

我家

HoMemory

03 地區焦點
中醫醫院明年底開
公私營協作營運

醫·家
④ 「凸腫爆開褲頭
代謝症」係緣由？
田

世界等你 攀登上



《我家》網站



《我家》Fb



《我家》小紅書

封面故事
⑧⑨

東方蜘蛛新一代



我家·熱話
⑩ 巴士輪椅位擺喺
瞽大夾惡也要OUT！

環保不歟
環保一環連一環
回收減碳「繼續加獎」

新界東地區
issue

145

隔星期四派送

發行日期：14 Nov 2024

看得見的人情味

新界西

屯門 元朗 荃灣 葵青 離島

新界東

沙田 西貢 大埔 北區

f 我家HoMemory

info@homemory.hk

中醫醫院正在百勝角路興建，料明年起分階段啓用。

位於百勝角 公私營協作營運

最快明年底起分階段啟用的「香港中醫醫院」，正在將軍澳全速興建，醫院大樓已漸具雛形。醫衛局指該醫院是本港首間以中醫服務為主的醫院，模式採用公私營協作，由政府全資興建，並將由浸會大學營運，有70間診症室、五年內將逐步推展400張病床，旨在成為本地中醫藥旗艦機構。有立法會議員關注新醫院的醫護人手問題。



政府全資興建 浸大營運

政府於10月9日宣布，位於百勝角路1號的本港首間中醫醫院，正式命名為「香港中醫醫院」，並公布該院院徽。院徽以該院大樓外形為設計主體，結合「中」字在內。該院於2021年6月動工，由政府全資興建。政府早於2021年透過招標程序，選定香港浸會大學作為承辦機構，該院將採用公私營協作模式營運。

中醫醫院毗鄰消防及救護學院、消防



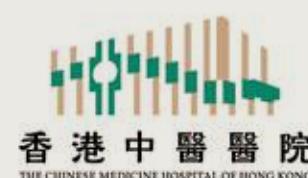
該院將採用公私營協作模式營運，並由香港浸會大學承辦。（效果圖）



中醫醫院明年底開

現場所見
醫院大樓
已漸具雛
形。

處紀律部
隊宿舍和擬建的
政府中藥檢測中心。該
院啟用後將透過提供政府資
助服務，融入本港的醫療系統，並
提供全面的中醫臨床及支援服務，當中包
括門診、住院、日間及社區外展。



五年內供400病床70診室

該院將會在五年內提供400張病床，當中包括250張住院、90張日間、40張兒科及20張臨床試驗和研究中心的病床；另外將設立70間診症室，當中10間負責普通門診、24間轉介門診、28間專病中心診症室，及8間私家門診診症室。

醫務衛生局局長盧寵茂表示，正全速推展各項開院籌備工作，以期該院於明年底起，分階段投入服務。該院將分別提供純中醫、以中醫為主、以及中西醫協作形式的臨床服務。同時該院會承擔教學培訓及科研等工作，包括為三所大學學生提供臨床實習及培訓。盧強調，中醫醫院將作為本地中醫藥旗艦機構，帶領香港中醫藥服務由基層醫療，邁進第二及第三層醫療服務。

議員關注醫護人手問題

立法會選委會界別議員陳沛良向《我家》表示，新中醫醫院尚有不足14個月便開院，屆時將先開設六個專科。他認為，新醫院分設不同專科，有別以往中醫全科診斷的概念，因此他關注該院在開院時，能否有足夠專科醫生及中醫師提供醫療服務。

陳沛良亦關注在現時全港醫護人手短缺下的前提下，中醫醫院會否因人手不足而影響開院。另外，他又促請當局要進一步闡釋中醫護士訓練及要求，是否與現時西醫醫院的護士相同，還是因應中醫的特色，會專設體系訓練中醫護士，讓他們具備

相關中醫藥專
長。



該院將提供純中
醫或西醫協作等
臨床服務。

開院時開展項目

開院後五年內推展項目

中醫內科

- 治未病 • 情志病
- 老年退化性疾病
- 季節性流感
- 功能性消化病

中醫外科

- 皮膚頑病

中醫婦科

- 不孕及產前產後治理

中醫兒科

- 五遲

中醫骨傷科

- 關節頑病

中醫針灸科

- 中風後復康
- 長期痛症

- 腫瘤復康或紓緩
- 慢性腎病
- 心血管疾病

- 黃斑病變
- 周圍血管疾病

- 月經病

- 小兒脾胃病

- 筋腱傷患
- 盆骨移位
- 椎間盤突出症

- 失眠
- 面癱

注：中醫醫院中醫專病項目開展計劃或因服務需求作調整，未來會發展其他中醫專病項目



小組委會開首會議 助力中醫藥國際化

10月19

日，行政長官李

家超公布最新一份施政

報告時指出，政府會於明年公

布《中醫藥發展藍圖》。他強調，

政府會把握香港在醫療體制、規管理制度、標準制訂、臨床研究及貿易等優勢，發展香港成為中醫及中藥國際化的橋頭堡。



特首指出《中醫藥發展藍圖》將於明年公布。

「發展藍圖」明年公布

李家超透露，明年公布《中醫藥發展藍圖》，將推行四項措施，除了首間中醫醫院及政府中藥檢測中心永久大樓預計明年落成分階段投入服務外，亦會探索應用大數據，推動中西藥相互作用的國際研究合作，發掘更多具臨床意義的證據，推動中醫藥國際化。

同時，本港會擴展中西醫協作服務至「呼吸科疾病」、「膝骨關節炎」等中醫優勢病種，並逐步推展「癌症治療」至所有醫院聯網；另外亦會舉辦首屆「香港中醫藥文化節」，夥拍業界推廣中醫藥文化。而新成立的中醫藥發展藍圖小組委員會，10月29日已舉行首次會議，該會就具體的中醫藥整體發展策略，以及長遠規劃的短、中和長期目標及可行方案，向發展委員會提出建議。

中醫藥發展藍圖小組，10月底舉行首次會議。



西貢白沙灣小區關愛隊

承辦團體：西貢農牧鄉郊義工團

電 話／WhatsApp：4679 6422

電 郵：info.pakshawan.careteam@gmail.com



西貢關愛隊聯席

區區顯
關愛

秋天風高物燥是火警高發季

節。西貢鹿祥路近匡湖居一間村屋在11

月5日傍晚發生火警，冒出大量濃煙，幸事件

中無人受傷。為加強居住在村屋的居民的防火意識，

西貢白沙灣小區關愛隊日前聯同西貢區防火委員會，一同到滘西新村及白沙灣進行家訪。

西貢白沙灣小區關愛隊隊長高淑芬向《我家》表示，當日活動消防處九龍東分區指揮官朱敏超及西貢民政事務專員馬瓊芬一同參與，向兩條鄉村多戶居民派發包括滅火筒、滅火氈以及獨立火警偵測器在內的「防火三寶」。

