

Reach  
Out with  
Our  
Hearts

新生入宿指南  
Red Hall Freshmen Guide  
2013/14



2013

Welcome Freshmen!

# 新生們， 準備好迎接來年的宿舍生活嗎？

Freshmen, are you ready for your hall life?

衣著 Clothing

衣服 Clothes

褲子 Pants

內衣褲 Underwear

襪子 Socks

衣架 Hanger

寢具 Bedding

拖鞋 Slippers

棉被 Quilt

床單 Bed Sheet

枕頭 Pillow

枕頭套 Pillow Case

吹風機 Hair Dryer

食物用品 Utensils for Food

零食 Snacks

杯碗 Cup

湯匙 Spoon

筷子 Chopsticks

抹布 Rag

煮食工具 Cooking Tools

生理用品 Sanitary

衛生紙 Tissue

毛巾 Towels

沐浴乳 Body Wash

洗髮露 Shampoo

牙膏 Toothpaste

牙刷 Toothbrush

衛生品 Health Products

日常用品 Daily Utensils

電腦 Computer

手機 Phone

鬧鐘 Alarm

充電器 Charger

雨具 Rain Gear

文具 Stationery

常用藥品 Medicine

個人物品 Personal Items

身分證 Identity Card

學生證 PolyU Student Card

護照或通行證 Passport

提款卡 ATM Card

八達通卡 Octopus Card

一顆熱枕的心 A Heart

# 目錄 Contents

**02** 新生準備物品 Prepare Items

**03** 目錄 Contents

**04** 格言及舍監的話 Motto and Warden's Message

**05** 舍監及導師 Warden and Tutors

**06** 宿舍樓層圖 Hall Floor Diagram

**07** 宿舍設施 Hall Facilities

**08** 重要規則 Important Rules

**09** 興趣小組 Hall Clubs

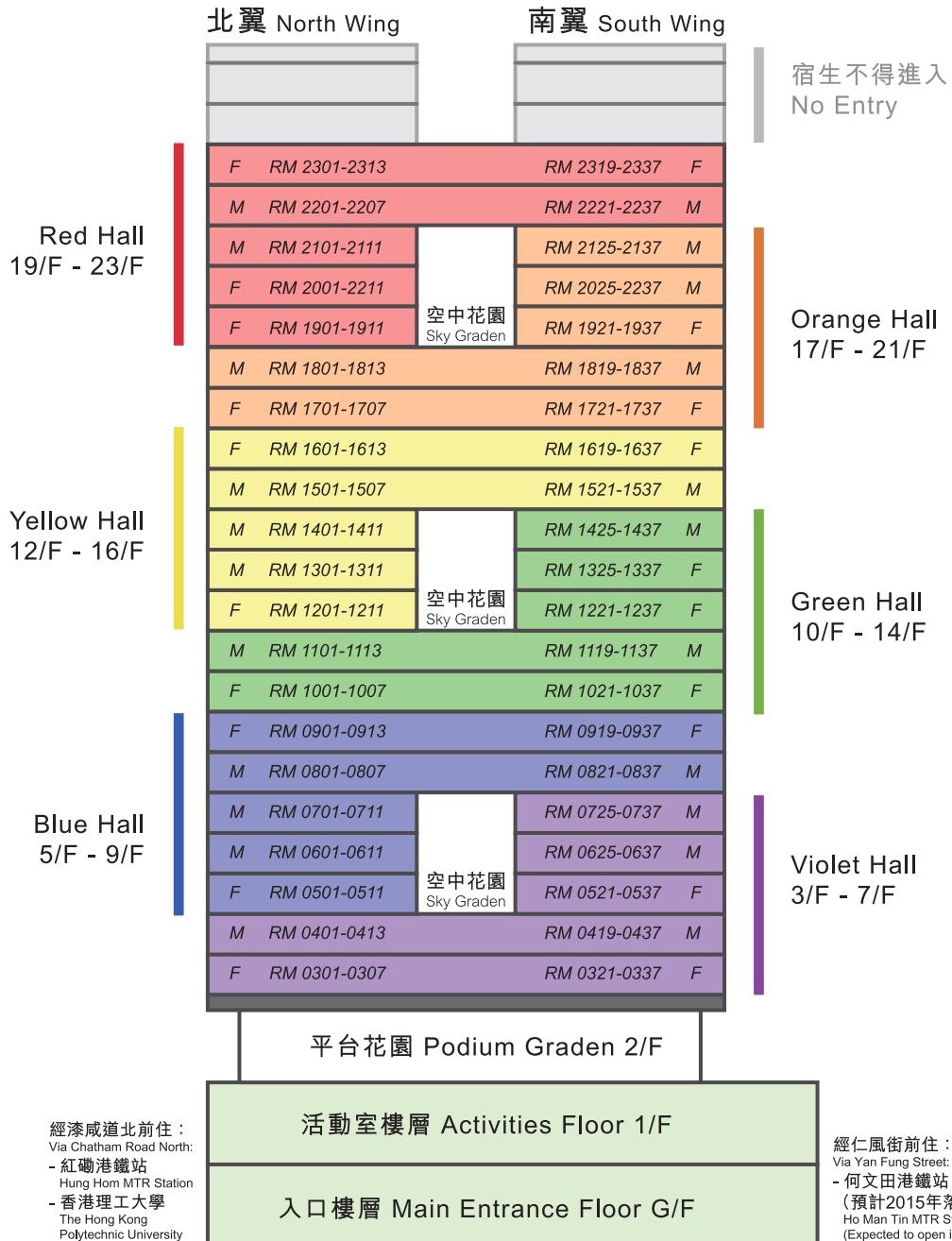
**10** 舍堂活動 Hall Activities

**12** 深夜食堂 Recipes

**14** 紅磡地圖 Hung Hom Map

**18** 常用資訊 Useful Information

# 圖 | 宿舍樓層圖 Hall Floor Diagram



經漆咸道北前往：  
Via Chatham Road North:  
- 紅磡港鐵站  
Hung Hom MTR Station  
- 香港理工大學  
The Hong Kong  
Polytechnic University

經仁風街前往：  
Via Yan Fung Street:  
- 何文田港鐵站  
(預計2015年落成)  
Ho Man Tin MTR Station  
(Expected to open in 2015)

