

# 長幼情跨代快樂共融攜手共建和諧社區



◆ 活動當天有超過650名長者和義工參與，場面熱鬧！

◆ 大會主席、香港一帶一路獅子會會長何曉瑩致辭。



近年社會強調跨代共融，塑造長幼和諧社區。香港一帶一路獅子會於上周六（22日）在獅子會蔣翠玲中學舉辦「腦有記·老幼樂·福飯伴」長幼共融服務，透過一連串活動共建長幼交流平臺，讓長者擴闊社交網絡，加強與社區群組之互動，活動當天有超過650名長者和義工參與，場面熱鬧！

大會主席、香港一帶一路獅子會會長何曉瑩帶領全國政協委員、立法會議員李鎮強，第七區主席、聖約翰救傷隊分區會長兼前會長會主席莊紹嘉，保良局社區服務部（安老服務）服務經理包穎懿，新家園協會九龍西服務處陳靈慧，德善長者福利中心主席蔡偉恆，上海徐匯香港聯誼會會長李民輝，獅子會蔣翠玲中學校長郭銳涵，夢騎士創辦人李鑑峰，漢華中學（小學部）莫园芳，大會副主席、第十二分域主席鄒欣格作為主禮嘉賓，共同主持啟動儀式。

大會主席、香港一帶一路獅子會會長何曉瑩在致辭時表示，所謂家有一老，如有一寶，希望結合長者的經驗智慧與年輕人的創意熱情，產生獨特的「跨代力量」，香港一帶一路獅子會未來必



◆ 全國政協委員、立法會議員李鎮強致辭。

會積極推廣長幼共融，全力配合政府促進跨代和諧，共建美好團結社區。

全國政協委員、立法會議員李鎮強表示，今天中國的輝煌成就有賴祖輩早年的奮鬥和貢獻；期望日後共建立跨代守望相助的社區網絡，祖輩發揮其實貴的知識和人生經驗，年輕人透過和長者的交流互動，增進彼此關係，亦有更多機會關顧長者，讓「孝」的智慧代代傳承！

為促進長者身心靈健康及跨代陪伴，香港一帶一路獅子會精心規劃當天活動，包括健康講座，邀請記憶大師李鑑峰分享記憶訓練技巧，預防老退化症；香港一帶一路獲會漢華跳繩隊表演花式跳繩、經典金曲獻唱及福袋贈送等環節，現場氣氛高漲，樂也融融。



◆ 記憶大師李鑑峰分享記憶訓練技巧。



陳女士表示，子女和孫兒移民外國，平日較少有機會接觸，是次活動見到一眾年輕人表演活力十足，有一個平台讓長幼溝通和交流十分難得，感謝大會安排。



來自香港一帶一路獲會漢華跳繩隊的李同學表示，2年前加入跳繩隊，大大增加自信，敢於在公眾面前表演，同時透過和跳繩隊的隊員合作，提升了自己的社交能力。



◆ 香港一帶一路獲會漢華跳繩隊表演花式跳繩。



◆ 大會主席、香港一帶一路獲會會長何曉瑩帶領一眾主禮嘉賓共同主持啟動儀式。



◆ 圖為經典金曲獻唱現場。

## 挈攜港青北上感受祖國偉大

2023年是共建「一帶一路」倡議提出第十年，何曉瑩希望讓青少年更了解國家發展，與祖國同呼吸、共進步，香港一帶一路獲會於今年4月組織了一次別開生面的教育交流活動，何曉瑩和義工團帶領來自16間院校的中學生乘坐高鐵前往桂林進行為期4天的訪問。

是次廣西交流團以多元化的學習形式，包括考察、參觀、交流學習活動等，學生行走於山水之間，體驗祖國的壯麗，用字句記錄國家的繁榮昌盛。同時，香港一帶一路獲會特意安排兩地學生交流，促進彼此互動、增進友誼及共同成長的機會。交流團融合了文化、地理、歷史，兩地共建深厚友誼。

何曉瑩表示，廣西與東盟國家陸海相鄰，在地理上有獨特優勢，是構建面向東盟區域的國際通道，在「一帶一路」發展方向之下，廣西正加快構建「四維支撐、四沿聯動」的國內、外開放合作，在「一帶一路」中有戰略定位。她補充，交流活動除了讓香港的青少年親身體驗祖國的壯麗山河，了解桂林的文化歷史外，更希望發揮香港一帶一路獲會的使命：培育青年，說好國家「一帶一路」的故事。讓年輕人透過視、聽、學、玩等親

身體驗增加他們對祖國的認識，用心感受歷史文化，增長見識，更有助他們把握時代機遇。

### 把握時代機遇 說好獲會故事

作為香港一帶一路獲會會長，何曉瑩堅定地說未來必定會連繫香港和世界各地獲會，共同組織更多服務，努力達成香港一帶一路獲會「成為長期服務『一帶一路』區域的知名獲會」的願景。她表示早前曾走訪部分「一帶一路」的東盟國家，了解人民需要，考慮如何與當地友會合作，為弱勢社群提供適當的服務和支持。

為促進本港和其他區域的獲會交流，攜手合作，何曉瑩表示正籌備和「一帶一路」相關的區域合作，包括馬來西亞、甘肅、廣西和上海等地友會共同舉辦活動，「以香港為基地，與其他友會共建合作，凝聚力量服務不同區域社群，將服務和力量輻射到世界各地，向外說好香港獲會的故事！」

### 以關懷服務為首任 凝聚力量貢獻社群

擔任香港一帶一路獲會會長期間，何曉瑩從學習成長到肩負使命，迎來了人生蛻變的璀璨光芒。何曉瑩從事金融行業，並不擅長籌備服務、安排活動探訪，她形容自己是獲會的「初哥」（新手）。透過不斷虛心請教，積極從前輩的活動中學習，何曉瑩用心觀察社會所需，與弱勢同肩共行，憑信心一步一步向前，策劃和聯合組織了不少成功活動。



◆ 香港一帶一路獲會聯同澳門獲會及香港尖沙咀獲會聯合舉辦「多巴胺戒癮（香港站）」精神健康服務講座。



◆ 何曉瑩和義工帶領來自16間院校的中學生乘坐高鐵前往桂林進行為期4天的訪問。

為防止學童和長者過度沉迷手機，影響情緒、專注力，打亂學習和生活，香港一帶一路獲會聯同澳門獲會及香港尖沙咀獲會聯合舉辦「多巴胺戒癮（香港站）」精神健康服務講座，以心理學家講座，配合瑜伽運動，倡導精神健康及提升生活質量。

另一方面，何曉瑩表示新來港婦女和兒童也是極需社會關心的一群，因此在早前舉辦活動，幫助15個新來港家庭的婦女和兒童了解香港環境和文化，協助他們融入社區，讓他們安心在港落地生根。

何曉瑩回顧過往的服務，偶有困難辛苦的時刻，她表示全靠有團隊的支持和鼓勵，讓活動順利完成。當收到不少正面的回饋時，覺得一切努力都是值得的。「每次服務都是人生學習的旅程，從服務中學習和成長，未來會更積極用自己的能力貢獻社會，服務社群」何曉瑩有感而發。



◆ 何曉瑩（右）用心觀察社會所需，與弱勢同肩共行，憑信心一步步向前，策劃和聯合組織了不少成功活動。



◆ 何曉瑩（左一）幫助15個新來港家庭的婦女和兒童了解香港環境和文化，協助他們融入社區。