

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

No.	Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic	Interviewee
1	3-7-2025	BAUHINIA	教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才	IFPHK
2	3-7-2025	HKCD	教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才	IFPHK
3	3-7-2025	eduhk.hk	EdUHK and Institute of Financial Planners of Hong Kong Sign Memorandum of Understanding to Nurture Financial Talents for Hong Kong and Macau	IFPHK
4	3-7-2025	HKEJ	數字資產生態系統 港致勝關鍵	Mr. Paul Pong, CFP®
5	3-7-2025	大公文匯報	教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才	IFPHK
6	4-7-2025	Wenweipo Web, Wen Wei Po	教大夥財務策劃師學會育港澳金融專才	IFPHK
7	4-7-2025	Quamnet - Chi	香港財務策劃師學會與香港教育大學簽署協議	IFPHK
8	4-7-2025	Infocast Financial Newswire	香港財務策劃師學會與香港教育大學簽署協議	IFPHK
9	5-7-2025	Hong Kong China News Agency	教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才	IFPHK
10	5-7-2025	HKEJ	面對認知障礙 如何退休理財？ / 退休理財需為認知障礙作準備	Mr. Gifford Chen, CFP®
11	10-7-2025	HKEJ	虛實交錯融合 數字資產有景	Mr. Paul Pong, CFP®
12	12-7-2025	HKEJ	【移民】CRS「稅收風暴」大灣區退休如何部署？	Mr. Gin Lee, CFP®

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

13	16-7-2025	Line Today	【退休生活】港人平均壽命88.1歲 您準備好迎接退休後第二人生未？	IFPHK
14	17-7-2025	HKEJ	內捲浪潮帶來投資機遇	Mr. Paul Pong, CFP®
15	19-7-2025	HKEJ	昂貴投資班的合法陷阱	Mr. Desmond Lai, CFP®
16	24-7-2025	HKEJ	萬億水電工程 啟動經濟長期增長	Mr. Paul Pong, CFP®
17	25-7-2025	Quamnet - Chi	港澳6月份CFP認證考試(基礎階段)合格率为72.86%	IFPHK
18	25-7-2025	aastocks.com	港澳6月份CFP認證考試(基礎階段)合格率为72.86%	IFPHK
19	25-7-2025	Infocast Financial Newswire	港澳6月份CFP認證考試(基礎階段)合格率为72.86%	IFPHK
20	25-7-2025	Yahoo HK , infocast	港澳6月份CFP認證考試(基礎階段)合格率为72.86%	IFPHK
21	26-7-2025	HKEJ	北上就醫的挑戰與解方	Dr. Keith Yu, CFP®
22	29-7-2025	HKEJ	退休生活無聊嗎？探索旅居退休新模式，活出精彩退休第二人生！	IFPHK

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
3-7-2025	BAUHNIA	教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才



BAUHNIA MAGAZINE



影響有影響力的人

下載紫荊APP



電子刊

登錄

下載APP

繁體

簡體

首頁 時政 視頻 評論 紫荊號 創科 財經 文化 教育 健康 社會 專題

請輸入關鍵詞

搜索

紫荊 > 紫荊號

教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才



紫荊號



香港教育大學

+ 關注

日期：2025-07-03 來源：紫荊號 字號： 大 中 小 分享到   



香港教育大學（教大）與香港財務策劃師學會（IFPHK）7月2日簽署合作備忘錄，開展為期三年的合作計劃。雙方將共同推動財務策劃專業的卓越發展，透過學術與業界資源的整合，提升從業人員的專業標準。同時將拓展CFP®資格認證教育途徑，支持多元化資格認證與培訓框架之外，亦將深化產學研協作與建立長期夥伴關係，以回應行業發展需求，攜手為行業注入新動力。

合作備忘錄簽署儀式在教大大埔校園舉行，由教大校長李子建教授及IFPHK行政總裁楊偉雄博士代表簽署。出席儀式的還包括教大署理副校長（學術）及協理副校長（學術質素保證）楊少詩教授、協理副校長（內地協作及發展）蓋會霞女士、博文及社會科學學院院長李偉強教授、財務處處長郭海先生；以及IFPHK主席張育銘先生、副主席（發展）余碩衡博士。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)



教大校長李子建教授致辭時指出，教大以「教育未來多元專才」為發展方向，多年來致力於個人理財及理財教育的學術發展及人才培育。為滿足社會對個人理財專才的需求持續上升，大學開辦了香港首個專注個人及家庭財務策劃和財富管理的「個人理財榮譽文學士課程」及「個人理財教育文學碩士課程」，回應市場所需。

李教授表示：「此次與IFPHK的合作，將進一步促進教大在職業和專業教育領域的戰略發展，突顯金融服務業界對教大學術質素的肯定與信任，也見證教大積極融入社區、拓展夥伴關係的努力。未來，教大將繼續與金融行業和專業機構保持緊密協作，聚焦於理財素養的提升，攜手推動可持續發展目標的實現。」



Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

IFPHK主席張育銘先生於致辭時說：「適逢學會成立25週年，此次與教大的合作具有雙重意義。首先，此次合作具有學術銜接及實踐的意義，教大的『個人理財教育文學碩士』課程畢業生直接符合CFP資格認證教育要求，無疑為青年專業人才鋪設職業路徑。其次，此合作具有教育體系擴容的意義，教大即將開辦的『個人理財榮譽文學士』課程，進一步完善財務策劃人才培養梯隊。最後，我們特別感謝教大校長李子建教授的卓越領導，共同推動香港國際財富管理中心建設。」

他還表示：「CFP認可財務策劃師作為全球最具權威性的財務策劃認證，以嚴格的『4E』標準著稱，包括教育、考試、經驗及專業操守。作為港澳地區唯一獲財務策劃標準制定局授權的認證機構，學會至今已培育近3,600名CFP持證人。全球範圍內，CFP專業人才更覆蓋28個經濟體，總數逾23萬，彰顯其國際認可性。」



Media Exposure in July 2025 (Total: 22)



有關教大「個人理財榮譽文學士」課程的詳情：<https://shorturl.at/5ALo7>

有關教大「個人理財教育文學碩士」課程的詳情：<https://shorturl.at/RJG53>

有關IFPHK「CFP資格認證」的詳情：<https://shorturl.at/qLQuh>

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
3-7-2025	HKCD	教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才

首頁 港聞 財經 證券 視聽 港深合作 評論 綜合 灣區 商社 文化 地方 招商 專題

香港商報網
www.hkcd.com.hk

在商言商 香港報章
2025年 08月11日 星期一

香港商報

NEWS
有片 | 港府全城紀念抗戰勝利80周年 麥美娟：多元活動厚植家國情懷

滾動新聞：【港股收盤】恒指收漲0.19% 鋰電及加密貨幣股走強

16:57 香港商報 點擊進入

首頁 > 港聞

香港教育大學
The Education University of Hong Kong

IFPHK
香港財務策劃師學會

Memorandum of Understanding Signing Ceremony
Between The Education University of Hong Kong and The Institute of Financial Planners of Hong Kong
香港教育大學與香港財務策劃師學會合作備忘錄簽署儀式

教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才

2025-07-03 17:56:39 來源：香港商報網

香港教育大學（教大）與香港財務策劃師學會（IFPHK）昨日（2日）簽署合作備忘錄，開展為期3年的合作計劃。雙方將共同推動財務策劃專業的卓越發展，透過學術與業界資源的整合，提升從業人員的專業標準。同時將拓展CFP®資格認證教育途徑，支持多元化資格認證與培訓框架之外，亦將深化產學研協作與建立長期夥伴關係，以回應行業發展需求，攜手為行業注入新動力。

合作備忘錄簽署儀式在教大大埔校園舉行，由教大校長李子建教授及IFPHK行政總裁楊偉雄博士代表簽署。出席儀式的還包括教大署理副校長（學術）及協理副校長（學術質素保證）楊少詩教授、協理副校長（內地協作及發展）蓋會霞、博文及社會科學學院院長李偉強教授、財務處處長郭海；以及IFPHK主席張言銘、副主席（發展）余碩衡博士。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

李子建教授致辭時指出，教大以「教育未來 多元專才」為發展方向，多年來致力於個人理財及理財教育的學術發展及人才培育。為滿足社會對個人理財專才的需求持續上升，大學開辦了香港首個專注個人及家庭財務策劃和財富管理的「個人理財榮譽文學士課程」及「個人理財教育文學碩士課程」，回應市場所需。

李子建教授表示：「此次與IFPHK的合作，將進一步促進教大在職業和專業教育領域的戰略發展，突顯金融服務業界對教大學術質素的肯定與信任，也見證教大積極融入社區、拓展夥伴關係的努力。未來，教大將繼續與金融行業和專業機構保持緊密協作，聚焦於理財素養的提升，攜手推動可持續發展目標的實現。」

張言銘於致辭時說：「適逢學會成立25周年，此次與教大的合作具有雙重意義。首先，此次合作具有學術銜接及實踐的意義，教大的『個人理財教育文學碩士』課程畢業生直接符合CFP資格認證教育要求，無疑為青年專業人才鋪設職業路徑。其次，此合作具有教育體系擴容的意義，教大即將開辦的『個人理財榮譽文學士』課程，進一步完善財務策劃人才培養梯隊。最後，我們特別感謝教大校長李子建教授的卓越領導，共同推動香港國際財富管理中心建設。」

