

今日出位價
ONE DAY SPECIAL

全年最抵價

每盒

\$108

4星期改善73%

美國製造

強效版

亮目丸



信心保證

美國製造 GMP PASS 專科會專線: 8102 6798 ZINO 藥企: 專業藥師 聖德中心 沙田康復中心門診 Herbal Medicine: Biomolecular and Clinical Aspects, 2nd edition, Boca Raton (FL): CRC Press, 2011, Chapter 4 *以上所有圖片只供參考 產品最終零售價為各零售店訂

「舞出自療 Dance Empowers People」 協青街舞劇宣揚精神健康

協青社 Youth Outreach (YO) 積極發展非一般文化平臺，以街舞為媒介，讓參與街舞活動的學生能增強正面情緒。去年，協青街舞劇 YO Dancical《一念之間》以精神健康為主題，演出及效果得到學界一致好評。YO 今年獲得周大福慈善基金捐助，向學校推廣為期三年的「《一念之間》校園正向心靈先導計劃」，此計劃以街舞作為輔助平臺，透過學校巡迴街舞活動及個人成長訓練，推廣青年人精神健康，提升學生的自尊、抗逆力及正面價值觀，並建立良好人際關係。參與計劃的學生更有機會參與大型演出，踏上 YO Dancical 的大舞台。

「YO Dancical 2019」榮譽項目統籌及執行監製暨哈學校顧問紀文鳳表示：「今年的劇目為《一念之間：無懼》，承接去年《一念之間》的精神，以推廣青年人心理健康為主軸，青年人透過街舞表達心聲，並宣揚舞出自療、擁抱生命的訊息。」而資深臨床心理學家及 YO 榮譽臨床心理顧問盧陳清亦指出：「透過發展青年人的性格優勢 (character strengths) 如毅力、洞察力、團隊合作等，可改善心理素質、有助成長。從初步研究中指出這類非側重於學習表現之平台，例如 YO 街舞培訓有助青年人建立正面的自我觀、提升自信心和解決能力，並且改善人際關係。」

活動：周大福珠寶呈獻 YO Dancical 協青街舞劇 2019 (公開場：籌款活動)

票價：\$200、\$120、\$80 (憑票入場)

日期：4月13日(周六)

時間：7:30pm至9:00pm

地點：沙田大會堂演樂廳

*門票現於城市售票網公開發售。扣除開支，全數撥捐 YO 作高危青年服務發展之用。



Ryan欣賞玩具背後的故事



幼童玩具設計師Paul精心收藏08年代的玩具

社會學家說，玩具歷史正反映當時社會為兒童賦予的定義。譬如說，幾十年前香港沒有「兒童」，只有「小大人」，童年幾乎沒有玩具，只靠自行炮製、射碼子、跳橡筋繩、打嘍嘍筒，未幾為幫補生計就已經走入工廠做童工。(文：阿果；圖：香港電台)

直至七十年代，「兒童」概念在香港慢慢成形。政府用宣傳和政策教導平民：兒童不是大人，不應長時間工作，且要接受教育。同時，真正為兒童而設的塑膠玩具興起，香港的孩子開始玩槍、飛車、煮飯仔，父母為子女開闢「玩具櫃」，嘗試令他們有個快樂童年。

今天香港兒童玩甚麼？走進港鐵車廂，你或會看到小孩和父母各自低頭玩手機；行入餐廳吃飯，你會遇到兒童捧着一大塊平板電腦，不願放手……很多人說，這個年代的香港小朋友愈來愈幸福，但這種幸福通常建基於物質、科技之上。

幸福只建基於物質上？不過也有很多人在嘗試不同的路。例如Natalie，既是全職母親，又是撰寫育兒心得的blogger，她的兒子自小不太喜歡玩現成玩具，「每次有新玩具，以為佢會好開心，但最多玩十分鐘就唔玩。」

怎麼辦？Natalie惟有投其所好，留意到兒子開始對街上的車感興趣，就用大紙皮箱替他製作一架有軚盤、有水撥的士；察覺到他喜歡模仿大人煮飯，又索性闢出客廳一角，為他DIY一間「廚房」，結果自此孩子一早起身就在廚房默默「工作」。

留意兒興趣 投其所好 又例如創意工作坊導師Benny，平日教小朋友做手作，親手設計屬於自己、天馬行空的玩具，「每個小朋友都有自己的idea，無一件作品是一模一樣，我覺得是無價的。」她教育8歲兒子Earnest的方法亦一樣，除了帶他到工作坊做小老師，平日還跟他一起創作玩具，例如Thanos的寶石手套、消防車燈籠等。這些玩具，Earnest都愛不釋手。「你陪佢一齊做，這就是大家的記憶，不只有玩具的價值。其間有溝通、互動，同佢一齊玩，這是好值得珍惜的。」Benny說。還有人開設



Benny在創意工作坊中與小朋友說故事

還我孩子玩具童年 只迷玩手機漸失創造力



Natalie為主持Karen介紹家中的私家的士

社企「再生玩具店」，既回收、修補舊玩具，又辦工作坊，希望小朋友製造自己心儀同時又好玩的玩意，例如用紙皮造一台獨一無二的彈珠台。

「再生玩具店」引發興趣 創辦人Paul形容大人很多時候會忽略小朋友自己的想法，而現成玩具有時又會限制了孩子的想像，親手造玩具就不同：「無說明書，小朋友就可以自己創作這個遊戲的玩法，並有習慣、動機，把平時隱藏的想法都說出來，從而學懂怎樣表達。這對小朋友很重要。」

要孩子快樂 不一定花錢 说到底，玩具貴不貴重、高不高科技，可能都不是最重要。「大家都用物質想去令小朋友開心...但無這些玩具的時候，是否就等於他們童年不幸福、不開心呢？社會經常會造成了這錯覺。」Paul說，要孩子快樂，其實可以十分簡單：「不一定需要用金錢買，其實你給多點自由、彈性、空間，他們可以想到很多天馬行空的方法去玩。」香港家長聽嗎？



《香港故事—尋優探品》 播出時間：星期六晚9時 港台電視31/31A 港台網站tv.rthk.hk及流動程式RTHK Screen視像直播及提供節目重溫。(本集於3月16日播放)

全日本最暢銷的淨血神物! 健康食品通販市場 売上7年連續日本一!

「日本血通」有血通！右三高！打通血脈！全身暢通！

清血の王

日本製造 原裝進口

日本血通 BLOOD CLEARING

促進血液循環

- 促進血液循環 年輕血管
- 有助血管暢通 排除毒素
- 有助於身體健康

適合關注血壓、血脂、血糖的人士服用 血圧、血中脂質、血糖を気にする方に適する

60粒入 日本製造

距離血通火熱價還利

watsons 獨家發售 顧客服務熱線：2152 0882

此產品沒有根據《藥劑法》及《毒藥條例》或《中醫藥條例》註冊。為此產品作出的任何聲稱亦沒有為藥行註冊而受評核。此產品並不作作診斷、治療或預防任何疾病之用。