

NEED YOU

JOIN US

火熱招生

# 「築夢灣區」 惠州實習計劃2025

## 企業實習 | 技能培訓 | 本地探索



企業實習



職場培訓



周末活動

### 企業類別：政府機構+私人企業

去年崗位參考：惠林鎮人民政府 | 中國工商銀行股份有限公司惠州惠林支行 | 惠林鎮衛生院 | 惠州廣裕豐科技有限公司 | 惠州(彭氏)實業發展有限公司 | 廣東瑞捷新材料股份有限公司 | 惠州海弘科技有限公司 | 惠州市威勝智能設備有限公司


- 實習地點：惠州
- 實習日期：2025年6月7日至7月6日
- 團前培訓：2025年5月下旬（待定）
- 成果分享會：2025年9月下旬（待定）
- 主要崗位：智能製造及科技創新企業為主
- 參與對象：18歲至29歲並持有香港永居/持有香港居民身份證及在港就讀全日制的學生
- 費用：全免\*
- 住宿交通：參加者將獲得實習團期間免費住宿、保險及交通。
- 獎學金：表現達標者將獲得獎學金。
- \* 入選參加者需遞交港幣\$1000按金（完成實習工作及所有活動後發還）
- \* 本會保留最終修訂活動日程及培訓活動內容之權利。


掃碼報名



報名截止日期：  
2025年5月15日

查詢

 info@gbacida.com

 852-62371404


gbacida



gbacida



www.gbacida.com

# 費用全免

## 「築夢灣區」惠州實習團2024

主辦單位：



香港青年發展委員會  
Hong Kong Youth Development Council



民政及青年事務局  
Civil Affairs and Youth Services Bureau



YDC  
YOUTH DEVELOPMENT COUNCIL



灣區青創聯盟  
The Youth Entrepreneur Alliance



特別鳴謝：

中央政府駐港聯絡辦  
青年工作部

惠州市委統戰部

惠州仲恺高新区  
綜合辦公室

惠州仲恺高新区  
源林鎮人民政府



惠州仲恺高新区港澳  
青年创新创业聯合會



## 「築夢灣區」 惠州實習計劃2024 活動團刊



香港青年發展委員會  
Hong Kong Youth Development Council



香港青年發展委員會  
Hong Kong Youth Development Council

2024.06

## 主要協會介紹

### ABOUT ASSOCIATIONS

明匯智庫於2016年由全國政協委員、香港金利來集團主席曾智明先生牽頭成立，是一個廣泛聯繫社會各界的行動型智庫。在社會各界以及智庫的一百多位榮譽顧問、顧問等知名人士的指導下，專注研究香港社會經濟、民生、青年發展等領域的焦點問題，向政府建言獻策；此外，明匯亦是策劃青年發展項目的實踐型團體，先後承辦多個政府大型青年實習、交流及創業活動，吸納超過3000名青年參與，深受社會歡迎。

協會網站：[www.mhitt.com.hk](http://www.mhitt.com.hk)



大灣區新思維文化設計協會是植根於大灣區，積極推動粵港澳品牌文化交流及商業合作的非牟利組織。協會成立於2019年，多年來與各大灣區政府單位、孵化基地、企業品牌、大學高校及官方社團組織等合作籌辦活動和諮詢服務。

協會的理念是打造大灣區內最全面、便捷和可靠的商業合作交流平台，探索大灣區多元化產業的新機遇，協助中小企公司和創新品牌了解和對接合適的資訊、資源及業務渠道，共同拓展中國市場。

協會網站：[www.gbacida.com](http://www.gbacida.com)



惠州仲愷高新區港澳青年創新創業聯合會是惠州市的專業化新型港澳社團，會員主體是港澳籍創新創業青年，涵蓋智能製造、金融服務、社會保障、法律諮詢、新聞媒體設計等多個行業。



是次實習計畫由大灣區新思維文化設計協會與明匯智庫合作舉辦，聯同內地青創單位、惠州仲愷高新區港澳青年創新創業聯合會，為香港青年提供優質學習資源，鼓勵更多港青融入灣區和發掘灣區發展機遇。

