

你的心聲



舉辦社區高科技講座

盧民舉

當今世界，高科技突飛猛進。人們應理解高科技的重要性，樂於應用高科技。今後有志從事高科技事業的青少年，對它的認識，應要達到較深入的了解。建議本港各社區多舉辦高科技知識講座。

高科技是極大的課題，每次宣講，只能講其中點滴。因聽眾水平參差，宣講時，最好用通俗語言，闡述當中的科普知識。

講座的地點可設在社區禮堂，也可星期天在某些中學禮堂舉行。可以邀請高科技專業人士、高等院校師生作為講者。某些立法會議員、區議員，如科技專業超卓，也可邀請他們為講者。

社區關愛隊的義工，應深入基層，動員居民踴躍到現場聽講。

講者應着重宣講人們在日常學習、工作、生活中用得較多的人工智能高科技。「DeepSeek」(深度求索)

是其中一例。

「DeepSeek」是中國人開發的高科技項目，具有強大生命力。

講者應扼要講述「DeepSeek」的功能、誕生和開發的過程。它能迅速解答人們提出的問題，比如，有人的親戚舉辦婚禮、娶媳婦、嫁女等喜事，他想寫微信恭賀，但不會寫，於是向「DeepSeek」求助。

講者應針對本港實際情況講解。例如，近來本港經常大雨滂沱，暴雨浸街，要用排水機械人排水。講者可講解使用這些機械人需要注意哪些事項。

講者應剖析應用高科技遇到的棘手問題。比如，本港樓房高聳密集，使用無人機有一定障礙，應如何解決此難題。

總之，高科技講座應具有前瞻性、現實性、針對性，力求令聽眾容易掌握及理解。

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

飯桌上的家風

黃超鵬

曾幾何時，吃是中國人的頭等大事。全家人圍坐在飯桌前吃飯，則是最平常的事，也是中國家庭裏一件最溫暖最和睦的儀式。

對我而言，飯桌不僅是填飽肚子的地方，更是禮儀的啟蒙、文化的傳承。在這裏，長輩的智慧悄然流淌，心靈在飯桌上得到交流與溝通，家庭成員的關係變得更密切，親情的紐帶越發緊密，讓融於血脉中的情感更深厚。一粥一飯間，家風如春雨般潤物無聲，滋養着代代相傳的品格。

爺爺在飯桌上，講述了許多人生的道理，與為人處世的智慧。他最愛講的一句話是吃虧是福。出外與朋友聚餐，懂得謙讓、不居首座，不貪得無厭不爭功不爭名，內斂謙卑，敬人三分自然得到別人的回敬。吃飯可觀人，吃相太難看的人總不得長久，太錙銖必較，凡事

爭利，也必失友寡助。

父親則說得少做的多，以身作則用言行潛移默化影響我們。開飯前，必得等長輩入座或人齊方可，動筷時得先喊長輩吃飯，長輩沒動筷，晚輩不能動。好吃的東西必擺到長輩面前，讓老人先嘗。添飯盛湯，更是他的「專屬任務」。他說：「烏鵲反哺，羊羔跪乳，孝道不在驚天動地，而在日常點滴。」

奶奶嘴裏囁嚅，常勸我們惜福愛福，不能浪費糧食。吃飯得吃光碗裏的飯，不能剩飯不能挑食。她時不時帶我們憶苦思甜，煮一餐番薯芋頭等粗糧，就是為了讓我們珍惜今天來之不易的幸福生活，愛惜農民的付出。

飯桌上的家風，看似簡單，但卻能從一筷一勺間看出這家人的修養。看似瑣碎，卻在一飯一湯間，塑造着一個人的性格。



apm 達人夜書市

地點：觀塘道418號apm 大堂層



2024年達人夜書市盛況。

由即日起至9月12日，「2025apm x三聯書店」達人夜書市正式開鑼，三

聯書店於apm大堂舉行一年一度「達人夜書市·悅閱生活祭」主題書展，今年除繼續平日營運時間至晚上11時，周五、周六延長至凌晨12時，方便夜貓子「打書釘」外，更邀得多位不同界別名主人講分享會及新書簽名會，當中包括養和醫院呼吸系統科中心主任林冰醫生主講睡眠窒息症對策、中大醫學院精神科學系林翠華教授分享都市情緒病及認知障礙識別法，另有育兒專家陳美齡、BenSir歐陽偉豪、《九龍城寨》作

者余兒等出席新書分享會等，星級陣容定叫讀者滿載而歸。

緊接着更有一連兩天的2025韓國旅遊嘉年華，屆時不但設各式攤位展示美食、美妝、潮玩體驗等最新韓國觀光情報，更將邀請韓國人氣組合INFINITE隊長兼主唱金聖圭到場出席開幕禮，為公眾送上韓風魅力。是次主題書展書種涵蓋暢銷書、流行讀物、兒童圖書、及生活百科等等，滿足不同讀者的閱讀口味及興趣。無論是在附近返工的上班族還是一家大細，都可以隨時隨心在apm挑選好書。

《我的青春》期間限定主題店

地點：旺角T.O.P MTR層M08舖

Original原創愛情韓劇《我的青春》即日起首播，該劇以初戀為主題，宋仲基時隔8年回歸愛情劇種，首次合作實力派演員千玗嬉，誓將喚起觀眾對於初戀的回憶和情感共鳴。除了觀看宋仲基新劇首播，更可於即日起至9月21日到旺角打卡留念！

於旺角Viu原創韓劇《我的青春》期

間限定主題店，即可免費拍攝人生四格指定主題相框，還有機會與宋仲基、千玗嬉同框影限定人生四格。另外人生四格相框還有花卉系列主題，配合宋仲基在劇中花藝師的角色，各位fans不要錯過，於店內打卡並分享到社交平台，更可體驗7日全高清煲劇福利！

「寄情山水間」Ation個人畫展

地點：葵涌葵昌路100號KC100Art Space

生於香港的藝術家Ation喜歡水墨畫，由即日起至9月30日他舉辦個人畫展「寄情山水間」，展出他近年來融入水墨畫元素的作品，一部分會用墨水創作，再用麻布皺摺不同大小的山峰，有些山峰造型是來自想像，有些山峰是來自內地和香港。「山」給他的感覺是「宏偉」、「穩重」、「倚靠」，有時也會感覺是「沉重」、「壓力」，他認為傳統的

山水畫中的細節部分很有趣，例如釣魚老翁，又或者樹下的飲酒人，所以觀眾能夠從他的作品中找到一些生活的元素，例如他會拍下他住的大廈影像轉化在畫布上、象徵平安的葫蘆、代表財富的元寶、也會出現陪伴Ation的小佛像、他家飼養的寵物魚兒等等。Ation希望作品營造一個迷人的山水空間，並能夠為人類帶來希望。