



香港經濟民生聯盟
Business and Professionals
Alliance for Hong Kong

奮進自信 向上流動

2014暑期實習計劃





創意。上游。香港未來！



Creativity and Upward Mobility
for the Future of Hong Kong



不一樣的暑期實習

夏天不再懶洋洋，悠長暑期，經歷絕對可以「不一樣」！

我們今年再接再勵，推出第二屆暑期實習計劃，各方反應相當踴躍。自3月至4月報名期間，我們收到近60宗申請，經面試後，來自本地和海外9間院校共18名年青人獲取錄成為新一屆學員，他們大多是修讀社會科學或公共行政，還有經濟、生態學、城市規劃、傳意設計及創意媒體等，可謂各有所長。

為配合經民聯今年「創意·上游·香港未來」的工作主題，我們特別將這個「不一樣」的元素注入實習計劃內，因應學員的需要，經民聯度身設計多元化的工作坊和參觀活動，讓實習內容更為貼身、更富動感。對於實習計劃深受讚賞，同學們積極參與固然重要，經民聯眾議員的全情投入，院校和機構的用心支持和指導，實令計劃相得益彰。

經民聯致力為下一代的未來打造基礎，透過我們在工商和專業界別的網絡，以及行政與立法方面經驗，為年青人提供「不一樣」的實習機會。本特刊正是經民聯與實習生合作編製的習作之一，就讓我們一同重溫和分享這份「不一樣」的實習成果吧！

一切從心出發

究竟這18位實習生是如何脫穎而出呢？這個問題連同學也不停追問。自今年初我們向院校發出邀請後，報名和查詢紛至沓來，更有不少是來自內地和海外院校。事實上，獲取錄的同學不一定是來自著名學府、成績不一定最標青、才能也不一定最出眾，最重要是他們是否有積極參與、敢於挑戰和虛心學習的「心」。

迎新·聚舊·交流

在「出發前」，經民聯舉行了迎新日，讓同學了解經民聯的理念和實習計劃的目的，我們更邀請了去年實習的師兄師姐到來，與「新力軍」作分享及打氣。

按同學的專長和興趣，實習生被安排到總部及地區實習，接受為期平均6星期的訓練。或許同學的學歷有高有低、學習能力有快有慢，實習計劃的原意，正正是因著同學各有「不一樣」的性格和背景，讓彼此互相合作和補足，從中學習待人接物，發揮團隊建設的精神。

重溫去年實習的「蝦碌」片段，眾人不禁捧腹大笑！



感謝一班師兄師姐在實習路上的互勵互勉！



破冰遊戲和分享完畢，同學們滿有信心，向著實習的標竿出發！

為學員度身訂造工作坊

信心不足、表達能力較弱，出席會議時只聽不問，遇有困難不敢求助，是年青人的普遍現象。為鼓勵同學走出這個心理關口，我們度身訂造了為期3日的工作坊，讓同學加深對政策時事、個人形象和應對技巧等多方面的認識，並在實習期間加以實踐。除合作研究和統籌活動外，學員更輪流在活動中擔任司儀，學習寫台詞和臨場應對，從中汲取經驗；熟能生巧，將來必能更有信心地應用出來。

給同學的實用「天書」



“你不要「吹水扮識」以為可以騙過考官，他們都是資深公務員，一兩條問題已看穿你的水平和情緒。”

經民聯CEO何鑄明退休前投身政府工作近40年，公共行政經驗豐富，更從不吝嗇與同事和同學分享他在制定政策和危機處理的心得。從新界東北撥款到高鐵超支，何鑄明將爭議事件切入公共行政及資源管理哲學，啟發同學多角度思考。

工作坊最受同學歡迎的，依然是投考公務員攻略環節。何鑄明當日臨時加開「下集」傳授面試技巧。在資訊氾濫的年代，他建議大家多讀《經濟學人》等評論刊物，以掌握國內外的政治局勢，提升分析時政的深度。



實習同學專心聆聽CEO的分享，並用紙筆紀錄精要所在。



同學把握機會向何鑄明(右一)請教，有同學形容比做十次mock卷和「創天書」更受用。

新媒體創作與力量

「新媒體」被視為有別於傳統媒體的新領域，當中包括網上新聞、社交網絡平台和博客等，由於它所呈現的表達方式別具創意，配合它的「分享」功能，傳播力又快又廣，影響力無遠弗屆，對於我們的生活和閱讀習慣帶來了重大改變。實習計劃今年以此作為研習題目，更請來兩位身經百戰的傳媒「達人」，與同學互動交流，甚至即場考驗。



