

# 你的心聲



## 徵稿啟事

本版歡迎各界人士投稿，來稿內容和題材不限，文責自負，每篇在600字以內，可用實名或筆名發表，但原稿需註明真實姓名和聯繫方法。如刊用將付薄酬。投稿及查詢，請電郵至：opinion@lionrockdaily.com

## 奧運直播與睡眠「碎片化」

荃葵

香港與巴黎有6個鐘時差，看奧運直播多數要熬夜，對翌晨要上班的人更是一種「精神考驗」。

昔日娛樂不多，難得遇上電視台直播世界盃，我雖不是球迷，也晚晚與球迷父親和弟弟一起守在電視機旁，大家都顧不上翌晨要上班或上學。那時我家住公屋，入住時單位空蕩蕩，要自造板間房或買上下格床，再拉上幾幅布簾遮擋一下，全家人才有「各自的空間」。所以，一個人說話，全家人都聽得見。其實，那時整個屋邨很多戶都在「燈光火着」看直播，呼叫聲此起彼落，弄得不看直播的人「無覺好瞓」。

今天對於巴黎奧運，一位朋友頗有分寸，揀選自己喜愛的項目才看直播。下班後吃過晚飯洗完澡，10時上床睡覺，半夜2時起床。說也奇怪，他平時習慣12點上床，一

下子早睡兩小時也無所謂，照樣呼呼入睡，不必靠鬧鐘，只要求家人在他睡覺時放輕腳步和輕聲說話，他自己「到時到候自然醒」看直播。看完也可以上床補眠一兩個小時後上班，從不失準。

筆者如今年紀大，經受不起熬夜看直播之緊張刺激，但想着4年一度的奧運，而且港隊運動員今屆表現空前理想，有「粉絲」想第一時間表示支持可以理解。此時別人就只好對他們囉嗦，談什麼「睡眠碎片化」不利健康之類的話。何況，每種運動比賽都有本身的規則，運動員作賽時所發揮的技術，以及臨場的心理素質，有無體育精神，都讓觀眾大開眼界。知識昇華為智慧，也屬好事一宗。前述朋友的「入睡和甦醒信號」如此靈敏，也令人讚嘆，其他無關宏旨之事暫且不談又何妨。

## 從點滴做好遊客服務

莊紫祥 全國政協委員

在全球旅遊版圖上，每一個令人嚮往的目的地都不僅僅是因為其獨特的自然風光、豐富的歷史文化或令人讚嘆的奇景異色，更在於那些能讓遊客感受到溫馨與便捷的細微服務。旅遊，本質上是一場心靈的旅行，而周到的服務則是這場旅行中最溫暖的陪伴。

香港，這座東西方文化交融的國際大都市，以其繁華的街景、璀璨的夜景、琳琅滿目的購物天堂和豐富的美食文化吸引着世界各地的遊客。然而，在競爭激烈的旅遊市場中，要想持續保持其獨特的魅力，就必須在遊客服務上下足工夫。

從點滴做起，是提升遊客體驗的關鍵。在這個智能手機不離手的時代，提供穩定且便捷的Wi-Fi服務，以及隨處可見的充電設施，已成為衡量

一個旅遊城市服務質量的重要標準。遊客在享受美景的同時，也能隨時與家人朋友分享喜悅，或是處理工作上的緊急事務，這樣的貼心服務無疑會大大增加他們的滿意度和歸屬感。

此外，熱情好客的態度更是不可或缺。一句問候、一個微笑、一次耐心的解答，都能讓遊客感受到家的溫暖。香港的市民應以更加開放和包容的心態迎接每一位遠道而來的朋友，用真誠和熱情展現這座城市的獨特魅力。

綜上所述，從點滴做好遊客服務，不僅是對遊客需求的精準把握，更是對旅遊品質的不懈追求。香港作為國際大都會，只有在服務上做到周到細緻、熱情好客，才能吸引更多遊客前來觀光旅遊，讓這座城市的魅力更加深入人心。

# 香港仔



時事追蹤 給您真相  
扎根基層 報您所想

評論專欄 為您發聲  
服務資訊 有您着數

www.lionrockdaily.com



亞軍：上海灘頭掀狂潮 獅子山下憶「輝黃」 (賴志堅)



季軍：寮屋變燎屋 銀紙成廢紙 (梁啟剛)

最佳標題



最佳文化藝術新聞報道 季軍：客家文化系列(陳藝)

報業公會新聞獎  
2023年《香港仔》得獎作品

最佳版面設計系列



優異：亞運系列 (崔竣明·徐浩然)

