

幗萃



城市女青年商會
(國際青年商會香港總會成員)



2019 Vol.32 7月號

收成人生

一不做 義不休 一何重恩

知己知彼 一呂穎恒
認識自己，活出自信真我

態度決定高度 一嚴楚碧
驚濤駭浪中的乘風破浪

城市女菁英 一陳糖
燃亮真我

城市女菁英 一黃可欣
匯聚幾何

收成青商

全港時尚專業女性選舉2019「現代木蘭」

「絕膠吧2019」

「城·袖」



幗萃網頁版



www.jcicitylady.org.hk

同心展關懷

caringorganisation[®] 2015-17

Awarded by The Hong Kong Council of Social Service
香港社會服務聯會頒發

青商信條

我們深信

篤信真理可使人類的生命具有意義和目的；
人類的親愛精神沒有疆域的限制；
經濟上的公平應由自由的人通過自由企業的途徑獲得之；
健全的組織應建立在法治的精神上；
人格是世界上最大的寶藏；
服務人群是人生最崇高的工作。

青商使命

提供發展機會以促進青年人創造積極正面的改變。

青商願景

成為全球具領導性的青年積極公民網絡。

會長：趙瑞萍

出版事務顧問：黃明偕 參議員

副會長(出版事務)：楊小婷

出版董事：李健彤

總編輯：王潔燕

編輯：李健彤

地址：上環干諾道西21-24號海景商業大廈21樓

電話：(852) 2543 8913

派發點地址：

國際青年商會香港總會

Andother Space

Bloom

Campfire

CathyPaul Diamond 卡芙邦鑽石專門店

Cooffice

Desk One 旺角分店

Desk One 荃灣分店

Desk One 銅鑼灣分店

Eldpathy

Everest 尖沙咀分店

Everest 皇后大道中分店

Everest 銅鑼灣分店

Everest 擺花街分店

Hafina Lounge

Hong Kong Institute of Certified Public Accountants

Lady Concept Beauty House

OneStart 中環分行

OneStart 旺角分行

OneStart 旺角分行

OneStart 荔枝角總行

OneStart 銅鑼灣分行

Ooosh 尖沙咀分店

Ooosh 銅鑼灣分店

Ozone 觀塘1亞太中心分店

Ozone 觀塘成業街分店

Ozone 觀塘鴻圖道分店

Teach4HK

The Desk

YOLO

友邦保險

伊利沙伯中學舊生會小學分校

香港女童軍 - 梁省德海上活動訓練中心

香港女童軍 - 博康營地

香港女童軍 - 新德倫山莊

香港女童軍 - 賽馬會元朗康樂中心

香港女童軍 - 賽馬會碧溪莊

香港女童軍天水圍何超瓊活動中心

香港女童軍港島中心

香港女童軍新界西中心

香港女童軍興趣章訓練中心

香港女童軍總會

香港台山社團

香港哮喘會

香港高等教育科技學院

香港童軍中心

香港童軍中心 - 大美督海上活動中心

香港童軍中心 - 大潭童軍中心

香港童軍中心 - 白沙灣譚華正海上活動中心

香港童軍中心 - 沙田童軍中心

香港童軍中心 - 洞梓童軍中心

香港童軍中心 - 基維爾營地

香港童軍中心 - 蔡志明聯光童軍中心

博雅思教育中心

四期主題：
「春耕、夏耘、秋收、冬藏」

第三期：秋收

源由：

《荀子·王制》記載：「春耕、夏耘、秋收、冬藏，四者不失時，故五穀不絕」，原意指春天萌生、夏天滋長、秋天收穫、冬天儲藏的農業生產的過程；但放在青商的語境下，又何不是青商乃至人生規劃的過程呢？本年，《欄萃》以四季為題，喻意青商在不同季度的計劃進程。

