

齋舖美食節推茹素

擲10萬展銷汲經驗 盼飲食變革普及素食

香港文匯報訊(記者 袁楚雙) 香港雲集環球美食, 假如要找一間素食餐館, 未知各「搵食達人」有何心水推介? 雖然素食慢慢在本地餐飲菜單中出現, 不過「無肉不歡」的普羅市民或仍把「素食」一詞停留在初一、十五上齋茹素的傳統意識中。有素食參展商趁「冬日美食節」舉行, 勇闖展場冀助港人跳出舊有飲食模式, 領悟素食文化的真正意義。

「甘薯業」今年3月成立, 早前已參加過美食博覽, 又開設迷你素食超市, 冀為本地飲食文化注入素食元素。創辦人王世豪指出, 素食在本港一向是非主流飲食, 即使近年愈來愈多人加入素食行列, 素食文化逐漸為人認識, 但一般人對素食的印象仍停留在「一定要上齋館食飯, 以為素食者一定會食得好齋」, 又或者根本不知道素食發展至甚麼地步。

「素食是對其他生命尊重」

素食在王世豪眼中卻是一種飲食文化, 代表人對其他生命的尊重, 「人既然無權剝削其他人的權利, 亦無權剝削其他動物的權利。」但在美食節出沒的普羅大眾絕大多數是素食新手, 可能對素食時有聽聞, 卻不知道素食可以非常多元化, 「所以我們在美食節和美食博覽都是提供試食為主, 要讓市民慢慢認識。」該公司提供的素食選擇包括多款不同的素肉食品, 如牛丸、叉燒、墨魚丸等, 店員介紹指出, 部分素肉的成分是麵粉, 經調味後可製成與原本肉類味道相似的素肉。

王續稱, 逛美食節的市民對於素食有多種食物選擇十分好奇, 甚至想不到素食也可以製出十分美味的菜餚。「其實可以間中吃一餐素食, 不是一定要持續吃素。」不過香港人普遍十分着重肉類在飲食習慣中的地位, 導致推廣上需要更花心思去改變固有的飲食習慣, 「難就難在如何在社會的飲食模式上推行變革, 每個人是否有心去改變自己的習慣。」他的目標是在本地餐廳及零售點都見素食食材選擇的蹤影, 普及素食。



▲「素食媽媽」老闆蔡海燕(右)一擲10萬元在美食節進行展銷, 但食材優質令成本偏貴, 料至少虧本一半離場。

▶「甘薯業」創辦人王世豪指出, 展銷期間發現市民對於素食選擇十分好奇, 因為其中一款試食素叉燒。



■米卷改良後用芒果、素三文魚、素魚柳及秘製素魚露醬作材料, 反應不俗。



「素食媽媽」: 料損手一半離場

在太子開素食餐館約兩年多的「素食媽媽」老闆蔡海燕, 由最初自己吃素, 到為一對愛女親自烹調素食, 「有見很多年輕人也會一星期吃一、兩餐素食, 而太子附近也比較少素食店, 所以變成開餐廳。」為了加強推廣素食, 她今年一擲10萬元在美食節進行展銷, 時至展期尾聲, 她坦言生意額遠遠不符合當初定下的目標, 預料會損手至少一半離場。

蔡海燕在美食節中體會到, 美食節普羅市民的飲食習慣與想像中不同, 有些市民仍覺得吃素是傳統的人才會做的事, 但她認為今時今日吃素也可以十分多元化, 並留意到社會上也有不少有心人推廣素食, 「自己作為小店只可用有限的策略吸引顧客, 素食店也需要與時並進, 在菜式搭配上可以更多變化。」面對虧本的5天展期, 蔡倒未有氣餒: 「第一次很冒險, 困難多少都會有, 如果不走出這一步, 再等下一年, 推廣又會遲了, 今次就當汲取經驗。」

