

News Buddy

British government announced a ban on disposable plastic straws

英國計劃禁用膠飲管

原文

下文摘錄自香港《文匯報》2018年2月25日報道：

全球塑膠廢料 (plastic waste) 氾濫，其中在歐洲，回收率 (recycling rate) 只有不足三成。英國環境大臣 (Environment Secretary) 高文浩 (Michael Gove) 2月23日表示，計劃禁止使用即棄塑膠飲管，以保護海洋生態。

作為疑歐派 (Eurosceptic) 成員，高文浩把這項建議與英國脫歐 (Brexit) 相提並論，指出脫離歐盟 (European Union, EU) 後，英國更容易採取措施打擊塑膠污染。歐盟隨即駁斥相關言論，揚言考慮於今年夏季推出同類立法，搶先英國一步。

英國每年消耗850萬支塑膠飲管，不少遭棄置到海洋，它們在自然環境分解 (break down) 所需時間約為200年。聯合國 (United Nations) 警告，若亂拋垃圾情況持續，到了2050年，海洋塑膠數量將較魚類更多。

高文浩受訪時，被問到會否推行塑膠飲管禁令，他直言膠飲管破壞海洋生態 (marine ecology)，限制使用是好事。立場向來疑歐的高文浩趁機批評歐盟，

稱擔心歐盟法例 (legislation) 限制英國禁止塑膠飲管，「留在歐盟使我們暫時不能採取某些行動」。

歐盟委員會 (European Commission) 副主席蒂默曼斯 (Frans Timmermans) 其後在推特 (Twitter) 發帖，稱歐盟將於今年夏針對即棄塑膠飲管立法，「比你們 (英國) 早一步，或許你能追上我們吧。」歐盟亦計劃於2030年前，達至區內所有塑膠均能重用 (reusable) 和回收 (recyclable)。高文浩不甘示弱，反稱歐盟沒明確提到禁止膠飲管，故英國才是領先的一方。有大學講師批評高文浩言論失實，指出蘇格蘭 (Scotland) 地方政府早已宣佈，明年底前禁用膠飲管，故歐盟法例不會構成障礙 (obstacle)。

然而，全面禁用膠飲管引起頗大爭議，尤其是兒童、長者和殘疾人可能不方便拿起整個杯子，需使用飲管協助。使用飲管亦可減低含糖分和酸性飲料 (acidic beverage) 對牙齒的傷害。

蒂默曼斯表示，公眾可使用紙製飲管代替膠飲管，亦有環保團體 (environmental group) 建議公眾購買可循環再用的飲管，減少浪費，但承認對一刀切 (one-size-fits-all) 禁令有保留。



英國每年消耗850萬支塑膠飲管，不少遭棄置到海洋。作者供圖

考考你

1. 英國過去每年出口約50萬噸塑膠廢料到什麼地方回收處理？
2. 中國於何時啓動新法規以禁止「洋垃圾」進口？
3. 英國地方政府協會 (Local Government Association) 曾建議用什麼方法處理廢棄物？
4. 香港採用什麼系統分類塑膠以便回收再造？
5. 承上題，該系統把塑膠分為多少個類別？

1. 中國內地及香港
2. 2018年初
3. 焚化 (Incineration)
4. 英國「綠點」(Green Dot) 標誌可回收的「塑膠編織系統」(Coding System)
5. 單一七瓣圓筒

譯文

Million tonnes of plastic waste is generated worldwide every year, but few countries are practicing recycling, among which the recycling rate in Europe is less than 30%. The British Environment Secretary Michael Gove announced on February 23 a ban on disposable plastic straws for the sake of marine conservation.

As a Eurosceptic person, Gove mentioned the proposed policy together with Brexit, saying that it would be easier for the country to tackle plastic waste after

leaving EU. But EU shot back and said that it would be one step ahead of Britain to formulate similar legislation in the coming summer.

Britain consumes 8.5 million straws a year and many of them are not properly disposed of and end up into oceans finally, but it can take over 200 years for them to break down in the natural environment. The United Nations warned that if the levels of pollution continue, there might be more plastic than fish in oceans by 2050.