- 2018年 最傑出分會(25-55人)(優異獎)
- 2018年 最傑出出版物
- 2018年 最佳企業傳訊工作計劃(優異獎)
- 2017年 最傑出分會(25-55人)
- 2017年 最佳新工作計劃
- 2017年 最佳企業傳訊工作計劃(優異獎)
- 2016年 最傑出工作計劃(加拿大魁北克世界大會)
- 2016年 最佳社區長遠發展工作計劃(加拿大魁北克世界大會)
- 2016年 最佳企業傳訊工作計劃
- 2015年 最佳數碼市場推廣(優異獎)
- 2015年 最佳企業傳訊工作計劃(優異獎)
- 2014年 最傑出可持續發展工作計劃
- 2014年 最傑出出版物(優異獎)
- 2014年 最傑出積極公民框架(優異獎)
- 2013年 最傑出分會(25-55人)(優異獎)
- 2013年 最佳企業傳訊工作計劃(優異獎)
- 2013年 最佳社會發展工作計劃(優異獎)
- 2011年 最傑出分會(25-44人)
- 2011年 最佳企業傳訊工作計劃(優異獎)
- 2011年 最佳籌款工作計劃
- 2011年 最傑出出版物
- 2010年 最傑出出版物(優異獎)
- 2010年 最傑出分會(25-44人)
- 2008年 世界及亞太區最傑出新分會



城市女青年商會會長
趙瑞萍

時日如飛。繼春耕、夏耘後，我們迎來最新一期的主題「秋收」，同時亦寓意「豐碩的收成」。回顧過去半年，我們努力實踐競選承諾，各項工作計劃亦如期進行。雖然不是每項工作都一帆風順，過程中當然有跌碰挫折的階段，但這種「暫時性」的失敗，亦非一面倒的不幸，也許是種幸運！

在青商裡，每一次困難、挫折、失敗都是讓我們重新檢視自己的契機，繼續進步的歷程。我們在錯誤中，學懂危機處理、未雨綢繆、有效溝通。沒經歷過失敗，就不知道如何「把事情做對」。

經過多個月的努力，【全港時尚專業女性選舉】選舉評審日已於6月29日順利完成，在7月27日晚上，我們在頒獎禮上一同見證新一屆的時尚得獎者 -- 「現代木蘭」的誕生！

【絕膠吧】亦已先後舉辦沙灘清潔日、回具回收日及再生玩具工作坊，而在8月11日舉行的「絕膠海洋日」籌備得如火如荼，絕膠商戶亦陸續得到本地多間餐廳及店舖的支持。加上每月月會提供絕膠冷知識、重用膠盒供會員取走食物及加入膠樽回收點，讓會員讓社會大眾更習慣杜絕塑膠的生活。

感恩各個 City Lady 的會員在面對困難時，沒有放棄，反而更堅守信念，從中獲得成長。這也是讓我最為感動的一環，因為青商工作計劃的意義，除了為社會帶來正面改變，更是為會員製造共同成長、共同學習的機會。

在接著的六個月，我們將會再接再厲，提供最好的平台去讓會員追尋不同既發展機會，讓大家可以繼續盡情「燃亮真我」！

國際青年商會香港總會會長的話



國際青年商會香港總會會長
連冠豪參議員

不經不覺 2019年已經走進了第三個季度，在過去的數月裡，我們密鑼緊鼓的作好所有活動的前期功夫，現時正是收成期。聖經加拉太書6章9節，金句：「我們行善不可喪志，若不灰心，到了時候就要收成。」有時我們行事但結果不似預期，偶有灰心但若不放棄始終會有美好的結果。

根據今年年頭的統計，單單是國際青年商會香港總會集合所有分會的力量，每年有超過700個活動舉行。有些十分成功，但有些亦未盡意，亦因如此青年商會獨有的積極公民框架提示我們在解決社會問題時，必須時時刻刻檢視成果，調整目標再次出發！這亦是國際青年商與其他組織所不同的地方。

今年總會的主題為「持續改變世界」，我們生活在瞬息萬變的世界中，今天所面對的問題，明天可能會引申出各種挑戰。作為積極公民，我們除了找出問題的根源亦必須與時並進，為我們的下一代成就一個更美好的將來。我亦希望城市女青年商會在往後日子繼續往開來，為香港作出更多貢獻。