## 主要組織成員

### ABOUT ORGANISERS



湯艷華  
執行團長



趙思現  
副團長



黎達成  
團長



# 民政及青年事務局和 青年發展委員會簡介

## 民政及青年事務局

民政及青年事務局致力推動青年發展工作：

- 培育香港青年成為愛國愛港、具備世界視野和專業技能、積極終身學習，並具有正向思維的新一代；
- 為青年創造上流機遇，透過提供更多不同類型的發展機會和支援，全方位提升青年人的綜合能力和競爭力；以及
- 建立更有效的渠道，聆聽不同背景青年人的心聲，並為青年參與社會事務提供平台。

民政及青年事務局負責統籌制訂《青年發展藍圖》，勾勒了香港整體青年發展工作的目標和具體行動、措施和成效指標等，並推動和協調相關政策局共同落實。有關民政及青年事務局的詳細資料，載於[www.lyab.gov.hk](http://www.lyab.gov.hk)



中華人民共和國香港特別行政區政府  
民政及青年事務局

## 青年發展委員會

青年發展委員會由政務司司長擔任主席，負責加強政府內部的政策統籌工作，從而更全面並更有效地研究和討論青年人關注的議題。

青年發展委員會通過舉辦或資助不同類型的青年發展活動讓青年人各展所長，更適切地滿足青年在學業、就業和創業等不同方面的需求，以及培育青年的正向思維，讓他們建立正面的價值觀，增強民族自豪感和主人翁意識，成為有擔當、有理想、願意為國家、為香港未來奮鬥的新一代。有關青年發展委員會的詳細資料，載於[www.ydc.gov.hk](http://www.ydc.gov.hk)



## 「築夢灣區」 惠州實習團2024

青年發展藍圖  
YOUTH DEVELOPMENT BLUEPRINT

### 項目介紹

香港特區政府制定了《青年發展藍圖》作為青年發展項目的行動綱領，是次實習計劃被視為落實政策的具體舉措，為委會期望讓青年更全面深入了解和探索大灣區發展機遇，從企業中實踐鍛鍊，讓青年體驗在大灣區生活的魅力，培育青年擁有大局發展觀，啟發青年更加認識未來經濟的發展關鍵。

### 實習目標

本次實習計劃，本會積極推動香港青年了解大灣區、融入大灣區。希望青年透過實習，將所學知識充分運用到實踐中，提升專業技能、培養職業素養、深化自我認知；同時促進內地與香港青年交流交往交心，深入認識大灣區的發展機遇，瞄準未來就業和發展方向，為國家高質量發展注入動力。

### 實習計劃

本次實習團為期29天，主要由三個部分組成

- 第一部分：團前籌備  
協助企業與學生、組團人崗匹配、團前迎新
- 第二部分：培訓交流  
企業參訪、民俗景點參觀體驗、聆聽講座
- 第三部分：結業儀式  
企業及青年交流、分享心得、頒發獎狀

### 活動報稱



# 01 團前籌備

團前籌備，是實習團出發前的序章，是本次實習之旅成功的基石。本會積極主動與政府部門、實習單位以及相關合作機構保持密切聯繫，確保信息暢通、合作暢通。本會明確實習重點和方向，制定詳細的實習團實習計劃：學生選拔與分組、團前迎新與培訓指導、制定生活指南、充分的物資準備、清晰的行程安排、制定應急預案、建立溝通渠道。

## 學生招募與選拔

確認本次實習目標及重點後，本會啟動學生招募及選拔，招募渠道主要為香港的大學及學生組織會、本會社交平台廣告及各合作方的社群。

招生宣傳針對港澳及內地數十所大學高校，招募超過1000餘名，從而選拔合適且優秀的24位學生，組成本次「**星夢瓊島**」惠州實習團，開展2024年暑期實習！



## 學生實習宿舍

為了讓同學們在實習期間安心學習和生活，我們經過多次考察對比、檢查及精心佈置，最終選定位於劉翠園區一家舒適便利的宿舍。同學們就能在這裡安心休息和開展工作，也能與新朋友切磋，一起體驗當地生活！

