

城大生智障童攜手戰渣馬

伴跑練習互勉交流 傷健更顯共融

■左起：陳雅麗、阮永豐、萬卓文、王俊康、陳樂男及周日光，分享他們對馬拉松的感受。香港文匯報記者馮健文攝



■右起：陳樂男與王俊康、萬卓文與阮永豐組成拍檔參加渣打馬拉松。香港文匯報記者馮健文攝

香港文匯報訊(記者馮健文)不少人以為跑步是一個人的運動，但其實大家如能相互同行、結伴而跑，所發揮的能量可以很大。香港城市大學師生將與教導輕中度智障學生的天保民學校學生，攜手出戰即將舉行的渣打香港馬拉松，雙方透過伴跑練習，互相學習和勉勵，在過程中彼此都有很大得着，更能達至傷健共融。

渣馬將於本月21日舉行，城大14名師生將夥拍天保民的14名學生及舊生，一同參加十公里賽事。城大代表團籌委會聯席主席周日光、天保民校長陳雅麗、城大跑手阮永豐與王俊康，以及他們的拍檔、天保民學生萬卓文及陳樂男昨日與傳媒會面，分享他們參賽前的感受。

跑步增交流 易完成目標

周日光表示，城大已是第十一年出戰渣馬，為將運動的精神延伸至社區，令社區更團結，他們今年與天保民合作，由城大師生與天保民學生配對成14組參賽，在練習及比賽時可彼此交流，互相激勵，更易達到完成賽事的目標。

他解釋，特殊學生跑步時易受身邊人事影響，容易分心，亦不時因疲累而失去動力，

中途放棄，如果有人伴跑，可以及時提醒及給予鼓勵，大家有好的節奏，一起完成跑程。他又指，表面上好像是他們幫助特殊學生，但其實他們的學生亦有裨益，因可感受到自己如何幫助別人，未來亦會對社會作出貢獻。

陳雅麗表示，學校已是第八次參加渣馬，認為跑步運動對學生來說較易掌握，且既可鍛煉出良好體魄，其間與同學及伴跑的哥哥姐姐有更多交流，可加強他們的社交能力，此外亦能透過訓練及比賽，提升同學們的自信心和毅力，去應付未來的挑戰。

22歲的阮永豐和20歲的王俊康分別是城大商業及管理學系四年級及二年級學生，兩人均是校內運動健將，盼可藉着參與今次活動，利用運動幫助他人。他們不約而同表示，當跑到一個位感到疲倦，會欠缺動力去

完成跑程，但如有拍檔一起跑，大家可互相擊掌鼓勵，成為彼此的支柱，會有更大推動力繼續前進，完成目標時間。

同樣就讀中六的萬卓文(18歲)及陳樂男(17歲)，今次分別夥拍阮永豐和王俊康參賽。他們於2014年已是天保民長跑隊成員，分別參加了4年及3年香港特殊馬拉松三公里賽事。萬卓文更於去年的賽事中，獲得少年組第五名。

萬卓文說，他一直有參與田徑活動，今次為吸取經驗，挑戰十公里賽事，期望可以超越以往自己做出的時間。

智障生愛跑步 做事更有耐性

陳樂男則坦言，以往不喜歡跑步，易心急也易放棄，現在愛上跑步後，做事更有心機和耐性，目標是要完成賽事。

豪華巴士車費貴 工聯批變相加價

香港文匯報訊(記者文森)政府計劃推出豪華巴士服務，九巴早前建議開辦P960線及P968線，由屯門及元朗分別往來港島，巴士不設企位，車程較同類路線快10分鐘，但車費貴50%。工聯會立法會議員陸頌雄昨日批評，除了價格上的差異，看不出豪華巴士有什麼好處，又形容「好似燒賣加粒蟹籽就係係豪華燒賣」，希望巴士公司先改善現時服務。

陸頌雄昨晨出席港台節目指出，現時傳統巴士服務仍未有改善，市民於繁忙時間乘坐巴士時已十分擠迫，推出更多豪華巴士將令市民逼於無奈乘坐，有如變相加價。

他直指，50%加幅不合理，令人難以接受，以往空調巴士和非空調巴士服務的票價只相差20%，豪華巴士只是座位較闊，以及多了無線上網和充電設施。

對於否會在議會支持豪華巴士，他認為票價是關鍵，加價10%至20%較為合理。他又指，巴士公司需改善現有服務，如可作出協調，讓繁忙時間某些巴士由中途站開出，令在中途站上車的乘客也有位可坐。

民建聯區議員、屯門區議會交通及運輸委員會副主席葉文斌在同一節目表示，豪華巴士票價已超出市民負擔，新增服務也不吸引。

民記倡速解擠迫問題

他又透露，過去曾於繁忙時間乘坐960線，在西隧外等候5輛巴士才能勉強擠上車，因此認為與其推出豪華巴士，不如先解決現時的擠迫問題。

至於巴士重組，葉文斌認為作用不大，因重組方案提交到區議會後，每位區議員都會捍衛自己屋邨的線路，最後令重組方案不了了之。他建議巴士公司增加多些巴士，先服務多人使用的路線，再作調整。