總會指派執行委員的話

時光飛逝來到了第三季，大家都為不同的工作計劃忙得不可開交，亦見證了趙會長帶領一班有幹勁與熱誠的女生一起貢獻社會，將青商精神傳遞到不同階層。

近期社會關注的議題就是與塑膠廢物有關的源頭減廢，而今年貴會的社會發展旗艦工作計劃 - 小手愛地球之「絕膠吧2019」，以小朋友為對象，讓小朋友由拒絕塑膠用品開始實踐源頭減廢的理念。

商業事務方面有「全港時尚專業女性選舉2019」以現代木蘭 - 多元化的現代女性故事為題，不但鼓勵女性了解自我，並且多元化發展，從過程中重拾自信。

會長為鼓勵會員有更多元化的學習與成長，今年安排一系列領袖培訓工作計劃，個人發展有「成·袖」工作坊，達到今年目標「燃亮真我，匯聚幾何」。其次，會員人數勇闖另一個高峰，成果令人鼓舞。

本期《欄萃》以「秋天，收成」為主題，秋天來了，帶來了收成的喜悅及天賜的寶物。

收成喜悅不單是指獎項上的殊榮，而是包括會員從工作計劃中學習到不同的技巧，並發揮會友間相互影響，為個人成長、以至社會帶來正面的改變，不恥下問，在學習的過程中認識更多良師益友，經歷與成果成正比例。

我們必需珍惜在青商中相遇的每一位，「三人行，必有我師」，這份友誼就如天賜的瑰寶。期待城市女青年商會會友為香港的未來出一分力，為更好的明天而裝備自己，發熱發亮，一起「Keep Change The World」



國際青年商會香港總會副會長
總會指派執行委員
謝進熙

引言

《荀子·王制》記載：「春耕、夏耘、秋收、冬藏，四者不失時，故五穀不絕」，原意指春天萌生、夏天滋長、秋天收穫、冬天儲藏的農業生產的過程；但放在青商的語境下，又何不是青商乃至人生規劃的過程呢？本年，《櫛萃》以四季為題，喻意青商在不同季度的計劃進程。

- 1 會長的話
- 2 總會會長的話、總會指派執行委員的話
- 3 引言及目錄
- 4 - 5 亞太大會回顧
- 6 - 9 人物訪問
何重恩
- 10 - 11 總會活動
十大傑出青年選舉
傳・承・JC大聯盟
- 12 - 13 人物訪問
呂穎恒 - 認識自己，活出自信真我
- 14 - 15 商務發展
全港時尚專業女性選舉2019
- 16 - 17 會萃木蘭
何臻言 - 破舊立新 追上時代步伐
- 18 - 20 人物訪問
路向四肢傷殘人士協會的主席 嚴楚碧 Rabi
- 22 - 23 社會事務發展
絕膠吧
- 24 - 26 SDG 特輯
可持續發展目標 - 變革世界的17個目標
- 27 會員優惠
- 28 - 29 城市女菁英
Candy & Cathy
- 30 - 33 本會活動

Day 1 6月17日

城市女青年商會的會員已於早一天到達濟洲，準備出席一年一度的亞太大會，在開幕禮，我們帶領多位第一次參加 ASPAC 的會友參加由 JCI Vice President Senator Teresa Poon 主持的 First timer Orientation 。

來到下午五時，世界各地青商聚首一堂，在一片歡呼下開幕禮正式開始，舞台上亦表演多個傳統韓國特色表演，歡呼聲一直帶到去晚上的 Welcome Party ！



Day 2 6月18日

在第二天的行程相當豐富，在早上我們與蒙古 JCI Grand 來了一場會務交流活動，亦了解到青商在蒙古發展迅速。緊接著就到達會場出席 Conference Assembly I，下午我們如以往般約了與我們的姊妹會山形青年商會的會友一同午膳，交流兩會最新的近況。

而晚上我們則參加了蒙古、台灣、馬來西亞之夜，姊妹們玩得十分之盡興，而我們更在蒙古之夜逗留近兩個小時，觀賞由蒙古青商帶來的精彩表演！



與教父及城市兄弟聚餐



Day 3 6月19日

活動第三天我們的會友參加了不同的 Training Programs，會長 Bowie 更在 Act 4 Gender Gap 的工作坊上作其中一位分享嘉賓，向其他國家青商分享女性在香港的狀況和生活。