鄧家彪倡速遞業可申聯保

香港文匯報訊(記者 葉佩妍) 隨着網上購物盛行, 速遞行業也連帶受惠。然而, 急增的貨件量令老闆及員工的工作壓力上升, 加上保險公司又把速遞業當成「高危行業」, 保費於3年至4年間上升近2倍至3倍, 令員工未能得到全面的保障。香港速遞業協會主席吳江表示, 現時速遞業嚴重缺乏人手, 惟因保障不足而無人願意入行。工聯會立法會議員鄧家彪建議, 政府應把速遞業列入高風險行業, 與搭棚及建造業等一樣, 可以申請聯保。

網購增工作量 人手缺3,000

吳江指, 本港每日的速遞件數目由去年的約15萬件, 增加至現時的約20萬件, 當中約有30%至40%是網購貨品。吳稱, 「速遞業的工作量上升, 但卻沒有人願意入行, 行內現時約有9,000多名員工, 但仍有約3,000個空缺, 主要是因為速遞員屬勞動性較大的工作, 而且在職業安全及保險上仍有不足。」

在職業安全方面, 吳江表示, 速遞件數目增多但人手卻不足, 所以每個速遞員負責的速遞件亦會上升, 加重他們的負擔。吳指, 雖然很多公司會為速遞員提供手推車, 但有些速遞員覺得這樣會造成額外的阻礙, 而且某些高級的商業大廈不准手推車進入, 所以速遞員往往要手攜大包小袋的速遞件, 令肩膀及關節容易受傷。

入行20年的洪先生指, 一般半日也需負責20公斤的速遞件, 亦曾試過半日速遞最多30公斤的郵件。他表示,

■鄧家彪建議, 政府應把速遞業列入高風險行業, 與搭棚及建造業等一樣, 可以申請聯保。



示, 「以前未有車隊協助時, 要自己拿所有速遞件或使用旅行噐, 所以經常會扭傷手腳, 但現時公司安排了車隊, 便輕鬆多了。」

外出工作 保費高文員6倍

由於保險公司擔心速遞員要外出工作, 容易受傷並經常索取賠償, 因而大大提高保費, 令很多速遞公司都難以購買保險。吳江表示, 一般速遞員的意外保險保費為1年3,000多元, 比文員高近6倍。他指, 「很多時只是一宗賠償額較大的意外, 就放大至整個行



■入行20年的洪先生指, 一般半日也需負責20公斤的速遞件, 亦曾試過半日速遞最多30公斤的郵件。

吳江盼政府制定行業指引

面對保障不足及難以購買保險的問題, 吳江希望政府能介入協助, 制定一些行業指引。工聯會立法會議員鄧家彪表示, 他們將於下月7日與勞工處會面, 向處方講述業界的苦況及提出建議, 包括加強速遞員的培訓及解決某些商廈不准手推車進入的問題。

他又建議, 政府應把速遞業列入高風險行業, 與搭棚及建造業等一樣, 可以申請聯保。

廉署設鄉郊選舉新例防「種票」

香港文匯報訊(記者 郭兆東) 廉政公署為明年初舉行的鄉郊選舉制定新例, 以進一步確保選舉廉潔公正。社區關係處選舉事務統籌鍾麗端表示, 廉署已製作新一批選舉資料冊並上載至網站, 因應上屆選舉共接獲110宗可追查投訴, 當中三分一涉及「種票」, 提醒選民若明知自己不在該住址居住, 卻用該地址登記選民資格並參與投票, 已觸犯《防止舞弊條例》第十六條。

新一屆鄉郊選舉將於明年初舉行, 屆時將於村代表及街坊代表選舉中選出代表, 參選鄉委會及鄉議局選舉。鑑於連串「種票」事件在上屆選舉中備受關注, 廉政公署為選舉制定新例, 以進一步確保選舉廉潔公正。

「社關處」選舉事務統籌鍾麗端表示, 以往長洲及坪洲選舉只受行政規管, 即使違規亦無例可循, 但今次選舉會將兩區一併納入《選舉(舞弊及非法行為)條例》中規管, 估計鄉郊選舉中, 村代表及鄉委會選舉將選出合共139名代表, 故希望一再提醒選舉的法律要求, 以免約萬名選民誤墮法網。

