



源於奧運

李漢源

5G 這個名詞相信 大家都不陌生，你的手機是否已經使用 5G 網絡？當我們用 5G 手機時，傳輸速度比 4G 快十倍。筆者並不是想與你們討論手機的網絡，而是想強調科技發展對我們傳媒及體育傳媒的巨大幫助。在上世紀八九十年代，每次轉播奧運時，我們必須提前確定每一個項目的訪問位置，待運動員賽後或頒獎後經過訪問區時，即可第一時間進行直播訪問。除了確定訪問位置，更重要的是需要設置專線，直接將訪問信號傳回當地奧運國際廣播中心，觀眾才能夠在第一時間收看。每個場地的專線費約需 20 萬港元，筆者在 2008 年曾為 11 個場地定下專線作直播訪問之用。

如今科技進步，雖然仍是需要確定採訪區位置，但即時傳送訪問已經可以使用 5G 網絡，這在信號傳輸方面大大節省了成本。一個採訪區的設置通常需 3 萬至 5 萬港元，而傳輸信號的費用則相對較高，因為需要使用光纖或衛星進行傳輸，但使用 5G 進行傳送的成本則便宜得多，類似於大家撥打國際長途電話的成本。目前大部分媒體已經廣泛使用 5G 進行直播訪問，他們通常使用一種名為 TVU 的設備，大小約為一個小背囊，內部放有 4 張電話卡，來自不同電訊服務商。當某一電訊商的信號不佳時，設備會自動切換到信號較好的另一網絡，這樣他們就不必擔心網絡擠塞。除此以外，目前的 5G 已經能夠傳送 1080p 的高清電視信號，也不用擔心傳送

體育轉播 5G 新力量

快但品質低的問題。

2024 年巴黎奧運火炬傳遞活動無疑是一個成功的案例，法國電視台全程採用 TVU 5G 傳輸方案，為廣播行業探索出了一條新路。這種創新的奧運轉播方式在成本和可持續性方面具有顯著的優勢，與傳統的製作方式相比，這種方法減少了 93% 成本，也可不用直升機、衛星車、廣播車及大量工作人員的成本，製作和播出部分的成本也減少了 63%。在接近 80 天的火炬傳遞中，8 部攝影機配合一個 TVU One 背包，將信號傳送到 TVU 雲導播系統進行製作及直播。

筆者曾多次拍攝渣打馬拉松，使用多部攝影機安裝在馬拉松領頭車及 3 部電單車上，通過 TVU 設備將信號傳回公司錄影廠，交由控制台的導演進行編輯直播。儘管一些重要的體育項目仍然使用傳統的製作方式，但隨着 5G 技術的快速發展，體育轉播正迎來前所未有的變革。未來，輕量化的製作方式將可能成為主流，不僅降低成本，也提升了直播的靈活性和效率，讓更多觀眾能夠即時享受體育盛事的精彩瞬間。



●高清 4K 移動直播系統 TVU，重 1.79 公斤。 作者供圖



方寸不亂

芳芳

食物添加劑 剛吃中秋月餅，看到一則新聞，瀋陽有超市被顧客投訴，買回家的月餅，發現配料表所示中，有已被禁止在一些食品中使用的添加劑「脫氫乙酸鈉」，遂要求超市檢測該款月餅，超市回覆是員工誤把去年的舊標籤貼上，你收貨嗎？

馬上翻看剛吃完的月餅盒標籤，香港月餅除了原材料外，有「酸度調節劑」；再看其他孩子愛吃的餅食，添加劑更多，除了上述「酸度調節劑」，還有「固化劑」「乳化劑」「增稠劑」「膨脹劑」……我們似乎只對「防腐劑」較為敏感，但對食品添加物所知不多。

部分消費者對預製菜的認知，認為預製菜依賴防腐劑保鮮，問題來了，抗拒防腐劑，添加劑你又可以接受嗎？

因為「防腐劑」一詞被負面化了，廠商就不用防腐劑，改用其他添加劑。專家告訴我們，如果食物標籤寫上「不含防腐劑」的食品，必然會有很多添加劑，而添加物大多有防腐作用，添加物愈多，防腐時間更長。可以有這樣的說法：「不含防腐劑」的食物，反而更能「防腐」。