出席完 Conference Assembly II 後，我們便開始準備 Hong Kong Night，是次攤檔由本會及晉峰青年商會合作，名為「勁揪茶藝館」，只需要成功模仿相片中的茶藝姿勢，便可以成功獲得獎品。



Close the Gender Gap Workshop



HK Night



General Assembly 3



Gala Dinner

Day 4 6月20日

ASPAC 的最後一天，在早上參加 General Assembly III，有幸認識了下一屆世界會長的候選人，來自 JCI Zimbabwe 的 Itai Manyere，亦得知下一年度的 ASPAC 將會在柬埔寨舉行，而世界大會則在日本的橫濱市舉行。來到下午最緊張的頒獎典禮環節，多項獎項由香港不同的分會奪得，實在令人為之振奮！晚上姊妹會紛紛「認真打扮」出席 ASPAC 最後一個正式活動 – Gale Dinner。

後記：

在濟州開心地與一眾姊妹結伴渡過了七日七夜，行程雖然緊湊，但能通過日夜相處，增加與姊妹間彼此的了解與感情，旅程中除了可以更了解青商的使命和運作，也十分高興認識了來自世界不同地方的青商好友，而最最最珍貴的當然是與姊妹的經歷，希望這份快樂，久經歲月，仍是不變的。

開心花絮



「一不做、義不休」

何重恩

何重恩先生 David 為資深傳媒人，參與義工活動超過三十年，現任多個政府及組織推動義工服務之核心成員。David 現是社會福利署「推廣義工服務」督導委員委員、推廣及宣傳小組召集人（2018-2020）；安老事務委員會長者學苑發展基金委員、宣傳及發展小組委員會主席（2017-2019）；第四屆香港傑出義工；香港傑出義工會執委；路進會副主席；吃皮大笑團義務顧問；香港電台義工隊召集人。

「義」自於此

David 投入義工服務的種子是在學生時代種下。學生時代的 David 熱衷參與教會活動，自小已和教會會友去偏遠地區傳教及探訪長者。大學時期，為大學學生會會長，當年他透過學生會，與同學參與不少社會服務，包括：探訪長者、協助長者執捨、簡單家居維修。

香港自60年代起，一般香港人生活不奢華，但大多已感到富足，人人只有勤奮工作。David 成長的時代，香港社會熱烈的「獅子山下精神」，助人助己、無償奉獻、社會互相效力，為香港「儲下」了不少抗逆力。投身社會後，傳媒的工作令 David 接觸不同的階層的人，及和不同機構合作的機會，令 David 義工服務埋下的幼苗迅速成長。





人人做義工 生活不一樣

義工行為是愛心的表達，不止是施予，也是老生常談的道理——施比受更有福，從而令社會更穩固。David 一直強調的並不是受助者的需要，他的焦點是助人的得著和社會資本。上年，David 再次被委任 社會福利署「推廣義工服務」督導委員委員、推廣及宣傳小組召集人。社會福利署自1998年開展義工運動以來，一直積極推廣義工服務，倡導參與和奉獻的精神，致力建設關懷互助、和諧共融的社會。

David 認為商界企業、團體參與義工服務的影響力甚為重要，他以 IT 科技公司為例，不同非牟利及慈善組織資源短缺，未必有資金投放在網站等網上平台宣傳。IT 公司的幫助，可以發揮公司的專業，藉此促進自我發展，豐富彼此的生活體驗，互惠互利，令生活倍添姿彩。David 說：「幫助的力量多與少不重要，最重要『有心』」。

自2016年年底起，社署義工運動以「人人做義工 生活不一樣」作為新的宣傳口號，鼓勵每位市民在人生中最少有一次提供義工服務的經驗，從而使義工精神滲透到生活各個層面。



退而不休

現時香港義工有一大半部份是「退而不休」的 Young Old，Young Old (YO) 是指五、六十多歲的退休人士，從身體狀態和心境看，的確活力十足。YO 看退休有不同解讀，在全新人生階段，退休可以是暫時休息，儲存能量後再上路；可以是改變方向的時機，例如全心全意投入興趣；可以是回饋社會的機會，人到了某階段，希望多做自己認為有意義的工作，是人之常情。退休是新生活的開始，不是終點的開始。這群人擁有這麼多經驗、時間、能力，David 認為相比起年輕人，YO 更有本錢投入社會義工服務。

