

創業項目獲大學扶持 三個月吸客逾三百

港生組團開中醫養生館

位於福建中醫藥大學大學生孵化中心2樓的杏術尗灸推拿養生館裡人頭攢動，中醫專業大三港生陸霆皓和他的團隊成員們正耐心地給客人做針灸、推拿、刮痧。這個由22名在校大學生組成的創業團隊項目，入駐由該校園委負責的創業孵化中心，成為學校政策扶持的創業對象之一。校方為他們提供了零租金的創業商舖。

■香港文匯報記者 蘇榕蓉 福州報道

陸霆皓向本報記者介紹，創業團隊的核心成員是5人，除此之外，還包括來自台灣的楊傑、來自馬來西亞的賴宇陽、來自新疆的楊光以及來自西安的李永皓。他表示，「大家都是中醫專業大三專業的好哥們，都對創業有一個共識，就是能吃苦敢擔當，打有備之仗。」

就業形勢嚴峻 提前規劃未來

養生館原來的東家是陸霆皓同學的學長，因為畢業回台希望養生館能「傳承」下去，所以找到了他們。陸霆皓說，「現在大學生畢業就業形勢嚴峻，而創業能讓自己有另一種選擇，另一方面，我們也不想一畢業就成了朝九晚五的打工一族，我們喜歡有更多的私人空間。」雖然離畢業時間還有兩年，陸霆皓和同學們在圓了青春創業夢的同時，也已經開始提前規劃自己的未來。

陸霆皓笑言，「一個人創業太難，我們選擇『抱團』創業」。經過前期準備，杏術尗灸推拿養生館於2016年6月1日正式開業。三個月後，養生館交了一份讓大眾引以為傲的成績單：運營三個月，接待顧客354名，營業額13877元。這一組數字使團隊的每個人都熱衷於心。

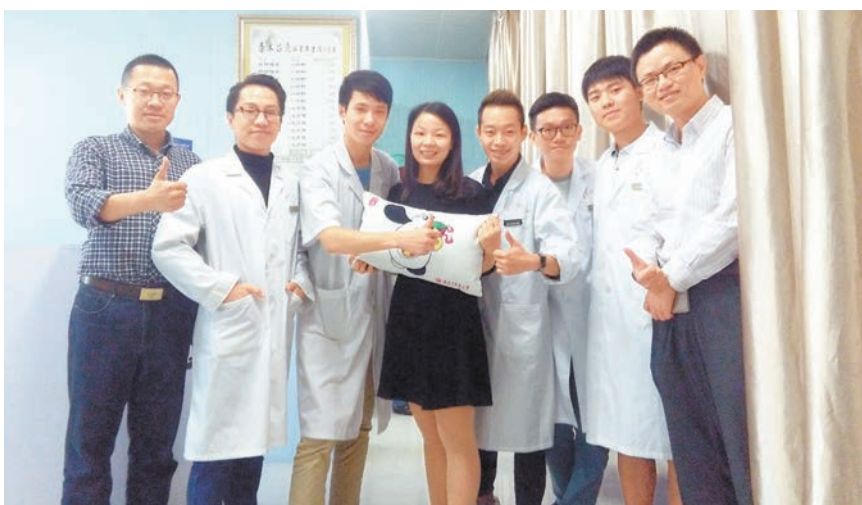
外界消除疑慮 紛刮目相看

「創業之後發現事情遠比自己當初想像的複雜，並不是專業技能扎實就能創業」。陸霆皓坦言，剛開

業那幾天，上門的客人寥寥無幾，有時接連很多天一名客人都沒有。顧客數量，從最初的每個月五、六個到現在平均每天的五、六個，其中的變化陸霆皓甘苦自知。他告訴記者，團隊成員們會在QQ、微信等社交平台上宣傳推廣養生館，大家也會坐在一起商量近期的促銷傳單內容，派發傳單則從學生群體和學校周圍的商家入手，逐漸擴大至小區和商圍。

