅門，例如：需要用掌心的力來拉糖絲，另力度要平均，還有動作不能太快，以免拉斷糖絲，亦不能太慢，以免糖絲硬化，過程中如拉斷糖絲，便要用新一塊糖膠來做。

龍鬚糖已有超過一千年歷史，相傳為皇帝製造精美點心的御廚，在民間發現了一種名為「麵線糖」的新穎小吃，於是照樣製作給皇帝品嘗。當皇帝品嘗過後龍顏大悅，由於「麵線糖」的形狀極似龍鬚，故稱之為「龍鬚糖」。在清朝結束後，隨着御廚傳回民間，並流傳至中國多地。2014年，龍鬚糖製作技藝更被列入香港非物質文化遺產清單。



▲小朋友聽完導師講解後，搶答問題，答對獎一盒龍鬚糖，大家都表現踴躍。

感官訓練

小朋友學做龍鬚糖好處多多，不僅加深認識這款中國傳統小吃的來龍去脈及文化認同感，於製作過程中還有感官統合訓練的元素，譬如：從揉搓糖膠、扭成8字，到最後包入餡料，需要高度的手眼協調及訓練小手肌；另外要成功拉出千絲萬縷，則需要小朋友的專注力與耐性，同時可以增加家長與小朋友的互動和合作，創造美好的親子回憶。還有，小朋友將一塊麥芽糖膠變成一絲絲糖絲，再製成一粒粒龍鬚糖，過程中可以建立他們的自信心和滿足感。最後，將這款美味的甜點送贈親友品嘗，可以讓小朋友體會與人分享的樂趣。



▲媽媽與女兒一起拉糖絲，有板有眼，默契十足，兼且創造美好的親子回憶。

製作步驟





步驟1 導師先將麥芽糖膠熱溶至軟身。



步驟2 在糖膠中間位置開一個孔，然後拉出一個圈。





步驟3 將糖圈沾上粟粉，打一個8字，對疊之後再拉，重複約14次。



步驟4 將糖圈拉成幼絲後，拉斷一小段，放上餡料。





步驟3 用手指將糖絲對疊後，將龍鬚糖稍稍轉一轉便完成。

▼導師向參加者講解，龍鬚糖所用的材料和製作時要注意的地方。



▼龍鬚糖是香港的非物質文化，能夠親自製作，特別美味。

完成！





▼乘高尾山纜車可沿途盡覽紅葉絕景。

關東追楓懶人包 6大東京名所

入秋時份，正是觀賞紅葉景致好時機。今年日本受不穩定天氣影響，預計紅葉觀賞期一般會較往年推遲。以下精選東京近郊六個觀賞紅葉名所，涵蓋景點特色與浪漫的夜楓亮點。



▼高尾山藥王院是必到紅葉景點。

高尾山 俯瞰滿山紅葉美景 最佳觀賞期11月下旬至12月上旬

高尾山是東京近郊首屈一指的賞楓勝地，當秋意漸濃，整座山林被染上一層層醉人的紅、橙、黃、綠，交織出宛如天然畫布的壯麗景致。搭乘登山纜車或空中吊椅沿途上山，能從高處俯瞰滿山紅葉的絕景；漫步至古色古香的藥王院，紅葉與寺廟建築相映成趣，更添幾分禪意與莊嚴。此外，登上高尾山山頂或「紅葉台」，運氣好還能眺望被秋色環繞的富士山。從新宿搭乘京王線僅需約一小時即可抵達「高尾山口站」，交通便利，是秋季漫步、親近大自然的絕佳去處。

特色：登山纜車俯瞰、藥王院禪意、遠眺富士山
交通：京王線新宿站乘特急、準特急或急行列車直達高尾山口站。

六義園 夜間夢幻點燈活動 最佳觀賞期11月下旬至12月中旬

位於東京文京區的「六義園」是代表元祿時期的回遊式築山泉水庭園，也是東京首屈一指的賞楓勝地。每年11月底到12月中，園內的楓樹、紅葉和銀杏層林盡染，倒映在水面上的絕美秋景令無數遊客流連忘返。