# 論壇 | 宿舍設施 Hall Facilities



## G/F: 大堂接待處 Reception

宿生可預約活動室或作其他查詢。



## G/F: 餐廳 Canteen

學生餐廳由 Maxim's Catering Services 供應膳食。



## 0104/0105: 鋼琴室 Piano Room

宿舍設有兩個鋼琴室，方便宿生練習。



## 0112: 遊戲室 Games Room

遊戲室設有 PS3、XBOX 360 等器材，讓宿生有機會彼此娛樂一番。



## 0113: 樂隊室 Band Room

樂隊室擁有專業樂隊器材，宿生可在此處盡顯音樂才華。



## 0114: 桌球室 Snooker Room

桌球室設有英式桌球供宿生切磋。



## 0115: 舞蹈室 Dance Room

舞蹈室空間寬敞，宿生可在此練習舞蹈。



## 0119: 展覽廳 Exhibition Hall

舉行大型舍堂活動的主要場所，宿生亦可作此練習乒乓球。



## 0120: 多用途室 Multifunction Room

多用途室在考試期間會作為自修室以容納更多使用者。



## 0121: 自修室 Study Room

自修室二十四小時開放，宿生可在此處溫習及列印文件。



## 0122: 靜思房 Quiet Room

靜思房提供一個空間予不同信仰的宿生進行祈禱。



## 0123: 健身室 Fitness Room

健身室提供跑步機等健身器材，讓宿生可有鍛鍊身體的地方。



## 2/F: 平台花園 Podium Graden

二樓平台花園是一大型戶外空間，宿生可於此處盡情呼吸新鮮空氣。



## 19/F: 空中花園 Sky Graden

空中花園是一個半戶外空間，連接兩個舍堂，同學可在此互相交流。



## 21/F 及 23/F: 熨斗 Iron

宿舍亦提供熨斗予宿生熨平衣物。



## 洗衣機及乾衣機 Washer and dryer

宿舍各層均設有一至兩部洗衣機及乾衣機，讓宿生可清洗衣物。



## 廚房 Kitchen

宿舍各層設有煮食工具及微波爐，讓宿生可以烹調食餚。



## 學生中堂 Common Area

宿舍各層設有學生中堂，讓宿生能交流相聚和舉行舍堂活動。



## 休憩間 Sitting Area

宿舍各層的尾端為小型休憩間。



## 房間信箱 Mailbox

宿舍各層的學生中堂設有房間信箱。



## 套間客廳 Suite Living Room

套間設有雪櫃予宿生冷藏食物，同時亦讓不同房間的宿生能夠交流。

備註：部份宿舍設施需要宿生在出席指定課程後或擁有指定資格方能使用，詳情請參閱：<http://www.polyu.edu.hk/hall/>。

Note: Some facilities require students attending specific course or having qualifications. For details, please check PolyU SAO HMS website.

# 圖 | 重要規則 Important Rules



- 01.** 在24:00至07:00私隱時段內，不得在異性房間或套間逗留  
No visitors of opposite gender are allowed to stay in residents' rooms / suites during Privacy Hours between 24:00 and 07:00
- 02.** 在火警演習期間，不得在宿舍內逗留  
No remaining on the hall premises during fire drill
- 03.** 不得不當地使用學生證取得非法權限進入宿舍或宿生房間  
No improper use of PolyU cards for gaining illegal access to hall premises and residents' rooms / suites

若發現違反上述規則，該宿生將在沒有事先警告的情況下立即終止住宿及：

The violation of the rules above will result in immediate termination of residency without prior warning, with associated consequences:

(i) 剩餘的宿費將被沒收；

Any remaining hall fees to be forfeited.

