

P.4 民間運動 - 跳皮筋



P.8 生活 - 展示型鬥魚



P.12 人物 - 小丑醫生

# 服用中西藥可致假陽性

校園驗毒計劃已率先在大埔區試行，有醫生及藥劑師表示，服用某些中成藥如傷風藥、止咳藥或含有罌粟籽等食物，均會令快速測試出現假陽性，令原本沒有吸毒的學生被檢定為吸毒者，在大埔區就讀的學生表示擔心有關情況。

記者：李靜雯  
 編輯：黃禮子



(網上資料圖片)

## 西藥可致驗毒呈假陽性

結果呈假陽性是指被檢驗者在快速測試中，出現陽性結果，但在跟進檢驗後發現並沒有吸毒。

香港西醫工會會董歐陽英傑醫生表示，「很多東西都有可能令驗毒快速測試出現假陽性，例如傷風藥、減肥藥、抗生素、麵包裡的罌粟籽及火麻仁等。而且食物的衍生物很難辨認，可能你打邊爐，裡面放了罌粟花籽也不會知道。」

根據2005年英國的一份報告指出，很多被廣泛服用的藥物都會被驗毒的快速測試工具檢定為陽性，例如服用含可待因和罌粟籽的藥物或會導致「鴉片類藥物測試」呈假陽性反應；治療關節炎的止痛退燒藥或會被檢定為曾服用大麻；服用解充血藥(醫治傷風、咳嗽、流鼻水等症狀)也可能會令「安非他命藥物測試」呈假陽性，甚至服用中藥也會在測試出現假陽性。

驗毒快速測試結果出現假陽性有三種可能，驗毒的機制是透過辨認尿液中衍生物的結構，來檢驗曾服用哪一種毒品，但有很多物質都有類似的結構，因而有機會出現誤差；其次，有些食物或藥物經消化、新陳代謝後而產生的衍生物已經與原本的物質不同，就像含有四氫大麻酚的火麻仁經消化後的衍生物結構像嗎啡，或會導致快速測試中的大麻測試呈陽性反應；此外，一些藥物的成份與毒品屬同類，例如某些減肥藥與安非他命便是同類的藥物，如果有學生服用該減肥藥，同樣可能出現假陽性結果，導致該學生被懷疑吸毒。



▲中藥麻黃，專治咳嗽氣喘等疾病，但學生驗毒前服用，或會出假陽性情況。

而禁毒處驗毒計劃的附錄，只列明有20至30種西藥不會出現假陽性，其餘很多西藥都有可能出現假陽性問題。

## 中醫：驗毒前應有戒斷期

香港中文大學中醫學院客席教授孫外主表示，吃中藥一般不會出現假陽性問題，但是一些受管制的中成藥，例如，聯邦止咳劑、復方甘草合劑(含有鴉片)，還有一些專治氣喘、咳嗽等症狀的麻醉性藥物，如洋金花、罌粟殼，及一些專治哮喘、敏感的中藥如麻黃，市民服用後翌日進行快速測試，亦有機會令快速測試出現假陽性結果。他亦提到，「有一些甜品裡加了白蘭地，白蘭地可能含有麻醉成分，學生連續吃了一段時間後，驗毒時也可能出現假陽性。」

不過，孫外主強調，這些藥是在沒有照著醫生處方服用的情況下，連續服用至少一周以上，驗尿才會有呈陽性結果的可能。他亦提醒市民，不按照醫生處方而亂服該類藥物會造成上癮，也等於吸毒。他建議，為了驗毒普查達到更準確的結果，應該提前告訴學生在驗尿前不要服用中藥，最少有72小時的中藥戒斷期。

禁毒處接受本報查詢時表示，在驗毒出現陽性後，護士會詢問學生服藥的情況，但學生可以不回答。而大埔家長教師會聯會會長何主平認為，社工應該會在驗毒前了解學生的服藥記錄和吃了甚麼敏感的食物。

## 學生家長意見不一

在大埔區香港道教聯合會圓玄學院第二中學就讀的黃同學表示，如果校園驗毒出現假陽性的情況，自己也不能解釋曾經吃了甚麼東西，擔心被老師誤會吸毒；不過，大部分受訪的學生均表示不擔心假陽性的問題，因為自己沒有吸毒，家長也會信任他們。

家長黃太太的兒子在大埔區的中學就讀中二，她很支持驗毒計劃，認為越早檢驗對子女越好。就算可能會出現假陽性，她也不擔心，因可以在化驗所進一步檢驗，當作是身體檢查。

歐陽英傑則認為，驗毒存在的漏洞如假陽性問題，帶給學生不必要的緊張和壓力；亦會對醫生造成困擾，「因為出現假陽性的時候，可能要詢問醫生的用藥劑量、種類等，無形中增加醫生的工作量。」

(網上資料圖片)

## 驗毒計劃小資料

**驗毒次數及人數：**  
 每月兩次不定期到訪學校，隨機抽選約5%參與計劃的學生進行驗毒測試。若曾參加驗毒測試，仍有機會被抽中進行測試。

**快速測試流程：**  
 第一步：在第1次快速測試呈陽性；  
 第二步：進行第2次測試(用另一牌子的快速測試工具)；如呈陽性會通知校長、有關學生的班主任、有關學生建議的其他老師、駐校社工、計劃主任和家長/監護人，再即場輔導學生；  
 第三步：尿液樣本送往化驗所做確認測試；而家長可以自費在另一間合資格化驗所做第2次確認測試。

**驗毒濃度分界值：**  
 在驗毒計劃中，陰性和陽性是由尿液中的濃度決定。呈陽性反應代表的是尿液中的藥物或其代謝物達到指定濃度或以上；陰性反應代表沒有藥物存在或藥物濃度在分界值之下。因此，藥物濃度分界值須視乎測試方法的敏感度而定，測試方法越敏感，陽性結果所需的濃度越低。

**計劃檢驗的毒品：**  
 氯胺酮(K仔)、搖頭丸、冰、大麻和可卡因均為青少年吸毒者通常吸食的危害精神毒品，但會隨時調整檢驗毒品的種類。

# 以商業作誘餌 為溫室減排達共識

新的國際貿易競賽項目誕生——「減排溫室氣體」。1997年各國簽訂「京都議定書」，以「共同但有區別」的原則為各國因應國情制定不同的減排目標，惟中、美、印度等大國一直未能就減排目標達成共識。12年後的哥本哈根會議，以一紙無約束力的協議草草收場，並伴隨著一片爭拗聲，為各國代表在丹麥首都哥本哈根舉行的「聯合國氣候峰會」，將進一步討論氣候變化和減排溫室氣體，並期望為2012年「京都議定書」失效前，制定具約束力的減排方案，而中美兩國則是是次會議的焦點，兩國分別代表「發展中國家」和「發達國家」兩大陣營，世界均期望兩國能就減排目標有領頭的作用。

世界自然基金會香港分會氣候項目公眾參與總策劃何浩賢表示，最新的國際研究顯示，南極和格陵蘭冰層融化，加上海水受熱膨脹影響，估計於本世紀末，海平面的升幅將由20至60厘米，增加到一至兩米。在香港和珠江三角洲地區，氣候變化將引致更頻繁的風暴潮及更多的降雨量，令低窪地區面臨嚴重的水浸威脅，這有機會造成巨大的經濟和社會損失。