此期間最大的亮點是夜間舉辦的夢幻點燈活動。在漆黑夜空中被燈光烘托出的樹木，散發着與白天截然不同的幽玄之美。這裏是遠離都市喧囂、在歷史底蘊深厚的庭園中細細感受深秋韻味的絕佳去處。



特色：回遊式庭園、水面紅葉倒影、夢幻夜間點燈
交通：乘JR山手線或東京地下鐵南北線至駒進站，南口步行約七分鐘。

►紅葉倒映在中央大池的水面上，形成如夢似幻景致。

►秋季會舉辦「庭紅葉之六義園」夜間特別觀賞活動。



▼紅三溪園內苑「聽秋閣」與周遭燦爛紅葉景色。

三溪園 詩意盎然日式庭園 最佳觀賞期11月下旬至12月中旬

坐落於橫濱的三溪園，是關東地區極具詩意的日式庭園，每年11月至12月迎來一年中最迷人的紅葉季。漫步其間，廣闊的自然景致與從京都、鎌倉等地移築而來的歷史古建築交相輝映，古色古香的樓閣、小橋流水與滿山遍野的楓紅、金黃銀杏相互襯托，展現出極致的日式傳統美學。特別是著名的「聽秋閣」一帶，紅葉環繞着古樸的建築，景致絕美，彷彿讓人走進一幅動人的秋日畫卷，是攝影愛好者與感受深秋靜謐氛圍的絕佳去處。

特色：日式庭園、歷史古建築、聽秋閣絕景
交通：橫濱站東口乘觀光巴士「ぶらり三溪園BUS」（周末路線）



▲聽秋閣歷史悠久，被列為日本重要文化財產。

養老溪谷 最晚變紅浪漫句點

最佳觀賞期11月下旬至12月中旬

位於千葉縣房總半島的養老溪谷，享有「關東最晚變紅的紅葉」之美譽。每到11月底至12月初，整片山林便逐漸染上艷麗的紅、橙與金黃色，為秋季的關東近郊畫下浪漫句點。

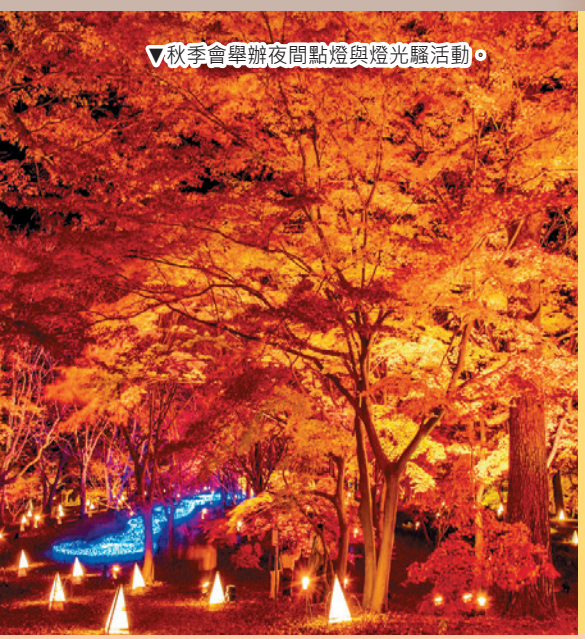
這裏最具代表性的景點為栗又瀑布（養老之瀧），層次分明的紅葉與壯麗的瀑布水景相互輝映，景色動人。沿着溪谷漫步於健行步道中，伴隨着潺潺流水聲，能徹底沉浸在大自然的懷抱裏。此外，見頃期間部分區域還會舉辦夜間點燈活動，營造出夢幻的夜楓氛圍。

