

自行收生 皇仁首日收20表

【大公報訊】綜合報道：今年九月入學的中一自行分配學位昨起至本月20日接受申請...

屬於灣仔校網的皇仁書院提供43個自行收生學額。昨早吸引家長陸續到校報名或領取報名表...

皇仁書院副校長周根雄指，去年收到約600份申請表，校方會挑選200名學生面試...

港島民生學額增至48個

另外，位於收生不足「重災區」東區的港島民生書院新學年正值「隔年加班」，自行收生學額由去年38個加至48個...

銀禧27學子向露宿者送暖



▲何明華會督銀禧中學參與露宿者探訪的校長、老師和部分同學合照

【大公報訊】實習記者王健琦報道：在剛過去的聖誕節期間，何明華會督銀禧中學27名中三和中的學生...

「小時候在街上看到露宿者，大人們會教導我好好讀書，否則會和他們一樣下場...

冀活動培養同理心

該校英文科教師陳君彥是這次探訪行動的發起人，他認為，現在的學生大部分生活安逸，對真實的社會不盡了解...

該校通識科老師蔡金源表示很高興看到學生能夠用心對待露宿者，之前有學生為露宿者寫聖誕賀卡送祝福...

98%玩手机姿勢不確 頸椎如負40磅 提手步行操紓低頭族痛症

手機普及化，香港的「低頭族」現象隨處可見。浸會大學體育系副教授雷雄德的研究團隊...

實習記者 惲羽芬

研究團隊在港鐵月台、車廂、商場等多處觀察市民使用手機姿勢。結果發現，有98%的市民都有頸部前傾的問題...

雷雄德表示，為此他們設計出一套「提手步行操」，旨在通過簡單、毋須器材的提手動作，達到增強肩膀肌肉力量...

訓練五周 健康有改善

研究團隊邀請98位健康狀況良好的大學職員參加實驗，進行每兩週三十分鐘的提手步行訓練...

研究結果發現，參與者的健康程度普遍能得到改善，頸部疲勞程度減輕，肌肉力量和心肺耐力增加...



▲「十點十分」舉手姿勢有助於預防頸椎疾病

實習記者惲羽芬攝

受訓者五周鍛煉後 研究總結

Table with 2 columns: 女性 (Female) and 男性 (Male). Rows include: 肩膀肌肉力量增強, 頸部、背部及腿部疲勞程度減少, 身體站立姿勢有改善, 腰圍及臀圍下降, 身體柔軟度有改善, 平衡力增強.

資料來源：浸會大學體育學系



▲浸大體育系副教授雷雄德(右)講解提手步行訓練

實習記者惲羽芬攝

氣候峰會青少年代表 重臨香江 15歲李恩童冀新一代保護環境

【大公報訊】實習記者惲羽芬報道：剛於上月舉行的巴黎氣候大會上，出席者除了各國元首政要、企業代表和科學家...

從會議獲得很多專業知識

為什麼Ada會獲得巴黎氣候大會邀請出席？原來是她的青少年身份，和在內地、香港和美國的生活經歷...

選在內地讀書時，Ada便創立了名為「Ameeigi」的公益組織，目前在社交論壇上有200

現年15歲的Ada從小就對環境議題十分感興趣

實習記者惲羽芬攝



▲Ada在巴黎氣候大會上與戈爾交談

照片由受訪者提供

多位會員，他們會通過網絡平台義賣、籌善款等公益活動。到了美國之後，她繼續加入學校的環境保護社團...

談到巴黎氣候大會的提問，Ada問戈爾，「大人們會留給我和像我這樣的出生在2000年以後的青少年一個怎樣的世界？」

Ada在剛過去的聖誕節回到香港，並接受《大公報》等傳媒訪問。她說，從小就對環境議題十分感興趣...

新能源行業工作，令她從小就耳濡目染「環境」、「能源」這些詞語。父母在空閒時候會帶她到各地旅行...

Ada記得，父親會推薦她看一部名為《不可忽視的真相》的氣候變遷紀錄片...

因要趕回學校上課，兩星期的巴黎氣候大會，Ada只呆了六天，主要參加了「中國角」的會議。她說自己以前對一些專業的環保理念、知識缺乏了解...

Ada說，她出國讀書之後反而更關注國內的環境情況。她的一位北京好友前不久在社交網站上發布了自己戴防毒口罩的照片...

提醒身邊的人從小事做起

她補充，她現在會在生活中不斷提醒身邊的人，保護環境從小事做起。比如告訴媽媽要走一段很近的路的話，就不必開車...

20最具影響力教育人物揭盅

【大公報訊】記者呂少群報道：本報與教聯會合辦的「香港40年來有影響力教育人物」選舉正式公布，大會按得票率公布20人名單...

40年來，香港教育取得頗多成就，包括普及中小學免費教育、推行幼稚園學券、高等教育機會大增等...

經過大會秘書處統計，共20名候選人得票超過19%，大會按姓名筆畫予以排列。得票最高的十位（其得票率高於34%），是教育慈善家田家炳...

協創會會長司徒華，前中文大學校長和前教統局局長李國章，中大校長沈祖堯，已故教育慈善家邵逸夫...

共400人參與投票

得票率高於19%的十位人士是，前港大校長王康武、教聯會創會會長吳康民、前教統會主席范徐麗泰...

換言之，排名只是序列，不等於得票最多，因為得票最多的是司徒華。大會不希望只執著於比較誰得票多少。

香港40年來有影響力 二十大教育人物

得票率高於34% (表一)

Table with 5 columns: 田家炳, 司徒華, 李國章, 沈祖堯, 邵逸夫, 高錕, 張文光, 程介明, 董建華, 羅范椒芬

得票率高於19% (表二)

Table with 5 columns: 王康武, 吳康民, 范徐麗泰, 孫明揚, 梁錦松, 陸道鈞, 黃均瑜, 楊耀忠, 謝錫金, 鍾期榮

註：按姓名筆畫序列

「香港40年來有影響力教育人物」選舉，共有400人參與投票，大會將於1月14日下午5時30分頒獎禮上即場抽籤...

天氣 最高22°C 最低20°C 間中有雨

Table with 3 columns: 預測, 最低, 最高. Lists weather forecasts for various cities like 澳門, 廣州, 北京, etc.

Table with 3 columns: 預測, 最低, 最高. Lists weather forecasts for major cities in China's western region like 重慶, 成都, 西安, etc.