進修生活

Lifelong Learning Magazine

全方位進修雜誌

255

APR ~ MAY 2025

銜接學士學位專輯

科技大學副教授 黃岳永

讓兒童在AI世代中成長

玩築一世 林灝泓

由Toastout到Burnout：如何和壓力好好共處？

星島 SING TAO 新聞集團

手機足本版 一嘟即睇

Gratia Christian College
宏恩基督教學院

榮譽學士學位・高級文憑
高等文憑・專業文憑課程

2025-26年度入學申請

9月開課
現正接受報名

報名表格

- **社會工作榮譽學士課程** (全日制 / 兼讀制轉制)
- **心理學榮譽學士課程** (全日制)
- **服務管理榮譽學士課程** (全日制)
- **基督教事工榮譽學士課程** (全日制 / 兼讀制)

接受一年級及
三年級入學申請

- **幼兒教育高級文憑課程** (全日制)
- **社會工作高級文憑課程** # (全日制) / (兼讀制) - 課程待批核，預計於2025年9月開辦。
- **心理及輔導學高級文憑課程** # (全日制 / 兼讀制)
- **轉化型商業管理高級文憑課程** # (全日制 / 兼讀制)
- **基督教事工高級文憑課程** # (全日制 / 兼讀制)

業界或有興趣人士
可選擇兼讀制課程

畢業學員會被優先考慮入讀學院開辦之相關學科之三年級或轉制課程

- **物業及設施管理高等文憑課程** (兼讀制)
- **物業及設施管理專業文憑課程** (兼讀制)

1月、5月及9月開課

本課程已加入持續進修基金可獲發還款項課程名單內

課程資訊

電話 / WhatsApp：5804 4140
電郵：admission@gratia.edu.hk
宏恩基督教學院
地址：九龍石硤尾偉智街5號
（港鐵石硤尾站C出口）
網址：www.gcc.edu.hk
iAMgratian

進修生活

www.eduplus.hk Lifelong Learning Magazine

最準時的時鐘

記得看過不少文章談論甚麼時鐘最準時，內容大概如下：一個時鐘慢了一分鐘，另一個時鐘則是停了不動（例如停了在十二時正）。前者永遠也不會準時，後者一天卻會準時兩次。結論是：一個不動的時鐘是比較準時的。

好像很諷刺吧？時鐘是用來看時間，如果它一天只有兩次準時有甚麼意義？假設你要早上七時起床，或是八時夠鐘食藥，又或是九時出門趕上班，一個「停在十二時正」的鐘是絕對幫不了你。反而，一個只慢了一分鐘的時鐘，它雖然「也不對」，但卻比較接近正確時間，較具參考價值吧？

我們都希望自己能夠做一個最準時的時鐘，為此每天都十分努力，但「再準時的鐘都有走慢的一天」。走慢了的鐘，有旁人可以「校返啱」的話還可以走下去；以為自己「一天有兩次絕對準時」的鐘，無論怎去教也沒救了。

當然，吾日三省吾身，做事應盡力而為，而不是任由自己隨着時針和分針「得過且過」。

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：2025年4月25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

EDU進修生活 PLUS.hk
星島 SING TAO 新聞集團

版權所有，翻印必究
本書部分圖片為星島圖片庫資料圖片。

Vol.255
APR ~ MAY 2025

Contents

Feature

4-6 **封面故事**
科技大學副教授黃岳永
讓兒童在AI世代中成長

8-10 **銜接學士學位專輯**
銜接學士學位
迎接光明前路

People

14-16 **增值百味**
扎根香港
夏中建 紮足四十載

20-21 **學術達人**
構建鯨豚「醫健通」
葛展榮探生命密碼

Learning Life

24-26 **玩過界**
玩築一世
林灝泓

28-29 **親子學堂**
畫曼陀羅繪碟
自由創作又自癒

30-31 **學遊天下**
網羅40+年華
潮玩佛山室內運動樂園

32-33 **藝文有術**
東西融合精神物化
專訪李光裕：
外在景觀是內在心境反映

Column

34 **社創世紀**
商社合作
成就更好社會

35 **職場升呢**
ESG與零售科技：
可持續發展與創新的交融

36 **個性全面睇**
由Toastout到Burnout：
如何和壓力好好共處？

38 **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。

AI（人工智能）的發展能力及速度，已超出了人們想像，百家爭鳴下，科技公司不但對AI趨之若鶩，更希望在技術上鬥快轉化提升。同時，人類開始擔心，AI遲早真的會把人腦比下去，因為它帶來的方便，彷彿為世界打開了一個新的想像革命。在香港資訊科技界堪稱初代精英、有IT界公職王的黃岳永，是少數香港人在矽谷載譽歸來；他一直秉持資訊科技必須融合社會、深入弱勢社群的理念，因而成為本地資訊科技先驅。由早年關注長者與弱勢社群的福祉，引入資訊科技讓他們融入社會，最近黃岳永染指小學界別，創建一個科技配對平台，讓兒童及早學習使用AI，這樣才能更有自信地成長。

科技大學副教授 黃岳永

讓兒童在AI世代中成長

作為香港科技大學副教授兼高級顧問（創業）多年的黃岳永，最為大眾認識的威水史，是社會還未興起資訊科技的時候，他已在美國完成相關學業，投入匯聚全世界頂尖IT人才的矽谷，再回歸香港發展本地資訊科技事業。

黃岳永出生於上世紀六十年代，那些年沒有電腦這回事，「我是Digital Immigrant（數位移民），即是到了人生的後半期，才有不同的轉變。由看報紙、雜誌，變成閱讀網上刊物。相比現在的Z世代，一出生便在網絡裏吸收知識。」

曾就讀喇沙書院的他，形容以前是單向學習，「同一件事用同一種教法給全部人。課室內一個人教，所有人在聽、在抄筆記，就是工廠的做法。」但黃岳永年少時就相信人是要因材施教，才能令社會變得更理想，「每個人的發展速度不同，要尊重每一個人的不同，按照每一個人的能力將其發揮至最盡，在其弱的地方補足。」他續說：「教育不是短期記憶，是要解決一些我們未見過的問題。」

◀黃岳永出生於沒有電腦的年代，卻成為本港初代資訊科技專才。

◀作為DreamStarter主席，黃岳永藉着這個社會創新教育項目來培養學生運用創新思維，為社區帶來改變。

讀萬卷書行萬里路

中學畢業後赴美升學，黃岳永趁機遊走四十九個州份，幾乎將整個美國都走了一圈。後來為了賺旅費出走歐洲，曾在餐廳打工，「我一隻手可以拿八碟扒，一個人可以服務十個人。大學時做兼職賺到錢，便去了歐洲多次。」他切實地把握了寶貴的青春，好好認識這個世界。

▶黃岳永成為首位將蘋果電腦賣給內地的人。

1986年在美國波士頓大學，取得資訊管理及系統管理雙學位的黃岳永，成為首位加入美國蘋果公司的香港員工，負責蘋果在中國的零售和分銷網絡，是首位將蘋果電腦賣給中國的人。

「中國的第一部Mac機是我賣的，還記得那時連中文系統也沒有，過程就似開山闢地般。當時的中國尚未完全開放，有新技術開始來，香港成為中國與外國很重要的橋樑。」

當資訊管理及系統管理人員變成炙手可熱的人才，他開始從打工轉去創業，「創業後在半年至一年左右，我們便賺了第一桶金。因為我們的團隊做了一個很重要的任務，就是投資出版中文排版軟件PageMaker。那時的技術還未有中文系統、輸入方法、配合的字體等，我們就要做好這件事，發掘到自己可以有不同的可能性。」

提問AI 訓練批判思考

黃岳永後來回流香港，香港政府對這界別人士求才若渴，但他沒有只把心思放在賺錢上，反而堅持一個原則，就是要把資訊科技推展給弱勢社群，包括長者及貧窮的人。他先後創辦了「平安鐘」和「有機上網」，2014年獲頒「香港精神大使」，曾擔任香港資訊科技商會（HKITF）主席、香港電子學習聯盟（eLC）主席，以及長者安居協會副主席。

近年AI崛起，對黃岳永來說，並不是新鮮事，他認為AI對人類有翻天覆地的影響，「突然間發現有很多未見過的事物，AI也能處理得到。」他早知AI會變得越來越「聰明」，卻沒法取代人類，「以前經常想，AI、機械人會不會取代人類呢？例如一些簡單的計數，機械人便能輕易地計算好。不過一些具創意的事，如寫文、拍攝、畫畫等，AI還是無法取代人腦。」

AI對學習有重大影響，黃岳永說：「Spelling Check（拼寫檢查）能讓你不會串錯字；語音轉文字令口講比打字更快，那到底需要學習多少呢？需要使用的資訊科技和AI功能越來越多，是否仍要學習寫字、背乘數表呢？」

他鼓勵學生使用AI學習，「Digital（數碼）的工具似乎越來越重要，但如何解答問題，比獲得標準答案更重要。如果完全不讓大家使用AI，就跟不上世界洪流。任由學生使用AI，反而能知道他們的解難能力。學生透過問AI問題，才能探索更多及知道更多。」他覺得，「當學生有批判性思考，就是教育的開始。問對了問題，已解決了一半。解難過程中，可能要問AI很多問題，看很多數據。」

作為一名學者，黃岳永透過觀察學生的學習過程而有所啟發，亦見證時代變遷。近年他把重心轉移到小學生身上，創辦了資訊科技教育配對平台，「雖然現在的小朋友很多都早已接觸電腦，不過他們較多都是獨自使用，沒有與其他人一起使用電腦的機會。」

目標：發展配對平台

因此，他刻意在程式上向學生提出要求，「例如需要他們在半小時內一起準備一個演講報告，他們需要分工，有人負責資料蒐集，有人負責演説等。透過彼此間合作，讓學生需要查核及判斷所蒐集的資料，從中學習團隊精神。上課除了學習書本知識外，也在累積着人生經驗。」

團隊合作對小學生來説是新嘗試、新挑戰。黃岳永的平台現有超過四十萬用戶，已跟三百七十間學校合作，超過五百個社區合作夥伴。他希望，如同科技能協助長者一樣，也希望科技能成就孩子的夢想。該平台還與學校合辦線上及線下校園活動，同時又跟不同機構結盟，希望透過不同的電子方案，建立家校共融文化，鼓勵學生朝向目標前進，培養持續學習態度，增加溝通了解的親子平台。

▲透過觀察學生的學習過程，啟發黃岳永創辦資訊科技教育配對平台。

◀黃岳永認為AI對人類有翻天覆地的影響，只要懂得運用，就是好的影響。

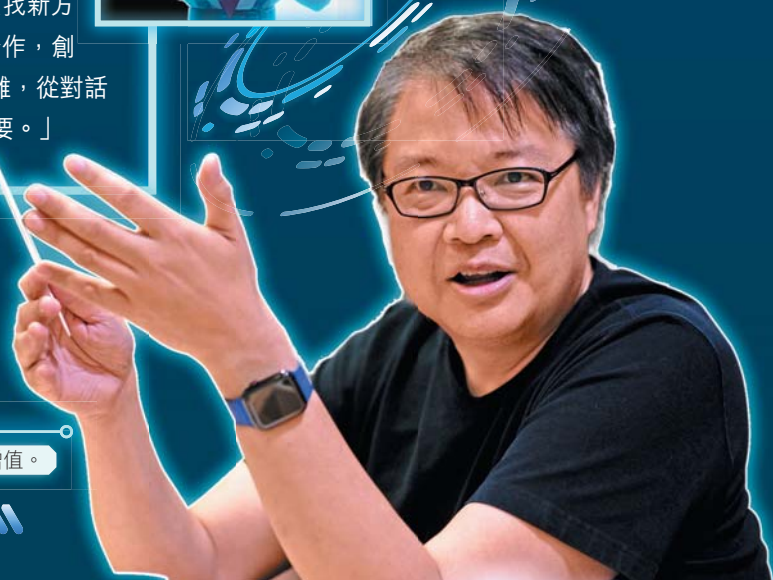
學校可透過手機程式向家長發布校內行政資訊，包括：校曆、家課日誌、電子通告、即時訊息等等。另一方面，透過電子校園行政功能整理數據，減省繁瑣步驟提升工作效率。家長亦可透過手機隨時隨地了解子女的校內最新資訊及日誌紀錄。他説：「我目標是想發展成全港性小幼學生的才能發展配對平台，讓孩子找到屬於自己的獨有方法，能更有自信地成長。」

