

# 為青年開新篇 創未來覓機遇

經民聯2024暑期大專生實習計劃特刊



# 前言



▲ 經民聯榮譽主席、立法會主席梁君彥為一眾實習生加油打氣

青年是社會的未來，經民聯一直關心和支持香港年輕人的發展，為香港青年鋪路搭橋。聯盟今年繼續舉辦內容豐富的「暑期大專生實習計劃」，為有志參與公共服務、政策研究、地區工作等範疇的年輕人提供實習機會，裝備自己。

同學們在實習期間到經民聯立法會議員辦事處和地區辦事處等不同崗位，見習服務市民。在立法會議員辦事處，實習生化作議會「新鮮人」，向經民聯立法會議員學習參政議政，體驗務實理性的議會氛圍；在地區辦事處，同學們跟隨經民聯區議員落區了解民情，明白地區工作並非「打卡」，而是要當「百科全書」，成為社區與政府的溝通橋樑，為街坊提供貼地、貼心的服務。

豐富的實習體驗以外，經民聯還悉心為同學們安排一系列精彩的參觀活動，走入大型企業和公共事業機構，與管理層深入交流，增廣見聞，例如參訪香港大公文匯傳媒集團、無綫新聞、國泰和港鐵等。同學們又參加由星級嘉賓擔任講者的「政治政策研修系列講座」，從國家發展大局談到香港青年的自身定位，讓年輕人進一步認識國情，學懂多角度思考，受益匪淺。

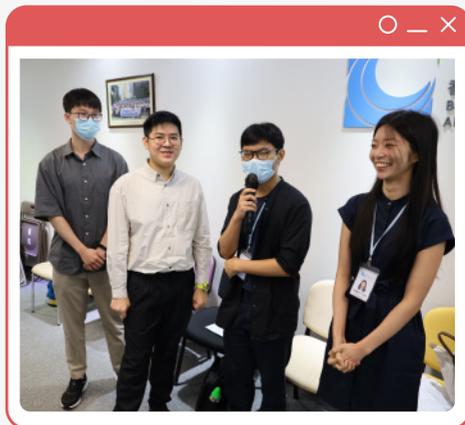
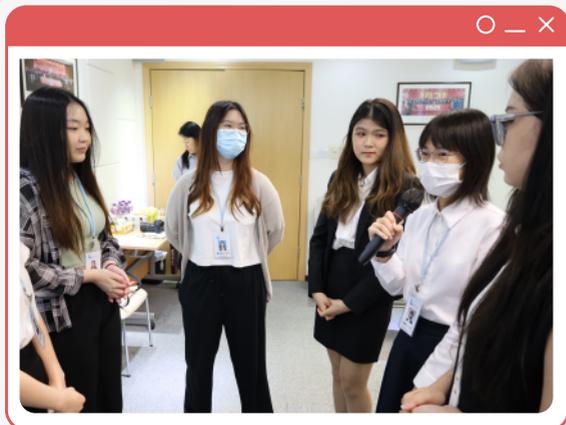
經民聯期望，透過暑期實習計劃的一系列活動，鼓勵香港青年積極裝備自己，將來發揮自身所長，貢獻國家所需，主動融入國家發展大局，積極把握發展新機遇，為全面建成現代化國家作出更大擔當，為中華民族偉大復興作出更大貢獻！

# 迎新日



▲ 經民聯秘書處悉心安排迎新日，透過分組活動和舊生分享環節，協助學員了解實習計劃

經民聯在6月3日舉辦實習計劃迎新日。一眾實習生、部分過往實習計劃畢業生和經民聯秘書處同事聚首一堂，透過精彩的分享和活動，為實習計劃拉開序幕。

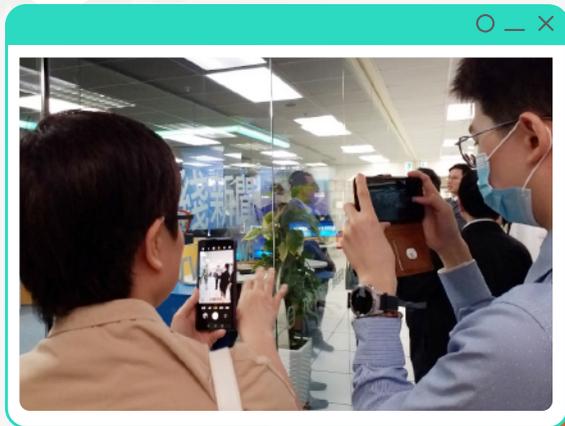


過往實習計劃畢業生的分享激勵本屆實習生要積極投入，謙卑學習，共同體驗這趟充滿意義的實習旅程。此外，經民聯各部門主管介紹了各自領域的專業知識和日常工作，讓實習生對經民聯的理念、使命，以及實際工作有更深入的了解。主管更不時邀請實習生分享自己的看法，加強互動，令整個環節生色不少。迎新日以「破冰」環節作結，輕鬆有趣的遊戲讓同學們彼此認識了解，建立聯繫和友誼，為接下來的實習旅程打好基礎。

# 參觀無綫電視新聞部



▲ 經民聯主席盧偉國博士帶領實習生參觀無綫電視新聞部，實地了解新聞媒體運作。



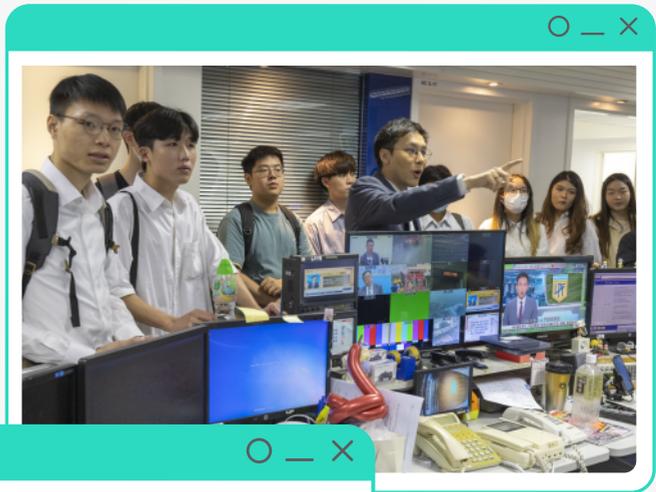
● 實習生參觀TVB內部的工作情況，並拍照留念



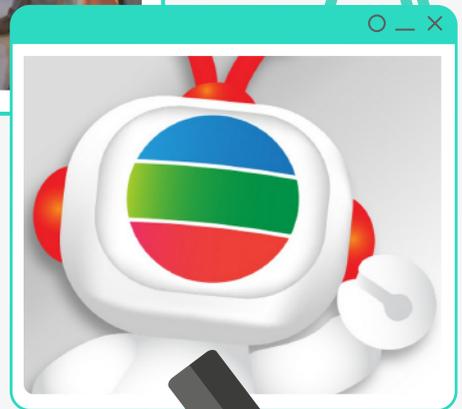
大眾傳媒是社會不可或缺的一部分，讓我們了解世界各地發生的大事，使我們與全球接軌。資訊傳播的背後，耗費了新聞工作者的不少心血。今年6月14日，經民聯再次帶領實習生參觀香港無綫電視(TVB)新聞部，進一步了解新聞媒體的工作。



當日，在TVB新聞及資訊部助理採訪主任李卓謙的介紹下，同學們走訪了新聞部的各個工作室，例如編採辦公室、直播室、錄影廠、控制室，親身體驗一則新聞的製作過程，了解到新聞工作者為確保資訊可信性所付出的艱辛。



