



Vol.197
2025年9-10月



尋訪都市綠洲 療癒心靈世界



香港文職及專業人員總會
Hong Kong Clerical and Professional
Employees General Union



新時代新工運
撐勞工 為基層 爭公義

地址：九龍尖沙咀漆咸道南 111-113 號美華閣二樓
電話：23842026 傳真：23853344

地址：香港中環皇后大道中 151-155 號兆英商業大廈一樓
電話：25414898 傳真：25414515

屬會：物業管理行政及文職人員協會
香港保險業總工會
香港康樂體育專業人員總會

香港銀行業僱員協會
香港生產力促進局職工會
香港專業培訓人員總會

議員工作人員協會
教育工作者人員總工會
香港法律專業人員協會

香港證券及期貨專業總會
香港財務策劃人員總工會
香港會計業總工會

贊助會：香港證券及期貨從業員工會

P1	編者的話、代報及個人資料使用通知
P3	宣之言
P5	主題故事
P9	觀光有感
P13	文專動向
P15	國慶節文章
P16	屬會快訊
P17	教總人語
P18	財策人語
P19	灣區資訊
P20	見微知博
P21	工聯新知

(文章內容不代表本會立場)

會刊編輯工作組成員名單

主編：李敏慧

執行編輯：薛振邦

編輯：冼偉麟、崔倩齊、梁健雄、梁愛勤、
郭秀梅、鄧廉基、蕭詠芯

(按姓氏筆劃序)

出版：香港文職及專業人員總會
宣傳及教育委員會

有關個人資料使用通知

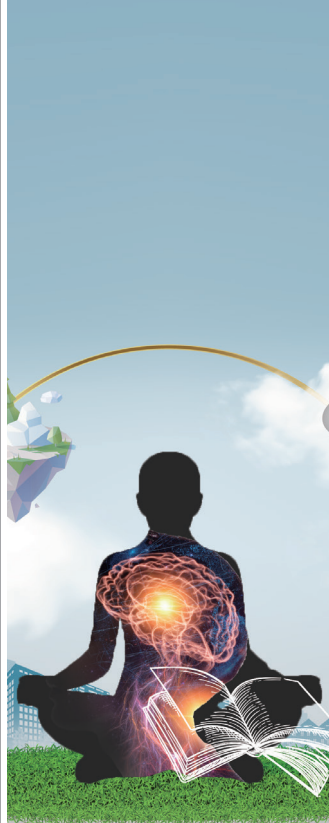
本會一向致力保障會員的個人資料及資料，並遵從「職工會條例」、「職工會登記局條例」及「會章」所訂處理會員資料。凡加入本會成為會員的過程中，我們會要求準會員填寫申請表，申請表上所提供的個人資料將用作處理加入本會或屬下工會之用。

此申請表是確立會員與工會間的法律關係，雙方互有權利與責任，會員可直接向有關工會了解會章內容。為此，會員必須同意提供完整身份證號碼以完成入會程序。如有需要，會員提供之完整姓名及出生日期會用作舉辦或宣傳有特定年齡組別或限制之會務活動或會員生日福利等用途。

準會員可自行決定是否提供申請表內任何一項資料，惟如準會員選擇不提供完整資料，工會將可能拒絕入會申請。

會員同意並授權工會各機構及其屬下工會使用閣下資料作為開展各項會務活動、政策倡議、福利服務、課程推介、文娛康樂、籌款及選舉等用途，並將妥為保存。根據2012年個人資料(私隱)(修訂)條例(香港法例第486章)，會員有權要求查閱及更正任何會員提供的資料，有關申請須以書面向本會提出。

會員如不欲本會使用您的個人資料作上述用途，請以郵寄(尖沙咀會所：九龍尖沙咀漆咸道南111-113號美華閣二樓)、電郵(info@cpegu.hk)或傳真(23853344)形式告知本會。



編者的話

不一樣的都市綠洲 多元化的心靈世界

在霓虹不眠的香港，急促的腳步聲與地鐵呼嘯交織成城市的日常樂章。加班至深夜的職場人、埋首書海的學生、為生計奔波的市井身影——高壓生活如無形枷鎖，讓許多人喘不過氣來，甚至要求助於香港撒瑪利亞防止自殺會及心理醫生，實在令人歎息。

若說心靈需要一扇逃逸的窗，香港這座「石屎森林」中，其實藏著無數被遺忘的綠洲：從百年客家村落鹽田梓的紅樹林與老教堂，到東平洲海浪雕琢的千層頁岩；從城門水塘白千層樹影下的蝶舞秘境，到梅子林復育梯田間的客家山歌……這些低調而療癒的角落，無需高昂花費(多數免費或人均\$50內)，卻能以自然之力溫柔承接都市人的疲憊。

因此，今期《文專薈》將以「尋訪都市綠洲 療癒心靈世界」為主題，通過不同作者的視角引領會友大眾認識香港這座美麗的城市，重拾內心的那份平靜。希望這次主題能夠啟發大家對都市生活的新嚮往，相約家人、知己良朋推開城市邊界的門，讓山風海霧洗去雜念，藉此深入了解香港的傳統習俗與文化。

2025 年代報課程日期

工聯會進修中心每季開設的課程超過1,000個，工會為減省會員排隊報名的時間，特別提供代收報名表的服務。以下是為會員代報課程的日期：

2025年代報課程日期

	春季課程
代報日期	10月20日-10月31日
會員報名日期：	11月9日
公開報名日期：	11月10日

代報時間：星期一至星期五 10:00-19:00

星期六 10:00-17:00

代報地點：九龍尖沙咀漆咸道南 111-113 號美華閣二樓
(科學館對面)

香港中環皇后大道中 151-155 號兆英商業大廈一樓

代報手續：報讀者須帶備會員證、填妥報名表及支票(每科單獨開一張支票。支票背面須寫上報讀者姓名、課程編號及聯絡電話)，於上述指定日期及時間內到本會會所辦理。

如有查詢，請致電：2384 2026 (尖沙咀)、2541 4898 (中環)

文專總會
熱烈慶祝
中華人民共和國成立
76周年



李敏慧

香港文職及專業人員總會
宣傳及教育委員會 主任

副會長



淺談特色地標—— 假日留港的好去處

疫後全面通關已有兩年多，過去兩年最大的變化就是為數不少的香港居民正逐步養成了每逢周末均會北上消費的習慣，很多人把這個現象歸因於本港缺乏特色旅遊景點。實際上，香港本地亦有為數不少極具歷史意義的地標，不失為假日的好去處，適逢國慶將至，而且今年又是抗戰勝利八十周年，筆者藉此機會特別向大家介紹三個與抗擊日軍和對抗殖民統治有關的本港地標。

元朗吉慶圍

吉慶圍由元朗錦田的鄧氏家族於明代建成，由四方形的青磚圍牆組成，旨在保障族人免受盜賊侵擾。及至清政府於 1899 年與英國簽下第三條關於香港的不平等條約——《展拓香港界址專條》，港英政府又於同年