When asked whether to impose a ban on plastic straws during interviews,

Gove said that a restriction on the use would be worth introducing as they brought about adverse impact to the marine ecology. He went on saying that enforcement of the ban could be hindered by EU legislation, as "one of the things about being inside the EU is that there are some steps that we might take environmentally but can't yet".

The European Commission Vice President Frans Timmermans later pointed out on Twitter that EU was already planning to impose such ban in this summer, mocking that EU was "one step ahead of you (Britain). Maybe you can

align with us", while it was also targeting to make all plastic packaging reusable and recyclable by 2030. Gove hit back by saying that EU had never clearly brought forward any proposal to ban plastic straws, so that Britain should be the first to introduce such policy. Yet, university lecturers criticized Gove for making false allegations, saying that the local government in Scotland had already proposed to ban plastic straws and would have the enforcement in place before end of next year, so EU legislation should not be an obstacle.

However, the proposed policy is

deemed controversial as some thought that it would hurt those who cannot hold cups properly and need straws, especially the kids, elderly and people with disabilities. Also, using straws is believed to help reduce the damage to teeth caused by sugar and acidic beverages.

Timmermans advised people to consider using paper straws instead. Certain environmental groups suggested using reusable straws in order to reduce waste; meanwhile, they held a conservative view towards this one-size-fits-all policy.

綠藻助降溫 提煉變燃料

回想去年收到港燈的通知，得知我考入選其「綠色能源夢成真」比賽時，一眾師生均非常雀躍，因為能讓我們有機會實現一個夢想，就是獲資助研發再生能源設施，並在校內舉辦大型展覽，向同學及公眾宣傳綠色能源，推動保育環境，達到人與大自然並存的夢想。

綠化建築外牆 減少陽光直射

香港公開大學科技學院院長何建宗教授一篇研究以藻類代替一般有葉植物作垂直綠化 (如建築物外牆的綠化) 的報章訪問，啟發了我校師生，知道由此可更有效減少陽光直接射入室內，有助降低大廈溫度，令建築物節能效率更高。

同學們看畢報道後，感興趣之餘亦十分積極從網絡及書本上搜集更多關於綠藻的資料，發現原來目前已有不少國家利用綠藻提煉成生物燃料。

因此，同學們開始研究在學校建立小型裝置，探究降溫的效果之餘，同時製造生物燃料，更可將此培植綠藻的計劃融入校內STEM教育之中，藉此將綠色能源、可持續發展、STEM元素等的概念推廣至小學部學生。

在製作的過程中，我們將裝置放到生物實驗室內，並加裝氣泵、各種感應器及使用網絡攝錄機24小時監察綠藻的生長情況。不過，過了多個星期，綠藻的生長情況和我們搜集到的資料相差甚遠，綠藻生物量非常少，對我們來說是一大挫折。

數量不似預期 綠藻繁殖困難

面對困難，同學沒有放棄並不斷檢討，最終估計是自來水中含有的氯氣阻礙綠藻生長，因此改用隔夜自來水再次培植綠藻，但仍是失敗。我們進一步嘗試改良培植方法，加入適量營養液，而綠藻的生長及繁殖有明顯改善，可惜所產生的生物量始終不足。



同學參加港燈「綠色能源夢成真」比賽，介紹藻牆和產生生物燃料的理念。

在去年整個7月至9月期間，全隊成員不斷摸索一套有效培植綠藻方法，但結果仍然不如人意。

一直與隊員並肩作戰的余穎芝同學分享說：「雖然我們到最後也未能製成生物燃料，但也證實了綠藻對降溫是有成效的，當中最令我興奮的是在探究過程中，全隊也發揮到科學及團隊精神，就是不斷改良實驗方法，一起堅持解決問題的精神。」

能夠將研究發現向其他同學及公眾人士，透過校內的展覽加以宣傳和分享，已令我們甚感驕傲和興奮，亦希望更多人了解綠色能源，了解環保的重要性。最後，我們更獲大學教授指導培植綠藻的竅門，亦從各方搜集資料，了解培植綠藻的營養液成分等。今年當天氣再次回暖之時，我們會重整旗鼓，再次培植綠藻，實驗提煉生物燃料，延續我們的綠色能源夢。

