

放榜後·改選前

把握黃金48小時

一文看清JUPAS路

DSE

放榜特輯

尋找「菇毒」的浪漫
真菌學家鄧銘澤

養蜂人忠告市民：
生態「蜜」不可分

48 Hours



手機足本版
一腳即睇



Bachelor of Business Administration (Honours) Schemes

JUPAS Codes: JS3003 / JS3060 / JS3070 / JS3080

Bachelor's Degree Scheme in Business Administration (JS3003)

BBA (Hons) Scheme in Accounting and Finance (JS3060)

- ▶ Accountancy
- ▶ Accounting and Finance
- ▶ Digital Finance and Investment

BBA (Hons) Scheme in Global Business and Logistics, Aviation, Maritime, and Supply Chain Management (JS3070)

- ▶ Aviation Management and Finance
- ▶ Dual degree with Copenhagen Business School (CBS)
 - PolyU BBA (Hons) in Global Business and Logistics; and
 - CBS BSc in International Business
- ▶ International Shipping and Transport Logistics
- ▶ Supply Chain Management and Analytics

BBA (Hons) Scheme in Management and Marketing (JS3080)

- ▶ Management (Fast-track Integrated Bachelor's and Master's programme option available)
- ▶ Marketing (Fast-track Integrated Bachelor's and Master's programme option available)

SCAN HERE
for more details



Outstanding HKDSE Students Entry Scholarship



Level 5** in any subject

recorded in the admission application in a given year
\$30,000 per subject



Level 5* in any subject

recorded in the admission application in a given year
\$15,000 per subject

The maximum Scholarship amount to be offered is **\$150,000** per admittee.

IDEAS Emerging Scholars Scheme

JUPAS students admitted to BBA Schemes with a total score* of 32 or above in their best 5 HKDSE subjects in the current year are automatically admitted to the IDEAS Emerging Scholars Scheme. No interview is needed.

* HKDSE level attainments are converted to score points where Level 5**=8.5, 5*=7, 5=5.5, 4=4, 3=3, 2=2, 1=1 and Unclassified=0

PolyU Business School (PBS) reserves the right to change the terms or withdraw the above scholarships. In case of any dispute/disagreement, PBS has the final decision.

FOLLOW US



PolyU Business School



PolyU Business School



PolyU Business School



香港理工大學工商管理學院



理大商学院



PolyUFB



好。榜。樣

筆者回看去年今日，在編者的話寫了「榜。樣」：「大概沒有一位家長會拿自己當年公開試的成績單出來給子女看。考得差固然無謂獻醜，考得好難道要配上『你睇下阿爸/阿媽當年考得幾叻』之類的陳腔濫調？對於國家社會以至整個銀河系又有何益處？」

然後，今年又要放榜了。其實，將心比己，面對放榜，沒有人不會緊張。做家長的擔心子女前途，好正常；但做子女的，不但要擔心自己前途，還要擔心家長擔心自己的前途，那壓力豈不是double？

沒有絕路的。再傷的傷，再難過的難過，像打針洗牙，沒有試過會怕，捱過了便會好。好成績跟成功一樣非僥倖，壞成績跟失敗一樣有原因——理性一點，不管好壞，定下良策，小心選擇，昂步前行，路在人為。如果為人父母的做一個好榜樣，路縱崎嶇，不離不棄；當子女他日為人父母，也懂得「有樣學樣」，以後每年放榜那天就必定有晴天了。

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7月3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



Vol.269 Contents

JUL ~ AUG 2026

Feature

4-10 封面故事

放榜後・改選前

黃金48小時 一文看清JUPAS路

People

24-26 增值百味

淺嘗一杯咖啡

喝出一份尊嚴

28-29 學術達人

尋找「菇毒」的浪漫

真菌學家鄧銘澤

Learning Life

30-32 玩過界

養蜂人忠告市民：

生態「蜜」不可分

34-35 親子學堂

學做微型黏土甜品匙扣

訓練耐性和專注

36-37 學遊天下

香港機場T2

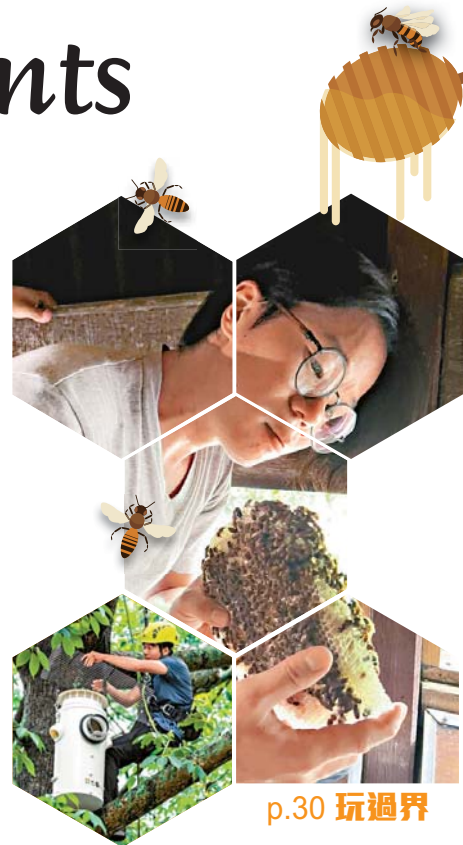
食玩買懶人包

全日消遣配套

38-39 藝文有術

迸發當代莎劇魅力

精選十套佳作



p.30 玩過界

Column

40 社創世紀

社會投資長期偏低

惡性後果不可避免

42 職場升呢

全球「社群媒體限齡令」：

徒勞無功的禁錮？

44 個性全面睇

職場上的第一場衝突沒有煙硝

卻極具破壞性

46 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。

本年度的DSE考試成績將於7月15日正式放榜，但別把這天看成世界末日。實際上，無論成績好與壞，考生仍有機會改選；實際上，不管考試成與敗，升學路亦不止一條。不要害怕，毋須徬徨，掌握資訊，必定找到出路。

黃金48小時

在DSE放榜後，每位考生都必須精準掌握關鍵的時間節點，以免錯失調整志願的最後機會。整個改選周期的重要日程分佈如下：

查閱改選時段：考生可於2026年6月24日上午9時起，自行登入JUPAS官方網站。屆時系統會公佈每位考生專屬的個人改選時間詳情。

DSE結果發放：本年度的DSE考試成績將於7月15日正式放榜。

個人專屬改選時段：在7月15日放榜後，每位同學都會被隨機分配到一個特定的改選時間。該指定時段落於7月16日上午10時至7月18日上午11時期間。考生必須在此限時窗口內免費修改其課程選擇一次——換句話說，如要更改JUPAS選擇，就必須好好把握這段時間。



JUPAS改選 具體操作方式與核心步驟

在指定的個人改選時段內，考生擁有修改原有課程名單的權限。改選的具體操作形式非常彈性，主要包含以下三種調整方式：

增選或取代課程：

考生可在原有的志願名單中，增選全新課程，或以新課程取代舊有選擇。這項操作最多以五項課程為限。同時，必須確保整體名單的課程總數不超過二十項。

重排優先次序：

考生能自由且重新排列已選報課程的優先順序，以契合放榜後的實際分數與志趣。

刪除現有課程：

對於分數不達標或已失去興趣的課程，考生可以直接從名單中予以刪除。

在實際操作系統時，考生必須遵循嚴格的線上四部曲，以確保修改生效：

步驟 1

登入JUPAS官方網站後，必須細閱並勾選確認聲明中的所有相關條款。

步驟 2

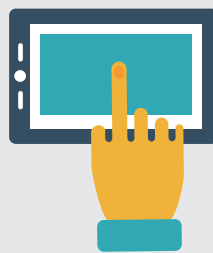
進入「My DRAFT Programme Choices」頁面，在此草稿區內進行課程的增刪與排序修改。

步驟 3

修改完成後，切記將課程正式遞交至「My CONFIRMED Programme Choices」。此時系統會要求在指定空格內手動輸入「Yes」，並點擊「Submit」確認指令。

步驟 4

成功遞交後，畫面會跳轉至確認頁面並顯示最新課程清單。同時間，考生的登記電郵與手機將會收到JUPAS官方寄出的確認郵件與SMS短訊。



考生必須注意，「My DRAFT Programme Choices」內的數據僅屬草稿性質。若未點擊確認遞交，系統不會自動儲存至確認區。參與「大學聯招辦法」的九間院校及SSSDP院校，均不會考慮任何停留在草稿階段的選擇。建議考生完成所有步驟後，重新登入帳戶進行二次覆查。



錯過時機？請按「補救擊」！

如果考生不小心錯過了隨機分配的個人改選時段，或者在完成免費的第一次修改後，發現仍有迫切需要再次調整志願，系統仍有提供付費補救機制。

付費申請流程：

考生需要在JUPAS帳戶內主動提出「要求重新遞交改選」的申請。

繳付修改費用：

申請時必須線上繳交港幣二百五十元正的修改行政費用。付款方式接受信用卡、轉數快 (FPS) 或繳費靈 (PPS)。要注意的是，這筆費用一旦繳交，不論後續是否完成修改，均概不退還。

一小時限時操作：

從系統確認成功繳交修改行政費用那一刻起計，考生必須在一小時之內完成所有的課程修改——考生注意！！必須抓緊時間將調整後的志願遞交至「My CONFIRMED Programme Choices」，同樣必須輸入「Yes」並點擊「Submit」完成指令。在收到官方電郵與 SMS 短訊後，方算修改成功。

在進行付費補救或任何最後修改時，考生須牢記兩大核心限制：

最終截止時間：

所有形式的課程修改與遞交，都必須在7月18日下午1時15分前徹底完成。超過此時間，系統將關閉所有修改功能。



凌晨維護禁區：

考生不能在每日凌晨1時30分至早上6時之間提出「要求重新遞交改選」。這是因為JUPAS系統在每天凌晨3時至早上6時會進行例行工程維護。為了保障付費考生在系統關閉前，能擁有足夠且完整的一小時黃金時間來修改並重新遞交，系統才會在凌晨1時30分提早限制付費申請。



放榜後的改選是一場結合分數、心理學與數據分析的博弈。在調整排位時，考生應落實以下四大核心思維：

應對DSE放榜成績的四大核心改選策略

策略1 重新對齊院校最新收生要求與特殊計分法

各間大專院校的入學門檻、不同科目的比重 (Weighting) 以及分數換算機制，每年都有可能出現微調。考生切忌盲目套用過往的總分概念，而應在放榜當日，針對自己的實際各科成績，對照心儀課程的最新官方公佈。部份學系對特定科目有加分機制，考生應計算出自己在Best 5或4C+2X等不同計分公式下的最優化分數，據此重新調整JUPAS的排位順序。



策略3 綜合評估學額與最新競爭形勢

在排定二十個課程的最終順序前，考生應多方搜集並參考各課程的學額總數、往年的報讀人數熱度以及過往入學分數的歷史區間。透過數據評估自己實質的競爭力。如果發現部份極為熱門的課程今年競爭異常激烈，而自身分數僅僅貼近邊緣，便應適時調整選科次序，提高整份名單的穩健度。

策略4 聚焦部署黃金Band A志願

策略2 靈活善用彈性收生安排

近年不少院校推出了彈性收生安排 (Flexible Admission)。若考生在核心科目 (如332A) 或某個選修科中不幸意外「失手」，但只要其餘科目表現極為優異、整體總分數顯著達標，仍有機會獲得院校的破格考慮與錄取。因此，放榜後不要因為單科失利而輕易放棄核心志願，應仔細評估該校的彈性收生條款。



絕大多數的熱門學系與教資會資助課程，其錄取名額基本上主要集中取錄將該課程放在Band A (即A1、A2、A3) 的申請人。因此，

考生在緊湊的改選時段內，應將絕大部份的精力與時間，優先花在部署和優化最關鍵的Band A排位上，其餘Band則以穩紮穩打為原則。

吳寶城：善用Band A三層進攻與防守排位技術

關於最核心的 Band A（第一志願群）排位策略，學友社學生輔導顧問吳寶城先生給出了非常明確且具操作性的「一搏二保守」黃金公式：



A1志願 （進攻型：可「搏」）：

應放置考生的「最心儀課程」，即使該課程的收生分數稍高，只要有合理的機會就可以大膽一「搏」。具體的評估標準是：考生的DSE實際分數，與該課程去年錄取的「下四分位數」（Lower Quartile, LQ）非常接近。舉例來說，若某心儀課程去年的LQ分數是33分，而考生今年實際考獲31分或32分，這便屬於高度值得將其放在A1奮力一搏的範疇。



A2與A3志願 （防守型：宜「保守」）：

A2與A3必須轉攻為守，選擇相對安全且極為穩陣的「保守」選項。這裏的穩陣定義為：考生的DSE實際分數，必須比心儀課程去年錄取的「中位數」（Median）還要高出大約5%至10%。舉例說明，若考生考獲了21分，而該防守課程去年的收生中位數為20分，這便屬於分數溢出的「穩陣分」，非常適合放在A2或A3作為保底線，確保自己不至於落選。