◀與理工大學合作，黃岳永創作出AI機械人軟件Professor E。

AI機械人 蓄勢待發

「每個年代都有新的問題，可能舊的方法失效了，我們便去找新方法。」黃岳永透露他現時的科研項目進展，「我們跟理工大學合作，創作Professor E，即AI機械人，是一個軟件，可以教大家如何解難，從對話中學識如何學習。有一個老師可以跟你對話，個人化應對你的需要。」

他強調：「不是要取代老師的位置，而是作為工具。我覺得AI是不會直接取代你，不過下一個用AI的人，應該會做得比你更快、更好。所以一定要更新自己的知識，你以前以為很厲害的事，其實別人很快便會解決到。」



►黃岳永稱自己無時無刻都在想辦法自我增值。

香港浸會大學
HONG KONG BAPTIST UNIVERSITY

香港浸會大學理學院
HKBU Faculty of Science

Faculty of Science
Master's Degree Programmes

Apply Now

2025 Entry

MSc in Analytical Chemistry
分析化學理學碩士 ROYAL SOCIETY OF CHEMISTRY | ACCREDITED DEGREE
3411 2407

MSc in Environmental and Public Health Management
環境及公共衛生管理理學碩士
3411 7746

MSc in Information Technology Management
資訊科技管理理學碩士
3411 7079

MSc in Data Analytics and Artificial Intelligence
數據分析和人工智能理學碩士
3411 2376

MSc in Green Technology (Energy)
綠色科技（能源）理學碩士
3411 5817

MSc in Mathematical Finance (HKBU) and
MSc in Finance, Investment and Risk (University of Kent)
金融數學理學碩士（香港浸會大學）及
金融投資及風險理學碩士（英國肯特大學）
3411 7019

MSc in Operational Research and Business Statistics (HKBU) and
MSc in Business Analytics (University of Kent)*
運籌學及商業統計理學碩士（香港浸會大學）及
商業分析理學碩士（英國肯特大學）
3411 7019

*This is an exempted course under the NON-LOCAL HIGHER AND PROFESSIONAL EDUCATION (REGULATION) ORDINANCE CAP 493 (Ref. no.: 452850).
It is a matter of discretion for individual employers to recognise any qualification to which this course may lead.

Programmes Information

Faculty of Science, HKBU
hkbusci
HKBU Science
sci@hkbu.edu.hk

HKBU Faculty of Science
香港浸会大学理学院
HKBU Science

文：何生亮、葉惠晴　　圖：星島圖片庫

近年，越來越多文憑試（DSE）考生符合修讀學士課程資格，但亦有同學未能達標，對前途感到徬徨。事實上，即使要從副學位起步，再專心衞接心儀學士學位高年級也可以達成個人發展目標；而學生在報讀相關課程前，必須了解衞接學位課程的認受性，並確認課程經評審認可。

衞接學士學位 迎接光明前路

衞接學士學位（Top-up Degree）是專門為有意升學的副學士或高級文憑畢業生而設的學士學位課程，分為三個類別，包括：

I. 由大學教育資助委員會（UGC）資助八大院校所提供的高年級學位

- 主要取錄副學士或高級文憑畢業生，直入八大全日制高年級課程（即year 2 或year 3）

II. 由本地高等院校校外進修部及其他私立院校所開辦的自資學位衞接學士課程

- 學生能以全日制或兼讀制修讀，學費較資助學士課程高
- 全日制經本地評審（iPASS）本地自資衞接學位課程總數達二百七十七個（2025 / 26 學年）

III. 由海外大學聯同本地教育機構合辦的衞接學士課程

- 一般以海外大學頒發畢業證書，學生能以全日制或兼讀制修讀
- 全日制經本地評審（iPASS）非本地自資衞接學位課程數目為四十二個（2025 / 26 學年）

由於升讀Top-up degree課程的學生已持有一定學歷同專業基礎，這類課程一般會給予入讀學生一定程度的學分豁免，他們完成學位所需的時間會較一般學士學位短，一般只需要一至兩年就可以完成並取得學士學位。

三大選讀考慮因素

學友社學生輔導顧問吳寶城提醒，學生選擇衞接學士學位課程時，應注意以下因素：

1 學科與個人未來就業路向

學生應根據個人未來發展路向選擇學科，一些政府資助學士學位課程或學科的收生要求較高，如工商管理、社會科學、傳理學系或人文學科等，如對上述學科有興趣，或有意未來從事相關行業的副學位或高年級學位畢業生學生，可考慮選擇報讀衞接學士學位課程。

2 了解院校或學科認受性

除了八大院校外，不少大專院校均有開辦衞接學士學位課程，學生可根據院校開辦衞接學士學位課程的年資、口碑、課程模式及修讀時長、畢業生人數及就業情況等資訊，作為選擇修讀的考量因素。

3 獲資歷架構或香港學術評審認可

現時本港八大開辦的衞接學士學位課程是經過政府資歷架構認證的，惟部分海外院校合辦的衞接學位課程則沒有經過政府資歷架構認證，學生須留意衞接學士學位課程是否獲香港學術評審認可。除了評審認可外，學生報讀時也應了解課程能否協助畢業生取得專業資歷，或可豁免部分專業考試等。

學友社學生輔導顧問
吳寶城

取Degree 提升競爭力

根據自資專上教育委員會主要統計數字顯示，在自資銜接學士學位方面，2010 / 11學年約有三千個收生學額，到2024 / 25學年，有關學額已增至約八千七百六十三個，為副學位畢業生提供更多升學機會。根據上述數字顯示，在學額僧多粥少的情況下，成功通過中學文憑試（DSE）考入八大資助學位者，最多只佔兩至三成，還未計算其他試制競爭人數。職道生涯規劃輔導協會總監崔日雄表示，現時越來越多院校開辦自資銜接學士學位課程，「整體而言，自資銜接學士學位課程的學額均會上升，讓副學位或高級文憑學位畢業生獲得持續升學的途徑，有助他們畢業後應徵工作。」他又強調，學生再作出任何選擇時，都應詢問自己「想做些甚麼？」，「無論是修讀副學士或高級文憑，再升讀教資會資助大學或自資銜接學士學位課程，甚至畢業數年後再報讀碩士都好，最重要是清晰自己想做的事甚麼。」

職道生涯規劃輔導協會總監
崔日雄

認受性與日俱增

經過近年政府嚴謹監管，專上界別的透明度已被大大提高。現時學生、家長及各團體可依據「經評審專上課程資料網」（iPASS）及「香港學術及職業資歷評審局」（HKCAAVQ），參考各院校資歷名冊和課程質素，保證眾多類型專上學位，包括自資銜接學士學位均受教育局規管認可。獲政府認證的Top-up Degree處於資歷架構第五級，

一般學士學位無異。銜接學士學位畢業生攻讀碩士課程學歷水平

一般學士學位擁有同等認可度。

Top-up Degree課程入學要求：

- 完成修讀香港副學士或高級文憑課程，或即將於該學年畢業
- 成績（GPA）最少達到 2.0 分或以上
- 中英文達一定程度，例如文憑試中文取得第3級，英文就需要在文憑中取得第三級或雅思考試（IELTS）最少取得6.0分或以上
- 海外大學另需學生提供個人陳述或推薦信

開辦銜接學士學位院校

1. 本地課程

宏恩基督教學院
港專學院
香港浸會大學—國際學院
香港珠海學院
香港都會大學
香港能仁專上學院
香港樹仁大學
嶺南大學
聖方濟各大學
香港教育大學
香港恒生大學
香港理工大學—專業進修學院
東華學院
香港伍倫貢學院
職業訓練局—香港高等教育科技學院
耀中幼教學院

2. 非本地課程

香港藝術學院（香港藝術中心附屬機構）
香港科技專上書院
香港大學—香港大學專業進修學院
香港伍倫貢學院
職業訓練局—才晉高等教育學院

部份課程獲政府資助涵蓋

教育局去年底公佈，在2025 / 26學年，指定專業 / 界別課程資助計劃將資助銜接學位課程的一千五百五十一個學額。獲納入資助計劃的學位課程屬於十個對人才需求殷切的範疇，分別為建築及工程、電腦科學、創意工業、金融科技、護理、保險、物流、運動及康樂、檢測及認證和旅遊及款待，當中包括八個在應用學位課程先導計劃下推出的應用學位課程，有關課程將獲額外資助，以進一步強化職業專才教育在專上教育層面的進階路徑。