高淑芬透露，到場的寶琳消防局及西貢消防局的消防員，更即場協助住戶安裝獨立火警偵測器，並向居民講解裝置運作原理及注意事項。同時，更協助視察村屋的消防隱患，並為居所電線裝置給予改善意見。高表示，西貢民政處希望透過活動，提醒西貢市民提高火警隱患，注意家居安全，令生命財產都更有保障。

隊員聯同西貢區
防火委員會，到滘西
新村及白沙灣家訪。



消防員助住戶安裝獨立火警偵測器。



鹿祥路近匡湖居一
間村屋發生火警。

陳沛良關注會
否因人手不足
而影響開院。

首年門診和日間病房為主

香港中醫醫院行政總監卞兆祥回應指，在開院第一年中醫醫院會以中醫門診和日間病房為主，分為六個專科，第二年開始有中醫住院服務，五年內逐步全面運作，在分階段擴展服務的情況下，他相信在開院時有足夠人手提供臨床服務工作。

醫衛局中醫醫院發展計劃辦事處總監張偉麟則補充指，中醫護士在中醫護理方面需要特別培訓，當局已推出中醫護理課程，讓註冊護士進修相關知識。在中醫醫院工作的護士，無論是職前抑或在職期間均可接受培訓。



衣櫃換季藏健康警號

凸腩爆開褲頭 代謝症係緣由？

多種失調狀態同現
增患慢性病風險

代謝綜合症是指身體同時出現多種失調狀態，包括腰部積存過多脂肪（即中央肥胖）、血壓偏高和血糖偏高等。失調狀態大多無明顯症狀，腰圍變粗而出現「蘋果形」身材是相對能用肉眼觀察到的變化。

代謝綜合症患者的各項風險指數雖然尚未超標，但健康已響起警號。根據衛生署統計患者患上心血管疾病，包括心肌梗塞和中風的風險是一般人的兩倍；患上二型糖尿病的風險則是五倍。代謝綜合症患者患上大腸癌、肝癌等常見癌症的風險也會增加。

預防和控制病情 健康飲食不煙酒多運動

哪些人最容易「中招」？答案是不願運

預防治代謝綜合症五招

- 1 健康飲食 • 減少攝取糖、白米和餅乾，同時多攝取纖維，有助管理血糖水平和減少攝取脂肪。
- 2 增加運動量 • 每周最少 150 分鐘中等強度的運動，例如急步行、在平路或微斜的道路踏單車等。
- 3 保持健康體重 • 過重的人減走 5% 至 10% 體重，已有顯着益處。
- 4 戒掉不良習慣 • 不吸煙、避免飲酒。
- 5 保持心境開朗 • 慢性壓力會影響健康，做冥想、瑜伽有助管理壓力。

資料來源：衛生署、綜合傳媒文章

與大腦對話

作者：
陳洛志
醫師



自認貪玩中醫師，自覺笑住行醫，更有效讓病人好起來。不論腦學或中醫學其實可以玩出來，創出更多新穎有趣治療方法。



頭髮問題常令人困擾，因不但影響外觀，亦反映身體潛在問題，實在不容忽視。團隊的胡子軒註冊中醫師，就脫髮及白髮綜合 7 個常見疑問：



脫髮白髮 7 大疑問

Q1. 脫髮如何定義？
日均脫髮 100 條正常，但脫落異常多或新髮生長特慢，則屬脫髮。

Q2. 導致脫髮成因？

- 家族遺傳性禿頭、患上糖尿病或甲狀腺失調；
- 頭皮受感染、皮膚受損及長期遭刺激；
- 缺乏蛋白質或鐵質、精神受壓、長期熬夜；
- 更年期或產後女性

Q3. 怎樣改善脫髮？

- 選擇適合自身髮質的洗髮產品
- 頭皮按摩，用指腹輕敲頭皮
- 蓄短髮，以減頭髮過重而脫落
- 保持優質睡眠減少壓力，多吃黑芝麻、黑豆、烏雞、桑椹

Q4. 脫髮是長新冠後遺症？
研究顯示 5 個長新冠患者中就有 1 個脫髮，這源於「肺脾兩虛」或「氣陰兩虛」。

Q5. 為何形成白髮？
白髮位置反應身體臟腑失調，於兩側鬚角代表肝火旺、肝血虛；在前額則是脾胃失調；頭頂、後腦反映腎氣虛弱。

Q6. 藉食療治療，白髮變黑？
氣血不足導致毛囊無法獲得養分，能以調理改善。生理性白髮屬正常現象，女 42 歲男 48 歲左右就會出現。

Q7. 「拔一白髮生三條」，有根據？
該說法沒有根據，因一個毛囊只能生一條頭髮，惟頻繁拔髮可能會令毛囊受損發炎，使髮絲變得脆弱。





一站式鼓樂中心

搵緊鼓班、
錄音/錄影、
練習房、
表演場地？

10% off
~ 優惠券 ~

- 只限新生首4堂9折優惠
- 優惠期至2024年12月31日
- DA保留最終決定權

01 鼓班？我地有！

- 由多屆最佳鼓手主理
- 導師均已考獲流行鼓8級證書
- 可專攻考試，獲得佳績及證書
- 亦可應同學喜好設計課堂內容
- 自家製教材，貼近潮流
- 學習自然變得輕鬆又愉快
- 除鼓班外，還提供吉他及鋼琴等流行樂器班
- 歡迎致電或dm查詢～



02 練習房？我地有！

- 多間鼓樂練習房及樂隊練習房
- 環境清潔舒適，設備一應俱全
- 位置方便，價錢親民
- 助你練習進度倍速提升



03 錄音/錄影？我地有！

[REC]

- 專業的錄音及錄影器材
- 讓你無憂地在網路上展露你的音樂才華！



04 演出場地？我地都有！

- 1000呎私人表演場地，最多可招呼100名親朋好友*
- 適合各種小型音樂會及活動
- 備有舞台、音響、燈光、特大LED背幕等，舞台效果可能性倍增！

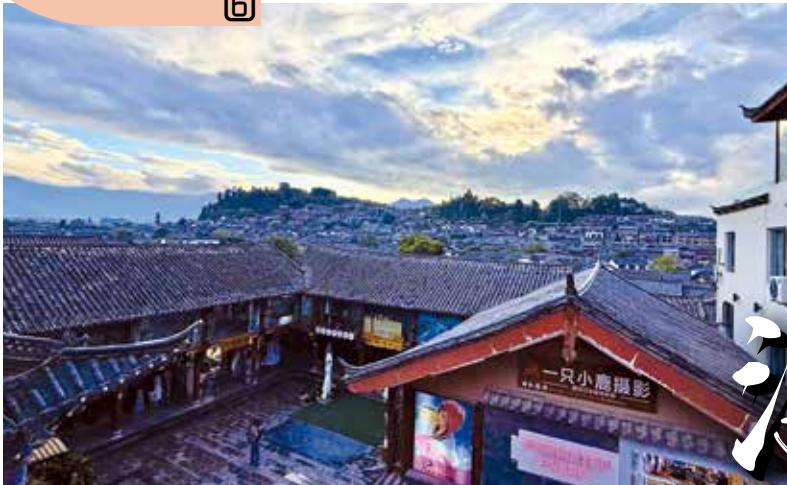


05 笑容？貓店長？又點可以有呢？

: 23253528

: 香港九龍新蒲崗五芳街8號利嘉工業大廈4B室





安靜慢活的沙溪古鎮

6天的雲南遊雖說走馬看花，卻走訪了多個打卡景點如麗江古城，其中以沙溪古鎮令人耳目一新。沙溪古鎮起源於南詔興起時期，是一個縱貫2500多年古道歷史的古道重鎮。20年前，沙溪以「茶馬古道上唯一倖存的古集市」獲列入《世界瀕危建築遺產名錄》，2023年中國大陸電視劇《去有風的地方》取景於雲南大理，令一直民風古樸的沙溪古鎮成為全國焦點。

