

VR 漫遊凡爾賽宮

馬會慈善信託基金第12年成為法國五月的合作夥伴，於四月至七月初支持一系列精彩的藝術節目及教育計劃，當中焦點節目包括全球首個及唯一官方，以世界文化遺產凡爾賽宮為主題的巡迴展覽「虛擬凡爾賽宮之旅」。

「虛擬凡爾賽宮之旅」透過360度超高清全景映像、互動裝置和特設的手機應用程式，向觀眾展示凡爾賽宮最著名景點，如鏡廳、法式園林和瑪麗·安托瓦奈特的寢室等，讓訪客在新舊交替間重新想像傳承與未來，並以全新面向探索凡爾賽宮及其珍品，帶來非凡體驗。



虛擬凡爾賽宮之旅

日期：即日起至7月9日（逢週二休館） 地點：香港文化博物館專題展覽館3-5

網址：
https://www.heritagemuseum.gov.hk/zh_TW/web/hm/exhibitions/data/exid277.html



培育「新 collar」

近年職場流行以「新領」(new collar)一詞，來形容現今業界渴求的技術人才，他們可以協助僱主應對科技一日千里的新時代。由馬會慈善信託基金捐助及策劃的「鼓掌——創新教育歷程」多元出路計劃項目，是一個由浸會大學、業界和本地中學三方協辦的創新教育歷程。

現時此計劃共開辦資訊科技及創意媒體兩個科目。參加學生將踏上貫穿中四應用學習至高等文憑的一條龍學習歷程，課程內容由行業翹楚提議，浸會大學設計及教授，再由中學在教學上為學生提供支持。他們在修畢高等文憑後，除了可以選擇升讀學士課程，亦可以選擇就業，成為各行業爭相聘請的「新領」人才。

計劃早前邀請了兩位嘉賓分享求學時期的經歷，以及學習軟技能，例如求知慾、毅力、積極性、領導能力、協作和溝通等的重要性，並鼓勵參加者不斷學習，於逆境中找出路。歡迎收看。

「鼓掌——創新教育歷程」

網址：
<https://www.youtube.com/@clap-techpathway4395>



改善痛症靠太極

不少香港人被痛症纏身，馬會慈善信託基金撥款助中大醫學院賽馬會公共衛生及基層醫療學院，開展為期三年的「賽馬會痛『正』能量計劃」。計劃旨在建立非藥物痛症管理模式，可廣泛應用於基層醫療並推廣至社區，並將數碼資源應用於慢性痛症管理及治療上。

計劃提供健康資訊及教授痛症管理知識和技巧的影片，讓使用者在家亦能進行鍛煉及治療。當中包括網上簡易太極班，有興趣的人士無須預先報名，只須於指定時間加入網上會議室，由太極師傅即時遙距教授太極動作，學習如何強化肌肉關節，舒筋活絡。



賽馬會痛『正』能量計劃——簡易太極網上班

日期：逢星期三 時間：上午9時至10時

Zoom 連結：
<https://cuhk.zoom.us/j/94470656839?pwd=d2l2VHEyZDh0M256S21iQ04zcTZ5UT09>



計劃網址：
<https://pain.sphpc.cuhk.edu.hk/>



賽馬會「樂天心澄」靜觀校園文化行動

網址：
www.jpanda.hk/videoaudio



從靜觀改變人生

在繁忙的生活中，靜觀是一個選擇，讓人抱著開放、好奇和接納的態度去留心當下發生的事，學會靈巧地與生活中的起伏苦樂相處，從而提升身心健康。

由馬會慈善信託基金捐助、香港大學社會科學學院開展的賽馬會「樂天心澄」靜觀校園文化行動，旨在校園推廣靜觀文化。計劃製作了一系列影片，讓不同年齡的人士都可以觀看並學習靜觀文化，例如《靜觀心理學》透過腦神經科學去講解練習靜觀的好處。

練習靜觀可以改變大腦的結構及運作，幫助做決定、提升注意力和不易受情緒影響。到底練習靜觀改變了大腦哪些地方，令我們有以上改變？而靜觀又如何協助我們活在當下，減少焦慮擔憂？立即看片！