放榜前的心理建設 多手準備規劃

除了技術上的排位，放榜前的心理調適與長遠規劃同樣關鍵。香港輔導教師協會主席葉偉民副校長強調，學生在為自己決定最終的升學之路前，一定要先調整好心態。



拉闊升學目光：升學的路途非常寬廣，只要同學本身抱持著繼續升學的意願，就一定會有適合的機會。考生不應將目光僅僅局限在某一個特定的熱門學科上。應先釐清自己未來想要發展的大方向，並去了解該方向涵蓋了哪些相關學科。同時，必須深入探討不同分支專業的工作本質與所需的最低學歷要求。例如，同樣是工程學系，其中的「機電工程」與「機械工程」在未來的專業領域與工作內容上，已經是兩個截然不同的專業方向。

積極參與升學資訊活動：

在距離放榜前的這段準備時間內，許多院校及學系都會陸續舉辦各種升學資訊活動或課程諮詢會。葉偉民副校長強烈鼓勵學生積極參與這類活動。在現場與教授、學長姐進行直接的交流與對話，這能讓自己對未來的課程具體學習內容、校園資源以及職涯發展前景，產生更真實、立體的了解，避免單憑字面意思產生誤解。



制定三軌並行的應變計劃：

考生應利用各院校列出的學科歷史收生分數作為核心參考，在放榜前便提前評估自己的成績可能，並預先制定好三套完整的應變藍圖：分別是「高過預期」、「相符預期」與「低於預期」的計劃。在這三套計劃中，除了調整JUPAS內部的排序外，更應將目光拉闊，同時整理並納入教資會資助課程、自資學位課程、副學位以及高級文憑課程等不同層次的升學選項。當放榜日結果揭曉時，無論分數高低，考生都能立即啟動對應的預案，氣定神閒地面對改選挑戰。

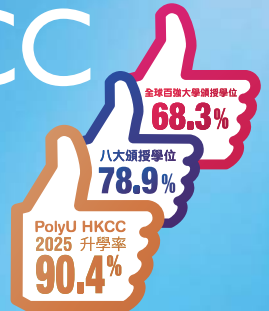
2026/27

PolyU SPEED PolyU HKCC

理大專業進修學院
4年制學士學位課程

理大香港專上學院
副學士及高級文憑課程

理大頒授學位



豁免
報名費
\$500

放榜前報名 (7月12日或之前)

- 獲取錄者將於放榜日收到電郵及電話短訊通知。

放榜日或之後報名 (7月15至17日)

- 每日下午4時前報名, 如獲取錄, 將於當日收到電郵及電話短訊通知。
- 只接受網上報名, 額滿即止。

獎學金最高HK\$19,000*

*只限4年制學士學位課程

立即報名

4年制學士學位課程

3746 0900 3746 0334



副學士及高級文憑課程

3746 0900 3746 0333



撒瑪利亞會24小時 多種語言情緒支援服務

網址：<https://samaritans.org.hk/>
電話：2896 0000
電郵：jo@samaritans.org.hk



浸信會愛羣社會服務處 青年生活世界設計服務 「TALI-phone傾問導啟」網上諮詢服務

網址：<https://www.bokss.org.hk>
IG：mylife_designer
電話：6140 4750 / 2360 0055
WhatsApp：6140 4750
電郵：ylwd@bokss.org.hk



學友社 文憑試放榜輔導系列服務 2026

網址：<http://www.student.hk>
IG：hyc_student.hk
facebook：學友社student.hk
電話：2503 3399（38條線）



香港小童群益會 夜貓Online-網上青年支援隊

網址：<https://nitecat.bgca.org.hk/>
IG：nitecat.bgca
facebook：夜貓Online
小紅書：夜貓Online DSE支援
（4357280675）
Discord：<https://forms.office.com/r/bVVTmUYhAc>
預約面談輔導服務（五個工作天內聯絡）：
<https://nitecat.bgca.org.hk/booking.php>
電話：2396 9447
WhatsApp：9726 8159/9852 8625
Telegram：nitecatt/nitecatt2
WeChat：nitecatonline

醫務衛生局推出 「情緒通」18111熱線

網址：<https://www.shallwetalk.hk/zh/get-help/mental-health-support-hotline-18111/>
電話：18111

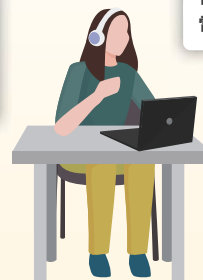
香港青少年服務處 「拉闊·點」高中考生支援服務

網址：https://padlet.com/lifespot_CYS/padlet-s23t4c54zw94ms45
IG：lifespot_cys
電話：5599 6906 / 3615 8331
WhatsApp：5599 6906
電郵：dse@hkcs.org.hk



循道衛理中心 愛秩序灣綜合青少年服務

網址：<https://www.methodist-centre.com/service-units/yfc-care/Methodist-Aldrich-Bay-Integrated-Children-and-Youth-Service/about-us>
電話：2527 3451
WhatsApp：9824 1721
電郵：isc@methodistcentre.com



香港基督教服務處

網址：<http://www.hkcs.org>
電話：2731 6316
電郵：info@hkcs.org

香港聖公會福利協會有限公司 職志輔導計劃

網址：<http://www.studywhat.hk/aboutus>
IG：careers.skf
facebook：<https://bit.ly/3dHyBOy>
預約網上輔導服務：<http://www.studywhat.hk>
電話 / WhatsApp：8203 9070
電郵：careers@skhwc.org.hk



香港青年協會

網址：<http://27771112.hk/>
IG：dse27771112
facebook：DSE27771112
電話：2777 1112



《Say Something 講心情》

網上聊天室：<https://saysomething.solutiononehk.com/SPS/>
電話：2382 0000（24小時預防自殺熱線）
電話：2382 0777（青少年生命專線）

生命熱線

網址：<https://www.sps.org.hk/?a=group&id=saysomething>
IG：SaySomething_sps
facebook：SaySomething Sps

輔導及 支援服務

（資料來源：教育局中六學生資訊專頁）
（上述資料或有修改，詳情請直接向各單位查詢。）



倫敦大學法律學士學位

UNIVERSITY OF LONDON BACHELOR OF LAWS (LL.B.)

國際享譽為法律學位的「黃金標準」

全球全港首個普通法法律學位!

已有學士學位，只需讀9科。
其他沒有學士學位，如DSE/IB/副
學士甚或沒有學歷，只需讀12科。

2023-2025年學生獲得7科全球頭
3名 & 3科全球頭10名最高分佳績；
學生近年合格率平均逾90%，
其中4科100%!

能让你成為香港、英國、美國、
澳洲、新加坡等地執業律師。

HKU SPACE 唯一的完整法律學
位，非銜接學位。

報名截止：26年8月31日

年滿18歲即可報讀

成為律師及取得完整法律學位的最快速徑
由國際頂尖大學法律教授（牛津劍橋等）、
英國法官、英國皇室御用大律師親身來港面授

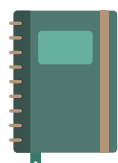


DSE放榜日 考生可帶備的 物品

- 1 身分證等必備證件（正副本）
- 2 文憑試成績單（正副本多份）
- 3 專上院校有條件取錄通知書（如有）
- 4 高中成績表（正副本多張，謹記有家長簽署）
- 5 學生學習概覽（SLP，正副本多份）、比賽 / 活動證書，或列印聯招「比賽 / 活動的經驗及成就」（OEA）部分（正副本多份）
- 6 推薦書（如有）（正副本多張）
- 7 學生證件照片（部分照片先貼上雙面膠紙）



- 8 手提電話 / 平板電腦（有足夠電量，帶備充電裝置）



- 9 文具（如原子筆、記事簿、文件夾、膠水、萬字夾、塗改液）



- 10 足夠金額八達通卡、輔幣（車資）



- 11 足夠現金及提款卡（報名費、膳食）



- 12 雨具 / 防曬衣物 / 扇 / 清水

- 13 Last but not least，記得帶備「信心」一個！



2026年 JUPAS 改選與放榜最新日程表

31

日期	重要事項項目
6月24日 (上午9時起)	申請人可開始登入聯招帳戶，查閱獲分配修改課程選擇的個人指定時段。
7月15日	香港考评局公佈2026年度香港中學文憑考試（HKDSE）成績。
7月16日至18日	放榜後改選視窗：申請人可於個別分配的指定時段內，免費修改其課選擇。
8月5日 (上午9時)	公佈正式遴選（Main Round）結果。
8月6日 (下午5時截止)	獲得正式遴選取錄資格的申請人，繳交留位費的最後限期。
8月12日	考评局公佈 HKDSE 成績覆核（Appeal）結果。
8月13日 (上午9時至下午6時)	覆核後成績獲提升的申請人，可要求重新考慮入學申請並修改課程選擇。
8月20日 (上午9時)	公佈基於覆核成績重新考慮的遴選結果。



YEW CHUNG COLLEGE
OF EARLY CHILDHOOD
EDUCATION

耀中幼教學院

耀中幼教 卓越童行

幼兒教育
兒童心理學
副學士/高級文憑/學士

畢業可獲

4+1 專業資格[^]

RQKT 註冊幼稚園教師

RCCW 註冊幼兒工作員

RCCS 註冊幼兒中心主管

SCCW 認可特殊幼兒工作員

符合新加坡幼師資格

[^]適用於幼兒教育高級文憑及學士學位課程

平均獎學金

\$34,000*

*每名新生的平均入學獎學金/獎項金額
(2025/26學年)

立即報名



立即查詢



YEW CHUNG COLLEGE OF EARLY CHILDHOOD EDUCATION



www.yccece.edu.hk



(852) 3977-9877

宏恩基督教學院自2015年創立以來，秉承培育「僕人領袖」的教育宗旨，緊貼業界及市場需要，持續優化現有的課程，裝備學生於未來職場中融合專業理論與謙卑服侍的精神服務社群。宏恩正計劃邁向升格私立大學的願景，除了目前開辦的高級文憑及學位課程外，學院亦計劃籌辦碩士課程，為香港中學文憑考試(HKDSE)畢業生、副學位畢業生及有志進修人士提供完善升學階梯，助他們日後在社會工作、教會侍奉、心理輔導、幼兒教育及商業管理等領域發揮所長，成為勇於承擔的社會棟樑。



宏恩基督教學院

提供專上教育課程及多元學習機會

培育新世代僕人領袖

增設美孚新校舍 提升學習環境質素

學院自創校以來校舍設於石硤尾，經歷十載發展，報讀課程的學生人數不斷增長。為提供一個較闊寬及舒適的教學及學習環境給師生，學院於去年9月正式啟用佔地逾3萬平方呎的美孚新校舍，全面躍升教研硬件水平。

校長崔康常教授強調：「宏恩作為一所私立基督教學院，致力培育僕人領袖，以學院的CHRIST核心價值為基礎，包括承擔(Commitment)、謙卑(Humility)、堅毅(Resilience)、誠信(Integrity)、服侍(Service)及團隊合作(Teamwork)，培育每一位學生對社會作出貢獻。」他續指，學院現正籌辦社會工作碩士及計劃開辦基督教事工碩士課程，希望提供更多增值及學習機會給有志進修人士。



開辦經評審專上教育課程 提供完善升學階梯

目前宏恩基督教學院設有4個學院，分別為社會工作學院、基督教事工學院、教育及心理學院，以及商學院，合共提供11項涵蓋不同專業領域的經評審專上教育課程，包括社會工作、基督教事工、心理及輔導、幼兒教育、服務管理，以及物業及設施管理等範疇，為學生及在職人士提供升學及進修途徑。



- 社會工作榮譽學士課程 (全日制 / 兼讀制轉制)
- 基督教事工榮譽學士課程 (全日制 / 兼讀制) (每年1月及9月開課)
- 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)

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)
- 基督教事工高級文憑課程# (全日制 / 兼讀制) (每年1月及9月開課)
- 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)

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)

本課程已加入持續進修基金可獲發還款項課程名單內

每年1月、5月及9月開課

設立完善獎學金計劃 透過交流團拓闊國際視野

宏恩基督教學院為學生設立完善獎學金計劃，旨在鼓勵和表揚學生在學術和非學術領域的成就。獎學金計劃設有五個範疇：包括最佳學業表現獎、最佳社會服務獎、最佳校內服務獎、校內服務特別獎及宏恩獎學金等等。此外，每年香港特別行政區政府設有「自資專上獎學金計劃 (SPSS)」，在2025/26學年，宏恩基督教學院共有30位同學榮獲「自資專上獎學金計劃2025/26」獎學金，充份展現出同學在學術、領導、才藝及個人成長方面的優秀表現。

除了學術知識外，學生發展處每年積極籌辦海外交流活動，以拓闊學生國際視野，近年獲政府資助，曾舉辦日本關西經濟及文化學習團、內蒙古「沙漠變綠洲」探索之旅及「一帶一路」沙巴文化學習服務之旅。透過文化交流、自然探索與社區接觸，幫助同學拓闊國際視野，深化對可持續發展與多元文化的理解。



(以上資料由宏恩基督教學院提供)



院校小檔案

院校：宏恩基督教學院
電話：2115 1215
電郵：admission@gratia.edu.hk
網址：www.gcc.edu.hk

課程資訊

理大商學院 打造商界全才

香港理工大學的商科及管理學科在世界排名中表現卓越，其中「商業與經濟學」位列全港第一。隨着人工智能急速發展，市場對具備分析力的人才需求大增。理大會計及金融學院副院長黃立品教授指，學院轄下三大學系均專注培育分析型人才。學生修讀工商管理學士課程時，除可掌握AI基礎知識，還可選擇副主修「人工智能及數據分析」（AIDA），跨學科掌握編程、機器學習、大數據及AI等領域。

