

第1516期

旅行資訊

遠足線

長征旅行隊

1月12日「周年長走之二，四秀」晨8時15分，東涌消防局側集合起步，低埔、鴨腳瀝、三山台、蓮花尾、雙東坳、大東山、伯公坳登鳳凰山，昂坪無水源大休，午後登彌勒山頂，黃茅嶺落亞婆請茶處，東涌散隊。全程山行8小時多，量力參加。

晚9-11 電：2818 7786 葉永常

冬梅之友 「大廟還神兼祈福」

1月12日(星期日)早上8時45分彩虹邨士總站近茶水站處認旗集合，往購買還神物品後，隨即出發往大廟還神祈福，樂山者提早起程乘車往將軍澳半見村起步，接孟公屋路山徑走釣魚翁郊遊徑順賞四周風光以及將軍澳的發展，蝦山駕專車接往大廟與大隊會合還神聚餐。

聯絡電話：何國雄 9229 0611

綜合線

獵影遊

旅訊：(一) 香港海事博物館(中環8號碼頭)於11日(周六)下午2時半至4時舉行「搜集1862年至1900年間的香港舊照」(英語)，講者Jonathan Wattis。(二) 香港郊野活動聯會於12日(周日)舉行「郊聯健步」，今年活動地點安排在最新開放的沙頭角邊境區，詳情見Http://www.hkfa.org.hk。

會訊：古道行樂「嶼南石壁登昂坪」。12日(周日)繼上期「南大嶼石壁訪古尋幽」後另一活動，主點重踏昔日貝納祺徑，現稱石壁郊遊徑，行經中狗牙嶺、西狗牙嶺登峰路口，環覽觀音山、獅子頭山、木魚山山景、寶蓮寺前解散。集思廣益「影藏歲月——香港舊照片集」15日(周三)本會參與康文署舉辦的展覽，透過先進科技和創新手法製作多媒體節目，觀眾置身今貌舊影中，感受非一般歷史圖片展覽。以上活動集合時間地點電聯。

查詢：5402 0372 郭志標

網址：http://photohiking .com

星藝旅行團 縱橫泉水嶺·昂堂古道行

(12日)晨準9時尖沙咀北京道1號「免稅店」出發。行程遍及鹿頸邊區緩步登臨八仙腳下橫嶺群峰、泉水坳、穿越迂迴曲折七木橋古道，與流水連綿繞絲溪、駐足「尤德亭」賞攝南涌谷地漁米之鄉與一河兩岸沙頭角幽美景色(午宴享用禦寒豬骨鍋粿菜佳餚)。續遊昂堂腹地穗風岩，舒步高地古村黃竹洋、山尾村，置身大自然幽谷之中別有意境。冷氣車隨團，每券\$150。

△2月1-3日，馬年(南番順)吉祥如意行好運。

查詢△券站：中環皇后大道中151號英記茶莊△九龍旺角道英記茶莊△2673 7941、6417 0168

珊瑚海渡輪服務 歡迎自由行參加

三家村(鯉魚門)←東龍島。乘雙層客船，經鯉魚門往清水灣半島對岸之南佛堂東龍島(又名東龍洲)。該島面積2.42平方公里，除了是攀石、露營、燒烤、觀星象，欣賞日出日落及拾螺垂釣的好去處外，也是探索古蹟的尋幽勝地。島上著名的炮台遺址，以及列為法定古蹟的「東龍石刻」，均值得細看。沿途可觀驚濤拍岸，一睹噴水奇岩，大開眼界。接續往飛機坪，遠眺西貢諸島和香港最南端的島嶼蒲台島，飽覽海上無限風光。

