

丙午穀雨

榮譽會長
溫文儀先生，BBS，JP

榮譽委員
蔡潘若棠女士
雲維庸先生

執行委員會

會長
黃紹基先生

副會長
林煒瀚先生

義務秘書
麥錦明先生

義務司庫
尤好心女士

義務法律顧問
梁雲生律師，JP

委員
區璟智女士，GBS，JP
崔永康教授
何松謙先生
李鄭保瑜女士
李文烈博士，BBS，MH
譚贛蘭女士，GBS，JP
鄧淑珍女士
黃妙茵女士

Honourary President
Mr. WAN Man-ye, BBS, JP

Honourary Members
Mrs. CHOI POON Yeuk-tong Stephanie
Mr. WAN Wai-yung Alex

Executive Committee

President
Mr. WONG Siu-kee Kent

Vice President
Mr. LAM Wai-hon Patrick

Honourary Secretary
Mr. MARK Kam-ming

Honourary Treasurer
Ms. YAU Yu-xin Amelia

Honourary Legal Advisor
Mr. Vincent LIANG, JP

Members
Ms. AU King-chi, GBS, JP
Prof. CHUI Wing-hong Eric
Mr. Jonathan HO
Mrs. LI KWONG Bo-yu Bonnie
Dr. Peter John NEWBERY, BBS, MH
Ms. TAM Kam-lan Annie, GBS, JP
Ms. TANG Suk-chun Winnie
Ms. WONG Miu-yan Cecilia

各位協青社好友：

我謹向各位介紹一位在香港街舞圈已經成為「天后級」的年青人——Lady Banan。十五歲那年，我們第一次在學校合辦的街舞成長訓練計劃中遇見她；那時的她，經常逃學、走堂，在天台和女廁躲起來食煙，甚至兩次差點踏入吸毒的世界。後來，她透過學校的舞蹈班走進協青社。最初，她只是陪朋友「玩吓」，上堂又經常遲到；但就在這個小小的舞室裡，她第一次真切感受到「被尊重」和「被看見」。導師和社工沒有只盯着她的問題，而是認真看見她的潛能，給她掌聲、給她肯定，讓她在Breaking找到一片屬於自己的天地。

這個曾經怕醜、缺乏信心、對未來毫無方向的女孩，透過一次又一次挑戰高難度動作，一場又一場在比賽中被更強對手激發和磨練，慢慢將原本模糊的念頭，變成踏實而清晰的夢想。今天，她已經是香港霹靂舞代表隊運動員，曾在杭州亞運會、全運會及世界各地的大型賽事披上香港戰衣，現在正在爭取2026名古屋亞運代表資格。

如果當日，在她最迷失的時候，沒有一班人選擇不放手、選擇相信她仍然可以改變，她今天很可能只是冰冷統計數字中的其中一個。正因為有人看得見她、願意給她空間跌倒，又在她跌倒時拉她一把，給她一個可以用舞蹈重新建立自己生命的平台，她才有機會走到今天，用自己的故事去守護更多在邊緣掙扎的年輕人。

今年是協青社35周年。35年來，我們始終走在街頭，走近那些最容易被忽略、最不被看好的年青人，堅持一個簡單卻不容易的信念：高危青年從來不是被放棄的對象，而是值得被相信、被支持的生命。我們誠邀您再一次與協青社並肩同行。您的支持，或許正是一通關鍵時刻的電話，那盞讓年青人在黑暗中仍見方向的燈。願我們繼續一起，讓更多看似不可能的成長故事，在香港真實發生。

敬祝 近安

協青社總幹事

陳嘉玲謹上

二零二六年四月

榮譽會長
溫文儀先生，BBS，JP

榮譽委員
蔡潘若棠女士
雲維庸先生

執行委員會

會長
黃紹基先生

副會長
林煒瀚先生

義務秘書
麥錦明先生

義務司庫
尤好心女士

義務法律顧問
梁雲生律師，JP

委員
區環智女士，GBS，JP
崔永康教授
何松謙先生
李鄭保瑜女士
李文烈博士，BBS，MH
譚籟蘭女士，GBS，JP
鄧淑珍女士
黃妙茵女士

Honourary President
Mr. WAN Man-ye, BBS, JP

Honourary Members
Mrs. CHOI POON Yeuk-tong Stephanie
Mr. WAN Wai-yung Alex

Executive Committee

President
Mr. WONG Siu-kee Kent

Vice President
Mr. LAM Wai-hon Patrick

Honourary Secretary
Mr. MARK Kam-ming

Honourary Treasurer
Ms. YAU Yu-xin Amelia

Honourary Legal Advisor
Mr. Vincent LIANG, JP

Members
Ms. AU King-chi, GBS, JP
Prof. CHUI Wing-hong Eric
Mr. Jonathan HO
Mrs. LI KWONG Bo-yu Bonnie
Dr. Peter John NEWBERY, BBS, MH
Ms. TAM Kam-lan Annie, GBS, JP
Ms. TANG Suk-chun Winnie
Ms. WONG Miu-yan Cecilia