各國領袖在11月的亞太經合組織（APEC），仍未能就減排目標和各國間的責任問題達成共識，令「聯合國氣候峰會」增加阻力。奧巴馬上台後，對中國情況明顯放寬，隨著他11月到訪中國，並與胡錦濤發表聯合聲明，表示兩方了解各國的能力和國情，致力在哥本哈根達成最終的法律協議，為會議打開溝通的門檻。加上美國經歷金融海嘯，為保其國際經濟地位，在減排的議題上定必希望各國以「公平原則」其「共度時艱」，並以「環保節能」包裝得冠冕堂皇，圖求以此限制中、印等發展中國家的經濟發展。相反，以中國為首的發展中國家為保障其發展速度，亦竭力要求歐美等國承擔更多，包括訂定明確有效的減排目標和資助發展中國家。

12年前談不攏，12年後依然因同樣的原因談不攏！根本上，中美兩國一直牢牢的堅持維護自己的利益，希望在付出「較小」的情況下爭取「較大」的利益。誠如法國《世界報》所言：「在今天的世界上，在類似氣候這樣規模的問題上，如果中、美兩國未事先達成協議的話，不會達成任何成果。」雙方暗自為自己爭取最大的利益，卻同時打著「人人有責」的無私旗號，令

會議的價值充滿矛盾，大大壓縮各國協商討的空間，最後草草簽署的備案儼成小圈子文本，難怪有太平洋國家堅持不簽署備案，拒絕「將國家和人民的將來賤賣」。

「環保」、「節能」等議題呈遞到大國元首手中，總會成為商機，以中國的「可再生能源發展」和歐洲的碳排放權買賣均可佐証。然而，既然在談判桌上談不攏，不如充分利用「商業」作為手段，達到最終「環保」的目的，則未嘗不可，例如利用商業利益作為誘因，研發可再生能源，長遠亦能達到減排的效果。下一次的氣候大會將於2010年在墨西哥舉行，而是次哥本哈根的殘留下來問題亦會於此次會議討論，期望中美兩國能打開天窗，既然單純談「環保」談不了，不如拿出另一個議題——商業，最起碼能為會議帶來突破。

黃德正

# 大埔區戒毒配套不足 精神科治療欠奉

【本報訊】大埔區中學率先試行校園驗毒計劃，該區的支援配套服務廣受大眾關注。大埔區校園驗毒試行計劃守則中指出，被驗出吸毒的學生，可自願參與住院戒毒治療及康復計劃。但本報發現，大埔區內只有一間機構提供住院戒毒治療，而鄰近的北區亦只有三間，兩者亦未有提供精神科治療服務，令人質疑校園驗毒配套不足。

記者：陳倩瑩  
編輯：周婷

## 住院戒毒中心不設精神科治療

區貴雅修女紀念康復中心是北區其中一間提供住院戒毒的中心，其副院長李惠儀稱，不少戒毒人士是在戒毒後幾個月、甚至半年才會精神科問題的症狀，例如情緒低落、幻聽、幻覺等等，所以精神科治療絕對是戒毒療程中重要一環，但該中心並未有提供精神科治療。

李惠儀認為，獲政府資助的戒毒中心亦有必要增加精神科醫生。因為在戒毒過程中，年輕吸毒者對外界人士的信任程度較低，故多數會先與社工、醫生等建立關係，直到有安全感才會合作、接受治療。故此，如能心理及精神上「一條龍治療」，必定更加有效。

李惠儀表示，中心的前線職員要應付不斷增加的個案之餘，還要兼顧部分的精神科問題，不免感到吃力。就現時情況為例，如戒毒者在康復中心被發現有精神科問題，只由醫護人員照料及觀察情況，若要得到精神科醫生的治療，就必須轉介到一般診所或物質誤用診所。

## 大埔無物質誤用診所

物質誤用診所主要為因濫用物質（包括濫用藥物）而引發精神健康問題及病症人士提供

治療服務的包括戒毒治療、輔導及於有需要時提供心理治療和家庭治療。現時，全港有七間該類型診所，率先推行校園驗毒的大埔區則並未設有。

由禁毒處及教育局發出的大埔校園驗毒試行計劃小冊子中，提到「涉及精神病及其他醫療問題的個案，可轉介至雅麗氏何妙齡那打素醫院的身心健康科門診或威爾斯親王醫院的物質誤用診所，接受專科治療」。然而，雅麗氏何妙齡那打素醫院的身心健康科門診，並非專職處理精神科及濫用藥物人士個案，而現時威爾斯親王醫院的物質誤用診所開放時間亦只有星期二上午及星期五下午。

醫院管理局新界東聯網精神科副顧問醫生鄭嘉林稱，威院的物質誤用診所只佔十多間診症房的其中幾間診症室。他更表示，「同一時間，我要在幾家不同醫院工作，分別是大埔、北區及沙田威院的物質誤用診所就診，同時兼顧不同類型的精神病。」

## 戒毒中心欠精神科支援

大埔區區議員兼註冊社工譚榮勳表示，現時大埔區校園驗毒計劃的配套，將會把大埔區的現有資源串連，但政府對大埔區禁毒和戒毒的資源均是杯水車薪。而在濫藥的精神科治療方面，大埔區的醫療資源更是嚴重不

足。

「雅麗氏何妙齡那打素醫院的身心健康科，所能提供的門診服務範圍窄，人手亦少，相比規模完善的精神科醫院如葵涌醫院，可以分不同步驟診治精神科病人，大埔區的情況差很多。」譚榮勳亦希望政府能盡快解決配套問題，因為計劃並非「一步到位」，必須改善現有問題，學生方能得到適當的支援。

## 物質誤用診所是甚麼？

物質誤用診所主要的服務對象是因濫用藥物而引致精神病或精神病併發症的患者，提供的服務包括物質誤用治療、輔導、心理治療和家庭治療，而治療時間亦因每個案的臨床情況而定。求診人士及其家長一般由濫用精神藥物者輔導中心、志願機構、醫生和其他健康護理機構轉介，而老師可經學校社工轉介個案。

現時醫管局轄下共有七間物質誤用診所，分別為威爾斯親王醫院藥物濫用診所、葵涌醫院藥物誤用評估中心、青山醫院屯門物質濫用診所、東區尤德夫人那打素醫院藥物誤用診所、九龍醫院物質誤用診所，瑪麗醫院精神科藥物濫用診所及九龍東物質誤用診所。

（網上資料圖片）

## 慈善團體名稱類近 市民怕受騙拒捐款



【本報訊】慈善團體屢有負面新聞，日前廉政公署公布數字，指過去三年，收到七宗有關慈善機構籌款時涉嫌貪污的舉報。當中包括盜取捐款、獎券籌款「報細數」等。不過，除了貪污醜聞外，本報發現，市面上出現越來越多的「慈善團體」在街上賣獎，但這些團體的真偽一直成疑。近年有新註冊的慈善團體名稱更與其他慈善團體類同，令市民十分混淆，甚至拒抗捐款予慈善團體，導致他們的收入大幅降低。