義工服務有助建設關懷互助、和諧共融的社會，David 分享志蓮淨苑的例子為引證。位於鑽石山的志蓮淨苑是一座廟宇，南蓮園池則是個古式園林，兩者相互毗連，雖位處繁華喧鬧的市中心，但別具寧靜平和的氣息，是都市中的淨土，吸引了不少遊客到訪。來自五湖四海的遊客難不免的文化差異，造成了不少困擾和衝突。因此，志蓮淨苑招募義工維持園內秩序，比起警察和保安，義工的角色更為遊客受落，矛盾和衝突減少甚多。



天空海闊你與我

David 投入義工服務超過三十年，至今仍然十分「貼地」，他一個月探訪兩次長者。「貼地」的 David 自言擅長策劃，世界各地都談論的「大數據」時代，David 認為未來社會服務的方向也應好好利用大數據帶來的便利。透過數據了解年青人的興趣、取態和方向，不再用舊有模式發動年青人參與義工服務。

急速發展的網絡科技、日益複雜的世界及社會問題似乎現時並未掌握年青人的未來共同方向。David 寄語年輕人要多角度、宏觀思考，退一步海闊天空。只要有一人做義工，只要有人願意無償付出，世界仍是美好的。



社會網絡
Social Networks



信任和團結
Trust and Solidarity

社會參與
Social Participation



社會資本 SOCIAL CAPITAL



互助和互惠
Mutual-help
and Reciprocity

資訊和溝通
Information and
Communication



社會凝聚和包容
Social Cohesion
and Inclusion



什麼是社會資本？

社會資本被視為現代社會發展的關鍵因素之一，而其他因素包括經濟資本、文化資本，以及人力資本。根據世界銀行的定義，社會資本是指「能加強人與人之間的互動及貢獻經濟社會發展的制度、關係、態度及價值觀」（Grootaert and van Bastelaer, 2001）。社會資本被視為「人與人之間的連結、社會網絡和規範，以及從中而生的互惠互信」（Putman, 2000）。同時，經濟合作與發展組織將社會資本定義為「能幫助群體內部及群體之間的合作之網絡、共同的規範、價值觀及理解」（OECD, 2001）。

從經濟角度來看，不同的研究都指出社會資本對於經濟增長及發展均非常重要（Fukuyama, 1995; Knack & Keefer, 1997; Guiso, Sapienza, & Zingales, 2008）。而且，社會資本與政府管治、個人自由，以及安全和保安，被全球繁榮指數 TM 合稱為量度社會財富和繁盛的四大體制範疇（Legatum Institute Foundation, 2017）。該報告指出，社會資本是繁榮發展的重要因素之一。

部分資料來源：社會福利署



十大傑出青年選舉 2019

Ten Outstanding Young Persons Selection



「十大傑出青年選舉」為國際青年商會香港總會在1970年創辦的旗艦活動，至今已達第47屆，期間共選出超過360位傑出青年。

「由心出發 · 成就更遠」

2019年以「由心出發 · 成就更遠」為主題，用正能量勵香港人積極向前奮。傑青由初心出發向目標前進、以堅毅不屈的精神，創造揚名海外的香港故事。傑青標誌的那一雙手，正喻意香港青年經得起風浪，「青年雙手，創造未來」的核心理念。

「十大傑出青年選舉2019」全年時間表

提名日期：2019年5月14日(星期二)至7月15日(星期一)