添加劑究竟是什麼功能？看過一個食安權威的訪問，添加物主要作用是可以掩蓋食物的缺點，令其美味香口。如麵包、蛋糕、方便麵、芝士、火腿、肉鬆等，高熱量、高鈉、高糖、多添加物、多飽和脂肪酸、低纖維。專家教路，方便麵當然要少吃為妙，芝士不要選擇「遇熱不融」的芝士，有些條狀芝士，為了有口感，遇熱也不融，因為加了「六偏磷酸鈉」，可帶走鈣。肉鬆不要買細粉狀的，那些是豆粉做的「肉鬆」，只是加了很多添加劑，做出肉香而已；要買撕出來條狀、絲狀的才是真肉鬆。

至於，我們孩子最愛吃的蛋糕、甜甜圈，因為有奶油（乳化劑）、香料（醃類），以及成人常吃的叉燒包、梳打餅、油條，都用泡打粉發起，盡量少吃。還有一樣是我們日常必吃的醬油，正常發酵有「乾式發酵」和「濕式發酵」兩種，「乾式發酵」把黃豆放在大缸內發酵半年；「濕式發酵」（加水）發一個月；但現在市面上的醬油兩三天就可完成發酵工序，因為加了添加劑，強迫黃豆解水，添加鹽酸、焦糖色素，環環相扣，愈添愈多。專家教路，不要買塑膠瓶子包裝的醬油，這可能與大量速成有關。

在添加劑食品的大潮裏，我們雖不可避免，但也不可能

在混沌中過日子吧！

線上一隻鳥

打發點兒時間。

除了那處既可以稱之為花壇又可以叫做「小廣場」的地方，狹小的院子裏，只停車都常年擁堵，病人多時，甚至根本沒地方停車。那處地方，可能是剩下的唯一可以被再次他用的地塊。挖掉小廣場、挖走所有植被，建起兩層、三層或四層的病房樓，也許更符合當前醫院的發展需求。在這樣的大形勢下，幾棵樹是無法抗拒的。中午吃飯時，聽一個同事說：「挖掘機挖掘小廣場時，一個站在現場的同事撿到 4 隻小斑鳩都死了。」小斑鳩的死可能是個偶然，估計都是摔死的。假如不毀壞植被，鳥巢就不會跌落下來，小斑鳩就不會死。也可能，小斑鳩早就已經死了，之前沒人清理那處小廣場上的雜亂植被，所以未被發現。

早晨到單位時，那處小廣場上的植被，全都還是活的，且活得好好的。中午時，那兒已經亂糟糟的，斷枝落葉，碎石泥土，一堆堆一片片；下午下班，從那兒經過，雜亂居然不見了，水泥地基也已打好。效率是真的快，可那處綠色沒有了，多少有點兒惋惜。打開車門回眸的一瞬間，孤獨在小廣場上方電線上的斑鳩，觸動了我的神經。牠無精打采的，顯得很是失落。我不知道牠是因為家園被毀還是因為子女不在，總之，牠沒有原先的那些綠植棲身了。牠當然不可能一

直蹲在電線上，牠只是戀戀不捨、只是一時有些无助和不知所措。牠終究是要離開的，就像小廣場。有時候，牠們的命運牠們自己無法左右。

上車前，我的思緒一時僵住。那隻鳥，有些可憐，但我卻愛莫能助。掏出手機，躲開下午西面的直射陽光，我給那隻鳥拍了一張照片。小廣場北側的家屬樓和南側的病房樓之間拉有一根電線。鳥兒蹲在高處的電線上，背景是藍天白雲，還有刺眼的陽光。

幸好，小廣場東側和南側的幾棵大法桐樹不礙事，沒被砍殺。我的手機，選了個有樹遮擋光線的角度，拍下了那個場景。我不知道當時為什麼要拍，可就是忍不住拍下了。醫院搞建設，小廣場必須挖掉。這樣的建設工程之下，幾棵普通的樹和幾隻普通的鳥，不可能成為考慮因素。即便有下次，也會依然如此。