(ii) 被禁止進入所有學生宿舍一年；

The resident be barred from access to halls for one year.

(iii) 在餘下在學期間不得申請住宿。

The residents be barred from applying for halls for the remaining study period.

注意：本頁僅列出部分規則作參考之用。有關更詳盡之香港理工大學學生宿舍（何文田）的宿生規則，請參閱學校宿舍網頁：  
<http://www.polyu.edu.hk/hall/>。

Note: This page lists only part of the rules for reference purposes only. For more detailed rules, please check PolyU SAO HMS website.

# ♣ | 興趣小組 Hall Clubs



## 藝術小組 Artwork Club

小組歡迎所有熱愛藝術的朋友加入，定期舉辦藝術活動及展覽，分享美的情感與創作體驗。

Welcomes all who love arts to join us. Art events and exhibitions will be held regularly to share art view and experience.



## 樂隊小組 Band Club

小組歡迎所有有意在音樂上追求卓越的朋友加入，組成樂隊，同時與校內外的音樂團隊進行交流與學習。

Come and join us to form a band! There are chances to communicate with different music group inside or outside the university.



## 桌上遊戲小組 Board Games Club

透過桌遊，可以訓練人的思考、聯想和判斷力。我們以遊戲會友，增進宿生間的感情。

Through board games, people can train their thinking, association and judgment. We can also enhance our relationship with residents by playing board games.



## 烹飪小組 Cooking Club

喜歡與宿生分享美食，共同交流烹飪下廚的樂趣嗎？

Do you love to share delicious food with residents? There are chances to share your cooking experience and have fun.



## 社會服務小組 Social Service Club

小組會以由心出發，關心和服務社會上的弱勢社群。

This is a group that reaches out with our hearts to serve the under-privileged groups of our community.



## 體育小組 Sports Club

這裡有讓你有一展身手的大好機會，充滿運動細胞的你不能錯過！

There are great opportunities for you to show your sports talents!



## 指導計劃 Mentoring Program

計劃架構分為三層：負責人、學長和學員。學長為去年的宿生，透過負責人的支持下，關懷和支持今年入住的新同學。

This is a 3-tier relationship-building network among hosts, mentors and mentees. Mentors (from upper year hall mates), who are supported by hosts, serve to befriends and to support the mentees (new students).

# 舍堂活動 Hall Activities

一齊食個  
入伙飯!



We are  
family!!



美女雲集  
Red Hall!



Warden 仲會同  
我地一齊食飯



最好玩梗係  
Red Hall啦!



Red Hall全人  
關懷社群!



整湯圓?  
難唔到我地!



喂! 想點先?!



到底謎底係咩呢?



係 Red Hall,  
又有得食又有得玩!

唔好跌呀!!