● 無線電視新聞及資訊部助理採訪主任李卓謙介紹新聞錄影棚中不同的設施



在參觀過程中，李卓謙亦不時與同學分享他對不同新聞製作過程的見解，讓實習生了解到傳播新聞要考慮的不單報道的真實性，更有資訊的必要性和時間性。實習生意識到新聞製作的艱辛，特別是過往疫情及社會運動時期直播新聞時所遇到的困難和危險，以及近年的人才流失，更需要肯定新聞工作者的貢獻。

# 參觀國泰城



經民聯實習學員在6月20日參觀了國泰城，實習生在兩位優秀的空中服務員帶領下，參觀了地勤人員、員工訓練區等平日難以到訪的區域。其中在地勤訓練區，實習生親身接觸地勤人員的日常運作，見識到地勤人員高效地依照流程完成一系列的工作。從乘客辦理登機手續，到行李搬運及處理，每個細節都體現了他們對服務品質的堅持和對乘客的高度重視。

空中服務員向實習生講解緊急及安全訓練





- 經民聯副主席林健鋒帶領實習生參觀國泰城，在飛行模擬訓練駕駛艙內細心聆聽機師講解操作流程。

在國泰城進行飛行模擬訓練，無疑是一次令人難忘的體驗。模擬器的螢幕精確地展示香港上空的景象，配合飛行操作平台和按鈕，讓人仿佛置身於真實的駕駛艙內。從進入香港空域，觀看壯麗的維多利亞港，到最終成功降落於香港國際機場，每一個細節都如此逼真。專業的模擬訓練不僅讓實習生對飛行的複雜流程有更深入的理解，更對機師的工作，以及在背後付出的努力由衷敬佩。



步入模擬客艙內部，實習生有機會了解到了空中服務員的工作。由空中廚房準備餐食，到前線服務，甚至是飛機遇到緊急情況時對乘客的指導及場面控制，空中服務員都扮演著不可或缺的角色。空中服務員對服務品質的重視，更令實習生體諒他們的辛勞。



# 與立法會主席梁君彥對話



▲ 經民聯榮譽主席、立法會主席梁君彥與一眾實習生互動交流，從行政立法關係，談到人生規劃

擔任立法會主席的經民聯榮譽主席梁君彥，一直致力於維護議會的尊嚴和正常運作，積極促進行政與立法的良性互動，並心繫香港年輕人的發展。在本次實習計劃中，實習生有機會與梁主席面對面交流。在6月25日立法會交流過程中，梁主席分享自己的事業發展經歷，讓同學對他的成長歷程有更具體的了解。同學們也就熱門的政治議題和立法會工作的流程踴躍發問，而梁主席亦耐心解答每個問題，更啟發同學思考。透過這次難得的交流，實習生不僅對立法會主席這個重要崗位有更深入的认识，也感受到梁主席待人誠懇、學識淵博的一面。這次交流是本次實習計劃的亮點之一，使實習生受益匪淺，成為他們難忘的回憶。



● 立法會主席梁君彥引用《基本法》來回應同學的提問



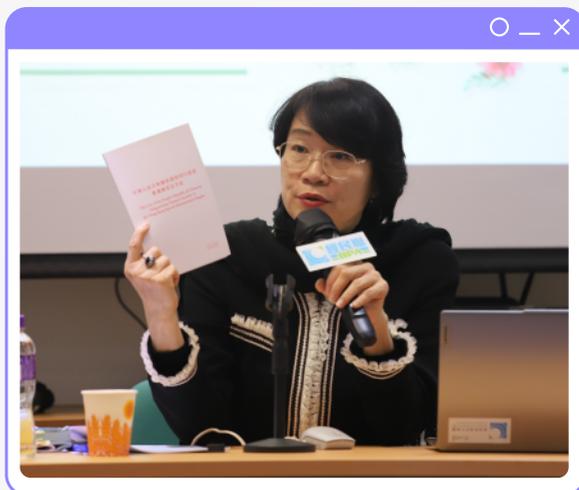
# 政治及政策研修主題講座



為加深實習生對香港社會的認識，經民聯每年均會舉辦政治政策研修班，邀請來自政、商、研三界的知名人士為實習生進行演講。今年邀請了商務及經濟發展局局長丘應樺先生、法律界知名學者同時亦是經民聯副主席及立法會議員的梁美芬教授及香港文化協進智庫高級副總裁韓成科先生來到經民聯總部，分享他們各自對國家安全及香港未來發展的見解，並為實習生指點迷津。

## 主題一：香港維護國家安全的責任

6月25日第一次政政研修班，經民聯邀請了法律界知名學者，同時亦是經民聯副主席及立法會議員的梁美芬教授，就香港維護國家安全的立法及重要性進行演講。梁教授在講座中為同學詳細解釋香港特別行政區《基本法》第二十三條，並講述何謂愛國者治港，又向同學們講解法例修訂時所訂立的一系列標準，表示第二十三條修訂時經過非常嚴謹的考量，只有極少數情況才會觸犯，打消同學們的憂慮。



● 經民聯副主席梁美芬教授從專業的角度為同學解答法律上的問題

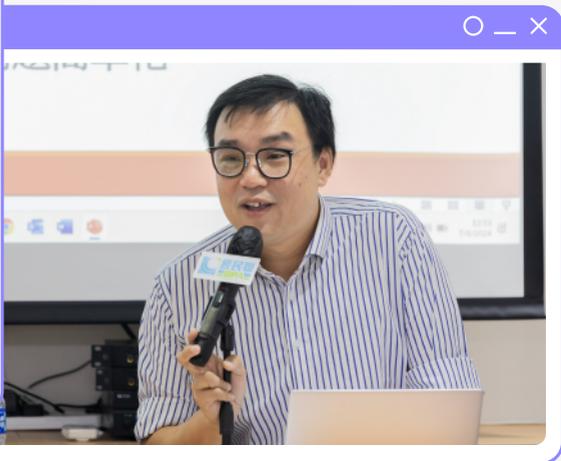
## 主題二：香港目前的經濟狀況及營商環境

7月9日第二次政政研修班，經民聯邀請到商務及經濟發展局局長邱應樺先生，為實習生介紹香港目前的經濟狀況。局長對香港各項數據信手拈來，他提到政府現在的重點是「拼經濟、惠民生」，今年首季經濟按年增長2.7%，現在各項經濟數據良好，搶人才目標超額完成，顯示香港仍然受到人才青睞，而招商引資計劃接觸到超過一千家企業，包括許多國際企業，不過局長向實習生透露，在地緣政治鬥爭背景下，一些知名公司並不想被捲入政治爭端，因此政府需要小心處理。

對於有意見認為本地消費不振，局長指出本地消費行業要適應改變，例如國家強調新質生產力，香港也要發展新的消費模式，新的市場。局長又鼓勵實習生走入大灣區內地城市和了解東南亞的新商機。有實習生請教局長的全球競爭力排名提升有何啟示，局長認為這證明香港的營商環境仍得到國際的普遍認可，但還需要青年朋友和他一起說好香港故事。這次研修班對實習生有很大啟發，增強了實習生對香港未來的信心。