小廣場沒了，醫院裏唯一的花壇沒了。等新樓建起，整個院子裏，只剩下幾處裸露的水泥地面和數棟或大或小或高或低的大樓。醫院裏的綠，就只有那幾棵大法桐樹了。少了小廣場、少了花壇，多了一棟新樓。院中的建築，顯得更加擠了。不曉得，線上的那隻鳥在想什麼；不曉得，牠會在線上停留多久；不曉得，作為一隻普通的斑鳩，牠該去往何方。現實中，小廣場已經沒了，無法也不可能還原。



七嘴八舌

小臻

中國各行各業爭相運用智能科技為自己行業提質提速，非常高效。當機械人出現，聰明的中國人不光只想用在戰場上，靈活變通研發更多應用在民生用途，為工作帶來方便。刻苦勤快的中國人為了理想、為了賺多些錢而努力。而外國人的生活作息是 8 小時工作，一周工作 4 至 5 天，叫他們加班基本是不會答應，他們追求生活工作平衡。中國經濟發展那麼快，競爭力強，當然與中國民族特性有關，中國速度是歐洲人、美國人無法比的，請他們別找借口微關稅打壓中國發展。想想最早在商場內見到的機械人掃地、機械人送餐，再到機械人幫忙炒菜、機械人在醫療上幫忙做手術、機械人協助解決危險工作。然後無人機出現，除了在戰爭中、巡邏上發揮作用外，還被研發用作表演。

今年國慶中秋假期旅遊人士都體驗到中國文旅「智」變，為生活帶來快樂。在文化和旅遊部鼓勵和支持下，文博場館、考古遺址公園、旅遊景區運用虛擬現實（VR）、增強現實（AR）、拓展現實（XR）、混合現實（MR）等技術和設備建設智慧旅遊沉浸式體驗空間，沉浸式體驗在全國多地「開花」。科技正以靈動姿態融入文旅場景，勾勒出「可感、可觸、可參與」的文化新圖景，將「靜態觀賞」蛻變成「沉浸式互動」，「喚醒」沉睡的文物，讓歷史場景「活」起來，讓文化傳承有了更鮮活的載體，還能對自然景觀與人文地標進行深度賦能。有種 Rokid AR 眼鏡智能導覽服務，實現了虛擬場景與實體展

飲飲食食一家親

這幾年菜肉市場大型新攤檔林立，招牌多以

什麼「仔」、什麼姐姐妹妹和媽媽叔伯為名，可能這樣的招牌，真的可以給買菜的住家「煮婦」「煮男」帶來親切感和無形的興奮。

不是嗎？抱着探親一樣心情走進店內買肉買菜，悠然自得選到自己心愛的西施骨，買到老人家喜歡的滑豆腐，那一丁點成就感，不經意還可以帶來輕微減壓的力量，也是幾分鐘享受到的生活情趣。就是開店的媽媽叔伯姐妹一定也同樣心情大好，看到店前經常排滿手推車，店內插針不入般，形似大媽大叔家姐親人一樣的顧客擠得滿熱鬧，如何不笑逐顏開？

大叔大媽開心的是，平日自然少見上學、上班的年輕人，但是偶然在星期日也會鶴立雞群似地出現一個學生形象的小哥，想都是外傭放假或家人不慣外出飲食，來幫準備入廚家長買菜內的乖乖仔。

打親情牌店號的風氣漸漸也吹到零食小店和大型食肆來了，零食小店早已冇賣薄餅的姊妹、賣甜品零食的婆婆和家姐姐，中大型食肆為吸引消費能力較強、為懷舊而來的中老年顧客，主

打菜式當然不離什麼傳統手工雞鴨老火燉湯之類。

Y 世代則重視祈福福福多於食福，手機在手，但求飽肚，咀嚼方便的薯條、無骨漢堡和飲品已樂在其中，只要門面輝煌、裝修一流，菜單上滿是車仔麵式的預備餐，說不定還比平日老媽精心製作不知名的藥材補品合胃口。

近日不少享譽一百幾十年的什麼樓、什麼閣傳統老牌子酒家酒樓結束營業，新開業或照原址重新營業的，則都向菜市場取經捧出媽媽叔伯的大招牌，不知是否等食客少點心理壓力（至少錯覺收費老實一點）。