他還表示：「CFP認可財務策劃師作為全球最具權威性的財務策劃認證，以嚴格的『4E』標準著稱，包括教育、考試、經驗及專業操守。作為港澳地區唯一獲財務策劃標準制定局授權的認證機構，學會至今已培育近3600名CFP持證人。全球範圍內，CFP專業人才更覆蓋28個經濟體，總數逾23萬，彰顯其國際認受性。」

頂圖圖說：教大與IFPHK簽署戰略合作備忘錄，由教大校長李子建教授與IFPHK行政總裁楊偉雄博士分別代表雙方簽署。



雙方簽署代表在儀式上合影。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)



出席儀式的雙方代表合影。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
3-7-2025	eduhk.hk	EdUHK and Institute of Financial Planners of Hong Kong Sign Memorandum of Understanding to Nurture Financial Talents for Hong Kong and Macau



Information for

A-Z Directory Media Library 繁 | 簡

About Admissions Learning & Teaching Academics Research Publications Collaboration Giving

Home > Media >

Press Releases

EdUHK and Institute of Financial Planners of Hong Kong Sign Memorandum of Understanding to Nurture Financial Talents for Hong Kong and Macau

03 Jul 2025

The Education University of Hong Kong (EdUHK) and The Institute of Financial Planners of Hong Kong (IFPHK) signed a Memorandum of Understanding (MoU) on 2 July to commence a three-year partnership, marking the beginning of a collaborative effort to enhance the financial planning profession. This partnership aims to elevate professional standards through the integration of academic and institutional resources, broaden pathways for CFP certification, promote a diversified qualification framework, deepen collaboration among research, academic and industry sectors and establish a long-term strategic alliance. This initiative addresses the evolving needs of the financial sector and seeks new momentum to drive its growth.

The signing ceremony took place on EdUHK's Tai Po campus, officiated by Professor John Lee Chi-Kin, President of EdUHK and Dr Paris Yeung, CEO of IFPHK. The ceremony was also attended by Professor Susanna Yeung Siu-sze, Acting Vice President (Academic) and Associate Vice President (Quality Assurance), Ms Helen Gai Huixia, Associate Vice President (Mainland Engagement and Development), Professor Li Wai-keung, Dean of Faculty of Liberal Arts and Social Sciences (FLASS), and Mr Edmond Kuo-hoi, Director of Finance of EdUHK; as well as Mr Edwin Cheung, Chairman and Dr Keith Yu, Vice Chairman (Development) of IFPHK.

EdUHK President Professor John Lee Chi-Kin said that the University was focused on 'Education Futures, Diverse Talents' as its strategic development. Over the years, the University has had a long-standing commitment to academic development and talent cultivation in personal finance and financial education. In response to the rising demand for personal finance specialists, the University pioneered Hong Kong's first Bachelor of Arts (Honours) in Personal Finance and Master of Arts in Personal Finance Education programmes, both dedicated to personal and family financial planning and wealth management.

"The collaboration with IFPHK will further align EdUHK's personal finance programmes with the internationally recognised CERTIFIED FINANCIAL PLANNER®, supporting the University's strategic development on professional and vocational education (PVE). This partnership underscores the financial services sector's recognition and trust in EdUHK's academic quality assurance and demonstrates EdUHK's commitment to active community engagement and partnerships. Looking ahead, EdUHK will continue to maintain close collaboration with the field and professional institutions, to enhance financial literacy and jointly promote the realisation of sustainable development goals," Professor Lee said.

In his remarks, Mr Edwin Cheung, Chairman of IFPHK said, "This collaboration with EdUHK holds special significance as we celebrate IFPHK's 25th anniversary this year. It exemplifies a seamless exchange between academia and practice. Graduates of the Master of Arts in Personal Finance Education will directly meet the education requirement for CFP certification, paving an ideal career path for our emerging talents. Additionally, this collaboration expands the spectrum of the education framework. The upcoming Bachelor of Arts (Honours) in Personal Finance will further complement the talent pipeline for the financial planning industry. We are especially grateful to EdUHK Professor John Lee, President of EdUHK, for his exceptional leadership to enhance Hong Kong's position as a global wealth management centre.

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

He continued, "The CFP certification is recognised as the world's most authoritative financial planning qualification, known for its stringent '4E' requirement: education, examination, experience and ethics. As the sole licensing body in Hong Kong and Macau authorised by the Financial Planning Standards Board Limited, IFPHK has nurtured nearly 3,600 certificants. Globally, CFP professionals are present across 28 economies, exceeding 230,000 professionals. This underscores the international recognition of the certification."

About EdUHK's Bachelor of Arts (Honours) in Personal Finance: <https://shorturl.at/pB4ej>

About EdUHK's Master of Arts in Personal Finance Education: <https://shorturl.at/OhKF8>

About IFPHK's CFP Certification: <https://shorturl.at/TTRN6>

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
3-7-2025	大公文匯報	教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才



大公文匯
HKTKWW

距離第十五屆全國運動會開幕還有090天

電子報 報史館 無障礙

要聞 香港 內地 視頻 評論 兩岸 國際 經濟 娛樂 文體副刊 大文號 港飲港色 大文健康 專題

大公文匯網>>大文號

教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才

 香港教育大學 | 2025.07.03 15:49:59 463 分享



出席儀式的雙方代表合影

香港教育大學（教大）與香港財務策劃師學會（IFPHK）7月2日簽署合作備忘錄，開展為期三年的合作計劃。雙方將共同推動財務策劃專業的卓越發展，透過學術與業界資源的整合，提升從業人員的專業標準。同時將拓展CFP®資格認證教育途徑，支持多元化資格認證與培訓框架之外，亦將深化產學研協作與建立長期夥伴關係，以回應行業發展需求，攜手為行業注入新動力。

合作備忘錄簽署儀式在教大大埔校園舉行，由教大校長李子建教授及IFPHK行政總裁楊偉雄博士代表簽署。出席儀式的還包括教大署理副校長（學術）及協理副校長（學術質素保證）楊少詩教授、協理副校長（內地協作及發展）蓋會霞女士、博文及社會科學學院院長李偉強教授、財務處處長郭海先生；以及IFPHK主席張言銘先生、副主席（發展）余碩衡博士。



教大與IFPHK簽署戰略合作備忘錄，由教大校長李子建教授與IFPHK行政總裁楊偉雄博士分別代表雙方簽署



雙方簽署代表在儀式上合影

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

教大校長李子建教授致辭時指出，教大以「教育未來 多元專才」為發展方向，多年來致力於個人理財及理財教育的學術發展及人才培育。為滿足社會對個人理財專才的需求持續上升，大學開辦了香港首個專注個人及家庭財務策劃和財富管理的「個人理財榮譽文學士課程」及「個人理財教育文學碩士課程」，回應市場所需。

李教授表示：「此次與IFPHK的合作，將進一步促進教大在職業和專業教育領域的戰略發展，突顯金融服務業界對教大學術質素的肯定與信任，也見證教大積極融入社區、拓展夥伴關係的努力。未來，教大將繼續與金融行業和專業機構保持緊密協作，聚焦於理財素養的提升，攜手推動可持續發展目標的實現。」



教大校長李子建教授於簽約儀式上致歡迎辭

IFPHK主席張言銘先生於致辭時說：「適逢學會成立25周年，此次與教大的合作具有雙重意義。首先，此次合作具有學術銜接及實踐的意義，教大的『個人理財教育文學碩士』課程畢業生直接符合CFP資格認證教育要求，無疑為青年專業人才鋪設職業路徑。其次，此合作具有教育體系擴容的意義，教大即將開辦的『個人理財榮譽文學士』課程，進一步完善財務策劃人才培養梯隊。最後，我們特別感謝教大校長李子建教授的卓越領導，共同推動香港國際財富管理中心建設。」

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

他還表示：「CFP認可財務策劃師作為全球最具權威性的財務策劃認證，以嚴格的『4E』標準著稱，包括教育、考試、經驗及專業操守。作為港澳地區唯一獲財務策劃標準制定局授權的認證機構，學會至今已培育近3,600名CFP持證人。全球範圍內，CFP專業人才更覆蓋28個經濟體，總數逾23萬，彰顯其國際認受性。」



IEPHK主席張言銘先生於簽約儀式上致辭



教大校長李子建教授向IEPHK主席張言銘先生、行政總裁楊偉雄博士致送紀念品

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)



Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
3-7-2025	HKEJ	數字資產生態系統 港致勝關鍵

登入 註冊 | 訂閱 / 續訂

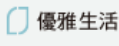




熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向特約專輯



信報新聞  信報月刊 



主頁 即時新聞 今日信報 港股360 地產投資 財富管理 專題 信報視頻 大灣區

目錄 要聞 理財投資 時事評論 財經新聞 地產市道 政壇脈搏 獨眼 兩岸消息 EJ Global 副刊文化 作者搜尋

« 返回前頁 | 文章： 《基金人語》龐寶林——數字資產生態系統 港致勝關鍵 ▼



 列印  預設字型 

2025年7月3日

龐寶林 基金人語

數字資產生態系統 港致勝關鍵

上半年港股升幅逾20%，表現十分亮麗，雖然6月恒指衝破24000點，卻始終未能突破今年高位，冀望下半年金融界同業先進一起努力以赴！本港金融科技相關股份在6月底突然飆升，此源於政府宣布《香港數字資產發展政策宣言2.0》及提出四大框架：1. 優化法律與監管；2. 擴展代幣化產品種類；3. 推進應...