# ■ | 深夜食堂 Recipes



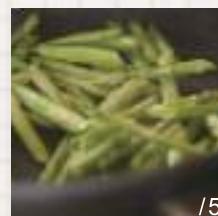
## 松茸炒蘆筍蝦仁

### ■ 材料

乾松茸	50克
蝦仁	200克
蘆筍	200克
鹽	2克

### ■ 蝦仁醃料

中式料西	2湯匙
胡椒粉	1/4茶匙
鹽	2克



### ■ 做法

- 1/ 將乾松茸浸泡於清水內，然後瀝至全乾。
- 2/ 準備蘆筍，切去根部後，再切成3厘米長段。
- 3/ 蝦仁醃10分鐘。
- 4/ 鑊內加入少許油，以大火加熱，放入蝦仁炒約2分鐘至半熟，離鑊。
- 5/ 於同一鑊內，放入蘆筍快炒，以鹽調味，炒勻。
- 6/ 放入松茸及蝦仁，炒約2分鐘至蝦仁全熟，上碟。



/1



/2



## 雞蛋小蝦餅

### ■ 材料

乾松茸	50克
蝦仁	200克
雞蛋	2個
蔥（切碎）	20克
雞粉	1/4茶匙
白胡椒	1/4茶匙
糖	1/4茶匙

### ■ 做法

- 1/ 在碗中將蝦仁和所有調味料混合攪勻。
- 2/ 高火再油鑊中加熱適量，放入一勺蝦和雞蛋的混合物，煎至餅成型。重複此動作至用完所有材料。



/1



/2

### ■ 材料

叉燒（切碎）	200克
雞蛋	2隻
蔥（切碎）	20克
芝麻油	1茶匙
鹽	2克
煮熟白飯	1碗

### ■ 做法

- 1/ 蛋打入碗中，加入芝麻油和鹽攪勻。在鍋中高火加熱適量油，加入叉燒炒香並呈微微棕色，約需時3分鐘。
- 2/ 轉為小火，加入雞蛋慢煎，直到變成蛋餅。將白飯盛入碗中，鋪上滑蛋餅，撒上適量蔥花。

食譜資料提供者 Recipes provider: DayDayCook

# 紅磡地圖 Hung Hom Map





## 外送熱線 Delivery Hotline

10. 麥當勞 McDonald's  
紅磡家維邨家廉樓地下上層19-20號舖  
2338 2338 (24小時 24-Hours)
11. 肯德基 KFC  
紅磡黃浦花園第11期聚寶坊B3號舖  
2180 0000
12. 必勝客 Pizza Hut  
紅磡黃浦花園第2期時尚坊地下10A號舖  
3180 0000
13. 薄餅博士 PHD  
紅磡蕪湖街111號蕪湖居地下D號舖  
2111 1234
14. 芝脆雞 Cheese Pizza  
紅磡青州街  
2330 3810
15. 板長壽司 Itacho Sushi  
紅磡黃浦花園第2期時尚坊地下G6B號舖  
3766 3766

## 快餐及小食 Fast Food And Snacks

16. 大快活 Fairwood  
紅磡家維邨地庫2-4號舖
17. 時新快餐店 Si Sun Fast Food  
紅磡黃浦街1A號
18. 嫣咪雞蛋仔 Mammy Pancake  
紅磡黃浦街2A號
19. 美味佳  
紅磡寶其利街2號
20. 豪大大雞排 Hotstar Large  
紅磡蕪湖街70-74號

## 廣東菜 Cantonese Food

21. 生記茶餐廳  
紅磡老龍坑街13號
22. 蒙麵車仔麵  
紅磡必嘉街83A號
23. 翠苑海鮮酒家 Jade Palace Cuisine  
紅磡馬頭圍道23-35號隆基大廈地下及1樓

## 潮州四川菜 Chaozhou And Sichuan Food

24. 新忠記打冷小菜館  
紅磡寶其利街8號
25. 川粵米線大王  
紅磡黃浦街22號
26. 新川美食  
紅磡必嘉街93號黃浦唐樓C104舖

## 日韓菜 Japanese And Korean Food

27. 韓點 Hon Dim  
紅磡寶其利街59-67號寶威大廈地下2號舖
28. 風神壽司刺身 Friend's Food Sushi  
紅磡必嘉街83號地下
29. 一本鐵板燒 日本料理  
紅磡蕪湖街185-187號
30. 元氣壽司 Genki Sushi  
紅磡德康街6號黃浦新天地地下G36舖

