

# 目錄

	006	前言			
	008	序一 中大副校長（研究）、卓敏生物醫學講座教授岑美霞教授			
	012	序二 中大研究及知識轉移服務處處長徐仲鏌教授			
<b>創意思維</b>	<b>第一章</b>				
	018	01. 「酵母」建築師談中大創博館創作理念，引領本港社區設計項目新嘗試 梅詩華 香港建築中心主席			
	032	02. 文物館館長談知識轉移，倡跨學科戰略合作 姚進莊 中大文物館館長			
	046	03. 「做人最緊要有動力！」 DNA 草藥鑒定先驅分享教研灼見與創業心得 邵鵬柱 中大生命科學學院教授			
<b>環境保育</b>	<b>第二章</b>				
	058	04. 建築與鄉村連線，共創真實感動 鍾宏亮 中大建築學院副教授			
	068	05. 微藻專家極地探險，實現環保商業雙贏 何建宗 香港極地研究中心創辦人			
<b>社區共融</b>	<b>第三章</b>				
	082	06. 於華語地區首創預設照顧計劃，願所有人都可安享晚年 陳裕麗 中大醫學院那打素護理學院教授			
	094	07. 跨越商界與社企，情繫基層服務改變生命 魏文富 香港社會企業總會理事			
	106	08. 言語治療專家打開溝通之門，「語聲」鏗鏘創社會迴響 李月裳 中大耳鼻咽喉—頭頸外科學系言語語言病理學專業應用副教授			
	118	09. 社工學者伙智障人士共融共創，推 APP 規劃自主人生 黃敬歲 中大社會科學院社會工作學系高級講師			
			<b>身心健康</b>	<b>第四章</b>	
			132	10. 遺傳病學者 30 年堅持科研路，研 AI 溝通工具破解罕見病無聲苦難 陳浩然 中大生命科學學院教授	
			144	11. 「操肌教授」推運動科學社企，倡活出幸福生活 沈劍威 中大教育學院副院長（本科課程）	
			156	12. 「南丁格爾」首創手部護理社企，重啟中風人士慢下的手 盧海珊 中大醫學院那打素護理學院副教授	
			168	13. 宗教心靈教育學者「三劍合璧」，促進青少年及社群心靈健康 周惠賢 中大文學院文化及宗教研究系高級講師	
					<b>生活文化</b>
			182	14. 一鍵千里走進 VR 世界，「打機教授」談電子學習與 Outdoor Museum 莊紹勇 中大教育學院學習科學與科技中心總監	
			192	15. 新傳講師談新媒體時代，初創打造獨特品牌體驗 張適之 中大新聞與傳播學院客席講師	
			202	16. 白帽駭客修補網絡安全漏洞，冀機構與公眾提升防範意識 周思驍 中大工程學院信息工程學系助理教授	
			212	知識轉移學生大使感言	
			216	筆者感言	
			218	附錄一	
			220	附錄二	

# 第一章

Creativity

創意思維

邵鵬柱

姚進莊

梅詩華



Creativity

創意思維

梅詩華  
香港建築中心主席

## 「酵母」建築師談中大創博館創作理念，引領本港社區設計項目新嘗試

01

社區設計 (Community design) 由社區規劃師、建築師、政府及社區成員共同參與，增進各方了解社區的需求及挑戰，挖掘社區街坊的多元見解，共創社區建設。日本社區設計界先驅山崎亮指出，社區設計並非新概念，早在 20 世紀 60 年代，歐美的都市計劃專家就已經提出。他進一步將其細分為社區設計 1.0 (為社區設計的公共建築)、2.0 (與社區一起建設公共建築) 與 3.0 (與社區一起建設生活方式)。他推崇的社區設計 3.0 「不侷限於設計公共建築，而是以讓大眾聚在一起、展開對話為目標，並一同構思他們想要如何一起生活」。