目的

表揚在事業上取得卓越成就及對社會有特殊貢獻的年青人；

鼓勵年青人肩負更重要的使命，貢獻社會，締造更美好的未來；及

激勵年青人在個人事業及社會服務方面更積極進取。

活動一： 啟動禮暨酒會

日期：2019年5月14日(星期二)
時間：下午2時30分(1時30分酒會及登記)
地點：香港金鐘正義道9號亞洲協會香港中心

活動二： 結果公布記者招待會

日期：2019年10月13日(星期日)
時間：稍後公佈
地點：稍後公佈

活動三： 社會服務日

日期：2019年11月17日(星期日)
時間：稍後公佈
地點：稍後公佈

活動四： 頒獎典禮午宴

日期：2019年12月8日(星期日)
時間：稍後公佈
地點：稍後公佈



JCI QUIZ 2019

傳·承·JC大聯盟

今年青商皇者之皇 JCI QUIZ 2019 的主題是傳·承·JC大聯盟(音譯:全城 JC大聯盟),意所有青商會友一起把青商及領袖的知識,一直傳承下去!本活動目的是希望提高會員對管理組織、會議程序法、時事知識等領域的知識,從而成為更全面的青年領袖、廣闊國際視野。除了加深對青商的知識,更讓每個分會展露實力,爭奪成為終極英雄!

活動已於7月20日(星期六)在荃灣灰窰角街富源工業大廈7樓順利舉行,當日各分會積極派出會員參賽,而多位啦啦隊成員亦全力支持所屬之分會。在活動裁判官:前總會會長梁國柱參議員在公平公正的原則的見證下,經過一輪的激戰,最後由以下分會奪得各項殊榮:



分會盃

- 冠軍:** 半島青年商會
- 亞軍:** 維多利亞青年商會
- 季軍:** 海港青年商會

會長盃

- | | |
|--|---|
| 冠軍: Team A | 亞軍: Team B |
| 半青年商會會長雲騰龍
香港女青年商會會長鍾雅倫
海港青年商會會長何維勝
騰龍青年商會會長黃瑋滔 | 港島青年商會會長李敏軒
獅子山青年商會會長黃碧珍
城市青年商會會長李仲明
荃灣青年商會會長陳森源 |



總會盃

- | | | |
|--|---|--|
| 冠軍: Team A | 亞軍: Team B | 季軍: Team C |
| 總會副會長陳嘉榮參議員
總會副會長顏婷婷參議員
總會副會長左穎彤 | 總會企業傳訊董事何坤坪
總會紀錄及獎勵董事盧惠瑜
總會可持續發展董事方曉熒 | 會總務董事張詠雯
總會內地事務董事何浩基
總會會員事務董事林卓鋒 |



最團結分會獎 (排名不分先後)

- 獅子山青年商會
- 城市青年商會



在此再次恭喜各位勝出的隊伍!亦感謝各位出席支持及參賽的青商好友令當日活動充滿笑聲及掌聲!

呂穎恒 認識自己，活出自信真我



大眾媒體塑造下的女生一般都呈現完美的體態，舉手投足儀態萬千。讀者們從小就在這個環境中潛移默化，扭曲的標準植根到我們意識中，當標準與現實出現差異時，人們就會對自己缺乏自信。我們有幸邀得 Women's Festival 創辦人呂穎恒 (Vera Lui)，分享她對於自信的睇法，從而讓一眾讀者得到啟發。

知己

Vera 說她了解自我的方式就是從失敗中了解自己：「當出現挫折時，你更加能夠認清自己。未踏入社會時，我認為自己是一個樂觀的人，但當我踏入社會工作，需要面對壓力與挫折時，我會感到力不從心，原來自己都有軟弱的一面。當面對困難，你更加會了解到自己解決問題會採取什麼偏向。」

她分享如何面對自己的不足之處，她會選擇坦然接受，並加以處理。例如，當事情的結果不似預期，而過程中產生負面情緒的時候，她會選擇坦然面對，在面對困境時，一邊學習處理事情，一邊控制自己的情緒，否則，當負面因素累積到不能控制時，後果就會不堪設想。

知彼

別人共同經營生意，經常會發生預期與現實出現落差的時候，因不了解而合作，因了解而分開，她認為箇中原因是缺乏有效的溝通及分工。



她分享她量材錄用的方式，丈夫在策劃上比較擅長，心思比較細密而長遠，他會處理很多行政上的工作，而她就擅長待人接物，她會負責對外的的工作與當下的問題處理，分工清晰，而又能讓事情更有效益化，為公司帶來最大的利益。