不僅如此，大家自製的名片亦很有特色。每個核心成員都有不同的「身份」，比如陸霆皓是養生館的策劃總監，賴宇陽是技術總監等等，這樣的做法是希望每個人都能發揮自己的專業知識與特長，比起僅憑一腔熱血蠻幹，成功率要高很多。

由於團隊白天需要上課，養生館每天從晚上六點半營業到九點半。起初不少人對這群年輕人人心疑慮，大多抱著試一試的態度，但當他們的病痛得到有效緩解和治療後，便開始對養生館刮目相看。讓團隊感到欣慰的是，學校的領導、老師以及身邊的朋友們一直都在支持着他們，幫助他們做推廣和宣傳，使得慕名前來找他們推拿按摩的外校同學和附近居民越來越多。陸霆皓對記者說，有人認為團隊成員太年輕，不夠資歷，還需要繼續加強服務，「只有我們確定好養生館的經營特色和服務標準、規範，才能創造更多的回頭客，從而提高養生館的魅力指數。」



■團隊的養生館創業項目得到福建中醫藥大學老師們的鼓勵和肯定。

記者蘇榕蓉 攝



■陸霆皓在養生館內認真學習中醫理論知識。

記者蘇榕蓉 攝

■陸霆皓和導師在一起溝通調整腰椎的拉伸手法。

記者蘇榕蓉 攝

裝修親力親為 倍感自豪

記者在養生館內看到，30多平方米的房間裡整齊地擺放着10多張按摩床，牆壁上張貼着刮痧、按摩等醫療掛圖。藍色的牆紙，暖色的窗簾，整體環境溫馨整潔。養生館翻新裝修整裝用時一個月，當時為了節約成本，從購買的原材料到安裝，全部都是大家一起分工合作完成的，很辛苦但是非常有成就感。

回顧那個月裝修的經歷，陸霆皓形容，「痛並快樂着」。他介紹，「玻璃、櫃枱、牆紙等是從淘寶購買的，而鋁窗框、木材等，需要到學校附近的實

體店採購，有時跑一趟還不行，因為走錯地方或者買錯材料，還需要再跑第二次、第三次。」陸霆皓很自豪地指着養生館內藍色的牆紙告訴記者，那都是他們自己動手貼的，沒有請專業工人操作，「剛開始貼得不平整，我們就撕了重新再貼，總結出的經驗就是要耐心加細心，這非常考驗大家的動手能力。」

養生館前後的展示櫃，亦是陸霆皓在淘寶上訂購的，他開玩笑說，「物流到貨後，我們用了6個漢子的人力才把它扛到大學生孵化中心二樓，然後幾個人用了三個多小時才拼裝成功。」

耳濡目染 喜愛中醫

陸霆皓的父母在港經營與健康產品有關的店舖，由於從小耳濡目染，陸霆皓從香港中華基督教何福堂中學畢業後就報考了福建中醫藥大學。「我覺得，香港生活模式比較快，相比而言很多人願意相信西醫，因為見效快。雖然中醫不大受重視，但我還是選擇中醫，因為比起大火快煎，我更喜歡小火慢燉。」

陸霆皓亦很懷念大一和內地生一起住的簡單歲月。6個人的宿舍，只有他一個人是港生，「內地同學好奇心很強，喜歡問我『你覺得香港怎麼樣？』、『香港和內地生活模式區別在哪裡？』」其中最關心的問題是「中醫在香港的情況怎麼樣？」陸霆皓表示，一開始因為自己普通話不好，從而不敢和同學們說話，但大家都很熱情地接納他，使他很快就與同學們打成一片。

望養生館項目做大做強

剛開始上課時，陸霆皓感到有點吃力，他認為香港的教育除了理論還有很多實踐的機會，而在內地學業，很多時候都是先學習一系列的理論知識然後再實踐。中醫知識浩如煙海，需要背誦和掌握的書本如汗牛充棟，着實令他頭疼。如今通過兩年多的學習，陸霆皓除了理論知識學習得不錯外，溫針灸、推拿等都能信手拈來。

談及未來，陸霆皓表示將回港考取中醫執照，並會經常往返兩地。他亦希望養生館創業項目能夠做大做強，將來開連鎖店。「比起一份穩定的工作，把精力和心血用在自己熱愛的專業中去，才是我更願意做的事。」