黃應昌老師
學校：東涌天主教學校

港燈「惜」用電計劃，致力教導年輕一代及公眾人士培養良好的用電習慣，目前全港已有三百多間中小學校加入「綠得開心」學校網絡。詳情可致電3143 3757或登入www.hkelectric.com/smartpower。

心理得

青年隱閉或因社交焦慮

最近，社會非常關注「隱閉青少年」這個問題，因為他們不但白白浪費了很多「黃金歲月」，影響學業和工作，而且令身邊

的親友非常擔心。筆者有一個案，22歲的阿文隱閉了一年，他的媽媽非常擔心，患上抑鬱症。經過詳細評估，原來阿文患了社交焦慮症。

社交焦慮症近年漸受關注，求診人數亦不斷上升，一生發病率約3%。

功能上失調 與害羞不同

社交焦慮症患者會恐怕成為眾人注目對象，他們會逃避參與社交場合，當被人注視時，會面紅、作悶作嘔、心跳、手震，甚至有便急的感覺。他們內心希望與別人相處，但又十分害怕，因而感到沮喪，嚴重者會患上抑鬱症。很多人分不清害羞與社交焦慮的分別，其實，社交焦慮症是指患者功能上失調，例如他們會逃避開會，當學生的，可能會逃避與同學進行小組討論，進而影響日常生活。若只是害羞而沒有影響日常生活，並非患上社交焦慮症。

社交焦慮症徵兆

1. 其中一個徵兆：害怕成為眾人注目的對象 避免社交場合
2. 最少兩個緊張徵兆：面泛紅潮 作悶作嘔 大、小便急的感覺
3. 情緒不穩
4. 知道是不需和過分
5. 影響日常生活

社交焦慮的成因可與性格、家庭、成長背景及過去經歷有關。性格害羞、內斂、孤僻的人，或缺乏自信心者，他們一般並非社交能手，害怕與人接觸，甚至將自己收藏起

來，部分隱閉青年就是患上社交焦慮症。此外，若家庭對孩子過分呵護，例如不讓子女參加學校旅行等社交活動，久而久之，他們變得不懂與人相處，失去交際能力。

另一方面，過去在社交中的不快經驗，都是成因之一。患者可能因一次當眾被奚落或受很大挫折，因而害怕再面對社交場合。

屬於情緒病 可服藥治療

社交焦慮症屬情緒病的一種，同樣與腦部傳遞物失調有關。因此，患者一般需要服藥治療，以穩定情緒，並且教導患者控制焦慮情緒，例如在緊張時深呼吸及進行鬆弛活動等。然後，再配合行為治療法，讓患者循序漸進地參與社交活動，從而累積成功交際經驗，增強自信心。患者應多找朋友陪伴自己去街，最初可找一個死黨陪伴，信心增加後，可多找幾位朋友陪伴。

方法是透過小組輔導形式，教授患者與人相處的社交技巧，從而改善他們的人際關係。李醫生以下介紹的社交相處技巧法，對於沒有患病的人來說同樣受用；想改善社交表現，不妨參考以下幾點：

1. 在公眾場合放膽說話，表達自己思想，不要隱藏自己。
2. 不要太介意別人的批評，應嘗試接受別人善意的批評。
3. 盡量遷就別人的興趣，不要因為興趣不同而逃避與朋友相處。
4. 嘗試改變自己思想方式，不要只回憶在社交場合中失敗的經驗，應想想成功經驗，從而提升自信心。
5. 在社交場合中控制個人情緒，不要亂發脾氣，應心平氣和與別人相處。
6. 包容他人，不要否定別人的活動。
7. 在衣着方面，應選擇適合該場合的服裝。
8. 不論男女均須注意儀容。

香港心理衛生會委員李永堅醫生 (精神科專科)

香港心理衛生會

輔導服務：3583 1196