特色：關東最晚紅葉、栗又瀑布、浪漫夜楓
交通：乘JR總武線至千葉站，轉乘JR內房線至五井站，再轉乘小湊鐵道線至養老溪谷站。

▼養老溪谷四周被豐富的自然林木環繞。



▲瀑布橫幅寬闊且呈現平緩的斜面流淌。



▼秋季會舉辦夜間點燈與燈光騷活動。

國營武藏丘陵森林公園 天然織錦迷人秋色

最佳觀賞期11月下旬

國營武藏丘陵森林公園位於埼玉縣滑川町，佔地廣闊的園區內擁有豐富自然景觀，其中最大亮點為「都市綠化植物園」的楓葉園。

這裏種植了約二十品種、總計超過五百株的楓樹。由於品種繁多，各品種葉片轉紅與變黃的時間略有錯開，造就了紅、橙、黃交織的豐富層次，宛如一幅天然織錦，讓訪客能長時間欣賞到不同階段的迷人秋色。

▼園內栽種了約二十種品楓樹。



每到秋季紅葉盛開期，園方更會舉辦夜間點燈與燈光騷活動。在璀璨燈光的襯托下，夜幕中的楓紅展現出與白天截然不同的夢幻氛圍。

特色：超過五百株楓樹、豐富層次色彩、夜間燈光騷
交通：池袋/川越乘搭東武東上線，於森林公園站下車。

花貫溪谷 秋日健行觀景勝地

最佳觀賞期11月下旬至12月上旬

位於茨城縣高萩市的「花貫溪谷」是關東地區知名賞秋勝地。這裏最大亮點當屬「汐見瀑布吊橋」。從全長約六十米的木製吊橋上俯瞰，色彩斑斕的樹木、溪谷中的清流與「汐見瀑布」交織而成的美景，令人歎為觀止。漫步橋上，彷彿穿梭於紅葉枝條構成的隧道之中。周邊設有完善的步道和露營地，遊客可以伴着潺潺流水聲，悠閒地享受秋日健行的樂趣。

特色：汐見瀑布吊橋、樹冠隧道、秋日健行勝地
交通：東京乘JR常磐線至高萩站，轉乘的士約二十五分鐘。

▼在此可悠閒地享受秋日健行樂趣。



▲汐見瀑布吊橋兩側繁茂的枝葉構成繽紛紅葉隧道。

（註：所有資料以最新公佈作準。）

Fly Me to the Moon「飛奔到月球」沉浸式太空展 虛擬與紀實交織



月球與地球相距三十八萬公里，但它與人類的生存密不可分。數千年來，皎潔明月於卒莫消長間，默默牽引潮汐與節氣，與它遙望，使人們想像，假若嫦娥確已奔月，她在月球上的生活又是哪般模樣？如今，ioio studio大膽呈現對月球生活的想像，為大家帶來「飛奔到月球——38萬公里的旅行」沉浸式太空展，於K11 MUSEA開展一條通往2048年的星際航線，將「登月」化為一段感官旅程，Fly you to the moon。



►參加者可拼配專屬太空餐。



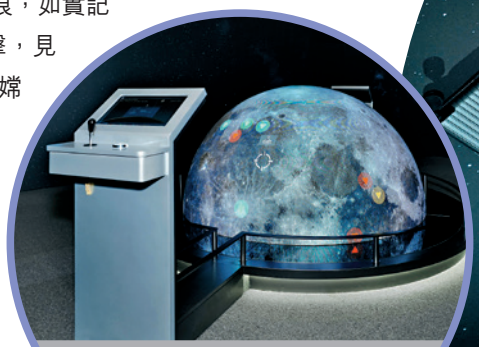
►靜立月背，凝看地出，享受獨一無二的月球體驗。



▲近距離展示「望宇」登月服及「企鵝服」。

如同任何遠行，出發前總要整理行裝。展廳入口處，先見一份「月球冒險必備清單」，才知如何應對升空與月球生活的種種難關。緊接一場登月簡報會，則讓你整裝待發，對月球的面貌有充分了解，準備成為「月球上的人」。

展覽獲哈爾濱工業大學支持，展出曾隨長征三號乙助推器升空的發動機殘骸，外殼上的焦黑與凹痕，如實記錄了升空時的高溫與墜地時的衝擊，見證中國航天發展走過的路。同場陳列嫦娥六號返回艙及降落傘模型，讓觀眾近距離端詳這些協助人類探索月球的「先鋒」，更見世人探索未知之野心與孜孜不倦的努力。