近年來，本港大力推廣創業，中大創業生態的氛圍愈發濃厚。2019 年 7 月，創業基地創博館 (InnoPort) 建成，裝潢設計日益豐富完備，影響力不斷提升，是中大師生、校友共創的成果。不同機構、社企在 InnoPort 已舉辦超過 3,200 場活動，包括學生初創公司的產品介紹會、各類創業比賽、跨學科合作論壇及研討會等。

創業 10 年，走過高山低谷，香港建築中心主席、InnoPort 設計師、中大建築學院校友梅詩華 (Sarah) 與我們談及 InnoPort 的設計理念，也分享社區設計的經歷與心得。

### 「One Bite at a Time」

2014 年，Sarah 成立設計公司一口設計工作室 (One Bite Design)

Studio)。市面上設計公司會派出設計師直接開始設計，不過在 One Bite，大家更著重持份者可以參與的過程，所以往往由跨專業成員一起出動，和大家一起設計自己的地方空間。Sarah 認為，設計不能一步登天，沒辦法一次就讓人滿意，所以「one bite at a time」（一次一啖）就夠了，之後可以慢慢累積經驗，爭取更多預算，實現更大的社會影響（Social impact）。這也是公司名稱的由來。「每個項目都是一 bite，這一 bite 會讓大家一起品嚐設計，『試一啖』就會有得著，到第二個項目就變『大啖』些，再之後再『大啖』些。到了第五六個項目的時候，除了影響到一個 client（客戶）之外，也帶動 industry（業界）的其他 clients 一起思考。」

One Bite 的團隊人才濟濟，來自不同背景：建築專業、社區參與、策展管理等等。帶領團隊接手一個接一個項目，Sarah 形容自己在不斷調整心態，協調團隊的願景。從中她也磨練了自己許多軟技能，比如溝通能力，讓靈感充實自己，成為工作動力。

### 「我好似社區的酵母」

社區設計師的工作是什麼？遊走在政府相關公共機構、非牟利組織、社區團體、周邊發展商、小型企業、設計師、研究團隊之間，Sarah 由心出發，收集各人的願望，學習透過不同的語言，以溝通促成不同持份者的互相理解。



上：由 Sarah 與拍檔二人創業，到現在管理 30 多位同事，她坦言並不容易：「與人溝通，其實是要學習怎樣去聆聽大家背後需要的東西。」（圖片提供：一口設計工作室）

下：Sarah 由心出發，深入社區，了解不同持份者的想法。（圖片提供：一口設計工作室）

與創業家一樣，社區設計師的質素比資歷更重要，對持份者沒有歧視和觀念上的偏見。他們具好奇心和同理心去理解所有事實和經歷、抱持開放和樂觀的態度、積極想像未來的願景。他們勇於實驗，不斷嘗試，接受失敗並從中學習；熱衷於與伙伴合作，實踐綜合思維；承諾走進並深入社區，琢磨社區營造的智慧，而不是只待在辦公室裡。

Sarah 形容自己是社區設計中的酵母：「酵母幫助發酵，完成了之後就只有好香的麵包，但酵母已經不見了。我們參與不同項目，落不同社區，永遠都只限於一段時間。我們希望可以在過程中 connect（連結）到大家。雖然酵母會消失，但是空間會繼續承載未來，繼續向前走。我們很願意同有心單位一起合作，盡力建立連結，焗好每個麵包。」

Sarah 喜歡與不同年齡、背景的街坊交流，傾聽他們的心聲。「大家說的好似一樣，但其實都不同的。究竟大家覺得什麼叫好玩，什麼叫 timeless（永恆），設計師就可以同大家一起 create common ground（建立共同基礎）。設計師也能幫忙 translate（轉化）他們的想法，他們就能進一步 empower（賦能）這個計劃。」

每個社區的設計，應該是居民共同參與的過程。這樣的理念，讓我們想起由 Sarah 參與設計的另一個項目華富大廳：一個集資訊、悠閒、活動為一體的綜合性公共空間，也是一個讓人們可以停下腳步、找到片刻安寧的棲息之所。在這裡，居民可以參與由非牟利機構組織的工