理大設有「校企協作教育」，全日制本科生畢業前完成至少一百小時實習，實踐將理論應用於職場，學院亦會邀請不同行業翹楚與學生分享。在課程設計方面，物流及航運學系與丹麥哥本哈根商學院合辦雙學位課程。此外，學院三個學系均亦設有獎學金，吸引成績優異的學生。

課程查詢：

院校：香港理工大學商學院

電話：(852) 2766 5084

網址：<https://www.polyu.edu.hk/fb/study/ug/bba-schemes/>

電郵：fb.enquiry@polyu.edu.hk



宏恩「幼兒教育高級文憑課程」畢業生可獲四項幼師專業資格

宏恩基督教學院之兩年全日制「幼兒教育高級文憑課程」，提供專業及有系統的幼兒教育培訓，透過體驗式學習及教學實習，使學生以專業知識和基督的愛服務幼兒教育界。課程重視通識教育、語文能力的提升和社會服務體驗，促進學生的全人發展。

課程設計結合理論與實踐，學生除了掌握基本理論如兒童發展、教學法及幼兒教育基礎外；學院亦提倡體驗式學習，透過約100間幼稚園網絡提供實習空缺，安排學生於幼稚園或幼兒中心參與駐校體驗活動及教學實習，汲取相關教學經驗，學員需完成指定時數之駐校體驗、教學實習及實習工作坊。

課程畢業生可獲取四項專業認可資格，包括：向教育局申請註冊為合格幼稚園教師、向社會福利署申請註冊為合資格的幼兒工作人員和幼兒中心主管，及獲社會福利署認可為特殊幼兒工作人員，投身幼教專業或相關幼兒服務工作。另外，畢業生亦可選擇申請相關之銜接學位課程，繼續進修。

課程查詢：

院校：宏恩基督教學院 電話：2115 1215 電郵：admission@edu.hk

網址：www.gcc.edu.hk 地址：九龍美孚新邨第4期百老匯街69-119號1樓（港鐵美孚站A出口）



課程資訊



幼兒教育高級文憑課程畢業生合照。



立即報名

瑞士管理學科聯校招生 DSE 15分直入大學

瑞士管理教育一向享譽全球，近年更將百年款待業精髓注入現代商業管理，成為培養全球跨國企業爭相招聘的商業人才搖籃。瑞士入學辦事處將舉辦聯校招生開放日，提供即場面試取錄機會，符合資格的同學更有機會獲得高達30萬元的獎學金。參與院校包括SHMS 瑞士酒店管理大學、César Ritz 瑞士凱撒里茲管理大學、HIM Business School、CAA 瑞士廚藝管理大學等。

課程完美結合專業理論與海外實習，學士課程內包含兩次全球實習機會，學生可選擇到瑞士、英國、法國、馬爾代夫等國家的頂尖企業工作。課程涵蓋工商管理、款待管理、市場營銷、奢侈品品牌管理、會展項目管理，以及緊貼 2026 職場趨勢的數碼創新與人工智能（AI）應用等，出路非常多元化。

活動：「DSE放榜開放日」

日期：2026年7月15日及16日（全日開放）

活動：「瑞士大學聯校招生」

日期：2026年7月18日（六）

上午11時至下午2時

地點：尖沙咀海港城環球金融中心北座8樓

費用：免費入場

主辦機構：Swiss Education Group

電話：2545 0505

網址：www.swisseducation.com.hk



（以上資料由各院校提供）



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



從HOFEX到海外賽事 THEi高科院廚藝及管理學生盡展管理領袖實力

香港高等教育科技學院（THEi高科院）廚藝及管理（榮譽）文學士課程的學生近年在環球賽事中頻傳捷報。學生們積極走出香港，在本地及多個海外國際賽事中屢創佳績，充分展現院校學生的國際競爭力。由香港廚師協會合辦，獲世界廚師聯會（Worldchefs）認可的「香港國際美食大獎@HOFEX」，是亞洲餐飲業界盛事，吸引來自世界各地的餐飲業精英參賽。THEi高科院一眾參賽學生及校友表現亮眼，在「糕點」、「甜品擺設」、「中式饗宴」及「下午茶」等多個個人及團隊項目脫穎而出，勇奪一銀四銅共5個獎項。在場評審對他們的作品設計概念與執行水準讚嘆不已，充分展現院校學生的「職涯即戰力」。與此同時，學生更積極開拓國際視野，在泰國「環球廚神·國際挑戰賽」中，學生梁凱倫憑藉大膽玩轉中泰風味，巧妙將香茅與檸檬葉融入中式酸甜蝦，搭配微辣柚子沙律，奪得銀獎。另一邊廂，三名學生前赴上海參加「FHC澳洲紅肉庖丁挑戰賽」，與業界精英同場競技，最終憑藉精湛技藝與團隊協作獲得「言鹽最具潛力新人獎」。實務與理論並重邁向應用科學大學THEi高科院鼓勵學生與世界接軌，透過多元校企項目及業界賽事，不僅磨練學生的廚藝，更提升其項目管理與領導才華。作為「應用科學大學聯盟」附屬成員，學院正積極推進升格為應用科學大學，為學生提供更全面的職涯發展階梯，培育新一代餐飲管理領袖。



THEi高科院廚藝及管理（榮譽）文學士課程的學生及校友征戰「香港國際美食大獎」，屢奪佳績。

課程查詢：

院校：香港高等教育科技學院
（THEi 高科院）

網址：<https://thei.edu.hk/tc/admission/undergraduate/>

靈活升學模式 培育幼教專才

學院搭建層次清晰、銜接短、中、長期課程體系，包含高級文憑、學士、碩士課程，同時推出靈活的「2+2+1」升學模式，讓學生可自由選擇路徑。畢業生除了擔任幼稚園教師，還可投身兒童研究、幼兒讀物出版、兒童輔導等領域。

通過「2+2+1」一條龍升學銜接路徑，學生完成高級文憑後，再花三年便可考獲學士及碩士學位；兩年制幼兒教育高級文憑聚焦教學實務，內容精準對接幼稚園教學需求。畢業後，學生可取得四個專業資格，具備幼師執業資格；兒童發展與心理學（榮譽）社會科學學士涵蓋多元化幼教領域知識，畢業生符合申請香港心理學會畢業生會員資格，可從事幼教或心理範疇的工作；教育學碩士課程旨在培養具遠見的教育領導者，為學員提供前沿技能、全球視野及專業網絡。



課程查詢：

Whatsapp：9312 0733

電話：3977 9877

網址：<https://www.yccece.edu.hk/tc/programmes/academic-programme>

電郵：admissions@yccece.edu.hk

PolyU SPEED × PolyU HKCC 助你取得全球50強大學PolyU頒授學位

DSE放榜是規劃未來的重要契機。PolyU SPEED（提供4年全日制學士學位課程）及 PolyU HKCC（提供副學位課程）聯合招生，提供更具彈性且認受性極高的升學途徑。

對於希望一步到位的同學，直接入讀 PolyU SPEED是最佳選擇，畢業時可獲全球50強大學PolyU頒授學位，學歷與理大本部同源，廣受僱主及頂尖大學認可。

PolyU SPEED提供30項學士學位課程，更為2026/27學年新生提供獎學金，總額高達港幣190,000元，包括入學獎學金最高港幣60,000元。

另外，同學亦可先入讀PolyU HKCC，再循「2+2」模式，升讀PolyU SPEED的2年制學士學位銜接課程或教資會資助課程。

放榜前報名（7月12日或之前）：獲取錄者，將於放榜日收到通知。放榜日或之後報名（7月15至17日）：每日下午4時前報名，如獲取錄，將於當日收到通知。名額有限，額滿即止。



課程查詢：

電話：3746 0900

WhatsApp：3746 0334

電郵：cpce.ar@cpce-polyu.edu.hk



立即報名

（以上資料由各院校提供）



知識落地 才能開花



教育及語文

健康科學

人工智能及科技

創意工業

社會科學

商業及款待管理

聖方濟各大學高級文憑課程 靈活「2+2」銜接專業起步

聖方濟各大學（方大）開辦多個緊貼行業發展需要的高級文憑課程，並提供靈活「2+2」銜接升學模式。學生完成兩年高級文憑課程後，可銜接兩年學士學位課程；也可選擇投身職場，再以兼讀形式完成學士學位，兼顧進修與事業發展。

社會工作高級文憑：課程結合理論學習與實務訓練，學生於畢業前須完成不少於720小時實習，深入了解前線服務運作，累積實戰經驗。畢業生可申請成為註冊社工，投身專業行列，服務社群。

幼兒教育高級文憑：課程著重理論與實踐並重，並定期邀請幼兒教育專家分享前線經驗。課程亦安排學生參觀海外學前教育機構，拓闊國際視野。畢業生可獲取相關專業資格，並可銜接幼兒教育（榮譽）學士課程，持續提升競爭力。

電影與媒體製作高級文憑：課程由資深電影及媒體製作人任教，教授最新專業知識與實務技巧，協助學生掌握行業的核心技術。畢業生可申請成為香港電影燈光同業協會及電影後期專業人員協會的初級會員，拓展業界網絡，為未來發展奠下基礎。



課程查詢：

有關聖方濟各大學升學詳情，
請瀏覽 <https://www.sfu.edu.hk/>
查詢電話：3702 4388
地址：新界將軍澳翠嶺里 2 號
(港鐵調景嶺站 B 出口)

DSE 成績未如理想、澳洲也有出路

DSE 成績未如所願？所獲分數未能升讀心儀學系？大學學位未有著落？就算在 DSE 失手，只要定下目標，同學總有理想留學出路。在眾多留學國家中，澳洲一向是香港學生的熱門選擇之一，其大學不但醫療科目出色，其他課程的學術水平和授性均獲國際認可，而且升學途徑多元化，無論你的 DSE 成績如何，同學也必有出路：

DSE 5科達15分或以上 → 可直接升讀澳洲大學學士學位，17至20分已有機會直入醫療專科或其他熱門學系。**DSE 5科達11分或以上** → 可升讀大學文憑或大學轉讀課程 (University Diploma / University Transfer) - 「最快1 + 2 = 3年大學畢業」，成功修畢課程及成績達標，便可升讀聯繫大學的相關學士學位二年級。可選學系視乎大學而定，如商業、會計和金融、工程學、電腦科學、生物科學等，另更有少量大學可銜接部份醫療專科二年級。**DSE 5科達8分或以上或中五校內成績合格** → 可升讀大學基礎課程 (Foundation) - 「最快1 + 3 = 4年大學畢業」，成功修畢課程及達到校內成績要求，可免公開試升讀大學相關學士學位一年級，所有學系均可選擇，包括醫科、牙醫、獸醫、醫療專科、建築、商業、工程學、電腦科學、法律等等也可選讀，還有更重要一點是澳洲所有大學包括澳洲八大均設有大學基礎課程。不論你是中五學生、中六學生、甚至是於DSE失手的中六畢業生，也應該了解多些不同的升學途徑，爭取最理想和適合自己的升學方案。



課程查詢：

如有任何留學疑問、
可致電 2520 0803 或 9657 5080
寰雅教育查詢。

DSE 重考成功率 | 僅2%達大學門檻

公開試成績未如理想，不代表升學無望！！！

其實，一次考試並不能定義你的未來。只要有合適的規劃，你仍然可以重奪報考大學的資格，重新出發！#DSE 放榜在即，部分考生可能已對自身成績有所估算，可能已經意識到成績未必能達至大學的入學要求。與其等待放榜日才面對結果，甚至屆時才開始尋找應對方案，不如把握現階段的時間，主動為自己鋪設一條明確的升學後路。

Ontario eSchool (OeS) 加拿大安省網上中學推出的 Pre-University 課程，專為已經完成DSE、但考試成績不太理想的同學設。這個課程可以即時報名，即時開始上課，務求幫助你最快時間，重新轉換跑道，用9個月時間，以 NonJupas 途徑報讀本地及海外大學，不用再考公開試，就能重新取得大學入學資格。

【立即致電 2393-8321 訂製你的大學升學計劃】

- 加拿大安省認可課程，(OSSD) (BSID#882694) • 全球大學通行 (港/加/英)
- 彈性網上學習，最快9個月完成
- 專屬一對一專業升學顧問，根據學生背景和興趣，訂造個人的升學方案
- 減輕DSE「一試定生死」壓力，提供穩妥的升學備案
- 同時為中三至中五學生提前部署迅速轉Non-JUPAS跑道，增加升讀大學機會



課程查詢：

院校：Ontario eSchool - 加拿大安省網上中學
地址：香港九龍佐敦寶靈街 6 號佐敦中心 1 樓
(港鐵佐敦站 C2 出口)
查詢熱線：2393 8321
電郵：info@oesasia.org

(以上資料由各院校提供)

護理學學士（榮譽）學位課程 BACHELOR OF NURSING (HONS)