「我會用有效溝通的方式與丈夫討論問題。我們會每週安排些時間，在溝通的過程中，我們以朋友的角度分享自己心中的睇法，而不涉及夫妻的關係在內，當抽離夫妻角色，一切的要求就不是理所當然，事情的分析就變得客觀。當你聆聽的時候，你就會了解到對方深層需要，同時地完善了自己不足之處。」

愛 · 教育

在傳統環境下成長的 Vera，自言是一個跳脫的人，在別人眼中大事，在她心中只是一件平常的小事。

談到她經營性趣用品店，她笑言：「在創業初期，互聯網還未盛行，並沒有太多的宣傳渠道。我們曾經到一間報館查詢能否接受訪問或刊登廣告，而該間報館安排了不被注目的位置上刊登小篇幅的廣告，其實沒有讀者會留意相關廣告。直至，網媒的興起，因網媒沒有太大的規限，我們從那一刻開始我們就可以接受不同媒體的訪問。感激願意為我們做第一篇訪問的女生，因為她提高了我們公司的知名度，而令我們有更加多機會接受不同的訪問。」

她分享建立自己的品牌是不容易的事，因為 Vera 想通過她的企業，讓大眾接受到正規的性教育，她坦言自己因年輕時知識不足，深受其害，她想幫助到更加多人。

愛 · 自主

有感於現代人在社會文化等不同領域仍受到各式各樣的限制，生活上缺乏自由探索和表達的空間，生活並不如預期中愉快。因此，Vera 與一班有共同理念的朋友攜手創辦香港第一屆 Women's Festival。

Vera 期盼透過一系列為女性而設的精彩節目，從不同角度探索女生「自主、自愛、自由」的理念，藉由不同形式的藝術，讓參加者可以學懂去擁抱女性的美麗和力量！



Power UP Day 活動回顧



「城市女動力日 Power!Up Day」在五月十八日圓滿結束！

「Power!Up Day - 城市女動力日」是本會旗艦工作計劃「全港時尚專業女性選舉 2019」的前奏活動，集合市集、工作坊、心靈、健康、靈性分享等不同活動，希望連結各界的新世代女性，互相鼓勵共同「愛自己」，一同以正面、積極的心態去實現自己夢想！

從「身、心、靈」讓女性為「自我」重新定義

當日活動集合了 Zumba Dance，冥想，健康講座，領導力討論到指紋分析及市集。這些活動凝聚了各界女性一同沉澱、平靜心靈，讓不同的女性找到志趣相投的同伴，更聚集三五知己一同作出新嘗試，除了加深對自己的了解，還實行 You are Me/ I am You，發揮了無分彼此的精神。

Power Up Market 多元市集

以「多元化發展的女性」為主題，集結20家志同道合的檔主，以行動力支持勇敢創業的女性。「Power!Up Market 多元市集」串起彼此美好交集，內容包括手作體驗DIY、現代流行的指甲彩繪、甜點、文創小物等，是一場可讓女性朋友放鬆、享受愉快週末午後時光的專屬活動，讓參觀市集的每一位女性，找到專屬自己的放鬆方式，度過一個愉快的午後時光。



主辦機構 **JCI** 城市女青年商會 (國際青年商會香港總會成員) **燃亮真我 匯聚幾何**

白金贊助:



鑽石贊助:



金贊助:



銀贊助:



場地贊助:



禮品贊助:



獨立會計師:



贊助機構



全港時尚專業女性選舉

2019 Hong Kong Professional Elite Ladies Selection

頒獎晚宴

日期: 2019年7月27日(星期六)

時間: 傳媒採訪 – 下午6時30分
典禮開始 – 晚上7時00分

地點: 香港喜來登酒店3樓宴會廳
(地址: 尖沙咀彌敦道20號)

服飾: 酒會服飾

費用: 青商會員: \$980
非青商會員: \$1200



活動大使
王君馨

活動詳情請瀏覽網站 www.jcicitylady.org.hk/hkpels

www.jcicitylady.org.hk/hkpels

支持機構:



