我家 HoMemory

看得見的人情味

新界東地區報

198 issue

隔星期四派送　發行日期：26, Nov 2026

網站　Fb　小紅書



封面故事 08

愛拼才會贏

惜布妹闖社會

地區焦點 02
打鼓嶺新發展區
先谷香園圍經濟

我家放大鏡 15
白日推車　汗滴馬路
誰知執紙皮　斤斤皆辛苦？

熱話「脆」聞 14
假WhatsApp假驗證頁
「釣魚」孖局　小心中伏

醫・家 4
軟糖助甜睡？
關鍵含腦放鬆成分

新界西　屯門　元朗　荃灣　葵青　離島

新界東　沙田　西貢　大埔　北區

我家HoMemory　info@homemory.hk

發行：新傳訊有限公司　地址：新界沙田安麗街18號達利廣場609室　電話：3619 7412　傳真：3619 7413　電郵：info@homemory.hk　承印：泰業印刷有限公司　地址：香港新界大埔工業邨大貴街11至13號

新計劃出台 共1175公頃

打鼓嶺新發展區
先谷香園圍經濟



擬議打鼓嶺新發展區中，香園圍市中心的構想圖。（效果圖）

政府正加快推進北部都會區發展，發展局日前向北區區議會提交文件，交代打鼓嶺新發展區優先發展區的最新發展建議。打鼓嶺新發展區發展面積共1,175公頃，規模遠較其他新發展區龐大，當局計劃分階段推展，並優先發展現時連接蓮塘口岸的香園圍一帶。首批土地包括部分打鼓嶺大學城校園用地，預計最早於2030年產出，首批新居民料2035年起陸續遷入。



位於打鼓嶺大學城東南面的生活社區構想圖。（效果圖）

大學城由40公頃增至75公頃

根據提交予北區區議會的文件，優先發展區的面積略為擴大至約250公頃，住宅單位約13,000至14,000個，總人口約34,000至37,000人，新增就業職位約27,000個。

當中，打鼓嶺大學城校園區的面積由原來的40公頃，大約倍增至75公頃，涵蓋10幅在平原河和深圳河河畔用地，其中約7公頃預留作興建香港演藝學院第二校舍之用。校園用地將容許發展共享設施，供不同院校共用，並准許更多與教育用途相兼容的產業用途，促進「產學研」合作。

企業園料供78萬平方米總樓面

至於香園圍公路東北面的口岸綜合區，將建設成為兼具住宅、商業及產業功能的綜合區，西部的香園圍市中心以高密度發展，提供商貿、金融及專業服務，並設置運輸交匯樞紐及過境旅客泊車設施；東部的香園圍企業園包括4幅共約19公頃的「企業及科技」用地，預計可提供約78萬平方米總樓面面積，供現代物流、食品相關用途、先進建造業及先進製造業等產業發展。

當局計劃於明年第一季展開優先發展區的詳細設計及建造工程合約，並適時向立法會財務委員會申請撥款；環境影響評估程序亦預計同季展開，其他法定程序包括擬備分區計劃大綱圖、收回土地及前期工程等，將於2027年第二季陸續展開。收地及拆遷工作計劃自2028年第二季起啟動，同年第四季開展土地平整工程。

地區望基建先行改善鄉郊環境

北區區議員陳月明表示，打鼓嶺是北部都會區面積最大的發展區，涵蓋優先發展區與多個重點發展項目，期望新發展區中心落成後，可做好周邊土地規劃，為市民帶來就業機會。

她又指出，打鼓嶺區內有不少臨時棕地，倉地規劃及土地管理亦有不少實際難題，加上大型車輛出入非常混亂，因此政府在大力發展同時要做好分析研究，以免影響鄉民生活。

陳月明又提到，多年來每逢雨季，水浸問題一直困擾鄉民，為此早前政府團隊主動落區交流，體現政府對北都及鄉郊地區發展的重視。她希望新發展區可推動基建先行，持續改善鄉郊環境，讓打鼓嶺發展得更安全、更宜居。



陳月明關注新發展區規劃、交通及水浸問題。

打鼓嶺邊境老村 迎來發展新章

打鼓嶺位於新界東北，毗鄰香園圍及文錦渡口岸，是香港特區政府發展北部都會區願景的重要節點。根據規劃，打鼓嶺一帶正由傳統鄉郊與棕地作業區，轉型為集口岸經濟、高等教育、創新產業、生態保育與村落文化於一體的多元化發展空間。

在打鼓嶺新發展區優先發展的香園圍，原屬鄉村，建村至今約350年，與深圳蓮塘一河之隔。港英年代被劃入邊境禁區，出入關卡重重，人流物流長期受阻，經濟幾乎停擺，不少人為生計遠走海外或遷往市區，這條小村因而長年隱沒於邊境一隅。

警察學院數據園區相繼上馬

時移世易，打鼓嶺近年陸續迎來建設。2019年香園圍公路通車，2020年香園圍口岸投入服務，對外交通大為改善；同屬打鼓嶺新發展區範圍的缸瓦甫，警察學院綜合訓練中心已在今年率先啟用。至於沙嶺數據園區亦已於三月動工。連串項目相繼上馬，為這片沉寂已久的土地揭開發展序幕。



香園圍原屬鄉村，與深圳蓮塘一河之隔。



沙嶺數據園區已於今年3月動工。（效果圖）



缸瓦甫警察學院綜合訓練中心已啓用。

打鼓嶺新發展區規劃圖





2020年香園圍口岸投入服務，對外交通大為改善。



沙嶺納入打鼓嶺新發展區範圍。



打鼓嶺居民向發展區表達發展意見。

區區顯關愛

粉嶺中心起火停水 協助分發飲用水

大廈設施故障可令居民日常生活大受影響，社區支援在此時尤為重要。10月26日晚上，粉嶺中心H座水掣房電掣起火，導致H座一度暫時停水。北區粉嶺市小區關愛隊收到通知後，翌日早上10時許，召喚隊員及義工到粉嶺中心H座二樓平台，協助有需要住戶裝水和運水。

北區粉嶺市小區關愛隊隊長賴心透露，當日關愛隊即時運送由北區關愛基金贊助的水袋和礦泉水到場，分發予有需要的居民。同時水務署亦安排兩個食水箱供居民取用。

他又指出，北區民政事務處對事件十分關注，派出兩位職員到場跟進和協調工作。直至10月27日晚上7時許，粉嶺中心業主立案法團及管業處安排臨時供水方案，該座恢復供水後，關愛隊成員才離開。