上：由小時在華富邨長大的少數族裔藝術家 Rida 與街坊攜手打造的藝術畫（圖片提供：ORKTS）

下：一口設計工作室伙拍社區伙伴（Partnerships for Community Development），合辦深水埗植物圖書館（Community Plant Library）。（圖片提供：一口設計工作室）

作坊，獲取最新的重建資訊，甚至在藝術畫布上描繪對華富邨的憧憬。

Sarah 和她的團隊通過一幅幅畫、一塊塊展板、一個個模型，回顧華富邨的悠久歷史，更幫助居民理解重建的過程。大廳內部區域的展示板提供詳盡的四步重建資訊，居民不僅可以了解計劃進度，還可以直觀地看到新屋邨的未來樣貌。

設計是一門平衡天馬行空與實際情況的藝術與挑戰。Sarah 講述社區設計項目中的許多挫敗，她積極與不同單位溝通，落力推動項目。

「有人說『不行，因為什麼什麼』。有人就說『好需要，因為什麼什麼』。大家的 why（為什麼）一定會有些 common ground（共同基礎），但是中間會有不同程度的 compromise（妥協）。社會參與時要堅持項目的 transparency（透明度）。我不會承諾說『你們說什麼我們就能做到』。大家都知道需要溝通。比如有的事情在建築上做不到，我就會說：『我們都好想這樣，但可能材料上真的不行。』」

## 從中大到社區

Sarah 從中大畢業走進社區，團隊的足跡遍佈全港社區，項目包括屯門兆禧苑遊玩空間天台項目、華富大廳等。團隊經研究發現，在地少人多的香港，公共屋邨其實有 20 幾萬呎天台可以改造利用。「香港就這麼



位於上環的《壹屋計劃》透過生活化主題「衣、食、住、行、分享」及簡單的設計元素，改造臨時空間以配合不同類型活動的需要，連結閒置空間及社區。（圖片提供：一口設計工作室）

大，有時候就只有窗外這一格天空，設計師可以設計出令大家愉悅的環境，讓大家願意往窗外望，就已足夠了。」

每次說起屯門兆禧苑遊玩空間天台項目，Sarah 也難忍在鏡頭前，流露出內心的激動。有一次，她偶然得知，大學同學的家人之前就住在那個屋苑。同學又驚喜又感動：「沒想過，從自己家的窗口看出來，原來會是這麼漂亮的！」

這次的設計，更加堅定她做社會項目的決心。「每一個項目的小小感動，都推動我們繼續思考：香港有多少空間可以做這樣的設計？我們會想像



屯門兆禧苑遊玩空間天台項目完成後成為熱門打卡點，以及電視劇《季前賽》拍攝取景場地。充滿活力的設計既鼓勵男女老少多做運動，也在有限空間實現多功能利用。（圖片提供：一口設計工作室）

慢慢累積『一啖一啖』，可以 advocate（倡導），為什麼我們不能做更多呢？」

## 一個建築師的誕生

為何從事設計？Sarah 談起自己在中學選修通識教育科時做了與建築相關的研究，激發了她對建築學的興趣。

「我覺得建築好有趣，建築是可以接觸到我們每一日生活，同時也涉及城市發展，串連歷史與文化，過去、今日與將來。因為一個建築，它真會留在這裡很多年，可能幾十，甚至到 100 多年的時間。我們如何可以給不同年代的人都享受到建築帶來的樂趣，或者帶來的生活體驗？建築幫助我們理解身邊的環境，大到一個城市的發展，小到每個人的生活質素。」於是，喜愛畫圖、數理的她考入中大建築學院，畢業之後又到英國倫敦大學巴特利特（The Bartlett School of Architecture）建築學院進修。

