

灣仔

◆ 鄭寶鴻

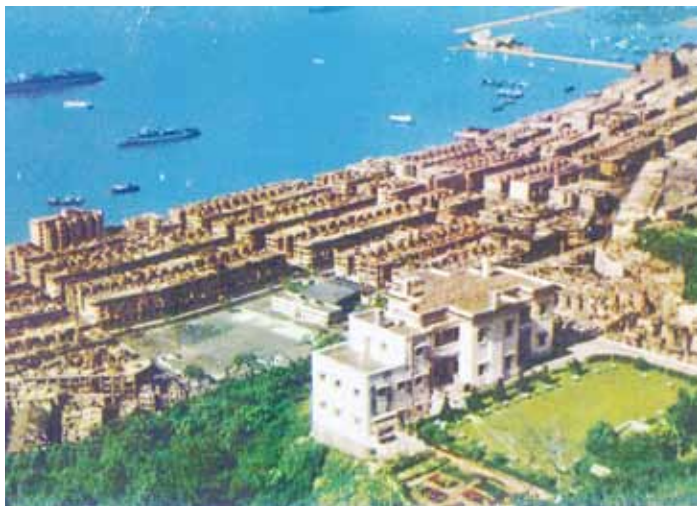
自 早期名為「下環」的灣仔，名稱源至這區的一小海灣，經過數次填海後，小海灣已消失。開埠初期，灣仔的地



● 由灣仔海旁東(莊士敦道)望銅鑼灣，約 1915 年。



● 剛通車時的紅隧，1972 年。



● 修頓球場及典型的灣仔唐樓，約 1955 年。



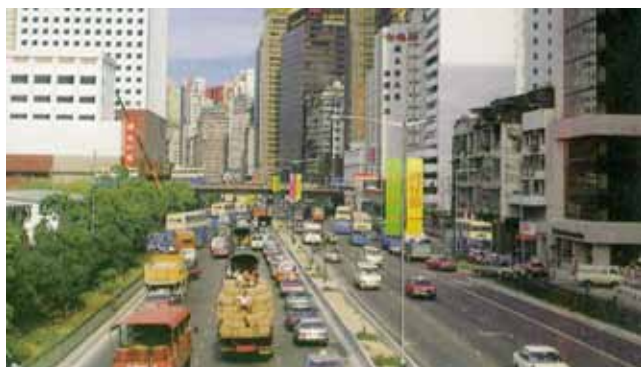
● 約 1978 年的告士打道，右方現為中環廣場左中部的大廈，現為大新金融中心。



● 銅鑼灣避風塘，約 1962 年。



● 由杜老誌道西望灣仔，約 1985 年。



● 1988 年的告士打道，左方為華潤大廈。

標為洪聖古廟及現石水渠街中間的石水渠，接近莊士敦道的石水渠街，早期的名稱為「清溪里」。石水渠泉水的另一出口處為春園街，此街的「春」，實際是「泉水 SPRING」的誤譯。早於 1910 年代，有一「香港戲院」在皇后大道東春園

街旁落成，於 1970 年代連同附近樓宇，建成合和中心。1921 年，當馬將摩厘臣山夷平，在灣仔莊士敦道及軒尼詩道對出海面填海，於 1930 年完成，新填地上開闢包括駱克道、謝斐道、告士打道、分域街

及馬師道等多條新馬路，並在此闢一新「市肺」修頓球場。1963 年，灣仔再進行填海，在新填地上曾舉辦數屆工展會。稍後，包括大東電報局、中環廣場、法院及稅務大樓等在此興建。

1972 年 8 月，灣仔至紅磡的海底隧道通車，亦另一地標的堅拿道明渠亦被蓋平以建前往海隧的幹道。1980 年代初興建的會展中心落成後，灣仔的重要性與中環比起來，是不相伯仲的。

「歷奇先驅訓練」令退休生活綻放更多可能性

◆ 蔡文泰

退 休一兩年後，每天有大量的時間，大家有否試過百無聊賴、躺在家中沙發看電視，或是每天遊逛一式一樣的商場？這樣，個人才能和經驗就漸漸被埋沒了！其實，退休後的生活仍然可以有許多可能性，這些可能性能令生活變得更充實、更精彩和更有意義！

聖雅各福群會「創齡·樂匯」於 2014 年開始舉辦「歷奇先驅訓練」計劃，這計劃有別於一般的歷奇活動，參加者除了嘗試不同形式的個人或團隊合作活動之外，更有機會接受成為歷奇助理導師的訓練。在完成訓練計劃後，可以協助策劃及帶領歷奇活動，培養及發揮一己潛藏的領導能力和個人經驗，以歷奇活動服務其他

人士，對象包括：學童、青年人或長者等等，實在非常有意義！

新手或會對歷奇活動有所疑問：作為一位退休人士，是否有足夠力氣應付有關活動？答案是：「歷」奇活動不是「力」奇活動，不是純粹單靠力氣進行，多元化的活動體驗，給予參加者成功經驗，繼而把經驗轉化至日常生活中，達至個人學習和成長，活動著重團隊的合作性和團隊精神。「歷奇先驅訓練」計劃是切合退休人士的活動，活動經專人設計，讓參加者能體驗歷奇活動的樂趣及延展服務他人的精神！

曾參加「歷奇先驅訓練」計劃的阿榮表示：「與其他成員的共同協力下完成很多看來不可能的任務，

增加自信之餘，導師亦安排機會讓我們服務年輕一輩，帶領他們參與活動，分享個人經歷。當聽到年青人對我說多謝的時候，我很滿足。我認為計劃可以發揮退休人士的長處，實在很有意義。」

「歷奇先驅訓練」計劃歡迎

50-65 歲準退休或已退休人士參加，參加者須進行面試。完成整個訓練及評審合格後，可取得由中國香港挑戰網陣協會發出的低結構技術證書，並協助策劃及帶領最少五次的歷奇活動。有興趣者，可致電：2596 2719 查詢及報名。

「歷奇先驅訓練」

- 日期：**2015 年 9 月 10 日至 2015 年 10 月 15 日 (逢星期二及四，共十堂)
- 時間：**上午 10 時至下午 1 時
- 地點：**灣仔堅尼地道 100 號 9 樓
- 內容：**第一階段：進行多元化的歷奇訓練，內容包括帶領技巧、解說技巧及團隊合作。
第二階段：協助策劃及帶領歷奇活動。
- 費用：**\$500
- 報名：**2596 2719