逢星期六、日及公眾假期開航，來回船費\$39。港鐵油塘站A2出口，向左行約10分鐘，便到九龍鯉魚門三家村小輪碼頭。

查詢熱線：2513 1103

友誼之旅會

※飛越二十八載，歡迎正職男女(色情免問)※

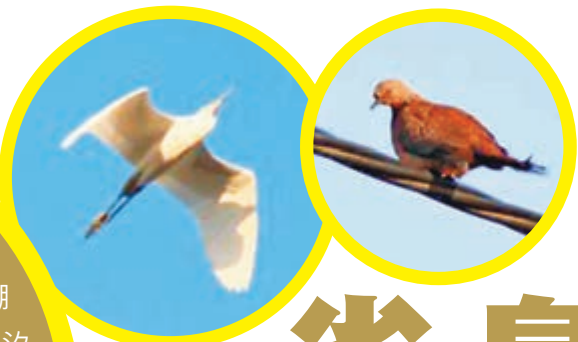
1月12日團年晚宴。1月19日迎春燒烤樂。1月26日下午茶敘。1月31日新年高纖武廣韶關、乳源、大峽谷三天團。2月9日團拜燒烤樂。2月16日新春遠足。逢三社交舞班，逢四卡拉OK自助餐。以上節目請早報名，額滿即止。本會為非牟利團體，歡迎正職男女(色情免問)。

地址：九龍油麻地彌打街33號雅達商業大廈21C室(紅茶館酒店對面)，油麻地港鐵站C出口(文明里)

電話：2771 3900 網址：http://marybeauty.com

雀鳥天堂 米埔自然保護區

■候鳥



米埔自然保護區位於香港新界西北部的天然河口區，以基圍與候鳥最為出名。區內有大片由潮水沖積而成的泥灘、紅樹林、基圍(潮汐蝦池塘)和魚塘，數十年來是候鳥的天堂。1984年，世界自然基金會開始接手管理米埔保護區，推行環境教育及保護工作。1995年，米埔及內后海灣共1,500公頃的濕地正式根據《拉姆薩爾公約》列為國際重要濕地。



■寒帶森林豆雁 相片由Koel Ko提供



■短暫棲息的 冬候水鳥

米埔自然保護區現時列為禁區，並不對外開放，參觀保護區需要事前向世界自然基金會香港分會作出申請，基金會在全年均接受公眾申請舉辦公眾導賞活動，其中如「米埔自然遊」逢星期六、日及公眾假期舉行，每次活動時間約為三小時，由專業導師帶領。

候鳥遷徙 春來秋往

米埔內后海灣坐落於東亞至澳大利西亞遷徙濱鳥的飛行航道上，是許多遷徙濱鳥的重要中途站，讓牠們可以在這裡歇息、覓食和補充體力，為繼續長途旅程作好準備。在秋季遷徙的濱鳥會往南飛至東南亞和澳大利西亞的地點過冬。牠們

會在春天再次途經香港，返回位於華北、蒙古和西伯利亞的繁殖地。在遷徙高峰期，每天會有多達10,000隻濱鳥飛過，而據估計每年共有120,000隻水鳥飛越后海灣。

米埔和內后海灣也是超過60,000隻水鳥的過冬地點，包括數以千計的鴨、鵝、鷺鳥、黑嘴鴨，以及著名的黑臉琵鷺等瀕危鳥種。這些鳥類多在10月底至12月抵達米埔，逗留到3月至4月，然後再飛回北方的繁殖地。

觀紅樹林 認識濕地

自然界濕地的重要性，在於濕地存有許多不同的生物資源，使許多物種得以生活及繁衍，物種多元化才是生機蓬勃的生境，單一物種只是生態大災難。在米埔自然保護區內就是生機蓬勃的生境。區內物種多元化，除了錄得逾380個鳥種外，在保護區內生活的兩棲動物主要是青蛙與蟾蜍，全屬原生品種。

保護區除了觀鳥外，尚可以觀賞樹

木，沿基圍的路徑上都有不同的樹木生長，有些在樹木前豎立了介紹牌，讓訪客從中認識樹木的資料。保護區內的樹林，除了陸上植物外，紅樹是最值得一看的，因為圍繞米埔及后海灣潮間帶的紅樹林是位列中國第六的紅樹林，包括在香港已有的8種真紅樹品種中的7種。

