



盡早確認目標 引領職業旅程

房協行政總裁：終身學習才能獲得新機會

香港社會面臨的一個重大挑戰是尋找土地資源，為香港人提供體面的、可負擔的住房。多年以來，房協一直在建設符合最佳標準的房屋，並提供創新的住房解決方案，以滿足人們對房屋不斷變化的需求。本期節目我們邀請到了香港房屋協會行政總裁兼執行總幹事陳欽勉與我們分享市民所關注的房屋問題，以及房協在過去兩年面對疫情和經濟挑戰時，如何克服這些困難，幫助廣大市民解決住房需求。

主持：HK population is continuing to age. According to the statistics, in 2011, there were around 13% of people aged 65 (or above), and in last year, it's already 20% of people aged 65 (or above). What exactly will the Housing Society do? How are we going to expedite the building speed? And how are we going to improve or to maximize the number of units for the elderly people?

香港人口正持續老齡化，根據數據顯示，2011年大約有13%的人口是65歲（或以上），而在去年65歲（或以上）的人口已經達到了20%。那麼房屋協會將如何應對呢？我們將如何加快房屋建設速度？又如何改善或最大限度地增加供長者的住房呢？

嘉賓：Perhaps to many people, a signature development of the Housing Society in recent years is elderly housing. The Senior Citizen Residences Scheme I've mentioned earlier is launched from our vision 20 years ago, to promote ageing-in-place. We would like to enable elderly to live and age in an environment familiar to them.

也許對很多人來說，房屋協會近年來的一個標誌性發展就是長者房屋。我前面提到的長者安居樂住屋計劃，是根據我們20年前的願景推出的，推動居家養老。我們希望能讓長者在一個他們熟悉的環境中生活和養老。

The Scheme provides a "lease-for-life" residence with housing, recreation, medical and care services under one roof for middle-class elderly. Further to the first two projects which was launched in 2003 and 2004, our third project in Hung Hom Lee Kung Street is expected to be completed by end of this year.

該計劃為中產階級的長者提供了一個集住房、娛樂、醫療和護理服務為一體的「終身租住」的住宅。繼前兩個分別在2003年和2004年推出的項目之後，我們在紅磡利工街的第三個項目預計將於今年年底完成。

And to further develop elderly housing service,

our latest strategy is to include the residences scheme in integrated development projects, which will have a mix of other housing types as well, like flats for sale and rental housing. And such a strategy will help to create a more vibrant and harmonious community, and also promote intergenerational living.

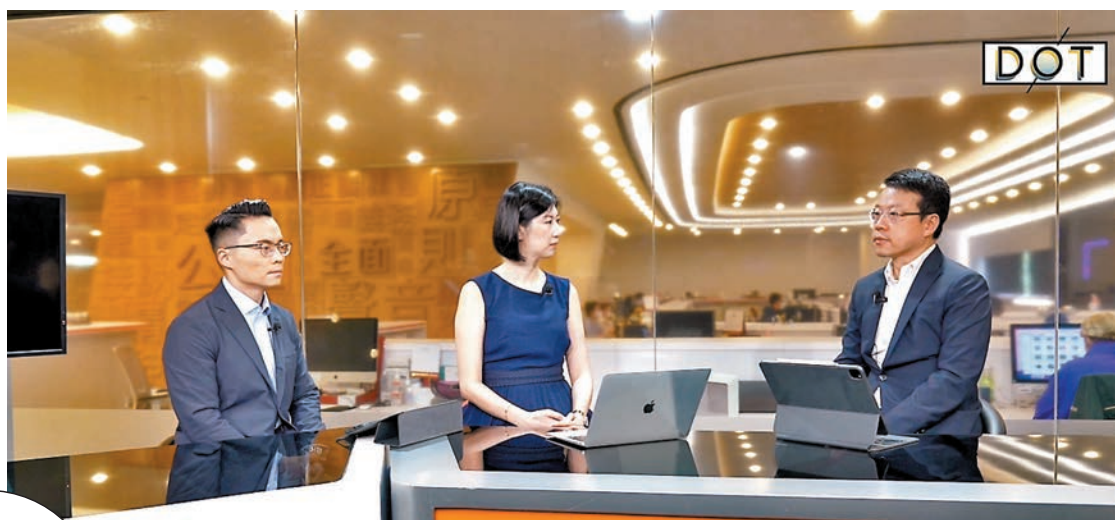
為進一步發展長者住屋服務，我們的最新策略是將長者安居樂住屋計劃納入到綜合發展項目中，涵蓋其他不同的房屋類型，如出售和出租房屋。這策略將有助於創造一個更有活力的和諧社區，並促進跨代共居。

As we look at our Ming Wah Dai Ha redevelopment project, it will have a mix of rental housing, flats for sale, as well as elderly housing blocks all in one community. Similar strategy is also being taken or implemented in our Pak Wo Road project, and also Kwun Tong Garden Estate Redevelopment Project.

