

「營聚關懷」
110萬份營養熱餐送暖

中電有「營」飯堂
CLP Hotmeal Teen



手術後復康除咗傷口護理，充足嘅營養飲食亦好重要。李雪琪女士曾經接受腦部手術，手術後嘅康復期好需要吸收足夠營養；不過呢段期間好難自行煮飯，於是佢去咗屋企附近嘅中電有「營」飯堂，每日早午晚享用營養餐，幫助佢康復。

中電與保良局合作喺深水埗、觀塘同葵青區開設三間中電有「營」飯堂，為有需要嘅人提供由營養師設計、價錢特惠嘅熱烘烘飯餐。2011年至今，有「營」飯堂提供咗超過110萬份營養熱食俾有需要嘅長者、低收入家庭同埋有經濟困難人士。

中電義工仲會定期到訪飯堂，協助飯堂運作，同埋舉辦特別活動，同飯友做運動、玩遊戲、上藝術工作坊等，一齊開心過周末。



大家可以用實際行動，以捐款支持中電有「營」飯堂嘅服務。只需HK\$600嘅善款，可以讓一位有需要人士享用一個月嘅營養飯餐。

愛無紙境

一齊將愛延伸 立即轉用電子賬單

最近超人中中郊遊嘅時候識咗幾位新朋友：兔仔阿白、青蛙盧仔、小鳥莉莉，佢哋原本都喺森林開心咁生活，但都因為人類過度用紙令佢哋所愛嘅環境被一步步破壞……

超人中中聽咗佢哋嘅心事，原來阿白、盧仔、莉莉而家生活面對緊好多困難。莉莉因森林環境劇變而唔敢有小鳥，盧仔冇咗休息嘅水池，阿白唔止冇咗練跑嘅地方，原本白雪嘅兔毛都長年被污染而蒙上一層灰。

呢幾位新朋友嘅角色雖然係虛構，但現實世界中動物嘅確因森林被破壞而受苦。過度用紙、大量砍伐森林令生態環境劇變，而家好需要大家以具體嘅行動嚟扭轉呢個局面。只要一齊加入轉用電子賬單嘅行列，讓紙張回歸自然，咁樹木就可以繁衍生長，再次成為萬千動物所愛嘅環境。

好多人會覺得一人用少一張紙，睇落冇咩效果，但如果100,000人轉用電子賬單，每年就可以拯救到72棵樹！知道唔少人會猶豫轉用電子賬單，為咗解答大家心裏嘅疑問，超人中中今次仲同莉莉、阿白、盧仔輪流答大家嘅問題嘍！

學識保養洗衣機凍齡術

洗得乾淨又唔易壞

提起洗衣機嘅慳電方法，最常見嘅當然係儲夠一機先洗衫。但如果放太多衫入機洗，好易整壞部機嘍。咁應該點保養電器？梗係要識洗衣機保養「凍齡術」喇。

凍齡術嘅關鍵就係深層清潔！每月最少一次開滾筒清潔程序或者熱水洗衫程序嚟幫洗衣機「沖涼」，落醋已經夠，唔好放衫或洗衣液/洗衣粉呀。如果想再乾淨啲，可考慮用洗衣機清潔劑。

洗衫唔想咁傷部洗衣機？選用洗衣液喇！洗衣液比洗衣粉易溶解，喺滾筒上嘅殘留亦較少。落過多洗衣液/粉末必會令件衫更乾淨，仲好傷部洗衣機嘍。

前置式洗衣機（俗稱「大眼雞」）嘅膠邊不時都有殘留嘅肥皂同水，每次洗完衫要清理機門膠邊，再打開機門自然晾乾，就可以避免咁出黴菌嘍。

如果用緊日式頂揭式洗衣機，開機前先將比較污糟嘅嘢放入洗衣機底部，再放薄身嘅T恤、襪，因為頂揭式洗衣機洗衫時底部水流較強，可以減輕洗衣機嘅負荷運轉，咁機件就唔會老化得咁快喇。

參與「DIY家居能源審核」

挑戰「夏日慳電賞」

50,000度度分等緊你



香港夏天咁熱，覺得慳電好困難？今次我哋推薦中電全心傳電「DIY家居能源審核」，絕對幫到大家持續節能兼嚟住慳電獎賞衝刺！

「DIY家居能源審核」只需短短5分鐘，答晒呢個測試中嘅問題，就可以根據大家嘅日常用電習慣同埋家居布局，發掘屋企唔同空間嘅隱藏慳電潛力。

我哋亦會提供專屬你屋企嘅慳電貼士，幫助你同你嘅屋企人輕鬆慳電。

只要完成「DIY家居能源審核」，參考審核分析結果同時喺7月15日至9月14日期間積極慳電，就有機會贏取「夏日慳電賞」最高獎賞達50,000度度分，喺「度度賞」獎賞平台換購精選禮品喇。

推廣活動須受條款及細則約束。

每日用電量

開App就睇「度」

智能電錶客戶專享



Q 我啱啱收到最新一期嘅電費單，發現我過去呢兩個月用多咗電，點先知道自己一日入咩時間用電用得最多呢？

A 當你屋企安裝咗智能電錶，就可以隨時隨地透過中電App查閱用電量。

智能電錶會提供適時用電資料，4小時前以至過去90日既每小時用電量，甚至過往14個月內每期賬單既用電紀錄都可以係手機App睇到，而且仲會根據你最近嘅用電量，幫你預測下期賬單用電量。用多咗電想程式自動提醒你？記住設定埋用電量提示兼啟動中電App嘅推送通知功能喇！

而家唔使等兩個月收電費單先知用咗幾多電喇！你可以隨時隨地清楚掌握自己屋企嘅用電狀況，好好調節用電習慣，唔止慳電仲可以為環保出一分力嘍。