不起貪執 心淨國土淨

換句話說，雲南當地人因心清淨，令家令鄉也變為淨土。「心淨國土淨」出自《維摩經》的〈佛國品〉，即是「隨其心淨則佛土淨」的經句。

面對好看色彩或是污穢外在，好聽聲音或是惡言，美味的飲食或是粗茶淡飯，心若能了了分明而不



沙溪古鎮



起貪執愛著，便是清淨的不動心，所謂心不動或心不污染，不在於環境的接觸，而在於我們分別心放不下、丟不開。

不同的人因為各自的心境而感受到不同的境界。無論外在環境是天堂或是地獄，當你在人際關係、生活、家庭、工作中遇到挫折就發脾氣，如果不加適當的覺察和照顧（見另稿），憤怒會帶來破壞性的後果。

正念靜觀應對憤怒

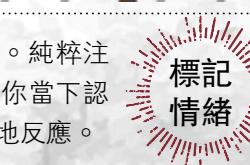
當憤怒湧現時，緩慢地吸氣，保持幾秒鐘，然後緩慢地呼氣，直到你感覺身心放鬆。



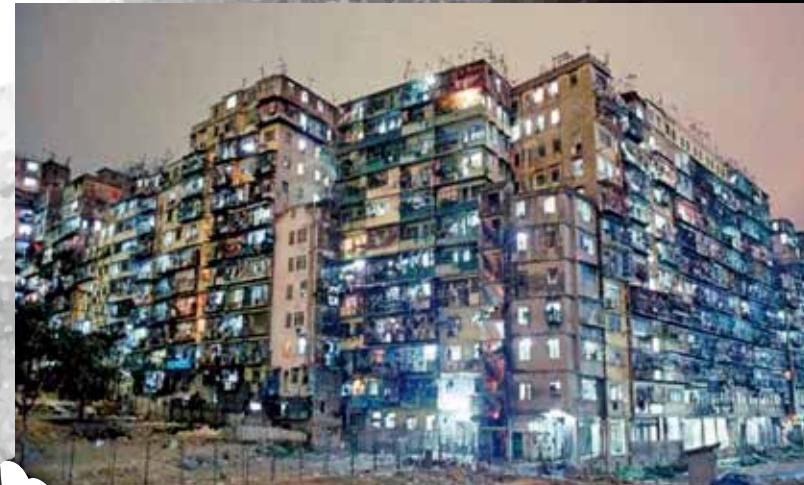
不加評價地識別和標記你的情緒。純粹注意觀察內心和身體感覺。這可以幫助你當下認清自己的情緒狀態，並避免衝動盲目地反應。

花點時間欣賞你生命中的其他美好事物，不管多小都可以，遠離引發憤怒的負面思想和情緒。

若能慢慢地練習，不為過去的事煩惱，也不為未來的事煩惱，心就漸漸地與清淨的境界接近了。



由一念山發 淨土穢土 間



昔日九龍寨城

龍蛇混雜的九龍寨城

九龍寨城由清朝政府於1847年擴建而成，自此往後約100年間，寨城進入無人管治的時期，大量非法樓宇在寨城內興建，由於城內樓宇密集、通道濕窄、龍蛇混雜，是毒梟、罪犯匿藏的巢穴，因而又有「三不管」之名。直到1987年，經中英兩國政府協議進行遷拆，並於1995年在原來的寨城遺址建成九龍寨城公園及開放給市民參觀。



赤鱲角的九龍城寨

早前，筆者一位曾在九龍城寨短暫生活的好友邀約一起去香港國際機場，參觀《九龍城寨之圍城》電影主題展覽，展覽分為6大主題區包括：士多、茶檔、理髮店、後巷、水井、閣樓、電器小店等經典電影場景。

有關展覽直至11月20日期間在香港機場接機大堂A展出，12月將移師啟德AIRSIDE。



現在九龍寨城公園



早已經涉獵儒釋道三教，近年迷上Om Chanting、希塔療法Theta Healing，從中發現東西方宗教玄學，在身心靈層面實在有不少共同點。

妄心 本心 本性

六根	六塵	六識	六能	自性
----	----	----	----	----

眼 ⇒ 色 ⇒ 眼識	能見 ⇒ 性
耳 ⇒ 聲 ⇒ 耳識	能聞 ⇒ 性
鼻 ⇒ 香 ⇒ 鼻識	能嗅 ⇒ 性
舌 ⇒ 味 ⇒ 舌識	能嚥 ⇒ 性
身 ⇒ 觸 ⇒ 身識	能覺 ⇒ 性
意 ⇒ 法 ⇒ 意識	能知 ⇒ 性

(相) (用識) (用心) (體)

作者：
聞西
Simon

7

呢次試吓唔用冬菇

羊肚菌焗雞

吸精料頭見高低

粵菜烹調有好多種方法，煎炒煮炸燜呢啲大家應該識啦，咁「焗」你哋又有冇聽過呢？「焗」，其實係用中大火先爆炒材料、再加入小量醬汁、上湯後冚蓋燜至餸汁收乾，務求快速煮熟食材，同時逼出肉類及醬汁原味。舊時「焗」嘅菜式，只會用噃原件或原條嘅食材，通常以體型較細嘅家禽、海鮮為主，原件唔斬唔切就係為咗保存肉汁，而且會用煲仔烹調。後來工序簡化唔再堅持原件，亦可以用鑊去「焗」，整完先移入預熱咗嘅煲仔熱辣上枱。

做 法：

1. 雞脆洗乾淨，落醃料拌勻醃15分鐘，雲耳用水浸軟。



2. 乾羊肚菌用水浸軟，浸菇水留用，用水內外沖洗乾淨每隻羊肚菌，然後輕力揸乾水分，剪去菌柄備用。



3. 準備料頭。薑去皮切成粒，細乾蔥頭及蒜頭去皮，薑切段，將蔥白分開。中火熱鑊，先放料頭（青蔥除外）爆香，喺鑊邊瀝紹酒。



4. 加入雞脆略煎香，落調味料炒香，再落羊肚菌及雲耳炒勻，倒入浸菇水，冚蓋煮10分鐘左右。如果已經收汁，就可以熄火焗多5分鐘，再開大火加入蔥段炒勻。最後移入預熱咗嘅煲仔上枱就完成。