院校	範疇	課程	資助學額	最高資助金額(元)	課程類型	正常修業期
香港珠海學院	建築及工程	建築學（榮譽）理學士 - 二年級入學	30	46,780	銜接學位	3年
	建築及工程	建築學（榮譽）理學士 - 三年級入學	10	46,780	銜接學位	2年
香港都會大學	建築及工程	屋宇設備工程及可持續發展榮譽工學士 - 二年級入學	10	81,450	銜接學位	3年
	建築及工程	屋宇設備工程及可持續發展榮譽工學士 - 三年級入學	15	81,450	銜接學位	2年
	建築及工程	土木工程榮譽工學士 - 二年級入學	20	81,450	銜接學位	3年
	建築及工程	土木工程榮譽工學士 - 三年級入學	15	81,450	銜接學位	2年
	建築及工程	建築管理及工料測量學榮譽理學士 - 二年級入學	10	46,780	銜接學位	3年
	電腦科學	電腦科學榮譽理學士 - 二年級入學	20	46,780	銜接學位	3年
	電腦科學	電腦科學榮譽理學士 - 三年級入學	55	46,780	銜接學位	2年
	電腦科學	數據科學及人工智能榮譽理學士 - 三年級入學	30	46,780	銜接學位	2年
	創意工業	創意寫作與電影藝術榮譽文學士 - 二年級入學	30	46,780	銜接學位	3年
	創意工業	創意寫作與電影藝術榮譽文學士 - 三年級入學	25	46,780	銜接學位	2年
	創意工業	新音樂及互動娛樂榮譽文學士 - 二年級入學	10	81,450	銜接學位	3年
	創意工業	新音樂及互動娛樂榮譽文學士 - 三年級入學	15	81,450	銜接學位	2年
	創意工業	動畫及視覺特效榮譽藝術學士 - 二年級入學	25	81,450	銜接學位	3年
	創意工業	動畫及視覺特效榮譽藝術學士 - 三年級入學	5	81,450	銜接學位	2年
	創意工業	影像設計及數碼藝術榮譽藝術學士 - 二年級入學	15	81,450	銜接學位	3年
	創意工業	影像設計及數碼藝術榮譽藝術學士 - 三年級入學	15	81,450	銜接學位	2年
	金融科技	財務及金融科技榮譽工商管理學士 - 二年級入學	2	46,780	銜接學位	3年
	金融科技	財務及金融科技榮譽工商管理學士 - 三年級入學	8	46,780	銜接學位	2年
	物流	航空服務管理榮譽工商管理學士 - 二年級入學	5	46,780	銜接學位	3年
	物流	航空服務管理榮譽工商管理學士 - 三年級入學	20	46,780	銜接學位	2年
	物流	環球市場及供應鏈管理榮譽工商管理學士 - 二年級入學	2	46,780	銜接學位	3年
	物流	環球市場及供應鏈管理榮譽工商管理學士 - 三年級入學	15	46,780	銜接學位	2年
	運動及康樂	運動及康樂管理榮譽工商管理學士 - 二年級入學	5	51,880	銜接學位	3年
	運動及康樂	運動及康樂管理榮譽工商管理學士 - 三年級入學	110	51,880	銜接學位	2年
	檢測及認證	綜合檢測和認證榮譽應用理學士 - 二年級入學	5	89,620	銜接學位	3年
	檢測及認證	綜合檢測和認證榮譽應用理學士 - 三年級入學	10	89,620	銜接學位	2年
	檢測及認證	食品測試科學榮譽理學士 - 二年級入學	20	81,450	銜接學位	3年
	檢測及認證	食品測試科學榮譽理學士 - 三年級入學	20	81,450	銜接學位	2年
	旅遊及款待	國際款待及景區管理榮譽工商管理學士 - 二年級入學	2	46,780	銜接學位	3年
	旅遊及款待	國際款待及景區管理榮譽工商管理學士 - 三年級入學	50	46,780	銜接學位	2年
香港樹仁大學	電腦科學	應用數據科學（榮譽）理學士 - 二年級入學	5	46,780	銜接學位	3年
	電腦科學	應用數據科學（榮譽）理學士 - 三年級入學	5	46,780	銜接學位	2年
	金融科技	金融科技（榮譽）商學士 - 二年級入學	10	46,780	銜接學位	3年
	金融科技	金融科技（榮譽）商學士 - 三年級入學	5	46,780	銜接學位	2年
聖方濟各大學	電腦科學	翻譯科技（榮譽）文學士 - 二年級入學	5	46,780	銜接學位	3年
	電腦科學	翻譯科技（榮譽）文學士 - 三年級入學	5	46,780	銜接學位	2年
	電腦科學	人工智能（榮譽）理學士 - 二年級入學	5	46,780	銜接學位	3年
	電腦科學	人工智能（榮譽）理學士 - 三年級入學	5	46,780	銜接學位	2年
	創意工業	數碼娛樂科技（榮譽）理學士 - 二年級入學	5	46,780	銜接學位	3年
	創意工業	數碼娛樂科技（榮譽）理學士 - 三年級入學	5	46,780	銜接學位	2年
	旅遊及款待	工商管理（榮譽）酒店及旅遊管理應用學士 - 二年級入學（註二）	5	51,880	銜接學位	3年
	旅遊及款待	工商管理（榮譽）酒店及旅遊管理應用學士 - 三年級入學	10	51,880	銜接學位	2年
香港恒生大學	電腦科學	計算機應用（榮譽）理學士 - 三年級入學	25	46,780	銜接學位	2年
	創意工業	藝術設計（榮譽）文學士 - 二年級入學	5	81,450	銜接學位	3年
	創意工業	藝術設計（榮譽）文學士 - 三年級入學	5	81,450	銜接學位	2年
	金融科技	管理科學與資訊管理（榮譽）學士 - 三年級入學	25	46,780	銜接學位	2年
	金融科技	數據科學及商業智能學（榮譽）理學士 - 三年級入學	30	46,780	銜接學位	2年
	保險	精算及保險（榮譽）理學士 - 三年級入學	15	46,780	銜接學位	2年
	物流	供應鏈管理工商管理（榮譽）學士 - 三年級入學	60	46,780	銜接學位	2年
東華學院	護理	醫療資訊及服務管理（榮譽）學士 - 三年級入學	15	51,880	銜接學位	2年
	護理	護理學（榮譽）健康科學學士 - 三年級入學	130	81,450	銜接學位	3年
	護理	應用老年學（榮譽）理學士 - 三年級入學	40	51,880	銜接學位	2年
香港伍倫貢學院	物流	營運及管理（榮譽）航空學士 - 二年級入學	10	46,780	銜接學位	3年
	物流	營運及管理（榮譽）航空學士 - 三年級入學	10	46,780	銜接學位	2年
	物流	航運服務及營運管理學士（榮譽） - 三年級入學	10	46,780	銜接學位	2年
職業訓練局 - 香港高等教育科技學院	建築及工程	園境建築（榮譽）文學士 - 三年級入學	20	46,780	銜接學位	2年
	建築及工程	屋宇設備工程（榮譽）工學士 - 二年級入學	20	89,620	銜接學位	3年
	建築及工程	屋宇設備工程（榮譽）工學士 - 三年級入學	130	89,620	銜接學位	2年
	建築及工程	土木工程（榮譽）工學士 - 三年級入學	90	81,450	銜接學位	2年
	建築及工程	園藝樹藝及園境管理（榮譽）理學士 - 二年級入學	5	51,880	銜接學位	3年
	建築及工程	園藝樹藝及園境管理（榮譽）理學士 - 三年級入學	22	51,880	銜接學位	2年
	建築及工程	測量學（榮譽）理學士 - 三年級入學	20	46,780	銜接學位	2年
	創意工業	時裝設計（榮譽）文學士 - 三年級入學	20	81,450	銜接學位	2年
	創意工業	產品設計（榮譽）文學士 - 三年級入學	15	81,450	銜接學位	2年
	運動及康樂	運動及康樂管理（榮譽）社會科學學士 - 三年級入學	100	46,780	銜接學位	2年
	運動及康樂	運動教練(榮譽)社會科學學士 - 三年級入學	15	46,780	銜接學位	2年
	旅遊及款待	廚藝及管理（榮譽）文學士 - 三年級入學	15	46,780	銜接學位	2年

（資料來源：www.cspe.edu.hk/tc/sssdp）

寰雅教育集團
Global Education Group

扎根香港20年　一站式海外升學服務

CARDIFF SIXTH FORM COLLEGE

英國 Cardiff Sixth Form College

2024年度全英第一名私立學校

90.7% 考獲 A Level A*-A 成績

(依據英國 The Telegraph)

33 名學生升讀醫科牙醫獸醫科
21名學生升讀港大/中大/科大

學校代表：Ms. Henrietta Lightwood
全球招生總監 親臨主持

實體講座及面試學生

- **講題: 星級學院助你掌握讀醫秘技**
  日期: 5月5日 (星期一)
- 時間: 3:00 - 5:00 PM
- 地點: 灣仔軒尼詩道99號彰顯大廈12樓全層
- 對象: 14 歲+ 學生及家長
- 入學年度: 26 年 9 月 / 25 年部分課程尚有少量學額
- 級別: (1) GCSE Yr10 (適合中三同學)
  (2) GCSE Yr11 (適合中四同學)
  (3) A LEVEL (適合中四或中五同學)

寰雅學生優惠*：
1) 特惠註冊費：港幣 500元
2) 2 小時免費 CAT 4 補習
*詳情請查閱寰雅教育網站

名額有限　報名從速

查詢及預約：9185 1702 / 2520 0803

地址: 香港灣仔軒尼詩道99號彰顯大廈12樓全層

www.globaleduhk.com　globaledugroup

加拿大學院 SAIT

一條龍實現海外升學、就業、移民夢

一條龍部署實現海外升學、就業、移民計劃，向來是不少港人夢寐以求的人生規劃，但要找到性價比高的選擇不易。加拿大阿爾伯塔省(Alberta)不但生活成本較低，而且教育質素高，「子華神」黃子華就曾經到當地留學。位於省內卡爾加里市(Calgary)的南阿爾伯塔理工學院(SAIT)，學費平均一年約港幣十萬，加上當地不設省級銷售稅，減輕學生家長的經濟負擔。這所百年公立學府在2024年《CEOWORLD Magazine》全球最佳商學院排名中位列第49位，其酒店及旅遊管理學院更榮登全球第14位，成為晉身榜單中最高排名的加拿大學府。該校不僅以91%的就業率傲視同儕，配合阿爾伯塔省去年推出的旅遊與酒店管理移民計劃，更為DSE畢業生、在職人士開創了一條升學、就業、移民無縫銜接的神級大道。

理論與實踐並重 畢業生就業率高達91%

屹立於加拿大西部經濟重鎮卡爾加里市的SAIT，以職業導向的教育模式聞名，開辦涵蓋建築、能源、商業、數碼科技、健康護理、酒店旅遊、製造業及運輸等逾百個專業課程，配備尖端實驗設施，更設有帶薪實習(co-op)計劃，確保學生畢業前已掌握扎實的實戰技能。理論與實踐並重的教學理念，令畢業生就業率高達91%，部分課程更創下100%的驕人成績。眾多課程中，以石油工程、酒店旅遊、IT、商科及航空維修等專業最受追捧，完美配合卡爾加里市作為能源、金融、科技和旅遊業樞紐的優勢。以旅遊業為例，據阿爾伯塔省旅遊業協會(TIAA)預計，到2035年該省旅遊業將額外創造多達10萬個就業機會，旅客消費更有機會突破250億加幣，為畢業生提供廣闊的事業發展空間。

畢業生累積一年工作經驗 或可申請移民

遠赴加拿大升學，不僅能學以致用開創事業，更可透過多元渠道實現移民夢。SAIT畢業生只要累積一年工作經驗並達標語言要求，即可透過快速通道(Express Entry)的加拿大經驗類別(CEC)申請移民，當中從事醫療護理、STEM、農業等行業更享優先審批權。此外，阿爾伯塔省政府於去年3月推出旅遊與酒店管理類別移民計劃，申請門檻相對寬鬆，只需高中學歷、CLB 4英語水平，以及半年旅遊酒店業工作經驗，為旅遊及酒店管理學院的畢業生，勾劃出一條集升學、就業、移民於一身的光明前景。

修畢指定兩年或以上課程 取三年工作簽證

為迎合不同背景的學生需要，SAIT提供靈活的學習途徑，設有一年制證書、兩年制文憑、四年制學士課程。DSE畢業生既可循傳統方式修讀四年制學士課程，亦可選擇廣受歡迎的「2+2」升學模式，先取得兩年制文憑，再經學分轉移機制，銜接卡爾加里大學(University of Calgary)、阿爾伯塔大學(University of Alberta)等著名大學，完成餘下的兩年大學課程。至於在職人士的話，若想盡快就業，可報讀兩年制文憑課程，但要留意加拿大政府去年修訂畢業後工作簽證(PGWP)政策，只有修讀指定的課程，如SAIT的能源、IT、酒店旅遊、商科及航空維修等，才能在修畢兩年或以上的課程後取得三年工作簽證，而大學的學士課程則不受影響，均符合PGWP資格。

聯絡SAIT收生專員

參加SAIT活動

與SAIT學生大使對談

觀看SAIT Youtube頻道

(以上資料由SAIT提供)

香港樹仁大學
HONG KONG SHUE YAN UNIVERSITY

MASTER OF SOCIAL SCIENCES IN PSYCHOLOGY

心理學社會科學碩士課程

1-Year Full Time | 2-Year Part Time

- Mental Health
- Investigative Psychology

Tuition Fee:
HK$100,800

開始接受申請　：2025 年 5 月 1 日
資訊簡介講座　：2025 年 8 月 18 日（詳情請留意課程網站）
非本地人士截止日期：2025 年 8 月 22 日

本地人士截止日期：
第一輪申請截止日期：2025 年 9 月 30 日
第二輪申請截止日期：2025 年 10 月 30 日

Apply Now

Programme Website

Enquiries :
Telephone: 2806-7332
E-mail: msspsy@hksyu.edu

MASTER OF SOCIAL SCIENCES IN ADVERSITY AND TRAUMA PSYCHOLOGY

逆境及創傷心理學社會科學碩士課程

1-Year Full Time | 2-Year Part Time

Application Deadline: 31 May 2025

- Interdisciplinary Approach
- Well-rounded Curriculum
- Practical Experience
- Expert Faculty

Tuition Fee:
Local:
HK$118,800
Non-local:
HK$124,740

Apply Now

Programme Website

Enquiries :
Tel: 2804-8458
Email: mssatpsy@hksyu.edu

▶夏中建為天寶樓扎作創辦人，致力傳承紮作非遺文化。

扎根香港 夏中建 紮足四十載

香港的非物質文化遺產有很多，「社會實踐、儀式、節慶活動」、「傳統手工藝」和「表演藝術」等最常見，其中紮作技藝不但是歷史悠久的民間手藝，也因為在港不少洋人也出奇地重視得到醒獅的祝福，令獅頭紮作成為香港一大特色。每年新春，不難看到舞龍舞獅四出活動，繼續不分華洋，為普羅大眾送上祝福。祝福的背後，都有天寶樓扎作創辦人夏中建為紮作行業付出的心血，他曾三度創下健力士世界紀錄，即使已屆六十四歲，仍堅持在紮作行業打滾，已成為行內全能的「紙紮大王」。