張寶華激勵動人的一課

原來特首候選人的一隻膠錶可以令你對他改觀，台灣總統候選人因為一個鏡頭，足以令選舉工程毀於一旦。記者出身的張寶華(Sharon)閱人無數，對於新媒體的興起，她早已駕輕就熟。Sharon在工作坊前做足功課，針對同學的需要，由形象建立、應對技巧到媒體威力，輔以「經典」例子及她的經驗之談，發人深省。

同學的明天就建立於今天，縱使同學不一定會成為公眾人物，但社會和機構也不無要求，對於政治人物的莽撞失言，Sharon絕不留口；實習生的衣著打扮，她有一定要求；同學不經意的小動作，她更會當頭捧喝。實習生不諱言Sharon的嚴詞和臨場考驗有點苛刻，但他們的印象也特別深刻。





「創·新·媒體·我主場」分享會

既然是研習主題，實習生的體驗當然不止於聽授，他們還要身體力行，分工合作，從資料搜集、草擬計劃書、寫稿、場地佈置、擔任主持等，協力包辦分享會，將他們在課堂所學的知識全面應用出來。

“唔跑唔知身體好，試咗先咯！”

從事傳媒工作超過20年，從傳統紙媒到創辦網上新聞，資深傳媒人余家輝形容網上新聞不但跨越國界，更遍及大、小眾。由於營運成本相對不高，網上媒體的發展空間相對較大。「唔跑唔知身體好，試咗先咯！」余家輝不忘發揮他的幽默本色，鼓勵年輕人突破現有框框，敢於嘗試，並且要有輸得起的勇氣。



「九十後」實習議員舌戰再起



立法會模擬辯論連續兩年成為實習同學最重視和喜愛的活動之一，今年更獲同學投選成為第一位。一班「九十後」實習議員積極備戰，與來自不同院校的同學切磋之餘，更全力爭奪「最佳辯論」及「最具議員潛質」獎。

實習生在聽取立法會職員講解議會運作及審議法例等過程後，一場別開生面的辯論正式展開！針對議案措辭，同學們搜羅世界各地的例子和數據，辯論應否成立創新及科技局，以及這項產業對經濟發展的重要性。同學更就推動創新科技與成立政策局不必混為一談舌劍脣槍。舌戰過後，經民聯同事更與「實習議員」分享辯論技巧，以及同學得獎的原因。



梁美芬議員(左)到場為「實習議員」打氣及頒獎。



經民聯同事與眾「實習議員」分享期間，副主席張華峰(右二)也來熱鬧一番，又鼓勵同學多認識金融服務業的發展。

香港製造的成功故事

聽君一席話，勝讀十年書。經民聯透過在工商和專業界的網絡，邀請本地傑出工業家和設計師，與同學分享他們在事業上的成功之道、在創作上的心路歷程。同學們除可實地參觀，了解講者嘉賓的工作和行業的最新發展，更難得的是有機會與成功人士直接交流，並順道向他們取經。

香港工業的 機遇 與 挑戰



「工商帶動經濟、專業改善民生」是經民聯的信念，在我們的實習計劃裏，又怎少得「工業」這個元素；提到工業，更不得不提工業界翹楚、香港工業總會主席劉展灝。香港大部份工業已北移，劉展灝一直堅守「香港製造」的理念，他創辦的連年錶業，致力推動產品的高增值發展。

環球經濟時有起伏，鐘錶業也面對全球競爭與成本上漲等挑戰。劉展灝坦言，不同年代的年青人都有他們的難處，但現時網購和內地市場的龐大潛力，不就是新一代的優勢，何不好好利用和發揮？除了向這位鐘錶業「百科全書」請教外，實習生亦把握機會，與這位身兼多項公職的前輩，討論政治如何影響營商環境，以及標準工時立法等熱門話題。