 學位由浸大頒授

 畢業生可成為註冊護士（普通科）

 國際交流



逾20項獎學金
入學獎學金達港幣 \$100,000

2026/27 學年

現正接受報名

 服務學習



公私營機構實習

課程講座及
入學面試

7月6日
9:00am - 10:30am

立即報名



DSE放榜安排
即場報名及
入學面試

7月15至16日

香港浸會大學
郭鍾寶芬女士康體文娛中心2樓



入學申請



香港建造學院 培育「知識型」技術專才

香港建造學院(學院)的一年及兩年全日制課程專為中學生及年輕人而設，銳意打造「知識型」技術人才。相關課程與時並進，加入全人發展單元、基礎能力科目、人工智能(AI)、工地實習及安全訓練等，培育學生的全面發展。

課程涵蓋創新科技 設多元升學階梯：

- 學院高等文憑、建造文憑及建造證書課程均已全面涵蓋建造業創新科技，包括人工智能(AI)、建築信息模擬(BIM)、無人機及機械人、「組裝合成」建築法(MIC)、「安全智慧工地」系統(4S)、等，貼合行業數碼轉型。

- 學院積極與不同大專院校合作，推動建造業學術與專業接軌，為畢業生提供多元的升學階梯。目前，學院高等文憑畢業生不單可報讀本地學士學位課程，如入讀香港都會大學及 University of the Built Environment 可獲學分豁免，即是用更短時間及更少的學費修讀學士課程。

課程免學費、有津貼 理論與實踐並重

- 學院的一年及兩年全日制課程均「免學費，有津貼」，建造證書或建造文憑學生每月最高可獲港幣4,800元，而高等文憑學生則每月最高可獲3,600元。學院課程理論和實踐並重，亦為學生安排實習機會，讓學生掌握工地運作模式、管理知識及工藝技術，畢業後可迅速融入實際工作環境。



課程查詢：

院校：香港建造學院

WhatsApp：6460 9248

facebook/IG/YouTube：hkic.official

網址：www.hkic.edu.hk

浸大護理學學士(榮譽)學位課程 融合中西醫護理知識

香港浸會大學持續教育學院於2019年開辦的「護理學學士(榮譽)學位課程」已獲香港護士管理局審批認證，畢業生將合資格申請成為註冊護士(普通科)。課程由擁有豐富臨床及教學經驗的資深教學團隊任教。護理實習室參照私家醫院規格設計，讓學員實踐所學。課程融合中西醫護理知識；同學將獲安排往公私營醫院和社區醫療機構實習，汲取前線工作經驗。首屆學員於2024年畢業，就業率為100%*，全數投身醫療及保健服務業。本課程為五年全日制，共需修讀157學分，包括必修學科120學分、選修學科6學分和浸大通識教育學科31學分；內容包括服務學習活動和近1,500小時臨床實習等。課程設多項獎金，獎勵有意報讀而成績優異的同學；亦設海外交流團，擴闊學員的國際視野。

課程現正接受報名，額滿即止。

課程講座及入學面試

日期：7月6日

時間：9:00 - 10:30am

網上報名：

hkbusce.hk/bn26ept



DSE 放榜安排* 一 即場報名及入學面試

日期：7月15至16日

地址：香港浸會大學郭鍾寶芬女士
康體文娛中心2樓

*有關安排以學院網站為準。

#根據2024年畢業生調查，約75%的畢業生參與回應，畢業生就業率達100%。

課程查詢：

院校：香港浸會大學持續教育學院

網址：hkbusce.hk/dnebn

電郵：hkbusce@hkbu.edu.hk

電話：3411 5426



DSE 畢業生專屬： 直通全球頂尖大學的跳板

想無縫接軌國際學府？Informatics Thames College 提供的國際預科文憑(L31FDHES) 是您的最佳選擇！此一年制課程受英國 OFQUAL 認可，獲英、澳、加、美逾百所大學廣泛接受。

核心優勢：

- 接軌國際：開啟海外留學機遇，直達世界各地學府。
- 全方位準備：強化英語與學習技巧，提早適應大學生活。
- 多元選擇：自訂學習計畫，涵蓋商、理、工、法、醫等熱門晉升途徑。

DSE 只是起點，L31FDHES為您規劃更廣闊的升學路！

立即行動，為未來鋪路！



課程查詢：

電話：3556 6000

電郵：enquiry@informaticsthames.com

地址：尖沙咀漆咸道南9號均輝大廈5樓

網址：informaticsthames.com

浸大副學士及 高級文憑課程

HKBU ASSOCIATE DEGREE & HIGHER DIPLOMA PROGRAMMES



 浸大頒授畢業證書

 提供多達30個副學士及
高級文憑課程

7.15-7.16
DSE放榜安排
網上報名 | 親身報名
同步進行

全新推出 *New*

副學士專修

◇ 新聞與文化傳播

高級文憑課程

◇ 健康科學

◇ 營養與食物管理

◇ 運動教練學及運動行政學

◇ 社會工作*

*有待社會工作者註冊局審批



入學申請



18歲即可報讀 取得完整法律學位及律師資格最快途徑

由HKU SPACE開辦的倫敦大學法律學士學位 (UoL LLB)，是全球全港首個普通法法律學位，逾百年來被國際享譽為法律學位的「黃金標準」。課程提供真正的完整法律學位，而非銜接課程，致力為學生建立紮實的法學基礎，並銜接全球專業發展。年滿18歲即可報讀，入學途徑靈活；已有學士學位者只需修讀9科，其餘申請人（包括DSE、IB、副學位或無學歷背景）亦可透過修讀12科，逐步取得全面的法律資格。課程學術成績卓越，2023至2025年間，學生於7科取得全球頭3名、3科全球頭10名的佳績，近年整體合格率更超過九成，其中四科達至100%，充分展現教學質素與學生實力。教學團隊由國際頂尖學者及專業人士組成，包括來自牛津、劍橋的法律教授、英國法官及御用大律師親臨香港授課，讓學生在本地即可接受世界級法律教育。此外，課程為一年級新生提供免費「法律基礎」課程，加強學習銜接；學費亦較其他法律學位更具競爭力，最多可低至四倍。畢業生可銜接香港、英國、美國、澳洲及新加坡等地的律師專業資格，是邁向國際法律專業的理想起點，此課程亦是取得完整法律學位及律師資格的最快途徑。

根據《非本地高等及專業教育(規管)條例》，倫敦大學法律學士學位屬獲豁免課程，個別僱主可酌情決定是否承認這些課程可令學員獲取的任何資格。



課程查詢：

課程：倫敦大學法律學士學位 (UoL LLB)

院校：香港大學專業進修學院 (HKU SPACE)

查詢電話：2520 4665

網址：<https://hkuspace.hku.hk/llb>

浸大國際學院副學士及高級文憑課程 助你規劃升學藍圖

香港浸會大學國際學院 (CIE) 是浸大於2000年成立的自資學院，由持續教育學院管理，於浸大石門 (沙田) 校園開辦30個副學士及高級文憑課程，以及10個自資學士學位課程，涵蓋人文及語言學、商學、傳理學、應用科學及社會科學等不同範疇，培育社會各行各業的人才。同學完成兩年副學士或高級文憑課程後，可選擇銜接國際學院的自資學士學位課程或升讀其他學士學位課程，以四年取得學士學位。

開辦五個新課程 提供多元選擇：CIE新開辦「新聞與文化傳播」副學士專修，另推出四個高級文憑課程，包括：「健康科學」、「營養與食物管理」、「運動教練學及運動行政學」及「社會工作」*，課程涵蓋廣泛知識與通用技能，奠定日後升學基礎。

浸大頒發畢業證書 升學率達91.5%：CIE開辦的課程均受浸大嚴格監管，在同一質素保證機制下，畢業證書由浸大頒授，確保認受性。浸大副學士畢業生歷年來的升學表現理想，去年升學率更達91.5%，當中85.6% 成功升讀八大教資會資助院校學士學位課程。

開拓視野 發展潛能：學院重視同學的體驗學習，致力籌辦多元文化及海外學習活動，開拓同學的環球視野，促進文化交流和提升競爭力。

*有待社會工作者註冊局審批



歷屆畢業生的升學表現理想且穩定，去年升學率更達91.5%。

課程查詢：

院校：香港浸會大學國際學院

查詢：3411 3240

電郵：applycie@hkbu.edu.hk

網址：cie.hkbu.edu.hk



每個學生，由起步到到步， 我們全程同行 — World Gateway向世界出發

每個學生，由起步到到步，我們全程同行 — World Gateway向世界出發

出國留學，是一段充滿挑戰與驚喜的旅程。World Gateway的創辦人，自己就是走過這段路的留學生，更曾擔任澳洲八大院校代表，累積超過10年海外升學顧問經驗。正因為親身經歷過，我們更懂得將心比己，真心陪伴每一位學生追尋夢想。

我們專注為學生搜羅高性價比的升學及遊學選擇，涵蓋紐西蘭、澳洲、英國、日本、馬來西亞，以及美國和加拿大的優質院校。無論是DSE學生直升大學、銜接課程，還是持有副學士或高級文憑後的升學規劃，我們為每位學生度身打造最適合的路徑。我們也關注有特殊學習需要 (SEN) 的學生。香港約有13%的學生面對學習挑戰，紐西蘭多所中學提供貼心支援，讓他們在友善環境中感受被理解與照顧，重拾自信，找到屬於自己的光芒。

未來，我們將繼續用心拓展國際合作網絡，提供更多元貼心的選擇。因為我們相信，只有真心付出，才能真正幫助學生實現夢想。歡迎隨時聯絡我們，讓World Gateway陪你向世界出發，開創屬於你的精彩未來！



課程查詢：

WhatsApp：5389 2817

Instagram：

www.instagram.com/world_gateway_group

**DSE
放榜出路**



瑞士管理學科聯校招生： 強攻跨國商界與奢華管理！ DSE 15分直入大學

瑞士管理教育一向享譽全球，近年更將百年款待業精髓注入現代商業管理，成為培養全球跨國企業爭相招聘的商業人才搖籃。其「理論與全球實習結合」的課程特色，能大幅提升學生的職場競爭力。

不少香港學生看準課程中前往海外頂尖企業實習的機會，藉此建立龐大的國際人脈；亦有家長盼送子女往當地升學，為未來職涯鋪路。為此，瑞士入學辦事處將於 7 月 15 及 16 日舉辦聯校招生開放日，提供即場面試取錄機會，符合資格的同学更有機會獲得高達 30 萬元的獎學金。

中六直入大學，3 年完成學士學位

瑞士大學內設有學生宿舍及完善的教學設施。三年制學士學位課程以全英語授課，符合資格的應屆中六畢業生可直入瑞士大學一年級，毋須額外入讀基礎課程，極具時間優勢。

全球實習，讀大學同時累積世界級經驗

課程完美結合專業理論與海外實習，學士課程內包含 2 次全球實習機會。學生可選擇到瑞士、英國、法國、馬爾代夫等國家的頂尖企業工作，一邊讀書一邊累積跨國實戰工作經驗，建立龐大的國際人脈網絡。

【👉 把握最後入學機會：聯校招生開放日】

瑞士各所大學已進入今年最後招生階段，特別舉辦「DSE 放榜招生開放日」，提供一對一諮詢及即場面試。成績符合資格者，更有機會獲得高達 30 萬港元的獎學金！

屬下院校 SHMS 瑞士酒店管理大學、César Ritz 瑞士凱撒里茲管理大學、HIM Business School、CAA 瑞士廚藝管理大學

熱門科目 酒店與款待管理、工商管理、大數據與金融管理、AI 商業應用、廚藝管理

開學日期 9 月、10 月

【費用全免】立即預約一對一入學面試及諮詢：www.swisseducation.com.hk/info



「DSE放榜開放日」

日期：2026年7月15日及16日（全日開放）

地點：尖沙咀海港城環球金融中心北座8樓

費用：免費入場

主辦機構：Swiss Education Group

電話：2545 0505

網址：www.swisseducation.com.hk

「瑞士大學聯校招生」

日期：2026年7月18日（六）上午11時至下午2時

地點：尖沙咀海港城環球金融中心北座8樓

費用：免費入場

主辦機構：Swiss Education Group

電話：2545 0505

網址：www.swisseducation.com.hk



淺嘗一杯咖啡 喝出一份尊嚴

◀當一間咖啡店能同時賣出好味道、好服務與好價值，這間店所代表的，就已不只是餐飲，而是一種更成熟的香港精神。



▲思拔中心所營運的店舖並非「掛名公益」，而是實實在在講求品質與效率的餐飲生意。



走進位於中環8號碼頭、香港海事博物館天台層的Museum Café 8，維港美景與中環摩天輪盡收眼底。但比風景更動人的，是這裏的氛圍。顧客們或許不知道，眼前那位帶着笑容、真誠推薦蛋糕的店員，可能是位自閉症譜系障礙的年輕人；那位沖泡着香濃咖啡的咖啡師，也可能是一位有學習差異的員工。

二十二歲的Chris Brook就是其中一員。他在這裏工作後，自信心明顯提升，更坦言：「我覺得自己獨立了很多。」對於三十三歲、同樣患有自閉症的Marco von Siebenthal來說，這裏不僅是工作場所，更是一個讓他感到被需要的家。他在這裏工作了四年，喜歡與長期共事的夥伴一起合作，形容自己是個樂於助人、支援團隊的人。

「我們的員工甚至在開門前就早早在外等候。」Museum Café 8的經理Melody De Leon觀察到，「對他們來說，這不僅僅是一份工作，更是尊嚴。」另一位助理Greig Carruthers已在中心不同崗位服務近十年，他臉上掛着燦爛笑容說：「我想永遠留在這裏，因為在這裏，我感到自己有用，感到被尊重。」