粉嶺中心H座水掣房早前電掣起火。



團隊支援居民，並協助分發飲用水。

北區粉嶺市小區關愛隊

承辦團體：實義點社會服務協會
電　　話 / WhatsApp：8493 3178
電　　郵：zerohourssa@myyahoo.com

北區粉嶺市關愛隊

講緊GABA 唔係刺激的GTA

軟糖助甜睡？關鍵含腦放鬆成分

社交平台Threads流傳一款助眠軟糖，有人聲稱吃後睡到昏迷，甚至能夢到偶像。究竟吃軟糖為何能幫助入睡？功效眞有這麼神奇？綜合傳媒報道，「功臣」其實是軟糖中讓大腦放鬆的成分GABA。



美國註冊臨床營養學家王俊華解釋，GABA是天然神經傳導物質，作用猶如大腦的煞車踏板，抑制神經元過度興奮及紓緩焦慮。

若有人患中度失眠或焦慮，有時會建議他們口服GABA補充劑，每日劑量約100至300毫克。最近「爆紅」的助眠軟糖，成分表顯示每袋GABA總含量63毫克，即每粒糖平均只有數毫克，屬於相對温和、安全的日常補充。

糙米番茄雞肉等亦可攝取

家營營養中心營養師王蕙晴則指出，目前GABA沒有每日攝取量建議上限，而人體本身有能力合成GABA，亦可從糙米、泡菜、味噌、番茄、深綠色蔬菜、雞肉、三文魚和香蕉等食物中攝取，未必需要依賴補充劑。

至於為何有人吃完軟糖有奇效？王俊華認為這是真正放鬆並恢復正常睡眠結構的表現。尤其壓力大的人，攝取GABA後，繃緊的神經突然鎮靜下來，容易產生類似大昏迷的沉睡感。有些人也會出現「安慰劑」效應，大腦獲取「已吃過助眠產品」的心理暗示，因而更易入睡。此外，長期欠缺深層睡眠的人一旦放鬆，做夢時的感覺會特別鮮明，或令他們誤以為整晚都在夢中。

除了助眠軟糖，稍早前另有一款睡眠噴霧也受追捧，台灣身心科醫生李旻珊認為，主因是它結合了精油香氛的放鬆效果，例如佛手柑、甜橙、薰衣草等，有助緩解焦慮，並幫助大腦建立「聞到這個味道等於應該放鬆」的習慣。

兩者原理不同，但同樣無法根治嚴重失眠。李旻珊指出，失眠可能與焦慮、抑鬱、荷爾蒙變化或作息混亂等相關，如每周超過三晚失眠，且持續三個月以上，白天注意力不集中或情緒低落，就應求醫。

改善睡眠質素

① 固定時間睡覺和起床，假日作息也不宜與工作日相差太遠

② 睡前一小時盡量不使用手機和平板電腦，減少藍光刺激

③ 建立「睡前儀式」，例如調暗燈光

④ 深呼吸或冥想，讓交感神經放鬆

⑤ 午後少喝咖啡和茶，亦避免在睡前大量飲水或高糖飲食

資料來源：綜合傳媒報道

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。

與大腦對話

家長愛如湯水 化痰滋陰止咳

踏入秋冬，天氣逐漸轉涼，空氣亦變得乾燥，不少小朋友容易出現喉嚨乾癢、咳嗽及痰多等情況。看見孩子咳個不停，家長難免心疼。蘇光耀醫師推介3款簡單易煮的湯水，分別具有清燥化痰、滋陰養肺及潤肺止咳的傳統食療作用，讓家長按孩子的需要選擇。



雪梨百合南北杏湯 清燥化痰

雪梨清甜多汁，配合百合、南北杏及蜜棗，適合天氣乾燥時飲用。

材料（2至4人份）

雪梨2個、乾百合20克、南北杏20克、蜜棗3粒、瘦肉250克、水2公升

做法

- 瘦肉汆水，雪梨洗淨去芯，連皮切件。
- 百合及南北杏浸洗。
- 所有材料加水，大火煮滾。
- 轉細火煲1小時。加少許鹽調味即可。

玉竹沙參瘦肉湯 滋陰養肺

玉竹及沙參是常見的潤燥湯料，配合瘦肉及蜜棗，湯味清潤，適合秋冬乾燥時節。

材料（2至4人份）

玉竹20克、沙參20克、瘦肉300克、蜜棗3粒、水2公升

做法

- 瘦肉汆水。
- 玉竹、沙參浸洗15分鐘。
- 所有材料加水，大火煮滾。
- 轉細火煲1.5小時。少許鹽調味即可。

蘋果無花果瘦肉湯 潤肺止咳

蘋果與無花果帶有天然甜味，加入南杏及瘦肉煲湯，清甜易入口。

材料（2至4人份）

蘋果2個、無花果乾4粒、瘦肉300克、南杏15克、水2公升

做法

- 瘦肉汆水。
- 蘋果洗淨去芯切塊，無花果剪半。
- 所有材料加水，大火煮滾。
- 轉細火煲1小時。加少許鹽調味即可。

SoundAI

好聲音 連繫更近

讓愛的對話，從此更清晰

聽見，更精彩的生活



小巧舒適 自然貼服

源自中科院
SoundAI 助聽器
源自中國科學院

全球頂尖 聲學 AI 技術
智能降噪・精準收音
還原真實聲音

FDA 醫療器材 註冊
通過美國 FDA 認證
安全可靠

免費試戴

親身體驗・聽見改變



與家人開心對話



重拾社交樂趣



聆聽生活每一個美好時刻

居家護老管家
MANDALA MEDICAL EDUCATION

查詢/預約免費試戴
6816 1215

專業守護 健康·從家開始



作者：
聞西
Simon



每次去澳門點都會食餐葡國菜，炸馬介休球、葡式烤乳豬、葡式焗鴨飯都係好多遊客會點嘅葡國菜式。唔知大家有冇發現正宗嘅葡國餐廳，係唔會有香港人好熟悉嘅葡國雞呢個餸呢，原來葡國雞唔係葡國菜嚟㗎，其實係澳門土生葡菜 。

有淡淡辛香藥味

港版葡國雞

暖身暖心Siuuu

澳門土生葡菜顧名思義係澳門土生葡國人獨創嘅菜式，佢哋以葡萄牙嘅烹飪方法為基礎，融合葡萄牙航海路線上嘅國家及地區例如非洲、印度、馬六甲等地方嘅香料，加上華人嘅食材同烹調手法，形成咗獨一無二嘅「混血」葡國菜風味。土生葡菜喺2012年已經被列入「澳門非物質文化遺產名錄」，2017年更成功列入國家級非物質文化遺產代表性項目名錄添！