夏中建的父親夏國璋不但是武術界及中醫界（骨傷科）的翹楚，更是本地著名的「一代獅王」。幼承庭訓，夏中建小學時已接觸獅隊，啟發了他做紮作的興趣，「小時候學習舞獅，對獅頭產生興趣，長大後自然地回家幫忙。」家人各司其職，他形容自己是幕後人，「我負責執拾，如果獅頭有撞爛便修補。八十年代紮一個獅頭大約五千元，當時我們夏館人數過萬，如果一年玩爛了五十隻，等於花掉二十五萬元，足夠買一層樓。我發現紮作是一門謀生技能，於是找師傅教我。」

香港八十年代時，大約有四十七間紙紮店，二十世紀初最出名的紙紮店遍佈中上環一帶，金玉樓堪稱老行尊，其第二代傳人梁有錦，亦是另一間紙紮店《生和隆》的師傅。夏中建四處拜師處處碰壁，直至遇到梁有錦，獲收為入室弟子後，便改寫他的人生。

夏中建說：「他當年是全香港最出名的紙紮大王，現時我被人稱紙紮大王，只因為我拿了他的招牌。當時他生意很好需要人手，我又想學習，所以一拍即合，成為他的學徒。很感恩他是個豁達的人，願意將技術傳出來，讓我學習。」

▲夏中建於2017年首次創下健力士世界紀錄。

拔刺成習慣

他坦言學習紮作是困難的事，「紮作時總會被竹刺刺到，這必須習慣，有時刺拔不出來，便用針挑，且要先挑開肉才能取出。拔刺雖痛，但日子就是這樣捱着過。」

獅頭紮作有四個步驟，分別為紮、撲、寫、裝。夏中建除了在紮的時候會遇到刺，撲的時候亦有其他挑戰，「撲需要把漿糊開稀至水一般。冬天四、五度時，水冷得似冰，一整天用手黏貼獅頭，到吃飯時手已僵凍得連筷子也拿不到。」他指紮作是一個很艱辛的學習，「所以香港不是那麼多人願意去學，而且紮獅頭難學難精，不是學一隻、半隻便會成功，是要紮成千上百，紮到純熟為止。」

他續說：「獅頭做得好，必須要有機遇，任何人去一間紙紮店做學徒，經常紮飛機、遊艇、車，卻沒有人訂獅頭，又怎會學習到紮獅頭呢？」八十年代，旅遊協會因應加拿大博覽會香港館的需要，找來生和隆負責紮九條龍並擺放在天花板，夏中建獲得了寶貴的學習機會，「用了五個月時間跟着師傅做了九條龍。有些店舖十年都做不到一個獅頭，所以生和隆給了我一個很好的機遇。」縱然紮作十分辛苦，夏中建笑言：「就是被漿糊黐住了，真的很喜歡，對紮作是很有癮。」

▼天寶樓扎作已有四十年歷史。

天寶樓扎作成立了四十年，夏中建回想起初創業時生意並不好，「所以我們必須要勤勞，開夜已習以為常。因為那個時代，尚未有內地的倒模式生產，完全是一手一腳自己做。」

屢破世界紀錄

他形容行業生存之道是要全能，不能只製作單一項目，「獅頭、龍頭、宮燈、花炮、先人製品 …… 如果你學懂全套，一年生意就不用憂心，尤其要做一些先人製品且大量生產，方能養活一班師傅。」他談及聘用新人，「如果用一萬六千元請張『白紙』回來，花半年時間教他，讓他先做一些『下欄』工作，已在他身上花費了十萬元。我試過很多次，都沒有甚麼效果，因為學徒很快會告訴我『師傅很難啊，我不做了』。」

2017年，夏中建曾有一個花燈作品列入當年的健力士世界紀錄，但兩年後被日本人打破了。2022年，適逢懲教署四十周年兼香港特別行政區成立二十五周年，他提出要做一個燈籠，「普天同慶的日子，想表現出中華文化，便想做一個燈籠。」然而，他發覺如果要在本地生產一個燈籠幾乎是沒有可能，「我的店舖很大，有五千呎，但人手方面不夠。」

後來他獲得一個很好的契機，「懲教署叫我們教導在囚人士，讓他們幫忙做。有了在囚人士及其家屬、懲教人員及其家屬、義工團體，再加上天寶樓的師傅聯合一起，終在懲教署的地方做了一個九米多的大花燈，也是全世界最大的花燈。」跟懲教署的合作另有意外成果，部份更生人士後來也在天寶樓工作。

►去年的10月1日為國慶七十五周年，太古廣場舉辦了「傳承中華優秀傳統文化—獅頭紮作展覽」。

►破世界紀錄的花燈，是由在囚人士及其家屬、懲教人員及其家屬、義工團體，再加上天寶樓的師傅聯合製作。

毋忘中華文化遺產

製作燈籠的背後還有一個重大意義，夏中建說：「因為一則新聞，看到韓國人以中國的龍舟去申報世界非物質文化遺產，指這是他們國家的世界非遺。那時候便想，我要做一個大燈籠告訴別人這是中華文化，是中國的瑰寶，是我們文化的遺產，別讓其他人奪去。」

去年9月，夏中建第三度獲頒健力士世界紀錄的證書，「今次是為了迎合祖國七十五周年再做一個龍與馬結合的大燈籠，擺放在中環皇后像廣場。」到10月1日國慶七十五周年，太古廣場舉辦了「傳承中華優秀傳統文化——獅頭紮作展覽」，讓大家認識這項重要的非物質文化遺產。

夏中建認為獅頭紮作是中華文化的一塊瑰寶，香港的紮作行業能做出更好的成績，更可衝出國際，他寄語大家，「毋忘我們中國的文化遺產，在任何一方面，如果能夠專注為國家、民族作出貢獻，大家不妨多思考、多創造，令中華民族不會被人奪取了一些文化遺產的項目。應該是我們的，我們便要保留；不應該是我們的，我們不需要強求。」

▼夏中建專心教授新一代紮作的技巧。教人員及其家屬、義工團體，再加上天寶樓的師傅聯合製作。

◄夏中建獲頒發健力士世界紀錄的證書。

子承父業 傳承非遺

兒子夏浩文也隨夏中建入行，二人關係非常好，夏中建謂：「我們一起工作、吃飯、喝酒，有很多交流，因為我們做紮作行業的科目很多，事實上是需要大量交流。他不知不覺都在店舖內工作了十多年，是很純熟的紮作師傅。」

夏中建另一高徒伍彥維，之前亦有份參加「傳承中華優秀傳統文化——獅頭紮作展覽」，「他仍然在讀書，但每逢星期六都會過來學習，手藝已經到達一個師傅的級別。」夏續說：「行業是艱辛的，但大家不要氣餒。只要你不要專注只學習一項，其他的能補貼你的收入、生活，會有成功的機會。」

HKU Med School of Clinical Medicine
Department of Psychiatry
香港大學精神醫學系

The University of Hong Kong

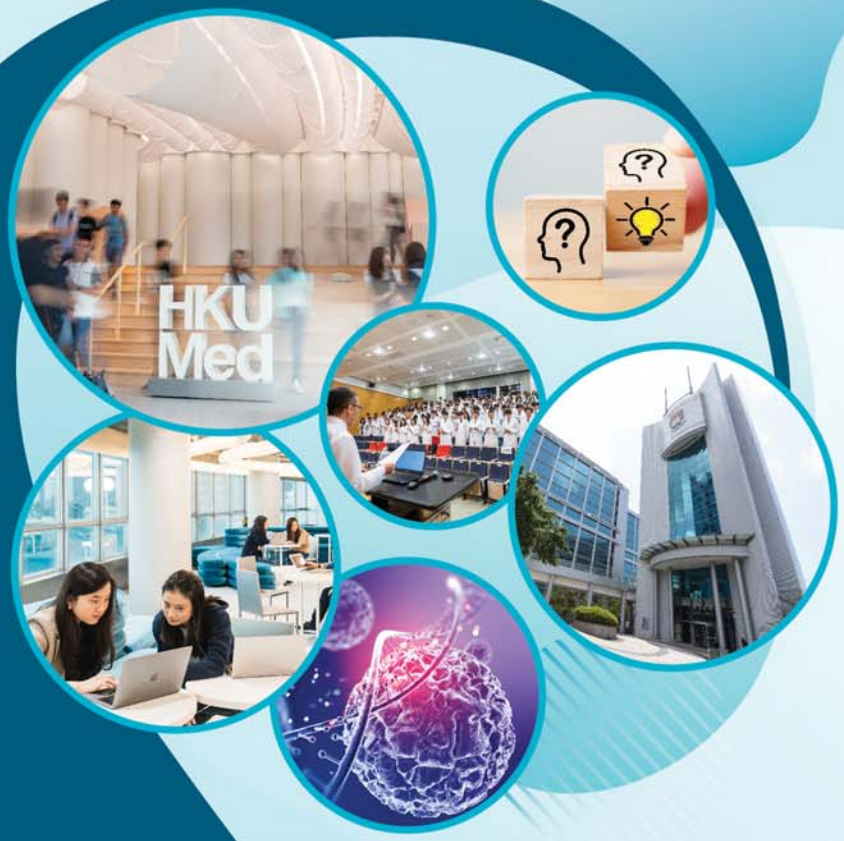
Master of / Postgraduate Diploma in

PSYCHOLOGICAL MEDICINE (PSYCHOSIS STUDIES)

精神醫學(思覺失調學)
碩士及深造文憑課程(兼讀制)

25-26

Open for Intake Now



Apply Now

MPsyMed Programme Office
(852) 2255 3818
psymed@hku.hk
hkupsymed
https://psymed.hku.hk

EDU 進修生活 PLUS.hk

星島 SING TAO 新聞集團

大學路 多元升學展 2025

6月21日 (星期六)
上午10時半 至 下午4時半
旺角康得思酒店8樓 (旺角港鐵站C3出口)

對象：
- F4 - F6學生及家長
- 老師及升學輔導人員

免費入場

升學展覽

- 多間本地及海外大學，專上院校及升學顧問參展即場提供選科及入學諮詢
- 專家現場為家長及學生提供一對一升學及職業輔導

主題講座

- 熱門學士學位課程點選擇?
- 自有分數? 及早部署放榜攻略
- 海外升學同你規劃
- 選科，就業如何掛鈎?

