

300 港澳青年進軍營 感受國防力量

「今天的和平生活 離不開強大的國家後盾和軍人守護擔當」

9月20日，2026年度「同心同行・強國有我」港澳青少年進軍營活動在武警廣東總隊某部舉行。來自香港、澳門以及暨南大學港澳子弟學校的300餘名港澳青年學生走入軍營營區，通過軍營生活體驗、軍事課目演示、武器裝備展示、參觀部隊營區等環節，沉浸式感受軍營風貌。參與活動的不少香港青少年觀摩軍事訓練後感慨萬千，紛紛表示，「今天的和平生活，以及我們年輕人有機會追逐夢想，背後都離不開強大的國家後盾，離不開軍人負重前行的守護與擔當。」

大公報記者 黃實儀、李紫妍廣州報道



▲港澳青年參觀武器裝備。

圖片來源：武警廣東總隊

◀20日，武警廣東總隊「同心同行 強國有我」港澳青年進軍營活動舉行，逾300名港澳青年學生走入軍營營區，參觀及體驗軍營生活。圖為進軍營活動現場。 圖片來源：武警廣東總隊

港澳青年進軍營活動由武警廣東總隊聯合廣東省港澳辦以及香港特別行政區政府、澳門特別行政區政府有關部門舉辦。今年恰逢中國工農紅軍長征勝利90周年，活動特意融入相關元素，共設計了軍營生活體驗、軍事課目演示、武器裝備展示和參觀部隊營區4個環節，為港澳青少年搭建可觀、可觸、可感的國防教育窗口，沉浸式體驗軍營生活。

觀摩軍事訓練 品嘗單兵口糧

活動中，武警官兵向學生們演示了穿越機破障、噴火器射擊和狙擊槍精度射擊等多個軍事訓練課目，精彩的演練贏得現場陣陣掌聲與喝彩；在武器裝備展示區，學生們在官兵指導下近距離觀摩各類裝備，了解武器操作流程；走進班排宿舍，青年學生參觀了整齊劃一的內務設置，感受軍人一絲不苟的嚴謹作風。

已經第三次參加進軍營活動的香港大學四年級學生戴文敏激動地告訴記者，她很珍惜參加國防教育活動的機會，每一次來到軍營，她都能看到更為先進的新式裝備，尤其今年演練當中亮相的機械狗，更讓她真切感受到祖國國防力量的日益強大。活動期間，戴文敏還品嘗了軍用餅乾、高能量棒等單兵口糧。這些平時少有機會接觸到的軍旅生活細節，帶給她強烈的震撼，也讓她更深切體會到，當下安穩幸福的生活、可以勇敢追夢的底氣，背後正是中國軍人的默默守護。

「作為中國人，我感到榮幸！」戴文敏說道。

港青劉熙林說，本次軍營參訪過程中，大家通過短片回望香港與深圳、廣州等地的交往歷史，從全新視角重溫港珠澳大橋、羅湖口岸等重大基礎設施的建設歷程，了解沙頭角邊境的時代變遷，進一步認識到解放軍守護邊境安全的重要意義，也看到羅湖口岸作為對外聯通的重要通道，凸顯出香港在國際交流當中的獨特作用。

軍人保家衛國無私奉獻

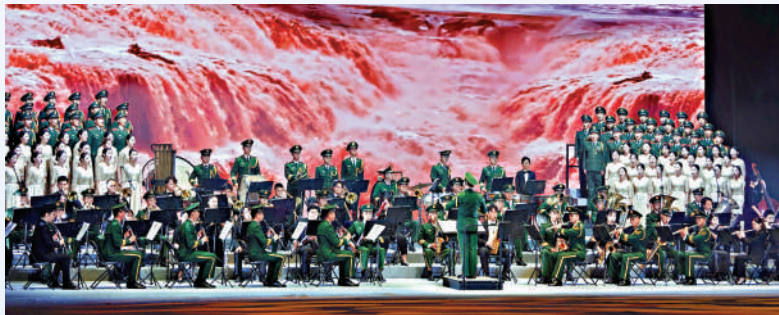
「去年我有幸到北京觀看了九三大閱兵，今年又能走進軍營，近距離了解軍人們的生活，接觸軍事裝備，真的深受感動。」劉熙林說，這次走進軍營，港青們還欣賞了軍營文藝演出，看見了軍人鮮活生動的一面，更難得的是得以親手觸摸多款武器裝備，沉甸甸的器械重量，讓她直觀體會到軍人訓練的艱辛，愈發懂得軍人守護家國的奉獻與偉大。