● 丘應樺局長向同學詳細分析香港目前和未來的經濟狀況



● 韓成科先生為同學講述香港變局之內外成因

## 主題三：香港目前政治形勢下青年人如何找到定位

8月7日來到最後一場政政研修班，壓軸登場的是香港文化協進智庫高級副總裁韓成科先生。韓成科為同學剖析了香港未來的挑戰與機遇。韓先生認為，香港身處於習近平主席所言「百年未有之大變局」之中。外因方面，香港身處中美對抗的橋頭堡，在中國崛起與全球化之下，香港需要直面來自各方的變局與風浪；內因方面，香港過去作為中西橋樑的地位正在逐步減弱。因此，香港需要進行一場全方位變革。而變革的本身正是為香港市民，尤其是香港青年創造機遇。韓先生勉勵香港青年提高自身競爭力，把握時機配合國家機遇，聯通世界，為香港乃至國家作貢獻。

# 與立法會議員對話



經民聯副主席林健鋒、劉業強與副秘書長、青年事務委員會主席陸瀚民帶領實習生參觀立法會，了解立法機關的歷史與職能

7月4日立法會參觀之行始於參觀展覽及拍照區。這裡設有模擬主席台和議員座位，實習生有幸由陸瀚民議員親自介紹議員座位的設備，對議會內部設施有更深入的了解。然後，陸議員又帶領實習生參觀了立法會的歷史廊，概括介紹了立法機關自1843年成立以來的重要歷史事蹟。

其後，一眾實習生來到教育廊參觀；這裡以落地玻璃將參觀區與旁聽會議區分隔開來，使參觀者可以在不干擾會議進行的情況下，一邊旁聽立法會大會，一邊自由討論交流。恰逢當天立法會正在召開大會，議事氛圍不禁使人肅然起敬。

這次立法會參觀行程內容充實，不僅讓實習同學深入了解立法機關的歷史沿革，更親身感受到立法會的莊嚴，成為實習計劃中非常難忘的經歷。



及後，一眾實習生與陸議員進一步互動交流。過程中，陸議員透過不同遊戲，加強實習生對立法會架構的認識。陸議員亦講解時下熱門社會議題，例如分享國家主席習近平在過往七一重要講話所提及的「四業」問題，增加一眾實習生對國家和本港社會的了解。

陸瀚民議員向實習生介紹議員座位設備



陸議員分享國家主席習近平的講話內容



與此同時，作為經民聯青委會主席的陸議員，亦分享他對青年政策的意見，以及介紹他近期提出的「落實『香港無處不旅遊』理念，發展香港盛事經濟」的議員議案，同時分享提出議案的初衷，令實習生進一步了解議員的工作。



實習生積極就社會議題向陸議員發問



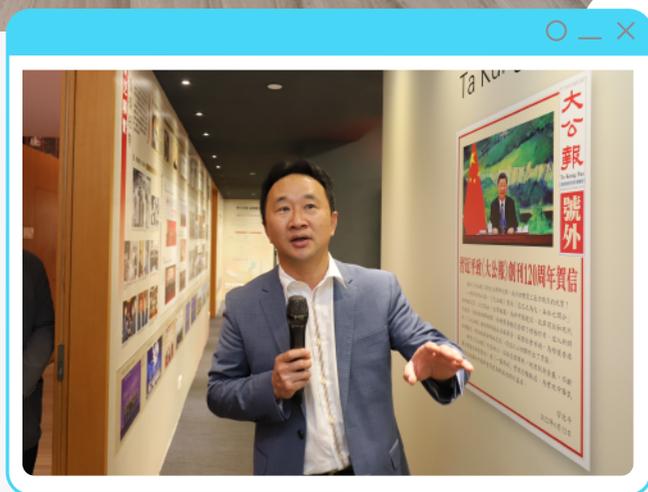
實習生參與分組遊戲，互相討論



# 參觀大公文匯集團



▲ 經民聯主席盧偉國博士帶領實習生參觀大公文匯傳媒集團，受到大文集團執行總經理、大公報副總編輯韓紀文的熱情接待。



7月29日，在經民聯主席盧偉國博士帶領下，實習生來到位於香港仔的香港大公文匯傳媒集團參觀，讓同學們有機會認識報業集團如何面對新媒體的冒起，由傳統報業逐步走向多元創新發展。

香港大公文匯傳媒集團執行總經理、大公報副總編輯韓紀文熱情接待了經民聯一行，帶着實習生到報史館了解香港大公報和文匯報的歷史，並把發展歷程的趣聞娓娓道來。同學們亦到全媒體中心認識大文集團的融媒發展。在全媒體中心，同學們走入導播台和直播間，盧偉國主席更坐上主播台，與韓總模擬訪問對答，體驗在全媒體中心做「直播訪談」。透過這次參觀大文集團，經民聯實習生了解到傳媒報業面對創新轉型的大趨勢，兩報已從當初的傳統紙媒擴展到新媒體矩陣，體驗媒體行業矢志發展的決心。



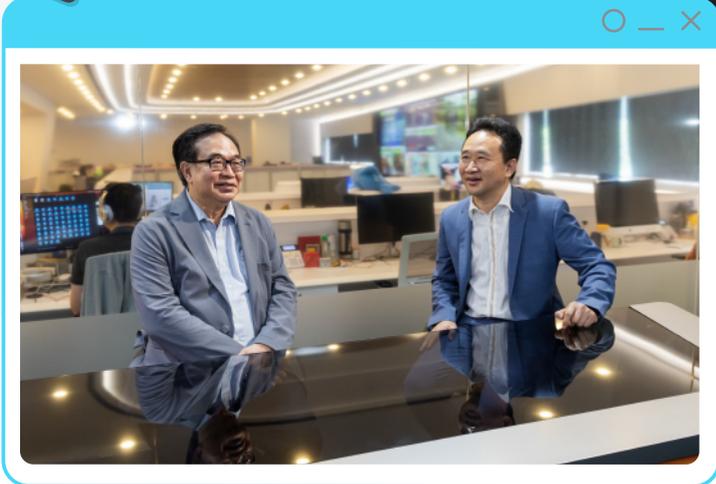
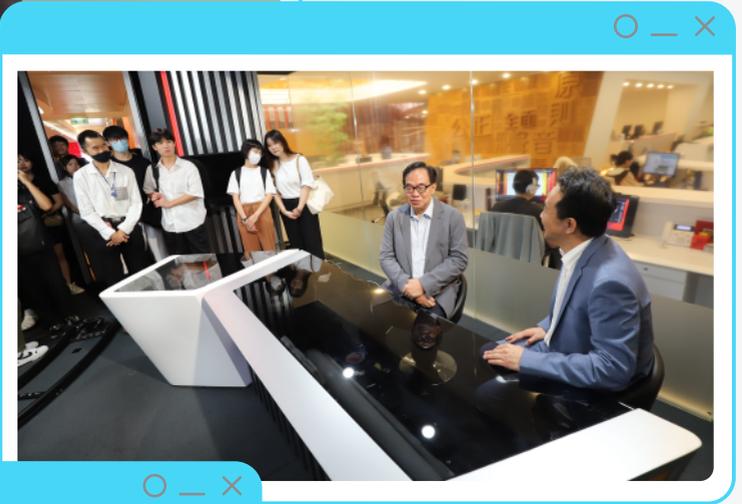
- 參觀報史館，韓總為實習生介紹大公文匯傳媒集團的豐富歷史和企業使命。