「焗」 另一個重點就係料頭，即係常用嘅薑、蔥、蒜、乾蔥頭等。記得阿嫲以前有味餸「薑蔥焗鯉魚」，將料頭炒至香透墊喺鑊底，再放入煎香咗嘅鯉魚，加埋調味同紹酒去「焗」，打開鑊蓋嗰刻真係香到爆炸，料頭吸收晒所有精華好味到不得了，簡直妹仔大過主人婆！記得要買嫩薑食落先爽口，乾蔥頭就要揀細粒容易煮熟。

一般焗雞通常都會用冬菇，唔想咁單調今次改用羊肚菌，好多人覺得羊肚菌係高級嘢，實際上因為好輕秤，四両已經有一大包，其實都唔算好貴，除非買野生就另計啦。根據網上資料顯示，羊肚菌有化痰理氣、有益腸胃及改善消化系統等功效，依家大部分菇菌都係人工培植，質素及衛生都有保證，只要簡單清洗就用得。



材 料：

雞脆	400g
(用雞件或雞翼都得)	
乾羊肚菌	30g
蔥	幾棵
乾雲耳	5g
薑	60g
細乾蔥頭	10粒
蒜頭	10粒
紹酒	1湯匙
浸菇水	1/4杯

醃 料：

鹽及胡椒粉	少少
麻油	1湯匙

調味料：

生抽	1湯匙
蠔油	1湯匙
糖	1/2茶匙

我家
HoMemory

issue145 | 14, Nov2024
封面故事

Text: 木木
Photo : 受訪者提供
Design : Aso
◎◎



征服高難度攀岩路線 9歲女孩創香港紀錄

東方女神你等我

香港攀岩界新星鍾釗澣（Veronica、澣澣），今年9月以5分50秒成功登上5.14a等級的「中國擎」路線，創下香港攀岩史上的年輕紀錄。該條位於桂林陽朔的天然岩壁，以仰角陡峭、岩點微小而著稱，對年僅9歲的澣澣來說是重大挑戰。這次由媽媽 Vivian 接受訪問，與我們分享澣澣從入門到挑戰登頂的成長歷程。

我們家從沒有運動員，這個夢想大概是要觸及不到的。但她真的很認真……

Veronica在5歲半開始攀石，6歲便參加比賽，到了7歲已立志要參加奧運。Vivian回憶道：「那年剛好是東京奧運，攀石首次成為比賽項目，濱渡看完後便說她很想參加奧運。我們家從沒有運動員，這個夢想大概是觸及不到的。但她真的很認真，每場比賽都獲獎……」她坦言，雖然自己和丈夫對攀岩並不熟悉，但看到女兒的熱情與天分，他們還是投入大量心思與時間支持她。

為了踏上國際舞台，Vivian深知必須跳出香港。於是，她開始「地氹式」蒐集所有相關資訊，包括內地有哪些比賽、誰人奪冠、教練是誰、甚至是國家隊教練的名字……。「一次偶然的機會下，我們接觸到攀岩國家隊總教練葉向陽。我們連夜坐飛機去找他，葉教練見到濱渡的天賦，便決定收她為徒。」

中山訓練 並挑戰天然岩壁

教練說濱渡具備挑戰5.14a路線的潛力，而當時她的攀登水平只有5.10。U

在這個大人和小朋友都處於漸頹期的時候，Vivian便提出大家都休息一下。全家人遂到巴黎觀賞殘奧比賽，這個體驗又迎來一個轉捩點。「在巴黎的兩個星期，簡直是大開眼界！濱渡看到有人坐輪椅也能攀岩，既然他們可以做到，她也沒理由做不到。」經過一段調整後，濱渡於2024年9月重新開始訓練，決心克服內心的恐懼；並在同月26日，以5分50秒的佳績完成挑戰。

遇樽頃 一家睇殘奧成動力
在巴黎的兩個星期，簡直是大開眼界！U

在這個大人和小朋友都處於漸頹期的時候，Vivian便提出大家都休息一下。全家人遂到巴黎觀賞殘奧比賽，這個體驗又迎來一個轉捩點。「在巴黎的兩個星期，簡直是大開眼界！濱渡看到有人坐輪椅也能攀岩，既然他們可以做到，她也沒理由做不到。」經過一段調整後，濱渡於2024年9月重新開始訓練，決心克服內心的恐懼；並在同月26日，以5分50秒的佳績完成挑戰。

Veronica在5歲半開始攀石，6歲便參加奧運。Vivian回憶道：「那年剛好是東京奧運，攀石首次成為比賽項目，濱渡看完後便說她很想參加奧運。我們家從沒有運動員，這個夢想大概是觸及不到的。但她真的很認真，每場比賽都獲獎……」她坦言，雖然自己和丈夫對攀岩並不熟悉，但看到女兒的熱情與天分，他們還是投入大量心思與時間支持她。

為了踏上國際舞台，Vivian深知必須跳出香港。於是，她開始「地氹式」蒐集所有相關資訊，包括內地有哪些比賽、誰人奪冠、教練是誰、甚至是國家隊教練的名字……。「一次偶然的機會下，我們接觸到攀岩國家隊總教練葉向陽。我們連夜坐飛機去找他，葉教練見到濱渡的天賦，便決定收她為徒。」

中山訓練 並挑戰天然岩壁

教練說濱渡具備挑戰5.14a路線的潛力，而當時她的攀登水平只有5.10。U

在這個大人和小朋友都處於漸頹期的時候，Vivian便提出大家都休息一下。全家人遂到巴黎觀賞殘奧比賽，這個體驗又迎來一個轉捩點。「在巴黎的兩個星期，簡直是大開眼界！濱渡看到有人坐輪椅也能攀岩，既然他們可以做到，她也沒理由做不到。」經過一段調整後，濱渡於2024年9月重新開始訓練，決心克服內心的恐懼；並在同月26日，以5分50秒的佳績完成挑戰。

遇樽頃 一家睇殘奧成動力
在巴黎的兩個星期，簡直是大開眼界！U

在這個大人和小朋友都處於漸頹期的時候，Vivian便提出大家都休息一下。全家人遂到巴黎觀賞殘奧比賽，這個體驗又迎來一個轉捩點。「在巴黎的兩個星期，簡直是大開眼界！濱渡看到有人坐輪椅也能攀岩，既然他們可以做到，她也沒理由做不到。」經過一段調整後，濱渡於2024年9月重新開始訓練，決心克服內心的恐懼；並在同月26日，以5分50秒的佳績完成挑戰。



