

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

家有老娘

王會亮

老娘今年75歲了，去年一個早上，我在電腦裏整理文檔，無意間看到老娘的照片。頓時有一種思念瀰漫心頭，禁不住撥通手機對老娘道：「天氣冷了，你和我爸穿衣服要厚實點，別凍壞了身子！」老娘笑着說：「知道！我凌晨四點就起床了，正在給你兩個孩子縫棉衣呢！就差幾針了。」一時間，眼淚從我的臉頰滑過。

有一次，帶娘去醫院看病，刷卡買了四百多元的藥。在回程的車上，娘非要留下五百元給我不可，還說：「你工資低，拿着貼補家用。我和你爸還能從事農活，等不能動彈了，再花你的錢！」我最後把錢塞進娘的衣兜裏。晚上，我娘給我打電話：「我把錢放在你車後面的坐墊下！」那一刻，鼻子泛起一陣酸楚。

我是在娘的眼裏長大的，但在娘的心裏，我還沒有長

大。有一次娘說最近有點偏頭痛，想讓我幫她找個中醫看病。於是，便帶娘來到一家中醫門診。本來是給娘抓藥的，但娘卻非要給我也買幾劑治胃病的中藥。據老中醫講，我的胃病至少需服用兩個月的中藥才好轉。

我患胃病好幾個年頭，這一直是娘的心病。有一天，我的手機突顯示一個陌生來電。一接電話，居然是那位老中醫。他在電話裏問我：「你的中藥應該吃完了吧？你過來吧，我再給你開幾副藥，一定要連續服藥！」來到中醫門診，我問老中醫：「你怎麼會知道我的手機號碼呢？」他說：「你們抓藥那天，你娘偷偷把你的手機號碼留下了，囑咐我督促你吃藥。」

可憐天下父母心！自己都將是知天命之年，居然還這樣被老娘愛着、疼着……

課堂秩序從何來

香橙老師

課堂井然有序，學與教就能順利；學生保持學習狀態，學習便能事半功倍。相反，課室若常見混亂、分心、插話，除影響教學節奏，也反映課堂管理策略需調整。管理課堂從不靠高聲喝止或嚴苛懲罰，而是在日常細節中建立，在互信與理解中成形。

美國教育學者 Harry K. Wong 曾指出，有效的課堂管理，從第一天便要開始。清楚的規則，不只是限制，更是一種預期。老師若能在學期初時跟學生共同訂立規則，並說清楚這些規則的意義，學生便不會覺得「被管」，反認為這是大家共同維繫的秩序。當學生知道怎樣的行為會影響別人的學習，規則便不再只是老師的要求，而是一種集體的承諾。

當然，規則若無後果，便是紙上談兵。老師對於學生的違規行為，若處理標準飄忽不

定，學生便會開始試探底線。今天嚴、明天鬆，久而久之，規則變成無人理會的擺設。老師要冷靜回應學生的錯誤行為，執行一致，讓學生明白行為與後果之間的關係。不是為了處罰，而是讓學生學會選擇與承擔。

課堂秩序從來不應該是扼殺學生的工具。真正的秩序，是為了讓學生能夠安心學習、自由發言、主動參與。一些小設計，例如讓學生輪流主持討論，或負責整理學習材料，既是實踐責任的機會，也是在秩序中學習自律的過程。

當學生知道老師有原則、有界線，但同時願意聆聽與尊重，課室就建立起一種穩定而有彈性的氣氛。課堂秩序是在每天的互動和細節中，一點一滴累積出來的結果。這些累積，得靠師生雙方共同付出構建。

社區大小事



透過射擊遊戲介紹如何選擇慳電產品。港燈提供

長者知慳識電 入營邊玩邊學

智能電子產品和樂齡科技器材在長者生活中日漸普及，為提升老友記及其照顧者的用電安全意識，港燈早前舉辦「送暖樂樂街：電力安全智友營」活動，邀請130名長者「入Camp」，透過一系列遊戲和講座，讓他們知慳識電。

「電力安全智友營」是港燈「送暖樂社群」計劃本年度頭炮活動，參與日營人士來自11間港島長者服務中心。當日活

老友記投入玩遊戲。港燈提供



逾130名長者參與「電力安全智友營」。港燈提供



動透過釣魚、拋圈圈及射擊等攤位遊戲，傳遞用電安全、可再生能源、低碳生活和能源效益主題，之後再由港燈工程師分享家居電力安全講座，以輕鬆有趣的手法，轉化為富趣味的學習體驗。

港燈輸配電科總經理楊廣通表示，不少長者雖然已經使用智能產品多時，但是對電力安全的認知可能仍停留在舊式的電器和裝置上，有需要協助他們與時並進，例如發生停電時應注意什麼事項等，老友記學懂後亦能與社區朋友分享，一同打造用電安全文化。

來自明愛香港仔長者中心的袁女士稱讚日營令她既開心又獲益良多，「活動讓我和同伴了解到使用電器也有巧妙之處，例如同時開冷氣和風扇原來比只開冷氣更涼快和節電；亦教曉我們很多用電安全的知識，例如怎樣選購符合安全規格的拖板、正確使用各種家居電器等。」

除了是次同樂日，港燈今年亦將透過家訪，向逾千名獨居長者派發電力安全福袋，內附印有用電安全提示和停電應急資訊的餐墊、手攜電筒連充電器和一系列日常用品。

賽馬會撥1.3億元助三千殘疾人士就業

為鼓勵和支援殘疾人士就業，促進傷健共融，賽馬會慈善信託基金審批撥捐逾1.3億元，開展為期3年的「賽馬會共融·知行計劃」，預計可惠及約3,000名殘疾人士、照顧者和相關專業人士。計劃日前舉行開幕禮及共融市集，讓大眾更深入了解共融就業的理念。

有關計劃由8間院校及社福機構共同參

與，計劃內容包括為不同背景的殘疾人士提供「以能力為本」的就業職能評估，從而為僱主和殘疾人士僱員配對相應的服務和支援，社福機構亦會為求職者提供職業技能培訓。此外，「賽馬會共融·知行計劃」與勞福局合作，推展「愛心僱主」獎章，鼓勵不同界別的僱主在職場推動和達至傷健共融。