劉展灝講解如何測試手錶的防水功能。



經民聯副主席盧偉國議員(前排右五)帶領實習同學，參觀由劉展灝(前排右六)創立的鐘錶廠，實習同學送上刻有當日活動內容的「木錶」，寓意成功需要有「目標」和簽名致意。



劉展灝與同學分享其創立鐘錶廠的寶貴經驗，並強調提升質素的重要性。

環保節能多面「體」

同一個課題，實習同學也可作多方面學習，當然更需作多角度思考。就政府提出香港未來的能源組合方案，經民聯舉辦座談會，邀請官員、學者和電力公司共商討論，實習生亦有參與其中，包括研究方案利弊和學習籌辦活動，同學更有機會親身到電力公司作深入探討。

經民聯獲中電安排參觀，主席梁君彥更親自率團，與同學一起了解市場的最新發展。除深入龍鼓灘認識發電廠的運作和探討中電的角色外，同學更先後到亞洲水產養殖科技、「綠倍動力」節能中心及智能電網中心，從多方面體驗室內環保養殖，以及中電如何協助中小企減少用電等。

這次中電之旅何止「體驗」，同學們還可親嚐亞洲水產的優質花尾龍躉、中電節能炒飯和奶茶的滋味，並可嘗試在跑馬機上發電，參觀內容多元化，難怪同學在行程結束時仍意「遊」未盡，更投下「我最喜愛的活動」的一票。



行程第一站，同學到中電位發電廠參觀。



行程其中一站是體驗中電與亞洲水產節能循環系統合作計劃的成效。經民聯主席梁君彥(後排左三)、中電企業發展總裁莊偉茵(後排左四)、亞洲水產養殖科技董事郭志一(後排中間)與同學分享計劃的運作及「成果」。



於龍鼓灘的



中電職員講解發電廠的運作，進入發電機房的機組人員必需穿著的工作服和使用專業儀器。



梁君彥主席(右二)親自率團，與同學參觀室內環保養殖魚場，並勉勵青年人要力爭上游。



在參觀「綠倍動力」節能設施時，不諳廚藝的同學對中電的節能自動炒飯機深感興趣。



亞洲水產養殖科技董事郭志一(左一)強調水流和空間，對魚類心理質素和運動鍛鍊十分重要。



同學合力用跑馬機發電(左)，最後一站到訪智能電網中心(右)，了解可再生能源等最新發展。

實習同學以螢光物料塑造成發光燈泡，並製成砌圖向中電致意。



一件旗袍的誕生

經民聯鼓勵年輕人發揮創意，特意邀請本地年青設計師林春菊(Janko)，在她剛於PMQ創立的夢工場，分享她運用剩餘布料重塑旗袍的意念。Janko自小已喜歡縫紉補補，畢業後跑到電視台當古裝劇服裝設計，加上不斷摸索，孕育出她對中國袍服文化的崇敬與感情。

對於創意靈感，她以自己的得獎作品「年輪」為例，「年輪環數愈多，象徵生命力愈強」，創意和閱歷也需要年月累積，Janko勉勵同學多接觸社會的人和事，擴大生活面，創意才有生命力。「Janko要做正職維生，又要四出擺地攤推廣，每週只睡數小時，成功之路確實不易走」。同學們對於Janko的苦幹都十分敬佩，眼前的一件旗袍，原來還需由無數的創造力、生命力和毅力編織而成的。

“中國服的開襟、垂帶和衣骨等設計，承載不少傳統思想與文化，不論是旗袍、唐裝或長衫，中國人都應該擁有自己的中國服。”



實習
生在Janko
的指導下，用心
演譯她設計的旗袍
與唐裝--即場客串
做 model!!



環保回收的可持續發展

全球氣候暖化、能源短缺危機，這些老生常談的話題與我何干？香港工業總會副主席、正昌環保科技集團董事總經理鄭文聰推動環保不遺餘力，廿一年前，他獨具慧眼收購破產的廢油回收廠，經過不斷的投資和試煉，研發VMAT震動膜將廢油過濾再用的技術，為環保作出貢獻之餘，也為他帶來無數的榮譽。