- 透過參觀，實習同學對於大公文匯傳媒集團成立的初衷和成就有更深入的了解。



- 實習生參觀大文集團的全媒體中心。



- 盧偉國主席坐上主播台，與韓總模擬訪問對答。



# 站見 鐵路展



▲ 經民聯副書長、青年事務委員會主席陸瀚民帶領實習生參觀港鐵展覽，了解鐵路發展如何推動地區經濟

自1910年九廣鐵路通車，迄今香港鐵路發展已逾百年。今年，港鐵公司為慶祝服務香港45周年，舉辦了「站見」鐵路展，展出多款退役列車以及逾百件鐵路收藏品，為香港鐵路文化歷史傳承作出貢獻。在港鐵公司的安排下，7月25日同學們得到珍貴的機會，親身走訪展覽，了解昔日香港文化與鐵路歷史的演變。

實習生在退役列車前打卡留念



● 港鐵總對外事務經理勞俊衡介紹如何在車站尋求控制室職員協助

## 車站控制室

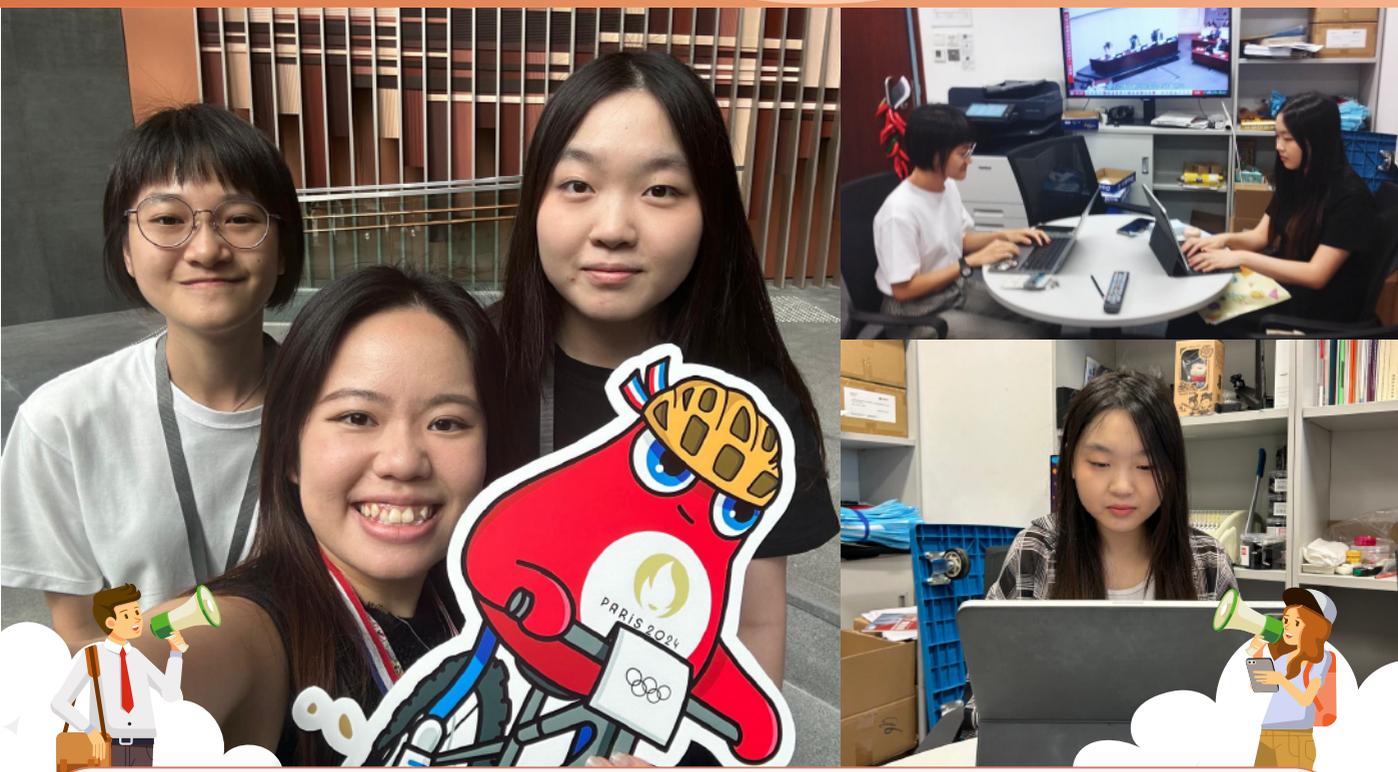


一眾實習生有幸參觀紅磡站車站控制室，並由當值職員介紹控制室的儀器和功能，例如多達三十多個實時連接車站閉路電視的屏幕，了解控制室的運作和車站情況，確保運作暢順。同時，港鐵代表亦介紹港鐵招聘和培訓人才的工作，例如推出對學士畢業生的培訓計劃，增加一眾實習生對港鐵的認識。

## 港鐵職員向一眾實習生講解控制室功能



# 立法會工作點滴



在經民聯的精心安排下，實習生獲安排到經民聯的立法會議員辦事處進行三星期的實習。透過此次寶貴的機會，實習生更深入地了解到立法會的內部運作。實習生的工作包括協助文書處理工作、政策研究以及與議員一同參與立法會活動。在立法會議員及經驗豐富的議員助理的悉心指導下，一眾實習生均受益匪淺。

## 協助處理文書工作：

實習生需協助處理文書工作，當中包括透過觀摩議會辯論，記錄立法會議員於會上的發言及局方的回應、協助議員撰寫有關議會工作的文稿，從而加強對議題的全面認知。



實習生正協助立法會議員處理文書工作



● 一眾立法會議員參與體適能活動



● 觀摩議會辯論



● 於立法會教育廊觀看三讀《強制舉報虐待兒童條例》會議的現場情況

### 觀摩議員參與立法會活動：

巴黎奧運會開幕前夕，實習生有機會觀摩立法會議員「為巴黎奧運中國香港代表團打氣活動」的盛況。活動中除了能聽取中國香港代表團的分享外，更難得看到立法會議員卸下莊嚴的形象，不亦樂乎地試玩各項體適能項目的趣況。

### 為議員準備會議文件：

作為實習生，其中一項重點工作就是為議員準備會議文件。每逢星期三立法會的大會，而大會的議題則在前一個星期五確認，屆時便可打印和整理相關的會議文件，包括大會流程、政策文件、議員議案等，並整理到會議文件夾中。

### 為政策研究進行資料搜集：

立法會議員往往身兼多職，事務繁忙，有時議員助理需對特定議題協助進行資料搜集，集思廣益，再透過議員發言，推動政策優化創新。

三星期的體驗只能匆匆一瞥立法會的運作，但也足以讓實習生見識到立法會的重要性，從立法會議員就條例草案提出的修訂，可見「法」字的重要。

# 地區工作點滴



在實習計劃中，實習生也走進地區工作，為當區市民服務和解決問題，更跟隨區議員的腳步，了解不同地區的需要，共同探討社區的未來發展，實屬珍貴的學習機會。在是次實習中，實習生獲安排到各區的經民聯區議員辦事處工作，親身服務地區，包括探訪、擺設街站、了解該區歷史和為居民解難。從中實習生均能學以致用，發揮所長，更學會待人處事之道。