2011年接投訴 三分一涉「種票」

鍾麗端指, 雖然「種票」情況不算嚴重, 但2011年的鄉郊選舉共接獲110宗可追查投訴,

當中一半涉及提供利益及娛樂以取得選票, 另整體三分一涉及「種票」, 其餘則涉及填寫開支申報書時有錯漏。她稱, 當年共有13人因此被警告, 另有6人被檢控定罪。她強調, 每個人對「種票」有不同解讀, 但從廉署的角度而言, 「明知自己不在該住址居住, 卻用該地址登記選民資格並參與投票, 已觸犯《防止舞弊條例》第十六條。」

由於選期接近農曆新年, 農村會有大量喜慶節目, 廉署提醒參選人及選民留意出席活動時, 會否惹上賄選及收取利益等嫌疑。鍾麗端指, 明白部分傳統習俗如祭祖避無可避, 不排除上屆部分個案因「瓜田李下」被誤會, 但選民要留意若果有候選人請飲請食, 企圖改變其投票意向, 市民就不應接受款待。問及會否完全無法辨識, 鍾麗端笑言「要進行賄選目的, 總要令人知道才有效」, 故必然有跡可尋。

鍾麗端指, 在今屆的宣傳工作中, 廉署合共斥資128萬元, 製作新一批選舉資料冊並上載至網站, 同時進行了15場法例簡介會, 向約500位參選與競選人士介紹條例內容, 另派發約5萬張宣傳單張。

她稱, 因應今屆選民中有30%為61歲或以上長者, 廉署已主動聯絡服務鄉郊長者的中心, 舉辦20場講座講解選舉內容。



■調查發現三成教師因工作而感到長期焦慮不安。

兩成教師誨人已倦 近半有經濟壓力

不少人均認為教師薪高糧薄, 假期多, 但一項調查顯示, 有高達46%受訪教師感到有經濟壓力, 亦有31%的人會因工作而長期焦慮不安, 22%老師坦言厭倦教學工作。調查機構指出, 上述情況對教育界來說已是一個警號, 促請政府為教師提供更大支援, 包括增聘人手處理文件及削減課堂節數, 以紓緩教師壓力。

香港女教師協會及香港教育政策關注社於今年6月至7月期間進行了一項名為「教師對香生活的評價與期望調查」, 成功透過問卷調查訪問了823名來自30間中、小學以及幼稚園的教師。

90%教師樂於以港為家

調查顯示, 約90%受訪教師都愛護香港, 並樂於以香港為家; 92%的教師感到家庭幸福, 76%覺得感情生活如意。不過, 另一方面, 95%受訪者坦言擔心香港的物價不斷上升, 46%受訪教師感到有經濟壓力, 亦有31%的人會因工作而長期焦慮不安。

香港教育政策關注社主席張民炳指出, 其實教師在生活上面對着不同的困難。張民炳表示, 47%受訪教師健康有問題, 極需要休息調理。他又指, 不少教師均有經濟壓力, 即使有15%教師表示準備成家立室, 只有22%及20%教師會考慮置業及生兒育女。

45%對薪酬及晉升架構不滿

張民炳又表示, 教師的另一困難是工作繁重, 很多人休息不足而出現健康問題。而從專業角度出發, 近45%教師對薪酬及晉升架構不滿意。張民炳認為, 社會人士普遍都覺得教師是一份薪酬待遇不錯的工作, 但是次問卷調查結果則已為教育界響起警號, 證明教師的壓力情況不容忽視。

香港女教師協會周蕪茵建議, 政府在制定公共政策時, 應多諮詢教師的意見, 更應對教師提供更大的支援, 「現時教師所面對的壓力更包括課堂以外的文書工作, 所以增聘人手處理文書工作有助改善情況, 而削減課堂節數, 亦可紓緩問題。」