4 月份在大埔舉行英國國旗的升旗儀式，正式宣告接管新界。為了保衛家園，鄧氏族人隨即與英軍浴血奮戰，惜面對擁有現代化武器的英軍，最後寡不敵眾，大量鄧氏族人英勇犧牲，吉慶圍的圍牆更被英軍炸毀，而圍牆的標誌性鐵門更被英軍拆除兼作為戰利品搶走。在族人鄧伯裘極力爭取下，英國當局直到 1925 才將鐵門歸還。吉慶圍的圍牆、鐵門、炮樓和神廳已於近年獲評為一級歷史建築。

屯門劉春祥抗日英雄群體紀念碑

劉春祥抗日英雄群體紀念碑坐落於屯門龍鼓灘海岸山丘上的瞭望台，1943 年 5 月，廣東人民抗日游擊總隊（簡稱「東江縱隊」）港九大隊的大嶼山中隊隊長劉春祥以及六名



指戰員從大嶼山東出發，乘坐帆船前往龍鼓灘開闢新的抗日根據地，卻不幸於龍鼓洲及沙洲海域慘遭日軍伏擊。劉春祥等一行七人以及船家梁克一家五口奮勇抗敵，最終帆船被日軍擊沉，全部壯烈犧牲。隨著 12 人於 2020 年 9 月 3 日獲國家退役軍人事務部追認為抗日陣亡革命烈士，為了紀念 12 位英烈與日軍奮戰到底的感人事跡，香港政府於 2023 年 4 月完成紀念碑的修建工作。紀念碑高 3.1 米，刻有中英對照的碑文和紀念詩句，市民可於此景點遠眺龍鼓洲抗日戰鬥的海域，緬懷為國捐軀的先烈。

沙頭角抗戰紀念館

作為本港第一間以抗日戰爭為主題的博物館，沙頭角抗戰紀念館由「香港抗日一家人」羅氏族人的祖宅——羅家大屋改建而成，並於 2022 年 9 月正式對外開放。紀念館由五間緊密相連的房屋組成，佔地 6,000

多平方呎，同時屬於香港三級歷史建築。館內的展覽分為兩大部分——第一部分回顧東江縱隊港九大隊於日佔時期以羅家大屋為根據地兼交通站的歷史，而紀念館周邊地區更是港九大隊沙頭角中隊和海上中隊在抗戰時期的主要活動根據地；第二部分則特別介紹羅氏族人對抗日作出的貢獻。紀念館有助市民設身處地了解香港於日佔時期的真實歷史，尤其是成員主要為香港新界原居民的港九大隊對於抗擊日軍的貢獻。

在過去一段頗長的時間，香港一度予人缺乏歷史文化地標的印象。不過，香港其實還是有不少特色景點，不失為假日好去處，在此亦誠摯希望社會各界能攜手合作，加強宣傳具有歷史文化意義但在過去乏人問津的地標，共同為振興本地經濟和旅遊業而努力！

尋找綠洲

蕭詠芯

悠長的暑假即將結束，大家過得怎麼樣？或許很多人都選擇了外出旅行，探索世界之大，增廣見聞，或許也有人留港渡假，享受以放慢的腳步感受繁忙的香港生活，看出不一樣的節奏。今次我選擇了後者，不試不知，在這段時間中，的確可以得到很就充分的休息，亦感受到提早的退休生活。

香港這小小的土地，充滿了多姿多彩的生活方式，隨著更多元化的生活品牌進駐各地，令到全港十八區，區區有特色，熱鬧程度絕不比任何一個旅遊地區遜色。例如元朗區，有美食之地稱號，不少地道小食俘虜你的身心，而小小的地方卻充滿了濃濃的人情味，歷史悠久的商鋪可以吃出人的堅持和誠意，從長長的人龍可以知道，值得嘗試的價值。

此外，本港的核心發展區之一尖沙咀，亦是文化娛樂的集中地之一，有一家大小的博物館遊覽，有具特色的海

外大型餐廳進駐，還有特色的維港遊之旅，是香港人尋找放鬆精神的好地方。

如果你想追求興趣上的昇華之路，如藝術和體育，新的啟德體育館必然是你的不二之選，香港政府大力支持發展體藝，除了邀請世界著名球隊到港進行練習賽外，完善得設備亦獲得不少國際影視紅星的垂青，紛紛選擇在港進行音樂會表演，滿足歌迷的願望。

說實在的，香港作為旅遊之地，絕對是身心靈休息的好地方，別樹一格的地區特色，可以滿足不同人士的心靈需要，即使安逸在家中，亦不會感到沉悶，大家不妨嘗試在港尋找屬於你的那一片綠洲，好好感受那愉悅的感覺。



大埔風光中的心靈療癒

David Chan

在這個快節奏的都市生活中，照顧者們常如負重前行的駱駝，背負着無形的壓力與疲憊。然而，就在香港東北一隅，大埔這片綠意盎然的土地，卻隱藏著一處處讓心靈得以喘息的城市綠洲。

沿著林村河漫步，兩岸綠樹成蔭，河水潺潺流淌。這裡沒有都市的喧囂，只有鳥語花香與微風輕拂。照顧者可在此暫時放下重擔，讓思緒隨流水漂遠，感受自然所賜予的寧靜時刻。

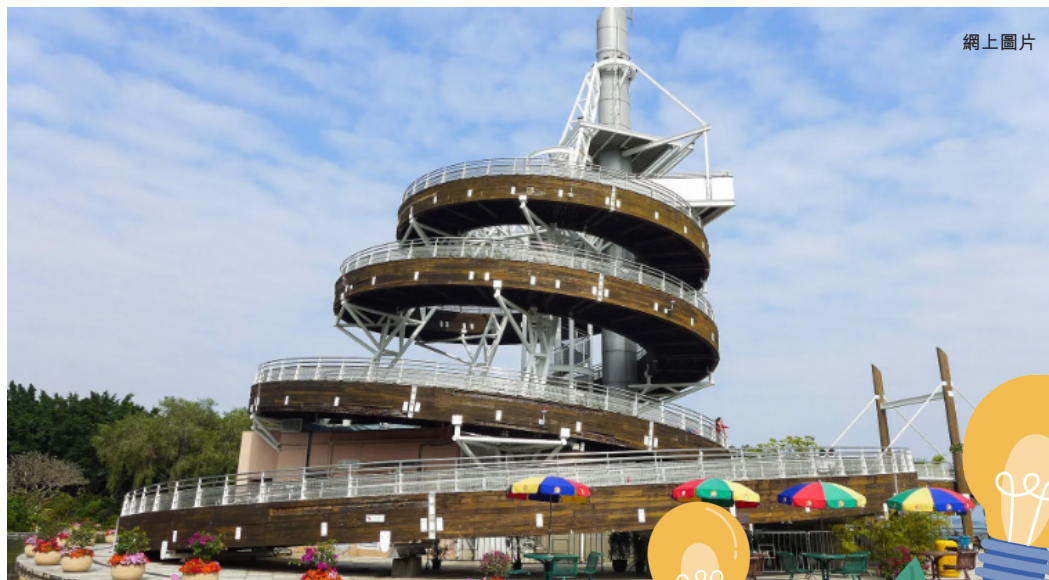
大埔海濱公園更是療癒心靈的絕佳去處。站在長廊上遠眺吐露港，海天一色的景緻讓人心胸開闊。夕陽西下時，金黃色的陽光灑落海面，彷彿為疲憊的靈魂披上一層溫暖的薄紗。這裡的長椅見證了無數照顧者靜坐冥