剛開始修讀建築學，Sarah 就被其工作量震懾。「建築其實是考驗你是否需要耐性！開學兩三個禮拜，已經要做功課做到好夜。」但她非常喜歡建築學的學習模式，享受與同學之間的交流。「沒有一個學科是不需要考試，每日只是畫公仔、砌模型、講話、閱讀。」讀書之餘，Sarah 也心繫社會，一放假就去做義工，奠定了她在未來工作中保持貼地的風

格，追求拉近人與建築設計的關係。

## 源於 InnoPort

讀書年代時，Sarah 常常經過 InnoPort 的前身博文苑（Inter-University Hall）。博文苑曾為崇基學院的教職員宿舍，由本港設計師范文照匠心打造，其中建築的毛石外牆是中大早期建築的獨特風格（崇基學院禮拜堂、牟路思怡圖書館等建築也保留此元素）。建築的精緻與有趣給 Sarah 留下了深刻的印象。

InnoPort 保留博文苑的原有建築，修改的則是室內的佈局與設計。Sarah 提到：「其中一個想法就是『打返開佢』。如果令一個學生願意來，或者大家願意來做事，首先要有空曠感，有多點位置讓陽光進來。這是那時候我其中一個好深刻的想法。」每一層都有自己的主題色調，如 G 層是藍色，1 層是黃色，2 層是綠色。Sarah 希望用家來到 InnoPort 能在每一層獲得不同的感受，也能辨別出自己在哪裡。

設計完工後，Sarah 也以主講嘉賓的身份參與了許多在 InnoPort 舉辦的活動。再次見到自己的作品，Sarah 驚喜地發現樓梯的牆上多了許多塗鴉。2019 年，中大學生走進 InnoPort，在共融共創的氛圍中，參與內牆塗鴉的設計。「我最鍾意 InnoPort 的設計，反而不是我自己的，而是樓梯的塗鴉（由 WePaint 菁然社企創作）。這個空間有種生氣，



上：Sarah 首次接到來自母校中大項目，先設計了伍宜孫書院的創意實驗室（c!ab），又改造了 Cafe330（原坐落於 YIA 1 樓）的佈局。InnoPort 是她在中大的第三「bite」。（圖片提供：受訪者）

下：博文苑的毛石外牆（圖片提供：ORKTS）



上：InnoPort 樓梯牆上的塗鴉，使空間充滿生命活力。Sarah 深情寄語：「希望大家能繼續營造這樣一個 free space，讓大家可以創業，或嘗試一些理念。我覺得大學是一個適合大家做 experiment 的地方，just try it。我相信中大的同學、老師、校友都能一起繼續做好這件事。」（圖片提供：ORKTS）

下：一口設計工作室策展的西貢海藝術節 2023 榮獲「2024 新加坡好設計標誌獎項（體驗設計）」（Singapore Good Design Mark）及「2024 金點設計獎標章（整合設計類別）」金點設計獎（Golden Pin Design Award）。藝術節結合西貢海的歷史、文化、古蹟、自然景觀和藝術品。（圖片提供：一口設計工作室）

令每個人都可以投入其中。」空間不應該是一成不變的，InnoPort 會因應用家需要，改變間格和用途。

麵包的製作工序中，發酵只是其中一環。控制適宜的溫度、濕度、時間，把控酵母、麵粉與水的分量，一塊蓬鬆、風味獨特的麵包才有機會誕生。

初創的幼芽在中大接連萌發。InnoPort 通過提供場地與資助，令中大創業生態愈來愈成熟。InnoPort 超越實體的建築與設計，已經成為中大「創新」、「社創」、「創業」等概念的標誌。Sarah 樂見 InnoPort 的成長，也希望後來者再創突破。「我期待從師弟師妹身上學到東西。」

社創的種子在香落地生根。社區設計及建設引起愈來愈多市民關注。居住空間有限固然是問題所在。社區作為大家「延伸」的家，通過合理設計與利用，既促進了市民的參與，也增加了社區的活力。遠至西貢海藝術節，近到各屋苑，Sarah 將繼續在社會創新之路上探索前行。