



「膽粗粗」自薦感謝有心人幫忙造勢

手球在學校體育課雖然是常見項目，但在香港仍屬冷門運動，全運會手球賽讓港隊首次嘗到全城關注的滋味。謝永輝直言當初「膽粗粗」向球迷組織自薦，感謝有心人賽前幫忙造勢，更盼手總持續為本地手球爭取更大的發展空間，讓手球能「入屋」扎根。

全運手球賽「坐爆」體藝館，背後原來是港足球迷組織幫忙造勢，謝永輝笑言：「最初『膽粗粗』在社交媒體私訊希望與他們合作，機緣巧合造就今日盛況。這也證明積極爭取的重要性，就如年初的學界手球精英賽，我亦協助爭取找到冠名贊助商，能夠為學生運動員留下有儀式感的回憶，最終可能成為進步的動力。」

他又提到，港隊以往比賽缺乏關注，但手球總會已計劃爭取中國手球聯賽增設香港站，讓本地球隊與球迷有一個定期可以主場為愛隊打氣的機會，對維繫球員與球迷的熱情，甚至推動經濟亦有助益。

Cafe Bonheur

地址：何文田太平道5號華欣閣地下1號舖

營業時間：星期一至五：08:30 - 17:30

星期六、日：09:30 - 18:30

Ig：@cafebonheurhk



■ Cafe Bonheur



■三文魚蛋沙律貝果

「Bonheur」在法文的意思就是幸福，充滿歐陸風的店舖室內裝潢相當精緻，同時亦是一間寵物友善的咖啡店，與謝永輝在球場上充滿氣勢的形象大不相同。他笑言一切皆因對法國的回憶：「我曾以工作假期在法國住了一年，當時吃過不少傳統法式糕點，但回港後一直未能找到同樣的味道，直到食過這裏的可麗露外脆內軟，甜而不膩，讓我找回在法國的那份感覺。」

除了充滿回憶的可麗露，店內的咖啡和貝果也令阿輝回味。烘得外脆內軟的貝果夾着煙三文魚與順滑的自家製蛋沙律，阿輝拿起就「停唔到口」：「貝果外皮咬下去很脆，內裏很煙韌，與帶點鹹香的餡料非常和諧，既濃郁又清爽，相當美味！另外，雖然我對咖啡沒有特別研究，但這裏的咖啡飲起來覺得很舒適，而且不同風味的咖啡豆亦有不同體驗。有時候在附近擔任球隊教練，上課前也會來這裏喝杯咖啡，在舒服的環境聊天，像為生活『叉電』。」



■ Cafe Bonheur的可麗露讓謝永輝勾起居於法國的回憶。

回想全運會的日子，謝永輝憶起啟德體藝館四方八面的打氣聲，亦直言已成人生最重要的日子之一，但他不並未止步於此，而是早已為

未來思考：「在法國生活那一年讓我有不少啟發，歐洲運動員技術水平很高，但他們也是業餘球手，同樣需要上班，只是每次訓練的兩小時當中都保持極高質素，其他時間可以上班、健身、陪伴家人，以極高效率的訓練來調整自己本來的生活，相得益彰。後來在備戰全運會期間，港隊的歐洲教練亦將此模式套入訓練，我們也證明了這是有效的方式，而且對於香港運動員來說可能比成為全職選手更加適合，未來亦希望球隊後輩能保有這份對手球的堅持，讓港隊在未來的大賽繼續發光發熱！」



■謝永輝指全運會手球賽是人生最重要的日子之一。相片由受訪者提供

十五運會令全城沸騰，香港男子手球隊眾志成城的熱血激情更成為一時佳話。對港隊隊長謝永輝來說，在啟德體藝館「爆場」球迷的打氣聲下比賽當然幸福，但在日常生活中，位於何文田的Cafe Bonheur亦讓他能回味旅居法國的日子，盡情享受幸福的悠閒時刻，為生活「叉足電」再努力。

圖、文：郭思華
部分相片由受訪者提供



■謝永輝對店內美食讚不絕口。

謝永輝三大推薦美食

可麗露 Canelé 40元/個

三文魚蛋沙律貝果 60元

精選咖啡

(38元/8安士、42元/12安士、45元/16安士)