## 火鍋 Hot-pot

31. 老坑火鍋 Old Man Hot Pot  
紅磡曲街25-31號
32. 一品雞煲火鍋 The Great Restaurant  
紅磡民泰街35號
33. 雞俠皇 Chicken King  
紅磡蕪湖街78號A

## 甜品 Dessert

34. 潤一潤甜品屋  
紅磡湖光街1-7號聯盛大廈10號F
35. 糖蓮子 Sweet Tooth  
紅磡蕪湖街68號光明閣地下D舖
36. 芝麻綠豆甜品屋 Zimaludau  
紅磡民泰街16號B

注意：地圖及以上資料在付印時所載各項均力求準確，如有錯漏，  
俱以各有關方面之公布為準。(08/2013)

Note: Map and information contained in this book is deemed to be  
correct when going to print. (08/2013)

# Red Hall Jacket!

全新外套 // 耀目登場

原價 \$100

現售 \$80



// Details Check



# | 常用資訊 Useful Information

## 常用電話號碼 Useful Telephone Numbers

宿舍部門 (何文田) Hall Offices (HMT)	電話號碼 Phone No.	服務時間 Services Hours
宿舍管理組 Hall Management Section (HMT)	3996 2000	08:30 - 23:00
設施維修 Repair and Maintenance	3996 2077	08:30 - 23:00
保安控制室 Security Control Room	3996 2099	24 小時 Hours

## 常用電話號碼 Useful Phone Numbers

緊急求助 Emergency call	999	紅磡分區警署 Hung Hom Police Station	3661 1638
香港理工大學 HKPU	2766 5111	香港理工大學學生會 HKPUSU	2766 7024
大學保安中心 Campus Security	2766 7666	學生事務處 SAO	2766 6800
大學醫療保健處 Uni. Health Service	2766 5433	大學牙科診所 Dental Services	2330 9414
大學中醫診所 Integrative Health Clinic	2766 5553	大學眼科視光學診所 The Optometry Clinic	2766 5225

## 公共交通查詢 Public Transport Enquiry

九龍巴士 KMB	2766 5111	城巴 City Bus	2873 0818
新世界第一巴士 First Bus	2136 8888	香港鐵路 MTR	2881 8888
香港國際機場 Hong Kong Airport	2181 8888	學生乘車優惠計劃 Student Travel Scheme	2993 3350
的士聯合報失 Taxi Union Lost Report	2385 8288	交通投訴組 Transport Complaints	2889 9999

## 政府部門 Government Departments

香港政府一站通 GovHK	1823	入境事務處 Immigration Department	2824 6111
學生資助辦事處 SFAA	2802 2345	香港天文台 Hong Kong Observatory	1878 200

## 巴士路線資料 Bus Routes Information

信用街	目的地	途經地區	目的地
7B	紅磡碼頭	何文田	樂富
8	尖沙咀碼頭	旺角、油麻地，佐敦	九龍港鐵站（西九龍）
41	九龍城碼頭	旺角、深水埗，美孚	青衣（長青）
45	九龍城碼頭	旺角、深水埗，美孚	荔景（麗瑤）
8(專線小巴)	何文田邨	愛民邨、紅磡港鐵站	尖沙咀（漢口道）
紅色小巴	紅磡（寶其利街）	何文田、香港公開大學	旺角（始創中心）