（節錄）

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
4-7-2025	Wenweipo Web	教大夥財務策劃師學會育港澳金融專才



2025年8月11日 星期一
香港 29°C 西南風

請輸入關鍵詞 

文匯報 香

- 首頁
- 香港
- 神州
- 灣區人
- 經濟
- 國際
- 評論
- 視頻
- 文化
- 娛樂
- 生活
- 教育

文匯網 / 文匯報 / 香港 / 教大夥財務策劃師學會育港澳金融專才

教大夥財務策劃師學會育港澳金融專才

2025-07-04 04:18:33 香港



●雙方簽署代表在儀式上合影。

香港文匯報訊 香港教育大學與香港財務策劃師學會（IFPHK）於前日（2日）簽署合作備忘錄，開展為期3年的合作計劃。雙方將共同推動財務策劃專業的卓越發展，透過學術與業界資源的整合，提升從業人員的專業標準。同時將拓展CFPR資格認證教育途徑，支持多元化資格認證與培訓框架之外，亦將深化產學研協作與建立長期夥伴關係，以回應行業發展需求，攜手為行業注入新動力。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

合作備忘錄簽署儀式在教大大埔校園舉行，由教大校長李子建及IFPHK行政總裁楊偉雄代表簽署。李子建致辭時表示，為滿足社會對個人理財專才的需求持續上升，大學開辦了香港首個專注個人及家庭財務策劃和財富管理的「個人理財榮譽文學士課程」及「個人理財教育文學碩士課程」，回應市場所需。

「此次與IFPHK的合作，將進一步促進教大在職業和專業教育領域的戰略發展，突顯金融服務業界對教大學術質素的肯定與信任，也見證教大積極融入社區、拓展夥伴關係的努力。未來，教大將繼續與金融行業和專業機構保持緊密協作，聚焦於理財素養的提升，攜手推動可持續發展目標的實現。」他說。

IFPHK主席張言銘致辭時表示，此次與教大的合作具有雙重意義。首先，此次合作具有學術銜接及實踐的意義，教大的「個人理財教育文學碩士」課程畢業生直接符合CFP資格認證教育要求，無疑為青年專業人才鋪設職業路徑。其次，此合作具有教育體系擴容的意義，教大即將開辦的「個人理財榮譽文學士」課程，進一步完善財務策劃人才培養梯隊，共同推動香港國際財富管理中心建設。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
4-7-2025	Quamnet - Chi	香港財務策劃師學會與香港教育大學簽署協議

Quamnet

華富財經

FLOURISH IN THE CHANGING WORLD

f



in



00001.HK

首頁

收費服務

頻道

市場數據

新股

問專家

刊登認可公告

已訂閱

新聞

香港財務策劃師學會與香港教育大學簽署協議



新聞

2025-07-04 15:25

 追蹤

文字大小: A

香港財務策劃師學會與香港教育大學簽署協議

香港財務策劃師學會(IFPHK)與香港教育大學(教大)於7月2日簽署合作備忘錄,開展為期三年的合作計劃。雙方將共同推動財務策劃專業卓越,透過學術與業界資源的整合,提升從業人員的專業標準。同時將拓展 CFP® 資格認證教育途徑,支持多元化資格認證培訓框架,亦將深化產學研協作與建立長期夥伴關係等方面合作,以回應行業發展需求,攜手為行業注入新動力。(BC)

<匯港通訊>

20

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
4-7-2025	Infocast Financial Newswire	香港財務策劃師學會與香港教育大學簽署協議

香港財務策劃師學會與香港教育大學簽署協議

04/07/2025 15:25

<匯港通訊> 香港財務策劃師學會(IFPHK)與香港教育大學(教大)於7月2日簽署合作備忘錄,開展為期三年的合作計劃。

雙方將共同推動財務策劃專業卓越,透過學術與業界資源的整合,提升從業人員的專業標準。同時將拓展 CFP® 資格認證教育途徑,支持多元化資格認證培訓框架,亦將深化產學研協作與建立長期夥伴關係等方面合作,以回應行業發展需求,攜手為行業注入新動力。(BC)

Copyright © 2022 匯港資訊版權所有,不得轉載。

本文所提供的任何資料只供參考之用。本網站概不對這些資料的準確性、完整性、合時性或對基於這些資料而作出的任何決定負責。而其他網站的轉載或翻譯,並不代表本網站推介或認可該等其他網站。本網站不對該等其他網站的內容負責,亦未核實有關內容。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
5-7-205	Hong Kong China News Agency	教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才



香港新聞網
www.hkcna.hk

香港中國通訊社
圖文信息發布系統



2025年08月11日 星期一 繁 簡

頭條 港澳 大灣區 台灣 內地 國際 財經 視頻 圖集 電訊 評論 通說 政府發佈 社團 藝苑 旅遊 美食

請輸入搜索詞

首頁 -> 港澳 -> 社會

教大與香港財務策劃師學會簽署協議 攜手培育港澳金融專才

分享到：

2025-07-05 15:46 | 稿件來源：香港新聞網 【字號：大 中 小】

香港新聞網7月5日電 香港教育大學（教大）與香港財務策劃師學會（IFPHK）7月2日簽署合作備忘錄，開展為期三年的合作計劃。雙方將共同推動財務策劃專業的卓越發展，透過學術與業界資源的整合，提升從業人員的專業標準。同時將拓展CFP®資格認證教育途徑，支持多元化資格認證與培訓框架之外，亦將深化產學研協作與建立長期夥伴關係，以回應行業發展需求，攜手為行業注入新動力。



Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

合作備忘錄簽署儀式在教大大埔校園舉行，由教大校長李子建教授及IFPHK行政總裁楊偉雄博士代表簽署。出席儀式的還包括教大署理副校長（學術）及協理副校長（學術質素保證）楊少詩教授、協理副校長（內地協作及發展）蓋會霞女士、博文及社會科學學院院長李偉強教授、財務處處長郭海先生；以及IFPHK主席張言銘先生、副主席（發展）余碩衡博士。

教大校長李子建教授致辭時指出，教大以“教育未來 多元專才”為發展方向，多年來致力於個人理財及理財教育的學術發展及人才培育。為滿足社會對個人理財專才的需求持續上升，大學開辦了香港首個專注個人及家庭財務策劃和財富管理的“個人理財榮譽文學士課程”及“個人理財教育文學碩士課程”，回應市場所需。

李教授表示：“此次與IFPHK的合作，將進一步促進教大在職業和專業教育領域的戰略發展，突顯金融服務業界對教大學術質素的肯定與信任，也見證教大積極融入社區、拓展夥伴關係的努力。未來，教大將繼續與金融行業和專業機構保持緊密協作，聚焦於理財素養的提升，攜手推動可持續發展目標的實現。”

IFPHK主席張言銘先生於致辭時說：“適逢學會成立25週年，此次與教大的合作具有雙重意義。首先，此次合作具有學術銜接及實踐的意義，教大的『個人理財教育文學碩士』課程畢業生直接符合CFP資格認證教育要求，無疑為青年專業人才鋪設職業路徑。其次，此合作具有教育體系擴容的意義，教大即將開辦的『個人理財榮譽文學士』課程，進一步完善財務策劃人才培養梯隊。最後，我們特別感謝教大校長李子建教授的卓越領導，共同推動香港國際財富管理中心建設。”

他還表示：“CFP認可財務策劃師作為全球最具權威性的財務策劃認證，以嚴格的『4E』標準著稱，包括教育、考試、經驗及專業操守。作為港澳地區唯一獲財務策劃標準制定局授權的認證機構，學會至今已培育近3,600名CFP持證人。全球範圍內，CFP專業人才更覆蓋28個經濟體，總數逾23萬，彰顯其國際認受性。”

（完）

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
5-7-2025	HKEJ	面對認知障礙 如何退休理財？ / 退休理財需為認知障礙作準備

登入 | 註冊 | 訂閱 / 續訂

熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向特約專輯

信報財經新聞

搜尋

信報新聞 信報月刊

信報健康 TECH 財經 港股360 信報月刊 優雅生活 ejinsight 信報教育 信報出版 好·書·玩

主頁 即時新聞 今日信報 港股360 地產投資 財富管理 專題 信報視頻 大灣區

宏觀方略 ETF透視 基金縱橫 人民幣 / 外匯先機 智醒退休 精明移民 / 理財 職場 信用卡 保險 投資教學 借貸 按揭知識

« 返回前頁



2025年7月5日

程俊昌 保險

面對認知障礙 如何退休理財？

隨着香港社會人口老化，認知障礙已成為不少家庭不可忽視的潛在威脅。參考2022年社會福利署「全城認知無障礙大行動」工作小組出版的刊物顯示，香港每10名70歲或以上的長者，便有1名患有認知障礙，而85歲或以上的患病比例更達到三分之一，情況值得關注。當然，醫學界一直在預防及治療方向努力；筆者工作專注於規劃退休和傳承理財，更見證有家庭因未能提前規劃而陷入混亂，尤其當家中某位成員出事後，財務管理和生活安排變得無從下手。