以人為本 發掘潛能的職場

思拔中心的行政總裁楊德華博士（Billy Yeung），曾任香港寬頻企業網絡行政總裁，辦事能幹，高瞻遠矚。他放下身段之後尋找人生下半場，為了培育這班需要同行的年輕人而感動，所以「出山」捲起衣袖與他們一起同行。Billy強調，他們的理念是要讓不同能力的員工站在前線，而非隱藏在幕後。中心為新人提供選擇，讓他們按照自己的節奏，學習有興趣的技能。有人從收拾餐桌開始，幾個月後可能已經在製作三文治，甚至沖調濃縮咖啡。

「真正的賦權，是讓他們盡可能自己營運這個社企。」Billy表示，他有一份堅持，就是作為一間食肆，產品質素是根本。「如果你要讓神經多樣性的員工參與，咖啡的品質就必須和其他地方一樣好。除非產品本身過硬，否則你無法要求人們僅僅因為『理念』而支持我們。」

這份堅持換來了顧客的真心讚賞。在多個網上飲食平台上，食客們對The Nest的伯爵茶蛋糕、三文魚牛油果牛角包，以及Museum Café 8的Flat White和山羊芝士菠菜批都給予高度評價。有人形容咖啡水準是「中環數一數二」，也有人大讚環境舒適，是「會回頭的心水Cafe」。

▶思拔中心經營的，既是咖啡店、餐廳和烘焙工作間，也是SEN年輕工作成人磨煉技能、建立自信、學會獨立的起點。



打破社會偏見 建立歸屬感

在香港，殘疾人士的就業率長期偏低。根據平等機會委員會的報告，2020年本港有超過十五歲的殘疾人士中，超過八成是經濟上不活躍的，遠高於英國等地的水平。SENSational Foundation的創辦人Faride Shroff點出癥結：「障礙是由我們的社會設下的。人們不接受殘疾本身，甚至家長也不願讓有特殊需要的孩子曝光。我們才是阻止他們發揮最好一面的人。」

思拔中心的存在，正是為了打破這種偏見。這一切的起點，源於創辦人 David與Wendy Nesbitt夫婦對女兒的愛。他

們發現香港為學齡特殊需要兒童提供的服務不少，但當他們長大成人後，支援卻幾近空白。於是，他們在1993年成立了中心，從職業教育入手，逐步發展出如今的社企模式。

二十八歲的Jeffrey Joubert患有讀寫障礙、自閉症及動作協調障礙，已在 Museum Café 8工作數年。他對自己的與眾不同感到自豪：「我對自己有殘疾感到非常自豪，因為我相信這讓我變得更加獨特。」在面對偶爾不耐煩的顧客時，他甚至會耐心解釋，希望大家理解同事們正在盡最大努力。他的母親 Irene Dawson見證了兒子的轉變：「每個人在生活中都需要感到自己有生產力，需要感到被需要，需要有家人以外的同事和朋友。擁有這些，人生就有了目標。」



▶楊德華博士（中），曾任香港寬頻企業網絡行政總裁，為了培育這班需要同行的年輕人而感動，所以「出山」捲起衣袖與他們一起同行。

如何支持這份理念？

下次當你在尖沙咀或中環想找個地方歇腳，不妨考慮到訪 The Nest或Museum Café 8。除了親身光顧，企業也可考慮選擇他們的到會服務，支持其持續營運。你的每一次光顧，都不僅是享受一頓美食，更是支持一個共融、多元、充滿人情味的香港。讓我們一起用行動，讓這份社區溫暖繼續發光發熱。

相信大家跟記者一樣，明白香港這個講求效率、節奏急速的城市，談「包容」很容易流於口號；但若走進中環聖約翰座堂旁的The Nest或海事博物館內的 Museum Café 8時，



所見的卻不是抽象的理念，而是一套真正運作中的工作文化。這些店舖由思拔中心經營，既是咖啡店、餐廳和烘焙工作間，也是SEN年輕工作成人磨煉技能、建立自信、學會獨立的起點。

思拔中心的特別之處，在於它並不把有特殊教育需要的青年視為「需要被照顧」的對象，而是視之為有能力、

有節奏、有潛質的員工。在這裏，工作不只是沖咖啡、端餐、包裝麵包，更是一場生活能力的訓練：準時上班、與同事溝通、記住流程、面對客人、處理突發情況，甚至學懂如何在壓力之下保持穩定。這些看似平常的細節，對許多SEN青年而言，正是走向職場自立的關鍵一步。



中心強調「Engage、Enrich、Empower」三個理念，意思不是簡單的慈善安慰，而是把學習、訓練與就業串連成一條完整路徑。學員先在中心接受以生活技能、自我倡導與獨立能力為主的培訓，再被安排到社會企業中實戰，讓工作成為學習的延伸，而不是考驗失敗與否的單一標準。這種做法，讓職場不再只是篩選人的門檻，也變成培育人的場地。

更難得的是，思拔中心所營運的店舖並非「掛名公益」，而是實實在在講求品質與效率的餐飲生意。官網把它們形容為「much more than

just dining spots」，因為每一杯咖啡、每一件出爐的麵包、每一次親切招呼，背後都有一套有秩序的督導和支援。也正因如此，顧客走進店裏，不會只感受到「支持弱勢」的道德滿足，更會感受到食物與服務本身的完成度。

香港近年談社會共融，最常被問的問題是：理念如何落地？思拔中心給出的答案，是把包容做成制度，把關懷做成流程，把信任變成日常管理。其社會企業遍布中環、尖沙咀、青衣及不同合作場地，既方便社區接觸，也讓員工在真實的客流與營運節奏中累積經驗。這不是把SEN員工隔離在「保護區」內，而是讓他們踏入城市最現實的商業場景，接受專業督導，同時保留成長空間。

在外界眼中，包容僱主往往意味着放慢效率；但思拔中心反而證明，包容與效率可以並行。有報道指出，其SEN員工相當穩定，流失率與病假率多年來都十分低，這反映出一個更深層的事實：當僱主願意理解不同能力、按步驟訓練、以清晰流程支持員工，回報並不只是「做好社福」，而是真正建立一支可靠的團隊。這種成果，對任何餐飲品牌而言，都是管理成效；對城市而言，更是一種文明指標。



▲在多個網上飲食平台上，食客們對The Nest食物給予高度評價。



思拔中心的故事，也改寫了香港人對「工作能力」的想像。一個年輕人或許不擅長快速應對複雜語言，卻可能在重複工序、餐飲出品、客戶招呼上表現穩定；有人需要更多提示，有人需要固定程序，有人需要時間適應，但這些都不應被簡化成「不適合工作」。在這間機構的制度裏，能力不是單一標準，而是可被發掘、可被栽培、可被尊重的多元光譜。

對香港讀者來說，思拔中心也許最值得被記住的，不只是它的善心，而是它的專業。它提醒城市：真正的共融，不是把不同能力的人安排到邊緣位置，而是讓他們在合適的支援下，站進工作的核心，成為團隊的一部份。當一間咖啡店能同時賣出好味道、好服務與好價值，這間店所代表的，就已不只是餐飲，而是一種更成熟的香港精神。



Join Towngas,
Brighten the Future

加入中華煤氣 燃亮你的未來



氣體見習技術員

氣體網絡見習技術員

年期:	三年	兩年
學歷要求:	中三或以上程度	中三或以上程度
專業資格:	獲註冊氣體裝置技工牌照 1 至 8 級， 成為專業氣體技術員	獲註冊氣體裝置技工牌照 2 及 5 級和 煤氣公司網絡工程技術認證， 成為專業氣體網絡技術員
職責:	可從事民用或工商業煤氣設備的 安裝、保養和維修等工作	可從事煤氣供應網絡維修保養、帶氣 管道接駁以及緊急維修服務等工作

☎ 招聘熱線: 5187 9370   

✉ 申請電郵地址: recruit@towngas.com

(申請人所提供的資料絕對保密，並只用作與招聘有關的用途。)

如欲了解有
關計劃詳情
請掃描右方
QR Code



員工福利





炎夏，有雨。真菌學家鄧銘澤 (Alvin) 撐着傘，走過大埔滘自然護理區濕滑的石階，不時俯身在枯木落葉間，尋找悄然冒出的菇菌。多年前，他因緣際會踏入真菌研究，在這條學術路一走就是二十六年。從穿梭山林研究菇菌，到協助醫生辨認毒菇，甚至以專家身份為法庭提供意見；一朵朵菇菌，不僅引領他看見自然的奧妙，也讓他擁有了意想不到的人生經歷。

說起Alvin最為人熟知的身份，離不開真菌專家及註冊樹藝師；旁人找上門求助，也多與菇菌及樹病有關。然而，問到兩者在人生中孰輕孰重，他毫不猶豫笑道：「當然是菇！菇佔八成，樹佔兩成，有些人還叫我『菇王』。」

帶領生態導賞團積累經驗

在他眼中，尋找菇菌的過程好比捉迷藏，永遠無法預料下一刻會有甚麼發現，「當你找它的時候，它不出現；你不找它的時候，它就到處『走』，這就是它的迷人之處。」他曾為了尋找靛藍乳菇，走遍香港大大小小的山，最終在港島徑發現其蹤影。

為何選擇研究真菌，他坦言並沒有特別的原因，「許多人問過我為甚麼喜歡菇，為甚麼做菇的研究？其實只是排除法。」他笑言，當年面對海洋生物等不同研究方向，始終提不起太大興趣；直到接觸當時在香港大學任教的國際知名真菌學家Kevin Hyde，才正式踏上真菌研究之路，其後更先後取得植物及微生物生態學碩士和真菌學博士學位。

尋找「菇毒」的浪漫 真菌學家鄧銘澤



求學期間，Alvin開始帶領菇菌生態導賞團，一邊訓練領隊技巧，一邊學習菇菌知識，「做生態導遊就要不停去鞭策自己學習，其他的生物也要學。」一次次的實踐，加深了他對菇菌的認識，同時也積累了講解、領隊及野外應變等經驗。

儘管因為熱愛而進入港大修讀生物學，惟面對不明朗的就業前景，他坦言一度感覺前路渺茫。他說，由於香港農業規模較小，連帶對植物病理等範疇的人才需求亦不高，「沒有地方吸納我們，畢業等於失業。」眼見不少同學陸續轉行，他卻始終不願放棄。適逢當時社會對樹木管理及風險評估的需求逐漸增加，他在2010年輾轉成為註冊樹藝師，並為政府提供樹木病害檢測服務。雖然身份有所改變，但他始終沒有離開自己最感興趣的真菌世界，反而憑藉樹木與真菌的緊密關係，逐步發展出獨特的專業道路。

遇醫院緊急諮詢辨認毒菇

2014年，半山羅便臣道發生嚴重塌樹意外，一名途經的孕婦被壓斃。Alvin仍清晰記得，事故發生不久便收到樹木管理辦事處總監的來電，請他協助化驗樣本，判斷樹木是否受真菌感染，「樣本送過來的時候，上面還沾有血漬。」

最終涉事樹木證實感染褐根病，他亦以專家證人在死因庭上作供。這次經歷讓他深刻感受到專業的重要性，「生態學家上法庭的機會，可能是百萬中無一的，法庭要找專家中的專家，這就是使命感。」近年的粉嶺高爾夫球場司法覆核案，他同樣就植物的健康、生長及病理等範疇，撰寫專家證人誓章。

▼鄧銘澤早年曾出版《一菇一世界》，並專程飛到國外贈書給Kevin Hyde教授，感謝對方的教導。



不過，相比起上法庭，他更常遇到的是來自醫院的緊急諮詢，如新冠疫情期間，曾接獲醫生來電，稱竹篙灣隔離設施的牆壁長出菇菌，有市民誤食後中毒，「醫生讓我在下午六時半前辨認出菇菌，因為那個人正在搶救。」回看這些經歷，Alvin說充滿感恩及榮幸，「可以用自己的知識去幫助別人。」他笑道，菇菌為他帶來很多美好、難忘的回憶，也讓他的人生更具意義。

被問及研究路上是否感到孤獨時，他幽默形容「孤獨過毒菇」，但同時認為這也是個人優勢。他指，由於本地從事真菌研究的人極少，進行研究時反而留有更大發揮空間，「我研究了二十六年，試過不同課題，其實挺有趣的。香港沒有人做，我就喜歡做沒有人做的研究。」

▼鄧銘澤希望透過有趣的方式，向公眾宣傳菇菌知識，圖為菇菌吊飾。



▼鄧銘澤表示，不能單以顏色判斷菇菌是否有毒。



▼菌絲物料近年被視為熱門的「基於自然的解決方案」，圖為樹葉上的菌絲體。



借鏡菇菌共生模式學習合作

Alvin表示，真菌遠比人類更早在地球出現，它們的世界較人類更先進，在漫長演化中，亦多以共生方式生存。他指出，從演化博弈論角度看，真菌並非單純競爭，而是傾向合作，「大部份都是共生菌，透過合作、共贏，才能延續下來。」

近年，Alvin與薄鳧林牧場合作，帶領生態導賞員前往薄扶林水塘進行地區性的菇菌普查與數據更新。去年更發現全新品種，屬全球首次紀錄，目前正與廣東省的專家合作，待收集到足夠標本後準備正式發表。為提