辦培訓班授課 盼與實踐結合

陸霆皓的團隊特意在養生館裡裝修出一間辦公室，用於平時開會或者自習讀書。他介紹，「我們兩周開一次小會，一個月開一次大會。案例交流、制定排班表、義診等需要解決的問題，都會在這個小小自習室內溝通完成。」

養生館選和學校大學生社團聯合醫研社合作辦了義務培訓班，在校護理、管理等專業的大一新入生，有興趣學習推拿養生等都可以報名參加，截至目前已有逾90名同學在陸續培訓中。不僅如此，團隊還編了簡易教材。「技術總監」賴宇陽很有耐心，對專業知識比較熟悉，靜下心來編制出的教材，讓參加培訓的同學們能夠通俗易懂。

陸霆皓團隊還針對培訓班建了學習群，督促同學們定期學習練習。同時，他們希望養生館能夠讓培訓班的同學把學到的與實踐相結合，這樣才能更見實效。在陸霆皓看來，很多大學生由於伏案學習、上網時間長，經常腰酸背痛，需要康復指導和保健治療，並希望他們多學習一些養生基礎課、健康課，讓更多人了解中醫養生文化。

港青訪穗中山大學 開闊就業視野



■張光南教授為學生講解粵港澳合作中存在的一些優勢和阻礙。

記者胡若璋 攝

香港文匯報訊（記者 胡若璋 廣州報道）在剛剛過去的周末裡，「2016文化長河——廣州交流團」在中山大學開啟兩天一晚的走訪交流。記者獲悉，在紀念孫中山誕辰150周年的契機下，由中華歷史文化動力項目組以及來自香港的青年學生組成的一行90多人考察團來穗訪問，參觀中山大學本部多處歷史古建築以及黃埔軍校等地。兩天的行程中，香港學生還就粵港澳交流合作多年的成果以及存在的障礙，對話中山大學粵港澳研究院港澳珠江三角洲研究中心教授張光南。不少學生告訴記者，對話專家讓自己開始思考真正興趣學科，對作為香港青年該有的國際視野，也有了新的認識和啟發。

歎學府魅力 堅定考取決心

在首日下午進行的主題演講中，主辦方特意邀請了中山大學港澳珠江三角洲研究中心副主任張光南教授

出席活動。他為香港青年作了「粵港澳服務貿易自由化：負面清單制定與管理創新」的主題講座，讓不少學生首次聽聞粵港澳合作中存在的一些優勢和阻礙。

來自香港大學的一年級生歐陽昊皓告訴記者，聽聞張教授一個小時的講座，勝過於自己讀書一整天，拓寬了自己對於未來就業的一些想法。最重要的是可以找到自己感興趣的事物，並把其做得深入，無論未來到內地發展還是立足香港，都會受益。來自地亞修女紀念學校的中六學生梁鑫祺則坦言，此次能夠來到中山大學，也是為自己的升學考試做了一次考察。學校的古樹歷史建築，還有在草地上悠然看書的學生，都讓對此地嚮往已久的梁鑫祺，更加堅定了要考取中山大學醫學系的決心。

活動期間，來自中大附屬中學的20多位學生代表，陪伴香港學生走進中山大學各個歷史建築點，分享孫中山在廣州革命的一些歷史背景知識。此外，兩

地青少年還夜遊珠江，彼此交流繁多。記者獲悉，不少學生亦通過微信互相添加為好友，約定日後再次聯絡。

盼主題活動增進歷史認知

中華歷史文化動力團團長蘇銳鴻告訴記者，穗港兩地的青年學生齊聚一堂，圍繞孫中山誕辰150周年的主題，進行交流對話。學生們也會以此為課題，通過兩天的走訪觀察來加深對歷史的認知和理解。

蘇銳鴻告訴記者，多年以來，自己一直致力於香港青少年北上交流的工作，對於現在還有許多對內地了解僅限於報章消息來源的年輕人來說，他的工作依舊任重道遠。如今，每一次通過精心設計的主題活動項目，使得香港青年前來交流時，消除了走馬觀花的好玩心理，逐漸建立起自己對歷史文化的客觀認識，並利用起越來越多的交流平臺，了解內地的發展現狀與活力。