## 團前培訓迎新日

來自香港和內地在港各大高校甄選的24位青年學生，來到灣仔參加本次團前培訓迎新日！

### 行程簡介



本會向學生介紹支持高次實習計畫的政府單位、主辦方及合作方，以增強同學們的歸屬感和認同感，讓同學們感受到本次實習的重要性及價值。

通過向學生介紹實習單位、實習期間工作和生活注意事項，幫助同學們初步了解現場、明確本次實習的目標、任務、要求 and 期望。

### 講座分享

本會邀請議員和政協委員介紹大灣區發展概況、各城市經濟指標以及國家安全意識，激發同學們對大灣區的好心願和主動性，提高對實習和黨團愛國的投入度。



《惠州青年企業家分享》

嘉賓：劉國輝  
惠州青年企業家、惠州和信黨  
影區團青青年創投創業協會  
執行會長



《國家安全教育及大灣區發展機遇》講座

嘉賓：莫大仙區議員李東江議員

### 團建遊戲



本次迎新會是實習前同學們第一次見面，我們通過高結構低規則遊戲塑造學生生活態度，增強學生之間的交流和自我認知，提高大家的凝聚力，為即將到來的實習生活營造積極氛圍。

### 出發日

深圳羅崗口岸集合，出發到惠州！

### 大合照



## 02 企業考察



惠州市仲恺高新区惠州镇人民政府



惠州林林卫生院 中藥科



惠州市祥興智樂裝備有限公司



榮仕(惠州)醫療器械製造有限公司



惠州市德榮科技有限公司



惠州廣信醫材有限公司



惠州海弘科技有限公司



彭氏(惠州)商業發展有限公司



廣東沃登新材料股份有限公司



廣東亞怡堂膠囊製藥有限公司



惠州農商銀行(惠州支行)

## 03 週末培訓活動

這次實習團除了讓同學獲得在當地企業單位實習的機會，更能參與豐富的培訓交流活動。讓同學們有機會親身感受優秀企業的運作模式、管理理念和企業文化，以及拓寬學生的認知和視野，提升他們的綜合素質！

惠州實習行程安排

日期	時間	內容	目的
2024年6月1日	上午	同學從各地乘火車往惠州，到達後登記入住酒店	
	下午	歡迎儀式 及交流晚宴	歡迎同學到來實習，舉行政餐，達到學研初步認識及交流晚宴
2024年6月2日	上午	參觀	以參訪者了解新農產品，從而感受惠州的科學環境和農業生態
	下午	參觀	參觀惠州博物館，了解惠州的發展歷程 參觀國家站，認識惠州創新技術
2024年6月3日	—	實習開學	根據企業實際情況實習工作
2024年6月8日	上午	參觀及交流	參觀惠州中化商業總部，實地了解當地各項目 的運營實際建設，並與基礎人員交流
	下午	參觀	認識惠州文化特色，參觀西樵山古史沉船文物館
2024年6月15日	上午	參觀	惠州 - 參觀惠州和發轉運站，惠州海天堂
	下午	參觀	大東灣 - 參觀惠州大東灣實業有限公司，納明科 技大東灣材料同創智能製造基地，惠州大東灣石化 園區
2024年6月22日	下午	參觀及交流	參觀惠州仲恺地產青年創業基地，邀請基地代表 分享惠州的創業支持政策和交流
	晚上	交流	青年人才交流活動
2024年6月29日	晚上	成果分享 及結業晚會	總結實習的學所得，展望未来， 感謝團有工作人員，企業代表，同事等，齊聚大 家對實習計劃的支持及付出。
2024年6月30日	上午	臨別告辭	抵達包機送返惠州返回



6月1日 下午

 惠州濕林鎮

惠州生活分享及教石晚宴

為深入貫徹落實習近平總書記關於推進粵港澳大湾区建設重要論述精神，切實推動粵港青年經濟紐帶，2024年「粵港澳」香港青年學生實習計劃在惠州濕林鎮舉行教石晚宴儀式。24名來自香港各大高校的粵港青年學生帶著台灣朋輩精神信高新區濕林鎮，即將奔赴各大企業事業單位，開展為期一個月的實習實踐。



出席嘉賓包括：

惠州仲恺高新区综合办公室副主任 梁志輝  
惠州仲恺高新区工務發展部書記、常務副主任 邱。區綜合辦公室統戰工作組負責人 梁建軍  
惠州市政協委員、惠州仲恺高新区粵港青年創研創業聯合會 執行會長 鄧曉斌  
濕林鎮黨委書記 許小君  
濕林鎮黨委副書記、鎮長 李福榮



