

發展勢頭持續向好 強根固本應對挑戰

北都建設提速

財政司司長陳茂波昨日預告，將於本周公布的第一季度本地經濟增長優於去年第四季4%的表現，為過去五年來香港最強勁的經濟增長。在外圍形勢複雜多變、不確定性增加的情況下，香港經濟增長動能充沛，來之不易，這充分證明安全越來越成為香港發展的優勢，必將進一步增強香港各界對加快融入和服務國家發展大局、全面對接「十五五」規劃的信心。

昨日是五一「黃金周」的第三天，黃雨天氣下，無阻旅客訪港的熱情。入境數字顯示，首兩日訪港旅客達逾60萬人次，按年增加6%。香港旅遊業持續復甦，今年首季，訪港旅客數字按年增長17%，超過1430萬人次，再創疫情後的季度新高。以此推算，全年訪港旅客數量有望突破原本估計的5380萬人次，預料帶動與旅遊相關的總消費量增至2400億元，較去年上升近一成。

發展動能澎湃的不止是旅遊業。今年首季本港出口表現強勁，以貨值計上升32%，同樣是五年來表現最好的季節。若單計三月份，升幅更達到驚人的36%。本地消費市場亦持續改善，根據本港主要電子支付平台的數據，今年首季零售和飲食相關的消費按年增加了

5.2%，本地市民飲食消費連續六個季度按年上升，其中非快餐類食肆的消費更增長近8%。「吃什麼」堪稱市場信心的晴雨表，市民在飲食開支方面的增加，其實是收入增長及對未來信心增強的體現。

最能反映市場信心的莫過於樓市和股市。本港金融市場持續火爆，今年首季新股上市集資額繼續高居全球榜首。在中東戰爭爆發後的一周，本港股市每日成交量較平時增加約一千億元，凸顯香港作為國際資金「避風港」的角色。另一方面，樓市在今年首季出現「小陽春」，一二手成交量顯著反彈。首季整體住宅買賣達17000宗，按年飆升逾63%，創15年同期新高。差估署樓價指數累升4.4%，中原城市領先指數更升5.59%，單季升幅已超過去年全年。

全球貿易戰陰霾不散，全球產業鏈、供應鏈加快重組，二月底中東戰火重燃又大幅推高油價，加劇了全球市場的動盪不安。在如此惡劣的大環境下，香港首季經濟增長為過去五年之最，背後的邏輯引人深思。六年前香港國安法落實，國際市場對香港的未來不無憂慮，反中亂港勢力更是一片唱衰之聲。但事實勝於雄辯，香港經濟在過去幾年

持續復甦，經濟增長遠優於大多數發達經濟體。踏入新年以來，香港發展勢頭更好，印證只有高質量安全，才能護航高質量發展。

在耀眼的經濟數據後面，也彰顯國家始終是香港最堅定的靠山。事實上，香港各行各業的強勁動能，都離不開國家惠港挺港政策陸續有來，離不開「北水」持續灌注，離不開共建「一帶一路」為香港經濟擴張打開了另外一片廣闊天地。舉例說，隨着國家進一步擴大對外開放，越來越多內地企業通過香港布局海外市場，為香港服務業帶來又一個春天；「十五五」規劃推動科技自立自強，重點突破「卡脖子」技術，為香港北都建設及打造國際高端人才集聚高地，提供了千載難逢的機遇。

當然，「風景這邊獨好」之下，絕對不能低估香港未來面對的諸多風險和挑戰。國際油價居高不下，對香港經濟的實質影響將在第二季體現，雖然特區政府的支持措施有助減緩其衝擊，但未來需要持續高度關注市場變化，靈活應變。最重要的是，加快制訂香港的首個五年規劃，全面對接國家發展戰略，進一步提升香港應對國際風雲變幻的底氣和定力。

粉嶺繞道東段昨日正式通車，運行暢順。作為北都會區首個落成的大型基建項目，不僅改善了市民出行效率，配合了區內首個公屋項目鳳凰嶺邨今年入伙，更標誌着北都建設提速，由規劃藍圖邁入實質收成階段。

粉嶺北新發展區是整個北都首先開啟的地區。粉嶺繞道連接石湖新村及粉嶺北新發展區，通車後，為市民在高峰時段減少10分鐘的車程，將有效分流粉嶺北發展區未來的交通，紓緩現時粉嶺至上水一帶主要道路的交通負荷。該道路建設的技術創新也可圈可點，一是使用了橫向轉體技術，仿如漫畫中的「飛魚轉身」；二是採用國產超強鋼，強度為一般鋼材的3倍，亦是全球首次在行人天橋使用，為加快北都基建帶來良好示範，亦讓國家的硬科技透過香港推向國際舞台。

