派飯挨打無悔 明哥奪義工獎

每周派400飯盒 盼派遍全港「幫得一個得一個」

香港文匯報訊（記者 陳敏婷）深水埗燒臘飯店東主陳灼明（明哥）向來熱心行善派飯，近年更主動接觸露宿者，每逢周六晚與義工團一起派出400個飯盒。曾多次遇上橫蠻露宿者，明哥差點被拳頭攻擊，坦言「有唔開心」，惟希望「想有更多人得益」，因而堅持行善。明哥及其團隊昨日獲義務工作發展局嘉許為「傑出義工團隊」，明哥盼日後派飯足跡可踏遍全港基層地區，「幫得一個得一個！」

■義務工作發展局昨日舉辦「第六屆香港傑出義工獎」頒獎禮。 陳敏婷 攝

笑稱自己「唔識賺錢」

「可能我心太軟，不適合做生意，做慈善才適合我。」身為深水埗燒臘飯店東主，明哥笑稱自己是「唔識賺錢的老闆」，為了讓基層吃飽飯，寧願自己蝕本。隨着媒體廣泛報道，明哥派飯行義的理念愈來愈多人了解與認同，更有人要求加入一齊幫助弱勢，以行動或金錢支持。

去年開始，明哥與數名義工組成「北河同行」，派飯予露宿者、獨居老人、基層市民與少數族裔人士，由60個飯盒開始，至現時定期每逢周六晚上出動，每次派出400個，服務地區亦由深水埗擴展至元朗、土瓜灣及何文田等。

為弱勢送上熱飯之外，明哥及義工團又會同時進行探訪，暖肚又暖心，甚至幫助露宿者申請公屋。惟行善背後，明哥坦言有喜亦有悲，甚至曾遭受攻擊，「有露宿者罵我飯盒內的魚頭是賣剩的，起身想打我，其實哪可能賣剩400個魚頭？」有某些人想多拿一份食物遭拒絕，結果向明哥或義工動粗。說到堅持下去的原因，明哥說希望「有更多人得益」，又感謝外界的支持，希望未來可擴大派飯範圍至全港各基層地區。

助學習困難生 傅太同得獎

行善路上並不孤單，明哥以外還有很多有心人相信行善最樂。昨日同獲嘉許的傅太，擔任香港紅十字會甘迺迪中心義工達35年，雖現已年屆70，仍每周6天到校照顧弱能學生，剩下來的1天照顧自己於庇護工場宿舍居住的兒子。

傅太於甘迺迪中心主要幫助學習有困難的學生，例如坐在學生身旁講解課程內容，「有學生聽力不好聽不清楚，我會在他們耳仔邊講」、協助學生外出活動；另外又會於復康巴士提供服務，照顧及安撫學童在車上的情緒。

由於學童有時情緒不穩，或會突然發脾氣，曾有一次打了傅太一巴掌，令傅太眼鏡飛脫。憶起這件事，傅太強調純屬個別事件，「而且他是無心的！」

她又說，學童的純真令她感到愉快，「他們先遞茶點給我，然後才遞給老師，已經令我感到很窩心，覺得自己有價值。」

■明哥(右)及其團隊獲義務工作發展局嘉許為「傑出義工團隊」。 陳敏婷 攝

■傅太(左)雖現已年屆70，仍堅持每周6天到校照顧弱能學生。 陳敏婷 攝

義務工作發展局與路訊通昨日合辦「第六屆香港傑出義工獎」頒獎禮，頒獎予6位傑出義工，當中包括致力推動器官移植的伊利沙伯醫院腎科顧問醫生周嘉歡，並有6個傑出義工團隊以及3間企業獲嘉許。

做義工添自信 「老友」愈做愈快樂

■鄧女士參與義務工作多年，對工作充滿熱忱。 趙虹 攝

香港文匯報訊（記者 趙虹）退而不休的長者亦可憑一己之力貢獻社會，既助人，又助己。東華三院於去年11月至12月，訪問7間長者地區及鄰舍中心共228位長者，年齡介乎60歲至102歲，以探討參與義務工作與長者心理健康關係。機構昨日公佈結果，發現近70%受訪者最少一星期一次參與義務工作，而他們參與活動後的快樂程度大幅上升約三成，至91.6%