平治街及山谷道	目的地	途經地區	目的地
5	富山（鑽石山墳場）	彩虹、新蒲崗	尖沙咀碼頭
11	鑽石山港鐵站	黃大仙、馬頭圍、土瓜灣	九龍港鐵站（西九龍）
14	油塘	藍田、觀塘、佐敦	中港碼頭
26	觀塘（順天邨）	九龍城、土瓜灣、佐敦	尖沙咀東
28	觀塘（樂華邨）	牛頭角、土瓜灣	尖東麼地道
93K	寶林	觀塘、牛頭角、土瓜灣	旺角東港鐵站
101	觀塘（裕民坊）	西營盤、中環、灣仔	堅尼地城
107	九龍灣	田灣、香港仔、黃竹坑	南區（華貴邨）
108	九龍城（盛德街）	銅鑼灣、大坑	寶馬山
109	何文田	灣仔、金鐘、上環	中環（港澳碼頭）
111	牛池灣（坪石邨）	灣仔、金鐘、上環	中環（港澳碼頭）
116	慈雲山（中）	銅鑼灣、北角	鰂魚涌（祐民街）
N121	牛頭角	灣仔、金鐘、上環	中環（港澳碼頭）
A22	藍田港鐵站	博覽館（活動進行期間）	香港國際機場
曲街及山谷道	目的地	途經地區	目的地
13X	秀茂坪（寶達邨）	秀茂坪、佐敦	尖沙咀東
14X	鯉魚門	秀茂坪、佐敦	中港碼頭
98D	坑口（將軍澳醫院）	坑口、寶林、佐敦	尖沙咀東
215X	藍田（廣田邨）	油塘、觀塘	九龍港鐵站（西九龍）
219X	觀塘（麗港城）	九龍灣	尖沙咀
296D	將軍澳（尚德邨）	將軍澳、佐敦	九龍港鐵站（西九龍）
北拱街	目的地	途經地區	目的地
3B	慈雲山（中）	鑽石山、新蒲崗、土瓜灣	紅磡碼頭
5C	慈雲山（中）	鑽石山、新蒲崗、土瓜灣	尖沙咀碼頭
11K	黃大仙（竹園邨）	橫頭磡、東頭、九龍城	紅磡港鐵站
12A	深水埗	南昌、太子道西	黃埔花園
15	藍田（平田邨）	觀塘、馬頭圍、土瓜灣	紅磡碼頭
21	牛池灣（彩雲邨）	彩虹邨、新蒲崗	紅磡港鐵站
85X	馬鞍山	亞公角、石門、鑽石山	紅磡碼頭
106	黃大仙	鰂魚涌、筲箕灣、柴灣	小西灣（藍灣半島）
297	坑口（將軍澳醫院）	寶林、九龍灣、九龍城	紅磡碼頭
796X	將軍澳（日出康城）	清水灣、將軍澳	尖沙咀東
2(專線小巴)	九龍塘（又一城）	九龍城、石硶尾	黃埔花園
13(專線小巴)	九龍城（廣播道）	樂富、法國醫院	紅磡碼頭
觀音街	目的地	途經地區	目的地
6C	美孚	長沙灣、深水埗、旺角	九龍城碼頭
6F	深水埗（麗閣邨）	長沙灣、深水埗、旺角	九龍城碼頭
8A	尖沙咀	尖沙咀東、紅磡港鐵站	黃埔花園
11X	紅磡港鐵站	觀塘、土瓜灣	上秀茂坪
30X	荃威花園	荃灣、美孚、長沙灣	黃埔花園
212	深水埗	南昌港鐵站、旺角	黃埔花園
269B	天水圍	佐敦、尖沙咀	紅磡碼頭
E23	慈雲山（南）	東涌、赤鱲角	香港國際機場
N23	慈雲山（北）	香港國際機場、赤鱲角	東涌港鐵站
6(專線小巴)	尖沙咀	柯士甸道、中港城	黃埔花園



## 新生入宿指南 Red Hall Freshmen Guide 2013/14

**顧問**  
Advisor

**列小慧博士**  
Dr. Lit Siu Wai

**編輯**  
Editors

**姚美汝**  
Yao Mei Yu, Alice

**莫文俊**  
Mok Man Chun, Andrew

**袁樂年**  
Yuen Lok Lin, Louis

**排版設計**  
Designer

**莫文俊**  
Mok Man Chun, Andrew



本刊物為非賣品。當中所載資料已力求準確，惟 Red Hall 及相關人士對內容所有性質的陳述概不確保其準確、及時完整和適合某種目的。同時，Red Hall 及相關人士概不就任何錯漏和根據此等資料而進行的任何行動而承擔責任。  
Not for sale. While efforts are made to ensure the accuracy of information contained in this publication, Red Hall and its members do not warrant its accuracy, timeliness, completeness or fitness for a particular purpose and do not assume any liability for any errors or omissions or any action taken on the basis of such information.