

訪培僑分享堅持精神 400 學生求教反應熱烈

亞洲飛人與港生互動勉追夢

國家短跑名將、男子 100 米亞洲紀錄保持者蘇炳添，昨到訪香港培僑中學參與「與冠軍同行」活動，為來自 17 間香港中學近 400 名學生代表帶來一場生動的體育及人生課堂。蘇炳添以自己的「堅持」故事精神激勵一眾學生，鼓勵同學在體育道路上勇敢追夢，又耐心回答同學提問，分享自己如何調整比賽心態及面對瓶頸期，以及相信努力比先天更重要的信念。學生對蘇炳添的到來反應熱烈，並與他一起參與體育互動小遊戲，學習體育知識和技巧。



蘇炳添昨在培僑中學與學生分享體育和人生課堂。

在活動期間，身兼暨南大學體育學院教授的蘇炳添回憶起 2019 年，那年他非常渴望突破亞洲紀錄，但面臨後勤和訓練不足，更在訓練中遇到韌帶受傷嚴重影響腰椎，甚至可能導致殘疾。得知消息後，他不期然走到田徑場上思考整個運動員生涯，已年過三十到了運動員生涯分水嶺，疑慮自己是否真的沒辦法再次突破，重新在賽場跑道上「起飛」。他形容當時內心深處有聲音不停對自己說，要堅信自己還有能力繼續奔跑，遂積極參與康復訓練。

到了東京奧運賽場，他看到眾多參賽運動員都是 00 年後的選手，八十年代出生的他感到格格不入。惟正因他擁有豐富賽場經驗，最終在半決賽跑出 9 秒 83 並刷新亞洲紀錄。

蘇炳添直言這個成績對他具有重大意義，不僅鼓勵了年長運動員，也證明堅持的價值。他勉勵學生說，自己花了 3 年時間從 9 秒 99 提升到 9 秒 91，再花 3 年到達 9 秒 83，指堅持一次有很多人也能做到，但堅持多次則不是每個人都能做到。

蘇炳添又說，自己在成功的道路上沒有前輩可供參考，只能靠自己摸索，因此成立了速度研究訓練中心，希望將自身經驗轉化為科研成果，幫助其他學生減少走彎路。現年 34 歲的蘇炳添今年進入休賽階段，但強調自己還在堅持，「希望明年在 35 歲時還能夠出現在巴黎，繼續為我們祖國爭光。」

學生大受激勵 打消放棄念頭

一直熱愛短跑的培僑中學中四學生王誠俊自小學起便參與田徑訓練，現為校隊選手。他直言儘管不斷努力訓練，但近期成績並沒顯著提升，令他懷疑自己是否已到極限，甚至想過放棄，故昨日特別向他非常崇拜的蘇炳添提出瓶頸期的問題，並從中大受激勵，不再有自我



學生對蘇炳添來訪反應熱烈。

放棄的念頭。培僑中學校長伍煥杰表示，今次活動是蘇炳添首次透過「與冠軍同行」計劃到訪香港的學校，機會非常難得，他形容活動效果非常好。昨日活動由廣東省體育基金會、香港教育工作者聯會及培僑中學聯合主辦，是「與冠軍同行」系列活動之一。

曾憲哲迷路時靠喝溪水求生

失蹤多日的拔萃男書院應屆 DSE 學生曾憲哲，在大批搜救人員的堅持不懈下，前日終在馬鞍山郊野公園被尋回。其母在社交媒體發文指，曾憲哲目前精神及身體狀況良好，並指其子一度迷路，被困山上期間靠意志力及喝溪水求生。男拔師生對曾憲哲獲救感到鼓舞，祝願他早日康復回校上課。

曾憲哲母親昨日凌晨在 Facebook 表示，其子迷路被困林中 8 天，完全沒有進食，僅憑驚人的意志力和喝溪水求生。由於遇上 9 號風球和黑色暴雨全身濕透，兒子認為繼續穿着衣服會生病，所以脫下衣服盡量躲在草叢中避風雨。目前，其兒子身體精神狀況大致良好，現於醫院留醫和觀察，希望專注兒子康復，她打算接受訪問。