調查揭獨居長者做義工更合群

調查又發現，有關改變在非恒常參與義務工作的長者群組尤其明顯，如參與義工前後的自信程度由83.3%提高至98.4%，前後差異逾15%。獨居長者於參與義務工作前後的合群程度，亦由本來的64%大幅升至89.3%。

60歲退休人士鄧女士參與義務工作多年，對工作充滿熱忱，直言「做義工非搵笨」，又回想指自己於兩年前生活呆板單調，情緒更相繼出現問題，但透過參與義務活動，認識一眾義工朋友，情況得以改善。鄧女士現時每星期參與義務工作約4次，雖然曾被丈夫投訴「無時間陪他」，但卻倍感快樂。

負責調查的理工大學應用社會科學系社會政策研究中心主任鍾劍華分析指，是次調查中，非恒常參與義務工作的長者佔總數33%，逾一半因身體不便未能經常參與工作，認為該群組因不定期出席義務工作，因而事後所獲得的快樂、自信及合群升幅程度，均比恒常參與類別為高，相信參與有關工作有助改善長者抑鬱感及孤獨感，並可提高其自尊感。

他續說，「第三齡人士」泛指一些已從工作或家務崗位中退下來的人，處於享受退休生活時段，預料本港這類人數目將愈來愈多，認為是次群組多擁有豐富工作經驗及人生閱歷，應鼓勵他們發揮所長，貢獻社會，建議長者中心鼓勵長者應用其技能於長者義工服務中，從而幫助他們學習新知識及結交更多朋友，令自己變得更快樂。

動植物公園飼養員談「護猩育猴」心得

■香港動植物公園舉辦「動物護理聚談」活動，讓市民有機會認識園內動物。

香港文匯報訊（記者 文森）香港動植物公園今日10時及下午2時分別舉辦兩場免費「動物護理聚談」活動，讓市民認識園內動物，包括婆羅洲猩猩、紅頰黑猿、皇狨猴、紅手狨猴、金頭獅狨猴、侏狨、領狐猴和環尾狐猴等。園內資深動物飼養員會與遊人分享日常照顧靈長類動物心得，以及動物保育工作情況，市民可深入了解靈長類動物生活習性，以及牠們日常生活中的有趣故事。

有興趣參加者，可按時到動植物公園教育及展覽中心詢問處集合，詳情可於辦公時間致電：2530 0154查詢。

「佔」禍撕裂社會 60%人感港淪「不快之城」

■「HK.WeCARE 香港開心D」昨日舉行啓動禮，林鄭月娥勉勵市民「知足常樂、常存感恩」。左一為狄志遠。 趙虹 攝

香港文匯報訊（記者 趙虹）你今天笑了沒有？笑了多少次？笑過後，自問感到開心嗎？一群熱心人及機構自發組織「香港開心D」，於8月上旬訪問共逾1,500名市民，當中有644位學生及528位家長，以調查市民對快樂的看法。結果發現，雖近半市民對目前生活感到開心，但卻有近60%受訪者認為香港並非充滿喜悅的地方。34%受訪者認為，若能改善生活環境，香港人會感到更開心。家庭教育學院總監狄志遠指，現時社會充滿謾罵及批評聲音，市民處於該環境，難免感到香港並非喜悅的地方，促請社會各界反思及扭轉陷入撕裂的社會形勢。

「香港開心D」昨日公佈「你今日笑過未」調查結果，發現1,524名受訪市民中，近50%市民對目前生活感到開心，54%受訪者表示每天都會笑7次以上，卻有近60%受訪者認為香港不是充滿喜悅的地方。調查顯示，34%受訪者認為，若能改善生活環境，香港人會感到更開心；26%受訪者則認為，必須改善社會氣氛，港人才會更開心。

狄志遠促各界反思社會形勢

狄志遠表示，根據是次調查，不難發現香港是不開心的城市，認為現時社會充滿謾罵及批評聲音，而「佔領」行動後不但社會撕裂，「教會、家庭及公司都出現撕裂」，所以預計受訪市民因為受有關環境影響，多認為香港並非喜悅的地方。「雖然不少受訪者表示每天都有笑，但笑不等同開心。」他促請社會各界反思及扭轉陷入撕裂的社會形勢。