2016年12月7日 今日電視節目表 (星期三)

無線翡翠台	無線明珠台	J2台	RTN31	中央電視台-1 (數碼頻道)	中央電視台 (國際頻道)	鳳凰衛視中文台	viu
8:10 香港早晨 9:00 交易現場 9:30 深港通 9:45 超級勁歌推介 9:50 快樂長門人 10:00 西遊記(貳) 10:30 神醫俠侶 11:30 宣傳易及新聞提要 11:35 交易現場 12:45 交易現場 1:00 午間新聞 1:20 左右紅藍綠 1:25 都市閒情 2:15 今日VIP 2:40 交易現場及深港通 2:45 交易者 3:45 紙醉金迷 Wars 及交易現場 4:15 星夢學園 III 4:45 花生動畫 4:50 Think Big 天地 5:20 寶石寵物 VI 5:50 財經新聞 6:00 大學問及新聞檔案 6:30 六點半新聞報道 6:55 天氣報告 7:00 粵語·明記傳 7:30 東張西望及同行助人愛滿屋 8:00 愛·回家之八時入席 8:30 幕後玩家 9:30 致命復活 10:30 天與地 11:00 環球新聞檔案 11:05 晚間新聞 11:30 新聞檔案 11:35 天氣報告 11:45 娛樂頭條 11:50 創世紀 II 天地有情 1:00 皆大歡喜 1:40 今日VIP 2:05 東張西望 2:35 新聞透視 3:35 宅男宅女 4:30 中華狀元紅 5:00 民間傳奇·有道棄妻	8:00 普通話娛樂新聞報道 9:00 教育電視 10:00 金融行情 10:30 交易現場 11:00 深港通直通車 11:15 金融行情 11:30 交易現場 11:32 金融行情 12:00 CCTV News-直播 1:00 金融行情 2:00 交易現場 2:03 金融行情 3:00 深港通直通車 3:10 金融行情 3:55 交易現場 4:00 繽紛小樂園(V) 4:25 毛兔兔 4:30 孩子義工團(III) 4:55 奇趣特工 5:30 智鴨火車頭 6:00 財經消息 6:05 清心直說 6:35 博物館解密 7:25 話說當年 7:30 七點半新聞報道及天氣報告 7:55 睇開看地球 8:00 腦力大作戰(III) 8:30 新晉廚神遊越南 9:00 酒通全世界3 9:30 話說當年 9:35 慶賀鉅獻：夢想創未來 10:35 環球金融連擊 10:40 血變(III) 11:40 財經連擊 11:45 晚間新聞 12:05 福爾摩斯新傳(III) 1:00 六十分鐘時事雜誌 1:55 音樂熱點 2:00 慶賀鉅獻：夢想創未來 2:55 酒通全世界3 3:25 新晉廚神遊越南 3:50 腦力大作戰(III) 4:15 歐陸名畫樂悠揚 4:50 台灣無線衛星電視台新聞 5:30 中國新聞	6:00 沒關係 這是愛情 7:00 金大花的華麗冒險 8:00 邊走邊吃 9:05 沙贊客玩世界 10:00 週遊列國 10:30 無間音樂 11:30 兄弟幫 12:00 唯一繼承者 1:00 解碼追兇 2:00 沒關係 這是愛情 3:00 金大花的華麗冒險 4:00 超級勁歌推介 4:05 得意寵物大檢閱 6:00 賽馬真擊 11:05 解碼追兇 12:00 兄弟幫 12:30 超級勁歌推介 12:35 賽後你點睇 1:45 尋味地圖 2:15 潮生活 2:35 解碼追兇 3:30 得意寵物大檢閱 5:30 魔奇少年II	06:30 馬可孛羅 尋東之旅 07:00 瓷 07:30 早晨·早晨 08:05 千禧年代 09:00 長隆酒店 10:17 馬向陽下鄉記-23-24 10:00 黃金歲月 12:35 今日說法 13:15 背著奶奶進城-17-19 15:42 精彩一刻 16:05 第四批「中國夢」主題新聞創作歌曲·父子 16:14 第一動畫園 18:01 CCTV 