葡國雞嚟到香港又一次融合地道風味，變成我哋熟悉嘅「螢光頹飯」。港版葡國雞大多會加入咖喱醬調味，味道偏甜有少少辣，其實正宗嘅葡國雞係唔辣嘅，金黃色澤來自黃薑粉，當中有淡淡嘅辛香藥味，並會加入辣香腸及黑橄欖提味。我本身麻麻哋橄欖，所以用橄欖油代替，葡式辣香腸都唔係咁易買到，退而求其次用咗西班牙辣肉腸代替（效果都唔錯），入焗爐之前會放上雞蛋及椰絲。涼涼嘅夜晚最啱食啲暖胃嘅菜式，唔知呢個葡國雞會唔會成為你哋嘅暖心 / 身之選呢？

小提示

- 留意黃薑粉係超級「染色」體，如果用手攪拌醃肉，手指就會染成黃色，如果沾咗落衫褲就更加水洗難清喇！

材料：

雞扒 300g
薯仔 2個
大洋蔥..... 半個
切片西班牙辣肉腸....10片
烚蛋 2隻
罐裝蕃茄肉.....125ml
香葉 2片
椰絲 ..... 適量
黃薑粉..... 1茶匙



醃料：

鹽..... 1/2茶匙
黃薑粉..... 1/2茶匙
胡椒粉..... 少許
橄欖油..... 1湯匙

做法：

① 雞扒切件用廚紙印乾，加醃料醃15分鐘，洋蔥去皮切件。









② 薯仔去皮切件，半煎炸至金黃盛起，小鍋落橄欖油將雞扒件煎至金黃盛起。原鍋落洋蔥、香葉及1茶匙黃薑粉炒香。





③ 加入蕃茄醬、雞扒件及薯仔炒勻，加水至蓋過材料材料表面，冚蓋滾起後轉細火煮15分鐘。













④ 加入椰漿後焓火拌勻，將所有材料移至焗盤，放上辣肉腸及已切件雞蛋，撒上適量椰絲，放入200度預熱焗爐焗10分鐘或至表面金黃為止。

聽基層心聲 塑治理格局

最近在屋邨辦事處，一位認識多年的劏房街坊拿著信件，激動地跟區議員朋友說她終於「上樓」了。看著她眼泛淚光，區議員朋友心裡也百感交集。房屋局最新公布，公屋綜合輪候時間降到4.4年，創下十年新低。這個數字除了是一項政績指標，每天在狹窄空間裡捱貴租、忍受蝨咬、悶熱滲水的基層家庭而言，卻是實實在在望見的轉機。

回想幾年前，輪候時間一度高見6.1年，許多街坊「等到頸都長」，甚至覺得上樓遙遙無期。如今時間縮短了1.7年，加上簡約公屋陸續落成，輪候隊伍裡積壓的個案終於開始消化。數據顯示，獲編配簡約公屋的街坊，平均等待2.8年就能改善環境；而一般申請宗數亦跌破十萬大關，是2012年以來首次。

要眞正解開基層生活的重重死結，單靠房屋政策的突破並不足夠。我們更需要將最接地氣的聲音，帶入管治架構之中。剛過去的選委會選舉氣氛熱烈，投票率高達98.79%，其中「基層社團」界別分組錄得百分之百的投票率。「百分百」背後代表著基層社團對積極參與社會治理的渴望，只有把眞正懂基層、肯落區、願意為弱勢奔走的代表送入選委會，才能讓未來的特首和立法會議員，會持續將房屋、安老、扶弱放在施政的核心。

這種求眞務實、渴望改變的氛圍，在新界「三會」（分區委員會、地區撲滅罪行委員會及地區防火委員會）界別分組中更是表露無遺。今屆新界「三會」界別有93人競逐80個席位，競爭相當激烈。在候選人見面會上，大家比拼的是誰更熟悉哪條屋邨的環境衞生、誰能提出更具體的鄉郊交通改善方案、誰更懂得照顧獨居長者和弱勢社群。

這些候選人陣容多元，既有深耕地區多年的「地膽」，也有法律、工程等專業人士。他們深知街坊的冷暖，同時也沒有局限於街坊瑣事，而是將地區民生與北部都會區建設等宏觀發展結合起來。這種既有宏觀視野，又願意捲起衫袖解決社區奇難雜症的良性競爭，正是我們樂見的。

未來的日子，挑戰依然不少，但只要我們繼續走入群衆，用心聆聽每條屋邨、每位市民的心聲，定能攜手為社區創出更廣闊/道路，共建關愛、公平的香港。

社區同行基金會 梁文武

旅遊GO

Text、Photo：行 李 | Design：Skittle

新疆 為我的11月上色 紅白藍

11月一向是沉悶的一個月，於是我去旅行，第一次去新疆，最難忘的，是風景一路換了幾種顏色。從火焰山的赤褐，到賽里木湖的冰藍，再走進禾木的雪白，一趟旅程，像看見新疆不同的季節與性格。



倚在木屋窗邊看雪

一路北上阿勒泰，來到禾木，眼前像突然換了一個季節。禾木村位於布爾津縣，是圖瓦人聚居地之一，原木小屋散落在山谷和森林之間。冬天一到，厚雪蓋過屋頂、道路和樹林，河水仍在雪岸之間流動。住進木屋，我最喜歡坐在窗邊看雪；到了黃昏，遠處雪山慢慢染上暖色。



- 地址：新疆維吾爾自治區阿勒泰地區布爾津縣喀納斯禾木鄉禾木村

開放時間：
- 每日 08:00 – 22:00
（依現場實際公告為準）

大西洋最後一滴眼淚

位於新疆博爾塔拉蒙古自治州博樂市的賽里木湖，是新疆著名的高山冷水湖，也有「大西洋最後一滴眼淚」之稱。冬天來到這裏，眼前幾乎只剩藍與白：湖面覆上冰雪，遠處雪山沿天際鋪開，近岸仍有天鵝在水面游動。





賽里木湖

- 地址：新疆維吾爾自治區博爾塔拉蒙古自治州博樂市賽里木湖風景名勝區

開放時間：
- 旺季約07:00－22:00；
- 淡季約09:00－19:00，實際以景區公布為準





無芭蕉扇 闖火焰山

來到吐魯番，我第一眼便被火焰山的顏色吸引。連綿山體寸草不生，在陽光下呈現紅褐色，山坡一道道侵蝕紋理遠看像火焰。火焰山位於吐魯番盆地北緣，也是古絲綢之路北道沿線；今日景區亦加入不少《西遊記》元素，將孫悟空三借芭蕉扇的故事帶回這片荒山。