想的片刻，讓海風帶走積壓的憂慮。

隱藏於市區邊緣的鷺鳥林自然保護區，則是觀鳥愛好者的天堂。看著白鷺優雅飛翔的身影，聆聽它們的鳴叫，這種與自然生靈的連結，能喚起內心深處的平和與喜悅。

大埔的綠洲不僅是地理上的存在，更是一種心靈狀態。當照顧者走進這些自然空間，便能暫時從照顧工作中抽離，重新與自己對話，找回內在的平衡。這片綠色天地不問付出，不求回報，始終張開雙臂，等待每一位需要療癒的靈魂歸來。

在這裡，壓力隨風而散，心靈得以修復，讓人重新積蓄力量，繼續前行。



東方之珠的療癒光芒

許詩禮

夜幕降臨，維多利亞港的夜景就像一幅超美的畫，安安靜靜地在你眼前展開。這一片燈光倒映在海面上，簡直是很多人心裡的秘密基地。就像詩人拜倫說的：「光明在黑暗中更耀眼。」維港的燈火就是這樣，在夜空中閃啊閃，讓人覺得充滿希望和溫暖。我每次站在這兒，都好像能聽到很棒的音樂，隨著海風輕輕飄過來，心裡也跟著充滿力量。

記得幾年前，我的人生遇到了很大的挫折，那時候覺得非常累、非常迷惘。我就自己跑到了維港旁邊，想找點安慰。早上的陽光灑在海面上，亮晶晶的，海風輕輕吹在臉上，那一刻我感覺有一股暖意，好像被陽光抱住一樣。那片海和陽光好像在跟我說：「黑暗總會過去的，光明就在前面。」那次之後，我才真正體會到，不管生活有多難，維港的景色總能讓人覺得「正義一定會勝利」，困難最後一定會被希望打敗。

維港的夜色也是我年輕時候很重要的回憶。那時候，我對未來充滿了期待，但有時候也會覺得很茫然，所以常常在晚上跑到海邊，靜靜地看著這片夜色。遠處中環的霓虹燈光在夜空中閃爍，映在水面上，像很多閃亮的小碎片，隨著波浪輕輕搖晃。維港的景色就像維克多·雨果說的：「就算是最深的黑夜，也藏著最亮的星光。」那種希望就藏在這片像夢一樣的景色裡，讓我相信，我內心的正義和力量一定能克服外面的困難和黑暗，壞事肯定不會長久的。

這片夜色，也見證了無數人的青春和夢想。在電影《梅艷芳傳》裡面，年輕的梅艷芳和張國榮曾經在維港海邊聊天，分享他們對未來的憧憬和迷惘。梅艷芳坐在海邊，看著遠方，張國榮微微低著頭，帶著溫暖的笑容。他們聊著對舞台的熱愛和對人生的期待。那一刻，霓虹燈光、海浪和他們的夢想交織在一起，變成了青春最難忘的畫面。維港的燈火不只見證了他們的努力，也代表著正能量一直散發出來，把希望送給每一個追夢的人。

不管是白天還是晚上，維港的景色都有一種特別的治癒力量。白天的維港，陽光灑在亮晶晶的水面上，讓人覺得放鬆和清新；晚上的維港，燈火燦爛，映照著無數的夢想和故事，讓人覺得寧靜和充滿希望。我每次站在這片海邊，除了覺得很震撼、心裡很平靜之外，也總覺得好像聽到一首又一首很棒的音樂，隨著海風輕輕地響起。就像維港的燈火照亮黑夜一樣，也讓我相信，不管遇到什麼挑戰，我內心的光明最後一定會戰勝黑暗。

每次回到維港，站在熟悉的海邊，我都好像又看到了以前的自己，站在燈火通明的夜色裡，對未來充滿希望。那時候的我可能什麼都沒有，但這片夜景卻是我心中永遠的光芒。

這顆「東方之珠」的夜色，承載了無數人的夢想，也點亮了很多人的生命。它不只是這個城市的代表，更是人們心裡最柔軟的依靠和希望。維港的景色，會在白天和黑夜的交替中一直閃閃發光，為每一個追夢的心照亮前方的路。當你站在這片海邊的時候，它又會給你帶來什麼樣的感覺呢？



都市「追龍」

小作

龍，作為中國傳統文化中一種重要的圖騰，其形象在人們的心目中總是有著超然的地位。無論是古時皇帝身上的龍袍，還是民間保佑風調雨順的龍王廟，我們總能看到它的身影。而每逢十月中秋佳節，一場關於人與龍的追逐總會出現在繁華的香港鬧市中，那便是著名的大坑舞火龍。

相傳 19 世紀，大坑區的人們相信插滿香支的火龍可以幫助他們消除疫症。自此，大坑舞火龍作為習慣便一直留存下來，並於 2011 年被列入國家級非物質文化遺產名錄。

一條總計約 67 米長的火龍和兩顆插滿 600 多支香的龍珠，是這一晚所有圍觀群的目標，人們總會預先站在起點圍觀火龍的誕生，之後便會隨著火龍的移動在不同街道中不停地穿梭。無懼那滾滾濃烟，只為親眼目睹這條象徵著希望的火龍。

當然以現在的角度來看，大坑舞火龍並不能幫助人們驅趕疫症，但是這一項非遺活動卻能讓疲憊的都市人短暫地忘記世俗的煩惱，全身心地投入到這場所謂的「追



眾人圍觀記錄下大坑舞火龍

逐遊戲」當中。似乎那晚我們真的穿越回到 19 世紀的大坑區街道，懷著對未來熱切的盼望，與當地居民一起與龍共舞。

這就是中國傳統文化所具有的魅力，無論你來自哪裏，只要你是中國人，總能在參加這些傳統文化時與周圍的人產生共鳴。我相信這些與他人所產生的共鳴，正正是療愈都市人心靈世界的靈丹妙藥。因為它能夠讓我們在反腐的都市生活中尋找到家的感覺，體會到久違的歸屬感。



靜謐的唐代風華：南蓮園池與志蓮淨苑

郭秀梅

筆者最近有位中學同學兼好友因抑鬱症而輕生了，心中的哀愁揮之不去。生活在這個節奏急促的城市之下，壓力「爆煲」的人真在不少，包括照顧者、長期病患者、情緒病人等，我們實在非常需要在忙碌之中喘息一下。香港雖然是彈丸之地，仍然有不少值得遊覽的地方。以下介紹位於鑽石山的志蓮淨苑與南蓮園池，希望讀者可以抽空走走。

此二處相鄰而建，一為園林，一為佛寺，彼此呼應，宛若都市中的世外桃源。志蓮淨苑始建於1934年，重建於1998年，乃仿唐代木結構建築群，其建築風格重現盛唐時期的建築美學。唐代建築氣勢雄渾，格局嚴謹，屋頂坡度平緩，斗拱宏大，柱身粗壯，整體給人穩重端莊之感。志蓮淨苑的木構架不曾用一口釘一支鐵，全以榫卯相接，展現古人智慧。

