抗戰勝利74周年 鳴槍21響向先烈致敬

■董建華、林鄭月娥、王志民等出席中國人民抗日戰爭勝利紀念日儀式。

香港文匯報訊（記者 郭家好）為紀念抗日戰爭勝利74周年，特區政府昨日上午在香港大會堂紀念花園舉行官方紀念儀式。全國政協副主席董建華，香港特區行政長官林鄭月娥，中聯辦主任王志民，外交部駐港特派員謝鋒等出席，儀式現場舉行莊嚴的升旗儀式後，鳴槍21響向先烈致敬。

董建華林鄭月娥王志民等出席

紀念儀式昨日上午在香港大會堂紀念花園舉行，儀式包括升國旗、鳴槍致敬先烈、默哀、獻花圈、鞠躬禮等環節。董建華、林鄭月娥、王志民、謝鋒，以及特區政府主要官員、行政會議成員、立法會議員、終審法院首席法官馬道立、紀律部隊代表、前東江縱隊成員、退伍軍人代表等出席紀念儀式，在場人士默哀兩分鐘後，各界代表向先烈獻花圈，林鄭月娥上前整理花圈緞帶，並鞠躬向逝世軍人致敬。

全國人大常委會2014年2月決定，將9月3日確定為中國人民抗日戰爭勝利紀念日。特區政府自2014年起，每年9月3日舉行官方儀式紀念中國人民抗日戰爭勝利。民政事務局回覆查詢時表示，因應近日社會情況及基於安全考慮，今次活動並沒有安排傳媒採訪。

林鄭：兩地青年交流拓視野增見聞

陳冬與青年分享三點希望 冀為港止暴制亂

■林鄭月娥致辭。

■陳冬致辭與青年分享三點希望。

■香港青聯第二十七屆會董會就職。

香港文匯報訊（記者 子京）「慶祝中華人民共和國成立70周年香港青年聯會第二十七屆會慶及會董會就職典禮暨香港青聯交流基金周年會慶」昨日舉行，香港特區行政長官林鄭月娥，外交部駐港特派員謝鋒，中聯辦副主任陳冬，駐港部隊副政治委員陳亞丁，中華全國青年聯合會秘書長劉愛平，香港特區政府民政事務局局長劉江華、政制及內地事務局局長聶德權等，應邀出席主禮。

林鄭月娥致辭指出，香港青聯多年來致力培育青年人發展，推廣及促進香港青年與內地和海外青年的交流，以培養香港青年成為建港人才為目標。香港青聯舉辦了不少具質素的交流實習活動，讓香港青年有機會到內地不同省市交流和工作，拓闊視野、增廣見聞之餘，亦為他們日後規劃個人發展打好基礎。

陳冬致辭時，與青年分享三點希望：

一是希望大家多為止暴制亂、恢復秩序擔當出力。當前香港面臨回歸以來最嚴峻的局面，在這緊要關頭，希望香港青聯新一屆會董會繼續帶領大家勇敢地站出來，全力支持特區政府依法施政，止暴制亂，恢復秩序，引導大家停一停、想一想，冷靜下來，回到課堂、回到工作和生活的正常軌道，重拾信心向前看，重整行裝再出發。

二是希望大家多為青少年交流實習牽線搭橋。為香港青少年到內地學習、生活、發展提供便利條件和廣闊舞台，讓他們感受到血濃於水的同胞情誼和祖國大家庭的溫暖。

三是希望大家多為香港青年發展搭台搭梯。希望香港青聯多聆聽青年心聲，多反映青年訴求，集思廣益，為政府施政建言獻策，為青年發展搭台搭梯。

典禮上，各港澳台青年社團翹楚共賀國慶及香港青聯成立27周年，見證青聯第二十七屆會董會就職。

日均僅瞓4句鐘 打工仔預「睡眠債」

香港文匯報訊（記者 趙夢縈）香港人生活節奏快，工作繁忙，經常因捱夜加班而缺乏睡眠。一項調查發現，受訪的上班族平均每日睡眠僅4小時，近八成半人認為「瞓得少」很普遍。如此「睡眠債」債台高築的情況，可能導致工作表現及生產力降低，反而令企業，以至社會經濟得不償失，有關專家呼籲市民應正視睡眠質素，注重工作和休息的時間分配。

本港創新企業SLEEEP昨日公佈一項有關上班族睡眠態度及習慣的調查，該調查於今年8月進行，採用網上問卷形式，訪問173名年齡介乎20歲至45歲的在職者。

受訪者認為每天充足的睡眠時間應為6小時；惟受訪者（受訪前一周）每日實際平均睡眠時間只有4小時。逾半受訪者表示自己的睡眠時間「不足」或「非常不足夠」。

■創新企業SLEEEP調查顯示，香港上班族睡眠不足情況普遍，平均每日僅睡4小時。 SLEEEP供圖

■SLEEEP旗下膠囊酒店「眠社」，為上班族提供充電式睡眠空間。 SLEEEP 供圖

逾八成人指「瞓得少」極普遍

上班族對於睡眠的態度亦值得關注，逾八成（84%）受訪者認為「瞓得少」在香港十分普遍；兩成人對「瞓得少的人」的觀感正面，認為他們有能力（9%）、有生產力/有效率（5%）和善用時間（4%）。僅28%受訪者認為「瞓得少的人」不愛惜健康。按年齡組別分析，40歲至45歲年齡組別的受訪者報稱睡眠不足的比率最高。