努力付出後的果實，通常都是美好的！

漸漸克服對高空衝墜的恐懼。



完成「中國攀」後不久，Veronica在第八屆全國少年攀岩錦標賽U9女子全能賽奪冠。

天下父母心 心疼女兒雙手長滿繭

「老實說，我寧願她學跳舞或彈琴……」身為媽媽，Vivian看到女兒因為攀岩令手長滿了繭，手掌的皮膚撕裂到甚至滲出血來，心中感到非常心痛。「每天我們都在說服她放棄，但她堅持要進行這麼危險的活動。作為家長，我們只能在裝備和教練上選擇最好的。」媽媽雖然不太懂，但仍會全力支持女兒實現夢想。

憑藉攀岩遍遊世界各地，Vivian說：「濱渡特別喜歡法國巴黎，因為可以見到朋友。」那麼中國呢？她繼續稱：「陽朔真的很美！那裡有一座座壯麗的山峰環繞著整個城市，擁有許多天然的岩石。我們可以進行探洞、溯溪、飛拉達和抱石等活動，選擇實在太多了。」

每天我們都在說服她放棄，但她堅持要進行這麼危險的活動。U



仰望山峰，志向夠晒高。



漸漸克服對高空衝墜的恐懼。

「中國攀」屬高手試金石

小檔案



「中國攀」位於廣西陽朔白山，由中國攀岩選手劉永邦於2008年首次完成並命名。

這條天然岩壁線路全長31米，仰角達30度，岩點極窄，最小的岩點僅筷子寬。

攀登者需在懸空狀態下完成約70至80個高難度動作，挑戰極高。而9歲多的Veronica因身高和臂展限制，需做的動作更超過100個。

在攀岩界，「5.14」被視為中國運動攀岩的最高難度，而Veronica成功挑戰的5.14a級別，更是頂尖攀岩高手的試金石。



滿目山峰不綿連，繩子推桂林的景色。

小女孩滿手是繩子，大人十心痛！



漫畫家，從事多年漫畫及圖書繪本工作，作品有：《數碼暴龍》，《妖怪總動員》，《動夢成真》（中學電影動畫藝術教材—香港生產力促進局製作），《大偵探福爾摩斯》，《衛斯理系列少年版》，《神探包青天》，《我的吸血鬼同學》，《妙探鬼靈精》，《UBL宇宙當入樽》。



Sometimes a week.
Can't put it out of my mind.



Good Shepherd street
牧愛街88號

City Walk盛行 文旅「行」出新路線？

在香港，「旅遊」的概念已經進化了，挖掘人文歷史、欣賞社區裡的藝術創作、在文創小店尋一本書一盞茶，社區的獨特魅力對年輕人來說，有著致命的吸引力。海港城三樓某咖啡店的「絕美玻璃門」；軍器廠街從天橋拍攝「紅磚三角建築」與電車同框；西營盤錯落的「山城與海」的市井生活……City walk（城市散步）的風靡，正是年輕人在用他們的方式告訴我們，不愛逛傳統景點，鍾情於探索電影取景地、社區隱藏打卡位，這些才是他們眼中的「無處不旅遊」。

近年常聽到旅遊界慨嘆面對轉型「不是講一句就做到」，業界人手不足等限制。筆者認

為，這源自於我們對旅遊的概念和想象跟不上遊客步伐的變化。筆者近期受邀參加台灣社區營造30年論壇，期間當地里長和在地藝術家為我們舉行高雄市梓官區的赤崁、赤西社區的社區導賞。這裡曾是熱鬧的貿易港口，後來歷經變遷，逐漸式微。近年，在返鄉青年和當地政府的推動下，傳統漁村變身為觀光漁港及漁市場，由於健全了拍賣制度，也吸引了鄰近地區漁船到此卸貨交易，這裡還是烏魚子的重要產地。

人潮來了，社區人還想人們留在社區久一點，於是通過一系列的社區營造，打造了不少「秘密」景點，吸引島內外遊客一探究竟。比如發掘村內保存最完整的百年古井和古宅，發動全

村居民合力將當地螺絲廠淘汰的廢品變成飛舞的蝴蝶和蜻蜓。他們還舉辦沙灘音樂祭，不請名人，而是找藝術團體和社區內的成員一起表演，竟也吸引了6000多人到場狂歡。

為了讓這些人了解社區多一點，他們又舉辦展覽，講漁村的歷史……這裡成了高雄小有名氣的社區。

沒有文化的內涵，就只是旅遊；有了對文化的想像，才能謂之「文旅」。在台灣、韓國、日本等地，社區營造在塑造人們對社區文化想像方面已屢建奇功，讓社區成功聚集到人氣。香港的城市與社區融合在一起，本來就得天獨厚，要搞好旅遊，不妨先想想文化。

社區同行基金會創辦人 張媞

台北的巷弄總有些低調
迷人的咖啡店待人發現。
這次旅行，我決定走
出打卡路線，深入
巷弄，重新體
會台北的
獨特韻
味。

行台北巷弄 低調咖啡高調回味

咖啡加氛圍 灵感會涌现？

安坐復古私房料理
融入電影場景之中

在酒店附近偶然發現了「特有種商行 Real Guts Cafe」，沒想到是魏德聖導演的作品（註：如《海角七號》、《賽德克·巴萊》及早前上映的《BIG》等電影）。店內展示着電影服裝、道具，還能翻閱導演的手稿、分鏡表，讓人宛如走進電影場景。

這裡主打復古私房料理，提供超過30種飲品及咖啡，非常適合獨自靜坐，感受那份濃厚的電影氛圍。

特有種商行 Real Guts Cafe

- 地址：台北市中正區臨沂街 27 巷 4-1 號
- 營業時間：11:30 - 21:30 (每月首周一例休)



有奶便是娘 奶香便是強？

店員推薦停不了
冰美式卻係重點

一進入這間位於杭州南路的司康（又叫鬆餅）專賣店「悄悄好食」，整個人就給濃郁奶香包围，在簡約溫馨的裝潢營造出舒適氛圍中，非常

適合慢慢享受。

店家出品的司康外酥內軟，奶香十足。我們試了店員推薦的芋頭司康與十月限定的可可覆盆子乳酪、榛果濃花生和抹茶奶酥，再配上一杯「冰美式」，幸福感滿滿。



我家
HoMemory

issue145 | 14, Nov 2024

旅遊 GO

Text、Photo：行李
Design：Skittle

11

唔會空肚食早餐 因為係早午餐？

寬麵與燉飯
麵體夠Q彈

隔天來到東區的「Brun不然」，一間評價極高的早午餐店。工業風設計配上落地窗，陽光灑滿整間店，營造出自然愜意的氛圍。

這裡菜單豐富，我們點了番茄肉醬手工寬麵和松露野菇起司意大利燉飯，麵體Q彈，燉飯濃郁的松露和野菇香氣撲鼻，覆上芝士更添風味。

Brun不然早午餐安和店

- 地址：台北市大安區安和路一段 7 號
- 營業時間：每天 08:30 - 22:00



悄悄好食杭州南店

- 地址：台北市中正區杭州南路一段 11 巷 4 號
- 營業時間：周一至五 08:30 - 18:30，周六日 10:00 - 17:30

企「Addoilmusic 加油·音樂」，10 多年來專注於推廣音樂和創作，鼓勵基層年輕人追夢。近日，他們藉著合唱團，為少數族裔基層兒童提供中文歌唱訓練，從而提升中文學習動機並促進文化交流。