升公眾對菇菌的認識，薄鳧林牧場亦於去年推出菇菌導賞團，Alvin為此特別設計菇菌圖鑑。他指出，薄扶林一帶菇菌種類豐富，因此希望透過培訓導賞員，帶領公眾認識市區以外的品種，「市區常見的可能只有兩、三種，郊外有五百多種，甚麼顏色都有，甚至有四種發光菇。」然而，在推廣知識的同時，他亦留意到社交媒體上出現不少採菇的帖文，對此他特別提醒公眾切勿跟風採摘，「很容易中毒，尤其在廣東省曾出現誤食致命白鵝膏的個案，甚至導致家庭死亡，並不值得為了『打卡』冒險。」他強調，菇菌辨識需要專業知識，切勿輕率嘗試。

Alvin去年起於香港中文大學生命科學學院擔任講師，教授環境學相關碩士課程。他盼透過教學培育下一代，在世界留下「種子」，等待某天開枝散葉，「我希望能跟隨菇菌的利他精神，幫助到這個世界。」

大埔滘自然護理區 TAI PO KAU NATURE RESERVE



▲鄧銘澤自2008年起開始帶領生態導賞。

數十隻黃褐色的蜜蜂在黃嘉漢（Harry）的掌心與指尖間輕輕爬動，還能感受到牠們身體傳來的暖意。對大部份人而言，蜜蜂意味着危險，但對身為城市動物保育工作者的Harry來說，牠們卻是大自然中不可或缺的一環，對農業發展也有重要作用。他指出，不同蜂類在生態系統中各司其職，人類真正需要的並非消滅牠們，而是建立合理的管理方式與適當距離。近年，他亦協助香港大學團隊研究瀕危的小葵花鳳頭鸚鵡，冀提升其數量。展望未來，他希望在城市中建立人與動物共融的空間，透過更完善的規劃與管理，減少彼此之間的衝突。

「嗡嗡……」一棵靠近村屋的大樹上，蜂群薄翼微顫，嗡嗡不絕。只見Harry迅速換好裝備，俐落地攀上樹幹，小心翼翼地將聚集在樹枝上的蜜蜂轉移到事先準備好的竹籠內，期間還不時把幾隻「離家出走」的蜜蜂輕輕撥回籠中。蜂群在他身邊盤旋，卻始終沒有攻擊，出乎意料地溫馴。完成收蜂後，他將蜂群帶到遠離民居的地方野放。

養蜂人忠告市民： 生態「蜜」不可分



▼城市動物保育工作者黃嘉漢希望在城市中建立人與動物共融的空間。

►黃嘉漢指出，蜜蜂能傳播花粉，對生態系統有重要作用。

示範溫柔轉移 蜜蜂也溫馴

今年是Harry從事蜜蜂保育工作的第六年，自小熱愛大自然的他在成為全職養蜂人之前，曾任職十年攀樹師。直到一次前往馬達加斯加旅行時，他見識到當地機構教授大學生職業技能，讓他們擁有謀生能力，令他開始反思是否也能在香港找到一種既與自然共存、又能帶來生產力的工作。

回港後，他開始大量搜尋資料，發現養蜂兼具生態及生產價值，適逢當時國際逐漸出現與蜜蜂相關的討論，於是他開始在香港尋找本地養蜂人拜師學藝。然而，要找到願意教授技術的師傅並不容易，由於本地養蜂圈子相對傳統，而且規模不大，不少師傅對陌生人都帶有戒心。

►黃嘉漢表示，近年不少人及機構會主動聯絡他，請求幫忙移走蜂巢。



理解習性 重視蜂群繁衍

他笑言，曾被反覆追問為何想學、會否半途而廢，花了一段時間才找到願意傳授技術的師傅。談起轉行，他直言從未感到後悔，多年的樹木工作經驗更有助如今的救蜂工作，「讓我可以安全爬上高處處理蜂巢，對自然的觀察亦能應用在養蜂上。」

Harry形容，養蜂需要長期觀察與摸索，不止是模仿技巧，也要理解蜜蜂當下的狀態與反應。他分享，

曾因模仿外國養蜂人使用掃把工具而嚇到蜂群，導致蜜蜂飛起攻擊而負傷。那次經驗令他重新思考，

即使同樣是蜜蜂，不同地方的品種、氣候及環境，或會令效果產生差異。

不過，隨着經驗增加，他已學會如何降低被蜜蜂攻擊的機率。他指

出，蜜蜂攻擊人多因受到驚嚇，例如動作太急或力度太大。他說，蜜蜂與人一樣，偏好明媚、乾爽的天氣，接近黃昏時會因夜晚視力轉差，變得較緊張。

「很多人會認為養蜂的成功等於取得蜂蜜」，但對Harry而言，更重視如何讓蜂群持續繁衍，「牠們連繫其他植物不能傳播花粉，又或是其他城市植物的狀況」，與整體環境狀況息息相關。

隨着他持續透過社交媒體分享救蜂及搬移蜂巢的過程，越來越多市民開始主動聯絡他，希望以搬遷方式處理蜂巢，而非直接噴灑殺蟲水消滅蜂群。後來，他與拍檔成立社企「Beetales（蜜語）」，推動蜜蜂保育及公眾教育。不過，Harry於今年離開社企，改為獨自組建團隊，繼續處理救蜂及保育工作。

問及保育困難，Harry坦言最大問題始終是資源，坊間機構或資助計劃，習慣以「直接經濟效益」為衡量標準，但城市動物保育本質上更接近管理成本與教育工作，未必能夠直接賺錢，因此往往難以獲得長期支持。





▲黃嘉漢說，蜜蜂攻擊人，大多因為受到驚嚇。

他說，樂見近年社會對蜜蜂的認識有所增加，會先嘗試尋求專業協助，而非第一時間毀滅蜂巢，但無可避免地仍有人對牠們存在誤解與恐懼，影響保育工作。

他歎言，曾接獲一名屋主求助，指冷氣機底部出現大型蜂巢。他評估後認為可以協助搬移蜂巢，但由於其他居民擔憂，最後驚動區議員及政府部門以不符合程序為由，將蜂巢銷毀，「我是覺得挺可惜的。」他亦曾在公園處理蜂巢時，嘗試以容器慢慢引導蜂群遷移，但因市民不了解情況，多次將容器移走，最終無法成功。

Harry指出，使用殺蟲水會令蜂類受驚飛走，連帶身上附着的化學物質也進入生態環境中，造成負面影響。事實上，不同蜂類在生態系統中有各自的功能，如虎頭蜂會捕捉毛蟲、飛蛾幼蟲等農業害蟲，對生態平衡十分重要，「當我們對蜂類的認知越多，反而越能夠和平共處。」他認為，真正需要做的並不是消滅牠們，而是建立更合理的距離與管理方式。

除了蜜蜂，他近年亦參與港大關於小葵花鳳頭鸚鵡的研究項目，協助設計與安裝人工巢箱，為牠們提供安全的繁殖空間。他笑言，養蜂時很多工具也沒有現成的，「要自己製作，變成有經驗了。」



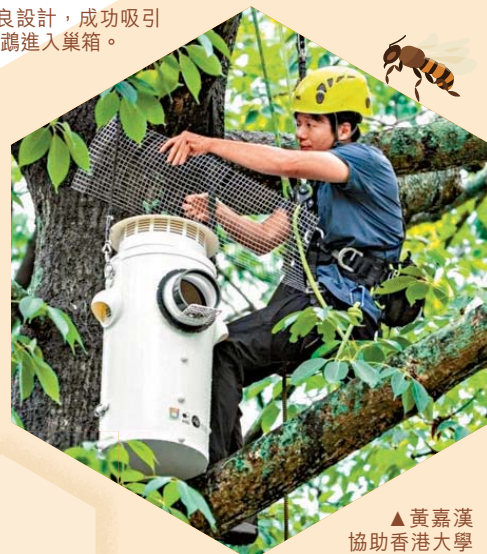
助小葵花鳳頭鸚鵡裝人工巢箱

他參考團隊提供的澳洲巢箱資料，再因應本地的溫度、濕度、通風以及抵禦颱風等進行改良。他指出，目前已安裝約九至十個巢箱，當中已有三至四個出現鸚鵡進出，形容是不錯的成果，「之前在亞洲地區是沒有成功案例的。」

Harry說，有學校更主動邀請他合作舉辦工作坊，讓學生親手製作巢箱，希望透過實際參與，讓學生了解人與動物如何在城市共存。他強調，人與動物並非互相排斥，而是需要透過規劃與管理共享不同空間，例如將高處樹頂等人類較少使用的位置，留給蜂類與鳥類棲息。



▼經過多番改良設計，成功吸引小葵花鳳頭鸚鵡進入巢箱。



▲黃嘉漢協助香港大學團隊，為小葵花鳳頭鸚鵡改良巢箱。

儘管保育之路道阻且長，但他從不言棄。他說，十多年最大得着是重新理解人與自然的距離，也學會了耐心，因為很多與自然相關的工作不會立即看見成果，「必須要等待，還要觀察方向是否正確，並持續地去學習。」





DSE 公開試 失手點部署？

Ontario eSchool 助你重奪 報考大學資格

同時適合中三至中五學生提前部署

 **Accredited Online Program**
Get Admission in Top Ranked Universities

OSSD |  Ontario
Ontario Secondary School Diploma

公開試成績未如理想，不代表升學無望!!!

一次考試並不能定義你的未來。只要有合適的規劃，你仍然可以重奪報考大學的資格，重新出發！DSE 放榜在即，部分考生可能已對自身成績有所估算，可能已經意識到成績未必能達至大學的入學要求。與其等待放榜日才面對結果，甚至屆時才開始尋找應對方案，不如把握現階段的時間，主動為自己鋪設一條明確的升學後路。

Ontario eSchool (OeS) 加拿大安省網上中學推出的 Pre-University 課程，專為已經完成DSE、但考試成績不太理想的同學設。這個課程可以即時報名，即時開始上課，務求幫助你最快時間，重新轉換跑道，用9個月時間，以 NonJupas 途徑報讀本地及海外大學，不用再考公開試，就能重新取得大學入學資格。



OCT

加拿大安省教育局
認證註冊老師授課

Ontario Certified Teacher



立即致電熱線 2393-8321

預約 一對一 **免費諮詢規劃**



Whatsapp
23938321





一些由輕黏土製成的微型黏土食物、花草及其他造型等，細緻又像真，吸引不少成人或兒童學做。有工作室舉辦兒童微型黏土班，教導小朋友用輕黏土等製作梳乎厘、雪糕及朱古力造型的匙扣，既得意又實用。此外，在製作過程中，還可以訓練小朋友的專注和耐性，一舉幾得，益處多多。

學做

● 微型黏土甜品匙扣



訓練耐性和專注

▼小孩子們參加這個微型黏土班，不單止學做甜品匙扣，還認識到志趣相投的好朋友。



製作時應注意

2025年11月成立的「Mini Yo工作室」，旨在希望讓成人和小朋友都可以輕鬆地做自己喜歡的手工，享受屬於自己的me time。當中舉辦的黏土課程，由幼兒至成人皆適合參加；而適合十歲或以上小朋友參加的微縮黏土課程，它的特色是，可以讓參加者學習製作體積較細小和不同造型的黏土，例如：食物、植物等。

兩小時的課堂，以小組形式進行，最多四位小朋友上堂，一堂可以完成製成品。課堂上，導師先介紹甚麼是微型黏土及所需要的工具和材料，然後教導小朋友用手指，以及在工具的協助下，搓成每個微縮黏土的造型。還有製作時要

留意的地方，例如：待用的黏土必須用保鮮紙包好保存；另外，製作紋理時，需要用牙籤輕力地進行。假如製成品表面出現細紋，可沾少許水輕輕用手指抹平；而作品完成後，可塗上光油提升亮度。

輕黏土與樹脂黏土分別在於質感和硬度，輕黏土較為輕盈、柔軟，成品為啞光且較鬆軟，適合製作麵包、蛋糕等造型，質感容易拿捏，所以適合兒童製作，尤其是幼童。至於樹脂黏土具半透明感、手感黏膩、重實，乾後質地硬且有光澤，適合製作植物或水果造型。

製作步驟

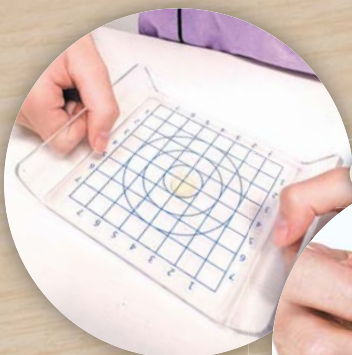
▶ 製作微型黏土甜品匙扣，所需要的材料和工具包括：輕黏土、樹脂黏土、壓板、顏色、白膠漿和牙籤等。



▼ 在課堂上，透過細微的製作步驟，可以訓練小朋友的耐性和專注。

步驟 1

▼ 搓一個圓波波。



步驟 2

▲▶ 用手指、壓板或牙籤製作造型和紋理。



步驟 3

▲▶ 最後塗上顏色便完成。



着重手眼協調

透過這個微型黏土班，可以訓練小朋友的專注和耐性，加上微型黏土比一般黏土的體積更細小和細緻，所以製作時必須更加細心，以及着重手眼協調。成功完成製成品後，可以增加小朋友的滿足感；另外，製作期間可以放鬆心情，有減壓之效。