至於某冰室以「嫂」為名，當中一定不少已婚男食客，老闆可真精於心理戰術，飲食行業最多聰明生意人，看來不少表嫂也會陸續登場了。



●同行同一族？ 作者供圖

香港的中秋節

中秋佳節已過，但節日的點滴仍讓人回味無窮。孩子們雖只有一日假期，但仍滿懷欣喜，中秋節正日當天，催着我準備月餅和水果，還把在學校自製的綵燈準備好，等到晚上樓跟小夥伴們展示一番。

當天晚上，我們品嚐完傳統的雙黃蓮蓉月餅後，就被孩子們拉着下樓去。孩子們換上了自己喜愛的華服，提着綵燈，向鄰居們展示自己的「中國風」。

香港人過中秋，賞月、點綵燈、欣賞舞火龍、分享月餅，是必備的項目。提到綵燈，香港恐怕是中國最尊重傳統的地區，孩童會提着傳統紙紮燈籠，兔子造型是最受歡迎的。紙紮兔子綵燈所用材料也非常傳統：竹篾用作燈籠骨架，宣紙或絲絹用作綵燈主體，水彩和金粉用來上色，做出的燈籠既復古又溫馨。

兔子造型的綵燈除了樣貌可愛受到大人孩童的喜愛之外，還因為兔子象徵月宮裏的玉兔，寓意吉祥與生機。在中國神話中，兔子是與月亮共生的靈獸，負責在月宮中搗製長生不老的仙藥。因此，兔子燈蘊含着健康、長壽、辟邪的祝福，為持有者帶來祥瑞之氣。

香港常見的傳統燈籠還有楊桃燈、鯉魚燈，據老人說，分別寓意着「星月交輝」和「年年有餘」。

香港地方雖不大，有心人卻在中秋節

期間布置了一個又一個精美絕倫的綵燈會。令我印象最深的是黃大仙祠的綵燈會。主辦方在從心苑的亭台樓閣打造「花好月圓」「猴子撈月」「荷塘月色」等傳統主題場景，並在正門牌坊外設置氣勢磅礴的「巨型獅型花牌」及逾 8 米高的「月滿繽紛巨型綵燈」，呈現一場視覺與綵燈紮作技藝的文化盛宴。有趣的是，中秋節正日的晚上，身穿華服入場的市民，可額外獲得「大仙腰間令牌」一枚，極具紀念價值。

另一邊廂，自 6 日「迎月夜」起，一連三晚的大坑舞火龍轟轟烈烈展開。由 300 位健兒引領、全長 67 米的火龍，晚上在大坑的大街小巷穿梭，吸引過千市民和遊客到場觀看。有來自內地的遊客說：「看到舞龍隊把插滿香的火龍舞起來時，感到特別震撼，深深感受到中國文化的傳承。」

令我感受深刻的是，近年來，和黃大仙祠、大坑舞火龍一樣的傳統景點和項目，都在致力推廣中國傳統文化。另外，每逢中國傳統佳節，以中國傳統文化為主題的各式展覽、燈光秀甚至無人機騷，紛紛在香港舉辦。這些活動不僅讓香港本地市民感到欣喜，更令海外遊客大讚有趣。香港作為中西文化融合的都市，除了向海內外遊客展現其西方的文化精髓，又能讓人領略東方的文化傳承，這樣的香港着實更加迷人。



百家廊

袁星

到院中開車，回眸看小廣場，已夷為平地。視線向上一掃，一隻鳥正停在一根懸空的細電線上。定睛看，是一隻斑鳩，一隻孤獨、落魄、焦急、無助的斑鳩。我的思緒，立馬落到斑鳩身上。

早晨上班時，院子裏多了一輛大卡車，大卡車上有一台挖掘機。附近正在修路，我以為那車就是到院子裏暫停一會兒的。管事的說，車輛不能停在樓下，得停到別處，樓下北面的小廣場得挖掉，好像要建樓，建成輪流大廳或兒科。