## 幫助街坊解決疑難

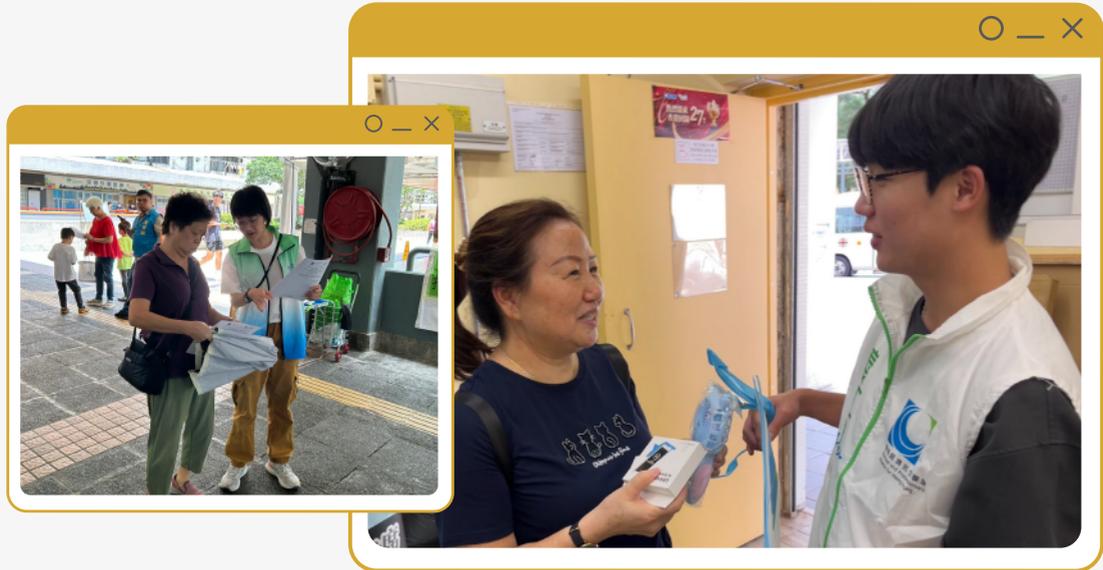
在經民聯地區辦事處職員的細心指導下，實習生學會了待人接物及隨機應變方法，特別在面對情緒激動的街坊時應如何安撫和照顧他們的需要。實習生更協助街坊填寫社會福利申請表格及聯絡相關政府部門，將各種處事技巧學以致用。這些都有助實習生累積更多實戰經驗，為將來投身社會好好裝備自己。

實習生正進行家訪



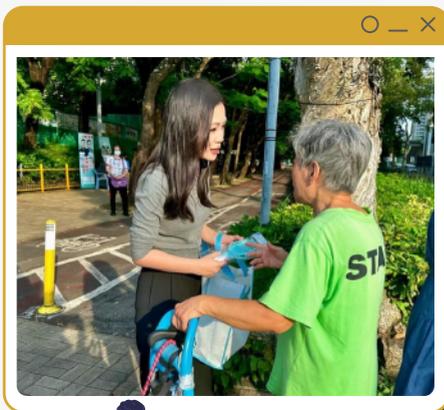
## 探訪居民

特區政府一直推出不少惠民政策，例如提供公共房屋以及各類津貼計劃，然而，這些政策措施的「落地」情況如何呢？本年的實習計劃中，實習生有機會走進社區，調查基層市民的生活狀況，了解到不同社會階層的百態。

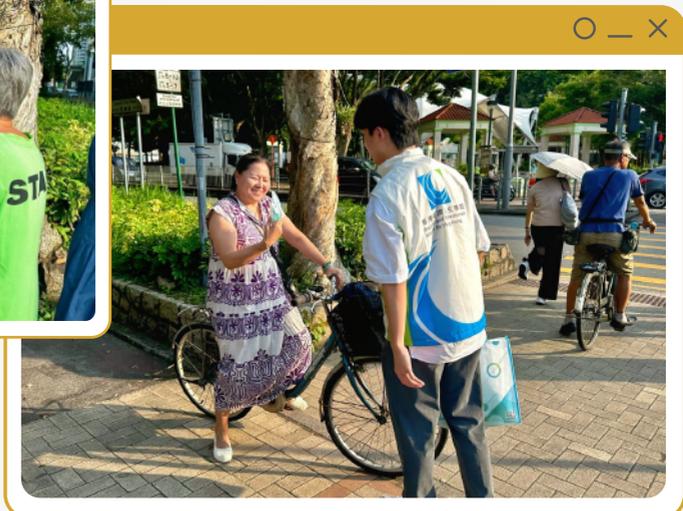


## 擺設街站

身在社區，地區工作者的朝思暮想皆有關如何造福社區，如何拉近與普羅大眾的距離。今年盛夏，本港的溫度居高不下，經民聯北區區議員周天意女士帶領實習同學到上水街頭擺設街站，向街坊派發便攜式小風扇，為街坊在夏日中帶來涼意，也讓實習生親身體驗地區工作，在汗水揮灑間拉近與市民的距離，為社區作出貢獻。



● 經民聯北區區議員周天意帶領實習生於上水街頭擺設街站派發物資



● 實習生向街坊派發便攜式風扇



# 畢業禮



▲ 經民聯主席盧偉國博士在畢業禮上勉勵實習生要終身學習，回饋社會

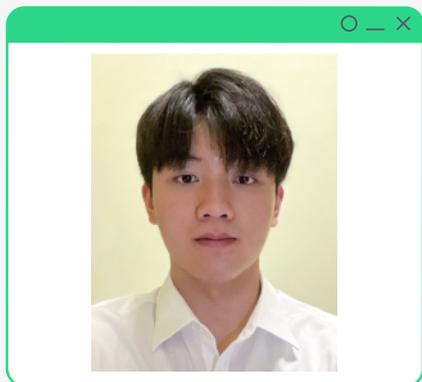
時光飛逝，為期兩個月的「經民聯2024暑期大專生實習計劃」轉眼間圓滿結束。經過一系列的參觀活動，以及分別在立法會和區議會的實戰工作，相信一眾實習生定能藉此寶貴機會拓闊眼界，收穫豐富的學習成果與成長體驗。

在8月9日的畢業禮上，經民聯行政總裁徐旭傑先生首先向實習生致勉辭。徐總裁在致辭中闡述了經民聯與青年的緊密關係，和在社會上所扮演的角色，其中提及經民聯一直堅持以「工商帶動經濟、專業改善民生」的理念，推動香港達至「老有所依，幼有所養；在困境的人士能得到他人的幫助」的境界，故期望實習生在完成實習後可對外多加推廣經民聯，甚至加入經民聯，壯大其發展，讓更多人才服務香港。此外，徐總裁亦寄語實習生要抱持遠大的志向和毅力，同時要了解自己的責任；更需堅持仁愛之道，做好自己，香港便可充滿希望。接著他也藉分享自身經歷，勉勵同學們在任何時候都要秉持謹慎及自律的態度，不論大小事均全力以赴，才可把事情做好，獲得大家的信賴。



緊接著便由經民聯主席盧偉國博士向今屆實習生致辭。盧主席先從四方面分享對年輕人的教誨，包括需選擇好自己欲發展的專業；投入工作並終身學習；回饋社會，及要積極生活。盧主席再以《畢業歌》一曲中的歌詞：「我們今天是桃李芬芳，明天是社會的棟樑」，勉勵實習生將實習中的所見、所聞、所思繼續應用於學習與日後的工作上，發揮所長，共同為社會出力。

在數位實習生分享他們的實習感想過後，盧主席向每位實習生頒授畢業證書，兩個月的實習旅程在「咔嚓」一聲的大合照中完美落幕。希望為各位同學帶來精彩難忘的回憶外，亦能啟發大家尋覓到未來的志向。祝願同學們能在日後走上璀璨光明的人生道路，有志竟成，創出一片天！