放大圖片

港人精於投資計數，但筆者一直強調，退休理財並不只是投資股票物業，而是首重建立被動收入現金流。更進一步，是需要未雨綢繆，應對萬一健康狀況惡化導致的種種問題。今日探討的，是萬一遇上認知障礙時，如何繼續掌控自己的財務，並確保安排信任的人能妥善照顧自己。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

究竟認知障礙如何影響理財？一般而言，它會影響一個人的記憶、判斷力和執行力，並帶來以下幾方面的挑戰：第一，是醫療和護理開支增加，這很容易理解。第二，是決策能力下降：認知障礙人士可能忘記支付賬單或錯誤處理財務文件，導致拖欠或罰款，甚至醫療保險斷供失效等問題。時下網路詐騙流行，他們也可能因判斷力下降而成為詐騙的目標。第三，是資產被濫用或挪用：若缺乏適當的法律安排，他們的資產可能被不誠實的家人或第三方濫用，甚至面臨財產被掏空的風險。因此，提前為這些情況做好準備，既是對自己的保障，也是對家人的責任。

那麼我們有什麼方法來提前做好準備？基礎而言，有以下幾種方式：

持久授權書：它是一份法律文件，讓你在精神健康時，授權一名或多名信任的人士於你喪失精神行為能力時，代為管理財務事宜。因為當一個人失去精神行為能力時，一般訂立的授權書便會失效。要注意的是，持久授權書必須在一名註冊醫生及一名香港律師的見證下簽署。

設立信託：指定專業的信託受託人，負責管理你的財產，並按照信託條款照顧你的生活和健康需求，例如支付醫療費用、護理開支或家庭開支，甚至安排定身故後的財富傳承等。當然，設立信託的功能及靈活性遠遠不止於此，由於篇幅有限，有機會可以再詳細分享。

善用保單：正常來說，擁有及管理保單財富的人是保單持有人。不過，為了應對未來認知障礙的風險，某些儲蓄保單有指定收款人，甚至轉移部分保單擁有權的功能。即如果保單持有人喪失精神行為能力，指定收款人可以收取保單內的資金來照顧保單持有人，甚至將保單的擁有權轉移給這位可信賴的人，以確保資金得到妥善運用。要注意的是，以上這些操作需在保單持有人精神健康時已經決定並申請好。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

善用銀行戶口：對於生活必備的繳費項目，例如水電煤氣，醫療保險等等，不妨考慮設立自動轉賬，這樣就能避免因為忘記繳費而導致的災難。更進一步，可考慮於信得過的親人，成立真正以「聯權共有」形式的聯名戶口。皆因很多人都會透過授權簽名的形式讓親人處理戶口事宜，卻忽略了當失去精神行為能力時這些一般授權都會失效。

最後，當我們深入一點看的話，更會發現在法律上，訂立合約、訂立遺囑、結婚、擔任公司董事等等不同的行為，需要的行為能力其實是各有不同的。

因此，能夠綜合應用持久授權書、信託、保險、聯名戶口等等工具，及早為自己建立屏障，確保自己財務和生活意願得以實現，也是退休規劃的一個重要部分。儘管我們無法預測未來，但卻可以準備好應對未來的不確定性。規劃認知障礙雖然是一個敏感的話題，但提早面對和規劃，將為自己和家人帶來更多的安心，也能大大減省家人的煩惱。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
10-7-2025	HKEJ	虛實交錯融合 數字資產有景

登入 | 註冊 | 訂閱 / 續訂

信報 財經新聞

熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向特約專筆

搜尋

合併訂閱更抵

信健康

TECH

EJFQ8

港經

信報 月刊

優雅生活

ejinsight

信報 教育

信報 出版

好·賞·玩

主頁

即時新聞

今日信報

港股360

地產投資

財富管理

專題

信報視頻

大灣區

目錄

要聞

理財投資

時事評論

財經新聞

地產市道

政壇脈搏

獨眼

兩岸消息

EJ Global

副刊文化

作者搜尋

« 返回前頁 | 文章：

《基金人語》龐寶林——虛實交錯融合 數字資產有景

f

in

列印

—

預設字型

+

2025年7月10日

龐寶林 基金人語

虛實交錯融合 數字資產有景

最近中美最熱門話題之一，要數美國如何利用穩定幣解決全球對美國債券的中短期需求，據悉美國國會將於8月推出相關法案。香港在穩定幣的相關發展步伐領先美國，尤以立法及相關配套為重，今年已就批出牌照事宜準備就緒，並完善地規劃「數字資產交易2.0」的生態系統。香港財政司司長早前發表數字資產「LEAP」四大框架 ...

(節錄)

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
12-7-2025	HKEJ	【移民】CRS「稅收風暴」大灣區退休如何部署？

登入 註冊 | 訂閱 / 續訂

熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向特約專組

信報 財經新聞

搜尋

合併訂閱更抵

信報健康 TECH 財經 信報月刊 信報 信報教育 信報出版 好·賞·玩

主頁 即時新聞 今日信報 港股360 地產投資 財富管理 專題 信報視頻 大灣區

宏觀方略 ETF透視 基金縱橫 人民幣 / 外匯先機 智醒退休 精明移民 / 理財 職場 信用卡 保險 投資教學 借貸 按揭知識

« 返回前頁



列印 預設字型

2025年7月12日

李明正 保險

【移民】CRS「稅收風暴」大灣區退休如何部署？

近月多個內地社交平台及媒體報道，大批已移居海外，甚至長期居於香港或澳門的內地人士，陸續收到中國稅務部門發出的短訊，要求申報其境內及境外收入，並補交過去數年的個人所得稅，引起社會廣泛關注。部分分析指出，這些個案或與內地加強跨境金融監管有關，尤其是透過「金稅四期」系統及CRS(共同匯報準則)獲取的海外財產資訊。



放大圖片

事件亦令不少計劃退休後移居大灣區的香港人感到憂慮，若日後長期定居內地，會否被視為中國稅務居民，從而需要就其在香港及海外的強積金、物業租金及投資收益等收入向內地稅局申報及繳稅？一旦屬實，退休財務安排或會面臨重大挑戰。本文將探討三個重點：一、CRS機制下境外資產的資訊透明度；二、中國稅務居民身份的認定標準及潛在風險；三、面對潛在稅務責任，退休移居前應如何部署，作出

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

適當安排。

在現行的CRS制度下，內地稅務部門掌握境外資產資訊的前提，是有其他參與國家或地區的金融機構，將該名人士的賬戶資料列為「中國稅務居民」，並透過自動交換機制傳送予國家稅務總局。換言之，CRS的關注重點並非一個人的國籍或永久居留身份，而是其稅務居民身份認定。舉例而言，若一名退休港人在香港或其他地區的銀行開設賬戶時，並無被標示為「中國稅務居民」，該金融機構便不會將有關賬戶資料報交予香港稅務局，亦不會經由CRS機制轉交至內地。這亦解釋了為何部分港人縱然多年在中港兩地生活，只要在賬戶申報上並無被視為中國稅務居民，亦未必會被自動「交換」至內地稅局。不過，一旦被認定為中國稅務居民，情況就大為不同。那麼，若退休後長期居住於大灣區，是否便會被視為中國稅務居民呢？

根據中國現行稅法，是否屬於中國稅務居民，並不單看國籍或是否在內地擁有物業，而是取決於一個人是否在中國具有「住所」，或者其在一個稅務年度內是否累計居住超過183日。所謂「住所」，是指個人「習慣性」在中國居住，並且其經濟利益與家庭生活中心亦在中國。對於大部分退休後移居大灣區的香港人而言，只要他們的家庭重心、主要財產及收入仍在香港，並未與原有社會及經濟生活徹底切割，即使在內地生活多年，通常也不會被視為在中國有「住所」。在這種情況下，只要某一稅年在內地居住不超過183天，便不屬中國稅務居民，毋須就香港或其他海外收入向內地申報或繳稅。即使居住天數超過183天，只要沒有連續滿6年，或曾單次離境超過30天，亦可按《國家稅務總局公告2019年第34號》獲得海外收入的免稅及免申報待遇，涵蓋利息、租金、股息等常見退休收入來源。

然而，若最終選擇長期定居大灣區，並且家庭生活與主要經濟利益逐步轉移至內地，則日後極可能被視為在中國具有「住所」。屆時，將須就全球收入，包括香港及其他地區的退休金、租金、投資收益等，依法向內地稅局申報及繳納個人所得稅。因此，有此打算的港人宜及早作出資產重組，將部分應稅收入來源轉換為較具稅務效率的理財工具，例如保險年金、不派息的累積型基金，或將原本持有的境外上市股票轉為境內市場的A股等，以合法合規的方式減低未來稅務負擔，確保退休生活更穩妥順利。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
16-7-2025	Line Today	【退休生活】港人平均壽命 88.1 歲 您準備好迎接退休後第二人生未？

