

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

陽光下的「半甲」人生

何迎春

去年3月，在網上發布了一篇記錄自己甲狀腺癌術後5年心情的帖子。未想到，它像一粒投入湖面的石子，漣漪盪漾至今。近一年來，依然能收到天南地北的留言。評論區成了一個無聲的驛站，有剛確診迷茫的朋友，也有久病成醫的「前輩」。大家在字裏行間彼此扶持，匯聚成一片超越病痛的溫暖景象。

最讓我共鳴的一條評論寫道：「只有每天按時服用優甲樂，才能提醒自己是個病人」。如今我已習慣在清晨醒來，用溫水吞下那顆小小的藥片。大多數時候，我甚至忘記自己曾與死亡擦肩，依然在為生活奔波、為家人操勞。

5年前剛做完手術的那段日子，頸部的疼痛、吞嚥時的牽扯感，讓每一口飯都變得異常艱難。但身體的不適，遠不及內心的煎熬：怕復發、怕

陪不到孩子長大、怕錯失一切美好。那時，就連小區裏小孩的笑聲、路邊牽手散步的夫妻、鄰居飄來的飯菜香，都令我羨慕不已。

我常自詡為「半甲超人」，那剩下的一半甲狀腺，宛如命運在掠奪後心生歉意，特意為我保留的半塊蛋糕，雖不完整，卻依然甘甜。

有一位女孩分享，原本滿心歡喜地籌備婚禮，卻在婚前體檢時查出甲狀腺癌，隨之而來的是男方毫不猶豫地退婚。在疾病與情感的雙重打擊下，她一度陷入抑鬱，甚至想過放棄。幸好手術順利，術後在大家鼓勵下，她慢慢走出陰霾。前些天，她更新留言說已重回職場，身邊也出現真正珍惜她的人。看着她的變化，我更加相信：困境或許會突然降臨，但希望永遠不會缺席。

安全感與班風

香橙老師

在學校裏，學生的行為常受到班風影響。當班中流行取笑同學、對師長無禮，學生很容易會迎合這種風氣，即使他們心裏未必認同。因為在集體中尋找歸屬感，是孩子的基本需要。他們渴望被接納，於是會模仿、會配合，只為換取「生存空間」。

有些學生在面對新老師或新同學時，表現出排斥或不友善。表面看似冷淡、挑釁，實際上是出於不安。他們尚未信任這個環境，也不知道這裏是否安全、是否會被尊重。於是選擇以防衛姿態示人，甚至主動攻擊以保護自己。

教師的角色，正是要糾正歪風。我們不止要教知識，更要營造一個清晰而溫暖的班級文化，讓學生知道：在這裏尊重是基本，犯錯不等於被放棄，善良不會被嘲笑。這種信任感，來自教師一貫而堅定的言行示範。

當學生講錯說話、態度無禮，教師若能以平靜和幽默回應，而非責罵或羞辱，學生便會潛移默化地學習如何用善意在班中自處。有時可以動動感情：「老師聽到有點受傷，我們用另一種方法表達好嗎？」這種示範既維持學生的尊嚴，也傳遞教師的要求和善意。

建立班風不能一朝一夕，教師需刻意放大學生的正面行為，哪怕只是安靜地等待、主動幫忙，也值得肯定，值得班中孩子學習。當學生發現原來禮貌是被欣賞的，尊重是正確行為，他們會開始發覺，這才是真正的班風，他們也需要調整自己的態度配合文化，以獲得歸屬感和安全感。

「時間到，事就成。」只要教師持續示範正確的待人態度，學生終會明白：在這裏，善良能令自己安心成為班中的一分子。

新港城聯乘水怪賀新春

地點：MOSTown新港城中心L2天幕廣場

MOSTown新港城中心首度聯乘人氣Sanrio角色HANGYODON（水怪），由本月23日至3月3日期間呈獻「MOSTown新港城中心 x HANGYODON風生『水』起花庭園」。開運福星HANGYODON換上4款和風新春造型，帶領大家暢遊4大開運主題打卡區及2大互動玩樂區！

其中「新春招運達摩HANGYODON」率先於和風庭園入口親切迎賓，園內粉紅花海襯托翠綠茂竹，寓意新一年「步步高陞」；而招福貓造型嘅HANGYODON置身於粉紅風車花海之中，象徵好運流轉、福氣綿延，齊齊轉動粉紅風車花，迎接新一年風生水起；「新春『撈起』花手水」則將日本神社以花卉裝飾淨手池的傳統，巧妙融合新春祈願納福元素，打造文化與祝福交織嘅全新體驗；另身披華麗金線羽織、手持燈籠嘅HANGYODON，陪伴大家欣賞整個和風花庭園嘅怡人景致。而吉祥橋上更特設「『晴晴』日上祈願繪馬牆」供大家祈願。

此外，MOSTown新港城中心獨家推出兩款限量別注版賀年套裝，每盒有8封商戶禮遇連賀年小卡利是，用手機輕鬆掃描期間限定商戶禮遇二維碼，即有機會獲取商戶新春優惠。



■新港城中心打造水怪新春和風花庭園。商場提供

四大學系藝術品集結展現

地點：香港藝術中心4樓至5樓包氏畫廊

香港藝術中心將於本月28日至下月20日舉辦「不物于物——中國美術學院手工藝術學院教師作品香港展」。這是中國美術學院首次在香港舉辦的大型展覽，匯聚陶瓷藝術、工藝美術、設計藝術及文物保護與修復四大學系的近50位教授的創作，展品總數

超過60件，總值超過2,000萬港元。

展覽以「不物于物」為主題，強調技藝、器物與精神的共生哲學，透過教授們的作品，展現傳統技藝與當代生活的結合，並反映中國手工藝術的發展。展覽免費入場。

將軍澳南公園設12米飛索

地點：西貢區將軍澳南公園

康樂及文化事務署宣布，西貢區將軍澳南公園於昨日（15日）起新增康體設施予公眾使用。

將軍澳南公園整體佔地總共約38,800平方米，部分康體設施已於較早前開放予公眾使用，包括兩個籃球場、緩跑徑、設有智能健體設施的健身站及寵物公園。公園亦連接一條全長約5公里行人步道，適合市民進行緩跑及跑步活動。昨日起開放的新康體設施，包括可遠

眺將軍澳跨灣大橋全景的中央平台，以及共融兒童遊樂場。遊樂場設有一條長逾9米的旋轉滑梯和兩條長達12米的飛索，為使用者增添趣味和獨特體驗。

市民可由將軍澳港鐵站B1出口步行前往將軍澳南公園。此外，市民亦可攜同寵物於星期六、日及公眾假期，由西灣河乘搭街渡或於星期日乘搭PBS2巴士路線前往將軍澳南公園。