南蓮園池則是以唐代園林池塘為藍本建造的古典園林，園內山石水木，佈局精妙。園內曲徑通幽，步移景異。松柏、奇石、瀑布、亭台，無一不體現唐代園林的雅致與禪意。園內還有茶館，當遊人細意欣賞美景之餘，停下腳步飲杯茶，實在是人間美事也！

來到南蓮園池，大家非到子午橋「打卡」不可！子午橋是香港南蓮園池內一座極具標誌性和美學價值的木結構橋樑，它不僅是連接園區景點的通道，更是一件融合了唐代建築風格與日本美學的藝術品。「丹霞」中的「丹」指朱紅色，「霞」指雲霞。二字描繪了橋樑在陽光下所呈現出的那種鮮艷絢麗、如紅霞般的色彩，極富詩意。橋體主要採用木結構，並塗上鮮明的朱紅色漆。這種顏色在中國傳統文化中象徵著吉祥、喜慶與尊貴。在佛教園林中，這樣的拱橋常常被賦予「渡橋」的象徵意義，代表從塵世的此岸通往清淨、悟道的彼岸。遊客行走其上，亦有洗滌心靈、步入淨土的寓意。子午橋是南蓮園池的靈魂所在，是大家絕對不能錯過的精彩景點。建議大家選擇晴天而至，拍出來的照片宛如明信片風景照！必定使你愛不釋手！

對於文職的我們而言，平日埋首工作和家事之間，



▲志蓮淨苑天王殿是供奉四大天王的地方，牠們是佛教中的護法神，各守護一個世界（四大部洲），並負責觀察世間眾生的言行。



▲南蓮園池圓滿閣中的「圓滿」，指周遍充足，無所欠缺之意，表達了對遊人的祝福。

心靈偶感疲憊。若能漫步於南蓮園池的石徑，靜坐於志蓮淨苑的佛殿，或許能得一刻清涼。看那木構建築的沉穩大氣，感受園林設計的巧妙心思，彷彿與古人對話，與自然交融。這裡沒有都市的喧囂，只有一草一木，讓人在繁忙生活中，找到一方寧靜。

南蓮園池與志蓮淨苑，提醒我們在現代生活中，不忘追尋內心的平靜。《大學》：「知止而後有定，定而後能靜，靜能後能安，安而後能慮，慮而後能得。」如你帶著煩惱而來，也許在園中的靜謐中梳理到思緒，找到解決方法的鑰匙。希望有緣讀到此篇文章的您，不妨考慮志蓮淨苑與南蓮園池，在園內呻一口新鮮空氣，來一下深呼吸，相信你身體內的細胞會健康得多呢！

香港遊玩之形形色色

李靄琳

夜色已深，拖著疲乏的身軀回家。雖說滿目皆是五光十色的高樓大廈和名店，但我無留戀之情，腦海有時會浮現假日時到處遊覽時的景色和趣事。很多人詬病香港沒有甚麼好地方，其實不然。

在香港這座「屎尿森林」，仍有不少美景，例如：西貢鹽田梓和萬宜水庫及地質公園都是不錯。但基於安全理由，筆者不會獨自到這些地方。我首次到鹽田梓是該處舉行海的藝術節。在該藝術節期間，會有跳島的渡輪服務，也有導賞活動，遊人也較多。再說，導賞活動是免費的，第一次的導賞是參觀教堂。教堂雖不像中環座堂這樣宏偉漂亮，但卻是當年全島人的精神寄託。從神跡驅走海盜（據說是被蠔殼割傷海盜的腳）至每年一次環島而行的盛會。教會辦的村校中選最乖巧的男孩和女孩各一人，身穿白色的禮服出遊，還有村校的教材和成績表等。不過最有趣是盛著鹽的十字架，價錢最有點貴，但筆者也買了一個。

其次，於筆者來說，藝術節的展品的素質和格調，遠比 M+ 的高多了，印象最深的是鹽田梓的歸航，由白鴿和船組成，表達天主保佑村民平安歸來的祝福。筆者遊覽這天，天公造美，拍出的照片，確是不錯，很有海島的風情。

筆者本想去橋咀島，去看看這個香港版的紅海，但據船家說要每月初旬才能見到。但這段時間，我仍要進修，總是無緣見到。聽說今年年尾不再舉辦藝術節，實屬可惜。

至於萬宜水庫，是參加水務處的滴滴遊蹤深度行才去。當筆者見到六角柱石群，深感大自然的鬼斧神工和奧妙。而且萬宜水庫是容量最大的水塘，該水塘是建築史上的傑作——在海中建造水庫。雖然參觀當日天色不怎好，風很大，但不影響筆者的拍照的熱情。還有黃竹角咀的鬼手岩，一塊像拳頭般舉起的岩石在岸邊陡然屹立，我在船上遠觀的，當日天色不錯，拍出來的照片很有水準。

筆者曾到城門，大概已入秋，沒有甚麼蝴蝶。不過，我去過大埔的鳳園，當時有藍花楹之類，有少量蝴蝶。如真的想仔細看蝴蝶，又不想在酷熱天氣下與蝶共舞，可到西貢蕉坑的獅子會自然教育中心參觀，這裏的標本不少；依稀記得有貝殼的標本，都是認識大自然的好機會。

至於梅子林，在筆者家附近，但實在不敢一人行；還有馬鞍山礦場，只接受團體報名，所以至今都沒去過。然，筆者心中的都市綠州並不是大自然，而是博物館，甚至是一人在家，聽聽國風純音樂或班德瑞的新紀元音樂，看看書或故宮文創產品、繪畫和做手工藝，都可治癒心靈。



黃竹角咀的「鬼手岩」狀似緊握的拳頭，指節皆可辨，故名



網上圖片

打卡離島熱點 感受自然風光

吳鑽好

對於城市裡的我們，能返璞歸真的心態是複雜的。雖然，這些島嶼少人居住的荒島，但它們是充滿特色，並成為香港人假期熱愛的旅遊熱點。除了大嶼山、長洲、坪洲、南丫島之外，東平洲、蒲台島、東龍島等隱世小島影相打卡熱點，以下也是全港最具天然生態的島嶼，是周末的好去處。沒有酒店、民宿不多，日落前可以回程。

行程的首站是荔枝窩，航線經過的海峽水面平靜如鏡，倒影着一個又一個的山脈。沿途留在佈滿紅岩石的山邊。荔枝窩昔日是盛產「荔枝」而得名，可是現在已經給生態植物所取代了。荔枝窩碼頭岸邊紅岩石露出水面，紅樹林垂釣，古老銀葉樹的根莖彎彎曲曲纏繞着地面、海岸和湖面而生長，這種自然生態荔枝窩是隨處可見，村民稱牠們為魚藤。荔枝窩村裡有兩棵空心樹，樹蓋參天、樹中間有一空洞可仰望天空