全球快樂評分 港排尾七

香港文匯報訊(記者文森)美國民調中心蓋洛普昨日發表的最新年度調查顯示，香港在全球十大不快樂國家或地區中排名第七，淨快樂評分僅得29分，伊朗則成為全球最不快樂的國家或地區，其次是伊拉克及烏克蘭。同時，斐濟以92分淨快樂評

分成為全球最快樂國家或地區。

斐濟膺全球最快樂國家

調查指，十大最快樂國家或地區榜首為斐濟，哥倫比亞及菲律賓分列第二位及第三位。排第四位至第九位的依次為墨西哥、越南、哈薩克斯坦、巴布亞新幾內亞、印尼、印度，至於阿根廷與荷蘭則並列第十位。

香港的淨快樂評分則在調查涉及的超過50個國家或地區當中，排行尾七。蓋洛普於去年10月至12月訪問全球55

個國家及地區共超過5.3萬名居民，了解他們過去一年是否快樂，結果顯示約60%受訪者認為自己活得快樂，但全球快樂評分較前年低10分。

報告指，2017年幾乎每星期都傳出恐襲事件，屬艱辛的一年，影響許多人生活。調查機構負責人認為，快樂與否並非與居住的國家或地區有關，而是受每人的年齡、收入、教育程度或生活方式所影響。

港島婦聯執委選舉 張雅麗連任主席

香港文匯報訊(記者子京)香港島婦女聯會第五屆執委選舉日前順利完成，張雅麗連任主席。她感謝眾理事的支持和鼓勵，冀延續上屆成績，繼續發揮女性獨特優勢，與時俱進、開拓創新、群策群力，共同為香港繁榮發展作出更大貢獻。

張雅麗表示，香港島婦女聯會過往積極參與社會服務，與不同機構合辦各類活動，她認為婦女今天實際上已是「撐起半邊天」，在香港，婦女既是家庭支柱，亦是重要的人力資源，更在社會其他方面擔當重要角色，該會同仁肯定婦女對家庭的重要性，亦重視婦女就業的權利，讓更多婦女發揮潛能，服務社會。

香港島婦女聯會於2005年4月成立，服務地點分佈香港島中西區、灣仔、東區及南區，個人會員超過250人，團體會員51個，屬會會員超過3萬人，該會以「團結婦女組織，發揮婦女潛能，關注婦女權益，推動婦女參與社會事務，提升婦女社會地位」為宗旨，以提高婦女素質，爭取和維護婦女的合法權益為目標，為現代婦女提供學習、交流、聯繫的平台。



香港島婦女聯會新一屆執委會主要成員合影。

香港島婦女聯會第五屆執委成員尚包括副主席陳麗華、趙華娟、程莉元、蕭麗娜、蕭燕珍、陳巧莉、李莉、廖美玲等。

四邑商工總理監事換屆

香港文匯報訊(記者子京)香港四邑商工總會第三十四屆在理事長陳啟球、監事長鄧悅仁的領導下，會務蒸蒸日上，成績超卓，隨着任期告滿，該會依章改選，並選出第三十五屆理事監事會成員，包括理事長司徒耀宗，監事長陳啟球，副理事長陳鴻基、何深權、陳中偉及各組主任、理監事等。

陳啟球回顧任內工作

該會日前在會所舉行新舊首長交接典禮，第三十四屆理事長陳啟球致辭，回顧任內工作。其後由榮譽會長關汪洲主持新舊任理監事會交接典禮。

新任理事長司徒耀宗致辭指，十九大報告在有關港澳部分中明確指出，要以粵港澳大灣區建設、粵港澳合作、泛珠三角區域合作等為重點，全面推進內地同香港、澳門互利合作。這為香港今後融入國家發展大局，具體清晰地勾畫了路線圖。香港



司徒耀宗(左)接受陳啟球(右)移交印信，關汪洲(中)主持見證。

亦要及時抓住這個歷史性機遇，充分發揮自身與國際接軌的優勢包括金融業、服務業、貿易物流業等，主動與大灣區內的城市加強合作，找準香港在這些優勢領域的定位，推動實現大灣區經濟一體化，使東方明珠更為璀璨。