6月2日 上午

 惠州仲恺群益產業園



同學們參觀群益產業園，讓學員深入了解了園區規劃、發展定位、企業服務、產業引進發展與改革創新經驗，切實感受到產業園為優化營商環境、提供“家門口”便捷政府服務而作出諸多努力。

6月2日 下午

 惠州市博物館

為了讓實習生感受惠州文化歷史，隨後來到惠州市博物館。在講解員的講解下，學生們參觀了《東江流域的文明——惠州歷史展》。通過參觀《東江流域的文明——惠州歷史展》，大家不僅能夠探索兩粵古韻的神秘歷史，還能瞭解到5000多年前的先民生活，以及惠州作為福南名郡的人文香草和革命歷史。



6月2日 下午

 勁家莊

勁家莊是由香港演員劉家驊創研，經過講解和參觀了公司生產車間，同學們認識到所有產品和公司的成功，都離不開主創人員不斷地摸索與堅持。敢於思考、敢於尋找、敢於嘗試就是創新創業成功的真諦！





6月8日 上午

 惠州電商直播基地

實習第一站結束，首先來到惠州市電商直播基地參觀，我們邀請基地運營總監吳坤及導師同學們參觀基地文化牆、國產電商直播中心、攝內直播和跨境電商直播間、AI數字人直播間，基地配套攝影棚和高演大廳。

在高速發展演進的現在，同學們深刻感受到電商直播發展無不跟緊科技的進步，特別是AI數字人直播間，讓大家都驚不已！

6月8日 下午

 東江民俗文物館

 惠州西湖

東江民俗文物館是目前的惠州市第一所專註性民俗文物館，館內藏品相當豐富，共展示文物2萬餘件，圖片百餘幅，基本陳列分為古海表、古居民、金木磚、傳統居住器具、傳統農具、東江出水文物、民間工藝精品等七大類。


惠州地處東江流域，背靠羅浮山，面臨南海大亞灣，素有“半嶺山水半城湖”之美譽，同學們來到國家5A級旅遊區惠州西湖遊覽。

大家在飽覽秀麗景色的同時，亦深入了解了惠州人文、民俗歷史，感受嶺南獨特風光。



6月15日 上午

 惠陽柏駿騎術會

 惠陽海天堂



同學們來到了「全國第二大馬場-廣東惠州惠陽柏駿騎術會」參觀，柏駿自2005年創建，一直致力於推廣馬文化、馬術運動，大家在工作人員陪同下體驗馬匹，超愜與快！

隨後來到海天堂，透過工作人員講解及參觀校務發展端、生產車間、絲及中藥材精製坊等深索傳統工藝如何走向現代化生產，學習海天堂「以質為本、以效為先」的理念。

6月15日 下午

 大亞灣-惠州比亞迪實業有限公司

 洲明科技大亞灣科技園智能製造基地

 惠州大亞灣石化園區

隨後，大家來到惠州比亞迪，對比比亞迪的發展歷程、新能源車技術、軌道交通技術及儲能電池技術等先進的創新成果有實際感受。

洲明科技大亞灣科技園智能製造基地，始終堅持科技創新。其中Mini LED顯示、小间距、裸眼3D、XR虛擬現實、智慧杆等技術在業內處於領先地位。

今日最後一站，惠州大亞灣石化園區，經工作人員專業講解，同學們了解到中海殼牌在石化園區建設的佈局和重要地位，廣袤的園區面向寰球、世界級的石化，為大家帶來巨大的震撼。







6月22日  
晚上

青年人才  
交流活動

為進一步拓寬香港與內地青年互動與融合，本會與當地人民政府特選在實習團最後一週組織了一場“筑梦湾区 聚才汇智”香港仲恺青年人才交流音樂會。

本次音樂會備受同學們期待，為了在舞台上展現出最精彩的表演，大家可謂全力以赴。在認真準備的過程中，同學們不僅展現了對音樂和演出的熱愛，更培養了大家團隊合作的精神，建立兩地深厚的友誼，相信今晚在大家心中將難以忘卻！



6月22日 下午



惠州仲恺港澳青年创业基地

實習第三周週末，同學們來到惠州港港台綜合服務中心及惠州仲恺港澳青年創業基地，實地了解基地的建設特點、營運體系和入駐企業發展情況，了解港港台青年在惠州、大灣區創業就業的支持政策和服務保障。