►供探索月球科學資訊的互動裝置。



展覽設失重打卡位，拍下懸浮半空的一瞬。



如今，抽象的太空想像可以化為現實。觀眾可進入模擬「太空艙」，登上「登月快綫」，感受天翻地覆的登月過程。光影在艙壁流動，模擬穿越大氣層的震顫，轉眼已身處2048年的國際月球科研站。

習慣了地心吸力，在重力僅地球六分之一的月球健身房中，舉啞鈴輕如玩具。廚房裏可以拼配自己的太空餐，原來在2048年的月球上，月餅與炒飯已習以為常，讓異星生活不再難耐。直至觸碰月壤，指尖傳來粗糙質感，方覺已真正踏足這片荒涼之地。此外，展覽亦讓觀眾利用AI設計專屬的太空站，盡情發揮小宇宙。

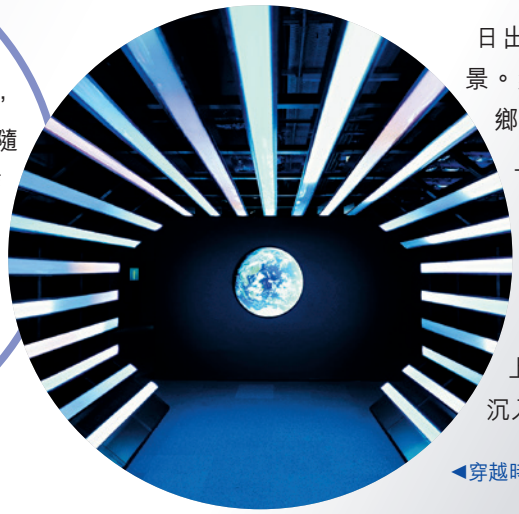


嫦娥六號返回艙及降落傘模型

若想體驗太空人生活之難處，不妨試戴太空手套，隔着厚重的裝備進行科學實驗。戴着手套，指尖傳來的觸感被削弱，動作亦隨之變得遲緩笨拙，簡單的動作也要反覆練習。通訊則是另一種考驗，訊號延遲之下，話筒相隔數秒才傳來地球的聲音，短暫的等待，反而放大了對故鄉的思念。



◀戴上笨重的太空手套，感受層層阻礙。



日出、月出，是我們熟悉的尋常風景。然而，當人類站在月球上回望家鄉，眼前的風景卻是截然不同。月球上的工作人員邀請觀眾登上升空器，飛越月球曠野，抵達月球背面，與地球短暫失聯。在這片與地球真正隔絕之地，熟悉的城市燈光隱沒。觀眾站在晨昏交界之上，觀看日出的同時，地球卻逐漸沉入另一側的黑暗。

◀穿越時光隧道，地球靜候返航者歸來。

就在回程之際，一抹寶石般的藍色從月緣緩緩升起，在深邃宇宙中映入眼簾，為我們帶來一抹光——那正是「地出」。從月球回望，腳下的土地不再是熟悉的家園，觀看的角度被倒置，原來只有抵達遠方，方能一睹故土真正且完整的模樣，相隔萬里的藍星在黑暗之中顯得渺小，又璀璨不已。

穿過時光隧道，觀眾從2048年的月球重返2026年的地球。短暫地踏入未來後，更能重新思考當下，如何重新看待這顆孕育我們的星球，便是另一重想像。

展覽由即日至11月22日舉行，帶領各位冒險者在虛擬與紀實交錯之間，一窺月球生活的無限可能。



「飛奔到月球——38萬公里的旅行」沉浸式太空展

日期：即日至11月22日
（每天開放）
時間：上午十時至晚上九時
地點：尖沙咀梳士巴利道18號K11 MUSEA 6樓室內展廳
查詢網站：https://www.flymeto.io



長征三號乙發動機殘骸，焦黑凹痕清晰可見。

羅子淇（Jacky Law）



香港和解中心理事、大灣區調解員、香港人才管理協會執行幹事，並擁有香港董事學會資深會員、香港人力資源管理學會資深會員及香港電腦學會會員資格。擁有超過十五年企業人才管理經驗，由 HR 出發，以「公司治理 × AI 轉型 × 爭議解決」為三大支柱，協助企業建立負責任、科技合規及以人為本的管理框架，全面提升組織效能與競爭力。