▲荔枝窩的魚藤樹



▲吉澳的石屋

的。荔枝窩村是一條古村，原居民大多數是客家人。零零落落的幾間石屋許多已是人去留空。部分村莊已荒廢了，頹垣敗瓦滿目瘡痍的石屋景象。昔日的繁盛不復再。

吉澳是旅程的第二站，鄰近中國大陸，吉澳的英文名稱為「Crooked Island」，意指彎曲的島，吉澳的海岸線可作天然避風港，而被漁民視為吉祥的海灣，此名的由來。吉澳與鴨洲，皆位於香港東北面印洲塘特別地區之內，位置較偏僻。居住的人口稀少，相對

枝窩的人氣多些，吉澳美食必定是手搓製的秘製墨魚丸，粒粒爽口彈牙，鮮味十足。吉澳食肆不多，其中一間餐廳——益民茶樓的海鮮餐菜式豐富且不比一般餐廳遜色，菜式包括客家炆豬肉、土法蒸魷筒銀魚仔、豉汁蒸黃立倉魚等等。路傍兩側有售賣海味、客家茶粿、砵仔糕和豆腐花的攤檔。步行不足幾里，同樣有一排排被風雨侵蝕斷裂的石屋，有些也被樹林吞食了外牆，頹垣敗瓦人去留空的石屋情況較枝灣更多。不禁讓人想到平日的吉澳大街上的景象。這兩座小島是香港聯合國教科文組織世界地質公園裡的熱門景點。鴨洲與吉澳像時間靜止的小島，多年來變化不大，可以體驗傳統漁民的生活和歷史文化。那裡擁有百年姻緣樹，在自然步道，可眺望全港最美麗的印洲塘。吉澳文化以大街為中心，連貫島上的人文歷史景點。漁農自然護理署更於2021年9月推出吉澳文化徑，進一步推廣吉澳的歷史文化、與非物質文化遺產，加深了解當地的歷史故事。

鴨洲是旅程的第三站，它是三個島嶼中面積最小，人口也最小只有三位，其海島形狀像伏在海上的鴨子而得名。導遊說島上基督教氣息濃郁，因為鴨洲島很多居民都是漁民出生，而島上有一所教堂，還有一間故事館，它的前身是漁民子弟學校。當時，一位傳教士身兼多個身份既是老師又是村長。他為了鴨洲居住問題，於是他籌募經費興建了四座兩層的紅磚石屋給居民入住，他退休後，就以三千多元買給原居民。居民大都移居外國，途經這四座紅磚屋前發現屋裡空無一人。使人感到惋惜。



鴨洲是擁有最多褐色沉積岩「角礫岩」的島嶼。沿路觀賞奇特的岩石地貌，發現鴨洲海灘白雪紛紛散落在岩石上。看似一層層白雪的是經過海水的沖擦洗滌遺留在岩石面上的貝殼及玻璃碎片。褐色與白色形成強烈對比的顏色。一種自然生態構成了一幅美麗景象。鴨洲以地質勝景聞名，島上以褐紅色角礫岩最引人注目，亦有形似鴨眼的海蝕拱奇觀，令人為之讚歎！



鴨洲，第一時間可能指向奔向「鴨頭」打卡，因此忽略了碼頭附近小丘上的觀景台。其實它是鴨洲的最高點，只有 28 米高，輕鬆易行。它的後方可以經過學校改建而成的鴨洲故事館。建築物上面標刻着 1953 年牌匾。故事館的紅色欄桿和綠色牆壁，強烈的對比十分好看。鴨洲故事館的展覽值得一看。館內記載了鴨洲的地貌特色，以及島上漁民的生活、文化和古跡遺產。

而鴨洲的斷裂帶正正是鴨頸的位置，主要由啡紅色的岩石的組成，是經海浪多年侵蝕所形成的一道狹

溝。一層層的岩石交疊感覺就像迷你版的美國大峽谷，可近距離欣賞角礫岩的獨特質感和層次。鴨眼的位置是一個海蝕洞，海蝕拱經長年風化侵蝕而形成的扁長的形狀，是島上非常受歡迎的景點，不少人都會站在洞下拍攝。鴨眼的左邊是大鵬灣，向北則可看到高樓林立的深圳。

旅程的第四站是塔門，位於香港東北面，擁有一望無際的海景和一片綠油油的大草原，在這片草原上野餐、放風箏、觀星、看日落就最適合不過了。塔門的另一個英文名字叫做「Grass Island（草洲）」，塔門是西貢區的綠油油草地小島，保留傳統漁村風貌。島上適合露營、行山及觀賞濕地生態，環境寧靜，是遠離塵囂的好去處。還是戶外探險的理想目的地。感受香港隱世小島的獨特魅力。因為全島上有一大片遼闊的草原。所以，島上只剩下少數居民，他們都是以捕漁業為生。所以，保留著一貫的漁村風味，欣賞一隻隻小漁艇、排排直筆筆的漁排。整條街道海產散發的淡淡鹹香飄滿。餓了，這裡有三間餐廳名為「新有記」、「有漢記」和「新惠和」，當然品嚐當地的——海膽炒飯以及鮮味的海鮮小炒。

從碼頭往左走，再登上石階，會看見三間並列的古廟。建於明末清初，至今已有四百年歷史，而且被評為一級歷史建築物，古廟曾經有過多次翻新，看起來不覺得殘舊。相傳廟內的神案有密道直通東岸的塔門洞，在這裡能聽到風浪聲並預測風暴。它對於當地居民來說很重要的，他們出海祈求保佑風調雨順。古廟的頂部看見很多充滿歷史歲月的陶瓷雕塑，非常精緻。

古廟旁邊有一條小徑，直通往疊石，疊石是由兩塊石頭重疊，而且是傾斜不倒的神奇。此小徑還會到達大草原，草原又名「弓背山坡」取名來自山坡下前方的弓背灣，身處草原的位置，我們一邊坐在觀海亭欣賞 180 度無敵海景，看看右邊還會看見「蚺蛇尖」，一邊欣賞海景，一邊看著吃草的牛牛，非常寫意。大家可以在臨海的草原上紮營、野餐和放風箏。在涼亭欣賞日出日落，晚上觀賞美的星空。這些都是香港人口小而面積也小的島嶼。也是旅遊的好地方。



▲ 2025 年文專生日會順利於 9 月 16 日舉行

2025 年 文專生日會



◀ 文專總會副會長繆天慧女士主持切蛋糕儀式

9 月 16 日，香港文職及專業人員總會（文專總會）於中環會所熱烈舉辦「文專生日會」，與會員同樂，共慶華誕。文專屬下各工會理幹事、義工和會友們歡聚一堂，場面溫馨熱鬧，洋溢歡聲笑語。

文專總會副會長繆天慧女士於生日會致辭時，衷心感謝系統內各工會代表及會員 34 年來對總會的堅定支持與無私奉獻。她強調，正是大家的齊心協力，讓文專總會持續成長，不斷拓展會務，更好地服務廣大文職與專業人士；工聯會副會長兼秘書長馬光如女士亦到場祝福文專總會，並分享到今年適逢東江水供港 60 周年、抗戰勝利 80 周年和省港大罷工 100 周年，都是跟香港工會有密切關係的愛國歷史大事件，感謝文專總會一直身體力行弘揚愛國主義精神，將家國情懷融入到社會服務中，讓年輕一代更好地認識祖