吐魯番火焰山國家地質公園
- 地址：新疆維吾爾自治區吐魯番市高昌區三堡鄉312國道3956—3957公里處

開放時間：
- 旺季（4月21日 – 10月20日）：08:00 – 21:00（21:00 停止入園）
- 淡季（10月20日 – 次年4月20日）：10:00 – 18:30（18:30 停止入園）

愛拼才會贏

惜布妹闖社會

將舊衣升級 冀創品牌



一件父親留下的恤衫，連同另一件T恤上的刺繡公仔，經過剪裁、拼接，變成女兒可以帶出街的手袋。取貨時，她興奮地拍照，還送上一張心意卡。衣服不再有人穿，是否就失去了價值？「90後」Sheryl Mak透過舊衣升級再造，讓原本被閒置的衣物重新走進人們的生活，產品愈儲愈多fans。新聞系畢業的她，就憑此本領得以漸漸在社會立足。

將顧客已故父親恤衫製手袋

「她告訴我，這是父親留下的遺物。」Sheryl記得，一名女顧客帶來父親生前穿過的男裝恤衫及繡有公仔的T恤。「那件T恤也是她父親很喜歡穿的，公仔彷彿代表着父親。」她以恤衫製作手袋，配上花邊，再將刺繡公仔縫在袋面。

顧客特意親自交收，看見成品立即拍照，興奮地說：「很漂亮，真的很漂亮！」她還邀請Sheryl合照，準備與媽媽分享，並送上Sheryl創業後收到的第一張顧客心意卡。

連繫珍貴回憶衣物不必收起

「最初的理念是升級再造，主要從環保角度出發，但慢慢發現，衣服對不同人而言有着不同意義，也承載着各自的回憶。」Sheryl希望透過改造，讓珍貴的衣物不必一直收藏在衣櫃裏。

Sheryl也曾是愛買衣服的人。「以前經常因為新鮮感或減價，買下很多不會穿的衣服。」有些裙子買回家才發現不合適。她開始關注快時尚及舊衣的去向：衣服尚未穿壞，為何已被淘汰？

新聞系畢業 家人勸找正規工

畢業於香港浸會大學新聞系的她，自小喜歡拼貼和手作，曾負責校刊排版。後來利用下班時間學習縫紉，再辭職創立SikFabric Upcycle（惜布），收集二手衣物，改造成手袋、吊飾。家人起初不解：「你讀新聞系畢業，應該找一份正規工作。」她說：「我希望擁有自己的品牌，所以決定先嘗試創業。即使失敗，大不了重新找工作。」

今年，她在荃灣南豐紗廠與女團Lolly Talk合作，以二手格仔恤衫製作波板糖造型吊飾，由成員選配花邊，送給粉絲。「雖然這是一份禮物，但它確實由舊衣改造而成，每件都是人手製作的。」



盼望人人善用手上資源

「丟棄的東西不會無緣無故消失。」Sheryl認為，舊衣離開衣櫃後，仍然需要有人處理。比起不斷製造新物品，她更希望大家思考，如何善用手上已有的資源。

> 最初出於環保，後來慢慢發現，衣服對不同人有不同意義，也承載各自的回憶。



新聞系畢業的Sheryl走上一條意想不到的創業路。







Sheryl與女團Lolly Talk合作，將二手格仔恤衫改造成波板糖造型吊飾。

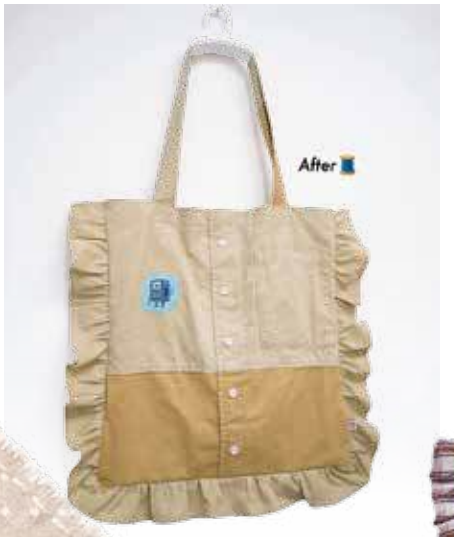
重新設計 毋須先變返原料

非一般回收

從前衣服破了會縫補，尺寸不合便修改，碎布也能重新利用。如今快時尚盛行，衣服尚未穿壞，卻可能因款式過時而被閒置。

一般舊衣回收，是把衣物交由回收渠道處理；升級再造（Upcycling）則透過重新設計，直接賦予原有物料新的用途與價值，毋須先還原成原料。

「有些衣服可能已不適合現代人穿著，但換個角度看，它們仍然是很漂亮的布料。」Sheryl連剪剩的布碎也留下，開辦拼布工作坊。有媽媽利用布料拼出家中四隻貓，仔細挑選相近的毛色；也有人拼出曾經釣到的魚。惜物不只為了減少浪費，也能保存生活中的點滴。



顧客父親生前最愛穿的恤衫，連同T恤上的刺繡公仔，改造成獨一無二的手袋。



小朋友穿過的校服，經過巧手改造成日常用品。



拼布工作坊中，參加者利用剪剩的布碎，拼出寵物、食物等充滿個人特色的圖案。



較挺身恤衫布製手袋 校服可拼接成日用品

揀布有竅門

即使不懂使用衣車，也能嘗試舊衣改造。Sheryl建議從小吊飾入手：「如果有一件很喜歡的衣服，想保留其中一部分，可以剪下一小塊布料，縫成圓形，再加上裝飾，就能製作成吊飾。」

選擇布料也有竅門。她建議優先使用較挺身、沒有彈性的恤衫布料製作手袋；彈性較大的T恤可能需要加上襯布，而太薄或太厚的布料則較難處理。具有紀念價值的校服，也可拼接成日常用品，留下校園回憶。

「現今世界的資源其實已經十分充足，尤其在香港，很多時候我們不是缺少甚麼，而是擁有太多東西。」她認為，與其不斷製造新產品，更值得思考如何善用現有物品，讓它們繼續發揮價值。



