

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，但原稿需注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

節約用水

盧民舉

地球水資源不足，合理用水，節約用水，是搞好環保、熱愛地球的實際行動。作為地球村成員，對此應十分重視。

區議員、關愛隊成員，要深入社區，了解供水設施、管道是否正常。如有漏水滲水等缺陷，應督促有關部門維修。

住戶居民，要密切關注居所的供水裝置、水管、水龍頭的情況。如發現水管漏水、水龍頭由於難以關緊而漏水，應立即修理。

某些家庭成員認為，自己家境過得去，多用點水，交多些水費，無所謂，因而對節約用水不上心。有些外傭認為，用水主要考慮方便、效率高。反正水費由僱主支付，與自己關係不大。家庭成員或外傭都應摒除上述不正確的想法，恪守環保意識，節約用水。

人們沖涼時間並非愈長愈好，在

確保身體洗乾淨的前提下，要合理用水。沖涼房地面濕滑，長者在那裏停留時間愈長，跌倒的風險愈大。長者骨質疏鬆，一旦跌倒容易傷筋斷骨，痊癒時間較長，且須花費大量醫藥費，應正視此問題。

一些患高血壓、心臟病的人士，沖涼時要提防心肌梗塞、腦中風的風險。有些人患腦中風，兩三年仍未康復。

有的人用水精打細算，例如有些家中有幾個花瓶，換花瓶水時，把舊水收集起來用作拖地板。拖完地板的水，再用於沖廁所。

酒樓、食肆的洗碗碟工序用水較多，創新科技部門可組織工程技術人員、食肆管理人員、技工、洗碗工、大專院校的師生，共同研究改進洗滌碗碟程序的方案，並引入人工智能、數字經濟等高科技元素，使洗碗工序華麗變身，優質、高效，節約用水。

書香裏的童年

劉艷梅

當女兒放學，帶着滿心歡喜跑來告訴我，她的徵文獲得三等獎時，我彷彿看到了自己曾經的夢想在她身上綻放，那一刻我深知，書香早已在她心中生根發芽。

在我下崗的年代，書籍成了我們最珍貴的精神財富。女兒還不會講話的時候，我就喜歡讀童話故事給她聽。女兒總是睜着眼睛，專心致志地看着我，聽得津津有味。每天睡覺前，女兒更愛纏着我講故事，《格林童話》、《伊索寓言》等兒童刊物，我一本本讀給她聽，百聽不厭。女兒總是伴着故事進入夢鄉。

女兒上幼兒園後，每次進城入貨，我都會專門為她帶回幾本有拼音的童話書。逐漸地，女兒自己可以拼讀一些簡短的故事，充滿驚喜和自豪，養成自己看書的好習慣。更多的時候，女兒會繪聲繪影地講故事給我聽。在那個沒有遊樂場的

童年，書籍成了她最好的夥伴，她沉浸在書中的世界，感受着不同人物的喜怒哀樂，也學會了用善良和勇敢去面對生活中的困難。

一年級時，老師發了母子閱讀作業。每晚我和女兒共讀好書，摘抄美詞美句，閱讀本常獲表揚。那段時間，書本成了我們交流的橋樑，母女關係愈發親密。閱讀中，女兒不僅學到了知識，更學會了理解他人、感受世界。

二年級時，我工作繁忙，常從報亭為女兒買《意林小文學》等雜誌。書香陪伴她走過孤獨的小學生活，她學會獨立閱讀，在書中找樂趣、尋找解題方法。

如今，女兒在書香的陪伴下茁壯成長，我堅信，書籍將成為她一生的財富，賦予她無畏前行的力量，讓她以書為伴、以夢為馬，勇敢追逐夢想。

人寵家居購物「折」

地點：荃灣大壩街荃灣廣場

踏入炎炎夏日，又是時候為家中和毛孩入手人氣家品，打造舒適夏日生活。

由即日起至6月22日，荃灣廣場舉行半年一度的人寵家居購物「折」，今年降低門檻兼禮物加碼，只要於指定人寵家居好物商戶即日以電子貨幣累積消費滿2,500元，即賞你共200元一田禮券及餐飲購物贈券組合。

消費滿6,000元，還能1元換購價值高達2,500元的名牌家品，必搶推介OGAWA叻叻鬆(至尊版)一體式按摩座墊、都市人必備的OGAWA舒體美形律動儀、可愛的ITSU迷你兵團限定版3D溫熱按摩枕及主子至愛的Onesall寵物自動餵食器等等，款款吸引，絕

對想全都帶回家！

另外，為了讓寵主們在家中和主子度過舒適夏日生活，場內多間商戶均推出人寵共融家品激筭優惠，其中包括AIRLAND雅蘭枕頭套2個只需10元，兩折入手ITSU指定按摩椅低至4,980元，雅芳婷皇牌床褥六折起，Simmons蓆夢思指定睡枕買一送一和寵物百貨指定產品低至半價等等，為寵主們和主子打造愜意安樂窩！



■選購家居好物。

幽默港漫格格趣展覽

地點：沙田香港文化博物館

香港文化博物館於即日起至明年3月9日推出幽默港漫格格趣展覽，免費入場。展覽透過香港幽默漫畫有關的手稿、漫畫書、主題產品、藝術裝置及多媒體項目等，帶觀眾重溫1950年代至今陪伴讀者成長的重要幽默漫畫作品。展廳及館內各處設有不少「打卡位」，市民可與11組不同年代的幽默漫畫人

物，包括老夫子、牛仔、壽星仔、哨牙珍、Q小子、老少女、癲嘴、丁丁企鵝、大麻成、IT男與藝術女，以及大大與小妹合照，並透過數碼似顏繪、漫畫哈哈鏡、漫畫照相館等精心設計的互動展品體驗幽默漫畫的世界。不容錯過的精選展品還有香港不同年代漫畫家的珍貴手稿、漫畫書和主題產品，部分更是首次展出。



狗狗保育嘉年華

地點：黃竹坑香港海洋公園

各位毛家長注意，香港海洋公園保育基金特別於5月30日舉辦狗狗保育嘉年華，讓各位毛爸媽與狗狗一起遊歷海洋公園，狗狗活力套票售價750元。活動當天，參加者可與狗狗在海洋公園山下的海濱樂園玩樂，玩轉多個互動智趣攤位及打卡位，留下難忘回憶！園內指定小食亭更特別為狗狗準備有營小食，活動和大餐同樣

豐富！嘉年華更設有主題講座，增進主人們的寵物資訊和交流，包括指令示範及練習、日常按摩及護理、營養學、人寵瑜珈等。主人更可和愛犬一起以手印及掌印共同製作保育主題圖畫，「印」證同心守護生態及其他物種。

活動於5月25日截止報名，想參加的毛家長不要錯過此次機會。