國的發展歷程，培育他們的錚錚愛國心、濃濃民族情！

適逢中秋佳節即將來臨，文專總會為每位出席者準備了誠摯的節日祝福與應節禮品，現場節日氣氛濃厚。透過輕鬆愉快的交流與互動，不僅深化了工會大家庭的溫暖與團結，也更加強了本系統內各工會理幹事、義工及會員之間的互助與凝聚力。



▶ 工聯會副會長兼秘書長馬光如女士（中）與文專總會一眾理幹事義工合照



▲體驗操作 Campus X 的機械人產品

青年創科考察一天遊 精彩回顧！

9月5日，工聯會金融專業委員會帶隊出發，聯同香港文職及專業人員總會與科動未來發展慈善基金有限公司協辦，並獲工聯會青年事務委員會全力支持，一起走進創新科技最前線！

上午工聯會金融專業委員會副總幹事黃慧琪，以及香港文職及專業人員總會秘書長胡耀鋒帶領一眾青年會員來到科學園的初創企業 Pantheon Lab，探索人工智能與視覺內容的無限可能！這家公司專精於深度學習技術，開發出超高質量的自動生成影像、視頻、字體，甚至虛擬人像，為創意行業帶來突破性的解決方案。創辦人親自分享創業心路歷程與未來願景，更即場演示最新科研成果，參加者都大呼開眼界、收穫滿滿！



▲工聯會金融專業委員會副總幹事黃慧琪（右）於初創企業 Pantheon Lab 進行交流

下午轉戰荃灣 Campus X — 專注科技教育的創新基地！Campus X 結合機械人、人工智能與 STEAM 教育，推動新一代迎接科技挑戰。團隊分享創業故事，鼓勵年輕人勇敢創新、堅持追夢。參加者更有機會親手組裝和操作機械人，體驗科技融入教學的樂趣，場面互動感十足！

這次活動不僅拓展視野，更燃起不少年輕會員對創科行業的興趣與夢想。歡迎各位會員日後共同參與我們的活動！



▲實地考察荃灣 Campus X 的基地

與自然共生的智慧：走進成都都江堰

崔倩齊

近年來，極端氣候愈發頻繁，大自然正以無聲卻強烈的方式向人類發出警告。今年八月份，香港在短短兩周內竟遭遇四次「黑色暴雨」警告，雨勢之猛前所未有，街道成河，交通癱瘓。與此同時，全球多地氣溫屢創新高，酷暑難耐，冰川加速融化，海平面上升，四季的界限也越來越模糊——冬天變短，春天提早，生態系統面臨崩解。面對這樣的危機，西方思維常強調「人定勝天」，認為科技能征服自然。然而，作為華人，我更相信「天人合一」的古老智慧。歷史與現實一再提醒我們：人類無法真正戰勝自然，唯有尊重自然、順應自然，才能長久生存。真正的文明，不在於如何改造自然，而在於如何與自然和諧共處。而這份智慧，在成都的都江堰，筆者找到了最生動的見證。

今年夏天，筆者有幸走訪位於四川成都西北的都江堰。站在岷江之畔，聽著滔滔江水穿過千年工程，彷彿聽到了歷史的迴響。導賞員告訴我，這裡不僅是聯合國教科文組織認定的世界文化遺產，更是一處啟發治理思維的活教材。不少國家領導人曾前來考察，希望從這項延續逾兩千年的水利工程中，學習如何以長遠眼光和謙卑態度來規劃建設、服務百姓。都江堰建於公元前 256 年的戰國時期，由秦國蜀郡太守李冰及其子李二郎主持修建。當時岷江水患頻發，成都平原時而洪災肆虐，時而乾旱無雨。李冰父子沒有選擇築壩攔水，而是深入實地考察，根據地形與水勢，設計出一套無壩引水的系統，徹底解決了水患，並讓成都平原成為「天府之國」。這項工程歷經兩千多年，至今仍在發揮作用，灌溉面積超過千萬畝，堪稱世界水利史上的奇蹟。

都江堰之所以被譽為「巧奪天工」，正因為它展現了古人超凡的智慧與對自然的深刻理解。整個系統由三大核心部分組成：魚嘴分水堤、飛沙堰溢洪道與寶瓶口引水口，三者相輔相成，渾然一體。魚嘴如巨鯨張口，將岷江一分為二，外江排洪，內江引水，巧妙利用彎道水流原理實現「四六分水」；飛沙堰則如自然的調節閥，在洪水來臨時自動泄洪，並藉由離心力將泥沙排出，避免渠道淤塞；而寶瓶口是人工鑿開的狹窄水道，精確控制流入成都平原的水量，宛如大自然的「節流閥」。整個系統不靠任何機械動力，也不建高壩阻斷河流，完全依賴地形與水勢的自然規律，實現自動分流、自動排沙、自動調節。這種「乘勢利導，因時制宜」的設計理念，體現了「道法自然」的哲學精髓。李冰父子並未試圖「戰勝」岷江，而是學會與之共舞，讓水流為人所利用，而非為患於人。這種智慧，即使放在今日高科技時代，依然令人嘆為觀止。

都江堰不僅是一項水利工程，更是一種文明的象徵。它告訴我們，真正的進步不是對自然的征服，而是與自然的協作。在氣候危機日益嚴峻的今天，我們更應回顧這樣的古老智慧。與其耗費巨資建造高壩巨壩，不如學習如何順應地形、利用自然節奏來解決問題。都江堰的存在，是對「天人合一」理念最有力的詮釋——人類不必凌駕於自然之上，而可以在尊重自然的前提下，創造持久的繁榮。李冰父子或許不曾想到，他們留下的不只是灌溉千萬畝良田的水渠，更是一份跨越時空的啟示：唯有與自然和諧共生，文明才能長久延續。當我們面對越來越極端的氣候挑戰時，或許答案就藏在這座千年古堰的流水聲中——順天應人，以柔克剛，方為永續之道。



網上圖片



教育工作人員總工會—— 敬師日探訪活動

9月10日敬師日來臨之際，教育工作人員總工會（下稱「教總工會」）展開關懷教師的探訪活動。首站於9月4日走進聖公會聖西門呂明才中學，湯皓勛校長親切接待教總工會。

教總工會余綺華會長、鄧惠嫦副會長與一眾代表向校方和教師致送紀念品，表達對教育同工的

深切敬意與感謝。雙方並就教育理念與服務宗旨進行深入交流，分享對培育下一代的共同願景，氣氛融洽，啟發良多。

教總工會將繼續走訪各校，傳遞敬師日的祝福與支持，與工聯會、教育界攜手同行，為教師打氣，為教育加油！



▲教總工會余綺華會長（右三）、鄧惠嫦副會長（右二）及一眾代表一同和湯皓勛校長（左三）合照。



百寶袋中尋歡笑 啟示把握當下之樂

教育工作人員總工會 溫志倫幹事

老師微笑著問道：「小朋友，如果你有一個百寶袋，你最想從裏面拿什麼出來呢？」第一個孩子立即眼睛發亮，興奮地回答：「我想要一杯雪糕，我喜歡吃雪糕！」另一個孩子也迫不及待地舉手：「我想要玩具，我喜歡玩！」以上這條問題，是學生在申請入讀小學時的面試遇到的真實問題。不論學校設計這個問題的初衷是什麼，孩子們的回答都如實映出了最純真的心聲。在兒童的視角中，原來快樂就是如此簡單。他們用純真的笑聲、直接的回答來反映出心中的所思所想，簡單而絢爛。每個人都有各自的需要、慾望和理想，隨著年紀增長，亦會有所轉變。當我們漸漸走進更廣闊的世界，身邊的人、事、物不斷流轉變化，曾經觸手可及的快樂已經成為了遙不可及的事情了嗎？