▶ 小朋友跟隨導師 Miss Cheung 學做微型黏土手工，既好玩又易做。





香港國際機場二號客運大樓（T2）的新旅客離港設施已正式啟用，主要服務短途及區域航線旅客，十五間航空公司已進駐，迎接暑假旅遊旺季。T2擴建後，除設有新一代自助登機櫃檯，更開設多個人氣餐飲品牌，以及多間文創概念店和玩樂專店，記者整理了T2的餐廳、購物、玩樂懶人包及交通指南，讓大家出遊前作好準備。

T2離境大堂（禁區外）特設「離境前美食廣場」，設有多個人氣餐飲品牌，當中更有不少平民化美食選擇，包括麥當勞、譚仔三哥米線、Ufufu Cafe、雪村、牛奶冰室及快樂蜂等。機場近年陸續有多間咖啡店進駐，T2也不例外，有Cupping Room Coffee Roasters、瑞幸咖啡、生昌焙豆等；來自台灣的手搖品牌「再睡5分鐘」亦選址機場開設離島區分店。抵港層的旅遊車候車大堂還有雙饅飯「好飯好饅」，以及少量輕食選擇。

精選搵食推介

1 本土精品咖啡

源自香港的精品咖啡品牌「生昌焙豆」由網店起家，現時於土瓜灣、中環、九龍灣設有實體店舖，主打評分80分以上的精品咖啡生豆，強調口感、

甜度與香氣的平衡，並於香港在地新鮮烘焙，深受廣大咖啡愛好者及街坊歡迎。推薦招牌冰咖啡「啡乳交融」，完美展現濃縮咖啡的強烈風味與冰牛奶的柔滑口感。



營業時間：上午六時至晚上十一時
地址：離港層L7—離境前美食廣場

▲招牌冰咖啡完美展現濃縮咖啡的強烈風味。

2 台灣熱賣茶飲

來自台灣的茶飲品牌「再睡5分鐘（NAP TEA）」，由人氣YouTuber滴妹創立，品牌於

去年登陸香港，短時間內以原創角色IP、療瘡系產品迅速累積高人氣，必試招牌「棉被厚奶蓋」系列，奶蓋厚達約三厘米，搭配清爽茶底。機場限定新品包括青提咕嚕冰沙及牛油果雲朵冰沙。



營業時間：上午六時至晚上十一時
地址：離港層L7—離境前美食廣場

▲機場限定青提咕嚕冰沙及牛油果雲朵冰沙。

3 冠軍手工咖啡

Cupping Room Coffee Roasters於2011年在赤柱創立，是香港極具代表性的冠軍級精品咖啡店。品牌專注於採購全球優質咖啡豆，並在港進行小批量烘焙，其培育出的

多位頂尖咖啡師更屢獲國際咖啡大賽冠軍，深受全球咖啡愛好者推崇。



營業時間：上午六時至晚上十一時
地址：離港層L7—離境前美食廣場

▲機場限定La Viña雪糕。

香港機場T2

食玩買懶人包



▲T2的吉祥物「天仔」。

購物玩樂指南

購物及玩樂方面，除了便利店、日用品及手信食品外，香港機場T2還引入多間文創概念店及多元玩樂設施，讓旅客選購香港特色紀念品及消磨等候時間。

▼連鎖扭蛋專門店有不同主題的獨家扭蛋。



▼施施施施施百貨為本地文創概念店。

▼發掘本地小眾品牌、手作及藝術創作品。

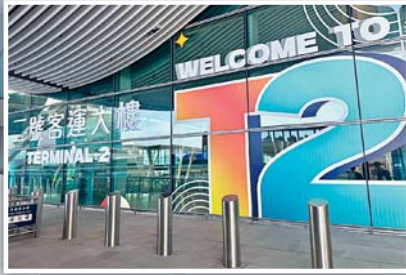


營業時間：上午七時至晚上十一時
地址：離港層L7—S行段後

1 地道文創專店

施施施施施百貨為本地文創概念店，致力發掘不同範疇的本地產品，如本地小眾品牌、手作及藝術創作品，並熱衷與本地藝術家合作，致力推廣本土創意文化。

全日消遣配套



◀▲香港國際機場二號客運大樓已啟用。

交通便利

機場快綫：

抵達機場站時兩側車門同時開啟，右邊車門無縫接駁T2離港層。



巴士：所有日間A線及通宵NA線機場巴士，增設T2落客站。

的士及旅遊巴：可沿機場路直達T2離港層落客區。

自駕：鄰近的機場三號停車場提供逾一千個車位，並設室內有蓋通道往返T2。



營業時間：二十四小時
地址：離港層L7—R行段後

2 人氣特色扭蛋

近年的人氣連鎖扭蛋專門店品牌GACHAPOINT（又稱GACHAPOINT扭蛋駁），主打「隨機扭出快樂」的理念，將風靡全球的扭蛋文化與香港本土創意結合，在各大核心商場快速擴張。除了日本進口的人氣動漫角色、熱門話題扭蛋外，還積極引進國內外獨創設計師品牌的潮流玩具。品牌亦非常注重香港本土情懷，經常與不同的創意團隊合作推出香港獨有主題的獨家扭蛋，匯聚人氣IP及本地設計，大家更有機會扭到機場限定版人氣珠頸斑鳩掛飾。

4 自助娛樂中心

NGS FUN Station是個全年無休、二十四小時開放的自助式家庭娛樂中心，店內配置多部夾公仔機，備有各類人氣公仔及景品，多款自助遊戲機包括日本三屏版本《電車Go!》、雙人對戰籃球機，以及《Mario Kart》賽車，另引入美式專業級彈珠機Stern Pinball，提供物超所值的娛樂與休閒空間。



營業時間：二十四小時
地址：離港層L7—Q行段後

▼潮流生活選物店Ginger Store（薑館）。 ▼與本地設計及藝術單位合作，設計具香港特色的T恤。



營業時間：上午八時至晚上十時
地址：離港層L7—R行段後

3 本土原創潮物

Ginger Store（薑館）是成立於2008年的香港知名原創「文化衫」與潮流生活選物店品牌，以「本地薑」為核心理念，主打將天馬行空的香港本土創意、歷史文化與日常生活完美結合。品牌最受矚目的產品是印花T恤，至今已跟近三百個本地設計及藝術單位合作，設計師們通過獨特的藝術風格，將香港街道風景、歷史地標、經典美食、野生動物及山峰重新解構並印在衣服上。

15間航空公司 / 登記行段

- 香港航空 / Q、
- 亞洲航空 / V、
- 峇迪航空 / W、
- 海南航空 / V、
- 菲律賓亞洲航空 / V、
- 國亞洲航空 / V、
- 泰國獅子航空 / W、
- 柬埔寨航空 / W、
- 靛藍航空 / W、
- 越捷航空 / W、
- 曼谷航空 / V、
- 大灣區航空 / Q、
- 濟州航空 / V、
- 宿霧太平洋航空 / P、
- 香港快運航空 / U

註：以上地址均為「二號客運大樓」，文中所有資料以機場及相關店舖最新公佈為準。





鄧樹榮戲劇工作室2024年首辦「香港國際莎劇節」，今年續辦第二屆，規模更大節目更多，形式多樣化，鄧樹榮坦言有了第一屆的經驗，網絡擴大了，多了人認識莎劇節，「希望能建立較長遠的連繫，讓不同持份者深入交往。」

◀ 鄧樹榮希望莎劇節建立較長遠的連繫，讓不同持份者深入交往。



▼ 鄧樹榮跟梁天尺(右)、黎玉清(左)已合作多時。

第二屆「香港國際莎劇節」剛於上月圓滿結束，帶來十個來自香港及世界各地的當代莎劇作品，部份是上屆結的緣，譬如克拉約瓦國立劇院《哈姆雷特》（羅馬尼亞），其中兩位演員，曾參與上屆的《李爾王》演出，「《哈姆雷特》設兩面觀眾，是很有能量的演出。」得上屆《哈姆雷特_阿凡達》認識的韓國朋友穿針引線，韓國國立劇團的《第十二夜》也納入節目陣容，「《第十二夜》有強烈的韓國民族特色，也有韓式幽默，演員穿古裝，可說是一次移植、再造。」西藏自治區話劇團《哈姆雷特》，以藏語演出，港人過去甚少接觸西藏當代話劇，鄧樹榮覺得值得引介。

兩齣來自英國的獨腳戲：重塑莎士比亞劇團《馬克白》和無導莎士比亞劇團《盧克麗絲受辱記》，一男一女，各有特色，「《盧克麗絲受辱記》的艾蓮娜佩隆很有能量，演出也有種當代Reference。」《馬克白》由保羅古德溫自導自演，約一小時多，簡單、直接，訴說主角的內心世界，「表現一個演員在舞台上的各種技術。」《奧菲莉亞——物件劇場》（波蘭）以物件構作劇場語言，鄧樹榮坦言，物件劇場對自己有一定程度的影響，「觀乎今天女性的地位、權利、角色，還有性別流動，兩位女演員從她們的角度，看奧菲莉亞的遭遇，也是有趣的演繹。」

精選

十套佳作

迸發
當代莎劇
魅力





◀梁雍婷（左）於《奧賽羅》首度參演舞台劇正劇。

歷史與傳承意義

作為開幕節目，《奧賽羅》是重頭戲，雛形是鄧樹榮去年11月為新加坡Intercultural Theatre Institute執導的同名作品，當時是英語演出，他刪去枝節人物，僅保留八位主要角色，由四位畢業生演繹，「四人好像被困在一個空間！」這次香港演出，他作出文化移植，把時代背景改為明末清初，「是我多年來對劇場語言與本質的提問！」他深受中、英、法、印的文化，還有布萊希特的間離效果、史詩劇場；葛羅托斯基的質樸劇場；梅耶荷德的生物機械論、假定性劇場等流派影響，這些都導致《奧賽羅》的產生，「是有意識的融合。」

是次邀得梁天尺、黃智雯、黎玉清、梁雍婷演出，他跟梁雍婷是初次合作，其他三位已合作多時，「作為演員，梁雍婷『有啲嘢』，這次分飾最多角色，有趣。」

闊別觀眾多時的《泰特斯2.0》，上一次公開演出已是2018年，這次重演，正是2009年的首演版本，他不諱言更原汁原味，又提到該作是重要里程碑，是他對前語言表達方法的系統性實驗和運用，奠定他過去十多年劇場創作和訓練的重要基礎。他重召其中三位原班人馬，吳偉碩（梵谷）不僅演出，還擔當執行導演，配搭四位新血，「有歷史、傳承的意義！」

全新委約舞作《威廉的花園》（廣州）及《我們（不）是羅密歐與茱麗葉》（香港），湊成「莎士比亞舞蹈劇場」，前者以莎翁筆下的植物為靈感，通過身體表達；後者由曾桂宸、黎姹熹首次以夫妻檔自編自演，鄧樹榮覺得二人在當今的本地舞壇很有特色，既有一定的累積，也對未來有不少憧憬，在這個階段以舞蹈語言切入《羅密歐與茱麗葉》，令人拍案叫絕。



◀黃智雯於《奧賽羅》挑戰演繹大奸角姚岸高（Lago）。

▼《奧賽羅》四位演員飾演多個角色。



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

創新學堂 • 靈巧技能 • 職場升呢 • 個性全面睇 • 職場Q&A • 社創世紀 • 書評

社創世紀

社會投資長期偏低 惡性後果不可避免



最近看見新加坡的新聞說，以金錢獎勵的方式，對鼓勵年輕一代生育成效不彰，未來要思考如何建構家庭友好環境，例如解決年輕父母在教育、住屋等方面的擔憂。

一直以來，大部份人的思維都認為有錢使得鬼推磨，即經濟手段是最有效的方式去推動正面的事情發展。

但人類其實是社會動物，不單是經濟動物，所以已經經濟手段推行社會政策，最終會遇到瓶頸。但為甚麼我們那麼相信經濟手段是最有效的呢？這可以歸納在兩方面，一方面是經濟手段所要投入的資金是可以量度的，我們知道自己付出了多少去解決社會問題，其二是社會問題或效應一直缺乏可量度的方法，令人們未能知道其嚴重性或其改善了的程度。

最近香港經常有人自殺，無論是年輕人或家長，或者是照顧者及老人家，我們經常要等到悲慘事件的出現，才發現問題的嚴重性，但在平常的日子，我們沒有好好量度香港人的整體精神健康。相對而言，我們在量度香港人的經濟指標，每天都在新聞上面，不論是本地生產總值、人均收入、居住面積、畢業生人工、失業率、通脹等等。

一些東西如果沒有適當的量度，就很難管理，亦很難去改善，亦不知道改善的成效如何，應該要投入更多，還是可以接受，根本無從知道。香港社會長期忽視社會性指標的量度，令到資源的投入在社會效益或福利的事情上長期偏

低，直至問題嚴重到不可忽視的地步。儘管如此，我們亦不知道應該如何改善，令我們陷入於一個非常可悲的狀態。再舉例說，香港的殘疾人士就業率是多少呢？香港長者的孤獨感是如何呢？香港學生的壓力有沒有定時量度呢？香港中產的情緒健康是如何呢？香港的家庭和諧指數是多少呢？香港夫妻的和諧度是怎樣呢？由於我們沒有好好地量度及關注，這些地方終究會出現問題，因為沒有量度，就沒有辦法被人看見，亦沒有人願意投入合適的資源，去處理去防範問題出現。