港澳青年進軍營活動旨在增強粵港澳青年國防意識，引導他們在沉浸式體驗中讀懂祖國、讀懂國防，已連續三年舉辦，港澳地區共有約3000名青年走進武警軍營，沉浸式體驗軍旅生活。下一步，武警廣東總隊還將組織「我眼中的長征精神」短視頻創作、主題曲接力傳唱等系列活動，持續放大活動效果。

三地青年同聲同氣 音樂盡顯「灣區同心」

【大公報訊】記者黃實儀、李紫妍廣州報道：緊急集合號、衝鋒號等軍號聲串聯敘事，長征前夕犧牲的香港烈士黃甦、東江縱隊「秘密大營救」等粵港澳三地共同的歷史記憶融入樂章；飽含灣區印記的經典港樂回響於禮堂，激盪起屬於粵港澳三地的奮鬥情懷；武警廣東總隊官兵和粵港澳三地院校學生、青年樂團演員同台演唱原創主題曲《同心同行》，背後螢幕上騎樓、漁歌等大灣區文化標識逐一顯現，文化和情感將所有人聯結在一起。粵港澳青年國防教育音樂會20日晚在暨南大學舉行，歌聲與心聲交融，進一步強化粵港澳青年國防意識。

此次進軍營活動拓展舉辦了「鐵馬金聲強軍路，同心同行新征程」粵港澳青年國防教育音樂會，以「軍號為魂、時序為軸、號音起章、樂章敘事」為設計理念，分為「信仰遠征、屹立東方、潮起灣鳴、永久奮鬥」4個篇章。



▲進軍營活動拓展舉辦了粵港澳青年國防教育音樂會，由武警廣東總隊官兵及大灣區學生、樂團進行合唱演出。 大公報記者黃實儀攝

文化符號強化灣區情感認同

記者現場所見，整個晚會突出港澳元素：熟悉的港樂《海闊天空》《萬里長城永不倒》等流行曲目，為觀眾展現灣區特色文化；「共飲一江水，流過多少年。阿嬤唱起漁歌，飄過騎樓屋簷」的原創主題曲《同心同行》響起，騎樓、漁歌等大灣區文化符號，強化三地文化與情感認同。港青劉熙林說，最令自己動容的是東江縱隊港九大隊「小鬼班」少年戰士的故事。危難歲月裏，香港少年戰士以生命掩護文

化精英與愛國民主人士安全撤離。這段往事讓她深深感悟，在民族危亡的關頭，香港同胞始終心繫家國，義無反顧地為祖國挺身而出。這份跨越歲月的精神力量，也激勵着她今後不斷求索，思考如何更好實現自身價值、貢獻青春力量。

晚會尾聲，《我和我的祖國》的悠揚旋律響起。現場觀眾紛紛揮動手中的五星小紅旗，自發加入到大合唱之中。舞台之上與觀眾席匯成一片熾熱的「中國紅」，這一刻，港澳青年與祖國同心同行的真摯情懷盡情流露。

「GROWS Together 職場有你」分享成果 逾百港生走訪內地 領略國家科技發展

由香港優質師友網絡、香港警務處東九龍總區共同主辦的2025-26「GROWS Together 職場有你」結業典禮暨京津冀高新發展及歷史文化交流團成果分享會於本月19日舉行，本年度共有125名東九龍區中學生參與受惠，分別參加不同主題交流團，走訪深圳前海、成都、重慶、北京等地，圍繞歷史文化與科技主題展開活動，親身感受內地產業的發展成果。保安局局長鄧炳強表示，透過師友計劃、企業參訪、舉辦講座、文化交流這類活動，可以協助學員正確認識國家的發展，拓寬職業視野，把個人發展朝着國家發展的方向邁進。

大公報記者 易曉彤



▲2025-26「GROWS Together 職場有你」結業典禮19日舉行，共有125名東九龍區中學生參與受惠，走訪內地各省市，圍繞歷史文化與科技主題展開活動，讓學員正確認識國家的發展。

大公報記者蔡文豪攝

本年度項目開展多場主題交流團，組織學員走訪前海、重慶、成都、北京、天津、河北等多地。全新落地的首屆香港青年北京實習計劃突破傳統短期體驗模式，開展為期一個月的深度職場歷練，實習單位涵蓋政府、金融、醫療、文化多個領域，讓學員累積內地真實工作經驗、提升個人競爭力。一連串國情參訪與職場實習，有效拓寬青年視野、深化國家認知，搭建起香港青年連結內地的重要橋樑。