一位霹靂舞者的故事

我是阿蕉 Lady Banan，霹靂舞香港代表運動員。

我曾經代表香港參加第19屆亞運會及全運會，還有各地的世界錦標賽，現在我正積極準備爭取代表香港參與2026年名古屋的亞運會。

霹靂舞令我改變，令我有目標，令我有前進的動力。

我15歲時，透過學校認識了協青社，亦因而接觸到了霹靂舞。開始時，我是以陪朋友及玩樂的心態參加，但協青社的導師及社工，給我一個感覺到被接納，被尊重的環境；而霹靂舞給我可以發揮才能的機會。

15歲前的我，不知未來將會是什麼，人生目標與我何幹，讀書更不是我碟菜；每日上學不是遲到就是早退，甚至常常逃學。

回到學校，我常常與同班同學一起走堂，去女廁或上天台食煙。還有兩次我差點兒踏入吸毒的路途。第一次是在學校走堂時，偷入一間冇人的班房，同學便取出白粉出來吸食，還叫我試試，我當時有些驚，所以拒絕了，他們便叫我去睇水。

第二次是逃學在我朋友家。房間有張上下格床。我朋友在上格床，突然擺好工具，原來是吸食冰。見到有錫紙、吸管，我很好奇，還向他請教如何吸食。

幸好一個電話喚醒了我，是爸爸打給我的。

參加了學校的跳舞班後，初時也是堂堂遲到，因為我要與同班朋友在校外公園食完煙才回學校上跳舞堂。但協青的導師雖然也會指出我不是之處，但是最重要的是他們會更着重我做得好的地方，讚賞我、鼓勵我。

我慢慢地愛上了Breaking霹靂舞。

每當做到一些難度高的動作時，就感到很大的滿足感；每當參加一次比賽，就發覺到一山還有一山高，世界是很大的，還有無限的可能。而Breaking霹靂舞的賽事，主要是Solo個人的形式，在眾多參賽者及觀眾眼下進行。

榮譽會長
溫文儀先生，BBS，JP

榮譽委員
蔡潘若棠女士
雲維庸先生

執行委員會

會長
黃紹基先生

副會長
林焯瀚先生

義務秘書
麥錦明先生

義務司庫
尤好心女士

義務法律顧問
梁雲生律師，JP

委員
區璟智女士，GBS，JP
崔永康教授
何松謙先生
李廊保瑜女士
李文烈博士，BBS，MH
譚贛蘭女士，GBS，JP
鄧淑珍女士
黃妙茵女士

Honourary President
Mr. WAN Man-ye, BBS, JP

Honourary Members
Mrs. CHOI POON Yeuk-tong Stephanie
Mr. WAN Wai-yung Alex

Executive Committee

President
Mr. WONG Siu-kee Kent

Vice President
Mr. LAM Wai-hon Patrick

Honourary Secretary
Mr. MARK Kam-ming

Honourary Treasurer
Ms. YAU Yu-xin Amelia

Honourary Legal Advisor
Mr. Vincent LIANG, JP

Members
Ms. AU King-chi, GBS, JP
Prof. CHUI Wing-hong Eric
Mr. Jonathan HO
Mrs. LI KWONG Bo-yu Bonnie
Dr. Peter John NEWBERY, BBS, MH
Ms. TAM Kam-lan Annie, GBS, JP
Ms. TANG Suk-chun Winnie
Ms. WONG Miu-yun Cecilia

因此我是由一個好怕醜，缺乏信心在人面前說話，變到現在可以好有自信地在大家面前表現自己。

霹靂舞令我改變，我找到了人生的目標，我有了夢，我想成為一個代表香港出去比賽的B-Girl霹靂女舞者，為香港爭光。

我亦想做一個跳舞導師，幫助一班青年人發展興趣，希望自己可以做到一個好榜樣。

今天我做到了！霹靂舞令我知道，只要堅持，不放棄，凡事也有可能！

過去10年，我一直都是自費或協青社幫忙找到有心人資助我去海外參加大大小小的世界賽，認識到不少世界的舞者，眼界大開，有很多得着及啟發，這非常有助於我教導其他青年人。多謝各位天使的幫助及支持。

如果當時我放棄了自己，就不會有現在的我。



(Lady Banan 代表中國香港出戰 2022 杭州亞運霹靂舞賽事)



(Lady Banan 代表香港出戰 2025 第十五屆全國運動會賽事)