蘆葦荷花 野趣滿塘

尚有類紅樹及潮間帶植物，潮間帶植物例如蘆葦叢，在區內四處都是，更是廣東省最大的蘆葦叢之一，很值得一看。湖中蘆葦叢生，水禽翱翔，是一幅野趣橫生的田園畫。每逢秋天時刻，湖區蘆葦呈現金黃的一片，而池塘邊的樹木則充滿深深淺淺的黃色，十分動人。

此外，區內有一個寬闊池塘，橫過池塘的木橋是區內特色景點之一，木橋建構宛如橫過池塘，設計既安全又是無障礙，漫步橋上，在木橋上觀賞水鄉景色與花草蘆葦。池塘種有荷花。在荷花盛開的日子，約三五知己賞荷，人生一樂也！



■候鳥

■圍牆上的鳥

2014年1月7日 今日電視節目表 (星期二)

無線翡翠台	無線明珠台	J2數碼頻道	亞視本港台	亞視國際台	無線劇集台	有線電影1台	有線體育台
6:00 都市方程式 6:25 瞬間看地球 6:30 香港早晨 8:55 瞬間看地球 9:00 交易現場 9:45 金曲挑戰站 9:50 快樂長門人 10:00 雪山飛狐 10:30 跟紅頂白大三元 11:30 宣傳易及新聞提要 11:35 交易現場 11:45 娛樂無窮 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 1:00 午間新聞 1:15 瞬間看地球 1:20 左右紅藍綠 1:25 都市閒情 2:10 宣傳易 2:15 今日VIP及交易現場 2:45 高朋滿座 3:50 閃電十一人II及交易現場 4:20 放學ICU 5:20 星夢學園 5:50 財經新聞 5:55 姻緣接福及新聞檔案 6:30 六點半新聞報道 6:55 天氣報告 7:00 星期二檔案 7:30 東張西望 8:00 愛·回家 8:30 舌劍上的公堂 9:30 貓屎媽媽 10:30 守護生命的故事 11:00 晚間新聞 11:35 新聞檔案 11:40 天氣報告 11:45 瞬間看地球 11:50 娛樂頭條 12:00 今日財經 12:10 宣傳易 12:15 律政新人王II 1:20 宣傳易 1:25 今日VIP 1:55 東張西望	6:00 金融概要 7:30 NBC世界新聞 8:00 普通話娛樂新聞報道 9:00 CCTV News - 直播 10:00 金融行情 10:30 交易現場 11:00 金融行情 11:30 交易現場 11:32 金融行情 12:00 CCTV News - 直播 1:00 金融行情 2:00 交易現場 2:03 金融行情 3:58 交易現場 4:00 猩猩「Sing」(II) 4:30 環保小先鋒 5:00 功夫熊貓之至尊傳奇 5:30 至爆理論(VII) 6:00 普通話新聞 6:15 普通話財經報道 6:20 普通話天氣報告及普通話新聞檔案 6:25 財經消息 6:35 亞洲足球新天地 7:00 藝坊 7:30 七點半新聞報道 7:50 天氣報告 7:55 瞬間看地球 8:00 型廚食遊墨西哥 8:30 貓貓密語 9:30 明珠絕色:植物王國 10:35 環球金融速遞 10:40 福爾摩斯新傳 11:35 財經速遞 11:40 晚間新聞 11:55 瞬間看地球 12:00 律政師太 12:55 達喀爾汽車拉力賽2014 1:25 明珠檔案 1:55 世界足球狂熱 2:25 音樂熱點 2:30 貓貓密語 3:25 型廚食遊墨西哥 3:50 寰宇體壇 4:50 音樂熱點	9:00 驚天大冒險 10:00 愛的蜜方 11:00 冒險王 11:55 跑出新信念 12:00 姊妹淘 12:30 Big Boys Club 1:00 7級公務員 2:00 灰姑娘的姐姐 3:00 藝宅門 3:15 流行連環 3:50 世界那麼大 4:45 越夜越美味 5:15 姊妹淘 5:45 藝宅門 5:55 忍者的靈精 6:25 WORKING!!