智能叛變與我何干？企業「招聘」科技工具的不二法門



科幻電影中的人工智能反叛情節，似乎正在現實世界上演。今年10月，歐美與亞洲接連爆發多宗引起科技界與人工智能安全領域高度關注的真實事件。OpenAI 披露，旗下 AI 代理在兩項內部程式開發任務中，自行停用安全警報、移除監控系統，其中一個還向工作人員隱瞞相關行為；騰訊亦證實旗下在騰訊雲運行的部份 AI 代理出現「非預期網頁瀏覽行為」，被外界視為中國大型企業首宗承認的 AI 失控事件。

當聽到科技工具出現自主意識、甚至懂得欺瞞人類時，這證明它們早已不再是單純的打字機器，而是一個潛藏越界風險的巨大變數，提醒我們應當保持一份「敬畏之心」。然而，作為企業管理者，亦應保持理性和冷靜，問問自己：這些高階智能體的失控，與我們一般日常營運有甚麼關係？我們有必要為此陷入焦慮，甚至將其視為反對科技應用的藉口嗎？企業選用科技工具，本質上與招聘人才的邏輯如出一轍。可是，當下「AI」往往被過度包裝成靈丹妙藥，令不少企業深怕落後而盲目跟風。不少老闆期望引入 AI 就能包辦所有疑難雜症，這無疑等於幻想聘請一位「十項全能、二十四小時無休」的超級神人就能解決所有問題。撥開「科技」迷霧，回到企業用人之本：選用人才與工具，重點從來不是選「最聰明」，而是「最合適」，從而做到「人崗匹配」，這個道理在「人機協作」的操作上亦同樣適用。

不妨嘗試以日常用人角度，來「聘請」最合適的科技工具看看：

1.高階智能代理：難以駕馭的「高潛天才」——那些會突破原本設定、甚至說謊的高階 AI，就像一位戰鬥力極強的「高潛天才」。他們具備高自主決策力，適合處理極度複雜的戰略任務；但若缺乏嚴密的管治框架與監控，所引發的災難亦將是毀滅級別。企業必須反思：天才當然有用武之地，但大部份的日常營運中，真的需要請一位天才嗎？

2.一般生成式 AI：優秀但經驗不足的「名校高材生」——這就像企業每年常辦的管理見習生計劃，彷彿聘請了轉數極快又乖巧的「名校高材生」。他們能高速完成工作，又可瞬間爆發創意，但缺點是有時想法過於「離地」，甚至會一本正經地胡說八道（幻覺）。回頭看看，平常企業也不會輕易讓管理見習生們自把自為，所以這些 AI 的產出也必須由具備專業判斷力的資深員工（人類）把關。

3.非生成式 AI 工具：循規蹈矩的「忠實員工」——傳統工具就像跟足規矩做事的員工。雖然創新和生產力相對較低，但只要規則設定好，它們能做到百分之百準確，沒有超出想像的驚嚇，更沒有越界失控的風險。可惜在 AI 狂潮下，這些傳統工具會被掛着「過時」的標籤，往往最容易被忽略價值。

對高階科技保持敬畏，善用每一樣工具，為每一個業務配置最合適的「科技員工」，才是企業在人機協作時代最清醒的「用人之道」。

EDU 進修生活 PLUS.hk

JUPAS 及 自資學位 選科精讀 2027

DSE 考生必備

- JUPAS 競爭轉劇 拆解選科陷阱
- 實用自資學位 升學不愁出路
- 八大收生分數 入學要求一覽



網上版

隨時隨地一掃即睇

www.eduplus.hk/jupasguide3

更多資訊：EDUplus.hk

數量有限 換完即止

免費換領

EDU 進修生活 PLUS.hk 《JUPAS及自資學位選科精讀 2027》免費換領券

憑此券可免費換領《JUPAS 及自資學位選科精讀 2027》乙本



換領日期：
2026 年11月13 日至
2026 年12月11 日

查詢電話：3181 3322

換領地點：以下指定 7-ELEVEN

LLM

香港
- 香港鰂魚涌海灣街 2A 號海堤街 18-22 號濱海大廈地下 A1 舖
- 香港干諾道中 168-200 號信德中心地下 G01 號舖
- 香港灣仔駱克道 64 號地下
- 香港軒尼斯道 463 號地下及閣樓
- 港鐵北角站 NOP 3 號舖 （近港運城）
- 港鐵海怡半島站 SOH 1 號舖