衣服不再合身或款式過時，布料仍有值得欣賞的地方。

上水圍團隊教孩童打太極

一招一式認識中華文化



孩子一開始很難學慢動作，我們就先教快一點的。 —— 療癒川

雙手一上一下，像抱着一個大西瓜。「把一半分給爸爸，再分一份給媽媽……」第一堂太極課，孩子跟着導師比劃，手腳還未配合得來，已笑得合不攏嘴。上水圍文閣村的「療癒川」團隊走進粉嶺祥華邨一間幼兒園，教三班孩子打太極，讓他們從一招一式認識中華文化。





幼兒園太極課，「抱個西瓜分給誰？」

第二堂再見，孩子已耍得有幾分功架。廖康兆教幼兒練「抱球勢」，把動作配上兒歌般的口訣，讓他們邊念邊做。「孩子一開始很難學慢動作，我們就先教快一點的。讓他們先動一動，自然會靜下來。」

> 我們去教他們，也從他們身上學到很多。

「我家是單親家庭。」談起過往教幼兒的經驗，康兆記得，有個孩子聽到要把西瓜分給爸爸媽媽，當場這樣說。旁邊的孩子也接着說起自己的家。團隊後來改了口訣，兩份分給朋友，最後一份留給自己。

Jay至今還記得，有個孩子把想像中的西瓜分給同學後，轉過來對他說：「我給你留了一份。」康兆本來擔心孩子學不來，教下去才發現，他們跟得快，也很願意說出自己的想法。「我們去教他們，也從他們身上學到很多。」

> 太極首先要留意呼吸。平時哪會留意自己的手指？

「以靜制動，以柔制剛，以化為先，以和為貴。」康兆練太極多年，最看重這十六個字。他說，與人碰撞時，可以順勢卸力，把碰撞化開。教幼兒入門，他從一快一慢教起，讓孩子注意手腳怎樣配合，試着把動作放慢。

Ruby是會計師，也是一位媽媽。她練過泰拳，平日也做健身，打太極時，反而對最細微的動作印象最深。「太極首先要留意呼吸。平時哪會留意自己的手指？動作慢下來，連手指怎樣動也感受得到。」

團隊也會到學校教種植

同是療癒川成員，Joe近年把植物工作坊帶到不同地方。「我喜歡植物，也喜歡和人分享植物的美。」團隊在學校教種植，也會借照料植物和學生談談，平日自己一個人時，可以怎樣照顧自己。

療癒川也曾為幼兒園老師開太極班。May記得，老師平日工作疲累，到了雙人對練，卻很快上手，還覺得有趣。平日帶着孩子做動作的人，這一堂輪到他們和身旁的同事一起練。May說：「看到他們也有了一點可以休息的空間。」

上水人入隊 眞正走入上水圍

「我從小住在上水，常常踩單車經過上水圍，但很少特意走進去。」20歲的Jay讀中學時，幾位同學和師兄在文閣村的「療癒川」幫忙，他也跟着去做些雜務。畢業後，他繼續留在團隊，也跟大家到不同地方教班。

Jay自小練跆拳道，練到黑帶一段。後來接觸太極，他想起曾在上水行醫的太爺。「以前對中國傳統文化沒有太大興趣。長大後再想起，才發覺太爺以前在上水也頗有名。」小時候，太爺的舊客有時還會上門，他見慣了，也沒多想。

「真的在這裏工作後，有時回來或出去，都會四處看看。」問Jay對村裏有甚麼印象，他說起村口士多的阿姐。以前踩單車從村外經過，一轉眼就過了。如今走進村裏，他記住的是街坊碰面時順口打的一聲招呼。



上水圍廖萬石堂前，療癒川成員並肩練太極。





從一快一慢教起，讓孩子注意手腳怎樣配合，試着把動作放慢。

昔海水化淡及拍戲用

簡約屋旁 工業遺珠

樂安排廠有安排

屯門青發街的簡約公屋相繼落成並入伙，在簇新高樓與穿梭居民身旁，仍矗立著一組滄桑的構築物。該處是本港首座、亦曾是全球最大的海水化淡廠——樂安排海水化淡廠的建築遺址。這座隱沒於現代社區邊緣的歷史建築，不僅是本港工業發展的實物見證，更承載著上世紀本港在供水問題上的一段特殊歷史。



巴士站旁部分廠房建築物並無拆卸。



屯門青發街簡約公屋今年9月起入伙。



樂安排海水化淡廠曾是全球最大海水化淡設施。

李家翹指廠選址與佈局具獨特時代背景。

古蹟資訊

前樂安排海水化淡廠

評級：暫無評級

地址：屯門小欖青發街

交通：於屯門公路轉車站轉乘九巴253線，到青發街簡約公屋下車即至。

1975落成 呈實用主義風格

簡約公屋圍繞著樂安排海水化淡廠而建，時至今日，部分廠房建築物並無拆卸，仍可看到化淡廠殘餘的金屬支架。至於昔日象徵該廠的兩支123米高巨型煙囪，則早於1992年爆破拆卸，現場只餘下基座痕跡。為配合簡約公屋工程，前跳蚤市場一帶的構築物及廠房周邊附屬結構，已於2024年起陸續清拆，騰出土地興建簡約公屋。居民如今出入的青發街，一部分正是建在昔日化淡廠的廠區土地之上，新舊建築在同一空間中並置。

從歷史建築的角度審視，樂安排海水化淡廠的選址與佈局具有其獨特的時代背景。上世紀六十年代，香港飽受制水之苦，港英政府為擺脫對單一水源的依賴，於1972年在屯門樂安排進行大規模填海，興建這座佔地廣闊的海水化淡廠。該廠於1975年落成，其建築特色反映了當時大型工業基建的實用主義。

海水化淡廠停用逾40年

然而，根據水務署資料指出，1980年代初，石油危機令化淡海水的成本大幅增加，為避免承擔高昂成本，政府在1982年宣佈永久關閉樂安排海水化淡廠，至今已停用逾四十年。

香港中文大學政務與政策科學學院講師李家翹指出，在歷史意義上，樂安排海水化淡廠是冷戰氛圍下地緣政治的產物。當年港府不惜舉債一億港元興建，旨在建立本地自主供水體系，作為應對東江水供應風險的「後備方案」。

而最終樂安排化淡廠的關閉與被炸毀，並非單純出於成本考量。李解釋，1982年該化淡廠關閉的同一年，正值中英就香港前途展開談判，他認為當年港英政府一直抱持「短期靠東江、長期靠本地」的兩手準備，化淡廠正是對沖風險的產物，反映回歸前夕本港在供水戰略上的心態轉變。



