



恪守「Work Hard! Play Hard!」原則，城中活動表演、名人飯局、展覽開幕，逢請必到，逢到必早！



馬會主席周永健博士(持證書)及身旁的本地著名摺紙藝術家陳柏熹，與參加者慶賀創下「最大規模的摺紙課」健力士世界紀錄。



表演K-pop舞蹈的「入伍登陸」人士與主禮嘉賓，包括馬會主席周永健博士(後排左八)及勞福局局長羅致光(前排右八)大合照。

同樂齊學 跨代留足印

在早前的復活節長假期，Jessie參與馬會社區活動「同心同步同樂日」，在沙田馬場及彭福公園留下了不少足印。今年同樂日主題是「同樂齊學 跨代共融」，現場有超過70項寓教育於娛樂的遊戲和活動，馬會藉此連結社區，宣揚「我做得好」的正面精神，鼓勵大家持續進步。

同樂日焦點活動，不得不提千人同創「最大規模的摺紙課」的健力士世界紀錄。在場逾千名參加者，在香港著名摺紙藝術家陳柏熹帶領下，親手完成1,073朵摺紙花。健力士世界紀錄評審員Louis Jelinek即場確認刷新世界紀錄，並隨即頒發證書。

原來今年是馬會連續第五年在同樂日創下健力士世界紀錄。正如馬會主席周永健博士所言，這五年間，參與的總人數有五千人，希望有關體驗可以繼續激發潛能、鼓勵持續進步。馬會行政總裁應家柏則希望透過學習，連結不同年齡人士，在學習過程中分享喜樂，推動共融及互相尊重，並希望可與整個社會同心同步同進，共創更好未來。

坐言起行，馬會於同樂日公佈四個慈善項目，分別為「賽馬會『長幼情』跨代共融計劃」、「賽馬會『獅子山傳者』口述歷史戲劇計劃」、「聖雅各福群會賽馬會『入伍登陸·快閃動』」及「賽馬會『童夢者緣』劇場計劃」，目的透過跨界別協作，加強長者與社會的連繫，以及鼓勵不同年齡人士彼此尊重，互相認同及合作，致力推動跨代共融。



一家大小在同樂日參與「復活蛋獵人」等應節遊戲



沙田馬場今個馬季慶祝40週年，同樂日特別展出別出心裁的沙田馬場馬匹亮相微縮模型。



昔日的「逆流」少年。



重建後的北潭涌度假營早前舉行開幕儀式。

拒絕再「宅」 戶外眾樂

「獨樂」不如「眾樂」。想當年，我們的長輩，沒有手機沒有板腦，很多個週末，與家人朋友走到郊外投入大自然，感受群體活動的魅力，享受人與人接觸的樂趣……

射箭、繩索、獨木舟……入住度假營是當年不少人的週末首選節目。大家輕裝上陣，即可來一趟兩日一夜的本地小旅行。今次介紹位於西貢的「保良局賽馬會北潭涌度假營」，設有多元戶外及室內玩樂設施，包括：彈床、滾軸溜冰、單車、獨木舟、登山徑、兒童遊樂場等，大人小孩相信都可以玩得盡興。

該度假營於1979年啟用，早前完成重建工程，獲馬會捐助逾8,700萬元，增設宿舍、運動場及相關配套設施，鼓勵本地運動發展。其中，營內的賽馬會運動場，以最新第四代人造草鋪設，可用作足球、曲棍球、欖球等訓練；至於兩層高的賽馬會大樓，設有52人住宿營舍、公眾更衣室連浴廁配套，為營地使用者及運動員提供更好的住宿設施。增設的無障礙設計，讓傷健人士得以一同在營地內參與活動，推動共融。

度假營是一個適合一家老少的消閒好去處，同時鼓勵大家多做運動，特別是具創意的群體活動，紓緩情緒壓力及強身健體之餘，尤其有助青少年提升社交能力。

年輕人，是時候拒絕再「宅」了。



繩索，從前今日都是年輕人至愛。



是你嗎——當日的彈床BB?



滾軸溜冰在80年代會盛極一時。



周松崗爵士(右二)聯同署理政務司司長黃錦星(右三)、香港藝術節協會副主席盧景文教授(左二)、行政總監何嘉坤(右一)，及香港展能藝術會副主席鄭嬋奇(左一)主持「無限亮」開幕儀式。

天生我才 藝術共融

藝術世界，無限可能。Jessie早前欣賞了視障音樂家丁怡悅的小提琴獨奏會，對她可以克服學習困難而有所成就，十分感動。這個獨奏會是馬會慈善信託基金聯同香港藝術節協會，早前聯合呈獻全新「無限亮」計劃的其中一項節目。計劃透過舞蹈、劇場、音樂等節目，以及連串教育和社區活動，以藝術探索及推廣共融，為不同能力人士提供享受及參與藝術表演的機會。

為令傷健人士更容易接觸有關表演，部分節目提供粵語口述影像、手語傳譯、劇場視形傳譯等服務，十分貼心。

開幕儀式的主禮嘉賓之一、馬會董事周松崗爵士表示，「無限亮」讓不同能力的藝術家在舞台上展現才華，同時讓觀眾在無障礙的環境下欣賞藝術。馬會近年積極推動「青年」、「長者」、「體育」，和「藝術、文化及保育」四大慈善策略範疇，回應社會需要，促進社會的持續發展，致力為香港注入藝術文化活力，豐富生活，推動創意共融。