惠州仲恺港澳青年創業基地是寫入國務院《關於粵港澳大灣區發展規劃綱要》的港澳青創平台，亦是廣東省港澳青創雙軌1+12+N規劃中的重要節點。



# 04 | 答謝晚宴及人才交流會

6月29日 下午

📍 惠州盈富興酒店

為了凝聚學員學習所得，本會組織學員舉辦答謝晚宴向內地政府部委分享他們過去一個月的所見所聞，並且藉此向參與企業及單位致意感謝。雙方表示期待未來在人才培育、青年創業和教育領域的進一步合作，希望為香港和內地之間的關係開闢新前景，並鼓勵學生們利用所學為國家發展貢獻力量。



## 學生代表分享

交流會上，熊瀚銘、譚弘立、王羽希、呂佳樂四位同學作為青年代表，分享了各自的實習體會與感受，分別介紹了自己的實習崗位和工作內容，並表示此次實習是一段寶貴的人生經驗，也是一次提升自身專業技能、加強溝通能力、增進職業素養的機會。

他們對此次實習主辦和合伴單位，尤其是香港政府資助單位-香港民政及青年事務局長表達深深謝意，從豐富的行程和體驗中獲益良多，今後他們會更加努力提升自己，期待未來參與到粵港大湾区建設中！

## 香港青年學生創業交流沙龍

同學們分享青年人才本次實習感悟及青年創新創業經驗，相互交流實習心得和就業規劃，從大家的發言和互動中汲取啟發和力量。



香港明匯智庫主管  
惠州仲愷港澳青創會副會長  
駱達成

向出席結業儀式的高賓彙報了實習計劃的整體情況，以及組織實習同學參觀惠州文化城所和科創企業的交流情況。

惠州市政協委員  
惠州仲愷港澳青創會執行會長  
鄧勝威

強調了此次實習經歷的重要性，希望畢業生能延續學習項目，這這外界對於惠州及大灣區發展的試探和興趣。



惠州仲愷高新區綜合辦公室副主任  
葉志輝

對順利完成實習任務的同學們表示熱烈祝賀，希望香港大學生充分挖掘創業機遇，為新時代粵港澳大湾区的建設注入新活力。



惠林鎮黨委書記 鍾小君

惠林鎮將以此次活動為契機，進一步加強與本會的合作，不斷拓展交流領域，豐富交流內容，為兩地青年的交流與合作搭建更多平臺，提供更多機會，實現青年人才和惠林發展的“雙向奔赴”。



惠州惠林鎮黨委副書記、鎮長  
李旭東

為結果備感欣慰，他在致辭中肯定了此次實習計劃的成果，介紹了惠林鎮的整體情況，他表示香港同學可以繼續關注惠州，關注惠州的發展，歡迎同學們未來到惠州生活、就業。

## 頒發實習結業證書

惠林鎮黨委副書記、鎮長李旭東及惠州仲愷港澳青年創會創業導師、實習計畫執行團長蔡達成共同頒發大學生結業證書。



## 頒發優秀學員證書

惠州市委統戰部常務副部長、市港澳事務局長鍾永蘭頒發優秀學員嘉許狀。



## 特別感謝以下嘉賓出席活動支持：

惠州市委統戰部常務副部長、市港澳事務局長 鍾永蘭

惠州仲愷高新區綜合辦公室副主任葉志輝

惠州仲愷高新區工商聯組書記、常務副主席，區綜合辦公室統戰工作組負責人湯建軍

惠州市政協委員，惠州仲愷高新區港澳青年創新創業聯合會 執行會長 鄧勝威

惠州惠林鎮黨委書記鍾小君

惠州惠林鎮黨委副書記、鎮長李旭東



## 05 | 在港舉辦成果分享會

8月19日 下午

 香港太子帝京酒店

是次分享會希望凝聚參與惠州實習學員，一同回顧過去美好的時光，進一步加強青年間交流，並希望以本次實習實踐為契機，探索職業興趣所在，找準事業追求方向，為新時代粵港澳大灣區的建設注入新活力。