【退休生活】港人平均壽命88.1歲 您準備好迎接退休後第二人生未？



高燒 Gofever

更新於 07月17日02:52 • 發布於 07月16日18:36 • 高燒 www.gofever.com.hk

訂閱



根據[衛生署健康統計數字](#)，港人平均壽命為88.1歲。雖然香港並沒有法定退休年齡，據[政府統計處](#)資料顯示，本港普遍的退休年齡落在約60至65歲之間。退休後才是真正人生的開始，對於日後尚有20餘年的生活，您又規劃好沒有？

退休代表人生另一階段的開始。若想安享晚年就必須好好籌備，以免讓未來的各種問題成為退休的絆腳石。在眾多的退休規劃議題裡，「長壽風險」成為了近年最被關注的問題，指個人退休儲蓄不足以應付晚年生活開銷的財務風險。據研究，風險的成因是退休人士的規劃仍建基於過去的壽命預期；忽略了在各種因素影響下，香港人平均壽命持續上升的重點，導致最終的退休資金缺口。

同時，根據香港財務策劃師學會[調查](#)，在港退休的生活成本有上升趨勢。以55至74歲的19年退休期為例，基本退休生活預算需要165,600港元。另外亦調查發現，香港的平均強積金賬戶結餘僅約28萬元，根本不足以應付退休的開支，顯示強積金不能成為實現理想退

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

休生活的唯一依靠。

長壽風險是退休的挑戰

雖然長壽風險看似可怕，但風險是可以透過各種方法避免的。建議可以透過投委會、積金局 (MPFA) 等機構的退休計算機協助初步估算你的退休開支，協助未來更進一步規劃退休財務。

除此之外，日常中亦可以多做恆常運動、定期接受身體檢查以及均衡飲食等健康管理，來預防慢性疾病、幫助降低醫療支出。同時在財務管理方面，可以嘗試多元的收入來源。如分散投資、將資金分配到如物業、收息股、派息基金、定期存款等不同類型的資產去構建自己的被動收入，更可降低單一市場波動的影響。

最後，也建議每月固定存款、投資，積累長期財富，以提早儲備退休時所需的資金。現在市面上亦有些有長線儲蓄及增長潛力的保單產品，幫助準備退休的人士慢慢積累長期財富。這類型產品會以保證現金價值形式，當支付喪失行為能力保障（如適用）、身故保障或保單退保時發放，為您穩定地建立財富。而組成非保證部分的歸原紅利和終期紅利則會帶來長期增長潛力。投保此類型的保單可令財富隨保證現金價值和非保證紅利一同增長，讓退休時達到一定的資金，應付長遠生活開支。

移民退休開支怎麼計算？

退休就是放下工作的重責，把餘下的時間留給自己，好好享受人生。除了留港退休，亦有部分人因各種原因而選擇移民海外退休。據《永明金融退休掌控力指數》研究調查發現，46%受訪者表示有想過退休時移居或旅居香港以外的區域。不過也有受訪者表示擔心移民會遇上文化差異、語言問題和居所問題等挑戰，而中文大學亦有另一調查發現16.7%受訪者擔心移民後積蓄不夠生活。

在香港，退休至少需要港幣400萬元，若想移民海外退休，花費或許需要更多。以近年熱門的移民國家英國為例；生活成本統計網站Numbeo指英國每月人均成本（不計租金）需810.6英鎊（約8,648.9港元）。退休金和終身儲蓄協會估計，若要在英國生活，一人一年的基本開支需要至少14,400英鎊（約153,648港元）。

移民需要設立當地銀行戶口，普通戶口資金未必能夠靈活轉換；如有海外退休的計劃，不妨可以考慮投保市面上的分紅保險產品，除了可以幫助累計長期財富以應付龐大的開支，

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

更有貨幣轉換的功能，讓投保人自由轉換保單貨幣，即使移民外地亦無須擔心不能領取或使用資金。

案例分享

以陳先生為例，他已經繳清所有保費；退休後他決定移民英國，而兒子則在加拿大讀書。為應付退休的開支和幫助兒子完成學業，他把保單拆成三份新保單。

第一份保單貨幣主要轉換成英鎊，每年透過海外轉賬服務提取款項以應付生活開支。

第二份保單貨幣則轉換為加元，同樣每年提取款項以支持兒子教育開支；而最後的第三份保單就繼續留美元為保單貨幣用作長線投資。

妥善的資金規劃是準備退休關鍵，透過提前規劃和選擇合適的理財選擇，我們可以確保在退休後享有穩定的生活品質和安心的未來。無論是建立應急基金，還是規劃合適的退休金計劃，這些都是保障我們老年生活的重要步驟。緊記越早開始規劃，便能減少未來的壓力。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
17-7-2025	HKEJ	內捲浪潮帶來投資機遇

登入 註冊 | 訂閱 / 續訂

信報財經新聞

熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向特約專輯

搜尋

信報新聞 信報月刊

信報健康

TECH

EJFQ

港經

信報月刊

優雅生活

cjinsight

信報教育

信報出版

好·賞·玩

主頁

即時新聞

今日信報

港股360

地產投資

財富管理

專題

信報視頻

大灣區

目錄

要聞

理財投資

時事評論

財經新聞

地產市道

政壇脈搏

獨眼

兩岸消息

EJ Global

副刊文化

作者搜尋

《返回前頁

文章：《基金人語》龐寶林——內捲浪潮帶來投資機遇

f

in

列印

預設字型

2025年7月17日

龐寶林 基金人語

內捲浪潮帶來投資機遇

內地各行各業爭相降價競爭，導致惡性循環、通縮及產能過剩等問題持續困擾，近期內地公布6月生產者物價指數（PPI）下降3.6%，為2年最大跌幅，製造業價格戰延續，繼而拖累企業經營環境進一步惡化。中港經濟、股市亦備受外圍投資環境影響，尤以美國總統特朗普政策多變及關稅政策等擾亂，猶幸消費者物價指數（CPI） ...

（節錄）

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
19-7-2025	HKEJ	昂貴投資班的合法陷阱

登入 註冊 | 訂閱 / 續訂

信報財經新聞

熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向待約專車

搜尋

信報新聞 信報月刊

信健康 TECH EYFQ 港聯 信報月刊 優雅生活 ejinsight 信報教育 信報出版 好·賞·玩

主頁 即時新聞 今日信報 港股360 地產投資 財富管理 專題 信報視頻 大灣區

宏觀方略 ETF透視 基金縱橫 人民幣 / 外匯先機 智醒退休 精明移民 / 理財 職場 信用卡 保險 投資教學 借貸 按揭知識

« 返回前頁

列印 預設字型

2025年7月19日

黎家良 理財方案

昂貴投資班的合法陷阱

在拙作《有升有息》出版之前，我曾經花費超過10年時間，幾乎報讀過市面上所有類型的投資課程，累計學費支出以數十萬元計。遺憾地說，當中七成以上都是空泛無物、毫無實質內容的包裝商品。市面上不少課程聲稱可以教你賺快錢，掌握期指、牛熊證、窩輪或期權的「勝利秘技」，但上課後發現與宣傳大相徑庭，學員收穫甚微，真正贏家只有開班導師本人。



放大圖片

這類導師的行銷套路，其實非常清晰可辨。首先，他們每天會發布市場預測，但內容絕不具體，務求模糊曖昧。舉例說，一方面聲稱中長線看好某板塊，另一方面又提醒短線可能見頂。左一句「突破在望」，右一句「高位風險」，無論事後市況如何發展，總有一邊會中。接着，這些預測從不公開發表，而只在「學生群組」內私密傳遞。如此一來，導師便可選擇性公開命中的預測，而錯誤預測則永遠沉沒。外界無從查證，學生亦無法驗證其整體準繩度。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

最關鍵的一招，是建立多個模擬賬戶，例如在同一股票或指數同時開設買升及買跌。當市況明朗後，導師便選擇性截圖其中一個「勝利賬戶」的紀錄，聲稱「早已提醒學生部署」，並配上贏利點數與圖表，營造出「每日戰無不勝」的假象。如果在股市氣氛熾熱期間開班，更可吸引大量對投資懵懂無知的新手，動輒數萬元學費收費，導師財務自由。

值得警惕的是，這類導師大多並非證監會持牌人士，亦不受《證券及期貨條例》監管。只要他們聲稱課程屬於「學術研究」、「教育用途」、不提供任何個別買賣建議，即可完全避過持牌規定。他們不需要遵守任何披露責任、風險提示或利益申報，更毋須對學員的損失承擔任何法律後果。換言之，即使他們課堂上誘導學生入市、強調某種技術必勝，也不構成違法，因為只要未主動幫人落盤，監管部門便無從入手。

這一套騙局式的課程包裝，對任何年齡層都可能構成損失，但我最擔憂的，是部分退休人士也被捲入其中，損失的後果遠比其他入沉重。近期便有一位七十多歲的學員主動報讀我的投資理財課程，他本身並無財困問題，持有多層收租物業，每月現金流充裕。他報班的理由極其單純，希望退休後繼續學習投資知識，不願思想停滯，與時代脫節。