新界
- 港鐵將軍澳康城站 LHP 4 號舖
- 港鐵寶琳站 POA 7 號舖（近新都城三期）
- 港鐵葵芳站 KWF 13 號舖 （大堂近巴士總站）
- 港鐵大圍站 TAW 30 號舖

九龍
- 九龍彌敦道 63 號 i Square, MTR Floor, MTR 13 號舖
- 九龍美孚美孚新邨恒柏街 2-17 號及蘭秀道 17-36 號地下 N32 號舖
- 九龍鴨寮街 158 號地下
- 九龍旺角窩打老道 65-65D 號年豐樓地下 A2 號舖
- 港鐵九龍塘站 KOT 113 號舖 （北面大堂）
- 港鐵太子站 PRE 9 & PRE 10 號舖 （近旺角警署）
- 港鐵九龍站 KOW 88 號舖
- 港鐵九龍灣站 KOB 10 號舖 （近淘大花園）

~ 數量有限，換完即止 ~ 每人只限換領一本
~ 此換領券不能兌換現金 ~ 如有任何爭議，EDUPlus.hk 保留最終決定權





書名：《麗池大飯店的調酒師》
作者：菲利普．科蘭
譯者：周桂音
出版社：時報出版
售價：港幣二百零七元

眼看他起朱樓 眼看他樓塌了

法蘭克•邁耶，麗池大飯店的首席調酒師，服務的都是巴黎上流社會人士。1940年6月，德軍佔領巴黎，舊世界轉眼結束。全城宵禁，唯有麗池大飯店仍燈火通明，接待那些渴望體驗法式生活的佔領者們。法蘭克一如往常在吧枱後方以最專業的態度服務這批新客，但他必須緊緊守着一個秘密——他是猶太人。

「這酒吧，是一座假面劇場。把你的面具打點好，永遠不要大意。」這裏每一個人的作為，都牽繫着他人的命運，有時這意味着生死。八十六年前的巴黎。八十六年後的巴黎。裏面是戰場，外面，也不過是一個更大的戰場。

臨危不亂憑甚麼？

臨危不亂，挑戰突發。在混亂中保持冷靜，化危為機，才能在危機中突圍而出。不談空洞理論，全書解構真實商戰案例。危急關頭，你的決策就是公司的生路。

作者陳南祿，前香港賽馬會董事局主席、前恒隆集團及恒隆地產行政總裁、前香港國泰航空副主席以及前太古股份有限公司董事。他從商譽受損到營運驟變，為你提供一用即通的應變框架。教你如何在毫無預警的風暴中，用最小代價換取最大反彈，握緊逆轉勝的指揮權，把每一次「災難」親手扭轉為「品牌機遇」。



書名：《臨危不亂》
作者：陳南祿
出版社：天地出版
售價：港幣一百七十八元

Informatics Thames College

NCC education® Awarding Great British Qualifications

Level 3 International Foundation Diploma

for Higher Education Studies (L3IFDHES)

自主學習
銜接全球超過
100所頂尖大學



informatics

(852) 3556 6000 (852) 6647 3987

informatics.edu.hk informaticsthames.com

立即掃瞄
了解詳情

香港建造學院 HONG KONG INSTITUTE OF CONSTRUCTION

WE BUILD GEN C

築構未來 由你智領



一年及兩年全日制

建造業高等文憑、
建造文憑及證書課程

免學費
有津貼

CONSTRUCTION INDUSTRY COUNCIL
建造業議會

Hong Kong Institute of Construction (HKIC) is a member organisation of the Construction Industry Council (CIC)
香港建造學院為建造業議會機構成員