世界真細小 中文力量大

音樂飄飄

這次全班都是非華裔小朋友，對導師來說是個不小的挑戰。——Kitty



處處聞

日出康城辦共融音樂會

今年9月，「Addoilmusic 加油·音樂」在日出康城的 PARK SEASONS 展銷廳舉辦了一場少數族裔共融音樂會，邀請 11 位基層少數族裔兒童參與。他們透過合唱團的形式學習廣東話，經過超過兩個月的訓練，首次於公開場合登台演出。表演曲目包括重新編排的《世界真細小》中文版和一首原創歌曲《Hello Song》。

這群非華裔小朋友天生對音樂敏銳，老師們設計的唱歌活動和小遊戲讓他們全情投入。

Kitty 分享音樂會的準備過程時提到：「導師們教非華裔小朋友的經驗並不多，過去大多是混合本地和非華裔學生上課，而這次全班都是非華裔小朋友，對導師來說是個不小的挑



「Addoilmusic 加油·音樂」舉辦少數族裔共融音樂會，促進語言學習和文化交流。



回饋社會 為新一代加油

談及「Addoilmusic 加油·音樂」的成立原因，Kitty 指出，她和丈夫 Bryan 在專業中發現，許多基層小朋友和年輕人雖對音樂抱有夢想與才能，卻缺乏資源與機會來提升創作水平或進入音樂行業。Bryan 因自身的經歷，得到了著名音樂人雷頌德的支持，因而希望成為年輕人的伯樂，回饋社會並幫助新一代追尋音樂夢想。

在支持青少年追夢的過程中，Kitty 提及一些深刻的經歷，最近便是與張運兒（Yoona）簽約，成為旗下首位歌手。她表示：「Yoona 的故事希望讓更多人知道，不要因為自己的經濟背景而放棄夢想，勇敢地踏出第一步……」Kitty 笑言，看到 Yoona 的成長和成功，就像看到自己的女兒出道，感到非常欣慰。而作為社企，Kitty 希望能為更多年輕人創造機會，幫助他們實現音樂夢想。



見 Kitty (左)
的成長和成功。
Yoona (右) 一喜

社企助少數族童開聲

戰。由於部分小朋友的英語和中文程度都有限，老師們特別在教學和教材上下了工夫，設計出有趣的活動和遊戲，既吸引他們的興趣，也幫助他們理解歌詞和音樂內容。」

Kitty 補充道：「教學過程中有很多愉快的時刻。這群非華裔小朋友天生對音樂敏銳，老師們設計的唱歌活動和小遊戲讓他們全情投入，就像在充電放電一樣，課堂上也逐漸建立了愉快的連結。」

其實香港音樂圈，無論是古典還是流行音樂界，都期待能有更多交流機會。

事實上，這次是 Kitty 和團隊首次以合唱團的形式，與非華裔小朋友一起進行音樂活動。她分享說：「在這個過程中，我們發現許多專業音樂人都想參與，對認識這些小朋友充滿興趣。其實香港音樂圈，無論是古典還是流行音樂界，都期待能有更多交流機會。」Kitty 直言，希望未來能創造出這種正向的協同效應，讓音樂成為聯繫大家的橋樑，尤其是為基層和非華裔小朋友帶來更多機會。



Kitty 望能為更多年輕人創造機會。

「雙絕」1979列法定古蹟

都爹利街是中環一個相對寧靜的角落，這條街道至今仍保留一段19世紀的花崗岩石階。更令它增添歷史氣息及價值的，是該處配搭本港四盞仍然由煤氣提供燃料的街燈，因此都爹利街又稱為「煤氣燈街」。自1979年起，石階和街燈均被列為香港法定古蹟，2018年在超強颱風山竹吹襲下，石階及街燈曾一度受到嚴重損壞，但很快修復原貌。



都爹利街石階及街燈，早於1979年列為法定古蹟。



煤氣街燈優雅石階 都爹利暖光伴我心

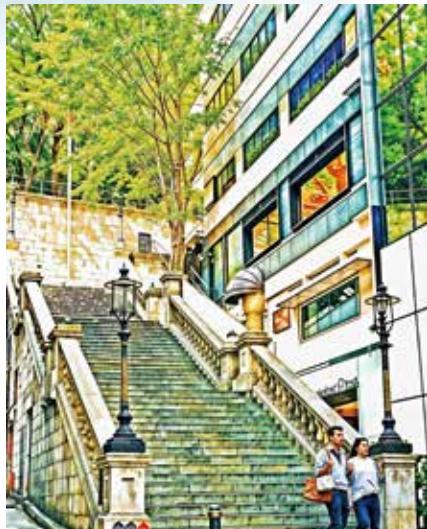
花崗石階1883年建成

都爹利街是中環皇后大道中連接雪廠街的一條掘頭巷，盡頭便是該段以花崗石築成的石階，配有托斯卡納式欄杆柱。托斯卡納的建築，源自於意大利鄉村式的設計，是一種田園式的風格，以優雅簡樸為特色。石階的望柱及扶手均以飾線點綴，而石階兩旁築有護土牆以作支撐。在石階上方及下方，共裝設四支燈柱設計較短、並以煤氣供氣點燃的街燈。

1862年煤氣公司成立，為今日中西區一帶的維多利亞城提供燃氣服務。兩年後，皇后大道已鋪設長達24公里的燃氣管道及500盞煤氣街燈，在晚上照亮漆黑的街道，在此之前，市民仍要使用蠟燭和油燈照明。隨着城市發展，中環都爹利街的花崗石階則在約1883年建成。

1967本港路燈電氣化

惟都爹利街的四盞街燈安裝年份不詳，而它們



石階上連接雪廠街，下為都爹利街。

最早出現在政府文件中的紀錄，是在1922年指其使用英國公司供應的「羅車士打雙燈型」煤氣燈。隨著1967年本港路燈電氣化，都爹利街的四盞煤氣燈，成為香港僅存、仍然提供街道照明服務的煤氣路燈。

14歲已加入該公司成為學徒，香港中華煤氣有限公司總經理（集團健安環及物業管理）張柏堅介紹指，本港目前有54支煤氣燈，位於灣仔利東街等地，但都屬於仿古製品，當中只有都爹利街的四支仍然運作，並列為法定古蹟。

煤氣燈外觀99%屬古貌

張柏堅表示，都爹利街煤氣燈外觀上九成九仍維持古貌，煤氣由燈柱的管道輸出等結構沒有改動，仍維持百多年前模樣。惟科技發展亦令它們作出細微的改動，如最初煤氣燈是維持24小時長明，不單浪費能源，且較危險，因此後來被改裝作自動輸氣，並於每日晚六朝六才點燃。