研「怪獸家長」心理 中大學者奪獎



香港文匯報訊(記者 李穎宜) 因在新聞訪問中聽到家長的一句說話: 「小朋友的表現就等於我的成績表」, 令香港中文大學教育心理學系助理教授伍斐然大感詫異, 並開始着力研究一舉「怪獸家長」操控式管教子女的心理因素。她發現不少香港父母都貫徹華人社會「萬般皆下品, 惟有讀書高」等根深柢固的觀念影響, 過於著緊孩子學術表現, 又愛操控子女, 故建議家長回歸基本步, 為子女付出愛與時間。有關研究令她成為2013年度中大青年學者研究成就獎的得主, 同時獲得10萬元研究經費。

港情況比美更嚴重

伍斐然領導的最新研究, 主要圍繞中國與美國的二百多名中產家長之育兒手法。她指出, 不同的傳統中國思想, 會令華人家長成為「操控型父母」, 內地和香港的情況比美國更嚴重, 特別是來自中產的家長, 「他們容易墮入強迫子女的陷阱, 因為他們有的是資源、時間和空間。」

研究又發現, 假如家長視子女表現為其個人的「成績表」, 即是代表子女表現與家長的自我價值掛鈎, 這往往令他們過度緊張子女在學校的表現, 並對子女施加更多壓力, 這些家長在教育子女時, 較著眼於子女的表現及成就, 而非他們的感受。

批商業教育機構鼓吹「發展黃金期」

伍斐然提醒家長, 上述情況對於小朋友來說, 是一種心理壓力, 某程度上比身體傷害的影響更深, 又指香港的父母較少調節身心的意識, 會把壓力和情緒加諸子女身上。她又批評現時不少商業教育機構, 鼓吹小朋友學習有「發展黃金期」, 令家長在子女年幼時已變得緊張, 不斷催谷子女參與不同的興趣班, 以「增強競爭力」。她反而認為家長教仔要用聰明的辦法, 如多留意子女的性格, 讓他們發揮所長, 健康地成長。

何栢良：料港禽流感個案陸續有來

香港文匯報訊(記者 陳廣盛、文森) 本港入冬後確診的首宗人類感染H7N9禽流感個案, 68歲女患者仍然危殆, 在屯門醫院深切治療部留醫。衛生防護中心的流行病學調查人員昨日已聯絡該病人的12名密切接觸者及47名其他接觸者, 當局呼籲市民不論在本地或外遊期間, 應時刻保持個人、食物和環境衛生。

有專家亦提醒市民到內地不要到街市或接觸禽鳥, 又預料未來兩三個月本港仍會有零星個案。

女放射技師對H3呈陽性反應

防護中心表示, 12名密切接觸者, 包括7名病人家人及5名曾與病人入住屯門醫院同一病區的病人中, 兩人出現病徵, 證實對H7病毒呈陰性反應; 屯門醫院42名涉及個案的醫護人員中, 一名25歲女醫生及一名43歲女放射技師出現呼吸道感染徵狀, 兩人的呼吸道樣本, 化驗後證實對H7病毒呈陰性反應, 但女放射技師的樣本就對H3病毒呈陽性反應。至於與病人一同到深圳龍崗的兩名人士就仍未取得聯絡, 防護中心正跟进。

防護中心又表示, 當局已聯絡廣東省衛生當局, 跟进該女病人於內地期間的情況。位於西貢的麥理浩夫人度假村, 正被改為檢疫中心, 安排沒出現病徵的密切接觸者接受檢疫。

港大感染及傳染病中心總監何栢良指, 就算沒有接觸到活禽, 但街市屠宰雞隻時出現的排泄物、雞毛等都會污染環境, 而病毒在環境裡面可以殘留傳染性一段頗長時間, 所以當市民在這環境待過後摸眼、摸鼻, 都有機會受到感染。他又指, 每逢年尾都有不少市民往返內地, 預料未來兩三個月本港傳入H7N9禽流感個案陸續有來, 提醒市民一旦出現病徵, 求醫時一定要說出自己的外遊紀錄, 否則會延誤病情。