記者、攝影：倪敏燕  
編輯：伍甄琪

《香港保護遺棄動物協會》（下稱SAA）於1998年註冊成為政府認可的慈善機構，其主席陳淑娟稱，近年在街頭募捐的善款大受影響，因為去年有報道指個別慈善團體的帳目不清，並有挪用捐款作私用之嫌，加上有多間新註冊的慈善團體，名字與其名稱相似，令市民混淆。

「我們的慈善收入已減少了一半，至今仍未回復昔日水平。」她表示，該機構的九成收入，均來自售賣獎券的捐款，善款減少令他們「手頭好緊」，機構的營運開支亦只能勉強維持，「以前可以免費為市民的狗隻做絕育手術，現時要酌量收費以維持成本。」

### 名稱類同 市民拒捐款

近月，市面又出現名稱與SAA極為相似的慈善團體《香港保護遺棄動物基金會》（AAFHK）到處籌款。雖然該團體在稅務局的「認可慈善機構及信託團體名單」之列，但記者發現，在AAFHK網頁只找到該團體的電郵，電話及會址等資料欠奉，令市民無法聯絡該團體，而善款去向亦未明。

不少市民亦誤以為AAFHK就是SAA，引起網上熱烈討論，SAA更接到大量來電查詢。雖然最後SAA在網上發表聲明澄清與AAFHK無關，但陳淑娟表示，此舉已對SAA的名譽構成明顯影響，

市民亦抗拒捐錢予他們。本報就事件利用電郵與AAFHK聯絡，但截稿前仍未得到回覆。

### 政策存漏洞 慈善團體無王管

現時，慈善團體成立前需向公司註冊處註冊，若該團體要獲到繳稅豁免，則需向稅務局提出申請。如要舉辦賣旗及其他慈善籌款活動的話，則要獲得社會福利署批准。

「我們向社署、稅局投訴也沒有實質協助。」陳淑娟批評社會福利署沒有發揮監察慈善機構的功能。「逢星期六、日是最多慈善團體進行籌款，社署電話卻無人接聽，因為根本沒有人上班。」即使市民想查詢有關的慈善活動有否事先申請，亦不得要領。

公司註冊處主任黎小姐表示，根據《公司名稱註冊指引》，若新註冊的公司名稱與已註冊的公司或法人團體相同，將會不獲准註冊。不過，若新註冊的公司名稱與已有的公司有些微分別，該處仍會批准註冊。她坦言，現行制度未有設立監察，如果公司有心誤導市民，也未有辦法阻止。她建議，已註冊公司遇上有名稱類同的新公司成立，應盡快向該處投訴，否則新公司成立超過12個月後的投訴將不被接納。經調查屬實後，該處將會勒令誤導市民的公司更改名稱。

而稅務局負責慈善團體審批的發言人稱，

該局只會根據團體是否屬於條例中的公共性質慈善機構，而發出豁免繳稅的資格。發言人表示，若慈善團體不需要豁免繳稅，便不需向該局申報。本報曾就如何監局慈善團體向社署查詢，惟截稿前仍未得到回應。

香港社會服務聯會資源發展及籌款項目經理關韻唐亦坦言，社署權力有限，制度上亦存有漏洞，「它只負責批出公眾地方籌款及賣旗日的申請，加上現時有6000多個註冊的慈善團體，社署不可能逐一檢查，只能拒絕違規的團體申請籌款。」她又稱，目前政府未有法例監管慈善團體，但大部分均遵守規則，只有一小撮「唔人」，建議市民應該先認識，加深了解，再進行捐款。

### 苦等三年 堵塞漏洞進展慢

早在2007年11月，香港法律改革委員會已組成「慈善組織小組委員會」，負責研究及檢討慈善組織的法律和規管架構，並由陳智思議員擔任主席。委員會成立至今接近兩年，一直未有提交任何諮詢文件，亦沒有時間表。直至最近有關方面才公佈，最快於2010年中旬，向政府提交立法規管慈善籌款建議。

## 社署賣旗限制多 改賣獎券遭歧視

除了缺乏支援，社署對賣旗日的限制，進一步增加小型慈善團體生存的困難。根據程序，社署會以機構來年預計的收支及賣旗收入目標，來評估其籌募經費的需要。陳淑娟稱，SAA曾申請賣旗卻遭社署拒絕，「社署指定賣旗日收入要達十數萬，以我們這種小型機構根本應付不到。」

因此，小型機構只能改以售賣獎券，或義賣物

品等方法維持收入。然而，購買獎券或物品的消費較大，加上早前有報道指，有慈善團體賣獎券時，會利用「賣得多，報得少」的方法來增加收入，使真正行善的團體被歧視。「以前市民不購買我們的獎券，最多都是說聲『不用了』，但現在有些人會露出藐視的表情。」陳淑娟對此感到無奈。



《香港保護遺棄動物協會》受收入減半。

# 逐漸消逝的民間運動

【本報訊】現代社會物質豐富，小孩的娛樂選擇繁多，相比以前，人們要發揮自己的創意，發明一種又一種的小玩意：將小小的橡皮筋串起，便成為一條長長的橡筋繩，這就是曾經風靡香港孩童的跳皮筋運動了。今天的大街小巷已無孩童跳皮筋的畫面，但這種成本低、創意高的民間運動，或者不應該被人遺忘。

記者、攝影：歐陽文倩  
編輯：曾偉龍

跳皮筋玩法簡單，由兩人固定著橡筋繩，其餘玩家以不同動作跳入繩內，跳躍動作加上跨、踢、踩、轉等基本動作，可衍生難度更高的花式動作。繩的高度會隨遊戲進行而增加難度，由腳腕位置向頭頂調置。它曾在60至90年代在本港流行，因動作輕巧優雅，特別受女孩子歡迎。隨著科技、生活的發展，人們有更多娛樂的選擇，跳橡皮筋就在兒童生活中銷聲匿跡了。

## 時代發展 橡筋繩漸成回憶

21歲的岑艷欣，小學時十分熱衷跳皮筋，每天上學都帶著一條橡筋繩，在課餘跟同學跳皮筋，有時也會和鄰家小孩一起玩。她說那時候玩樂很簡單，小孩子聚在一處，有一條橡筋繩便可以一起玩。後來升了中學後，因為身邊的人不再跳皮筋，岑艷欣也就不玩了。

當年香港製衣業蓬勃，不少婦女在在製衣廠工作，間接成了小孩子玩橡筋繩的原因。岑媽媽以前是製衣工人，以前會在工廠拿橡皮筋織一條長繩給孩子玩。以前玩具種類不多，加上不是每家每戶都捨得花錢買玩具，因便成利，跳橡皮筋就在孩子間興旺起來。「這玩意便宜又有益嘛！小孩子多活動多跳，有助她們長高啊！」

岑媽媽說起自己小時候跳皮筋的經驗，一條小小的橡皮筋，把村裡的孩子都連繫起來，「整條村的女孩子都會一起玩，雖然有時玩輸了會鬧脾性，但過幾天再把橡筋繩掏出來時，大家也會很有默契地『各就各位』了。」