現時仍可看到海水化淡廠殘餘的金屬支架。



該處部分用地自2000年一度用作跳蚤市場。



樂安排前身為海水化淡廠，後改作片場。

供水印記 從屯門到將軍澳

樂安排海水化淡廠曾是全球規模最大的海水化淡廠。廠房內部曾配備龐大的水泵、蒸汽爐及採用「多階段降鹽蒸餾法」的蒸餾機組，以應付每日高達四千萬加侖的淡水生產目標。

廠房最標誌性的建築，莫過於那兩支高聳入雲的巨型煙囪。這種將龐大工業設施臨海而建的設計，既便於直接抽取海水，在視覺上亦極具震撼力。

物換星移，這座曾承載香港「供水自主」宏願的宏偉建築，最終敵不過燃油成本上漲而停運。然而，隨著科技進步及應對氣候變化的需要，政府近年於將軍澳興建了全新的海水化淡廠，並採用先進的逆滲透新技術。新廠房的設計雖與昔日的巨型煙囪截然不同，卻象徵著香港在供水資源多元化上邁向新里程。從屯門的工業廢墟到將軍澳的現代化廠房，見證了香港供水技術與城市發展的時代變遷。

智能手機功能愈來愈多，對部分長者而言，操作卻未必容易。大圍保良局朱敬文中學舉辦長者日，邀請逾百名區內長者到校，透過防騙及資訊素養活動，讓學生化身「數碼大使」，一對一協助長者使用手機，解決日常生活中的數碼難題。

支援老友記 數碼去到數公里



學生發揮專長，冀為社區帶來歡樂。



數碼大使協助長者用手機。



害羞學生藉助人增自信

最令他欣慰的，是學生在服務中展現的另一面。平日活潑好動的同學，面對長者時變得耐心有禮，忙起來更「不知疲倦」，連喝水休息也顧不上。部分學生起初害羞，不敢主動開口，老師便安排健談的同學帶領，讓他們慢慢建立信心。

趙校長坦言，服務過程未必有甚麼戲劇性的交流，學生卻能從中反思，體會自己確實幫助了別人。未來學校希望增加音樂、舞蹈及中國舞等表演服務，讓學生發揮不同專長，繼續為社區帶來歡樂。



長者上數碼課，學生化身助教。

服務社區 照顧街坊需要

校長趙文浩表示，不少長者不熟悉智能手機操作，有些甚至因看不清屏幕上的字而感到無助。活動當日，學生耐心講解防騙資訊，協助長者處理「智方便＋」登記等事項，讓他們逐步掌握基本操作。

服務並未止於校園。活動後的一年內，學生多次到龍船花園及顯徑一帶設置攤位，繼續為長者提供數碼支援。趙校長認為，社區服務應從街坊的實際需要出發，再配合學生能力，讓所學真正派上用場。



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》、《動夢成眞》（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》。



早年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。

作者：火 登

自己掌握「情緒遙控器」



戒掉抱怨成性

情緒抽離外境

最近跟幾位年輕朋友聊天，話題總離不開三個字：「好無奈」。樓價高、人工追不上通脹、世界局勢天天變，連打工都要擔心隨時被AI取代。遇到不如意，大家最習慣的反射動作就是「抱怨外境」——怪老闆刻薄、怪大環境差、怪生不逢時。

管不到天氣 管到帶傘與否

總愛抱怨的人很少看見自己。很多時候他以為他在描述情緒與事情，大部分時間卻在怪罪外界的人與事物。

抱怨思維是：總覺得自己是對與無辜的，而他人都是錯的與有負於自己的。抱怨一時爽，但久而久之，我們就活成了《了凡四訓》裏最初那個「徹底躺平」的袁黃：認定一切都是外在環境寫死的劇本，自己無力改變，只能做個被命運推著走的「受害者」。

其實，外境好比天氣，打風落雨我們控制不了，但出門帶不帶傘、心情會不會跟著發霉，遙控器一直握在我們自己手裏。

> 人類最大的盲點，是以為痛苦與焦慮都源自外在的人事物（外境）。

要戒掉「怪天怪地」的壞習慣，不再被外界的風吹草動牽著鼻子走，不妨試試這兩個思維「急救包」。

① 投射與「受害者」心態

錯誤歸咎：

- 憤怒、嫉妒或悲傷時，我們習慣指摘伴侶、工作或社會，扮演外境的「受害者」。外境只是一面鏡子、一個「緣」；眞正的「因」是內心的執著、期待與習氣。

② 心才是眞正的主宰

缺乏免疫力的心：

- 若煩惱眞在外境，擺脫不喜歡的人事物就該永遠快樂。可是換了工作、伴侶，煩惱仍會換個形式重現。

外境無法控制：

- 我們不能把世上的荆棘都鋪上地毯，但穿上一雙鞋就能到處行走；穿鞋，就是調伏自己的心。



第一招：按下「暫停鍵」，向內觀察（內省）

當老闆突然加工作、伴侶忘了自己生日，或者看到別人升職加薪而自己原地踏步時，火氣「噌」一聲就衝上頭頂。這時候，與其立刻在群組發洩或向外指摘，不如給自己「停一秒鐘」的緩衝，把鏡頭從別人身上轉回來，看看自己的內心。

靜下來問自己一個尖銳但誠實的問題：「我現在這麼痛苦，究竟是因為對方真的十惡不赦，還是因為我內心的『期待』落空了？」

讓我們抓狂的往往不是事情本身，而是腦海裡預先寫好的「世界應該怎樣對我」的劇本，現實一不按劇本走就崩潰。看穿這一點，就不會再為情緒找「代罪羔羊」，而是收回注意力，修補內心的執著。

第二招：把覺察應用在生活模式

觀察內省固然重要，但若缺乏日常的磨練，道理很容易變成「看完就忘」的雞湯。要真正把人生的主導權握在手中，我們需要將抽象的覺察力轉化為具體的習慣。

試試每天臨睡前進行五分鐘的「情緒盤點」：今天哪一刻被外境牽著走？是別人一句話，還是期待落空？把情緒說清楚或是寫在紙上，就是與它「分家」。久而久之，風浪來時不易潰堤，能像看雲飄過般看著情緒來去。