為「香港開心D」五位聯席主席之一的和富社會企業會長李宗德列舉調查數據指，逾60%市民相信，開心是可以傳染及與人分享的，所以機構未來或將加強與各企業合作及舉行活動，藉以向各階層市民傳播開心情緒。

林鄭勉民「常存感恩」

同場舉行「HK.WeCARE 香港開心D」啟動禮，約80位家長帶同子女參加，氣氛熱鬧。主禮嘉賓政務司司長林鄭月娥致辭時表示，香港是充滿活力及動感的大都會，但大家生活節奏急促，好像連問好時間也沒有。她認為開心其實很簡單，期望市民互相幫助，令香港更美好。她又笑言：「對我來說，開心就是不斷工作」，勉勵市民「知足常樂、常存感恩」。

比華利中港酒店
集團管理 · 自置物業
牌照號碼：H/0277 H/0278
尖沙咀 · 中港酒店 日租450元起
灣仔 · 比華利酒店 日租750元起
訂房專線：9509 5818
中港酒店：九龍尖沙咀白加士街1-11號1 & 2樓全層
電話：2730 1113 傳真：2723 5398
比華利酒店：香港灣仔駱克道175-191號京城大廈4樓全層
電話：2507 2026 傳真：2877 9277
網址：www.bchkhotel.hk

「流動藝館車」駛進中小學「播種」

香港文匯報訊（記者 文森）香港藝術館昨日在梳士巴利花園藝術廣場舉行賽馬會「藝術館出動！」教育外展計劃啟動儀式，為閉館期間舉行的一連串本地外展活動揭開序幕。是次教育外展計劃特別為本港小學及初中生而設。藝術館希望藉着「流動藝術館」——一輛藝術教育專車——把藝術作品帶進校園和社區。

康樂及文化事務署署長李美嫦在啟動儀式致辭時表示，藝術館於今年8月初暫時休館，準備進行大規模擴建工程。雖然藝術館大樓暫別以進行大變身，但該館展覽和推廣活動並沒有停下來。休館期間，藝術館會走出尖沙咀，推出多樣化新節目，與市民大眾近距離接觸。首個重頭節目就是賽馬會「藝術館出動！」教育外展計劃。

她期望這輛「流動藝術館」把藝術種子散播到香港每一個角落，讓學生及市民繼續以活動形式與藝術館保持聯繫。

馬會基金支持 計劃為期3年

她感謝計劃主要贊助機構香港賽馬會慈善信託基金，在基金鼎力支持下，「流動藝術館」在未來3年將於各學校及公眾場地推廣藝術，並委託10位本地藝術家推出創作活動，與學生和市民互動。她又感謝合作夥伴香港美術教育協會、香港知專設計學院和參與工作坊的藝術家，令「流動藝術館」活動內容更吸引、更富教育意義。

「流動藝術館」計劃為期3年，每年更新主題。首年以「變 · 新」為主題，善用藝術教育專車上特別設計的互動遊戲及複製品，配合藝術館導賞員講解，讓同學認識尋常事物「變 · 新」成藝術品的過程，體會藝術欣賞的樂趣。「流動藝術館」內容主要以藝術館四大類藏品為骨幹：中國文物、中國書畫、香港藝術及歷史繪畫。

14中小學試點 下學期接受報名

2015/2016學年上學期為計劃試驗階段，已有14所中小學參與成為試點；下學期公開接受學校報名。「流動藝術館」亦會經常到訪各區，讓市民參觀。

10位香港藝術家會陸續在「藝術館出動！」facebook推出有趣的網上活動和藝術家工作坊，歡迎市民參與。詳情可留意香港藝術館網頁（hk.art.museum）或「藝術館出動！」facebook專頁。