## 橡筋圈裏的感情圈

岑艷欣說一起跳皮筋的經歷加深了她和兩個姐姐的感情，三人的年齡雖相差五年，興趣不盡相同，但跳皮筋卻恰巧成了她們的共同嗜好，三姐妹人數也剛好可以一起玩。有時候，岑媽媽更會跟女兒們一起跳皮筋，「那時媽媽上半天班，我們下課後，她便會跟我們三姐妹到公園去跳橡筋繩。」雖然岑媽媽的身手不及女兒靈巧，但透過運動打破話語隔膜，母女之間無所不談。



岑媽媽感歎越來越少人懂得跳橡皮筋，「現在的小孩子太『矜貴』了，已不會去玩這些簡單的活動，家長只會為自己子女報讀一系列昂貴的興趣班。」岑艷欣認為，跳皮筋使小朋友多接觸不同的人，而不像電玩遊戲般只對著一台機器。眼見跳皮筋逐漸沒落，她也為這種民間運動失去傳承而惋惜，「其實這種低成本的玩意更能體現創意。現今的玩具雖然品質很

# 跳皮筋

好，但使小朋友失去想像發揮的空間。」她認為，橡皮筋材料簡單，小孩子必須構思出不同的玩法，以增加難度和趣味，創意就得以培養；反觀電玩遊戲本身有完整的遊戲規則，小朋友動腦筋的空間便會減少。

香港教育學院體藝學系導師王莎指，跳皮筋很適合中小學生參與，這樣的活動要求小朋友多跳躍，又有不同難易程度，可鍛鍊身體協調能力，使他們更有爆發力。「你跳進橡皮繩的時候，你要把自己盡量縮小，跳出來的時候再把身體放鬆，這樣很能夠鍛煉全身。」

「內地的中小學，每節課後都有十分鐘小息，小朋友可以隨時拿橡筋繩出來跳跳，舒活一下筋骨；在香港，小孩在下午可能只有一個小息。」王莎認為，跳皮筋運動在香港沒落，跟香港學校的上課編排有一定關係。「上洗手間，喝喝水後根本做不了甚麼，甚麼活動都是需要時間的，香港的環境不容許這種運動發展。」

## 業餘協會 助民間運動發展

與跳皮筋類似，足毬也是一項特色的民間運動，但它近年能夠在香港足毬總會的推廣下發展得有聲有色，除了有足毬訓練班外，還舉辦一系列的足毬比賽。香港足毬總會訓練主任余海傑表示，「要推廣一項（民間）運動，必先成立一個業餘總會，這樣才能獲得政府資助，然後才能進一步去聚集志同道合的人。」他認為，跳皮筋運動很值得推廣的，因為它既沒有危險性，亦沒有年齡限制，而且可以鍛鍊身體，不似球類運動只專注訓練某些部位，「看著這運動逐漸被淘汰，還真有點可惜呢！」

## 橡筋繩織法



▲雙繩，把橡皮筋對半，一條套住一條，去到最後才打一個結，更易編織，而且不易斷開，比單繩更加耐用。



▲單繩，把橡皮筋在相疊位置打結綁住，用料雖較少，但質地較軟，容易斷開。



KODAK SAFETY FILM



## 沒有裁判的運動 極限飛盤

【本報訊】這是一項比足球、籃球更簡單的體育活動：不用龍門框，也不用籃框，更不用裁判，這就是極限飛盤爭奪運動。

記者、攝影：關據鈞  
編輯：黃健剛

飛盤即港人所認識的飛碟運動，由美國人發明，有傳其概念源自承載餡餅的金屬盤，現在比賽使用的飛盤多以塑膠製成，直徑20-25公分。玩法主要包括擲準或擲遠、計時賽、花式及極限爭奪(Ultimate)。

極限飛盤爭奪運動屬隊制活動，每隊七人，不分男女，但作賽雙方的性別比例要一致，而且賽例不容許有身體接觸，常見比例是五男兩女，或四男三女。比賽模式跟手球、足球接近，兩隊分別守衛己方半場，向對方底線進攻。

飛盤開出後，攻方隊員需在飛盤著地前以手接盤，接盤後只容許約行走兩至三步的減速步。持盤者只可以重心腳轉身，於十秒內傳出飛盤。守方隊員可以在沒有身體接觸下封阻持盤者的傳送，攻方隊員如在對方底線得分區接到飛盤便可得分。此外，這項體育活動的最大特色就沒有裁判，由選手自行裁決，若雙方無法達成判決，則會返回前一次傳盤前的狀況，重新進行比賽。

### 漸受港人歡迎

飛盤極限爭奪運動早在上世紀70年代已於美國快速發展，及後擴展至歐洲，2001年更被列作世運會項目，本港飛盤總會早在十多年前成立。

極限飛盤在本港發展初期，逾九成的參與者均為居港的歐美籍人士。現在，本地參與者的比率已由不足一成增加到超過四成。飛盤總會主席唐麗娟解釋，近年有很多來港工作的人轉到北京及上海發展，因此外籍參與者的人數減少。她又表示，對於目前港人參與比率已很滿意，但也希望有更多年青人參與活動。「我們正積極向大專院校推廣活動，但同樣受制於場地。目前只有中文大學成立了飛盤學會。會內有具經濟能力的在職人士，可以負擔出國比賽的費用，但就算學生無法出國比賽，外地的隊伍亦經常會來港比賽，而且我們亦不時舉行本地比賽，就算經濟能力有限亦不用擔心。」

飛盤總會的委員Kevin Mulvey介紹，這項運動最吸引之處，就是背後的體育精神。他說：「這是一項具有對抗性，卻沒有爭執的比賽，因為我們都以誠為本，能夠在沒有裁判下比賽，就算無法達成共識，亦可返回對上一個傳盤重新開始比賽。另外，比賽沒有身體接觸，無論男或女也可以參與，包容度很高。」他提到，亞洲區中，極限飛盤在菲律賓的發展最成熟，其次是內地，但內地的發展步伐很快，相信可以在短時間內爬升至亞洲內高水平位置。

### 男女同場競技 擴大社交圈子

現年28歲的陳先生最先在英國接觸極限飛盤運動，至今已超過十年。「當時我在英國留學，學校的宿舍舉辦了這體育項目，我就這樣開始認識極限飛盤，並愛上了這運動。返回香港後，我希望可以繼續參與這活動，因此自己找資料，發現香港也有這項活動，因此加入了飛盤總會。」他表示，直到現在仍然很喜歡這項運動，亦很高興香港有一班志同道合的人。

來自愛爾蘭的女獸醫，在香港居住超過十年的Shevaun表示，她是經朋友介紹下認識這項運動。「我喜歡運動，流汗令我感到更精神，不過這並不只是單單一項運動。由於男女可同場作賽，我可以認識更多不同的人，而且大家亦不時組織社交聚會，令我有更充實的生活。」