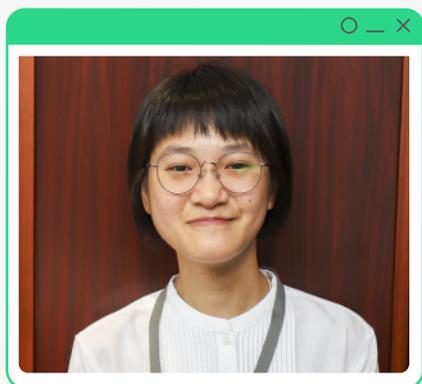
## 陳俊熙 Eric

區議員及立法會議員兩個身份各有其職責，協力為香港市民解決問題，建造更好的社會。我有幸成為經民聯的實習生，在區議員辦事處及立法會議員辦公室實習，體驗地區的工作及立法會的相關事務。

首先，在南區區議員辦事處實習中，我了解到區議員的多元化工作，民生問題不論大小都需要區議員跟進，大至提供法律諮詢，小至家居問題。例如有市民反映家中有老鼠，區議員就立即訂購一批黏鼠板派給有需要的居民。可能一般人會覺得自行購買就可以，但長者有很多事都需要協助。除了解決問題，區議員還需要不時組織社區活動，為居民的生活添加色彩，加強社區的聯繫。在區議員辦事處的實習令我更了解地區工作及改善民生的重要性，有賴區議員的工作，居民在生活上遇到困難才可尋求協助，建設更美好的社區。

其後，在立法會議員辦公室實習中，我了解到立法會的運作。議員透過大會中提出議案幫助市民發聲，並制定合適的政策解決社會問題。在實習期間，我了解到立法會議員工作的複雜性，有很多會議和事務需要處理，即使已經休會，也沒有辦法休息。

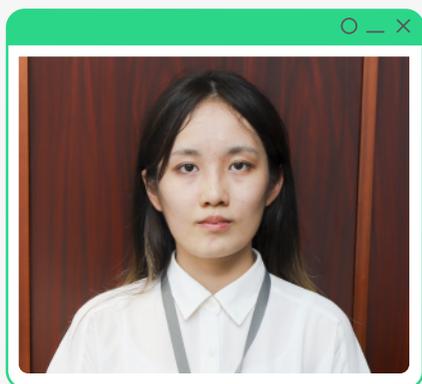
身為實習生的這段時間幫助我更了解社會的運作，以及經民聯對改善民生經濟的貢獻，希望能在日後同樣幫助市民。



## 利樂怡 Cuby

我很榮幸能夠參加「經民聯2024暑期大專生實習計劃」，當中有深刻的體會且獲益匪淺。在立法會議員辦事處工作時，透過觀摩議會辯論，我領悟到即使各議員於會上持有不同的意見，但其實皆為香港發展著想。此外，藉著進行議題背景資料搜集，拓闊了我對本港現行政策的認知。在地區工作方面，我很高興能跟隨區議員一同出席「深水埗區議會會見市民計劃」。在聆聽市民的訴求後，區議員需作進一步的跟進，甚或乎轉介予其他公營或私營機構處理，從而達至「上情下達，下情上達」。我亦深感社區中往往存在著源源不絕的民生問題，如屋邨業主立案法團的爭議殃及居民的日常生活。所以在地區工作期間，足可看到區議員肩負著為市民謀求福祉的重任。

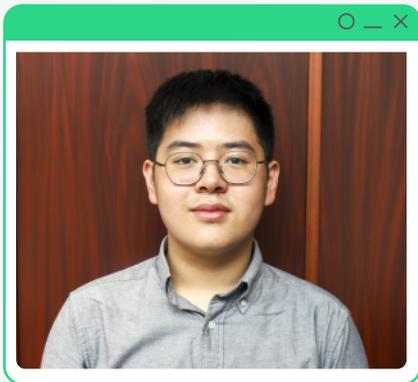
除了有幸一嘗上述的政務工作外，經民聯亦帶領我們一眾實習生進行多元化的外訪活動，從傳媒界到運輸業亦有所涉獵。我們也參與了政治政策研修講座，讓我們能對本港現時及未來的發展有更全面的了解。衷心感謝經民聯悉心的安排！



## 吳瑩瑩 Wendy

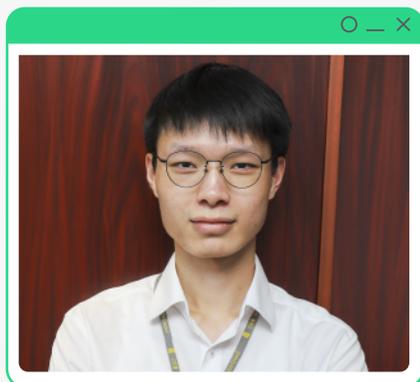
我非常感激經民聯提供這寶貴的實習機會，讓我深入了解區議員的工作，並獲得寶貴的地區工作經驗。在參與區議會工作期間，我與議員助理一起參與「家居維修」和「義剪」等活動，促進建設互助社區，同時在辦事處幫助居民解決問題的過程中，讓我深入了解許多基層民生問題。

在立法會實習期間，感謝陸瀚民議員的指導，我有幸參與政策的議題背景資料搜集工作，提升了我對資料搜集的嚴謹性。這次實習讓我深刻體會到議員多元化的工作，並深信「民生無小事」的核心理念。再次感謝經民聯給予的機會，以及議員的悉心指導與支持！



## 李亮 Michael

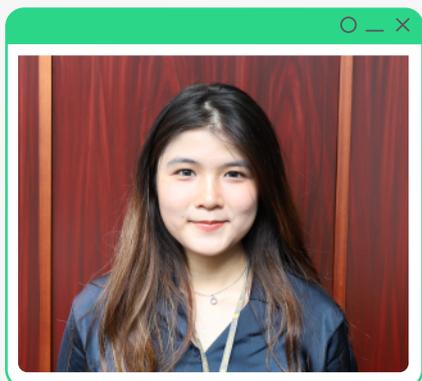
十分感謝經民聯給我這次實習的機會，是次實習讓我有機會接觸到香港政治的方方面面，既有機會參與立法會的政策制訂，也能在地區服務，而實習期間豐富的活動更是使我獲益良多。在區議會實習期間我需要與街坊溝通，為他們解決問題，同時我也有機會去探訪劏房住戶，了解他們的生活困境。在立法會實習期間，我參與擬寫梁美芬議員的口頭質詢，更陪同梁議員出席公開活動，讓我更了解立法會的運作。實習期間的活動和工作豐富了我的個人經驗，也加深我對香港政治的了解，開拓我的眼界。最後再次感謝經民聯給予的機會，以及實習期間議員和同事給予我的教導和指引。



## 胡威 Wyvern

有什麼人會觀看整場立法會大會，是議員或是官員？還有經民聯的暑期實習生。在經民聯的安排下，我很榮幸能夠進入立法會進行短期實習，從內部角度一窺立法會的運作，然後再到區議員辦事處服務市民，獲得難能可貴的實習經歷。立法會對我來說是一個一窺香港核心運作的窗口。政策動向、社會的民生問題，每個禮拜都會在立法會會議上提及，但大多數人只透過傳媒去了解，很少人去觀看立法會會議的直播。但在立法會的體驗使我認為，有時間還是應該去留意立法會的日常工作。立法會是反映聲音的渠道，議員是接受聲音的通道，大會是這些聲音的擴大器，議案是這些聲音的改變，可見立法會的重要性。