煤氣至今仍為都爹利街四盞路燈輸氣照明。



石階扶手下配以托斯卡納式欄杆柱。



石階吸引影視作品取景拍攝，圖片攝於上世紀80年代。（中華煤氣圖片）



張柏堅指煤氣燈於每日晚六朝六點燃。



往期回顧

都爹利街石階及煤氣燈

評級：法定古蹟

地址：中環都爹利街

交通：港鐵中環站D1出口沿畢打街前往皇后大道中，再由皇后大道中轉入都爹利街，步程約5分鐘。

一掃即睇：
都爹利街石階及煤氣路燈修復工程



「山竹」襲港，石階及煤氣燈受到嚴重破壞。

山竹嚴重破壞 一年後完成修復

古蹟的故事

在2018年9月超強颱風山竹吹襲下，都爹利街的古蹟石階及煤氣燈受到嚴重破壞。當時花崗石階梯疑被塌下的大樹壓中，而導致石牆及扶手損毀，碎石散落行人路。

百年煤氣燈亦未能倖免於難，豎立在梯口的一枝煤氣燈柱遭樹壓倒折斷。四盞煤氣路燈中，有3盞被倒下的大樹壓毀，剩餘一盞的燈罩亦已給吹歪。

為修復石階及煤氣燈，古物古蹟辦事處特意聘用英國專家組成團隊，以原工藝及原材料的修復準則，輔以三維掃描技術修復古蹟，專家將燈頭及燈柱等構件，運往英國原供應商的工場進行修復，並由煤氣公司協助運送及保存損壞的部件。維修後，亦由該公司運回安裝及調試煤氣燈確保安全，最終工程於2019年12月完工並重新開放。

我家
HomeMemory

issue145 | 14, Nov 2024

古蹟古鄉

Text、Photo：江慕
Design：靜人





issue 145 | 14, Nov 2024

我家 · 热话

Text、Photo: 念聰
Design: Alwin

14

巴士搭客 輪椅位擺隱扣埋帶

聲大夾惡也要OUT!



中年女與車長就行李籤扣安全帶爭論。



車長指乘客做法違反指引，拒絕開車。

九巴：安全帶屬輪椅人士專用

該段影片中，車長停止行車與女子理論，該女子稱不滿車長態度，拒絕按要求解開行李，更揚言「我依家行李扣帶都話唔得？無輪椅都話得？」車長見狀翹起雙手，並回應她指其違反規定：「你唔解帶（扣帶）一日都唔使開車。無乘客還無乘客，唔係畀你咁樣用，明唔明？」最終女子聲大夾惡揚言要將影片放上網，不少網民批評女子阻礙其他乘客行程，行為自私。

九巴回覆《我家》表示，為照顧輪椅人士乘車需要，九巴車廂設

至於交通工具上的關愛座，「讓唔讓」往往屬焦點，甚至引發網絡公審。立法會議員田北辰表示，早年曾建議立法讓座，會被部分市民認為多此一舉。他同意問題牽涉道德、法律、人情等多項因素，明白道德問題未必可完全用法律解決。

田北辰認為，如將關愛座及行李位座椅問題，放在公共交通附例及乘車守則上，並多加宣傳推廣，便可賦予車長或職員更大依據處理問題，同時可令人相互尊重，爭議自然可減少。

田北辰分享指，美國有規定車長可要求讓座、英國有讓座識別卡及標貼，及韓國更設閃燈供有需要的人「按掣」。



田北辰（中）認為建立守則指引可減爭議。

坐巴士時，往往有人為方便將行李塞在輪椅位置，影響有需要人士使用。日前，網上瘋傳一段影片，指有中年女子乘搭九巴時把行李籤放在輪椅位置，並用輪椅專用的安全帶扣上固定，雖然當時沒有輪椅乘客上車，車長指行為違規，要求解開帶扣，否則拒絕開車。事件引發討論之餘，網民亦熱議香港不少公共交通工具以至道路少人知的規定。

有輪椅停放區域供輪椅人士優先使用，並在區域內設置兩條安全帶，專門讓輪椅人士分別綁繫在輪椅上及圍繞身體緊扣，以提供安全保障，而輪椅停放區域亦已張貼清晰告示，讓所有乘客知悉使用指引。車長如發現有人不當使用輪椅停放區域或相關設施，會作出勸喻，並有權要求乘客遵守指引。

車長當值開車戴面具或被炒

除了輪椅位不可擺行李，巴士亦有不少「為人冷落」的規定。日前，萬聖節有九巴女車長戴上主題眼鏡及頭箍開車當值；另外有男車長將人氣毛公仔「Chiikawa」的手提袋攝於車頭行車，大吸網民「眼球」紛紛點讚。雖然如此，事實上巴士公司「不欣賞」上述車長的行為。

九巴11月7日向全線車長發內部通告，指根據最新指引，禁止車長於駕駛室或車廂內擺放私人物品，包括水壺及背囊等物件，避免對行車安全構成危險，違反規定車長可被紀律處分或解僱。九巴更回應證實發現有車長在駕駛期間戴上面具，有可能影響視野以至駕駛工作，並強調公司一直將安全放於最重要首位，將對涉事同事作紀律處分，不排除會解僱該名員工。

問一問其他出行規矩

1. 電動輪椅可以在快速公路上行駛嗎？

早前有電動輪椅或電動三輪車駛上昂船洲大橋或沙田的公路上，險象環生。根據法例，電動輪椅有別如其他電動可移動工具，不被視為汽車，而是被定義為「個人移動輔助工具」，因此不受道路交通條例規管。

不過，使用電動輪椅的人士仍需注意使用上的安全，不能胡亂使用，一旦有人在行人路或馬路不當地使用電動輪椅，對其他道路使用者產生危險，也會觸犯《簡易程序治罪條例》中「在公眾地方罔顧後果或疏忽地策騎或駕駛」等法例。

3. 港鐵電梯真係輪椅人士及行李客優先？

所有港鐵車站的月台到大堂已經設有升降機，而絕大部份車站亦已安裝升降機讓乘客來往地面及月台，最後一個炮台山站的升降機亦正興建中。

港鐵車站升降機張貼的「優先使用」告示列明，表示長者、殘疾人士、攜帶嬰兒車及大型物件的乘客可優先使用。因此如果其他乘客發現有輪椅人士或遊客攜帶大型行李候軒時，可先讓他們使用，許可情況下亦可轉用扶手梯騰出位置讓其他有需要人士可及早使用升降機。



女車長萬聖節戴面具駕駛被九巴處分。



男車長把公仔手提袋放在車頭行車。

2. 港鐵扶手梯仲係咪「左行右企」？

過去港人分秒必爭，習慣在扶手電梯「左行右企」，因此乘港鐵時曾有指示牌「靠右企」。

惟今年首9個月本港便有430宗扶手電梯意外，港鐵自2009年起宣傳「左右企定定」，今年亦會續辦「港鐵扶手電梯安全運動」，安排職員提醒乘客「緊握扶手，左右企穩，安全要緊」及「大型行李，搭轎幫到你」兩大信息，呼籲乘客注意扶手電梯安全，攜手減低發生意外的風險。



