

# 長幼情跨代快樂共融 攜手共建和諧社區



◆大會主席、香港一帶一路獅子會會長何曉瑩致辭。



◆香港一帶一路獅子會漢華跳繩隊表演花式跳繩。

◆大會主席、香港一帶一路獅子會會長何曉瑩帶領一眾主禮嘉賓共同主持啟動儀式。



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）在獅子會蔣翠琮中學舉辦「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台，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主席莊紹嘉，保良局社區服務部（安老服務）服務經理包穎鏇，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，獅子會蔣翠琮中學校長郭銳涵，夢騎士創辦人李鑑峰，漢華中學（小學部）莫蘭芳，大會副主席、第十二分域主席鄭欣格作為主禮嘉賓，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；期望日後建立跨代守望相助的社區網絡，祖輩發揮其寶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；香港一帶一路獅子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，樂融融融。



◆圖為經典金曲獻唱現場。

◆活動當天有超過650名長者和義工參與，場面熱鬧！



◆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。



來自香港一帶一路獅子會漢華跳繩隊的李同學表示，2年前加入跳繩隊，大大增加自信心，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。

## 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，香港一帶一路獅子會於今年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，香港一帶一路獅子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、國外開放合作，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獅子會的使命：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 說好獅子會故事

作為香港一帶一路獅子會會長，何曉瑩堅定地說未來必定會連繫香港和世界各地獅子會，共同組織更多服務，努力達成香港一帶一路獅子會「成為長期服務『一帶一路』區域的知名獅子會」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援。

為促進本港和其他區域的獅子會交流，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，向外說好香港獅子會的故事！」

### 以關懷服務為首任 凝聚力量貢獻社群

擔任香港一帶一路獅子會會長期間，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，她形容自己是獅子會的「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，憑信心一步步向前，策劃和聯合組織了不少成功活動。



◆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，香港一帶一路獅子會聯同澳門獅子會及香港尖沙咀獅子會聯合舉辦「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。



◆香港一帶一路獅子會聯同澳門獅子會及香港尖沙咀獅子會聯合舉辦「多巴胺戒癮（香港站）」精神健康服務講座。