家庭幽默大賽 19:00 新聞聯播 19:36 焦點訪談 20:02 長征大會師-30-31 21:50 精彩一刻 22:00 晚間新聞 22:35 尋寶·我有傳家寶 23:41 生活提示 23:47 馬向陽下鄉記-25	06:00 朝聞天下 08:33 生活早參考·特別節目(生活圈) 09:24 動物世界 10:17 馬向陽下鄉記-23-24 12:00 新聞30分 12:35 今日說法 13:15 背著奶奶進城-17-19 15:42 精彩一刻 16:05 第四批「中國夢」主題新聞創作歌曲·父子 16:14 第一動畫園 18:01 CCTV 家庭幽默大賽 19:00 新聞聯播 19:36 焦點訪談 20:02 長征大會師-30-31 21:50 精彩一刻 22:00 晚間新聞 22:35 尋寶·我有傳家寶 23:41 生活提示 23:47 馬向陽下鄉記-25	06:00 海峽兩岸 06:30 今日亞洲 07:00 騰飛中國 07:30 今日關注 08:00 中國新聞 09:00 2016 國家記憶-46 09:30 中國文藝 10:00 中國新聞 10:13 遠方的家 11:00 中國新聞 11:10 中華之光·第五屆中華之光候選人專題片-5-6 11:16 記住鄉愁-片段展播-14 11:29 海峽兩岸 12:00 中國新聞 13:00 華人世界 13:30 走遍中國 14:00 中國新聞 14:12 父親的身份-5-8 17:14 遠方的家 18:00 中國新聞 18:15 中國文藝 18:45 國寶檔案 19:00 中國新聞 19:30 今日亞洲 20:00 2016 國家記憶-47 20:30 海峽兩岸 21:00 中國新聞 21:30 今日關注 22:00 走遍中國 22:30 華人世界 23:00 中華之光·第五屆中華之光候選人專題片-5-6 23:06 父親的身份-5-6	06:00 時事辯論會 06:25 中國戰法 06:55 騰飛中國 07:00 鳳凰早班車 09:00 鳳凰大視野 09:35 地球宣言 09:40 鳳凰全球連線 10:05 紀錄·大時代 10:35 說說你的故事 11:30 中國戰法 12:00 鳳凰午間特快 12:25 鳳凰氣象站 12:30 有報天天讀 12:53 今日視點 13:00 騰飛中國 13:30 騰飛中國 13:35 鳳凰焦點關注 14:00 絲綢文明 14:55 資訊快遞 15:00 冷暖人生 16:05 金曲點播 16:15 鳳凰大視野 16:50 名言啟示錄 16:55 有報天天讀 17:20 紀錄·大時代 17:50 金曲點播 18:00 全體大團圓 19:15 地球宣言 19:20 震海聽風錄 19:50 今日視點 20:00 鳳凰大視野 20:30 騰飛中國 20:35 鳳凰焦點關注 20:55 名言啟示錄 21:00 時事辯論會 21:30 軍情觀察室 22:30 絲綢文明 22:35 鳳凰全球連線 23:00 騰飛中國 23:35 有報天天讀	06:00 早晨新聞 09:00 智富通 10:00 廣告天才 11:00 智富通 12:00 午間新聞 12:20 一個地球 12:55 智富通 13:30 勇敢說出我愛你 14:30 Home Sweet Home 15:30 智富通 16:30 友夫日記 17:00 小馬寶莉4 17:30 戀愛班長2 18:00 6點新聞報連 18:30 快樂重慶 19:00 勇敢說出我愛你 20:00 8點新聞報連 20:30 好運連變史 21:30 鑛旗 22:00 鑛旗 22:30 Ben Again 吳昇再出道 23:00 晚吹·天一路 23:30 十五分鐘熱度 01:45 晚吹·天一路 02:15 晚吹·天一路 03:00 Driving In Hong Kong