### 場地限制阻普及

雖然本港飛盤總會成立之後不斷推廣活動，但目前本港的飛盤爭奪運動仍在發展階段。唐麗娟表示，場地不足是發展這個體育活動的最大障礙，「極限飛盤只可在草地或沙灘等地面較軟的場地進行，但香港的草場不多，而且有其他團體租用；沙灘又禁止擲飛盤，根本不能與足球、籃球等活動（的普及程度）做比較。」她稱，飛盤所需要的器材及設施其實比上述體育項目還要少，只需一片草地及一只飛盤即可。

很多公共屋邨及私人屋苑都有足球場或籃球場，但卻沒有大面積的草地，即使有亦不會作體育用途。雖然場地不足，但唐麗娟表示政府亦努力地在有限的場地條件下盡量提供支援，「近年康文署都會為我們預留場地舉辦泛亞洲賽，令我們不用為場地而擔心，而且我們每周都能安排練習。」





陣，占卜塔羅牌等。不過，並非每人都深信不疑，看掌的張先生認為「測得就要信。」相反，黃小姐對占卜的結果則一笑置之，認為是玩玩而已。

在廟街擺攤多年的謝師傅認為，玄學非科學，有些東西是解釋不到，「占卜占卦是信則有，不信則無。」其實，命運有一半就掌握在自己手中。



# 八卦看掌尋神明





## 一命二運三風水

今天，人們對自己的命運、未來仍然充滿疑問，有些人一生順風順水，有些人卻「頭頭碰著黑」。玄學有云：一命二運三風水。有時候，香港人總會迷信一下，以風水填補自己對命運的不安感。

為找出自己的命運、改變自己的未來，大家可謂各施各法：走過廟街、黃大仙，總會見到很多人排隊「占卜睇相」，上香祈求神明庇佑；又或是擺出風水



# 展示型鬥魚

鬥美

鬥心機



(網上資料圖片)



【本報訊】千變萬化的顏色和鱗形，令展示型鬥魚在近兩、三年間越來越流行，成為不少港人的嗜好甚至專業。以往兩尾鬥魚要互相打鬥至死，現在則演變成鬥美，為人們帶來視覺享受。

記者：劉世達  
編輯：伍甄琪

鬥魚(Betta)原產於泰國，生長於東南亞的池塘及沼澤，這些野生鬥魚沒有鮮艷絢麗的外表，但卻擁有好勇鬥狠的性格，因此成了當地居民的消閒玩意。鬥魚的遊戲規則就如中國的鬥蟋蟀般，居民將兩尾雄性鬥魚放於同一器皿內，牠們便會激烈地互相攻擊撕咬，直至另一方死去。這是當時不少人眼中的一種極佳娛樂，後來更漸演變成賭博活動，為人們帶來收入。

鬥魚的顏色最初偏向灰暗沉悶，其後流傳到西方，有歐洲人研究繁殖不同鱗形和顏色的鬥魚，扭轉了牠們純為戰鬥而生的命運，因此市面上亦出現不少觀賞價值極高的展示型鬥魚。

## 花錢花心機 為繁殖完美後代

「中學時一次經過金魚街，看到鬥魚就喜歡上了。」展示型鬥魚（亦稱『展鬥』）發燒友Also坦言。雖然Also只有24歲，但已有七年飼養鬥魚的經驗，家中更飼養了多達數百尾展示型鬥魚。「養展鬥是一種目標的追求，每一次繁殖計劃都是一個考驗。」繁殖後代是飼養鬥魚的精髓，加上可塑性很高，因此每次成功繁殖理想品種時，均令Also感到無比的滿足。

為了可以繁殖更理想的魚種，Also不時到泰國等東南亞地區搜購新款的魚種，「魚的外表除了取決於基因外，後天的人為因素也非常重要。只有花過心機照顧牠們，鬥魚本身最好的一面才會展露於人前。」為向更高水平進發，Also花在鬥魚的支出更由以往的數十元，到現在花費100至200美元（約港幣775元至1550元），「曾經有一段低潮時間，覺得養得太多魚，很累了。但看見別人繁殖出漂亮的鬥魚時，我又再重拾動力。始終心繫『展鬥』！」

## 以魚會友 交流養魚經

飼養鬥魚除了是一種個人嗜好，還為世界各國的魚友提供一個互相交流和較量的平台。在世界各地，包括香港在內，每年均會舉行展示型鬥魚比賽，根據其美態、鱗形、顏色、體質等元素作比較，評審參賽者提交的「展鬥」。早前在印尼的國際比賽中獲獎的Also，認為比賽為他帶來成功感。「眼見手上的獎狀和獎牌，心情真的難以形容，這是一種肯定！」

香港現時有不少討論展示型鬥魚的論壇網站，不少魚友都會到該站互相交流養魚心得。身為論壇的管理員的Also稱，不時要解答網友的提問，「養魚令我學懂了很多，以自己的經驗替別人解惑，慢慢建立出自信。」



▲拿開間板，公魚便會「發怒」，也是牠們展示最美麗一面的時候。

「我覺得鬥魚千變萬化，比其他魚類更多變化。」30多歲的楊先生有兩年飼養鬥魚經驗，他表示在網上看見鬥魚的圖片時，就被其鮮艷顏色及漂亮鱗形所迷倒。本身有正職的他，為了讓更多人認識鬥魚，最近更自資開店，專門售賣泰國的展示型鬥魚。

「有些人喜歡拿自己的魚到魚店來，跟我和其他魚友分享！」楊先生笑言，在店內顧客和店主不只有買賣的關係，因為對鬥魚的熱愛，魚友們更經常互相交流養魚心得。

## 粗生粗養 易養難精

跟一般觀賞魚不同，鬥魚較為粗生，數天不換水、不餵食也沒有問題。而且牠們利用褶鰓呼吸，即使身處溶氧量極低的水裡，仍可游近水面直接呼吸空氣，維持新陳代謝。因此家中不需要添至任何的水族器材，簡單如利用一個洗淨了的玻璃瓶便可飼養鬥魚，而且其價格亦不高，最便宜的只需十元便可買到。

然而，要令鬥魚長期保持在最佳狀態，也要花上不少心機。「即使出外旅行數天，只要稍一不理，牠們就會『燒尾』了。」楊老闆稱，所謂「燒尾」，是指魚鰭因水質欠佳而出現穿孔或潰爛，是鬥魚身上常見的毛病。「定時吸走魚糧的殘渣及排洩物，是把『展鬥』養好的基本工作。」

## 展示型鬥魚品種

展示型鬥魚的品種五花八門，其中比較流行的有四種，分別為馬尾 (Veil Tail, VT)、冠尾 (Crown Tail, CT)、將軍 (Plakat, PK) 及半月 (Half Moon, HM)，屬於同一魚科，惟需透過背鰭、臀鰭及尾鰭的形狀來分辨。至於鬥魚的顏色，除了一般的單一純色，亦有大理石 (Marble)、金屬系 (Metallic) 及龍鱗 (Dragon) 等特別色系，一尾鬥魚更有可能同時具備多種色系配搭的特性，有千萬種組合可能性。