我理解這種學習精神，亦尊重他對知識的追求。但我亦忍不住直言相勸：若果真的想學習，坊間如工聯會、長者學苑等平台有大量廉價甚至免費課程，例如基礎金融理論、智能手機應用、財務策劃導論等，皆有豐富選擇，費用低廉，不涉任何實質投資操作風險。然而，一旦將學習與「實盤操作」混為一談，甚至動用退休金或棺材本報讀一些昂貴課程，試圖靠學習「技術分析」或「選股秘笈」在短期內翻倍獲利，那便極容易墮入陷阱。尤其是年過七旬，無工作能力、無穩定收入，一旦失手或遭遇金錢損失，往往難以彌補，甚至影響退休生活的基本穩定。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

我不是說所有投資課程都必然有問題，市面上亦有極少數誠懇、專業人士主理的教育平台，強調風險管理與中長線資產配置。然而，那些以「一夜致富」、「實戰致勝」、「低買高沽」為核心招徠的投資班，九成都屬於商品化吸金套路。參加者若不具備基本判斷能力，極易變成交學費的韭菜，甚至為他人宣傳做嫁衣。

在金融詐騙與包裝橫行的年代，真正的投資教育從不鼓勵急功近利，更不應與投資本金掛鉤。任何要求你在學習階段同時開設實盤賬戶、入金、開倉操作的課程，都不應輕信。對於已經退休、資產有限、難以承擔高風險的長者而言，這些課程帶來的並不是「學習機會」，而是沉重的風險與難以挽回的損失。

投資從來不是一項賭博，更不是一門靠繳學費便能學成致富的技藝。知識可貴，理性更重要。退休人士若真有心了解財務知識，請先分清「知識」與「包裝」、「學習」與「操作」之別，千萬不要讓自己一生積蓄，最終成為他人中的「盈利來源」。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
24-7-2025	HKEJ	萬億水電工程 啟動經濟長期增長

登入 註冊 | 訂閱 / 續訂





熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向特約專輯

搜尋

合併訂閱更抵



主頁 即時新聞 今日信報 港股360 地產投資 財富管理 專題 信報視頻 大灣區

目錄 要聞 理財投資 時事評論 財經新聞 地產市道 政壇脈搏 獨眼 兩岸消息 EJ Global 副刊文化 作者搜尋

« 返回前頁

文章： 《基金人語》龐寶林——萬億水電工程 啟動經濟長期增長



列印

—

預設字型

+

2025年7月24日

龐寶林 基金人語

萬億水電工程 啟動經濟長期增長

國務院總理李強7月19日在西藏自治區林芝市宣布，雅魯藏布江下游水電工程動工建設，投資額為1.2萬億元人民幣，總裝機容量約7000萬千瓦，規模相當於3個長江三峽發電站，項目規模十分巨大，預計建設期約18至20年，配合人工智能（AI）及內地持續進步，應有助提升建設效率和速度，有機會提早完成。 據悉國家早 ...

（節錄）

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
25-7-2025	Quamnet - Chi	港澳 6 月份 CFP 認證考試(基礎階段) 合格率为 72.86%



新聞

2025-07-25 10:10



文字大小: A

港澳6月份CFP認證考試(基礎階段)合格率为72.86%

香港財務策劃師學會昨天公佈於2025年6月14日在香港及澳門舉行之 CFP 資格認證考試(基礎階段)、CFP 資格認證考試(高級階段卷一)及 CFP 資格認證考試(高級階段卷二)的成績。於 CFP 資格認證考試(基礎階段)中,合格率为72.86%;而 CFP 資格認證考試(高級階段卷一)的合格率为72.22%;而 CFP 資格認證考試(高級階段卷二)的合格率为39.22%。共有12名考生於 CFP 資格認證考試(基礎階段)獲得優異成績,2名考生於 CFP 資格認證考試(高級階段卷一)獲得傑出成績。(BC) #CFP

<匯港通訊>

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
25-7-2025	aastocks.com	港澳 6 月份 CFP 認證考試(基礎階段) 合格率为 72.86%

港澳6月份 CFP 認證考試(基礎階段)合格率为72.86%

關閉

滙港資訊 | 2025/07/25 10:10 HKT | 1 0 1

A- A+ 股價 沽空



<匯港通訊> 香港財務策劃師學會昨天公佈於2025年6月14日在香港及澳門舉行之 CFP 資格認證考試(基礎階段)、CFP 資格認證考試(高級階段卷一)及 CFP 資格認證考試(高級階段卷二)的成績。

於 CFP 資格認證考試(基礎階段)中,合格率为72.86%;而 CFP 資格認證考試(高級階段卷一)的合格率为72.22%;而 CFP 資格認證考試(高級階段卷二)的合格率为39.22%。

共有12名考生於 CFP 資格認證考試(基礎階段)獲得優異成績,2名考生於 CFP 資格認證考試(高級階段卷一)獲得傑出成績。(BC)

#CFP

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
25-7-2025	Infocast Financial Newswire	港澳 6 月份 CFP 認證考試(基礎階段) 合格率为 72.86%

港澳6月份 CFP 認證考試(基礎階段)合格率为72.86%

25/07/2025 10:10

<匯港通訊> 香港財務策劃師學會昨天公佈於2025年6月14日在香港及澳門舉行之 CFP 資格認證考試(基礎階段)、CFP 資格認證考試(高級階段卷一)及 CFP 資格認證考試(高級階段卷二)的成績。

於 CFP 資格認證考試(基礎階段)中,合格率为72.86%;而 CFP 資格認證考試(高級階段卷一)的合格率为72.22%;而 CFP 資格認證考試(高級階段卷二)的合格率为39.22%。

共有12名考生於 CFP 資格認證考試(基礎階段)獲得優異成績,2名考生於 CFP 資格認證考試(高級階段卷一)獲得傑出成績。(BC)

#CFP

Copyright © 2022 匯港資訊版權所有，不得轉載。

本文所提供的任何資料只供參考之用。本網站概不對這些資料的準確性、完整性、合時性或對基於這些資料而作出的任何決定負責。而其他網站的轉載或翻譯 並不代表本網站推介或認可該等其他網站。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
25-7-2025	Yahoo HK , infocast	港澳 6 月份 CFP 認證考試(基礎階段) 合格率為 72.86%

yahoo!財經

搜尋新聞、股票代號或公司

Q

首頁

投資組合新聞外幣港股美股行情財經日曆地產理財專欄財經大人物媒體總覽加密貨幣全球關係

 港澳6月份 CFP 認證考試(基礎階段)合格率為72.86%

infocast

2025年7月25日

Share icon

<匯港通訊> 香港財務策劃師學會昨天公佈於2025年6月14日在香港及澳門舉行之 CFP 資格認證考試(基礎階段)、CFP 資格認證考試(高級階段卷一)及 CFP 資格認證考試(高級階段卷二)的成績。

於 CFP 資格認證考試(基礎階段)中,合格率為72.86%;而 CFP 資格認證考試(高級階段卷一)的合格率为72.22%;而 CFP 資格認證考試(高級階段卷二)的合格率为39.22%。

共有12名考生於 CFP 資格認證考試(基礎階段)獲得優異成績,2名考生於 CFP 資格認證考試(高級階段卷一)獲得傑出成績。(BC)

#CFP

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
26-7-2025	HKEJ	北上就醫的挑戰與解方

登入 註冊 | 訂閱 / 續訂

信報 財經新聞

熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向特約專輯

搜尋

送 兩本精選電子書

信報健康 TECH EIQ 港報 信報月刊 優雅生活 ejinsight 信報教育 信報出版 好·賞·玩

主頁 即時新聞 今日信報 港股360 地產投資 財富管理 專題 信報視頻 大灣區

宏觀方略 ETF透視 基金縱橫 人民幣 / 外匯先機 智醒退休 精明移民 / 理財 職場 信用卡 保險 投資教學 借貸 按揭知識

◀ 返回前頁

列印

預設字型

+

2025年7月26日

余碩衡 保險

北上就醫的挑戰與解方

隨着大灣區融合發展，愈來愈多港人選擇北上退休。內地醫療服務性價比優勢明顯，但兩地醫療體系差異為港人帶來實務挑戰。本文將分析主要難題並提出解決策略。



放大圖片

兩地醫療資訊系統尚未實現全面互聯互通，構成首要障礙。內地醫療體系無法查閱香港醫健通病歷，反之亦然，導致醫生無法及時掌握病人狀況，影響診症判斷。藥物名稱、生產商及劑量標準的差異，進一步影響專業判斷準確性。語言文字差異更增複雜性：香港醫療紀錄多以英文記載，內地報告則採用簡體中文，阻礙資訊傳遞效率。

以腫瘤患者為例，在香港公立醫院接受治療時，常需排隊進行電腦掃描、磁力共振或正電子掃描等檢查，輪候期可長達數月。若轉向私家醫院，費用往往高達數萬元。較優策略是利用內地檢查報告，由香港私家專科醫生分析後撰寫專業報告並上載至醫健通系統，既節省成本又協助公立醫院醫生制定精準治療方案。建議港人主動收集整理兩地病歷，建立個人醫療檔案。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