北都是香港高質量發展的重要引擎，也是香港加快融入與服務國家發展大局的關鍵平台。北都建設以「產業帶動、基建先行」的原則推進，隨着粉嶺北建

設初見成效，其他基建如新田科技城、洪水橋／厦村發展區、古洞北新發展區的建設如火如荼，作為北都主要交通樞紐的北環線工程亦在密鑼緊鼓中，北都發展動能充足。河套香港園區早前開園後，重點企業陸續進駐。

因應國家戰略規劃和香港發展的需要，北都建設有必要進一步提速。特區政府正着手制訂香港的首份五年規劃，北都置於核心位置。五年規劃不只是發展藍圖願景，更包括明確的政策及落實路徑，涵蓋交通網絡完善、產業布局落地、生活配套跟進等多個方面。早前特區政府表明將訂立專屬法例，進一步「拆牆鬆綁」，包括簡化規劃程序，加快土地收回補償，及推廣創新建造技術，北都建設已提速。

粉嶺繞道東段通車提升了加快北都建設的信心。相信特區政府各部門及相關機構，將以時不我與的緊迫感，盡早完成五年規劃的編制並高效執行，以精準對接國家「十五五」規劃，實現香港的高質量發展。

編者按 青年強，則國家強；青年興，則香港興。值此「五四」青年節之際，《大公報》訪問了多位香港青年。他們有的從全職運動員轉做教練，在不同賽道上堅持理想；有的瞄準大灣區發展，以雙城生活活出「最潮」人生；有的將對家人的愛轉化成編程的動力，將有溫度的創新帶進社區；有的以鏡頭記錄新時代，為城市發展注入青年視角……

《大公報》今起推出「港青·好嘢」專題系列，向讀者講述香港青年奮發向上的故事。他們，正是令這座城市變得更美好的生力軍。



港青·好嘢

他曾在球場上與林丹、李宗偉鏖鬥三局，殺得難難難分；也曾因傷病兩度與奧運擦肩而過，留下遺憾。在接任香港殘疾人士羽毛球隊總教練後，他攜手隊員迎戰殘奧並取得佳績。

他是陳仁傑，香港羽毛球代表隊前成員，世界排名最高第九。去年，他同時獲頒榮譽勳章、也獲選「十大傑出青年」。五四青年節前夕，他接受《大公報》訪問，分享充滿正能量的人生信念：「勇於承擔，不要讓一次失敗定義自己」；「努力進步，真正的實力與成功終會被看見！」

大公報記者 吳俊宏



掃碼睇片

一張報紙，一則消息，改變了一位體弱孩童。

「我小時候患有哮喘，家人相信，多做運動會對身體有幫助。」陳仁傑回憶，那時的他不知道，命運的轉折點藏在一張報紙裏。某天家人在報紙看到一則羽毛球訓練班的信息，便鼓勵孩子：「去玩吧。」

那年他九歲，從未握過球拍。

「真的打幾下就打中球了。」他笑得開懷，語氣裏仍帶着當年那份驚喜與自豪。教練很快發現這孩子手感奇怪，雖然仍要他反覆練習「揮拍」、「開波」等基本功，但他掌握得很快。教練推薦他去參加當時名為「青年軍」的選拔。

參加了暑期訓練班後，他轉入「青年軍」，一步步打進香港青少年隊，直到會考後他做了一個影響一生的決定——轉做全職運動員。

「那時候年紀小，不覺得辛苦。因為好玩、喜歡，上手快，有成就感。年少就在香港拿了一些獎項，甚至冠軍，所以很有衝勁和動力。」他跟家人說：「暫時不讀書了。」

2002年的香港，全職運動員缺乏支援，不被社會看好，「跟現在不一樣」。對他的決定，家人既支持又擔憂，於是在陳仁傑中四那年，他對家人承諾：以做全職運動員為目標，也要保證會考分數。結果他考了14分，不算頂尖，但足以升學。「我完成對家人的承諾。」最終他收起中六錄取通知書，走進體育學院。

「低谷時的堅持才是最難得的。」

做全職運動員，他目標明確：世界排名前十，參加奧運會。



▲陳仁傑曾與林丹、李宗偉在世界賽上激戰，世界排名第九，卻兩度因傷無緣參加奧運。大公報記者麥潤田攝

但世界排名，他登上了第九。「2009年，我24歲，真的很開心。趕緊跟家人、教練分享，覺得原來真的可以做到。」他說，那一刻最大的意義，是讓關心他的家人更理解、認同當年的選擇。

站在世界第九的位置上，陳仁傑與所有世界頂尖羽毛球員交過手。林丹、李宗偉，每人至少對戰八次。「有時候都打得很膠着，能給對手製造壓力，但就是贏不了。」他沒有因此氣餒，「他們就是我的目標。年輕時不怕輸，覺得誰來都能衝一衝。」