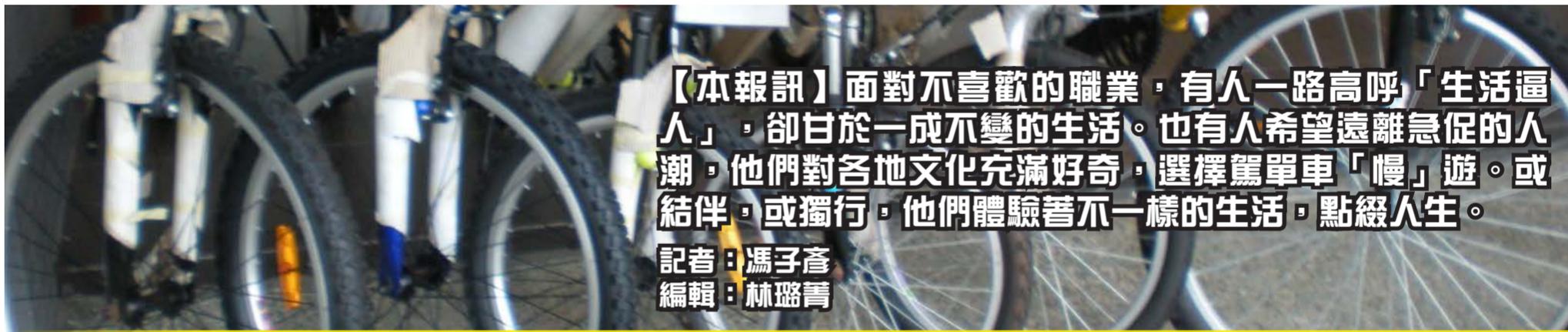


半月 (Half-Moon, HM)  
特徵：魚鰭特大，尾鰭展開時可達 180 度或以上。

冠尾 (Crown-Tail, CT)  
特徵：魚鰭形狀呈細針狀，尤如皇冠一樣。



將軍 (Plakat, PK)  
特徵：魚身較壯，魚鰭較細少，惟亦可能具半月的尾鰭特徵。



【本報訊】面對不喜歡的職業，有人一路高呼「生活逼人」，卻甘於一成不變的生活。也有人希望遠離急促的人潮，他們對各地文化充滿好奇，選擇駕單車「慢」遊。或結伴，或獨行，他們體驗著不一樣的生活，點綴人生。

記者：馮子彥  
編輯：林璐菁

## 單車慢遊 不一樣的旅遊方式

圓桌研究及教育協會總幹事林輝，對隻身的單車旅行情有獨鍾，他認為與朋友把臂同遊，不但會互相依賴，還難以脫離熟悉已久的香港文化。談起單車遊的緣由，他說在2007年10月於雲南巧遇一名從西藏拉薩騎單車而來的香港人，「他興高采烈地和我分享單車旅遊的趣事，激起我一嘗單車旅遊的滋味。」

香港人愛把行程安排得緊湊，許多景觀也只能匆匆而過。林輝表示，單車旅遊的特色在於「慢」，讓人細味感受與大自然的關係。「每次單車『慢』遊，你會呼吸著當地的空氣，感受大自然的變化如落雹，這份感覺實在難以言喻。」他還希望腳踏車子，遊遍東南亞等地方，「我對於已發展的國家不感興趣；相反，我對越南、泰國等地的文化認識不多，因此想藉單車『慢』遊，體驗當地文化。」

「人需要喘息的空間，去重新思考自己。以單車旅遊為例，從前我對所有事物抱著三分鐘的學習態度。不過單車旅遊讓我學會堅持，進一步認識自己。」林輝還提到，自己前往西藏，途徑滇、藏交界，遇到了一對從廣西踏單車過來的老夫婦。「他們跟我一樣，想以單車前往西藏。他們年紀老邁，卻有著與我一樣的決心，實在令我佩服不已。」

### 結伴同遊 隨遇而安

與林輝不同，社民連社區幹事楊國雄喜歡與同伴踩單車同遊。「一個人的單車旅遊會很寂寞，而且有著許多預計不到的

問題，結伴同遊除了能一起分享旅遊的喜悅，也能互相照應。」2003年於中文大學畢業後，楊國雄就帶著背包，乘火車到國內不少地方遊歷。在成都，他巧遇一名愛爾蘭人。「他用了九個多月的時間，從愛爾蘭踏單車過來。」與他閒聊過後，楊國雄便就地開始單車旅遊的體驗。

楊國雄坦言單車旅遊受到工作的限制。「一般的長途單車旅遊要花上至少一個月時間。上班族每年只有十多天假期，要安排長途單車旅遊又談何容易？」楊國雄享受短線單車旅遊，在訪問那天的前個星期，他跟隨單車旅遊會展開了三天的單車旅遊。「我們騎著單車，由深圳出發，遊歷國內不少地方，例如走訪過清遠、三水等地。」

楊國雄談及單車旅遊的心態時稱，要抱著隨遇而安、順其自然的心情享受旅遊。單車「慢」遊，就是以另一種方式體驗、感受生活。因此每次單車旅遊，他不愛作深入的事前準備或計劃。「要完成單車旅遊絕非易事。當你專注踏單車，不但能拼除心中的雜念，還可以磨練人的意志。因此任性的人很多時候會選擇放棄。」

「單車之友」負責人黃玉成表示單車旅遊越來越普及。「近年來，香港單車選手於比賽項目中接二連三獲得佳績，不少人因而開始留意與單車有關的活動。」



▲林輝往西藏途中的休憩地點雖然簡陋，卻是一次特別體驗。【受訪者提供】



▲經歷艱辛終於抵達業拉山口，林輝難掩興奮心情，與愛車合照。【受訪者提供】

### 做足準備 踏上單車行

單車旅遊是自助旅遊的一種。在踏上充滿刺激、趣味的旅途前，遊者需要為行程做足準備。首先，需要認清自己的能力：可以付出多少時間與金錢、想在旅程得到甚麼，這些都決定著旅程的長短。接著，需要為目的地搜集資料，可以從網上地圖找到路線的長短、交通和地形。另外，單車旅遊者的背囊裏應該備有地圖、相機、日用品、常用藥，以及足夠的食物和水，服裝以輕便為主。由於爆胎、滾軸問題在旅程中很常見，因此旅行者亦要對單車維修有一定的認識。



## 另類教育

# 助學生全面發展

【本報訊】為了迎合三三四新高中學制的全面發展，有學校提供刺激、有趣的課堂活動，如將學校天台改建為野戰場地，或增設海事課程，幫助學生學習書本以外的知識，但有學校亦表示這些另類設施開支大，因而難以維持。

記者：倪敏燕

編輯：葉嘉茵

### 資金不足 野戰場地荒廢

中華基督教會譚李麗芬紀念中學於1999年以廢車軌、舊壁報板等材料將學校天台改建成模擬軍事訓練場，並在天台側面安裝了膠板，防止子彈射到附近的住宅，或反彈到學生身上。學校也購入一系列野戰服飾和裝備，如頭盔、槍械等，更讓學生組成了野戰學會，體驗野戰的樂趣。該校是透過優質教育基金購入野戰裝備，課外活動主任申玉超指出，基金只批出兩年撥款，其後的費用需要學校自行負擔，使場地營運出現問題。「手套壞了，可以即時更換，但槍械維修需要時間和金錢。加上教改和新高中為教師帶來很多額外工作，野戰學會每次活動要花教師三小時，對教師有時亦感到吃力。」