知足常樂 簡單為美

孩子們的世界卻不同——他們的快樂不需要層層包裝，不需要複雜理由，只要一顆純粹的童心，就能在雪糕的甜蜜或玩具的新奇中找到無限的歡愉。若將同樣的問題拋給成人，答案或許會截然不同。有人想要財富，有人渴望權力，有人期盼健康，有人祈求長生。成人的百寶袋裡裝滿了沉甸甸的欲求，每一個願望都像鎖鏈，將人牢牢束縛在永不滿足的追逐中。相信成人最難做到的事，可能就是知足常樂。其實簡單就是美，當遇到困境和逆境時，可能一粒糖、一杯雪糕，或許就能讓你找回童真吧？童心的本質，從來不在於年齡的大小，而在於對生活最直接的感知力。當一個孩子舔著融化的雪糕，他感受到的甜蜜就是快樂的來源。

在忙碌都市中拾回童心

香港人工作壓力大，日常生活節奏急速，加上高科技日新月異，營營役役地為生活而奔波確實令身心十分疲憊。當人成長為大人，那份「簡單即美」的純粹快樂被悄悄淡忘，連帶著童年裏的溫熱回憶，也在日復一日的奔波中漸漸模糊。再者，社會上充斥著要追求「有用」事物的價值觀，要將時間投資在「有價值」的活動上，以至於大家都忘記了玩耍本身就可以是目的。從童心出發重新審視快樂，我們會發現許多被忽視的日常奇跡。要保持童心和正向的態度，便要在成熟的智慧中保留感知美好的能力。要像孩子一樣用新鮮的目光看待世界，不被常規束縛的探索精神來，迎接每天的挑戰。

活在當下 讀懂快樂

從百寶袋的問題中，我們得以窺見快樂的真諦。當成人世界的百寶袋裝滿功利與算計時，孩子們的百寶袋裏只有當下最真實的渴望。愛因斯坦曾說：「我沒有什麼特殊才能，我只是熱切地好奇。」這份對世界永不滿足的好奇與熱情，正是童心最動人的表現。我們可以清空自己的心靈，讓微小的快樂來提升自己的幸福感。相信這是童心給我們的啟示，問題的答案或許很簡單：快樂不在遠方的目標裡，而在當下的感知中。其實我們不需要從百寶袋拿出什麼珍貴物品，只需要保持打開百寶袋時的那份期待與驚喜。



憂美聯儲內部政治化、 提對沖美元退休資產

香港財務策劃人員總工會 查佶布朗

儘管近期部分美國經濟數據展現出韌性，但美元指數並未因此獲得持續的上行動力，背後反映了市場對美國經濟深層結構性隱患和政策不確定性的擔憂。2025年7月，美元指數雖反彈3.4%，創下美國特朗普總統上任以來首次月上漲，第二季GDP年化季較初值增加3%超預期，核心PCE物價指數亦高於預期。

然而，這種反彈被證明是短暫的，美元全年跌幅仍達7%。經濟數據的表面穩定難以掩蓋就業市場的疲軟（6月份職位空缺數量下降至743.7萬個，招募人數下降26.1萬人）以及消費者信心數據的分化。更重要的是，特朗普政府政策的不確定性，包括混亂的關稅政策和對聯邦統計機構的政治干預（如解僱勞工統計局局長），嚴重削弱了市場對經濟數據可靠性和美聯儲局的獨立性的信心。這種對數據真實性和政策獨立性的質疑，使得即使向好的經濟數據也難以有效提振美元。

「去美元化」趨勢也不容忽視

美元面臨的深層壓力源自於其內在結構的脆弱性和外在環境的改變。美國的國家債務已超過36.2萬億美元，巨額債務不僅引發了對美元長期穩定性的擔憂，還可能迫使聯準會長期維持低利率，從而削弱美元的利率優勢。同時，特朗普政府的貿易政策如同一把「雙刃劍」，其關稅政策雖在短期內因吸引資本回流而可能支撐美元，但長期來看，此類政策加劇通脹並抑制經濟增長，反而可能削弱美元的避險屬性。

此外，全球範圍內正在發生的「去美元化」趨勢也不容忽視，許多國家正在積極尋求在貿易結算中減

少對美元的依賴，轉而使用本幣或其他貨幣，這直接動搖了美元作為全球最主要儲備貨幣的根基，美聯儲貨幣政策前景的不確定性更是加劇了美元的困境，利率掉期市場顯示市場對美聯儲的降息預期反覆波動，而政治因素對美聯儲獨立性的潛在干預（如美聯儲理事的辭職），進一步給美元帶來了下行壓力。

如關注歐元、人民幣等非美貨幣資產

展望未來，美元走勢或將持續承壓，短期反彈難掩長期頹勢，期權市場的交易員目前普遍預期美元僅將溫和上漲，這與5月和6月他們押注美元將繼續貶值的情況形成鮮明對比。眾多機構分析師也對美元長期走勢持謹慎態度，認為其下行壓力仍未消散，市場正密切關注即將公佈的就業數據，若數據連續表現疲軟，市場甚至可能開始定價美聯儲局在9月要降息50個基點，這將可能引發美元的新一輪下跌。

對投資人而言，在美元波動加劇的背景下，分散貨幣配置（如關注歐元、人民幣等非美貨幣資產）、優化資產結構（警惕美國利率高企對市場的潛在衝擊）以及密切關注全球宏觀經濟格局重構（例如中國金融市場開放帶來的機會）顯得尤為重要，美元的未來不僅取決於美國國內的經濟數據和政策選擇，也在很大程度上受到全球經濟力量平衡變化的深刻影響，尤其在退休資產配置方面小心因美元下跌而蠶食日後的購買力！

粵港澳居民同享！ 廣東文旅消費券每日限量發放

廣東省文化和旅遊廳計劃於9月12日至11月20日開展2025年廣東「金秋文旅消費季」惠民補貼活動。活動設置旅博會專場和線上專場，面向廣東本地居民、全國來粵遊客及入境遊客，發放總計2000萬元的文旅消費券，誠邀廣大海內外遊客來廣東慶國慶、賀中秋、看全運。

本次惠民補貼活動時間為9月12日至11月20日。廣東金秋文旅消費券已於9月12日上午9:00開始發放，每日限量發放，數量有限，先到先得，額滿為止，具體時間將根據實際適當調整。公眾領

取消費券後，可在消費券有效期內，預訂參與活動的省內旅行社、旅遊景區、旅遊度假區、藝術演出場館及相關文旅企業所提供的省內遊、國內遊、入境遊度假線路，省內有關景區門票、文藝演出票、酒店住宿等產品和服務。

