

## 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

## 婦女節快樂

### 詩葉

記得曾經參觀過一個展覽，以了解女性的生活百態為主題——中國古代女性文物展。在眾多展品之中，有一飾物最吸引我的目光，那是金光閃閃的清代「金朝冠」，因以金絲編結，再配上寶石，極之華麗奪目。「命婦」是指被朝廷頒授封號的女性，「金朝冠」便是她們出席隆重場合所佩戴的頭飾。此飾物雖然漂亮，但卻令人感慨古代的女子即使有才學，也因為無法考取功名，只能夠通過家中男性的地位提升，從而獲得榮耀，感覺十分不爽！

很快又到3月8日的「三八國際婦女節」，今天的女性，可以運用自身的智慧與力量，不受性別局限，在社會中不同的崗位中盡展所長，發光發亮，譜寫屬於她們的精彩故事。即使是昔日以男性為主導

的行業，不論是建築地盤、鐵路建設、土木工程、電力維修或航空事業等，都可見女工程師的身影，不少項目也有她們的參與，一樣做出成績，可說是巾幗不讓鬚眉！其實有資料顯示，近年本港的大學女生選擇修讀與工程相關的專科學系，（如科技、科學、工程、藝術和數學等），人數持續有所上升，男女畢業生的比例，也增加至六比四，證明了女性也可以努力裝備自己，為投身職場做好準備，提高競爭能力，一起建設未來，貢獻社會。

女性素有傳統的美德，除了照顧家庭，在不同的範疇也可以發揮自我的特質，展現不同的才華，希望不同年齡的女性，都要有目標、有自信，正向思維與充滿正能量的生活態度，讓每一天也會更喜樂和進步！

## 留有餘方能讓利雙贏

### 宣德

中國傳統儒商認為，能夠將金帛這種東西運籌帷幄，精打細算利析秋毫，運用得出神入化是逐利四海基本功。中國傳統商道秘訣認為，商人好逐利，但經營不能賺到盡，要懂得「留有餘」，才能使商業營生這門生意，做長做久做大。正如宋代的邵雍在《金帛吟》中所講的「金帛一種物，所用固不常。聘則謂之幣，贖則謂之將，質則謂之貨，積則謂之藏，賂則謂之賄，竊則謂之贓。」金錢這種東西是把有利有弊的雙刃劍，如果放對在鋒利的刀刃上，用於關鍵地方和適當時刻，才能使其發光發亮。

當代西方營商之道，有部分人推崇微軟創辦人蓋茨、股神巴菲特，他們把賺到的利潤，用來做公益善事。不過，另有一些富商巨賈做生意卻追求「賺到盡」，這種賺錢賺到

盡的經營手法，與中國式厚道經營的營商智慧相比較。實在是不可取，亦不能學習，更不可盡信。

地處河南省鞏義市康店鎮的「康百萬」家族，富裕了12代縱跨了明、清、民國三個時期400餘年。中原大族所推崇的讓利雙贏，留餘忌盡的文化，才值得香港青年一代的營商者借鑒學習。

留耕道人《四留銘》云：「留有餘，不盡之巧以還造化；留有餘，不盡之祿以還朝廷；留有餘，不盡之財以還百姓；留有餘，不盡之福以還子孫。」蓋造物忌盈，事太盡，未有不貽後悔者。明代高景逸所云：「臨事讓人一步自有餘地，臨財放寬一分自有餘味。」推之，凡事皆然。坦園老伯以「留餘」二字顏其堂，蓋取留耕道人之銘，以示其子孫者。



## 校園壁報板

小學體育科將於2026/27學年起納入香港的升中呈分試。為鼓勵學生在注重學業同時亦要多做運動，保良局朱正賢小學本學年與香港大學運動人工智能實驗室合作，推出一站式AI體育應用程式，供學生在課後繼續進行體育活動並讓家長上載紀錄，幫助學生從小建立每日適量運動的習慣。

■唐太稱運動App能鼓勵子女鍛煉體能。學校供圖



## AI分析活動量 鼓勵學生運動

根據世衛指標，學生每天最少要進行60分鐘中等至高強度的活動，惟本港學童達標率不足8%，有研究顯示，體能活動量不足不利學生身體和心智發展，對學習能力及情緒管理亦有影響。

為此該校與港大運動人工智能實驗室合作，推出了RobocoachAI應用程式，當中包括開合跳、跳繩、提腿、深蹲等不同運動項目的示範動作，供學生透過手機或平板電腦學習和記錄運動時間。校長高凱聯表示，應用程式可讓學校課後運動時亦能實時分析動作準確度，「體育老師會定期制訂階段性運動計劃，再配合校本獎勵計劃，獎勵積極運動的學生。」

因應創校40周年，該校早前舉辦了「40周年校慶親子運動日營」，項目包

括地板冰壘、穿雲箭、親子跳一跳、親子蜜·密·送、親子Hop & Skip等。有份參與的家長唐太，其子女分別就讀小一及小四，同為運動校隊成員，她形容學校的Robocoach程式非常有用，能激勵子女每天好好運動鍛煉體能。



■親子運動營大玩地板冰壘。學校供圖



■保良局朱正賢小學利用AI提升學生運動興趣。學校供圖

## 科普載荷設計賽 港生實踐航天夢

為推動航天教育，教育局與合作夥伴聯合主辦「香港中學生空間站科普載荷和科學實驗方案設計比賽」，400名師生日前出席啟動禮。教育局局長蔡若蓮表示，獲獎及獲選的方案有機會落實並製作成品，以及推薦參與在2026年開始執行的空間站航天任務——「空間站香港科普衛星」項目，學生有機會參與國家航天任務，探索航天科學，實

踐航天夢。

參賽學生隊伍需提交適合於太空環境或微重力條件下進行的科學實驗設計方案，供專家團評審。主辦機構將為參賽隊伍提供一系列培訓活動，包括安排航天專家提供載荷設計創作的培訓；亦會為參賽隊伍提供在線諮詢、載荷設計檢討及改進建議。大會預計6月底或7月舉辦頒獎禮。