入場即送 精美 DSE升學指南
送完即止

星級講者

DSE多元升學出路
吳寶城先生
學友社學生輔導顧問

DSE放榜全攻略
葉偉民副校長
香港輔導教師協會副主席

陳筱芬教育博士
海外升學權威
求職廣場出版人及行政總裁

預先登記及詳情：www.eduplus.hk/dsefair4

Eduplus.hk 查詢電話：3181 3322

支持媒體及機構：JOBMARKET www.jobmarket.com.hk　學友社 Hok Yau Club　香港輔導教師協會 Hong Kong Association of Careers Masters and Guidance Masters

基督教香港信義會 The Evangelical Lutheran Church of Hong Kong | GTC 天恩培訓及發展中心 Grace Training and Development Centre

2612 1221

搵工搵到好迷惘？即讀
免費*/學費資助#課程 搵方向！

ERB課程 培訓期6-10週

1 課餘託管導師
基礎證書
課時：120小時

2 網上創業
(營運及市場推廣)
基礎證書(兼讀制)#
課時：36小時

醫管局認可

3 醫護支援人員
(臨床病人服務)
基礎證書
課時：204小時

4 花店實務及
花藝設計助理
基礎證書
課時：160小時

5 簿記 (LCCI Level 1Book-keeping Examination)
基礎證書
包考試VRQ
課時：216小時

6 歷奇活動助理
基礎證書
課時：168小時

7 職業治療助理
基礎證書
課時：144小時

8 離院病人
家居護理員
基礎證書
課時：200小時

9 流動裝置應用程式
開發人員證書
課時：248小時

10 醫療護理
常用英語 I
基礎證書 (兼讀制) #
課時：30小時

11 葡萄酒推廣員
基礎證書
課時：176小時

地點：佐敦 葵興 石門 天后 屯門

elchk.gtc gtc.elchk.org.hk
gtc@elchk.org.hk

課程一覽表

ERB課程基本入讀資格：年齡在15歲或以上的香港合資格僱員。
*就業掛鈎課程：學費全免；申請人必須是失業、待業或失學人士；出席率達80%可獲發培訓津貼及就業跟進服務。
#非就業掛鈎課程：豁免繳費-沒有收入或每月收入為HK$14,000或以下之申請人；高額資助學費-每月收入為HK$14,001至HK$22,000之申請人；一般資助學費-每月收入為HK$22,001或以上之申請人。

erb 僱員再培訓局

ERB是撥款及監管機構，委託約80間培訓機構開辦培訓課程

本文摘自《星島日報》每日雜誌

▼葛展榮指，影像解剖可記錄鯨豚的身體狀況，配合傳統解剖探究其死因。

本港每年發生數十宗鯨豚及海龜擱淺事故，城市大學海洋動物影像解剖研究組透過影像技術，追蹤擱淺海洋動物的健康狀況及死因，探究其生命密碼。主修放射診斷學的研究組創辦人葛展榮，將人類醫療影像技術應用於海洋動物，成為劃時代創舉，近年起再透過長期觀察，構建本港鯨豚「醫健通」，早前更藉數據資料，確認一條猝死的白海豚竟是觀察多年的「老朋友」，令他莫名悲傷。他感謝昔日恩師引領，讓他走上今日的科研路，正努力推展有關港澳及大灣區廟宇的鯨骨研究，追溯華南水域鯨魚分佈的古今演變。

構建鯨豚「醫健通」

葛展榮探生命密碼

城市大學海洋動物影像解剖研究組於2014年成立，葛指，本港每年平均有二十至五十條鯨豚擱淺，除主要的中華白海豚及江豚，另有十八個其他品種的鯨豚，至今處理近三百條鯨豚。2019年起，影像解剖推展至擱淺的活海龜或海龜屍體，暫已處理近六十宗個案。他指，影像解剖利用電腦掃描、磁力共振、超聲波及立體掃描技術，突破屍體嚴重腐爛的盲點，有助了解擱淺動物的生前狀況，如骨骼病變及軟組織損傷，協助傳統解剖更精確探究死因，意義重大。

▲葛展榮（右三）視Fiona Brook教授（右四）為人生導師。

▼在本港水域擱淺的主要是江豚，圖為葛展榮替幼年江豚進行影像解剖。

海洋垃圾漁業誤捕 威脅巨大

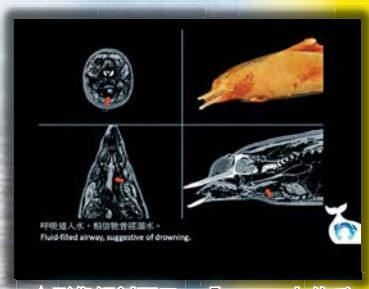
葛展榮是城大傳染病及公共衛生學系助理教授，亦於城大化學系有教席，近日研究組於城大校園舉辦「鯨龜大海：海洋居民的故事」展覽，總結十年工作。作為研究組的創辦人，他指海洋垃圾、環境污染、漁業誤捕，都對海洋動物構成不同威脅，影像解剖有助掌握鯨豚的健康狀況，其團隊曾於江豚寶寶體內發現寄生蟲，懷疑經母體感染，再揭發母豚因進食長有寄生蟲魚類而感染，傳染下一代，事件牽涉整個食物鏈，不容忽視。

2020年起，研究組定期於大嶼山水域進行海上考察，記錄及監測野生鯨豚的健康、行為及外觀特徵，包括皮膚病、外傷及體外寄生蟲的數據。因江豚沒有背鰭，現時項目集中於中華白海豚，他指，至今記錄約四百條白海豚，而每條白海豚的背鰭都有不同的缺口和短暫咬痕，成為獨特生命標記，希望透過長期監察，建立本港鯨豚的「醫健通」，掌握本港水域棲息的白海豚及其健康狀況與生活史等數據，有助研究這些「原居民」。

去年底，漁護署於大嶼山海面發現一具白海豚屍體，研究組懷疑該白海豚的外形，與一條觀察多年的雌性白海豚近似，其後翻查鯨豚「醫健通」，發現兩豚的背鰭及其他身體外觀特徵脗合，終確認是同一條白海豚。葛展榮當時身在海外，得悉事故後十分傷感，形容是「痛失老朋友」。他指，該白海豚的編號為「HK004」，過去五年內觀察到逾二十次，一直健康及活躍，對上一次觀察是去年5月，豈料七個月後竟陳屍海上。

他指，經影像解剖發現該白海豚乳腺發達，估計剛分娩及正哺育幼豚，另外其呼吸道「入水」懷疑遇溺，肺氣泡充滿液體，出現「肺實變」現象，胃部亦留下兩條未消化的魚，推斷其生前仍是健康及剛進食，但可疑之處是擅泳的白海豚竟然遇溺，估計死亡一刻來得非常突然，不排除與漁船作業有關。他指，事發經過固然成謎，亦擔心誕下的幼豚情況，而該些事故正反映，海洋動物面對的生存威脅一直存在。

葛展榮本身修讀放射診斷學，卻「越界」從事海洋動物的科研工作。他指，童年時代喜歡動物，家中亦飼養不同動物，中學時喜愛生物科及語文科目，大學聯招時報讀相關學系，惟因高考成績欠佳，聯招放榜時所有選項落空，最終自薦報讀理工大學放射學系，直至開課三星期後才獲取錄，「因為別人放棄修讀，我才後備補上。」



▲影像解剖顯示，「HK004」的呼吸道「入水」（紅箭咀）。

▲研究組核對鯨豚「醫健通」內的背鰭輪廓及身體標記資料。

▲編號「HK004」的中華白海豚活躍於大澳海面。

修讀放射診斷 「越界」鑽研海洋

可是放射學課程牽涉不少物理學知識，而物理科正是他最討厭的科目，高考時物理科亦不及格，故入學後倍感吃力，甚至萌生轉系的念頭。當時在理大放射學系任教的英國籍女教授Fiona Brook，是全球首位運用超聲波技術，成功於海洋公園人工繁殖樽鼻海豚的先驅，並將原本用於人類的醫療放射學。他對此極感興趣，經討教及細閱對方三份研究論文後獲得啟發，終決定完成放射學課程，並視對方為人生導師。該教授的另一名學生應天祥教授，其後亦成了葛的博士研究生導師，他感謝二人的悉心指導，讓他開啟視野。

▼2019年起，影像解剖亦應用於擱淺海龜。

感激「師傅」 領悟跨界別應用

他指，敬佩「師傅」將放射學用於海洋動物上的新思維，最終成功以超聲波及放射技術，準確推斷出雌海豚的生理周期，促成全球首宗人工繁殖海豚個案。他稱，「師傅不是獸醫，卻憑放射學專業知識主導整個手術，十分神奇。」這使他領悟到放射學的跨界別功用，加上本身亦喜愛動物，便決定進修博士課程，最終走上海洋動物影像解剖的研究路。

路是人走出來的，葛展榮及其團隊只有十人，人數雖少但成就不凡，近年他曾到瑞士蘇黎世大學的法醫學院進修，又參加多項國際會議，並獲醫管局邀請分享影像解剖用於海洋動物上的經驗。當擱淺事故持續發生，他感慨之餘亦認為，「鯨豚的故事始於大海，但未止於道別一刻，影像解剖有助解開牠們的生命密碼。」他希望市民透過研究組開發的手機程式「eSeaAnimals」通報擱淺個案，讓團隊為無聲逝去的海洋動物探究死因。

EDU 進修生活 PLUS.hk

www.EDUplus.hk 全面資訊網站

香港首個匯集不同程度升學及在職進修課程資訊的多媒體平台，發放熱門增值情報，更具備課程/活動搜尋功能，讓有志進修及升學人士輕易找到適合自己的課程。

- 匯集不同程度升學及進修課程資訊的多媒體平台
- 增設海外升學及內地來港升學資訊
- 詳列各國寄宿中學一覽表
- 詳盡DSE本地升學出路資訊

全方位升學及生涯規劃活動

- 海外升學展
- 學士課程展
- 本地升學展
- 高中畢業生出路講座

多方位進修雜誌

- 每月深入報道城中增值熱話
- 名人分享生活增值心得
- 各界職場達人教你升呢秘技
- 發行網絡遍布港、九、新界70間大學及專上教育機構
- 換領點遍及全港 7-ELEVEN 便利店免費換領
- 出書當日隨《星島日報》附送 (指定地點)

EDUplus.com.hk GO

EDUplus.hk GO

星島 SING TAO 新聞集團

廣告熱線：3181 3187　傳真：3181 3300　電郵：enquiry@eduplus.hk

仁愛堂 培訓及就業服務

Website | Facebook | 小红书 | Instagram

僱員再培訓局(ERB)課程 現正招生

基本入讀資格 ▶ 15歲或以上的香港合資格僱員 (詳情請參閱申請須知)
(全日制課程須通過面試及筆試)

推介課程

就業掛鈎課程
幼兒遊戲小組導師 證書
5月6日 • 元朗(大棠路) 開班

就業掛鈎課程
摩登大妗員 基礎證書
5月9日 • 深水埗 開班

就業掛鈎課程
甜品製作員 基礎證書
5月12日 • 牛頭角 開班

非就業掛鈎課程
婚禮花飾設計及應用 II (新娘捧花)
證書(兼讀制)
5月13日 • 牛頭角 開班

就業掛鈎課程
化妝助理 基礎證書
5月21日 • 深水埗 開班

就業掛鈎課程
會所及康樂助理 基礎證書
5月21日 • 屯門新墟 開班

就業掛鈎課程
調酒員 基礎證書
5月30日 • 深水埗 開班

失業人士免學費

全 就業掛鈎課程

報讀就業掛鈎課程必須爲失業、待業、失學人士及須通過面試及筆試

課程名稱	暫定開班日期	上課地點
標準保安及物業管理 基礎證書	5月6日、6月3日	屯門新墟
中醫診所助理 基礎證書	5月13日	元朗(大鴻輝)
護理員 基礎證書 🔥	5月13日	屯門新墟
初級美容師 基礎證書	5月22日	元朗(大鴻輝)
花店實務及花藝設計助理 基礎證書	5月23日	屯門新墟
陪月員 基礎證書 🔥	5月26日	牛頭角
健身指導員 (體適能基礎證書課程公開考試) 基礎證書	6月2日	屯門新墟
包餅製作員 基礎證書	6月2日	元朗(大鴻輝)
行政助理 基礎證書	6月6日	深水埗
酒店房務員 基礎證書	6月11日	屯門新墟
課餘託管導師 基礎證書	6月16日	屯門新墟

兼 非就業掛鈎課程

沒有收入或每月收入為$14,000或以下，可申請豁免繳費
每月收入為$14,001至$22,000，可申請繳交高額資助學費
每月收入為$22,001或以上之人士，須繳交一般資助學費
** 有關學費及資助詳情可向本中心查詢

課程名稱	暫定開班日期	上課地點
西餅製作(雜餅類) 基礎證書 (兼讀制) 晚間	5月2日	屯門新墟
產婦護理 基礎證書 (兼讀制) 🔥	5月2日	屯門新墟
演示軟件應用 基礎證書 (兼讀制)	5月2日	元朗(大鴻輝)
婚禮花飾設計及應用 I (花卉首飾) 基礎證書 (兼讀制)	5月7日	屯門新墟
花藝設計及應用 II 基礎證書 (兼讀制)	5月7日	牛頭角
文書處理 I 基礎證書 (兼讀制)	5月7日	深水埗
中藥配劑理論知識 基礎證書 (兼讀制) 🔥	5月9日	深水埗
新來港人士廣東話 I 基礎證書 (兼讀制)	5月20日	深水埗
常用英語詞彙應用 I 基礎證書 (兼讀制) 晚間	5月21日	深水埗
有特殊學習需要兒童課餘託管技巧 基礎證書 (兼讀制)	5月22日	屯門新墟
玉石與翡翠知識 I 基礎證書 (兼讀制)	5月26日	屯門新墟
職業普通話 I 基礎證書 (兼讀制)	5月27日	深水埗