## 06 | 部分優秀實習學生分享

徐可歌 | 香港樹仁大學 | 惠州市祥勝智能裝備有限公司 實習生

來惠州實習是我永遠不會後悔的選擇。在這段時間跟著我們的負責人真的學到了很多。無論是談判技巧，跑業務應該需要的素養以及前期準備，還是切實接觸到了現在一些技術的發展程度，尤其是公司主要研究的自動化設備，都讓我有了很多收穫。擔任學生組長也讓我鍛煉成長了不少，如何更好地去溝通、協調和解決問題的能力進一步得到了提升。此外，各類參觀培訓活動也很豐富有趣，甚至還有騎馬這樣讓我們勞逸結合的活動，超驚喜！希望在未來的實習中，我能繼續學到更多，做的更多，成長更多！



翁祥翔 | 香港中文大學 | 榮佳（惠州）醫療器械製造有限公司 實習生

很榮幸能夠參與築夢灣區-惠州實習活動。為期一月的實習經歷，是人生中難忘的旅程。這裡的工作環境充滿活力，同事們友善熱情，給予我無數支援。每一天，我都能學到新知識，拓展視野，不斷提升自己的專業技能。惠州這座城市也充滿魅力。無論是漫步西湖，還是穿梭都市，都讓我流連忘返。這段實習經歷不僅讓我積累了寶貴經驗，也讓我深深愛上了惠州大地。未來，希望能夠繼續在大灣區築夢，為這片土地貢獻自己的力量。



王羽希 | 香港浸會大學 | 惠州瀝林鎮衛生院 - 中醫科 實習生

我工作的公司是惠州瀝林醫院，最開始去這個醫院的時候有很多不適應的地方，但是經過時間的推移和自身的調整，我現在已經適應並且喜歡上了這個醫院，它讓我學習到了如何和基層工作者交流，也讓我感受到了惠州人民的熱情。在我剛去醫院報到的時候，院長就過來親自跟我交流對接，這讓我感受到了前所未有的重視，也讓我對之後的工作充滿信心。在中醫科工作的期間我協助李主任進行日常工作，李主任也有教我許多中醫方面的知識，這讓我收穫良多。除了日常工作外，我們也有組織幾次活動，一起去惠州市博物館、逛西湖、看直播電高平臺等。在這個過程中，我作為組長也學習到了團隊組織能力及領導力，這讓我更加期待未來工作和行程。



譚弘立 | 香港浸會大學 | 惠州瀝林鎮人民政府 實習生



在實習的崗位上，我學會了很多不同的知識，比如在編寫材料方面所需要注意的地方，而這些都需要主動去了解詢問，在崗位上，我有什麼不清楚，不明白的，同事們都會很耐心的為我解答。另外，跟隨領導下村也擴拓了我的視野，並更為深入的瞭解鄉村的發展，對我的學習有很大的說明。而在惠州的各項團建活動也加深了我對惠州的認識，位於惠陽的馬場給了我頗為新奇的體驗，大亞灣的石油工業給我帶來了很大的震撼，是我第一次在如此近的距離去看有關的設施。在惠州的經歷對我來說不僅僅是學習的說明，更加是一次難得的增加見識的機會。

施龍焜 | 香港浸會大學 | 惠州市德榮科技有限公司 實習生

在惠州的實習經歷讓我受益匪淺。這座城市的繁華與自然風光交相輝映，讓我在工作之餘也能享受生活的美好。實習期間，我在德榮科技有限公司學到了很多，在外貿助理方面學習到了公司的出庫入庫的流程，在人力資源方面瞭解到如何篩選出一份好的簡歷，在產品研究方面瞭解到電腦散熱器的結構和研發時的注意事項等等。公司同事的熱情指導和友善態度，也讓我感受到濃厚的團隊合作精神。惠州的生活節奏適中，既有大城市的便利，又不乏小城市的寧靜。週末時，我常常與朋友一起探索周邊的風景名勝，品嚐地道的美食，這些都成為我難忘的回憶。在這段實習時間里，我不僅提升了自己的專業能力，更體會到了灣區的發展潛力和惠州的獨特魅力。這段經歷將成為我未來職業生涯的一筆寶貴財富，也讓我對未來充滿了信心和期待！



常儀豪 | 香港浸會大學 | 惠州海弘科技有限公司 實習生

這次實習给了我很多挑戰，作為一個在網路安全方面的小白，我的兩個師傅在工作中給予了我耐心地教導，並對我的未來職業進行了指導給予了一些建議，還在生活中對我有一些照顧。同時也學到了好多技能，比如：熔水晶頭，設置防火牆，接網線，修理印表機之類的，總之我認為在這個實習中我學到了很多技能，為以後的工作打下了一定的基礎。