內地醫院預約系統主要依賴微信公眾號、小程序或官網操作，通常要求內地手機號碼實名驗證。知名專家及熱門科室號源往往在開放後數分鐘內滿額，需精準把握放號時機。解決方案包括提前熟悉目標醫院預約流程，準備內地手機號碼，或優先選擇設有港澳台服務中心的機構。部分醫院已導入人工智能系統，可輔助患者篩選合適科室或醫生，提升預約效率。

儘管內地醫生多能理解粵語，但醫學術語差異不容忽視。香港稱「超聲波檢查」，內地稱「B超」；「磁力共振」對應「核磁共振」。病歷紀錄全以簡體中文呈現，護士解釋用藥時，劑量單位及服用時機表達與香港慣例相異。建議港人預先編製常用醫學詞彙對照表，攜帶過往香港病歷中文翻譯版本，並於就診時主動告知語言偏好，確保有效溝通。

內地醫院普遍不接受香港信用卡，主要依賴現金、銀聯卡、微信支付或支付寶等本土方式。港人若缺乏綁定內地銀行卡的電子支付賬戶，常遇支付障礙。實務解決方案包括事先開設內地銀行賬戶並申請銀聯卡，或選擇接受現金的醫院。部分醫院雖支持國際信用卡，但收費較高，需權衡成本效益。

內地醫療資源豐沛，但醫生專業水平參差不齊。建議透過醫院官網查詢科室專長，優先選取綜合實力強勁的三級甲等醫院，或致電諮詢獲取專業建議。線上平台亦提供醫生評價及背景資料，有助理性抉擇。

對年長或體弱患者而言，跨境就醫需細緻安排。預備適宜交通工具或聯繫專業醫療運輸機構，能減輕舟車勞頓，確保患者安全舒適抵達醫院。提前規劃路線及備用方案，可避免意外延誤。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

檢查報告可能需等數天完成，多次往返取件增加成本。目前多數醫院提供電子報告服務，透過手機應用程式查看及下載。建議港人註冊相關應用，並要求醫生詳盡解釋關鍵指標，確保準確理解結果。

覆診需重新預約，可能無法約見同一醫生，患者難以建立穩定醫患關係，影響治療連續性。部分醫院允許醫生預留覆診時段，建議首次就診時主動詢問。

香港保單保障範圍是否涵蓋內地治療需仔細審閱。地區調整係數、醫院級別限制、藥物註冊要求及住房等級等因素可能影響賠償比例。特別注意，港人在內地醫院常被安排至國際部，此在香港保單中多視為「私家等級」病房。由於多數港人購買半私家或大房等級保險，賠償時或因等級差異而降至50%至75%。建議諮詢保險顧問評估潛在風險。

在兩地體系融合過渡期，上述挑戰難以一蹴而就。市場上湧現專業醫療服務機構，提供綠色通道、健康評估、醫生配對、陪診翻譯、專車接送、覆診預約、代取報告、及住宿安排等一站式服務。這些機構與醫院合作密切，服務專業貼心。雖需額外費用，但相較香港高昂醫療成本，整體性價比仍具吸引力。

北上就醫雖面臨挑戰，但透過充分準備可享受高性價比醫療服務。關鍵在於根據個人需求及預算選擇合適策略。隨着大灣區醫療合作深化，兩地體系將逐步融合，為港人提供更多便利。

北上就醫可求助專業服務

理財方略 · 余碩衡

隨着大灣區融合發展，愈來愈多港人選擇北上退休。內地醫療服務性價比優勢明顯，但兩地醫療體系差異為港人帶來實務挑戰。本文將分析主要難題並提出解決策略。

兩地醫療資訊系統尚未實現全面互聯互通，構成首要障礙。內地醫療體系無法查閱香港「醫健通」病歷，反之亦然，醫生無法及時掌握病人狀況，影響診症判斷。藥物名稱、生產商及劑量標準的差異，進一步影響專業判斷準確度。語言文字差異更增複雜性：香港醫療紀錄多以英文記載，內地報告則採用簡體中文，阻礙資訊傳遞效率。

以腫瘤患者為例，在香港公立醫院接受治療時常需排隊進行電腦掃描、磁力共振或正電子掃描等檢查，輪候期可長達數月，若轉向私家醫院，費用往往往高達數萬元。較優策略是利用內地檢查報告，由香港私家專科醫生分析後撰寫專業報告並上載至「醫健通」系統，既節省成本又協助公立醫院醫生制定精準治療方案。建議港人主動收集整理兩地病歷，建立個人醫療檔案。

內地醫院預約系統主要依賴微信公眾號、小程序或官網操作，通常要求內地手機號碼實名驗證。知名專家及熱門科室號源往往在開放後數分鐘內滿額，需精準把握放號時機。解決方案包括提前熟悉目標醫院預約流程，準備內地手機號碼，或優先選擇設有港澳台服務中心的機構。部分醫院已導入人工智能系統，可輔助患者篩選合適科室或醫生，提升預約效率。

帶備醫學詞彙對照及病歷譯本

儘管內地醫生多數能理解粵語，但醫學術語差異不容忽視。香港稱「超聲波檢查」，內地稱「B超」，而港稱「磁力共振」對應內地「核磁共振」。病歷紀錄全以簡體中文呈現，護士解釋用藥時，劑量單位及服用時間表達與香港慣例相異。建議港人預先編製常用醫學詞彙對照表，攜帶過往香港病歷中文翻譯版本，並於就診時主動告知語言偏好，確保有效溝通。

內地醫院普遍不接受香港信用卡付費，主要依賴現金、銀聯卡、微信支付或支付寶等方式。港人若缺乏綁定內地銀行卡的電子支付賬戶，常遇

支付障礙。實務解決方案包括事先開設內地銀行賬戶並申請銀聯卡，或選擇接受現金的醫院。部分醫院雖支持國際信用卡，但收費較高，需權衡成本效益。

內地醫療資源豐沛，但醫生專業水平相對參差，宜透過醫院官網查詢科室專長，優先選取綜合實力強勁的三級甲等醫院，或致電諮詢獲取專業建議。線上平台亦提供醫生評價及背景資料，有助理性抉擇。

對年長或體弱患者而言，跨境就醫需作仔細安排。預備適宜交通工具或聯繫專業醫療運輸機構，能減輕舟車勞頓，確保患者安全舒適抵達醫院。提前規劃路線及備用方案，可避免意外延誤。

須確認香港保單覆蓋範圍

檢查報告可能需等數天完成，多次往返取件增加成本。目前多數醫院提供電子報告服務，透過手機應用程式查看及下載，建議港人註冊相關應用，並要求醫生詳盡解釋關鍵指標，確保準確理解結果。

覆診需重新預約，可能無法約見同一醫

生，患者難以建立穩定醫患關係，影響治療連續性。部分醫院允許醫生預留覆診時段，首次就診時應主動詢問。

香港保單保障範圍是否涵蓋內地治療需仔細審閱。地區調整系數、醫院級別限制、藥物註冊要求及住房等級等因素可能影響賠償比例。特別要注意，港人在內地醫院常被安排至國際部，此在香港保單中多視為「私家等級」病房。由於多數港人購買半私家或大房等級保險，賠償時或因等級差異而降至50%至75%，建議諮詢保險顧問評估潛在風險。

在兩地體系融合過渡期，應對上述挑戰難以一蹴而就。市場上湧現專業醫療服務機構，提供綠色通道、健康評估、醫生配對、陪診翻譯、專車接送、覆診預約、代取報告、住宿安排等一站式服務，這些機構與醫院合作密切，服務專業貼心。即使需要額外費用，但相較香港高昂醫療成本，整體性價比仍具吸引力。

北上就醫雖面臨挑戰，但透過充分準備可享受高性價比醫療服務。關鍵在於根據個人需求及預算選擇合適策略。隨着大灣區醫療合作深化，兩地體系將逐步融合，為港人提供更多便利。

作者為香港財務策劃師學會副主席（發展）。他為《信報》/信網撰文，分享退休理財觀點。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

Date of Publication	Publication / Media Channel	Topic
29-7-2025	HKEJ	退休生活無聊嗎？探索旅居退休新模式，活出精彩退休第二人生！

熱門：施政報告 關稅戰 搜尋：公司動向特約專輯

搜尋

Q ⓘ

信報新聞

+

信報月刊

▶

信健康

TECH

EQ

港經

信報月刊

優雅生活

ejinsight

信報教育

信報出版

好·賞·玩

主頁

即時新聞

今日信報

港股360

地產投資

財富管理

專題

信報視頻

大灣區

2025年7月29日

退休生活無聊嗎？探索旅居退休新模式，活出精彩退休第二人生！



【退休生活】踏入人生新階段，你是否想過退休生活除了飲茶、湊孫，還能有更精彩的可能？很多人擔心退休後會感到無聊或焦慮，但真正的挑戰是如何將數十年積累的財富，轉化為優質的生活體驗。現在有一種全新的退休模式正在興起——「旅居退休」，它不再是走馬看花式的旅遊，而是讓你深入體驗不同城市的文化與節奏。中銀人壽「旅·心活」旅居體驗計劃正正能迎合退休人士需要，它提供一個結合穩定現金流與非凡體驗的完整方案，透過專屬旅居管家服務，讓你輕鬆開展精彩的第二人生。