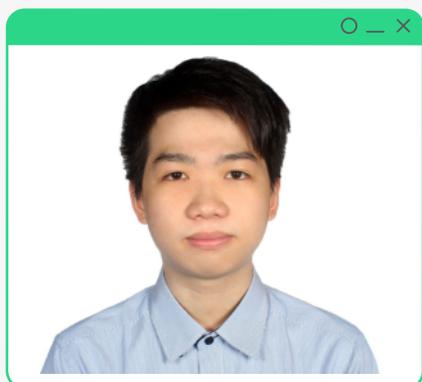
而在區議員辦事處的體驗，也使我認識到民生無小事。例如在區議員指導下，我寫了郵件向路政處反映一個馬路小下陷的問題。車路上有一個缺陷似乎不是什麼大事，居民好像司空見慣，但如果下雨令坑中有積水，汽車駛過有水飛濺到居民身上，就會造成負面影響。區議員的一大角色就是跟進和改善社區各種大小問題，建設更美好的社區。



## 陳冬晴 Raphala

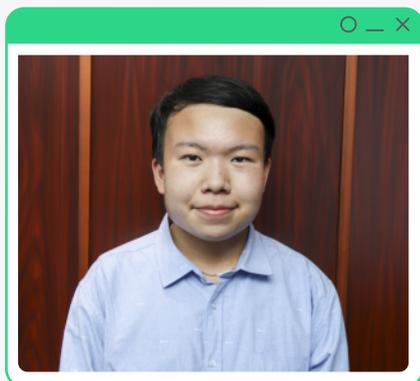
在今次實習過程當中，多個外出工作的機會讓我獲益不少，特別是透過擺設街站能更清楚區內發生的事。印象深刻是早前馬頭圍道水浸，團隊一收到消息就趕去現場維持秩序，從而了解保持區內交通暢通無阻的重要性。這種狀況也是我在課堂中不會接觸到的，因此我也更加明白區議員在這些時候的角色。

還有一次是參觀領展可持續未來館，除了了解到不同界別，例如政府、企業和非政府組織，對環境保護和可持續發展的重視，也令我學會了如何培養綠色生活習慣和可持續的生活方式。



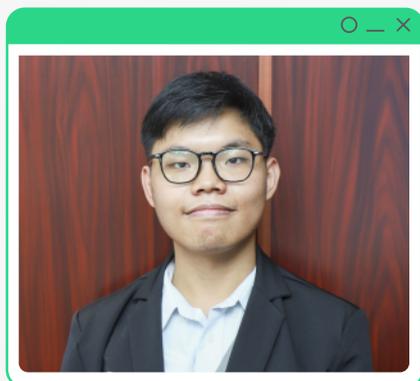
## 羅澤彬 Edward

感謝經民聯為我們提供了這次寶貴的實習機會。是次實習不僅為我提供親身在立法會和地區工作體驗的機會，更讓我深刻銘記經民聯之創會口號「工商帶動經濟，專業改善民生」。一直以來我與眾多基層市民一樣，對於政商界人物均有一種「高不可攀」的印象，然而，政商界之事務卻與我想像的相反。大至親歷立法會中各個議程的決議與通過，小至在地區辦事處與街坊交流接觸，協助他們解決政商法律等問題，均讓我意識到政治與每位市民的生活息息相關、密不可分。無論是政商精英，抑或是升斗市民，只有拋下成見、通力合作，才能使香港由治及興，締造更繁榮穩定的經濟社會。



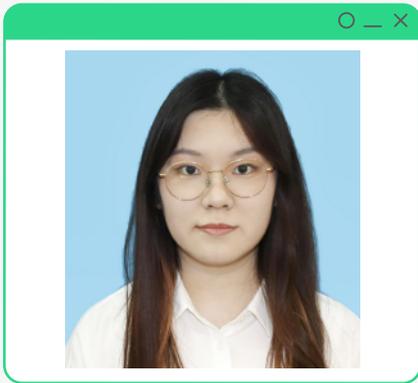
## 馬晉傑 John

非常感謝經民聯安排這個暑期實習計劃。透過實習計劃，我從中獲益良多。當中參觀不同機構的總部，加深了我對不同行業的了解，有助我未來的生涯規劃。就工作實習而言，我有幸獲安排到立法會議員劉業強的辦事處實習，主要工作是協助準備議員講稿及工作報告，加強我對不同政策的認識。另外，實習期間更可以陪同劉議員會見政府官員，了解政策的執行細節及未來發展方向，加強對議員工作的了解。就地區辦事處而言，主要職責是協助解決或轉介市民的求助和意見到相關政府部門，提高了我對社區服務及地區工作的認識。最後，再次感謝經民聯及一眾辦事處同事的協助及教導，令我受益匪淺，留下寶貴的回憶。



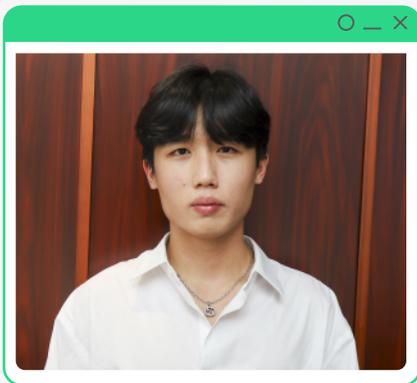
## 吳嘉朗 Calvin

在實習前，我雖然對政府和立法會的運作有一定的認識，但卻從未親身接觸和參與相關工作。是次實習使我了解到幕前和幕後的工作。在立法會時，我明白到議員與政府如何互相監督，更有幸參與撰寫書面質詢的過程，進一步了解政府工作進度，並為政府提供意見。而在地區辦事處時，我更能接近普羅大眾，為該地區的市民服務、排憂解難，機會實屬難得。每次街坊向我求助時，都讓我更深刻體會他們在生活上遇到的困難，尤其是長者較難適應電子化的社會。除此之外，今次實習不但給予我們寶貴的機會走訪不同企業，了解他們的工作及與政府的合作，亦邀請了社會各界的專業人士進行研修講座，加深我們對香港這個國際大都會的認識。



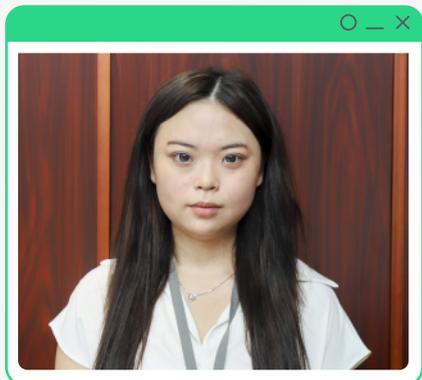
## 蔡欣桐 Clara

非常有幸參加經民聯的暑期實習計劃，轉眼間六星期已經過去，在這段日子實在是獲益良多。這段實習分為兩部分：立法會和地區工作，兩部分讓我接觸到不一樣的事務。在立法會實習期間，我明白到立法會議員對香港未來發展的重要性。他們致力推動政策創新，讓香港邁向高質發展。地區工作也同樣重要，親身體驗地區工作後才深切明白居民的需要。有時部門的溝通不足令他們的問題並未被妥善處理，地區工作則可以為他們提供援助和及時的關心，讓居民明白有人能幫助他們。在這段期間，我深切明白到經民聯「工商帶動經濟，專業改善民生」的理念。我很感謝兩部分實習工作同事的悉心指導和包容，也很感謝經民聯提供這次實習機會，讓我能確立未來的路。