呂炫堯 | 香港浸會大學 | 惠州農商銀行股份有限公司惠州支行 實習生

在惠州的實習經歷讓我獲得了寶貴的職場體驗和文化交流的機會。在農商銀行的支行，我面對了各式各樣的貸款需求客戶，學習如何生成現金流量表，這些技能對我的職業發展大有裨益。參觀比亞迪和海天堂等知名企業，讓我對中國的製造業和創新精神有了更深刻的理解。惠州西湖等景點的參觀，則讓我領略到了這座城市獨特的自然美和歷史韻味。最寶貴的是，通過與來自不同背景的人們交流，我拓寬了視野，更加珍惜多元文化帶來的豐富多彩。這段實習經歷，不僅是職業技能的提升，更是一次心靈和文化的旅行。



丘炫佑 | 香港樹仁大學 | 惠州海弘科技有限公司 實習生



非常高興能有這樣一次實習的機會，讓我能好好認識惠州。曾經，我對惠州的印象是「深圳人的後花園」；環境優美，大亞灣、巽寮灣、雙月灣、西湖和核電站。經過這次的實習後才發現，原來惠州也有惠州這樣的先進輕工業、大亞灣中海殼牌那樣規模龐大的重工業（原來核電站不是惠州的）。我在海弘科技公司的流水線上實習，每天的工作都很充實，拖着精疲力盡的身體回到宿舍之後，看著黑暗漸漸染窗外的風景，不知不覺就睡著的感覺真的很棒。很感謝這次的實習，我發現自己還需要學習很多東西。

龍建羽 | 香港城市大學 | 惠州（彭氏）實業發展有限公司 實習生

在本次實習中，我主要負責運營公司新品牌的小紅書帳號。從內容策劃到最終發佈，每一個環節都讓我深感責任重大。我不僅要確保內容的吸引力，還要注意與品牌形象的契合，這需要我不斷地思考和創新。同時，由於設計部門人手緊張，我還主動承擔了大部分小紅書圖片和海報的製作任務。這不僅鍛煉了我的設計繪圖能力，還提高了我的時間管理能力。我還有幸作為手部模特參與了產品的手持拍攝。在拍攝過程中，我學習了如何調整光線、角度和姿勢，以展現產品的最佳效果，也明白了每一個細節都至關重要，只有處理得當，才能為品牌呈現最完美的形象。在惠州生活和活動期間，我也深入感受到了這座城市的魅力。作為大灣區的一員，惠州有著廣闊的發展前景和無限的機遇。我相信，在不久的將來，惠州將在大灣區的發展中扮演更加重要的角色。



龐晉枋 | 香港恒生大學 | 惠州（彭氏）實業發展有限公司 實習生



這次實習給了我很多挑戰，作為一位男性在化妝品公司，對化妝品產品一無所知是翻譯的一大障礙，有時我需要利用我的休息時間查看更多關於化妝品的資訊，就像在工作中一樣。工作中我需要更新和翻譯公司介紹材料，如宣傳冊化妝品成分的字眼、PPT演示文稿裡面的對與錯等。雖然很遺憾沒有機會嘗試參與客戶會議，提供現場口譯服務。但在這個實習中學到很多東西可以說是一個很好的機會提高個人實力。



歐敬熙 | 香港專業進修學院保良局何鴻燊社區書院 |  
廣東瑞捷新材料股份有限公司



在這次實習中，這是我第一次來到惠州，都是第一次在股份公司裡面工作，感覺十分緊張。雖然工作有點辛苦，但是我學會了如何處理會計憑證，還有銷售追單和採購追單，雙方是否簽訂合同，檢查客戶的訂單和送貨單是否有遺漏，最後處理客戶的付款紀錄。在生活方面，宿舍房間挺大，很舒服。另外，交通很方便，附近有超市，便利店，餐廳和娛樂設施可以購物，食飯和玩遊戲。所以，我十分滿意這個實習。