鄭文聰鼓勵同學要培養對世界的敏銳觸覺和創新精神，這樣才有成功感，感覺才夠「amazing」！

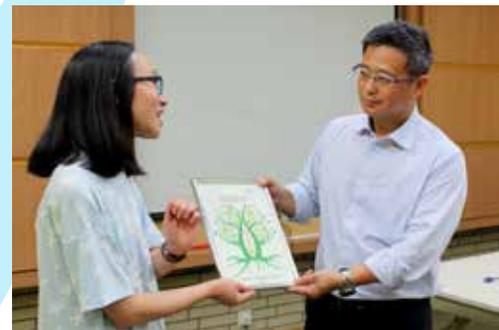
實習生到正昌位於元朗、佔地十萬呎的廠房參觀，鄭文聰形容環保回收不純粹是一門生意，而是有遠見的投資和良心事業。他以facebook為例，要成功就要不斷增大人際網絡的「資產」，因為世上沒有人能獨自解決所有問題。鄭文聰當日與同學分享的豈止環保課題，他更鼓勵年青人要有責任感、使命感以及創新的精神。



集團業務拓展總監李志良深入淺出，講解全球能源短缺以及污染等問題，並強調企業應有的社會責任。



震動膜以1秒內震動60下來過濾雜質，李志良(黃色安全帽)即場講解技術並向同學展示樣本。



實習同學親自設計的紀念品，寓意地球生生不息，並感謝鄭文聰分享寶貴經驗，為壓軸參觀活動畫上完美句號。

百分百動人真感覺



城市人習慣在冷氣間活動，年青人更常被批評足不出戶，只顧埋首於手機和上網。經民聯鼓勵同學走出校園，安排了一系列的戶外活動和輪流落區探訪，讓他們走出comfort zone，學習親親大自然和關懷弱勢社群。事實上，人生要有不同的歷練，生命才會活得精彩。

薪火相傳灰水糰

實習活動第一擊，就是到訪有近三百年歷史的沙田茂草岩村，認識客家文化和學習村民利用灰水和柴火製作傳統「灰水糰」。原以為夏日炎炎「上山學包糰」，會嚇怕初來乍到的實習生，想不到這班年青人充滿熱誠；男生搬運糰料加柴、女生洗米焗糰，加上在鄉村的自然美境下包糰，感覺既新鮮、又難忘。

Belle：「當日田園內吹著微微山風，與城市的翳熱感覺截然不同，在天然環境下包糰，感覺特別舒暢。」

Miko：「客家文化有其獨特性，很值得保留，一旦失傳就太可惜了。」



同學跟村長太太學包灰水糰，當日電視台也來參與攝拍，記錄「薪火相傳灰水糰」的製作過程與人情趣味。



學習製作灰水糰後，同學們跟義工再學習包五色糰送贈街坊。

探訪獨居長者



實習計劃不但要讓同學增加工作經驗，更要關心社群。經民聯與實習生「走進社區」，先後到沙田禾輦邨、乙明邨、大埔洋涌村探訪長者，經民聯大埔區議員羅舜泉、社區幹事及資深義工在探訪前更進行

詳細講解，教授同學要有同理心及注意溝通技巧，例如與獨居長者交談要淺白易明，避談家庭背景，以免勾起不快回憶等。

走過昏暗狹窄的屋邨長廊、試過攀上近百級樓梯、嘗過熱烘烘鐵皮屋的交煎，實習生形容是「七級半辛苦」；事後分享，他們對於弱勢社群的需要、現有政策的不足，以致老夫老妻的鶼鶼情深，卻又是百般滋味、感觸良多。

中大阿彤

“香港繁華背後，仍有不少人生活在環境惡劣的鐵皮屋中，我覺得自己身在福中，應該為弱勢社群出一分力！”

理大Mark

“我一直以為區議員的工作是「蛇齋餅糰」，非常簡單，但經過探訪，發現地區工作原來要「上山下海」，殊不簡單！”

HKDI Kiana

“我有機會在探訪時聆聽不同長者的人生故事，有的讓我佩服他們自力更生的精神，有的讓我感受到一生一世、長相廝守的愛情堅貞！”

城大Belle

“對於獨居長者，與他們閒話家常一會，足以使他們快樂半天。”



發展與保育並行不悖

實習生在海天一色的塔門島上考察，豁然開朗，並為「最喜愛的活動」投下支持的一票。



發展與保育是否一定對立的呢？位於香港東北一方的塔門，擁有廣闊的草地和一望無際的大海景，是熱門露營旅遊勝地。但美麗小島背後卻暗藏隱憂，因為一種灌木——露兜樹迅速生長，佔領塔門大片營地，並且遮蔽路牌。