調查分析指，該年齡段人群生活及工作壓力都較沉重。

香港大學心理學系副教授陳濬靈表示，優質和充足的睡眠可以給人身心貫注活力；令頭腦更清晰敏銳；但是一些名人政要標榜自己「瞓得少」的言論，會令公眾形成錯覺，以為「瞓得少」是能幹和成功者的象徵，其實兩者並不能畫等號。

對於近月不少人因為關注社會上的示威和衝突事件而無法安寢的情況，陳濬靈指出，長期和重複接收令人不安的資訊可能損害精神健康，建議市民學會管理情緒，如有失眠或睡不穩的情況，最好在睡前避免看干擾情緒的新聞和資訊。

陳金樑任中大常務副校長

■陳金樑獲中大委任為新的常務副校長，明年生效。 中大供圖

香港文匯報訊（記者 高鈺）中文大學校董會通過，委任於香港土生土長、現新加坡南洋理工大學副校長陳金樑為新的常務副校長，於2020年1月起生效，任期5年。上任後陳金樑將與校長緊密合作，籌劃大學未來之教研計劃，並加強學術與應用研究之發展，並會領導中大延聘和培養教研人員，制定教研資源分配方案。

陳金樑是中國哲學和宗教、詮釋學和批判理論專家，早年他在港中學畢業後負笈加拿大攻讀學士、碩士及宗教研究博士學位並留在當地任教，1991年加入新加坡國立大學，曾擔任多個管理職位及獲頒卓越教學獎。他於2009年加入南洋理大出任人文社科院長及哲學系教授，去年1月獲委任為副校長，負責統籌校友事務、大學發展和國際關係。

早在14年前陳金樑便曾於中大人文學科研究所任訪問學者一學期，他將接替擔任中大常務副校長10年、12月底卸任的華雲生，成為校長段崇智的副手及大學首席教務主管。

他對於獲委任感榮幸，亦感恩能在闊別香港多年後回家，為香港的高等教育與研究出一分力。

貼地善用fb專頁 房協獲金獎

香港文匯報訊（記者 聶曉輝）房協的社交媒體策略及方案在由《Marketing》雜誌主辦的「PR Awards 2019」中榮獲「最佳社交媒體運用組別」金獎，頒獎禮於日前舉行。房協表示，其社交媒體策略以建立持份者關係為目標，透過實用與趣味兼備的資訊提供互動溝通平台聯繫受眾，日後將繼續透過多元的溝通渠道和創新的資訊內容，進一步加強與持份者的聯繫。

房協副行政總裁陳欽勉指出，房協致力與時並進，積極發揮「房屋實驗室」的角色，以嶄新的房屋項目回應社會所需，達到「建屋惠民」的目標，「我們透過精簡易明的資訊以至溫馨動人的小故事，加上『貼地』的溝通渠道及模式，讓更多年輕受眾認識房協的工作與服務市民的宗旨和信念。」

房協近年積極透過社交媒體與居民、商戶及公眾等不同持份者保持溝通及互動交流，藉此推廣房協的工作及提升企業形象和認受性。

其中在2017年推出的facebook專頁「房協人．情．味」除了提供文字資訊外，亦透過活動直播、相片及由「網紅」、房協職員、管理層或轄下出租屋邨居民粉墨登場拍攝的人情味短片，清晰地將房協的發展項目、服務、政策及日常生活小百科呈現公眾眼前，營造一個房協的專屬社區，居民及公眾亦不時利用該網上平台提供意見或作出查詢。

■房協的社交媒體策略及方案在由《Marketing》雜誌主辦的「PR Awards 2019」中榮獲「最佳社交媒體運用組別」金獎。

「房協人．情．味」專頁自啟用至今已發佈逾370個帖子，總瀏覽次數合共逾98萬次，截至今年6月底的追蹤者人數按年增加逾70%。自今年5月開始，房協亦透過社交平台Instagram專用賬號發佈訊息，開拓溝通渠道以接觸更多市民。加上房協在YouTube的專設頻道及官方網頁等多個媒體的相輔相成下，房協的網上宣傳策略成效更顯昭彰。

六合彩MARK SIX

9月3日(第19/101期)攪珠結果

2 8 17 24 27 39 10

頭獎：—

二獎：$2,352,780 （0.5注中）

三獎：$84,210 （74.5注中）

多寶：$29,543,529

下次攪珠日期：9月5日(星期四)