由於教師人手及資金不足問題，該校於今年停辦野戰學會，只保留班際射擊比賽。曾參與野戰學會的學生伍德健坦言，對學校今年停辦野戰學會感到失望，「學校設有野戰場地很特別，活動亦可以訓練集中力，還引起了我對槍械歷史的興趣。」而另一名學生梁頌康也對停辦學會感到可惜，他認為即使保留班際射擊比賽，卻遠不及對戰形式富挑戰

訓練個人分析力，提升自律性。而老師與學生在活動過程中相處時間增加，感情自然有所增長，師生關係好，學生對學校歸屬感也會相對加強。」

### 師資支援不足 難吸引教師

有學校以廢料設置野戰場，亦有學校由於鄰近海灘，故設立水上活動中心。位於赤柱的香港航海學校，為方便學生進行多種水上活動，如滑浪風



▲水上活動有益身心，使一班學生從中找到真摯的友誼。

帆、獨木舟、帆船等，故設有水上活動中心。該校有大量水上活動用品，亦有近400萬的大型船具。而其初中課程每星期均設有「海事課」，希望學生透過嘗試不同的水上活動，啟發他們尋找其人生目標。該校滑浪風帆校隊隊長馮熹樞表示，初入學時對海事課很反感，但在課堂嘗試過後，現已完全改觀，他更代表學校甚至香港出外比賽。馮熹樞認為，「活動不單可以訓練體能，更可以學習團隊精神。」

香港航海學校水上活動中心經理陳玉華指出，這些另類活動的師資支援不足夠。「教育局規定老師最少要持有學士資格，但這類有專業海事教師資格的導師，在私人機構的工資卻是當教師的三至四倍，實在難以吸引他們從事中學教育工作。」

而香港航海學校校長夏展信亦指出，雖然教育局漸漸重視課外活動，但是支援仍然不足。由於活動器材主要由校董會自行籌款，資金不足至無法支付大型船隻的維修，亦未有完善的儲藏地，近400萬的大型船具被放在戶外或舊貨櫃內儲存。



▲以往學生在模擬軍事訓練場，進行隊戰的情況。

性。由於停辦了學會，平日學生是不允許到模擬軍事訓練場，場地未有任何作用，只有一堆車軌，野戰用具也被收起。

申玉超更表示，設立模擬軍事訓練場是希望滿足年青人對刺激的追求。「野戰最主要講求合作性、互相協調，需要互相補位。同時，學生也可以

## 支援有限 阻礙另類活動發展

教育局每年向學校發放「營辦開支整筆津貼」，但此項津貼是一筆過的資金，資助學校學術及課外活動，由學校自行分配。在「求分數」的學習氣氛下，大部分學校都將資源投放於改善學術，只有少部份用於課外活動。

香港教育專業人員協會副主席馮偉華指出，該會曾向教育局爭取，讓學校加設文職人員，以協助處理課外活動的行政工作，但進展不大，「老師負責教書，處理課外活動是額外工作，而教改和新高中學制的推行更加重教師負擔。」

教育局則回應，除政府所提供資助外，學校亦可從其他途徑獲得活動經費，例如向學會或活動小組成員收取會費、接受校外贊助等。而該局自2005年起，亦先後向學校發放多項津貼，包括「教師專業準備津貼」、「高中課程支援津貼」、「多元學習津貼」等，讓學校在籌備新高中課程時增聘教師、教學助理及添置器材。



【本報訊】盧振邦，你可能不認識這個人，但一個平平無奇的名字卻隱藏了無比信心與堅持。他現在是一間音樂學院裡的總監，擁有強頑鬥志的他戰勝了癌細胞，更深信自己將有一日能成為跨國集團的總裁。或許將來真的有一天，全世界也會認識他。

記者：彭家騰  
編輯：鄭嘉慧

## 平凡人 說夢想

盧振邦是良坊音樂學院的總監，他一直希望能將流行曲藝術化，並把學院規模擴大，同時他還嘗試涉獵其他方面的生意，如製作公司、模特兒公司等等，希望能創出自己的一片天，將事業推至另一個高峰。

### 要成功 先要敢「想」

很多人認為夢想是不切實際的，但盧振邦卻認為，「想」是達至成功的一個重要階段，如果連「想」也沒有，便不用奢想能成功了。

「你渴望自己有多少時薪？」他經常問別人，但得到的答案總是遠遠低於他的想像。「你認為時薪五千元是很多嗎？想而已，為甚麼連思想也要受局限？我想將來有一億元時薪，也許你會覺得是天方夜譚做不到，但只是想而已，或許有天我真的能做到……」他又引用《富爸爸窮爸爸》一書，「人是應該要有慾望的，有慾望才會有推動力，慾望是甚麼？就是剛才所說的『想』，連想也不敢想，談何成功？」

很多人會認為時薪一億元是奢望，但在盧振邦看來，只要你去做，那便不是奢想。「本來我也是零，即使我的慾望達成不了，我也只是零，所以我是不會輸的，必贏！」他所談的，無非是另一版本的「本來無一物，何處惹塵埃？」但他同時認為夢想與奢想只是一線之差：「只要做任何事前謹慎清楚，『想』是絕對沒有問題，除非誇張得認為不停跳就可以飛上天，或者賭錢可以致富，這些才是不切實際的奢想，已不是單純『慾望』這麼簡單。」

### 和癌細胞談天

然而，雄心壯志的盧振邦在零八年年尾，發現



▲盧振邦於2008年中表演歌唱時相片。

自己患上了睪丸癌。長期病患者因病厭世，選擇自殺了結生命的新聞時有發生，但他不但沒有放棄與病魔抗戰，更以異於常人的樂觀態度接受治療，更因不想打亂時間表而堅持上班。「我一星期不上班會牽連很大，所有學生都會因我缺席而要停課，加上他們的歌唱技巧大多不穩定，若果停練一段時期，要再練起來會更費工夫。」

可惜癌症並不是感冒，盧振邦大約每三星期便需要入院一次，接受每次為期五天的化療。當時，受病魔折磨的他除了入院的五天及回家休息的兩、三天外，其餘時間都堅持上班。這種不健康的

## 「連想也不敢想，談何成功？」

的行為，令別人以為他是瘋了，但他卻深信自己能戰勝病魔，更認為上班是最正常不過的事，自己絕對承受得來。

「我躺在醫院接受化療時，只想著一件事——和癌細胞談天。我對它們說『走吧！我死了你們也會死，何苦要留在我的身體內呢？對大家也沒有好處。』」這樣積極樂觀的心態，最終令他成功「勸走」病魔，康復過來。

### 願正面影響世界

「我最希望能夠做到的，就是成為一個對世界有正面影響力的人。」他認為，只要能夠攀到這一點，他的事業就可算成功。即使現在，他也堅持對身邊的學生循循善誘，也藉著讓他們協辦及策劃一些活動，訓練他們各方面的能力。