退休迷思一 | 退休 = 「8萬小時的寂寞」？

2023年香港人的平均壽命，男性為83歲，女性為88歲，平均壽命達80歲以上，而香港法定退休年齡為65歲，意味著退休後擁15到20年的第二人生。如果一天能自由使用的時間為12小時，計算下來20年約是8萬小時。難道，退休就是「8萬小時的寂寞」？

不少香港人將工作視為人生的寄托，因此退休後突然失去職場身份，容易引發「退休焦慮症」。初期警號包括情緒低落、失眠、煩躁、對事物失去興趣等，甚至會過度擔憂健康或經濟問題，影響日常生活。加上不少人擔心退休生活會變得無聊空虛，尤其在結束規律工作後，若未有妥善安排生活，便會感到時間過剩、無所適從。

其實，人生的意義在於不斷探索，展開第二人生也一樣，不妨為自己的專業找到不同定位，探索與人生下半場目標相符的選項。可以運用本身的專業，試著透過跨界學習來搭建第二舞台，例如擔任顧問、導師或培訓師，不僅為自己發明新身份，也重新組合個人技能。透過裝備新知識與技能，重新確認自己的長處與偏好，人生下半場才能真正做出改變。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

此外，退休人士可以積極參與社區活動，例如長者中心的興趣班、講座或義工服務，有助擴闊社交圈子，維持與社會的聯繫。現時，不少退休人士會考慮到大灣區或內地旅居，體驗不同的生活節奏與文化，如果參加中銀人壽的「旅·心活」旅居體驗計劃，甚至可以擁有一個「專屬旅居管家」安排及預約好行程，盡情享受退休生活。



退休迷思二 | 究竟退休要幾多錢？

在香港，許多人都在思考提早退休的可能性，但並非每個人都有能力做到這一點。究竟需要儲蓄多少，才足以支撐未來的退休生活呢？不妨參考數據！去年香港財務策劃師學會發表《香港退休開支指數》調查，顯示每月人均所需退休開支為\$13,800港元；而經濟合作與發展組織（OECD）曾建議以「替代率」

（replacement rate）達到7成作為港人計算退休後開支或入息的其中一個參考指標。

替代率計算：退休後收入（如年金、社會福利）÷ 退休前收入

例如：退休後收入是HK\$21,000，退休前收入是HK\$30,000，替代率便達到70%。

Media Exposure in July 2025 (Total: 22)

當然，退休所需的金額因人而異，但最重要的是及早規劃退休預算，並開始養成儲蓄習慣，才能安享晚年。不過，相比在香港退休，近年不少港人會選擇到大灣區或內地退休，主要因為能夠以低物價享受更高質的退休生活。

根據環球生活網站Numbeo的數據顯示，夫婦兩人在大灣區九個城市生活，撇除租金後每月開支約為8000港元；假設每月租金約4000元人民幣（約4400多港元），兩人每月總開支則約12000元左右，較香港退休開支遠低五成，可見在大灣區退休更具性價比。

你或者聽過「旅居式退休」，即是在大灣區不同城市輪流暫居，以體驗不同地方的風土人情。如果想在大灣區旅居式退休，又怕開支增大，退休人士可考慮部署具穩定現金流的產品，例如中銀人壽「月悅出息終身享保險計劃」，現凡投保即可成為中銀人壽特選客戶，可登記成為「旅·心活」會員，享受品味生活的尊貴禮遇，更有機會獲免費旅居套餐，感受獨特旅居體驗。



退休迷思三 | 唔做唔知身體好，退休先知做野好？

沒有人天生是「勞碌命」，只是身體會因應生活模式而調節機能。有醫生曾指出，日常工作拼命又緊張，確實會產生大量腎上腺素支撐，而持續產生大量腎上腺素，

是會增加心臟衰竭、心律不正風險及影響情緒思維，「個人就好似洩了氣一樣。」

因此，由習慣每日工作，轉變至退休生活，應有一個過渡期，就好像上述近年興起的「旅居式退休生活」，退休人士可以在大灣區不同城市暫居，周圍體驗生活，像候鳥般時而走動，時而停下來，便能讓身體更好地適應退休的生活節奏。

打破退休沉悶 | 「六養合一」的沉浸式旅居體驗

為迎合退休人士真正所需，中銀人壽「旅·心活」旅居體驗計劃徹底顛覆了傳統退休旅遊的概念，讓你追求的不再是「到此一遊」的打卡，而是深度文化沉浸和身心靈的滿足。計劃以創新的「六養合一」為核心理念，從六個維度全面提升退休人士的生活品質：

- **食養：** 提供多元化地道健康美饌，通過飲食達到養身保健的目的。
- **住養：** 提供融合大自然、高端酒店式的舒適康養居住環境。
- **醫養：** 尊享養生設施及康養服務，全方位管理健康。
- **動養：** 提供多樣化運動設施及課程，滿足身心靈需求。
- **旅養：** 由專屬旅居管家提供一對一服務，全程安排交通、景點、餐飲。
- **誼養：** 鼓勵透過社交互動擴闊社交圈子，提升生活品質和幸福感。

「旅·心活」旅居體驗計劃擁有強大的旅居網絡，涵蓋大灣區及內地共**19**個宜居城市，包括杭州、大理、成都、三亞等，讓你「候鳥式旅居」，按四季變遷來選擇合適的地方生活。

「專屬旅居管家」讓你專注享受

退休後時間寶貴，在自行規劃旅居退休的時候難免遇到各種疑難雜症，或會浪費很多時間在繁瑣的行程規劃、交通預訂和處理突發事件上，影響旅居體驗。這正是中銀人壽「旅·心活」旅居體驗計劃的優勝之處。計劃特設專屬旅居管家，提供一對一免費諮詢及禮賓服務。無論是度身訂造遊玩攻略、推薦地道美食、預訂交通，甚至處理突發情況，管家都會貼心安排，讓你和家人真正做到無憂無慮，安心體驗每個旅居城市的魅力，徹底擺脫自由行的煩惱。



建立積極心態：感恩當下，擁抱轉變

退休並非人生的終點，而是另一段精彩旅程的開端。學會感恩生命中擁有的一切，珍惜得來不易的自由時光，是享受退休生活的關鍵。

退休會帶來轉變，然而我們面對人生轉變，要緊記保持開放的態度。嘗試新事物，學習新技能，即使過程中遇到挑戰，亦將其視為成長的機會，產生成就感遠離退休焦慮症。過去的經驗是寶貴的資產，但毋須被過去的身份所束縛，勇於探索未知，發掘潛能，才能不斷為生活注入新鮮感。正如很多退休生活建議所強調，心態決定境界，積極擁抱退休後的每一個當下，才能真正活出豐盛的第二人生。

退休生活總結及建議

退休生活是人生的重要轉折點，因失去工作寄托與責任感，而感到無聊、沒有意義甚至出現退休焦慮症，如何規劃才能讓退休時光充實而有意義？透過培養新興趣、建立社交網絡、從事退休兼職工作、去旅居遊山玩水，都能有效緩解這些情緒。財務規劃方面，穩健的退休金管理和被動收入策略讓我們能夠擁抱退休，而定期運動和健康飲食則能維持健康與身體活力。退休生活充滿無限可能及意義，可以把時間花在重拾舊愛好、投入社區服務或開創第二事業，開心滿足都是最重要！

退休生活FAQs

如何克服退休後的無聊感？

是很多人擔心退休生活無聊，但其實這段時間提供了探索新興趣的機會。可以嘗試重拾年輕時因工作忙碌而擱置的愛好，例如繪畫、音樂或攝影，或是學習新技能，如外語或烹飪。參與社區活動或擔任義工也是充實生活的好方法，不僅能擴大社交圈，還能保持與社會的連結。很多退休人士分享，定期安排活動並設定小目標，能有效減少空虛感，讓每一天都充滿意義。

退休後可以做什麼工作？

很多人會選擇退休兼職工作，既能帶來額外收入，又能保持社交互動和成就感。適合的職位包括顧問、導師或彈性較高的客戶服務工作。選擇兼職時，應考慮個人興趣、健康狀況和時間安排，確保工作不會帶來過大壓力。很多退休人士分享，兼職工作讓他們活用多年累積的經驗，同時維持規律的生活節奏，是平衡退休生活的理想方式。

如何應對退休初期的焦慮情緒？

退休焦慮症可能源於身份轉變或對未來的擔心，若出現持續情緒低落或睡眠問題，建議尋求專業協助。家庭醫生或心理輔導服務能提供支持，而參與社交活動和培養興趣也有助緩解焦慮。很多退休生活建議強調，保持開放心態並逐步調整生活節奏，能幫助適應新階段。與其他退休人士交流經驗，聆聽他們的退休生活分享，也能獲得寶貴的啟發和實用建議。