拔萃男書院同學都對曾憲哲獲救感到高興，梁同學表示，很多同學非常擔心他的安危，在各大社交媒體廣發尋人訊息，如今得悉他獲救後「全部都好開心，好開心搵番佢。」但梁同學認為，現時應給予其家人時間和空間處理，希望曾憲哲早日康復。另一位同學則勉勵曾憲哲，「希望佢唔好咁大壓力，快啲返嚟學校一齊讀書。」

建立照顧者為本政策 須由基礎做起

筆者上月出席了由社會福利署舉辦的「齊撐照顧者行動」起動禮，為照顧者們「打打氣」。在加強支援照顧者方面，政府於去年施政報告提出了多項措施，目前正逐步推展，包括上月已投入服務的照顧者支援熱線，以及下月將推出「照顧者資訊網」等。雖然支援逐步增加，但服務需求同樣龐大。據悉，支援熱線在運作首 6 天已接獲近 1,200 宗求助個案，足見照顧者們對情緒支援與疑難排解等需求之殷切。

近年涉及照顧者的悲劇再三發生，政府有必要主動出擊，做好照顧者訊息收集工作，查找社區的高危個案。觀乎現時的支援措施，似乎要靠照顧者主動求助，做法相對被動。《2021 人口普查》顯示，近三成與 60 歲及以上需要長期照顧人士同住的主要照顧者為長者，

反映「以老護老」的情況相當普遍。這些較年長的照顧者即使有需要也未必會主動求助，更遑論使用電子平台尋求支援。當局應化被動為主動，繼續加強外展服務，「落區」識別急需支援的隱形個案。

要建立照顧者為本政策，須從基礎做起。目前當局未為照顧者設立官方定義，也沒有為正規及非正規照顧者建立數據庫，試問怎能精準地為有不同需要的照顧者提供支援？目前澳洲、美國等地都有確立照顧定義的相關法案，做法值得香港借鏡；另外，當局去年中曾委託理工大學展開支援照顧者的研究，有關研究報告有為照顧者制訂擬議的定義，也是值得參考及探討的方向。筆者期望政府能夠充分諮詢各界持份者，盡快訂立照顧者官方定義，為「照顧者為本」政策打下堅實的基礎。

理大智能輪椅 樓梯月台可上落

為應對人口老化帶來的挑戰，兩間由理工大學校友創立並獲理大支持的樂齡科技初創企業，分別研發出可克服崎嶇不平路面的智能電動輪椅，讓行動不便的人獨自上落樓梯及跨越鐵路月台空隙，享受出行自由，以及一款智能防感染流動乾廁，可有效節省護理員清潔便廁椅和處理排泄物，及降低人手接觸導致細菌傳播的風險。兩款產品計劃於今年底推出市場，有望提升長者和殘疾者的生活質素，以及減少照顧者的壓力。

智能電動輪椅由理大校友徐華峰及林炫燦聯合創辦的途齡科技研發，身兼公司首席工程師的徐華峰昨日介紹，該款名為 TENK 的輪椅採用獨家專利

的輪帶系統設計，能夠在樓梯、草地或沙灘上行走，克服了傳統輪椅在起伏不定路面活動時的限制，其續航力亦較同類產品高 50%，可持續於平路行走 36 公里，及可上落樓梯，同時保持 200 公斤的負重不變，而且結合零件採購的成本優勢，售價約 8,000 美元（約 6.3 萬港元），可比外國類似產品低約六成。

另外，智能防感染流動乾廁則由理大校友胡百非和夥伴李隆江創立的百隆人工智能研發。胡百非介紹，他們研發出名為 allcareAI™ 的智能防感染流動乾廁，能有效節省護理員清潔和處理排泄物時間達 74%，並降低人手接觸導致細菌傳播的風險。



智能電動輪椅克服傳統輪椅的活動限制。

周昇詞

周小松
立法會議員
勞聯秘書長