一份堅持，加上敢於夢想的態度，能否令盧振邦實現理想，讓他成為世界上一個有正面影響力的人？或者看完這篇專訪後，能令人頓時得到一點啟發，明白一些道理，那麼他已經成功了一大步。

(網上資料圖片)



### 歌唱老師 黃霑同門師兄弟

盧振邦自幼跟隨梁日昭老師學習音樂，可謂黃霑的同門師兄弟。於2002年獨自創立了良坊音樂學院，教授粵語及國語流行曲的歌唱技巧，至今累積學生人數約近四百人，不時獲邀到不同地區演出。

歌唱是盧振邦的「老本行」，他認為看書有助了解歌曲裡蘊含的情感，「有時候，你未必經歷過歌詞內所提到的事，但你可以藉著身邊朋友或者書中的一些類似經歷，來模擬他們當時的感受，那便較容易掌握歌曲的感情。」盧振邦喜歡看書，認為可以學到很多道理，「一個人不可能有這麼多經歷，故此汲取別人經驗就是最快的學習方法，而其中一個最快的途徑便是看書。」





# 小丑醫生 以生命 影響生命

【本報訊】在每個星期一的下午，蔡慧煌（Dr. Amy）穿上掛有不同的裝飾白袍，手上拿著的一些變大了的探熱針、針筒、探聽器等玩具，來到廣華醫院的兒童病房「註診」。小朋友看到這名「醫生」也不會感到害怕，皆因她是一名小丑醫生，每星期也為患病兒童帶來無限歡樂。

記者：李慧怡  
編輯：楊素婷



小丑醫生，雖不是真正的醫生，但亦不是只懂表演雜技的小丑。現時香港共有六名小丑醫生，而本身任職社工的Dr. Amy就是其中的一位。每逢星期一下午她也會到廣華醫院的兒童病房義務「註診」，每次大約三小時。Dr. Amy表示，絕不可看輕這三小時的威力，她會透過不同的方法，如話劇、魔術、講故事等，把快樂帶給住院兒童，減低他們對治療的恐懼。「我們期望每次可以接觸每位病人五至十分鐘，不論是聊天、玩遊戲或做小手工，都希望令小朋友感到受重視、受尊重。」

## 一腔熱誠 兼任兩份工作

Dr. Amy任職社工14年，她表示，社工能夠「以生命影響生命」，一直都喜歡這份工作，可惜，有時候心情卻很沉重。「社工要24小時候命，有來電便一定要聽，因為不知道是甚麼人需要我的協助。」而且，社工的工作需要與時間競賽。「面對一些年青人，看到他們可能會被拉進黑社會，要長期跟進他們，嘗試拉他們回頭。」她亦曾經看過有些社工給自己太大壓力，最後放棄當社工。她認為只要自己已經盡力，問心無愧便可以，「所以要減壓，需要釋放壓力，否則便會有挫敗感，很容易會放棄。」

在一次偶然的機會下，Dr. Amy認識了在小丑醫生公關公司任職的朋友，覺得小丑醫生的理念很有意義，於是參加了面試，經過約一年的實習後，便投入工作。Dr. Amy坦言，小丑醫生這份工作確實為她添加不少壓力。「當時剛做小丑醫生時常擔心表演的魔術、玩意會有用完的一天，害怕小朋友覺得悶。」但當了四、五年小丑醫生後，其中一位長期病童對她說，「這些玩意其實我都玩過，但不要緊，有你陪我玩就好了。」她才明白到，用甚麼工具、玩甚麼玩意，其實並不重要，最重要的是令小朋友開心，減低他們對治療的恐懼，令他們感受到關心。自己最重要是享受過程，而不是看成一份工作去完成。現在，當小丑醫生反而成為她減壓的方法。「你會感受到，當面對小朋友時，雖然他們不是你的上司，卻很希望讓他們開心。」

## 記下每個承諾 把握探訪機會

每位小丑醫生都只會專責到一間醫院服務，跟長期住院兒童建立了朋友的關係。「雖然小丑可以帶歡樂給別人，但小丑醫生也是人，難免會有傷心的時候。」在九年小丑醫生生涯中，Dr. Amy曾經經歷過兩位病童的離逝。最深刻的一次是她收到一封電郵，一位哥哥希望小丑醫生可以到醫院，探望一下快將18歲生日的妹妹。「當時覺得這位哥哥對妹妹真的很好，所以我決定到醫院，探望他的妹妹。」想不到，那位哥哥其後寫信來道謝，他在信中寫道：「妹妹終於笑了，我很久沒有見過她笑，很感謝你們。」一年後，Dr. Amy寄了一張聖誕卡給那位哥哥，慰問妹妹的情況，而他回信說妹妹已經離開，「不過他仍然很感謝我曾經來過逗她笑，而且希望小丑醫生的服務，可以繼續下去。」

這次的經歷令Dr. Amy更了解到自己的角色，「無論是當社工或小丑醫生，做任何事都要「及時」，因為病人是等不到的。」Dr. Amy亦表示會記下曾經承諾過小朋友的每一件事，因為她認為答應了小朋友的事，便一定要辦到，否則便沒有了誠信。「任何事錯過了，便不能回頭。若今天我不去探訪病童，或許下一次他可能已經離開了。」

## 與家長互相支持

由於有些家長不理解他們的服務，加上長期照顧患病的子女，心情會較差，起初也會很抗拒他們，拒絕小丑醫生與子女聊天。「他們通常都說：你們會嚇到小朋友，不要行過來，他不會玩的！」當面對這種情況，Dr. Amy都不會強逼他們，先到其他病床與小朋友玩遊戲。當家長看到其他小朋友玩得開心，而醫護人員亦幫忙解釋小丑醫生的工作後，了解到她並沒有惡意，便會放下戒心。

「有次看到有位媽媽，沒精打采似的，應該是很疲累。雖然我幫不上忙，但我仍衷心地安慰她。」當那位媽媽聽到Dr. Amy的一句：「媽媽要照顧小朋友真的很辛苦呀！」，立即眼泛淚光，差點哭出來，因為她知道有人明白她，大家的關係也因此變好了。「現在的家長不會拒絕我，還會問候我一句『辛苦嗎？』」短短的一句問候，對Dr. Amy來說卻是一份支持，也是一份成果，「小丑醫生不需簽約，著重個人奉獻精神，只是依靠個人的付出。」

# 小丑醫生招募 困難重重

小丑醫生服務由瑞士菲奧多拉基金提供，是兩位兄弟為紀念和延續母親生前致力推動病童服務的遺願而組織，並於1996年於香港推廣小丑醫生的服務。小丑醫生屬義務工作，需每星期定時到負責的醫院服務，為病童帶來歡笑，減輕他們對治療的恐懼。該組織希望培訓更多小丑醫生，以協助拓展服務到其他醫院，然而大部分港人未能抽出時間擔任這項長期服務，令小丑醫生的招募工作變得困難。現時，小丑醫生更因豬流感原故，除了於大口環根德公爵夫人兒童醫院的兒童病房「駐診」服務未受影響外，其他醫院的服務已由本年五月起暫停。