我們的明華大廈重建項目將涵蓋出租單位、出售單位，以及長者住宅，三者都在同一個社區內。類似的策略也正在我們的百和路以及觀塘花園大廈重建項目中實施。

We also understand that people when growing older, they will have different needs of their living. So apart from building dedicated elderly units, we also produce barrier-free flats as well as units with adaptable design, which could be easily altered to meet the need of aging residents. With this adaptable design and facilities in place, residents would be able to live in the same flat throughout their lives to realize ageing-in-place.

我們也明白，人們在年老時會有不同的生活需求。因此，除了建造專門的長者單位外，我們也建造了無障礙單位和具有適應性設計的單位，這種單位很容易改造，可滿足長者居民的需要。有了這種適應性的設計和設施，住戶將能夠在同一單位中生活，實現居家養老。



◆ 陳欽勉（右一）認為只要確定目標並準備好學習，就會有好的機會。

視頻截圖

主持：So you're a top student graduated from a school called the Saint Paul's College, and after you graduated, you entered the workforce as the AO, administrative officer, and then you became the CEO of a charity organization. Now you are the head of the Housing Society. I see a common element among all these posts, which is public administration and also serving people's livelihood. Can you share with us some tips for being successful? And can you tell us, for example, the youths and youngsters in HK, give them some advice on how can they be more successful in their future?

你是畢業於聖保羅書院的尖子生，畢業後進入職場成為政務主任，然後成為了一個慈善機構的首席執行官，現在則是房屋協會的負責人。我發現所有這些職位中的一個共同要素，就是公共管理，以及為民生服務。您能和我們分享一些成功的秘訣嗎？你能不能告訴我們，比如說香港的年輕人，給他們一些建議，讓他們在未來能夠獲取成功？

嘉賓：Yes, Edward, I can see a lot of hope in our young people. When you talk to them, you will find that many are eager to find purpose in their roles, and they would like to pursue career which could bring positive impact to the community. I entirely agree that it will be very useful for young people to identify early the purpose they would like to pursue, and also do things they have passion. Looking back at myself, I find my interest in entering into public service during my teen, and such an aspi-

ration has led my career journey all along.

好的，我可以在我們的年輕人身上看到很多的希望。當你與他們交談時，你會發現許多人渴望在他們的角色中追尋目標，他們希望追求事業，這可以給社會帶來積極影響。

我完全同意對年輕人來說，盡早確定他們想要的目標以及做他們熱愛的事情是非常有用的。回顧我自己的經歷，我發現我在十幾歲的時候就有興趣進入公共服務領域，而這樣的追求一直引領着我的職業旅程。

The other thing I would say is life-long learning is very important, and it is particularly so in today's fast-changing world, as one may hardly rely on just one skillset for the whole working life. As for myself, I find on-the-job training as well as the opportunities of different postings during my time with the Civil Service very useful to help me to set a mindset to learn, as well as to open to new opportunities. I think setting a target and being ready to learn, right opportunities will be open to our young people, to make good impact from their own career.

我想說的另一件事是終身學習是非常重要的，在今天這個快速變化的世界裏尤其如此，因為一個人可能很難僅靠一套技能走遍職場生涯。就我自己而言，在公務員隊伍工作期間，我覺得在職培訓以及不同職位工作的機會是非常重要的，可以幫助我樹立學習的心態，讓我獲得新的機會。我認為，只要確定目標並準備好學習，就會有好的機會等着我們的年輕一代，讓他們得以精進自己的職業生涯。

◆ 點新聞英文節目《Eye on U 容來照往》，由立法會議員容海恩及梁熙主持，邀請香港社會各界包括政界、商界及專業人士，分享及討論社會熱話。

說話貴精不貴多 聆聽建立好形象

文自由戲

逢星期四見報

筆者曾聽過這麼一句話：「會幹的不如會送的，會送的不如會說的。」足以說明說話技巧和表達能力在人際關係中的重要性。

會說話的人，無論遇上任何人，總能把關係處理得非常好。而不會說話的人，即使你能力超群，也很難得到上司的認可和同事們的接納，長此以往你的職場人際關係只會一場糊塗。

小時候說錯話，還能以「天真直率」作為擋箭牌，從而得到他人的原諒，然而隨着人的成長，當你說話開罪他人時，還能厚着臉皮地向對方說因為我為人坦誠，天性直率，所以你必須明白我、原諒我嗎？

語言最能暴露一個人，只要你一開口說話，別人就能了解你。說話技巧可以說是一個人的牌面，在某種程度上，直接決定了他人對你的印象好壞。說話技巧貴精不貴多，你只要掌握當中一些基本的技巧，就能夠成為一個「會說話」的職場人，在職場中左右逢源。

人性的自私不光是利益上，在聊天中也能體現出來。有些習慣讓自己當主角的人，總愛在聊天的時候，自己多說，讓別人聽自己說。一旦遇到別人表達自己的觀點，或打斷自己，嘴上或許不說，但估計內心已經在暗罵對方了。其實若想在與別人聊天的時候拉近彼此關係，我們應反其道而行，好好當一個傾聽者，因為我們聽得越充分，便能了解得越多，說的話就更能說到別人心裏去。偶爾做做配角，不要急於表達自己的觀點，不要無時無刻搶盡鋒頭，反而能在他人心目中建立一個好形象。