* 以上所列出的課程資料(包括上課地點)爲培訓機構擬定之時間表，如欲查詢實際的開班資料，請與我們聯絡。個別培訓課程的資料如有修改，以本中心最新公佈爲準，恕不另行通知。

查詢及上課地點

屯門新墟 26557575 | 元朗大鴻輝 26913337 元朗大棠路 21334119 | 深水埗 21552885 | 觀塘市中心 21108171 牛頭角 21115611

erb 僱員再培訓局

ERB是撥款及監管機構，委託約80間培訓機構開辦培訓課程

潮流愛玩「MBTI」16型人格測試，追求獨立思考、富有想像力的「INTJ」，被形容為建築師人格。香港建築師學會因而創作同名歌曲，訴說這份職業的故事。學會的青年事務委員會主席林灝泓說，學會希望形象革新，鼓勵年輕會員參與活動，也希望透過歌曲，讓公眾認知建築師的工作。一個逾六十八年歷史的老牌學會，仍然求變，渴望緊貼時代。正如林灝泓以「連結世代」的建築概念，應對人口和城市老化的議題，想像自己未來想要的社區，摘下學會頒發的青年建築師獎。從小熱愛跟着漫畫繪畫的他，形容成為建築師的道路就像《海賊王》的冒險之旅，他跟主角路飛一樣，寧願有自己的小團隊，都不願追趕龐大的海賊團；相比大工程中的一塊小小齒輪，他更喜歡參與小工程，享受更大的創作和自主空間。

玩築一世 林灝泓

走進林灝泓的工作室，地上擺滿一支支結他，是他和朋友「夾Band」用的。他鍾情東瀛文化，一身日本服飾，就連腳掌也穿上日式分趾鞋。從小到大，他喜歡音樂和畫畫，是學校的美術學會成員，看漫畫時又會跟着畫，最希望當上一位藝術家。

▲林灝泓認為任何人都會變老，作為建築師更要想像未來，自己將來老了想要一個怎樣的社區。

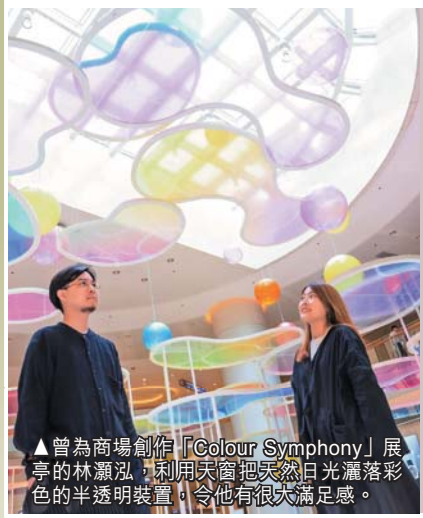
冒險是為尋求自主

童年搬過兩次屋，分別在沙田和將軍澳居住，但就考入何文田的培正學校。每日坐火車上學，由新界穿梭到九龍最核心的繁華鬧市，放學經常會在旺角一帶流連。有一位中學同學，家人在女人街擺檔，每逢暑假，那位同學就會落場幫手開檔，讓年紀小小的他，很早已認知甚麼叫「朝行晚拆」，那些平時不會留意的城市面貌。對於在新市鎮成長的新界仔來說，走進油尖旺，會發現店舖不一定在商場裏面，也可以有朝氣地出現在街上。

讀書時代，他常常以油麻地一帶舊區，作為專題研習的對象。他總是覺得，油尖旺一帶的建築物有很多層次，地舖上面可能會有護老院、幼稚園、教會，再往上層才是一些住宅單位。走到街上，又會有一排排的攤檔，他形容這些都是自發性的空間，非在政府規劃下出現，而是由居民的生活需求慢慢油然而生，也是香港獨有的城市景觀。

畢業之後，林灝泓在大則樓工作，參與過一些醫院和文化中心的建築項目，如同所有初入行的建築師，都要慢慢了解項目管理的流程，大至建築物規劃、小至外牆物料等工序，同時要熟讀建築條例。幾年之後，他在2022年和拍檔創立自己的設計和建築公司，着手藝術裝置、展亭、室內設計等規模較小的項目。

沒有走上大建築行的傳統路徑，而是自己開公司從頭開始，他形容是個性問題，希望能夠做到一些屬於自己的項目。置身大公司，項目周期長，短則兩、三年，長則要花上七、八年，而他可以參與和控制的部份其實並不多。他心底渴望的，是可以投入更多，雖然現在做的項目較多都是非永久性、走向室內的，但由設計到落成，整個周期卻快很多，也可嘗試不同可能，學到的反而更加多。



▲曾為商場創作「Colour Symphony」展亭的林灝泓，利用天窗把天然日光灑落彩色的半透明裝置，令他有很大滿足感。

就像他曾經為圓方商場，創作「Colour Symphony」夏日室內展亭，利用商場的天窗，把天然的日光灑落彩色的半透明裝置中，市民可以穿過和安坐展亭，享受全日不斷變化的光影氣氛。林灝泓說：「最大的滿足感，是能夠把建築的理念，放進商場的裝置裏面。現在需要學習的是，如何將建築上學到的思維，放進這些小項目當中，未來當然都會想接觸不同類型的項目，可以做到一些，未必一定要規模很大，但可能對社區和社會，有多一點影響的項目。」

成為一名建築師的道路很漫長，先要完成學士及碩士課程，再要考取牌照註冊，差不多花上十年時光。由青蔥的少年走入校園，再踏出校門時，可能都已經三十歲。林灝泓今年三十六歲，回想這段路程，就像一趟冒險之旅。他坦言：「其實我想開公司，做一些屬於自己的作品，都是被《海賊王》啟發。主角路飛寧願有自己的小團隊，都不想加入很龐大的海賊團，我都有被影響到。」

▲林灝泓總是覺得，舊區建築物有很多層次，是香港獨有的城市景觀。

連結世代是為未來

正正因為這份冒險精神，渴望建築影響社會的想法，讓他摘下2023年香港建築師學會頒發的青年建築師獎。學會以「雙老化」為主題，徵集不同方案，敲問一個建築師，怎樣應對人口老化及居住環境老化的雙重問題。林灝泓提出「連結世代」的概念，當一個社區老化時，除了重建舊建築，將原區長者遷往其他社區、重新生活外，會不會還有其他做法？

他的想法是，將這些舊建築改建成適合不同年齡層居住的大廈，加入新元素，吸引年輕居民入住，提供共享空間，滿足長者和年輕人的需要，「讓兩個世代的居民，同一大廈屋簷下，讓社區不再老化，同時保留原有社區的面貌，讓長者可在熟悉的環境下繼續生活。」

「社會是一個整體來的，我思考長者時，也會考慮到年輕人。當社區更新時，我想將年輕人融入長者的議題當中。一個發展要顧及到不同的人，才可以令到我們的社會可持續發展。」

他認為在「雙老化」的問題上，不應以第三者的角度思考，因為任何人終有一天都會變老，今日構思的項目，到落成時，其實也就是自己使用到的時候，作為建築師，永遠不是思考當下，而是想像未來，任何建築物也是為未來而建。「更要問問自己，如果我將來老了，我想要一個怎樣的社會？想身邊是一個怎樣的環境？到時我老了，要怎樣跟年輕人連結？」

◀林灝泓鍾情東瀛文化，常常一身日本服飾。

▲青年建築師獎表揚三十五歲以下的建築師，林灝泓說完成學業再考牌已差不多三十歲，這次獲獎是難得又榮幸。

建築師要懂得閱人

作為一個三十歲走向四十歲的青年建築師，他形容自己就像一個橋樑，站在上一輩和年輕一代的中間，他希望將不同世代連結，這樣社會才可以有一個健康的溝通。

今時今日，他覺得市民對公共空間的需求和要求都比以往大，以前的公園可能只會擺放幾張木椅、在石枱上畫個棋盤，讓人休憩下棋，但現在新落成的公園，不再只有從前「倒模」的滑梯和鞦韆，而是加入了很多新想法。

社會上也有工作坊，讓建築師跟社區互動，了解居民實際的需求，而做出合適的設計。他認為一個成功的建築師，要有能力閱讀不同人的需要、不同地方的文化，從而提供一個合適的設計給用家。當牽涉公共項目時，所謂的客戶，其實就是當地市民，要考慮到他們的需要。

▶林灝泓摘下香港建築師學會頒發的青年建築師獎。

畢業生挑戰大 放眼世界尋機遇

千億財赤、經濟放緩、基建項目量減少。林灝泓形容，畢業生的求職情況較以往困難。他指，建築系每年的畢業生不多，一般大小公司都能悉數吸納，但今屆並非如此，得悉有畢業生到年底還在找工作，是以往較少出現的情況。

他認為，每座城市都有不同的發展軌跡，可能有一段時間會爆炸性發展，需要興建很多樓宇，建築師閉上眼都能找到工作，但現在香港相對發展到一定位置，過了那個爆發的年代。作為本地建築師還有甚麼可以做？他覺得隨着科技發展，像他公司般，兩個人都營運得到，可以承接簡單的項目，或可鼓勵年輕建築師，發掘更多的可能性，不用困於傳統的職場道路。

另一個可以探索的方向，是其他地方的機遇。他指其他地方可能有發展需求，問題在於，本地建築師如何接觸到這些需求，做到一些香港以外的項目，也是他未來會思考的方向。

▶本地建築師如何做到一些香港以外的項目，也是林灝泓未來會思考的方向。

JOBMARKET www.jobmarket.com.hk

星島 SING TAO 新聞集團

職場 Connect

招聘增值展

送 預先登記及入場送「老細請你唔會out筆」乙支 (名額：50個)*

多家企業即場面試

5月13日 (星期二)
11am - 6pm
旺角麥花臣場館

政府工招聘

免費職場講座

1:00pm - 1:30pm **求職診所：對症下藥增加錄取機會**
Amy by Career 職涯服務規劃師 梁珮君女士

1:30pm - 2:00pm **護理行業入行須知**
登記護士(精神科) / 註冊社工 鍾業新先生

2:30pm - 3:00pm **Office 365 實用小技巧 (Excel 學 習篇)**
Excel Pro Education Limited
主力企業培訓導師 Mr. Arthur Kwok

3:00pm - 3:30pm **職場苦與甜：應該返工定創業？**
FoodPLUS 創辦人 沈哲Jenny老師

3:30pm - 4:00pm **香港海關招聘講座**
香港海關 海關高級督察 林怡光先生

免費入場 立即登記 www.jobmarket.com.hk/r/May4

入場人士必須登記。JobMarket保留最終決定及解釋權。 *數量有限，送完即止，受活動條款及細則約束。

客户服務 | 電話：3181 3322 電郵：enquiry@jobmarket.com.hk

全力支持：EDU 進修生活 PLUS.hk 頭條搵工 HeadlineJobs.hk Excel Pro

畫曼陀羅繪碟 自由創作又自癒

曼陀羅是一種歷史悠久的藝術，由圓形構成的圖像和藝術，亦被作為藝術治療之效。在香港已流行一段時間，有藝術家開辦曼陀羅繪碟班，讓小朋友在一隻素燒碟上自由自主地畫曼陀羅，突破日常的所有規範，享受兩小時的自癒快樂時光。

專注耐性畫

B+藝術室在去年6月由兩位資深「貓奴」藝術家，分別是亞洲首位唇膏雕刻藝術家Maysum及擁有十多年經驗的專業攝影師Lo Wong所開辦，兩位創辦人熱愛陶藝，所以開設陶室，除了可以自由自主地創作之外，更提供一個輕鬆的地方，讓大眾在創作中找回簡單的快樂。陶室中的「B」字也是為紀念愛貓BeBe和BuBu而命名。