目前旅博會專場已結束，公眾可通過攜程旅行（聯動去哪兒旅行、Trip.com）、美團（聯動貓眼）、飛豬旅行（聯動Lazada、AliExpress、大麥網、淘票票）等平台購買指定文旅產品或服務等，享8折優惠或滿減優惠，單筆消費最高減200元。



香港工聯會大灣區社會服務社
HKFTU Greater Bay Area Social Service

粵港澳居民同享！ 廣東文旅消費券每日限量發放



連繫灣區・創造無限

☎ (852) 2701 2808 (香港) / (8620) 8551 8174 (廣州)

🌐 www.ftugba.org.hk



做自己正能量高速叉電器

心理輔導專業人士 陳婉卿



現在是 AI 科技，資訊爆炸的世紀，只要我們在網上資料庫或 DeepSeek 查詢，資料包羅萬有，手到拿來，一下子怎樣辨別資料真偽，整合資料都是一種很困難的過程。文字就是能量的傳遞，負能量的見解很容易侵入我們的思維世界。

一、正能量的來源

- 缺少個性化及創新思維

很多發表的文章，出現內容搬字過紙，創作的思維和內容根本就是抄襲別人的思潮能量，缺乏了自我的見解和理解，文章就變得公式化，沒有深切的個人分析角度和創新意念。

- 一種思維負能量的傳遞是不負責任

文章的見解，就是思維能量的傳遞和催化，有人看了沒經過思考，對不正確的言論意見，深信不疑，尤其是年青人，充滿熱情信念，卻入世不深，對他們影響負面甚大。

二、保持自我產生正能量？

- 有一定地位的學者

有知名度的人未必能傳遞正能量，我們只可以作一個參考性來源。多閱讀有口碑和客觀性的學者見解，便能總結合適的資料。也就是收集正能量的一个紮實基礎。

- 經常分析批判

現代都是流行即食文化，很多事都是快來快走，來不及思考已根植在腦，我們平常多思考，多閱讀，多分析，就不會一下子被瞞騙，吸收的能量便不會負面。

- 正能量的人不易受蒙騙

經常保持警惕性，多知道每日發生的事，就是一種自我能量保護網，不要掉進負能量的影響。金錢騙局、負面訊息和負能量的人都是典型的負能量源頭，畏而遠之。

三、做自己正能量的叉電器

- 適當的休息與運動

每天很多人的溝通，資訊的接收，身心很疲累，放工後少些看手機資訊，停一停與人對話，留些 ME TIME 給自己做運動，使身心靈都有休息空間。

- 每星期有三日或四日做 15 至 20 分鐘靜觀或冥想

靜觀與冥想都是帶氧運動，幫助血液循環，身體外靜內動，運動後耳目聰明，頭腦清醒，提高訊息的判斷力。

- 多親近正能量高的人

能量是氣場的結集，正能量令人開心、積極和樂觀；負能量令人憂慮、沮喪和煩擾。正能量的磁場，令我們變得積極開朗，能助長選擇做有意義和自己喜歡的事情。

- 多幫助別人及做有意義的事

人對自己正面的價值，就是能幫助自己又能幫助別人。施比受更有益，助人過程中，肯定自己的能力和善心，這個 Win Win 的過程，肯定增加你不少正能量。

自己的能量叉電器，自己要不時觀察及保養，不能假手於人，正能量會源源不絕，豐富你的人生。

文職及專業人員、洋務、政府人員等工會舉辦系列活動 回顧香港工會在抗日戰爭中的貢獻

香港文職及專業人員總會、香港洋務工會和政府人員協會，為紀念中國人民抗日戰爭暨世界反法西斯戰爭勝利80周年，通過參觀團、宣講會和愛國電影欣賞會等形式，讓會員工友認識抗戰歷史，

並了解香港工會工作者如何團結各界、支援前線，為抗日戰爭作出重要的歷史貢獻。勉勵大家從歷史中汲取力量，共同守護我們今天來之不易的幸福生活。

工聯會 新時代新工運
楊芳工 高嘉寶 李公倫



弘揚愛國主義精神

紀念抗戰勝利80周年系列活動

香港洋務工會



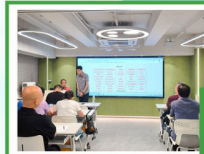
香港文職及專業人員總會



為紀念中國人民抗日戰爭暨世界反法西斯戰爭勝利80周年，工聯會各屬會和地區舉辦了多項活動，讓市民深入了解抗戰歷史，緬懷先烈。香港文職及專業人員總會、香港洋務工會和政府人員協會通過參觀團、宣講會和愛國電影欣賞會等形式，組織會員工友參觀內地和香港的歷史遺址及抗戰相關展覽，幫助市民認識這段對中國至關重要的歷史，並了解香港工會工作者如何團結各界、支援前線，為抗日戰爭作出重要的歷史貢獻。



政府人員協會



2025-09-05



入會、續會

免費可享 2025年

20萬元平安保險

歡迎網上入會

membership.ftu.org.hk



享有20萬元平安保險保障！

凡工聯會屬會及贊助會**16歲至75歲**的會員*，於2025年交費有效期內，免費獲20萬元平安保險保障，繼續為會員及家屬提供及時支援。

保障範圍

■意外身亡；永久傷殘；3級嚴重燒傷
每人最高賠償額為港幣20萬元

為免錯過索賠期，

索償須於意外發生3星期內提出

為免失去受保資格，請謹記於會費屆滿日前續交會費。

賠償細則及解釋以中國太平保險(香港)有限公司保單條款為準。



20萬元平安保險與私人保險
無抵觸，可同時索償

24小時
全球意外保障

*會員享有保障時，須合乎工會會章和法例規定



中國太平保險(香港)有限公司
China Taiping Insurance (HK) Company Limited

查詢熱線：3716 1616



更多優惠資訊請下載工聯APP

詳情請向所屬工會或工聯會查詢

3652 5700
www.ftu.org.hk

製作日期：2024.12

加 WhatsApp 專線

66214243 

由即日起，文專總會會員發送會員證編號至文專總會 WhatsApp 專線「66214243」，即可於每星期收到以下資訊。

透過 WhatsApp 發放的訊息內容

· 會員最新福利 · 工會權益資訊 · 文專總會活動

備註：WhatsApp 訊息不會以群組方式發送

2025年優惠

文專總會會員憑有效的會員證，可專享以下優惠：

服務

借傘服務

購物

文專總會永久會員
購物優惠

醫療 健康

文專總會・安柏薈
最新會員優惠

購物

優品 360 及
Foodville
指定品牌貨品 95 折

服務

【港車北上】一站式辦理
港車北上及
補換領內地駕駛證

旅遊及 住宿

香港麗悅酒店
額外 88 折住宿優惠

其他

希瑪醫療配眼鏡及
微笑激光矯視獨家禮遇

餐飲

Kitchen Savvy 廚意及
Taste Well 全年 9 折

* 優惠日期請瀏覽相關的優惠詳情

** 聲明：以上資料及優惠由商戶免費提供予文專總會，會員請自行考慮是否接受優惠或與提供優惠者聯繫。

更多優惠及詳情（條款）請瀏覽 www.cpegu.hk