但他也漸漸明白，「贏了一場勝利也不代表什麼，攀過這幅高牆，還有其他高牆要越過。以前的輸贏，都是人生的歷練。」

經歷過運動員的高光時刻，最難的是從高處跌落時，如何重新站起來。「低谷時的堅持才是最難得的。」這句話，他如今經常告訴自己所教的運動員。

2018年，陳仁傑回到香港隊協助運動員備戰東京奧運。翌年，香港殘疾人士羽毛球隊總教練邀請他以兼職形式幫忙，備戰歷史上第一屆殘奧羽毛球項目。

但他猶豫了。

「第一次接觸，有點擔心自己能不能幫到手。輪椅選手要推輪椅再擊球，規則完全不一樣。」他沒有裝懂，而是努力去了解，上網看了大量比賽片段和訓練方法，然後主動站到殘疾運動員的角度進行溝通：「這樣打你們能不能做到？有沒有難處？有什麼建議？」

2021年東京奧運結束後，殘疾人士羽毛球隊出現教練空缺，陳仁傑獲選接任教練一職。接受的話，意味着他不僅要教技術，要管理整支球隊，同時離開一直耕耘的健全人士羽毛球領域。

「我想陪大家邁出這一步，幫他們突破自己。」

他再次考慮了很久，最終下定決心，「他們（殘疾運動員）有的有足疾，撿球都不容易。但一開球，就像野獸一樣撲出去追球。」他頓了頓，「那種拚勁讓我反思：我做運動員時，會不會因為一點傷痛就放棄打球？」

當時香港輪椅羽毛球運動員陳浩源也希望陳仁傑留下，想要再打一屆殘奧。「我也想陪大家一起邁出這一步，幫他們突破自己。」

2024年巴黎殘奧，由陳仁傑帶隊，陳浩源打進決賽並獲得銀牌。晉級決賽的那一刻，陳浩源轉身擁抱他。「那種感動，真的無法用言語形容。」陳浩源也直言，自己取得殘奧佳績，是經歷過「魔鬼訓練」，教練陳仁傑功不可沒。「他帶了很多球場上的智慧給我，令我明白什麼是專業。」

2025年，陳仁傑獲選為「十大傑出青年」，更獲得特區政府頒授榮譽勳章。面對榮譽，他坦言感到光榮，「我不是因為拿了獎才更努力，而是一直堅持、失敗不放棄，不斷學習，才得到了這些認可。」

「青年人要有理想有承擔。」

今日是五四青年節，陳仁傑分享自己的感悟：「青年人要有理想有承擔。」他說，作為教練，最大的承擔是教導運動員：承擔自己定下的目標，承擔失敗的後果。「不要怕承認失敗，也不要讓一次失敗定義自己。」

談到自己兩度錯過奧運，他說：「這個遺憾能提醒我，也提醒我們運動員，要更珍惜機會，更努力。如果輕易放棄，就沒有今天的我了。」

「去年我大學畢業了，圓了讀書的夢。」堅持理想，突破自我，陳仁傑身體力行展現責任擔當，下一步，除了帶好球隊，「我會舉辦工作坊，教更多年輕人打羽毛球！」

錯過了奧運 成就了他人

殘羽總教練陳仁傑：

勿讓一次失敗定義自己



▲陳仁傑去年獲選為「十大傑出青年」，更獲得特區政府頒授榮譽勳章，他表示，「一直堅持、失敗不放棄，不斷學習，才得到了這些認可。」



▲陳仁傑帶領運動員奪得殘奧羽毛球賽銀牌等重要獎項。

雖經多番轉折 奧運仍是目標

矢志不渝

從體弱少年到世界第九，從兩度與奧運夢失之交臂的港隊前代表，到帶領殘疾運動員奪下殘奧銀牌的總教練，陳仁傑的人生賽道幾經轉折。萬眾矚目的奧運場館，仍然是他的目標——他希望陪着自己的隊員，打出更動人的比賽。

培養獎牌健兒 助力突破自我

轉任香港殘疾人士羽毛球隊教練後，陳仁傑最大的改變是放下主觀判斷。他不再以「我覺得」作標準，而是主動聆聽運動員的意見。為理解輪椅選手的難處，他坐在與輪椅等高的特製椅子上與隊員對練，從第一身視角體會技術難點。同時專注於技術溝通——如何處理高空球、如何省力擊球。有時他也站着對練，增加難度。此外，他持續學習運動科學與運動心理知識，以更客觀的方式分析指導，一步步建立與運動員之間的信任。

陳仁傑認為，「教練的擔當」在於當運動員遇到瓶頸時，不將問題簡單歸咎於不夠勤力，而是從心理、技術、溝通等層面協助分析癥結，讓運動員看清方向。「運動員的成績不會火箭式上升，教練必須信任運動員，與他們並肩前行。」

未來，他要帶運動員備戰愛知·名古屋2026亞洲殘疾人運動會，以及2028年洛杉磯殘奧。「不只是培養獎牌運動員，更讓每一位隊員都能發揮潛能、突破自我。」