這個曼陀羅繪碟班

▼各人所畫的曼陀羅圖案有所不同，展現成熟和可愛格調。

▲透過畫曼陀羅碟，可以培養小朋友的耐性和增強專注力。

製作步驟

◀畫曼陀羅繪碟所需要的工具包括：一隻素燒碟、亞加力膠棒、畫筆、鉛筆、量角器、間尺、圓規。

◀小朋友可以隨意創作，畫卡通人物在碟上都可以。

步驟 1

▲在碟上放上一個圓規，用鉛筆起稿。

步驟 2

▲配合量角器來畫畫。

步驟 3

▲在素燒碟上畫自己喜歡的圖案。

步驟 4

►上色後便完成。

適合九歲或以上小朋友參加，Maysum解釋由於畫曼陀羅最初要用圓規一層層地畫，所以需要小朋友有耐性和專注。曼陀羅（梵語Mandala），是一種圓形藝術創作，當中的圓形代表畫者此時此刻的自己和感受，再由中間開始畫一些放射性的圖案，沒有特定的主題和規則，專注地一層層地畫，投入其中，從中有釋放壓力、心靈療癒及更加認識自己之效。

►這位小朋友畫了一隻貓貓造型的曼陀羅碟，色調柔和。

自由創作無規範

在兩小時的課堂上，先作簡介及指示，首半小時是起稿時間，參加者先在一隻十五厘米大的素燒碟上用量角器和間尺一層層地畫，當中想畫圖案都可以，例如：最簡單的波點，之後可以畫一些對稱或一層層放射式圖案，非常自主和發揮創意。

過程中，導師會播放一些大自然的純音樂，例如：流水聲等，讓參加者在一個清靜平和的氣氛和環境下畫畫，情緒亦得以紓緩。參加者完成繪畫之後，便要塗上一層透明油，導師再將碟燒多一次，參加者約兩星期後便可以拿回製成品。Maysum表示曼陀羅不是特別艱難的藝術創作，只要喜歡畫畫，小朋友都可以畫到；而在畫畫過程中他們有時會自覺「出錯」，但我們會鼓勵他們重視畫的過程，所以不是集中在「錯」地方，不會否定他們，教他們在「錯」的地方再開始畫或加以變化便可以。

小朋友學畫曼陀羅有不同方面的好處，曼陀羅畫屬比較靜態的藝術創作，開始時逐點由內而外畫出去，可以訓練集中力和耐性；加上曼陀羅畫沒有特定的規則，小朋友自由發揮，畫甚麼圖案或顏色都可以，讓他們跳出平時要聽從老師及父母的指令和功課壓力，將自己作為中心，用自己的想法去畫自己喜歡的圖案和顏色，給予更多創作自由及更加了解自己，找回自己喜歡的事情。

◀叢林探險：三層樓高的旋轉大滑梯、海洋波波池、高空彩虹網，適合大人與小孩。

網羅40+年華 潮玩佛山 室內運動樂園

近年佛山嶺南天地變身成集潮流、文化、購物於一身的新蒲點，早前MELAND SPORT聯乘星際傳奇的三層高室內運動樂園正式開幕，主打競技運動、電競及親子三大區域，現場設有攀岩、卡丁車、室內War Game等逾四十個遊玩項目，成為區內社交娛樂新地標！

香港距離佛山約一小時高鐵車程，交通方便，成為不少港人假日北上遊玩的目的地。佛山嶺南天地作為當地的中心地區，從古到今依然相當繁華，其古建築群經過重新發展後，更成為年輕人的新蒲點！

▲電子遊玩區域同樣適合大人與小朋友。

其中，內地新一代人氣玩樂品牌MELAND早前進駐佛山嶺南天地康得思酒店，打造佛山首間三層高的室內運動樂園MELAND SPORT，購票入場即可任玩攀岩、卡丁車、保齡球等逾四十個項目，部分項目更適合一家大細一同遊玩！

▲整座室內運動樂園主打競技運動、電競及親子三大區域。

▼MELAND SPORT聯乘星際傳奇的室內運動樂園於佛山嶺南天地開幕。

▼巔峰挑戰：室內版叢林飛越，在三層樓高的空中走繩索、踩蹺蹺板、騎單車等。

三大區域 主打 競技運動 電競 親子

近年內地興起室內樂園，方便大家於任何時候可以盡情玩樂。佛山首間MELAND SPORT既有刺激的極限活動，也有適合孩子放電的波波池、夾公仔等，同時照顧大人與小朋友的需要。三層MELAND SPORT內設有室內版笨豬跳、彈床樂園、飛行滑索，同時也提供運動項目體驗，包括保齡球、溜冰場、卡丁車、碰碰車，讓大家感受速度與激情。

佛山MELAND SPORT大受歡迎的項目還有「真人CS」室內War Game，大家可以與朋友組隊挑戰，場外觀眾可以透過大屏幕觀看實時對賽，一同投入刺激賽事之中。

門票方面，分為全日、兩個半小時、夜間玩樂以及全年任玩通行證，大家日後假日北上遊玩再多一個選擇！

▼室內War Game場

▲射箭場

▲八條保齡球道。

▲現場設有攀岩、卡丁車、室內War Game等逾四十個遊玩項目。

▲室內卡丁車。

►瘋狂甜甜圈

MELAND SPORT（佛山嶺南天地店）

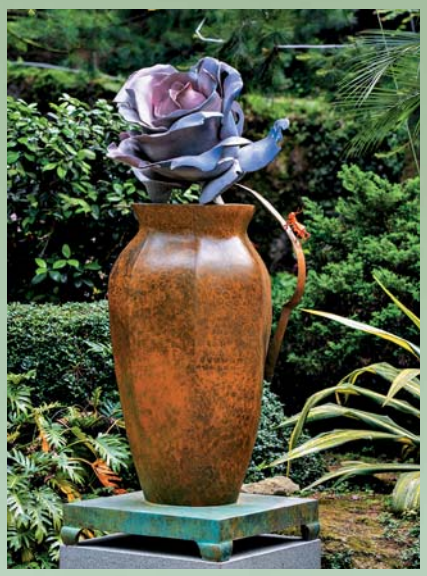
地址：佛山市祖廟街道祖廟路17號（康得思酒店樓宇）
時間：上午十時至晚上九時
交通：廣佛線祖廟站C口步行五分鐘

本文摘自《星島日報》藝文薈

東西融合 精神物化

專訪李光裕：外在景觀是內在心境反映

李光裕的雕塑作品雖根植於東方哲學與山水美學，卻也流露出他對立體主義與超現實主義的深刻熱愛。李老師說：「我的作品展現了一種國際性的融合，這是我創作的一大特色。西方觀眾能理解，卻會看到與西方風格截然不同的表達；東方觀眾則能從中感受到屬於東方的內涵。」



▲這作品《花供》，簡潔的線條勾勒出花姿美態，與東方文化中「供養」的概念相呼應。

在李光裕看來，藝術中的文化挪移並非簡單的複製，也不是將精神單純物化。「我從傳統的中華人文教養中退了一步，這種『退步』實際上是一種進步，它代表着國際化的融合，也是華人藝術邁向現代化的體現。」

▲《空行》（2014）與東方哲學中「空有不二」的思想不謀而合。

▲李光裕認為，雕塑並非單純的形體塑造，而是打破常規的過程。其中《水月》（2021）以堅實的銅營造出輕盈的微妙效果。

▲光裕認為，雕塑是他展現生命的一種形式。

空有概念

外在的景觀與雕塑的呈現，總是與內在的心境相互呼應。李光裕的創作方法，始終圍繞着哲學或精神「空」與「有」的概念。「整個造景不管是時間或者是空間的感覺，總是會不斷的成長。所以等於是説，我的能力只能做一半，另一半要交給老天爺。」順應萬物本態而創作，再將其轉化為個人美學，是李光裕作品中的一個核心精神，「它的狀態不是一個靜態的標本，它一直在變化，你必須在這個變化裏面，不斷地作出調整。」

李光裕的創作核心在於「打破雕塑的封閉性」，通過釋放空間來探索「空」與「無」之間的微妙關係。

▲從不同角度觀看《寶瓶》，會看到多重層次的美感。

創作中的空性

外在地景與雕塑的呈現，總是與內在的風景同一。李光裕的造景方法，經常圍繞「空」跟「有」的哲學或精神概念。

近來，李光裕的創作態度圍繞佛家常強調的「不執着」：「我們歷經的世界甚麼都有，但它不是虛無主義。你在『有』之中，不執着這個或那個；你同時在矛盾的兩端，但是你會清楚它往哪裏去，它是通往一個寧靜的世界，一個清明的世界。」

首次來港展出，以「東方空境」為題，儼然為觀眾帶來他幾年創作的一個總結，以至對空性的理解。在李光裕眼中，香港人口密集，發展速度或步伐都非常快速，藝術於此，像是一種抵抗。「我的作品講究的是寧靜以及穿透。這跟你平常忙於世俗事務是不一樣的狀態。在那麼慌忙、快速的狀況中，你（觀看作品時）整個人心就會安靜下來；你心安下來，智慧自然會產生。」

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

商社合作 成就更好社會

在過去一個世紀，「利己」的主流經濟模式運行已久，人類的經濟模式從最初的「以物易物」，逐漸發展成以具儲存購買力的「金錢」進行交易。同時生產方式也從「分工」走向「大量生產」，大型企業累積了龐大的財富，進而發展到跨地域、降低生產成本的全球化時代， 強者生存的「利己」觀念似乎達到了巔峰。然而，當我們社會正面臨環境危機、疾病、貧富懸殊等種種困境時，「利他」行為開始受到市場重視，喚起企業對企業社會責任（Corporate Social Responsibility，CSR）、創造共享價值（Creating Shared Value, CSV），以及積極投入與社會企業（社企）合作的關注。

從過去到現在，商界一直不遺餘力以不同方式回饋社會。早期多以企業社會責任（CSR）形式，透過義工或捐贈支援弱勢社群。自2013年香港交易所推出《環境、社會及管治》（ESG）報告指引後，企業逐漸將ESG納入營運策略，尋求高效益的項目以回應社會需求。近年來，不少企業更將業務與社會責任結合，推動創造共享價值（CSV），在經營業務的同時貢獻社會，實現一種利己利他的共贏（win-win）。部份企業更巧妙融入ESG元素，善用資源推行CSV，既把握機遇又覆蓋更多受眾，為業務帶來長遠成功。

因此，肩負雙重、甚至三重使命的社會企業，為企業履行社會責任（CSR）及滿足ESG要求提供了全新視角與創新模式。商社合作是一種具潛力的創新模式，不僅提升企業的品牌形象及市場競爭力，還能結合經濟效益與社會價值，創造雙贏的協同效應，惠澤社群。這種模式有效連結企業與社會，回應社區持份者，推動社會進步與企業發展，實現互利共贏。

支持社企 值得嘉許

自2015年起，豐盛社企學會每年舉辦「支持社企機構嘉許計劃」，致力表揚企業及機構以多元合作方式支持社企，實現互利共贏的協同效應，共同解決社會問題，推動可持續發展。僅近五年，已有超過三百五十間企業參與，累積超過三千三百萬良心消費金額直接支持社企。而2024年更成果斐然，超過一百五十間企業獲嘉許，良心消費金額突破一千萬，展現更多企業支持社企的熱誠。

長遠而言，為社會創造一個更和諧及可持續發展的環境，跨界協作特別是商界的助力更是不可忽視。隨着商社合作的深化，各方持份者都意識到彼此是攜手合作的夥伴關係，可以為自身創造新的價值。在過程中，對於整體社會本身也同樣受益。

（本文由豐盛社企學會的十一良心消費項目經理馮曉朗撰寫）

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

ESG與零售科技：可持續發展與創新的交融

隨着全球對可持續發展的關注日益增加，ESG（環境、社會與管治）已成為企業經營的重要框架。零售行業作為與消費者直接互動的關鍵領域，正通過科技創新積極回應ESG的挑戰與機遇。從減少碳足跡到提升供應鏈透明度，再到促進社會包容性，零售科技正在重新定義行業的未來。