深入前沿產業基地 認識國情

鄧炳強致辭時表示，今年活動舉辦為期八日的交流團，來自東九龍21間學校的62名高中生，有機會深度走訪天津、廊坊以及北京三個地方。除了參觀高端製造、商業航天、生物醫藥等前沿產業基地，也走進北京大學校園、黨史館等地，深入認識國情。他鼓勵同學們勇敢走出去，用更全面的眼光認識自己、認識國

家、觀察世界；要找對同行的夥伴，建立互相扶持鼓勵的網絡，為個人與國家未來的發展共同努力；堅定愛國的信念，把個人發展和國家發展結合在一起。

香港優質師友網絡主席楊莉珊致辭時表示，職場有你計劃充分展現政商民協作的良好格局，並緊扣特區五年規劃及2026年施政報告的青年發展部署。項目推行四年來，交流版圖由北京逐步輻射全國多個省市，未來優質師友網絡將持續豐富項目內涵、優化活動體驗，全力推動GT5順利開展。

民政及青年事務局青年專員林兆康致辭時表示，自2022年《青年發展藍圖》公布以來，民政及青年事務局便把傳承愛國精神、厚植家國情懷、推動青年融入國家發展大局，作為核心工作方向。局方持續推行多元化的內地交流及實習計劃，讓香港青年能夠親身走進祖國，把握國家重點發展戰略帶來的歷史機遇，協助

青年人追夢圓夢。

善用國際視野 扮演超級聯繫人

警務處助理處長、東九龍總區指揮官謝翠恩致辭時表示，交流團的特色是設有晉升制度，為學員提供階梯式發展機會，還可以走訪小米、騰訊這類一般旅行團難以抵達的企業。她展望參加計劃後的學員能切身感受到國家科技發展的蓬勃，善用香港人兩文三語、擁有國際視野的優勢，扮演超級聯繫人的角色。

2025-26「GROWS Together 職場有你」由香港優質師友網絡、香港警務處東九龍總區主辦，北京海外聯誼會、天津海外聯誼會、香港北京社團總會、香港天津社團總會聯合主辦，並獲中央政府駐港聯絡辦北京聯絡部、香港特區政府駐京辦、民政及青年事務局、青年發展委員會、恆基兆業集團鼎力支持。

22名學員赴京實習 累積內地職場經驗

【大公報訊】記者易曉彤報道：GROWS Together的香港青年北京實習計劃是今年的創新項目，22位學員前往北京多家企業及政府機構，展開為期一個月的實習，當中包括特區政府駐京辦、貿發局華北辦事處，讓青年透過職場歷練累積寶貴的內地工作經驗。

學員黃子瑜在特區政府駐京辦展開了為期一個月的實習工作，他分享說，第一天到駐京辦時以為一個月的上班時光會很漫長，誰知道駐京辦這個地方充滿人情味，讓這一個月過得格外快速、充實。在那裏他學到的不只是處理文件上的各種細節，更多的是自信心的提升。記得當時有一項工作是小組專題匯報，他在有限的時間內製作了各式各樣的資料手冊，也反覆不斷地做口頭演練。這次實習最大的收穫是學會了高效率的處事方式，深刻體悟到有些看起來簡單瑣碎的日常事務，也必須抱持細心嚴謹的態度。他說這次的職場體驗，不只是一次自我突破，更是他未來發展寶貴的基石。

就讀大專的陳杞然是第四年參加「GROWS Together 職場有你」計劃，她說，這四年間參加了各式各樣的活動與計劃，也有機會擔任不同的角色，從團隊的組員，一步步成長為領導者。她今年到香港貿易發展局北京總部進行實習，其間有指導老師給予她工作上的指導，她也把在學校學到的商業課題，運用到日常事務以及項目策劃當中。她說，這段經歷不僅拓寬了她的視野，也讓她更深刻地體會到，原來自己在公共關係以及跨部門協調方面的潛力，比自己想像的還要更大。她說，面對各式各樣的人與事，她會勇敢地表達自己的想法，不會只是在一旁等待答案。當遇到問題的時候，則會先尋找解決方案，並且進行總結。未來她會保持學習的心態，迎接每一個挑戰。



▲有參與香港青年北京實習計劃的學員分享，在實習中學會了高效率的處事方式。 大公報記者蔡文豪攝