經民聯大埔區議員何大偉帶領實習生到塔門視察露兜樹生長情況，並探討解決方案。從了解植物特性、生長過盛原因，以至去信不同的政府部門跟進，實習生所學習的，不但是管理樹木生長的保育課題，還涉及不同部門的政策。實習生這次塔門之行並不是遊山玩水，而是「設身處地」，就正如發展與保育如何作出平衡，實事求是，據理力爭。

在何大偉議員(前排左二)的帶領下，同學們初嘗坐「快艇」出海，感覺刺激又新鮮。



露兜樹是塔門的特色之一，但因生長過盛，佔領了大片營地並遮蔽路牌。



協助推動漁業發展

近年我們不時聽到「推動本地漁農業發展」的口號，但要真正落實卻談何容易。在經民聯成員陳美德的協助下，實習生先後到印洲塘和三門仔考察，並與漁民代表開會，了解養魚業的困難，之後再參考政府新推出的漁業發展基金申請程序，協助漁戶撰寫計劃書。

同學們對於初次接觸漁業都感到特別興奮，他們合作撰寫的計劃書絕不馬虎，除涉及推動養殖業的高增值和可持續發展外，同學更有感而發，提出在附近水域同時發展生態旅遊，以提高漁戶的競爭力。儘管同學的構想仍需作進一步的「可行性」研究，但同學能夠活學活用卻是值得欣賞，而經驗也就是這樣一點一滴的累積。



同學專心聆聽陳美德(左一)講解，紀錄要點，研習如何推動漁業的可持續發展。

同學心聲(節錄)

港大Rachael :

這50天，對我來說，是一種學習，一種蛻變，一種成長。自問不是一個很有自信的人，害怕在人前表達自己；最具挑戰和難忘的是擔任司儀，在這過程中我所學到的及完成後的那份喜悅、那份成功感，絕非筆墨所能形容！



教院Miko :

讓我嘗試了人生中很多的第一次：第一次出海看魚排、第一次學包糰、第一次做「議員」模擬辯論、第一次上電視接受訪問；每次活動總有不同的體驗，令我眼界大開！



中大阿銘 :

經民聯給我一個接觸地區工作的機會，由設計海報、撰寫信件，到擺放街站，處理街坊意見等，經歷這個暑假，我學到了很多課堂上學不到的知識，亦體會到每位經民聯的區議員，為社區所付出的汗水。



港大Emily :

我被安排負責塔門露兜樹管理的項目，從中了解到不同部門的處事手法。這次寶貴經驗，讓我修讀生態學的知識可應用在政策層面上，而我所學到的不僅是文書和製作單張的技巧，而是態度，一種由心出發，盡心盡力去服務市民的真誠態度。



理大Mark :

大學的實習計劃中，只有經民聯需要面試。當時我身在內地交流，內心掙扎應否花錢買機票回來應試；經過近兩個月的實習，我可以說我的機票錢是沒有白費的！



香港知專設計學院 詩敏 :

我的同學被安排到不同的機構實習，他們不外乎是每日安坐辦公室工作，極其量也是多認識一、兩位實習生，哪像我們的實習計劃，可以大伙兒一同工作，一同活動，十分難得。

畢業喇！



自信

為期3個多月的實習計劃終於要說再見，當中有笑有淚，有得有失，感覺自是難忘。經民聯相信，每一步都是學習過程。儘管短短一、兩個月的體驗未必能令同學脫胎換骨，學員期間所負責的項目也不一定是全部完成，但同學所接觸的人和事、所累積的實戰經驗、所學到的應對技巧、所建立的真摯友誼，在他們的成長路上，留下深刻印記。

喜悅

經民聯在實習期結束後，向學員進行問卷調查，絕大部份同學均認為計劃對他們的學習和處事技巧有幫助，並有助他們擴闊視野、提升自信。

成長



一個計劃的結束，又是籌備新一年計劃的開始，計劃成功與否，實有賴各方面的提點和支持，無論你是來自院校或機構，誠邀你提供寶貴意見，讓計劃不斷改進。

如對計劃有任何查詢或意見，歡迎致電 25201377 或電郵至 intern2014@bpahk.org 與我們聯絡。





香港經濟民生聯盟
Business and Professionals
Alliance for Hong Kong

地址：香港夏慤道18號 海富中心第一期3204A
電話：2520 1377
傳真：2527 9930
電郵：bpa@bpahk.org

2014年