校董學會邀陳帥夫談大灣區機遇



香港校董學會舉行專題講座，賓主合照。

香港文匯報訊(記者子京)香港校董學會日前舉行「粵港澳大灣區規劃中的香港機遇」專題講座，邀請政制及內地事務局副局長陳帥夫作專題演講。

高家裕：抓機遇是港重中之重

香港校董學會主席高家裕指，該會成立以來，積極凝聚港各大學、中學、小學、幼稚園的校長或校董，促進不同學校校董之間的交流，並積極就社會關注的教

育議題發聲。校董本身也是來自各行各業，因此大家也都關心香港的未來發展。

他續指，粵港澳大灣區規劃被稱為國家未來一世紀的首要百年大計，可見其在國家整體規劃中的分量，香港過去20年，因產業結構未有太大變化，已漸漸落後於形勢，故如何在此新世紀規劃中把握機遇，實在是未來香港重中之重。

陳帥夫在演講中指，粵港澳大灣區包括港澳及廣東省9個地級市在內的區域，經

濟實力不容忽視，因其總產值已超過舊金山灣區，直追東京灣區，並以追趕紐約灣區為目標。

他指出，過去的珠三角經濟規劃是地區性的，但今次的粵港澳大灣區規劃則是面向全世界的。

陳帥夫強調，粵港澳大灣區前景燦爛，對香港未來發展是一次難得的機遇，除了香港原來已有的國際金融中心、航運航空中心以及物流、人才流、資金流及訊息流等優勢外，未來更可以在科技合作上更向前進一步，包括在河套地區建立深港合作的科技發展基地等。

今日香港天氣預測

2018年1月4日 星期四

漸轉多雲 有一兩陣微雨

氣溫：18°C-21°C 濕度：75%-90%

漲潮：11:21(1.6m) 22:10(2.6m)

退潮：04:20(0.2m) 15:16(1.2m)

日出：07:03 日落：17:52

未來四日天氣預告

5/1(星期五)	6/1(星期六)	7/1(星期日)	8/1(星期一)
氣溫：17°C-20°C	氣溫：16°C-18°C	氣溫：16°C-19°C	氣溫：13°C-17°C
濕度：75%-90%	濕度：80%-95%	濕度：80%-95%	濕度：75%-95%
大致多雲	密雲	多雲 間中有雨	多雲 有幾陣雨
有一兩陣雨	間中有雨	能見度較低	氣溫顯著下降

查詢天氣：1878200 查詢時差：10013或1000

空氣質素健康指數

一般監測站#

明日上午：低到中

明日下午：低到中

路邊監測站*

明日上午：低到中

明日下午：低到中

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、港門、將軍澳

4-6 中

7 高

8-10 甚高

10+ 嚴重

中國各大城市天氣預測

北京	-5°C	0°C	密雲	呼和浩特	-14°C	-5°C	密雲	哈爾濱	-18°C	-9°C	天晴	廈門	15°C	20°C	密雲
上海	6°C	7°C	有雨	西貢	-4°C	-2°C	有雲	南京	16°C	22°C	密雲	廣州	16°C	21°C	密雲
天津	-3°C	0°C	密雲	合肥	0°C	3°C	有雲	長沙	5°C	7°C	有雨	鄭州	-5°C	-2°C	有雲
太原	-6°C	-3°C	有雲	成都	2°C	6°C	密雲	武漢	-1°C	3°C	有雲	海口	18°C	22°C	有雨
台北	17°C	22°C	密雲	長沙	1°C	4°C	有雨	拉薩	-8°C	6°C	多雲	桂林	7°C	10°C	有雨
				杭州	3°C	6°C	有雨	南昌	4°C	7°C	有雨	貴陽	2°C	5°C	有雨
				昆明	7°C	15°C	驟雨	南京	0°C	2°C	有雲	貴陽	2°C	5°C	有雨

世界各大城市天氣預測

馬尼拉	25°C	31°C	有雨	歐洲				倫敦	6°C	10°C	天晴	多倫多	-16°C	-7°C	有雲
悉尼	19°C	25°C	多雲	巴黎	4°C	13°C	有雨	馬德里	9°C	17°C	天晴	芝加哥	-15°C	-10°C	有雲
曼谷	25°C	31°C	有霧	日內瓦	9°C	12°C	雷暴	莫斯科	1°C	2°C	天晴	洛杉磯	11°C	24°C	天晴
吉隆坡	24°C	32°C	雷暴	米蘭	-2°C	9°C	有雨	雅典	9°C	13°C	有雨	紐約	-9°C	-2°C	天晴
河內	18°C	27°C	毛雨	里斯本	13°C	17°C	密雲	羅馬	2°C	13°C	薄霧	溫哥華	0°C	7°C	天晴
東京	1°C	9°C	天晴	新德里	5°C	20°C	有霧	聖多明各	2°C	13°C	多雲	華盛頓	-12°C	0°C	多雲
首爾	-7°C	0°C	多雲	墨爾本	13°C	26°C	天晴	阿姆斯特丹	5°C	9°C	有雨	三藩市	10°C	16°C	驟雨
				墨爾本	13°C	26°C	天晴	法蘭克福	6°C	11°C	驟雨	檀香山	18°C	27°C	天晴