與別人聊天，雖然說要多聽，但並不代表要做一個沉默者。有時候別人的觀點我們並不一定認同，但我們要切記

一點，不要立即否定對方的任何觀點，哪怕我們再不同意，這時我們可以嘗試將話題引導到自己身上，讓對方聽聽自己的看法。避免在對方觀點本身的對錯上糾纏，因為糾纏得越多，越容易產生矛盾。再說了，兩個人之間的聊天，幹嘛非要分對錯？

筆者在與人相處時，最怕遇到那些話題終結者。無論你問他什麼，得到的回覆總不會多於三個字。要改變對方並不容易，所以我們只能以開放性的話題與對方聊天，以避免尷尬。所謂開放性話題，就是更多描述感受，而非陳述事實。多用開放性的話題，可以用一問一答的方式，這樣能夠從中引申出很多的話題。那就不愁聊天的時候冷場、尬聊。既然想和對方聊下去，那麼我們自己要在聊天中做一件事，就是在對方的話中，找到新的切入點，同時在我們自己的話中埋入可擴展的話題。

理話題，其實就是把話題的方向拓展，交給對方，讓對方在不知不覺中找話題繼續聊天，也能避免我們自己選擇話題的時候出現一些尷尬，對方接不上話的情況。

通過開放式話題和理話題，基本上不愁我們和對方沒有話題聊天。但是能否聊下去，聊開心就看話題的選擇。「投其所好」順着對方的興趣找話題，看對方的反應下菜碟，還需要看對方的反應來做判斷。如果一個話題對方不高興，我們繼續和對方聊，那麼就不是在聊天，而是找事了。因此在找到話題後，先聊一聊，看看對方興趣如何，是熱情還是冷淡。我們再決定是繼續，還是再弄個開放式話題和埋個話題，來把話題給又開。畢竟我們和對方聊天的目的，是彼此都能夠開心，不是為了搞事情。

法國文學家古斯塔夫·福樓拜曾經說過：「語言就是一架展延機，永遠拉長感情。」任何時候，會說話的人，都能跟周圍的人建立起良好的感情基礎。

把握以上說話技巧，活學活用，在人際關係中你一定能够做到人人喜歡、左右逢源。

兩道測試線 分辨感染者

科技暢想

逢星期四見報

在對抗 COVID-19 的過程中，研發篩檢試劑是其中最重要的一環，通過快速測試，我們可以在短時間內分辨出感染者，從而加以隔離和治療，既減輕了醫療系統的負擔，又可以加強對病毒的管控。不過，現在我們常用的篩檢試劑又是透過什麼原理運作呢？

SARS-CoV2 是一種大型的正確單股核糖核酸 (RNA) 病毒，呈冠狀外觀，直徑約為 50nm 至 200nm。要快速檢測這種病毒，我們現時多用病毒抗原檢測，先從受檢者的呼吸道中採集分泌物樣本，然後浸入可裂解病毒 (split virus) 的溶液之中，再滴到檢測棒下方的檢體層。之後溶液就會透過毛細管作用，將分子帶到後方。

檢測棒中有兩道線，靠下方的一道是測試線，當含有新冠病毒蛋白抗原經過膠體金病毒抗體層，就會被抗體辨認出來，而這第一道線就含有能抓住抗原的抗體，如果受檢者帶有新冠病毒，這條線就會顯露出來。至於第二條線，則有能抓住膠體金抗體分子的抗體，換言之就是在正常情況下必定會顯露出來，所以我們就可以憑這兩條線，看出受檢者有沒有感染新冠病毒，如果檢測棒出現上下兩條線，就是檢測機制運作正常而受檢者呈陽性反應；如果



◆ 檢測棒中有兩道線，如果兩道線同時出現，就代表受檢者已感染新冠病毒。資料圖片

只出現上面一條線，結果就是陰性；但如果只出現下面一條線，就是檢測棒出現異常，需要換另一支檢測棒重新測試了。

上述所說到的膠體金 (colloidal gold) 技術，是一種常用的標記技術，即是分散相粒子直徑在 1nm 至 150nm 之間的金溶膠，現時大部分臨床使用的免疫印跡技術，都是採用膠體金技術。如果各位有留意的話，就會發現部分檢測棒那兩條線的顏色是酒紅色的，這與膠體金的顆粒直徑相關。如果是較大顆粒的膠體金，就會呈現紫紅色，而中等大小的膠體金，則是酒紅色的，最小的膠體金是橙色的，如果各位有興趣的話，不妨在下一次檢測中留意一下線的顏色，也是很有趣的。

◆ 洪文正 香港新興科技教育協會
簡介：本會培育科普人才，提高各界對科技創意應用的認識，為香港青年提供更多機會參與國際性及大中華地區的科技創意活動，詳情可瀏覽 www.hknetea.org。



◆ 簡澄 (資深中學中文、中國歷史科老師，香港歷史文化研究會理事。教學經驗豐富，曾出版多本暢銷中文、中國歷史參考書。)