## 李鍵誠 Ken

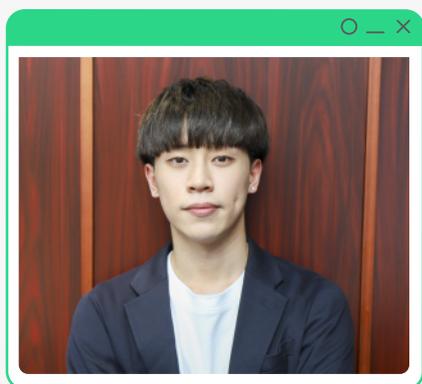
春去夏至，六個星期的實習生活轉瞬間已到尾聲。這六星期的生活，說不上長，也稱不上短，但我確實獲益良多。在立法會實習期間，我有機會為立法會議員撰寫質詢稿，可以一嘗為民發聲的感覺，同時了解到立法會的運作方式，也明白到從政並不是一件輕鬆事，很多事情並非一朝一夕可完成。而在地區實習期間，我了解到區議員如何協調社區運作與民生事務，以及其中的重要性。同時，透過跟隨區議員與其他機構商討建立合作關係及擺設街站，我獲得籌備社區活動的經驗，也學會如何因應市民需求去制定相應社區策略。如今雖然實習生活已完結，但青山仍舊在，幾度夕陽紅，我相信這次實習對我的影響絕不會因年輪流轉而消失。最後，感謝經民聯給予我這次珍貴的實習機會，期許未來的我可以好好運用在這裏得到的一切，貢獻社會。



## 張珈瑜 Carrie

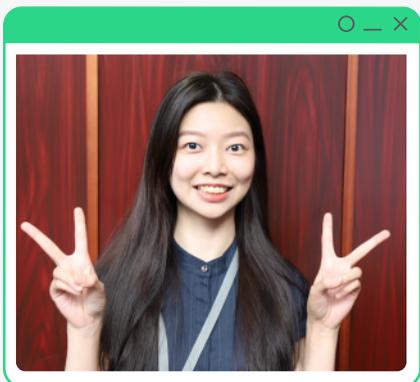
本人十分榮幸於今年暑假參加「經民聯2024暑期大專生實習計劃」。作為一名大學生，我希望能將校內學到的知識與社會時事結合，融會貫通。作為香港社會的一分子，我追求將自己對香港的濃厚感情奉獻於社會，共創未來；作為世界公民，我由衷希望能看到經濟穩定、民眾豐衣足食的盛況，安居樂業。在這番願景下，經民聯「工商帶動經濟，專業改善民生」的理念令我欽佩萬分，經民聯各位成員推動建造了政府、業界與市民溝通的橋樑，有效向政府反映市民意見及社會現況，促進和諧社會的發展，尤其在經濟和民生方面作出顯著貢獻。

對於本人而言，經民聯的暑期實習計劃為年輕人提供了一個接觸社會的平台，拓展自己的視野與人脈。以往接觸社會時事的角可能只局限從自身利益出發，而在參與暑期活動的過程中，與立法會議員梁美芬教授、陸瀚民先生的交談中，我了解到更為成熟、顧全大局的思想。作為政策的推動者，如何惠民利民、推動經濟是一門難度極高的學問。正因如此，思考方式的轉變令我受益頗多，擴闊我看待事情的角度，以及抱持更加理性的態度。再次感謝經民聯為大學生提供如此便利溝通的平台。



## 曾天顯 Teemo

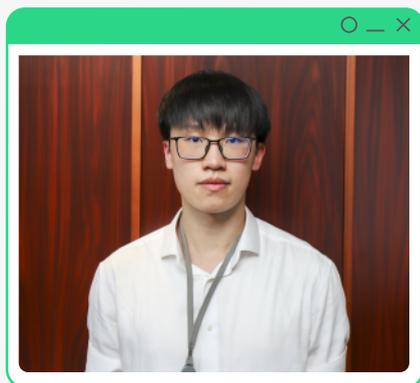
在經民聯的實習期間，我有機會分別在立法會和區議會實習各一個月。在立法會，我親身體驗到議員們為爭取民眾利益而進行辯論的過程。通過旁聽立法會的會議，我深刻理解到制定法律和政策需要仔細權衡各方利益訴求，才能達成共識。隨後在區議會的實習，我更直接參與地區事務。我見到區議員如何耐心地協調不同持份者的意見，設法為區內居民尋求最佳的解決方案。這些寶貴的實踐經驗，不僅增進我對香港政治運作的認識，也培養我的溝通協調能力，以及對公共事務的關注和責任感。整個實習過程無疑為我未來可能投身公共服務打下良好的基礎。



## 姚鳳玲 Flora

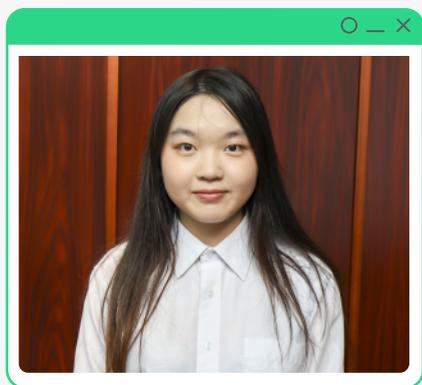
在經民聯的實習經歷中，我深刻體會到理論與實踐之間的橋樑作用。這次實習不僅讓我對香港的政治和社會運作有了更全面的了解，更讓我從實踐中學到了如何在各種複雜的環境中應對挑戰。無論是在立法會議員辦事處的政策研究，還是地區辦事處的社區服務，我都親身感受到「民生無小事」的深刻意涵。這段經歷不僅豐富了我的專業知識，也磨練了我的社交能力，為我未來的職業生涯打下堅實的基礎。

實習期間的各種活動，例如參觀公共事業機構和參加政治政策講座，進一步拓展了我的視野，讓我更深入理解不同領域專業人士的觀點和經驗。我特別感謝所有提供指導的前輩，他們的耐心教導和寶貴經驗讓我受益匪淺。此外，我還結識了一群志同道合的朋友，一起經歷和分享了這段寶貴的旅程。



## 周浚熙 Johnny

我很感激經民聯提供這次實習機會。在這次實習計劃，我能夠協助參與地區事務，解決市民的問題，了解社區各階層的訴求。另外，經民聯亦安排一系列參觀活動，讓我能夠接觸和了解香港的各行各業。我十分高興能夠從中學習，擴闊視野。



## 黃倩雯 Angel

非常感謝有機會在經民聯進行為期六週的實習。實習期間，我深深感受到這份工作所帶來的個人與事業成長。無論是在區議員辦公室，還是立法會議員辦公室，我都有機會更深入地了解不同持份者所面臨的各種挑戰，也意識到社區服務的重要性。例如邊緣社群往往難以獲取所需資訊，或是找不到合適的對象協助解決問題，在這個時候更體現區議員的重要性。於地區辦公室的所見所聞亦引起了我的對服務邊緣社群、貢獻社會福利事業的興趣。

此外，我與同事緊密合作，學習如何有效溝通、制定計劃並推動各項工作，亦十分感激議員助理對我的指導及幫助。我有幸參與了多個社區活動，地區工作使我更親身感受居民的需求和訴求。這些寶貴的經驗亦拓展了我的視野。總的來說，這次實習不僅增進了我的專業技能，也讓我對地區及立法會的運作有了更深入的認知。





f 經民聯BPA 🔍



📺 經民聯BPA 🔍



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

地址：香港夏愨道18號海富中心第一期32樓3204A

電話：2520 1377

傳真：2527 9930

電郵：bpa@bpahk.org

2024年