大概 8 點半，透過辦公室北側樓道的窗戶，挖掘機挖地毀樹的聲音傳來。「咔嚓、咔嚓」聲中，那些兩三米高的綠植，輕輕鬆鬆被砸斷或連根挖起。長了幾年的黃楊，在挖掘機面前毫無招架之力，幾乎等同於無物。只有那棵長了幾十年的女貞子樹，挖起來稍微費勁。挖掘機沒法把它整棵挖出來，只好邊挖邊拍砸，斷枝毀皮遍體鱗傷後，最終掘出。

嘈雜的聲音，吸引了我的目光，睽了幾眼後，再次移步科室。那處小廣場，其實也算不得廣場，頂多算個大花壇。大花壇被中間的一個石桌、幾個石凳和一條南北小道分割，還在其地面上鋪設了大理石板，靠邊處安裝了幾個簡易健身器材。這樣一來，空閒時，或過往人員，可以過去坐坐，



琴台客聚

伍采采

遠在澳洲的女兒工作日發了外出玩耍的朋友圈，把我和她姑姑嚇了一跳。雖然女兒已經是上班族，但在我們心裏，她還是從前那個沒長大的小女孩，看到她晒出和朋友們去郊遊野餐的圖片，就本能地以為她在「逃課」了。

問起來，女兒說這天是公眾假期，大家放假為國王慶祝生日。

彼時是 9 月底，恰逢女兒生日，我便打趣女兒是「Lucky Girl」，可以不上班和國王一起過生日。結果女兒告訴我，國王的生日在澳洲都是隨便選一天過的，他的官方生日其實是 11 月份，只不過女兒所在的西澳是在 9 月份替國王過生日。我又被嚇了一跳：西澳的州長真是夠隨性的，隨性到有點任性了。

後來從女兒口中得知，澳洲人給國王過生日的假期源於早前的「女王節」。因澳洲作為英聯邦王國，為了對英國君主誕辰的紀念，在慶祝伊利沙伯二世生日時稱「女王節」，待到伊利沙伯二世離世，查爾斯繼位，便改為「國王生日」，繼「女

國王有幾個生日？

王節」之後成為新的公眾假期。國王的生日並非全國統一假期，各個州可以隨意決定放假的時間，而根據氣候和傳統，以及歷史原因，西澳選擇在 9 月份放假，昆士蘭州選擇在 10 月份放假，包括新南威爾士州和維多利亞州在內的大多數州選擇在 6 月份放假……我有些好奇，國王在過官方生日的時候應該是要吃蛋糕的，不知道他的子民隨性地替他慶祝生日時，他會不會一次又一次地在自己的非官方「生日」時吃蛋糕呢？

其實澳洲人的隨性我在幾年前就已經領教過了。那時候我去陪剛到西澳不久的女兒過春節，正趕上澳洲的國慶節，女兒帶我坐公車去天鵝河看煙火表演，上了車，公車司機不收我車費，不是因為國慶節免費，而是因為司機自己高興，所以「Just For You」。當夜返程，同一路線的公車，因為「嫌棄」排隊上車的人多，車站的工作人員亦請大家不用投幣付車費，直接上車，免費乘坐。上車速度因之加快，司機開心，乘客也開心。

如此便理解了各個州為何會隨便選日子

放假給國王過生日。

近幾日我國的國慶節與中秋節也和往年一樣，在全民調休後，雙節合併放了 8 天長假。我也與往年一樣，安靜地宅在家裏，讀書、寫字、侍弄花草、享受美食，在網絡上觀看各地與往年一樣，一成不變的路上堵車與景區「堵人」。

這個全國統一的假期還是沒有令人失望，到處都是全民參與的「堵車派對」。有網友爆料從上海到南通僅 130 公里的路程開了 9 個多小時；有網友戲稱高速公路上「堵車堵出鬆弛感」；有人因堵車時間過長，竟從後備箱取出釣具在護欄外釣魚，引發圍觀車主拍攝；在廣東東莞滯留隧道裏的車主們發明了原地遛狗和羽毛球比賽等消遣方式，還現場大合唱《我動也不能動》，在「高速一日遊」中上演一場「堵車社交」。

國慶和中秋過完，春節长假很快又要到了，堵車與「堵人」的「派對」又將重演一遍。於是，我開始有點羨慕在澳洲的人們，他們可以隨便給國王過生日，隨性地給自己放假，哪裏會擔心「堵」的問題？