也要重新定義「成功」：別陷入「別人過得比我好」的比較，只專注自己每天的小進步。覺察力轉化，依靠一次次「察覺、停頓、回歸」累積而成。

第三招：看清「如幻如化」，生起出離心與智慧

年輕人最怕「不確定性」，總想抓緊一些永恆不變的安穩，例如一份鐵飯碗、一段永遠熱戀的關係、一個只升不跌的市道。

但古人早就道破真相，世間萬物都是無常、如幻如化的。就像手機熒幕上的畫面，像素天天在變，你若死死盯著某個畫面不放，只會看得眼花繚亂、心神俱疲。

所謂「出離心」，並非消極避世，而是一種「心理抽離」的智慧：在現實中全力以赴，卻清楚知道順境與逆境都只是暫時的過客。當你不再把喜怒哀樂外包給天氣、股市或別人的臉色，就拿回了人生的主導權，獲得誰也搶不走的自由。

時代越是變幻莫測，我們越要穩住自己的「內核」。下次當你又想開口抱怨大環境時，不妨笑一笑提醒自己：外面的風雨我管不著，但心裏這片晴空，我說了算！

假WhatsApp 假驗證頁

近日涉及兩種騎劫程式的「釣魚」騙案有上升趨勢，手法分別為騙徒騎劫WhatsApp帳戶後假扮朋友行騙，以及透過偽冒「我不是機器人」驗證頁面誘騙網民執行惡意指令竊取資料，令市民防不勝防。有專家提醒，騙徒可透過惡意連結令瀏覽器中毒，再遠端操控電腦取得使用權，呼籲提高警覺及加強防禦措施。



方保僑提醒使用WhatsApp網頁版時要提高警覺。

在WhatsApp騎劫騙案方面，騙徒取得用戶帳戶掌控權後，可瀏覽戶內所有資料，並隨時新增群組，再以兩個假戶口扮作朋友，模仿平日說話語氣，增強騙財說服力。

早前本港有情侶及其家人就因為WhatsApp帳號同時被黑客入侵，騙徒在數小時內冒充事主向親友借錢或要求轉帳，合共騙走近20萬港元。有事主更透露犯案過程：「我同我朋友傾緊電話時，WhatsApp對話突然見我帳戶同佢借二萬蚊，仲要語音係我把聲。」

登入WhatsApp網頁版被騎劫

香港資訊科技商會榮譽會長方保僑估計，網民有機會在使用WhatsApp網頁登入版面時被騙徒騎劫帳戶。他指過往帳戶被騎劫，主要是市民在搜索引擎搜索時往往按下最開頭的連結，而騙徒在搜索引擎賣廣告令搜索結果置頂，市民因而登入由騙徒製作的假WhatsApp網頁，掃描惡意二維碼後，騙徒隨即取得用戶連線資料。



有人的WhatsApp被騎劫後，騙徒扮自己向家人借錢。

釣魚 小心 中伏

騙案手法及提防方法

手法一：WhatsApp帳戶騎劫

騙徒透過不明連結令瀏覽器中毒，遠端操控電腦取得WhatsApp網頁使用權，瀏覽戶內所有資料。取得掌控權後，騙徒會新增群組，以兩個假戶口扮作朋友，模仿平日說話語氣，增強騙財說服力。



WhatsApp帳戶被騙徒騎劫後行騙，個案趨增。

提防方法

- 使用網上版WhatsApp後隨即登出，不宜長期保持登入；定期查看「已連結裝置」，發現不明裝置即時登出並重裝WhatsApp；使用防毒及防間諜軟件掃描電腦，發現木馬程式立即殺毒。

網民有話說

mp_lam：
我都試過俾人入侵咗，有報警備案 。其實到最後尾都好似好難阻止俾人入侵 ，我只可以不停同我身邊嘅識嘅人講我唔會借錢。

atsuna：
我朋友尋日都係！但佢係狂收到通知話有人嘗試登入，不過個陣做緊嘢無時間理，然後就被人hack咗 AI佢把聲借錢。

Samual1986：
記住「我不是機器人」只係證明你是人類，唔會要你去操作自己的電腦系統。

不過，現時搜索引擎已盡量攔截虛假網站廣告，因此較少以此方法被騎劫；他估計網民有可能點擊不明連結，令瀏覽器中毒，使騙徒可以遠端操作電腦，因而獲得WhatsApp網頁的使用權。

「我不是機器人」嵌惡意程式

另一類激增的騙案為「ClickFix」假驗證碼釣魚陷阱。傳統真人驗證僅要求用家在瀏覽器內勾選方格或點選圖片。惟當用家點擊黑客的行騙「我不是機器人」按鈕時，網頁內嵌的惡意程式碼，會在背景自動將一段經加密混淆的惡意指令寫入電腦剪貼簿。

用家因而被要求進行「額外驗證步驟」，一旦按要求同時按下「Windows鍵+R」開啟「執行」對話框，再按「Ctrl+V」貼上內容並按「Enter」確認就會中招，黑客繼而可竊取瀏覽器密碼及工作階段Cookie，甚至直接繞過雙重認證入侵網上銀行及電郵帳戶。

手法二：假「我不是機器人」驗證

點擊假驗證按鈕時，惡意程式碼暗中將指令寫入剪貼簿，再誘騙用家按「Windows鍵+R」開啟「執行」對話框，貼上並按Enter執行，從而植入木馬竊取密碼及Cookie，甚至繞過雙重認證。



有騙徒藉「我不是機器人」植入黑客程式侵入電腦。

提防方法

- 謹記正牌真人驗證絕不會要求離開瀏覽器或開啓「執行」、終端機；切勿貼上及執行來歷不明的指令；如遇全熒幕挾持或要求按Ctrl+V貼上，應立即關閉瀏覽器視窗。

誰知執紙皮斤斤皆辛苦？

白日推車 汗滴馬路

十月某個周六下午，驕陽似火，溫度達攝氏30多度，熾熱的陽光使人睜不開眼。正當大家也流連商場閒逛的時候，滿頭斑白，身形瘦削的德叔（化名），正彎著身子在葵芳某商場出入口的一角，忙碌地將辛苦收集回來的大小紙皮疊好，並用繩子牢牢紮實。未幾，他更從紙皮堆中取出大堆雞蛋紙托，由於紙托沾了蛋漿，他生怕回收不到，趕緊用紙巾拭去蛋漿。

葵芳

「打拼為掙十多元，不是換取日用品」

「回收價好似海鮮價咁浮動，有時（每公斤紙皮）五毫，有時六毫，有時七毫，要逐檔問㗎。」一邊忙碌執拾紙皮，一邊與《我家》記者閒談的德叔，當被問到為何不將舊紙皮送到「綠在區區」回收站回收，他直言，每日辛苦打拼，就是為了掙取每日十多元的現金收入，而不是為了賺取積分換取日用品。