筆者認識不少學者，在這些方面都有研究及量度方案，可惜他們在申請研究撥款時，同樣亦被看低一線。豐盛社企學會經常提出要量度社會效益，不是要勉強將一些很難量化的東西變成可量化，繼而可以監察或評核表現。相反，我們相信如果社會效益能夠被有效地量化，會吸引更多有心人的捐獻及投資，用在解決社會的各方面問題。

總括而言，香港投放在社會議題上的資源長期偏低，其中一個原因是缺乏對社會議題的量度方法，其二是人類是社會動物，單純金錢援助未能解決問題，需要以科學化的方式去建立一個社會支持（social support）系統，去照顧人包括在情感上、家庭關係、友情、被尊重、自尊心、自我效能感等各方面的支援。

過去數十年是以經濟發展為主軸，往後應該是經濟與社會發展並行的時代。



提防求職陷阱

喂，上次你話你搵到份好正嘅兼職，係做咩架？

係呀，我搵到一份做**刷單**嘅工作，時間好彈性，又會即時出糧，最啱我哋學生做！

咩係**刷單**呀？

有啲網店為求嘅短時間內製造高銷量假象去谷人氣，會請人做「打手」。

「打手」會先嚟網店度買嘢，然後店主就會將報酬連埋買貨成本入番落你戶口。



我已經收到兩次錢喇，完全冇問題嗰！嚟緊我會再買多啲，咁就可以再賺多啲！

嘩！聽落好似好筍嗰，等我都一齊做「打手」先！

咪住

你哋有冇睇新聞㗎？呢啲就係近年好流行嘅**刷單騙局**。

為博取信任，騙徒會哋完成頭一兩次任務後馬上出糧俾「打手」，利誘「打手」墊支更多金錢後，便會消失得無影無蹤。

騙徒有時為求給人可靠嘅形象，更會提供轉賬紀錄及公司文件，博取求職人士信任。

所以，一旦遇到「未上工、先收費」嘅要求，應三思及與家人朋友商量，以免墮入求職陷阱。

新聞時事多留意

尋找協助莫遲疑



Hi! 我想應徵呢份工。

你好，約你明天嚟XX商業大廈大堂見工。

你等陣去XX公司借錢，我哋會用借貸金額嘅3倍回購你份貸款合約，再俾五份一嘅貸款作為你嘅酬金。

吓！即係要用我個名去借錢？

借唔借好？唔係呢人啫……

千祈唔好呀！

呢個係**貸款陷阱**㗎！

唔駛還㗎，你轉讓咗份合約俾公司㗎嘛～

咁幾時出返糧俾我？

喂！點解財務公司追我還錢嘅！？

人呢！？

騙徒俾到貸款合約同貸款後就會失蹤，受害者不但攞唔到任何報酬，仲要背負高息債務，可謂得不償失。

另外，騙徒亦可能取得求職者嘅身份證號碼及住址證明等嘅個人資料，然後假冒佢地向銀行借錢。

所以，大家記住搵搵工時提高警覺，切勿為「賺快錢」而墮入求職陷阱。



尋求工作要留神 高薪陷阱要小心

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



梁偉峯

創新學堂 • 靈巧技能 • 職場升呢 • 個性全面睇 • 職場Q&A • 智富增值 • 書評

職場升呢

全球「社群媒體限齡令」： 徒勞無功的禁錮？

近年來，社交媒體演算法的成癮性及其對未成年人心理健康的負面影響，成為全球焦點。2024至2026年間，全球掀起一波前所未有的「社交媒體限齡立法潮」，許多國家試圖透過公權力介入，限制甚至禁止青少年使用社群平台。然而，這種強制手段將帶來哪些影響？是否真能發揮預期成效？

各國已從學術呼籲轉向強硬的立法規範。澳洲於2025年底領先全球，立法全面禁止十六歲以下青少年使用Instagram與TikTok等平台，未落實年齡驗證的企業將面臨巨額罰款。美國雖無聯邦統一規定，但佛羅里達州已禁止十四歲以下兒童擁有帳號，猶他州則實行「社交媒體宵禁」並強制關閉針對青少年的演算法推薦。在歐洲，法國規定十五歲以下未成年人須家長授權才能使用；英國《線上安全法》則要求科技公司主動過濾有害內容並實施嚴格的年齡估算。亞洲方面，中國採取了極為嚴格的「青少年模式」，限制每日連網時間並在深夜徹底斷網。這些實例標誌着全球社群媒體監管邁入全新階段。

推行限齡令將在社會與教育層面帶來深遠的雙面效應。正面而言，政策可望為青少年的心理健康築起防線。青少年正處於自我認同的關鍵期，遠離網絡能減少容貌焦慮、同儕比較與網絡霸凌；同時，阻斷「無盡捲動」等成癮設計，能幫助他們將注意力回歸實體社交、戶外活動與學業，並改善睡眠品質。然而，保護傘下也潛藏着隱憂。社交媒體是現代青少年的主要社交圈，一

刀切的禁令可能剝奪邊緣群體（如偏鄉或LGBTQ+青少年）獲取歸屬感與心理支持的管道，加劇其孤立感。此外，過度保護會延遲青少年「數位素養」的發展。專家警告，徹底的隔離會讓青少年失去在引導下逐步學習應對網絡風險的機會；一旦成年後禁令解除，他們在面對複雜數位世界時反倒會因為缺乏免疫力而更加脆弱。

就實際執行與科學研究來看，單純禁令的成效備受挑戰。首先是「地下化」風險。身為數位原住民的青少年，很快便學會使用虛擬私人網絡（VPN）、偽造年齡或借用成人帳號來繞過驗證；聯合國兒童基金會更警告，嚴格禁令可能迫使他們轉向監管鬆散、風險更高的隱蔽平台或暗網。其次，學界對「全面封殺社群能改善心理健康」尚無絕對共識，許多心理學家認為問題癥結在於「使用方式與內容」而非單純的年齡。更重要的是，限齡令產生了焦點錯置，政策只限制了使用者的存取權，卻放過真正的始作俑者——社群平台的成癮性設計。只要科技巨頭繼續以推播極端內容賺取流量，單純限制年齡便無法消除核心危害。

筆者認為，各國將「社交媒體限齡令」視為數位防護罩，但這更像是爭取時間的權宜之計。要真正保障年輕世代的數位安全，不能單靠政府「拔掉網絡線」。未來的解方必須多管齊下：政府應將監管核心轉向要求科技巨頭改變產品設計，落實「以安全為本」的開發原則，停止對未成年人投放成癮演算法；同時，學校與家庭必須攜手深化數位素養教育。

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)



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。

創新學堂 • 靈巧技能 • 職場升呢 • 個性全面睇 • 職場Q&A • 智富增值 • 書評

個性全面睇

職場上的第一場衝突沒有煙硝 卻極具破壞性



第一場職場衝突通常在甚麼時候發生？是正式入職後的試用期磨合？還是入職首日和同事發生摩擦？答案其實比想像中發生得更早。在那間看似平靜的面試房內，明明現場沒有大吵大鬧，甚至雙方都帶着笑容，但衝突已經在不知不覺中發生。

大部份人誤以為，必須伴隨激烈爭吵或暴力輸出的才算「衝突」。但實際上，衝突的本質源於人與人之間觀點、預期與背景的不協調。只要不同的人相遇，思想上發生碰撞，衝突就會自然發生。面試時當然也不例外，應徵者踏進一個完全陌生的環境，懷着緊張與不安的情緒，而面試官則帶着企業既定的標準來篩選對方。這種立場與期望的出入和雙方權力的不對等，正正提供了培育衝突的「最佳土壤」。試想像，若面試官此時擺出高姿態、言語間流露傲慢、甚至提出抵觸對方價值觀的提問，或刻意刁難壓價，彼此的預期落差便會在瞬間觸發衝突。只是，基於理性求職者的職場禮儀，即使內心感到極度委屈或被冒犯，表面上依然會維持禮貌。面試室內看似一片和諧，但這些被壓抑的負面情緒並不會憑空消失。當求職者踏出公司大門的那一刻，這場「隱性衝突」就會引爆。過去，這種面試後的抱怨頂多只是朋友或網友間的「口耳相傳」，影響範圍有限。但在今天，這份破壞力卻因人工智能（AI）的科技迭代而變得更不可控。隨着大家越來越習慣使用AI，網上散落的每一句惡言、每一

段極不愉快的面試體驗，都隨時變成了AI每天瘋狂吸納的訓練數據。相比以前逐頁翻查網頁，現在的求職者會直接向AI提問來了解目標公司的背景。試想像，當他透過AI查詢該公司的風評時，系統綜合碎片化的「怨氣」直接生成「傲慢、不尊重人」等負面資訊，那他還會選擇這間公司嗎？當演算法持續整合並放大「負評」，企業的聲譽將極難挽回。要化解這種衝突帶來的破壞力其實很簡單——就是「尊重」與「專業」。企業與應徵者間的關係由打電話約面試的第一秒鐘就已經開始建立。企業固然無法錄用每一位應徵者，但絕對可以避免製造無謂的衝突。面試官若能用專業態度和同理心對待每位求職者，即使對方最終未被取錄，也能讓對方留下一個被尊重的面試體驗和好印象。

謹記，負責面試的每一位員工，都是企業聲譽與風險管治的第一道守門人。在AI普及的今天，高質的面試體驗會被演算法放大，呈幾何級數擴散，並轉化為無形的數碼資產，從而提升僱主品牌，成為企業吸納頂尖人才的最強助力。

理想人才 隨搜可得



《JobMarket.com.hk》招聘網站

為僱主提供更**全面**網上招聘服務

24小時不斷放送

全天候為你招攬人才

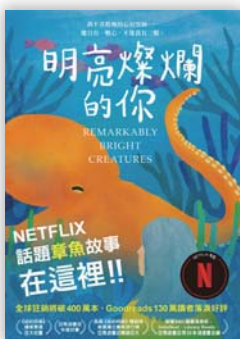


www.jobmarket.com.hk/Employer



廣告熱線：3181 3181

客戶服務熱線：3181 3322



書名：《明亮燦爛的你》
作者：雪比•范•裴特
譯者：汪芃
繪者：薇薇安•L•洛威
出版：寂寞
售價：港幣一百六十元

跟章魚做朋友

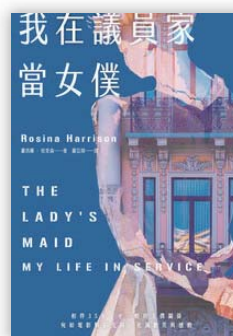
一個失去摯愛的女人，遇上了有三顆心、九個腦、八隻手的「神奇導師」，深夜水族館的諮商室，隆重開幕。

自從托娃的先生去世後，她便來到水族館當大夜班的清潔員。維持忙碌是她逃離傷痛的辦法，至少從三十年前，兒子在海上失蹤後，她便一直這麼過日子。不過，選擇水族館還有另一個原因：托娃喜歡跟水生動物「對話」，尤其是那隻名為馬塞勒斯的巨型章魚，一人一章魚開始建立起友誼。如果是真正朋友，無論是一隻章魚還是一尾喜知次也沒有所謂吧。

雲階月地 風塵僕僕

書名《我在議員家當女僕》中的女僕是真正的僕人。她在英國貴族莊園工作三十五年，以第一人稱回憶的方式，細膩描寫20世紀英國上流社會的真實運作——那些未被詳實記錄在歷史檔案中的日常、衝突與情感，全都發生在樓梯之下、走廊之間、清晨與深夜的工作時刻。

書中最引人入勝之處，在於作者長年近距離服侍一位充滿爭議、也極具影響力的女性——英國下議院第一位女性議員南西·阿斯特（Nancy Astor）。她既不美化，也不評判，而是以女僕的視角，呈現一段充滿衝突卻彼此尊重的關係。



書名：《我在議員家當女僕》
作者：蘿西娜•哈里森
譯者：羅亞琪
出版：一卷文化
售價：港幣一百七十三元



Informatics
Thames
College

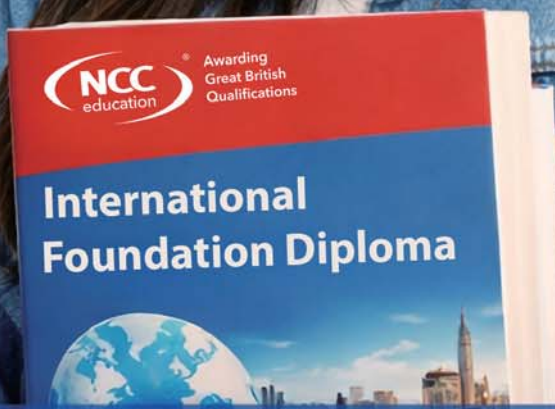


Awarding
Great British
Qualifications

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

立即掃描
了解詳情



WORK READY U READY



自資學士課程 · 現正招生
中六同學 · 立即報名

報名詳情



產品及時裝設計 | 酒店餐飲管理及科技應用 | 中醫藥及食品科學
運動及國際項目管理 | 數碼科技及創新商業
數碼建築及設備工程 | 園藝樹藝及園境管理