趙國橋 | 香港恒生大學 | 惠州惠林鎮人民政府實習生

在惠州的這一個月的實習中，我加入到惠林鎮政府的經濟普查辦的大家庭中受益匪淺。在工作上，主任和同事的哥哥姐姐們對我耐心指點，有什麼不懂的問題都可以及時向他們請教，並且得到細緻的解答。我也學會了很多在學校接觸不到的東西，達到了我來之前心中的目標，在工作中實踐技能。而在工作之外，給我很高興的一點是交到了一些不同學校的好朋友，在一起度過了許多美好的時刻，並且在比我優秀的同伴身上對自己有了認知，明白了自己與他們的差距以及我要努力的方向。雖然只有短短的一個月，但我看到了他們無論在哪裡都堅持自律的習慣，對很容易在陌生環境中疑懼對自己的要求的我有極高的參考價值。週末的集體出行，也和團隊里的夥伴們一起參觀了各個企業，見證到了以前未見識過的不同世界。最後，很感激這段時間所有前輩、同事和夥伴們的教導和陪伴，當以後回想起在惠州的這一個月一定會覺得美滿而充實。



劉思瑤 | 香港樹仁大學 | 惠州市德榮科技有限公司實習生

惠州之行帶給我非常多的新體驗。在德榮科技的實習期間內，我作為行政助理，首次接觸了人事部的相關工作，協助上司錄入新員工資訊，辦理入職手續，整理員工勞務合同。這些工作很簡單，但非常重要。公司的花名冊和檔案夾記錄了全部員工的個人資訊，一點錯誤也不能有。此外，我們還一起檢查了生產車間環境的衛生狀況，針對廢棄的設備，隨手擱置的工具等，都做了詳細的記錄，最後上司和我共同製作了整改表格。在工作之餘，實習團每兩週都會安排一天豐富的行程，帶領我們學生參觀不同行業的公司，品嚐當地特色美食，感受惠州風景。多虧了實習計劃，像這樣寶貴的交流機會，單憑個人是無法實現的。



羅智友 | 香港浸會大學 | 榮佳(惠州)醫療器械製造有限公司實習生



此次活動印象最深刻的便是「社交」這兩個字。無論是職場又或是官場。留意到上一秒下屬正殷勤地向領導報告工作內容，在午膳時間二人卻又有說有笑彷彿一對損友。而在飯桌上我們實習生一桌談的內容是五花八門，有什麼說什麼。政府人員們聊的都離不開政治。這就是「打交道」。這讓一個不怎麼喜歡社交的我對此產生深刻的體會，也讓我們真正體會到什麼場合說什麼樣的話，要注意自己的言行舉止還有禮儀。另一方面也讓我近距離看到一班與自己同樣年紀的眾生相。大家年紀相若卻又有著各自不同的成熟。聚散有時，可能這裡有些人已經結成了深深的友誼，很高興認識大家，是緣分讓我們從彼此的世界經過。「當我穿過沙漠遇見你，不可思議十三億分之一」。

# 07 | 實習總結

此次實習計劃不僅給香港學生留下了珍貴回憶，也為兩地的科創合作搭建了橋樑，為惠州科技創新發展和青年人才培養做出了貢獻。

實習計劃的結業，並不是終點，而是新征程的起點。相信這些充滿朝氣與活力的學生們，在未來道路上，定能憑借在實習期間積累的經驗和知識，乘風破浪，書寫屬於自己的精彩篇章！



## 特別鳴謝參與企業

瀝林鎮人民政府 | 中國工商銀行股份有限公司惠州瀝林支行 | 瀝林鎮衛生院 | 惠州(彭氏)實業發展有限公司 | 惠州廣裕豐科技有限公司 | 廣東瑞捷新材料股份有限公司 | 惠州海弘科技有限公司 | 惠州市祥勝智能裝備有限公司 | 惠州市德榮科技有限公司 | 榮佳(惠州)醫療器材製造有限公司 | 惠陽亞倫塑膠電器實業有限公司

# 「築夢灣區」 惠州實習計劃2024



# 08 | 聯繫我們

CONTACT US

未來，大灣區新思維文化設計協會將秉承【共享共創】的創會理念，匯聚大灣區更全面的政府組織、商業機構、媒體社群等資源渠道和信息動態，促進灣區創業青年和品牌企業的交流合作，讓大家真正認識和拓展國內市場。  
歡迎加入我們！

協會網站: <https://www.gbacida.com/>



GBACIDA過往活動



GBACIDA過往活動