「盛芳街嗰度有回收車，要逐部問的，睇吓邊架高啲，如果唔係會蝕本。」德叔所說的，就是距離商場五分鐘步程的盛芳街，在休憩公園外停泊了回收商的流動回收車。步程雖短暫，但在高溫下推著木頭車的長者來說，路程非常艱辛，很多時更出現人車爭路的畫面。

像德叔這樣趕去回收車回收紙皮的長者，為數不少。記者當日在盛芳街一帶，就目擊另有四名長者汗流浹背在執紙皮變賣維生。長者們要爭分奪秒去執紙皮，全因可回收的物品如膠樽、玻璃樽及報紙等愈來愈少，不少市民自行到「綠在區區」收集點回收獲積分換取物品。因此，被丟棄的紙皮，對於長者來說，愈見「珍貴」。

「有啲舖叫員工推去回收幫補」

至今「綠在區區」網絡已擴展至逾800個收集點，除了回收環保站外，更有智能回收箱等。「現在多了店舖執笠，即使有紙皮，有啲舖頭都會叫員工推去回收車回收幫補吓，我哋執紙皮都難咗。」另一執紙皮維生的珍姐（化名）嘆道，她當日在葵芳一帶走了幾轉，才「夠貨」去回收。雖然只能換取微薄酬勞，但「掙得一蚊得一蚊」。



德叔說每日執紙皮只能賺十多元。





有店員到流動回收車變賣紙皮。

長者穿梭大街小巷執紙皮。



長者趕緊整理紙皮變賣。

「指定最低價」眞的有效執行？

2026年10月1日起，環保署規定「指定最低價」不低於每公斤港幣0.65元， 廢紙須不濕水及未受其他雜質及廢物等污染。



長者汗流浹背執紙皮維生，憑勞力努力生活。

荔枝角

長者：有時每公斤低於0.65元

究竟該項廢紙「指定最低價」，真的有效執行？除了葵芳，記者也與荔枝角及九龍城一帶的執紙皮長者傾談。長者說紙皮回收價次次不同，有時會低於每公斤港幣0.65元的價格。

立法會議員郭芙蓉認為，署方若接獲相關投訴，應加強巡查，並要求回收車及回收點，在當眼處標示當期最低收購價及基本收購要求。同時，應提供毋須使用智能手機的查詢和投訴渠道，例如電話，方便長者報上交收時間、地點和車牌號碼，由署方跟進。

郭芙蓉稱，署方亦應善用現有的三方協調平台，在檢視收購價及回收商營運成本時，主動聽取前線收集者的意見。對長者來說，最低價要發揮作用，關鍵是他們知道去哪裏可以按指定價交收，遇到不合理的情況時，也有人跟進。



環保新政

環保署轄下回收網絡「綠在區區」，市民可藉回收膠樽、玻璃樽及紙張等獲積分換取生活用品及食物。該網絡2025年回收量較2023年上升逾七成半。然而，綠在區區或屬「雙刃劍」，因為對於靠「執紙皮」賺取微薄生活費的長者，「綠在區區」的出現使其回收量大減，加上回收價浮動，嚴重影響生計。究竟這班為生活打拼的長者，有何辛酸？《我家》記者直擊了他們的「執紙皮」日程。

「綠在區區」收集點

- 12個「回收環保站」
- 82個「回收便利點」
- 約600個「回收流動點」
- 逾140套智能回收箱



「綠在區區」回收網絡有逾800個收集點。







草間彌生作品坐鎮雙子匯

啟德 大南瓜 點點都係打卡點

啟德正掀起一場波點狂潮！草間彌生兩尊巨型南瓜坐鎮雙子匯。今次焦點莫過於亞洲首現、高達5米的雕塑《Dancing Pumpkin》，連同早已常設、全球極罕的3米高墨綠南瓜，兩大標誌作品令啟德搖身變成潮流藝術熱點！



黃黑點 ● 跳入草間花花宇宙

人氣話題作品《Dancing Pumpkin》，屬草間彌生南瓜系列中體型頂級的新作，直徑闊達8米，最破格之處，是南瓜由11條線條流暢的彎曲支柱托起，當中8條離地懸空，定格成一個正要起舞的姿態。表面鋪滿大家最熟悉的黃底黑圓點，大小圓點隨住南瓜渾圓弧度起伏，每粒圓點都跟隨曲面調整，非常值得大家細心觀賞工藝細節。

大家若站到雕塑下方仰望，圓點向四面八方擴散，正好對應草間彌生一直講的「自我消融」：在無限重複的圖案之中，主體邊界慢慢模糊，人就會融入圓點宇宙。



創作源流 ● 版畫解讀波點真義

展區室內空間SANDŌ 同時補充整套創作脈絡，展出逾20件作品，以罕見版畫為主，由早期素描、無限之網系列，到不同年代的南瓜版畫一併陳列。

大家打卡之外，亦能理解圓點不是單純潮流圖案。草間彌生自童年已經對南瓜情有獨鍾，她眼中南瓜溫和、包容，重複的圓點是她對幻視、恐懼的轉化，透過不斷點畫，把內心紛亂化成有序、可被看見的圖像。版畫細節補足兩尊巨型雕塑背後的精神源頭，值得大家細心品味！



墨綠點 ● 高境界治癒之作

至於常設的3米高《南瓜》，是不少藝術迷的驚喜之作。墨綠色大型戶外南瓜雕塑全球僅得兩件，另一件藏於巴黎Louis Vuitton基金會，極為稀有！作品採用翡翠綠底色襯黑圓點，造型相對簡約穩重，瓜身飽滿厚實，瓜棱線條柔和，圓點順住瓜紋有序鋪展，坐落在廣場上，與動感十足的跳舞南瓜形成強烈對比。

作品一動一靜正好呈現草間彌生對南瓜母題的兩種理解：南瓜既是帶來安撫感、溫厚治愈的生命象徵，亦可以充滿跳脫、不羈的生命力。

地點：九龍啓德沐翠街12號The Twins 孿生圓

日期：即日起至2027年3月31日

你好，香港！Dancing Pumpkin：



限定周邊 ● 把波點藝術帶回家

另外，場內設期間限定店，齊近百款官方周邊，人氣南瓜擺設、經典波點鎖匙扣、印花Tee、布袋、陶瓷杯碟、文儀雜貨一應俱全；SANDŌ 展區另設可洽購的限量海報與版畫，連草間彌生自傳同藝術專書都有，由輕鬆打卡小物到收藏級藝術品，將圓點宇宙變成可以帶走的潮流單品。