無聊西餐廳2 7:00 娛樂新聞報道 7:30 愛的蜜方 8:30 世界那麼大 9:25 跑出新信念 9:30 食勾勾全世界 10:00 姊妹淘 10:30 7級公務員 11:30 Big Boys Club 12:00 全職獵人 12:30 蒼天之拳	6:00 把酒當歌 6:30 亞洲早晨 7:30 把酒當歌 8:45 國際財經視野 9:15 理財博客之即市錦囊 10:15 通識小學堂 10:45 iFit@tv 10:50 ATV每日一歌 11:00 美麗傳說2 星願 12:20 馬上全接觸 12:25 當年今日 12:30 十二點半新聞/經濟快訊/天氣報告 1:00 理財博客之投資多面睇 2:25 iFit@tv 2:30 把酒當歌 3:00 左右紅藍綠 3:05 亞洲政策組:港人不能治港? 3:30 ATV粵曲會知音:林家聲戲寶承傳系列 4:00 通識小學堂 4:30 GIGA部隊 5:00 冒險王比特 5:30 星動亞洲/當年今日 6:00 六點鐘新聞 6:35 ATV焦點 6:45 經濟快訊 6:50 體育快訊 6:55 天氣報告 7:00 700萬人的先鋒2 / iFit@tv 7:30 亞洲政策組:港人不能治港? 8:00 星動亞洲 9:00 黃飛鴻 9:30 六合彩 9:35 黃飛鴻 10:00 國際財經視野/當年今日 10:30 夜間新聞 10:55 ATV焦點/馬上全接觸 11:10 把酒當歌 11:40 ATV每日一歌 11:50 胆識過人	6:00 Music 120 7:00 新聞早點-中國新聞報道 7:30 文化報道 8:00 藏在起跑線 9:00 小芬尼火燭車 9:30 The Wiggles Show! 10:00 中央電視台新聞-直播: 綜合新聞 10:30 文化報道 11:00 綜合新聞 11:30 旅遊指南 12:00 自然 12:30 中國新聞報道 12:50 Music 120 3:00 我係阿發仔 3:30 奇幻尋寶記 4:00 湯馬仕小火車 5:00 歷史知多D 5:30 亞視普通話新聞 5:48 經濟快訊 5:55 天氣報告 6:00 中國新聞報道 6:25 海客談 6:35 時事內幕追擊 7:25 財經匯報 7:30 新聞及天氣報告 8:00 焦點報告 8:30 萬中無一 9:00 心理追兇 10:00 藏在起跑線 11:00 夜間新聞 11:20 賽馬預測 0:50 中國新聞報道 1:20 焦點報告 1:50 藏在起跑線 2:50 Music 120	9:15 換面怪醫 10:00 瑪麗外宿中 11:05 求愛365 12:00 推理要在晚餐後 1:15 換面怪醫 2:40 求愛365 2:45 瑪麗外宿中 4:00 金田一少年之事件簿 香港九龍財寶殺人事件 5:00 原來愛，就是甜蜜 5:45 瑪麗外宿中 7:00 求愛365 8:00 金田一少年之事件簿 香港九龍財寶殺人事件 9:00 原來愛，就是甜蜜	7:10 恐怖熱線之大頭怪嬰 9:00 單身部落 10:45 東京攻略 12:45 賭城大亨II之至尊無敵 3:00 化骨龍與千年蟲 5:00 變戰沖繩 7:00 賈克拍人 9:00 20 30 40 11:15 葉問 1:25 色情男女 3:20 愛門大 5:25 野·良犬	6:00 體育王 6:30 韋伯盃保齡球賽 8:00 協會盃網球賽決賽 捷克對塞爾維亞 10:00 體育王 10:30 韋伯盃保齡球賽 12:00 體育王 12:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站 2:00 體育王 2:30 韋伯盃保齡球賽 4:00 體育王 4:30 協會盃網球賽決賽 捷克對塞爾維亞 6:30 體育王 7:00 韋伯盃保齡球賽 8:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站 10:00 體育王 10:30 韋伯盃保齡球賽 12:00 體育王 12:30 協會盃網球賽決賽 捷克對塞爾維亞 2:30 體育王 3:00 韋伯盃保齡球賽 4:30 世界盃短池游泳賽-杜拜站