■賽馬會「藝術館出動！」教育外展計劃是一輛特別為本港小學及初中生而設的「流動藝術館」。

今日香港天氣預測

2015年 10月4日 星期日

密雲及有狂風大驟雨，海有大浪及湧浪

氣溫：	25℃-28℃	濕度：85%-95%	
潮漲：	00:35(2.3m)	14:12(1.7m)	
潮退：	06:56(0.8m)	18:10(1.4m)	
日出：	06:15	日落：18:10	

未來四日天氣預告 查詢天氣：1878200 查詢時差：10013或1000

5/10(星期一)	6/10(星期二)	7/10(星期三)	8/10(星期四)
氣溫：25℃-28℃	氣溫：26℃-29℃	氣溫：26℃-29℃	氣溫：26℃-29℃
濕度：80%-95%	濕度：80%-95%	濕度：70%-90%	濕度：75%-95%
多雲及有驟雨 海有湧浪	大致多雲 有幾陣驟雨	部分時間天色明朗 有幾陣驟雨	大致多雲 有幾陣驟雨

空氣質素健康指數

一般監測站#	
明日上午：	低至中
明日下午：	低至中
路邊監測站*	
明日上午：	低至中
明日下午：	低至中

1-3	低	一般空氣質素監測站設於中西區、深水埗、東區、觀塘、葵涌、荃灣、大埔、沙田、東涌、元朗、屯門、塔門
4-6	中	
7	高	
8-10	甚高	
10+	嚴重	

中國各大城市天氣預測

城市	最低	最高	預測
北京	12℃	25℃	天晴
長春	1℃	16℃	天晴
長沙	20℃	24℃	驟雨
成都	16℃	22℃	多雲
重慶	17℃	20℃	有雨
大連	15℃	23℃	天晴
廣州	24℃	27℃	有雨
貴陽	15℃	21℃	多雲
海口	24℃	27℃	有雨
杭州	19℃	25℃	驟雨
哈爾濱	3℃	15℃	天晴
合肥	16℃	26℃	密雲
呼和浩特	5℃	19℃	天晴
濟南	16℃	28℃	天晴
昆明	15℃	24℃	驟雨
蘭州	8℃	24℃	天晴
拉薩	9℃	24℃	天晴
南昌	20℃	27℃	密雲
南京	17℃	25℃	密雲
南寧	23℃	30℃	驟雨
上海	20℃	25℃	驟雨
瀋陽	3℃	22℃	天晴
石家莊	15℃	26℃	多雲
台北	26℃	32℃	有雨
太原	7℃	24℃	天晴
天津	15℃	26℃	天晴
烏魯木齊	11℃	25℃	天晴
武漢	16℃	25℃	多雲
西安	12℃	23℃	密雲
廈門	24℃	30℃	多雲
西寧	3℃	19℃	天晴
銀川	7℃	22℃	天晴
鄭州	15℃	26℃	密雲

世界各大城市天氣預測

城市	最低	最高	預測
亞洲			
曼谷	24℃	29℃	雷暴
河內	26℃	33℃	密雲
雅加達	24℃	32℃	天晴
吉隆坡	25℃	33℃	雷暴
馬尼拉	25℃	30℃	毛毛雨
新德里	21℃	35℃	天晴
首爾	12℃	23℃	多雲
新加坡	26℃	34℃	驟雨
東京	17℃	27℃	多雲
澳洲			
墨爾本	18℃	26℃	天晴
悉尼	17℃	35℃	天晴
歐洲			
阿姆斯特丹	6℃	17℃	多雲
雅典	18℃	24℃	多雲
法蘭克福	8℃	19℃	多雲
日內瓦	10℃	18℃	驟雨
里斯本	16℃	24℃	多雲
倫敦	10℃	16℃	明朗
馬德里	12℃	23℃	多雲
莫斯科	3℃	15℃	天晴
巴黎	10℃	20℃	多雲
羅馬	16℃	23℃	薄霧
美洲			
芝加哥	13℃	14℃	天晴
檀香山	25℃	31℃	驟雨
洛杉磯	19℃	28℃	有霧
紐約	11℃	13℃	有雨
三藩市	15℃	20℃	天晴
多倫多	6℃	11℃	多雲
溫哥華	9℃	17℃	天晴
華盛頓	10℃	17℃	有雨