零售業的環境影響不容忽視，從包裝廢棄物到物流運輸的碳排放，每個環節都與環境息息相關。零售科技通過數據分析、人工智能（AI）和物聯網（IoT）等工具，為實現「綠色零售」提供了可能性，例如智能庫存管理系統可以精準預測需求，減少過度生產與浪費；電動車與路線優化技術則大幅降低配送過程中的排放。一些領先零售商已開始採用循環經濟模式，例如通過區塊鏈技術追蹤產品生命周期，消費者可以清楚了解商品的來源與可回收性。這不僅滿足了環境法規的要求，也迎合了越來越注重永續性的消費者需求。數據顯示，2024年全球超過60%的消費者表示願意為環保產品支付溢價，這進一步推動了零售科技向綠色化轉型。

ESG中的「社會」面向強調企業對員工、客戶與社區的責任，而零售科技在這方面同樣大有可為。人工智能驅動的個性化推薦系統不僅提升了顧客體驗，還能通過分析行為數據，幫助零售商更好地理解多元化的消費需求，例如針對不同文化背景或弱勢群體推出定制化服務，既增強了品牌忠誠度，也體現了社會包容性。此外，科技也在改善零售業的勞動條件，例如自動化技術減少了員工的重複性勞動，讓他們有更多時間從事創意性或顧客服務工作。同時，通過數位平台，零售商可以與本地社區建立更緊密的聯繫，例如支持小型供應商或參與慈善活動，進一步強化社會影響力。

在管治層面，零售科技為提升透明度和問責制提供了強大支持。區塊鏈技術不僅應用於供應鏈的可追溯性，還能確保交易記錄的公開與不可篡改，降低腐敗與欺詐風險。此外，數據分析工具幫助企業監控ESG目標的進展，例如碳排放減少比例或多元性招聘指標，並及時向利益相關者報告。值得一提的是，隨着監管機構對ESG披露要求的不斷提高，零售企業需要更高效的合規解決方案。科技在這裏扮演了關鍵角色，例如自動生成ESG報告或模擬政策變化對業務的影響，讓企業在快速變化的環境中保持競爭力。

當然，零售科技與ESG的融合並非沒有挑戰。技術部署的初期成本可能較高，尤其是對於中小型零售商而言。此外，數據隱私問題也需要謹慎處理，以避免因過度依賴數位工具而引發的信任危機；然而，這些挑戰同時也是機遇。隨着技術的不斷成熟和規模化應用，零售業有望實現經濟效益與社會價值的雙贏。

展望未來，ESG與零售科技的結合將成為行業轉型的核心動力。無論是通過AI優化能源使用，還是利用虛擬現實（VR）技術打造沉浸式、可持續的購物體驗，零售企業正在用創新證明：商業成功與社會責任並非對立，而是相輔相成。

廖明懿
（賽馬會心導遊+計劃 心理健康推廣主任）

計劃由香港中文大學心理學系麥穎思教授主理，社企「説書人」協辦。計劃透過一站式網上平台，提供心理健康評估、實用練習及工具、自療課程、心理學文章，讓會員加強自我照顧技巧，提升心理健康及預防抑鬱及焦慮情緒困擾。計劃亦定期舉辦講座及工作坊、靜觀共修、治療小組等，以綫上綫下模式，助會員強心健體。

由Toastout到Burnout：如何和壓力好好共處？

如果將自己形容為一塊烤多士，你會是一塊怎樣的多士？近期，韓國上班族間流行着「Toastout」（烤多士族）這新興詞語。他們自喻為烤多士，因為多士在烤到焦黑之前，外表仍然金黃焦香，但其實裏面已經乾硬不已。「Toastout」呈現了我們身心疲勞但表面無恙的狀態，假如我們沒有適當紓緩壓力，便有機會由「Toastout」發展成「Burnout」。過勞（Burnout）是由未有充分處理的慢性工作壓力所致，主要特徵包括：1.能量耗竭或疲憊的感覺；2.對工作增加心理距離，或對工作有負面和憤世嫉俗的感受；3.缺乏成就感和效能感。

美國心理學會的2023年年度壓力調查（Stress in America）顯示，年齡介乎十八至三十四歲的受訪者中，67%指壓力令他們難以集中、58%形容完全難以承受日常壓力。生活在繁囂之中，我們一覺醒來又展開忙碌生活，各種微壓力悄悄累積。然而，壓力是絕對的壞事嗎？沒有壓力的話，我們又會否失去行動的動力？

壓力出現時，容易觸發我們的「戰鬥或逃跑」身體反應。這些反應來自自我保護機制，帶來一系列的荷爾蒙和生理改變，以幫助我們的祖先逃離威脅，如避開野狼和毒蛇。來到現代，當我們感受到威脅、無法招架，甚至丟臉時，會觸發一條訊息傳導途徑HPA軸（hypothalamic-pituitary-adrenal axis），釋放皮質醇、腎上腺素等壓力荷爾蒙。壓力能驅使我們行動，但關鍵在於太經常或太長時間觸發這些壓力反應，HPA軸便會開始適應，並長期持續啟動，不斷釋放壓力荷爾蒙，讓身體出現各種狀況，如失眠、腦霧、消化問題，甚至心臟病。

每個人感受和接收壓力的方式都不同，不同因素如遺傳基因、環境、年齡都會影響身體回應壓力的方式。面對長期壓力，身體、情緒和行為都會向我們發出壓力訊號；例如身體會出現肌肉繃緊酸痛、腸胃不適、皮膚過敏等訊號；情緒變得容易緊張憂慮、煩躁憤怒或持續低落等；行為上，有機會坐立不安、記憶力下降、社交迴避等。觀察和接納自己的狀態，是面對過勞的第一步。再而，透過一些應對壓力和自我照顧技巧，我們可以更善巧地處理壓力。

研究過勞的學者Kandi Wiens在《哈佛商業評論》分享對應過勞的方法：

觀察令自己在壓力中保持活力的方法並列出來：最簡單如充足睡眠、營養飲食、運動；或是重要會議前預留時間和空間放鬆、跟信賴的人預習和連繫，獲得能量和情緒支援。

情緒調節練習：透過定時定侯的情緒調節練習，學習開放地觀察思想和情緒的出現；當真的遇到高壓情況或強烈情緒時，這些一點一滴的練習可幫助我們緩和壓力反應。靜觀練習或寫日記，也有助我們重新思考自己在工作上的信念，更了解自己想法和感受。

將工作恢復時間（work recovery）化成習慣：研究指出，我們需要定期完全暫別工作，才能真正放鬆、充電，並從工作壓力中復原。我們要有意識地打破壓力循環，避免過勞形成。例如工作間的「微休息」，花五至十分鐘散步、聊天或伸展身體。

JOBMARKET
www.jobmarket.com.hk

星島 SING TAO 新聞集團

講僱視 強勢登場！

每個職場背後 都有一個故事...

立即click入
嚟睇片

https://www.jobmarket.com.hk/r/videos

書名：《私人圖書館員：
貝兒與摩根大通》
作者：瑪莉．班尼狄克 /
維多利亞．克里斯多弗．莫瑞
譯者：蕭季瑄
出版：野人
售價：港幣一百六十元

斯人讀憔悴

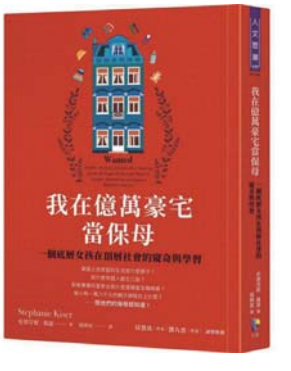
二十六歲的貝兒．達科斯塔．格林，原本只是個為家中經濟重擔掙扎的貧窮女孩，從未想過能有機會得到紐約金融鉅子J.P.摩根的聘用，以私人圖書館員的身份，為剛落成的摩根圖書館收購一系列珍貴的手稿、珍本和藝術品。

一介年輕女子要尋得立足之地並不容易。面對奢華無度的名流聚會、爾虞我詐的藝術拍賣，甚至是周遭的輕蔑和懷疑目光，為了成為藝術世界裏不可撼動的人物，貝兒要以甚麼代價追求自己的成功？如果必須放棄真正屬於自己的一切，最後還能剩下甚麼？

窮則變變不通？

史蒂芬妮的父母用微薄薪水窮養四個孩子，她從小被評估為「發展落後」，卻努力成為家族第一個上大學的人。沒想到，畢業後竟墜入學貸地獄——利率4.5%，月還款三萬五，錢都拿去繳利息，本金幾乎沒減少。

窮途末路的她，只好展開從未想過的職涯：幫紐約上東區富豪家庭帶小孩，擔任富N代幼兒的「私人特助」。這份工作看似解決了生活困境，她卻陷入了迷惘——擁有金錢，就等於擁有幸福嗎？她應該繼續待在僱主家，還是放棄這份高收入，勇敢為自己的夢想去闖一闖？



書名：《我在億萬豪宅當保母：
一個底層女孩在頂層社會的
窺奇與學習》
作者：史蒂芬妮 • 基瑟
譯者：張綺容
出版：先覺
售價：港幣一百三十元

善用 $10000 Pilot GSF 政府資助
進修 ESG 國際認證，把握升職轉工機遇

PILOT GREEN AND SUSTAINABLE FINANCE CAPACITY BUILDING SUPPORT SCHEME

Centre for Green And Sustainable Finance

綠色和可持續金融培訓先導計劃

隨著全球對ESG (Environment, Social, Governance) 的重視日益加深，企業正迅速將ESG 理念融入其核心經營策略。不論是大企業還是中小企業，具備ESG專業知識的人才正成為市場上最炙手可熱的專業人士。您是否準備好迎接這場變革，成為ESG領域的專才？

ESG人才需求與未來發展

探討目前香港及全球市場對ESG專才的迫切需求，從投資銀行到上市公司，甚至初創企業，ESG專業知識如何幫助您在這個新興領域中脫穎而出。了解如何利用您的專業知識和實務經驗，在這個極具潛力的領域開創長遠發展的職涯。

專業認證

掌握如何快速通過全球認可的NCC Education® 認證，並探討ESG在職業發展中的重要性。NCC Education®作為英國權威教育機構，其資格認證在全球廣受認可，尤其在歐美及亞洲多國。其課程符合英國標準，並與多所知名大學合作提供升學途徑，職業導向課程等，提升國際就業競爭力。

經驗分享

我們邀請了多位來自ESG投資、資產管理和可持續發展諮詢領域的專家，為您分享如何在實際工作中應用ESG知識。他們將提供具體的案例，讓您了解如何將ESG元素融入企業經營及投資決策，幫助您快速累積實務經驗。

開課日期 ： 2025年6月16日
時間 ： 7:15pm－10:15pm
查詢 ： ☎ 35566000
66473987

立即了解/登記課程

THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學

COLLEGE OF PROFESSIONAL AND CONTINUING EDUCATION
專業及持續教育學院

School of Professional Education and Executive Development
專業進修學院

SPEED

BE A HIGH-ACHIEVING MANAGER

PROS EVERYWHERE

PolyU SPEED 2025/26

32 項 全日制 22 項 兼讀制

學士學位銜接課程

學位由理大頒授

DIVISION OF BUSINESS AND HOSPITALITY MANAGEMENT
工商及款待業管理學部

DIVISION OF SCIENCE, ENGINEERING AND HEALTH STUDIES
科技、工程及健康學部

EMPOWER YOUR CAREER WITH COMMUNICATION PROWESS

TO SERVE AND TO DESIGN FOR THE WELL-BEING OF MANKIND

獎學金最高 HK$110,000

立即報名

☎ +852 3746 0900 speed-polyu.edu.hk

DIVISION OF LANGUAGES AND COMMUNICATION
語文及傳意學部

DIVISION OF SOCIAL SCIENCES, HUMANITIES AND DESIGN
社會科學、人文及設計學部