昂船洲大橋動。輪椅殘疾人十年月乘。

1. 「綠綠賞」 換餐飲美食禮券



環保為保署為保

用戶參與回收，近日在各個「綠在區區」社交平台宣布積分升級計劃。首次推出積分兌換餐飲美食禮券，參與品牌包括美心、東港堂、聖安娜、Starbucks、太興及 Häagen-Dazs 等。

如2,000綠綠賞積分，可換美心集團\$20禮券；2,500綠綠賞積分，可換東海堂、聖安娜餅屋或Starbucks\$25禮券；最多5,000綠綠賞積分，可換Haagen-Dazs、龍島或太興集團\$50禮券。



下載綠綠賞
手機應用程式

環保 一環連一環

2. Carbon Wallet 兩張免費港鐵車票

此外，「綠綠賞」積分Carbon Wallet加倍積分優惠，回收賞用戶港鐵車程。由即日起至11月30日，用戶只需用3,000「綠綠賞」積分就可以將換取的CW分加倍至6,000CW分，兌換2張免費港鐵車程。

下載Carbon Wallet
手機應用程式



今個11月，環保著數可謂一浪接一浪！「綠綠賞」在本月推出了全新獎賞制度，憑積分可兌換美食禮券或免費港鐵車程；至於「全民減碳大行動」亦經已起動，大家只要分享減碳行動到社交媒体，就有機會贏得演唱會門票；香港首個牙膏管回收行動亦在本月開始，參與回收即可獲贈優惠券！

我家
Home Memory

issue145 | 14, Nov 2024

無綠不歡

Text、Photo：知知
Design：Alwin



3. 全民減碳 鏡仔陪你擺演唱會飛



立即登記抽獎



如果以上優惠都滿足不了大家的話，還有經已啟動的「全民減碳大行動」！活動由環境及生態局與環境運動委員會合辦，鼓勵大眾將減碳知識運用到日常生活之中。大家由即日至11月30日期間，跟住 Jeremy Lee 李駿傑、Gin Lee 李幸倪、柳應廷 Jer Lau、Yan Ting 周殷廷、陳凱詠 Jace、陳卓賢、邱士縉、衛蘭同 Beanies 一齊身體力行，將自己在衣、食、住、行四方面的減碳行動分享到個人社交媒体，並把截圖上載到活動網站，同時提供「綠綠賞」會員編號，即可參加大抽獎，有機會贏得於2025年1月4日舉行的「零碳演唱會」門票兩張。

回收減碳 綠續加獎

4.

回收牙膏管 換來做善事機會



可回收牙膏管標誌的高露潔產品，亦即可獲取雙倍易賞錢積分。

綠色合作夥伴The Loops 及 Gaau1 Up，就會將收集到又符合可回收塑膠標準的空牙膏管，重製成環保文具，並捐給香港苗圃協會贈予基層兒童；而未達回收標準的空牙膏管則會被重製成建築材料，轉廢為材。



4.

回收牙膏管 換來做善事機會

高露潔與香港屈臣氏聯手推出香港首個牙膏管回收行動「『塑』造微笑——牙膏管回收獎賞計劃」，由即日至2025年3月31日，大家可於全港近180間屈臣氏門市回收任何品牌的空牙膏管。易賞錢會員每成功回收一支空牙膏管，就可獲得高露潔HK\$10電子優惠券；購買任何印有

可回收牙膏管標誌的高露潔產品，亦即可獲取雙倍易賞錢積分。

綠色合作夥伴The Loops 及 Gaau1 Up，就會將收集到又符合可回收塑膠標準的空牙膏管，重製成環保文具，並捐給香港苗圃協會贈予基層兒童；而未達回收標準的空牙膏管則會被重製成建築材料，轉廢為材。

從已故徐展堂博士捐贈予博物館的中國古代文物藏品中，挑選70項與佛教相關的藝術珍品展出，從歷史、藝術及文化角度介紹佛教的傳入和流播，以及其對中外文化交流的影響。



「藏域梵珍」展出70珍品

感受藝術沒有缺

佛



《鎏金銅觀音菩薩坐像》

徐展堂走訪各地 不斷購藏護文物

今次展覽展示的藏傳佛教文物，皆是徐展堂博士自

1970年代起走訪各地不斷購藏所得，包括17世紀至20世紀唐卡藝術精品29項、鎏金佛像18項及法器等其他珍罕文物23項。

署理康文署署長譚美兒表

示，香港文化博物館建館初

期，在徐展堂博士鼎力支持下，設立了徐展堂中國藝術館，長

期展出徐展堂博士饋贈文化博物館的珍貴文物。她說，當年徐展堂博士眼見中國文物流散海外，決心加以保護，經過長年累月的學習和購求，慢慢建立了規模宏博的唐卡藝術典藏。



《鎏金銅梵文舍利塔》



《鎏金銅佛手（法印）》

藏域梵珍·佛學之路—徐氏藝術基金捐贈佛教文物展

日期	地點	* 免費入場
由即日起展出	香港文化博物館，二樓徐展堂中國藝術館	



唐卡《阿彌陀佛》



唐卡《十一面觀音》

每幅唐卡都是故事
最大逾兩米乘兩米



唐卡《蓮花生供奉圖》

唐卡是藏傳佛教獨特的藝術表現形式，將佛教主要神祇或宗師繪畫於棉布或絲綢上，表現他們的事蹟和所在的境界。

精選唐卡展品包括《蓮花生供奉圖》，為今次展覽最大幅的唐卡，高254.5厘米、闊202厘米，依據《蓮花生大師本生傳》的內容繪製，描述一代宗師一生主要的功德。另一幅唐卡《阿彌陀佛》描繪了主尊阿彌陀佛及環繞他的八大菩薩，整幅畫圖佈局繁密，氣勢宏大。畫工精緻，設色鮮麗的《十一面觀音》，描繪觀音胸前雙手捧寶珠，右三手持水晶佛珠、法輪及作施無畏手印；左三手持蓮花、弓箭及淨瓶。

至於鎏金造像則展現歷代能工巧匠的金屬工藝技術，並反映在不同時期及地域文化相互影響下所形成的中國佛教造像藝術特色。精選展品有《鎏金銅觀音菩薩坐像》耳戴大耳飾，胸配瓔珞，並鑲有綠松石。

另外，還有精工鑲嵌的《鑲翅法螺》和全部經文為手寫並配上插圖的藏文《金剛經》等。



設多媒體創意裝置
中國文化海納百川



展覽設多媒體藝術教育區，包括以動畫演繹唐三藏取西經的故事及其對中外文化交流的貢獻，又以有趣角度介紹佛教文化如何影響生活，例如日常用語中的佛學典故，以及簡述《心經》的內容，並引領觀眾欣賞寫經書法之美。



鎏金造像高超工藝
了解文化交流影響