

## 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

## 電子化需普及知識

荷夜

科技日新月異，電子化愈見普遍，餐廳點餐只需掃一掃碼，就可減輕侍應的工作量；文娛活動只需一機在手，就可以預約或購票，省卻大排長龍的麻煩及辛勞；促銷的印花也換作電子印花儲在手機裏，不必再像以前那樣，一堆印花塞滿錢包。然而，有時候，電子化也會帶來不便，如果相關知識不普及，甚至可能會出亂子。

我習慣在某便利店儲電子印花買鮮奶，這天買鮮奶時，收銀員卻說暫時不能處理印花，因為店舖暫時無法上網。印象中，這已不是第一次，一定令不少顧客感到不便。試想若在紙本印花的年代，交收印花豈需理會上網的問題？電子化無疑多了一重限制。尤其是我的情況，尚差一天印花就會過期，而我也沒時間再次回來便利店換購。若去其他分店，

則路途遙遠，很不情願。我向收銀員說出我的難處，她似乎也沒辦法，只着我打電話去熱線詢問。正當我打給熱線又未接通之際，另一位年輕的店員知道我的情況，就讓我稍等，她走進一個房間一會，大概是尋找解決方法，出來後就在我的手機上輸入一些號碼，核銷了印花，然後遞給我一支鮮奶。我十分感激，連忙道謝。

這件事說明，電子化亦有其限制，並非萬無一失。如果沒有相應的知識解決問題，就會徬徨無助。處理電子化問題需要一些技能，並不是人人都具備，好像上述便利店的收銀員就不懂得，而需要另一位店員的協助。我也曾在超市處理電子付費問題時，發現並非每一位店員都懂得應付，這是否培訓不足？還是需要更多的技術支援？

## 與命運對坐

馬海霞

她13歲那年，母親罹患思覺失調症，父親要一肩挑起全家的重擔。當成績優異的哥哥考入上海交通大學之後，工資只夠供一個孩子讀大學的父親，再無力負擔比哥哥晚兩年參加高考的她。為了不讓父親為難，她主動到鹽廠工作，之後用自考的方式拿下了漢語文學專科的文憑。

後來她所工作的鹽廠破產，轉去做賓館服務員、商場營業員，最後在書店找到歸宿。兒子兩歲時她與丈夫離異，獨自帶着孩子寄居娘家。年紀漸老的父母先後患病，也都是她在照料。為讓父母安居，留在上海發展的哥哥則承擔起父母的經濟開支，並用全部積蓄為他們在老家購置了房產。

既要工作又要照料雙親與孩子的她，卻從未放棄過守護自己的精神家園。她戲稱自己練就了「時間管理絕學」——

灶前煮飯時執筆作畫，通勤時構思文稿，夜深人靜時則伏案寫作。每天早晨開啟逛菜市場和超市「微旅行」，途經公園便駐足幾分鐘，站在街角賞一朵花、觀一片雲，也能收穫類似別人「遠走天涯」的樂趣。

送走了父親、母親之後，也待到兒子大學畢業，原本計劃赴雲南購置一間小屋安享餘生的她，卻因哥哥重度抑鬱回到老家而繼續留守下來。她說，此生注定與哥哥命運相繫但無怨無悔。

活得瀟灑通透的她，如同外賣詩人王計兵的詩歌那樣：「我時常萬念俱灰，也時常死灰復燃，生活給了我多少積雪，我就能遇到多少個春天。」她深諳「及時行樂」之妙，笑迎生命中的每一場風雪，並以歲月積澱的寒霜激勵自己，去邂逅心底的爛漫春光。

## 社區大小事



■ 極限奔跑遊戲可讓小朋友放電。大會提供



■ 藝術體操助興。大會提供

# 啟德跑步日 曹星如帶隊睇靚景



■ 曹星如帶隊出發。大會提供

周末想動起來又怕無人陪？啟德承豐道公園「樂在承豐·動樂無限」運動活動又有新搞作！繼7月單車日、8月親子日好評落幕後，本月28日跑步同樂日接力登場，「神奇小子」曹星如更親自講跑步秘訣兼領跑，還有藝術體操、街頭音樂助興，而下月26日則有毛孩同樂日壓軸，不用怕無得玩！

周日的跑步日設兩場重量級講座，其中曹星如將結合拳擊與跑步經驗，教大家調整運動心態、練自律、學跑步技巧；跑團教練Nikel Ying則用輕鬆方式解說「共融通道」，鼓勵街坊活用啟德海濱設施。至於當日的3公里探跑新路線，曹星如與Nikel會親自帶隊，沿途睇盡啟德靚景，參加者將獲專屬紀念毛巾。

同樂日另特設兩大必玩工作坊，包括由中國香港三項鐵人總會導師華進主教兩場的「鬆一鬆工作坊」，講解減少身體痛症、跑手恢復運動及防止受傷要領。此外適逢中秋臨近，「燈籠工作坊」就教大家親手製作獨一無二燈籠，帶回家共慶佳節。現場另有反應力挑戰、極限奔跑等互動遊戲。

至於下月26日壓軸的毛孩同樂日更啱愛寵人士！專業寵物訓練師聯同攝影師開講，教寵物行為管理、共融通道安全要訣同攝影技巧；持證動物治療師亦會指導主人為毛孩按摩放鬆，攝影工作坊教大家捕捉毛孩可愛瞬間。初秋帶着毛孩到公園，享受人寵共融，實在難得！

## VTC西九技能嘉年華與眾同樂

職業訓練局（VTC）下月26日於西九文化區大草坪，舉辦戶外職業專才技能嘉年華，有超過40項表演及攤位活動。嘉年華設「文藝作坊」、「美味研究所」、「悠閒角落」、「行走探索」四大主題區，同場有專業模特兒及表演者，演繹50多套由香港知專設計學院、香港高等教育科技學院及青年學院學生的服裝設計作品。香港資訊科技學院師生則以大型戶外光影匯演，糅合燈光及煙火照亮西九。

市民如對造型設計有興趣，可到「韓流化妝工作坊」，讓知專學生為你打造韓式妝

容，以及「奇幻盛會：面部或手部彩繪」，融入嘉年華氣氛。場內還有中華廚藝學院等攤位美食。



■ VTC學生在嘉年華盡展所長。大會提供