破舊立新 追上時代步伐

何臻言



中國現代著名文學家郭沫若曾經提出：「科學也需要創造，需要幻想，有幻想才能打破傳統的束縛，才能發展科學。」我們有幸邀請到何臻言(Justina)分享破舊立新的觀點。

從零開始 不服輸的信念

從小在科技工程世家中成長，父母不但給予她支持，並且教導她相關行業的知識概念，鼓勵她女性可以勝任男性主導的工作。其次，她認為自己有能力勝任電腦工程工作，將勤補拙，令她可以堅持到現在。

她分享在職場上經常面對不同的挑戰，只需保持積極正面的心面對問題；例如：因她家庭的背景，不但父母對她有嚴格要求，其次，別人對她的期望很高，令她將期望轉變為動力。

推動科技發展

Justina 分享：「內地的科技發現迅速，因為一切由零開始，並沒有舊有的模式，因此可以沒有負擔的情況下發展。而香港發展科技較早，第一個原因是已存在既定的模式令人不願意改變，其次，現有的持份者未必願意放棄現有的利益，而從事新科技的研發。」

香港需要發展科技，需要漸漸的改善，並不能一步登天，而是循序漸進；而女生從事科技行業，可以與男性互補不足，令科技層面技術得以完善，因此，我與團隊才會有「STEM for Girls」的理念，讓不同女性更加了解科技工程的行業，從而增加她們願意接觸這一行的興趣。



STEM - 利用科技解決問題的思考程序

坊間對 STEM 有很多的誤解，大眾普遍認為 STEM 是由幾個學科堆砌而成的一個科目。

STEM 是一門新的學科，利用科技解決問題的思考程序。從最基本的準確性資料搜集，通過分析不同的資料，透過跨學科及創新思維的應用去研發新的解決問題方式，一場科技知識的革命，提倡創意思考的技術。」

Justina 分享：「當你想使用 STEM 的時候，可以先思考最初的問題。當使用者明白自己的需要，資源可以更有效地運用。」

科技普及化，技術更是日新月異，新一代無可避免要接觸不同的科技技術，而舊有的傳統技術將會被淘汰及取代，而與 STEM 有關的工作應運而生，普及 STEM，可以維持競爭能力，而從小學習 STEM，更能創發創意思維及解難能力，以多元化的角度思考解決問題的可能性。

將心比心 將祝福傳遞

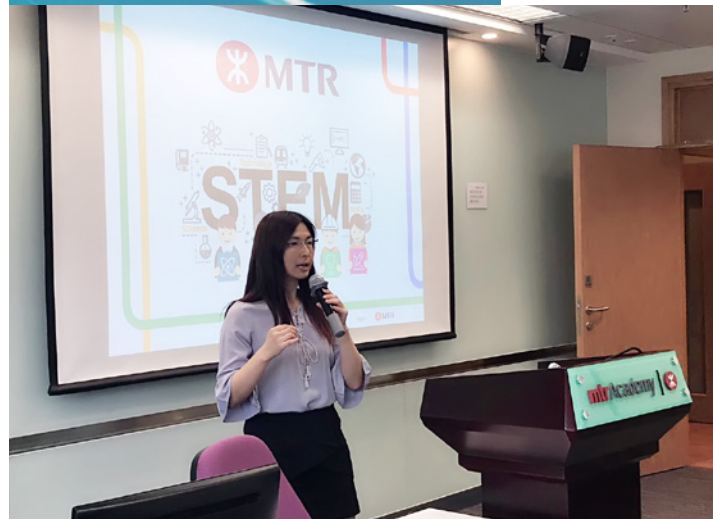
當她處於低谷時，有一位朋友問她，她的人生目標是什麼？她分享希望可以改變世界，透過她的能力影響別人。從事慈善，就是她實踐人生目標的過程。

Justina 分享曾到落後的國家，當時她準備文具及糖果給當地的小孩，可是小孩懇求她買土產，並告訴她，只需少量金錢，何足以令他的家人得以溫飽，令她茅塞頓開，改變自身的價值觀。人生也許遇到困境，塞翁失馬焉知非福，也許這是對將來的祝福。

幾許風雨 堅持初心

Justina 分享學習法律的過程，幾經波折，母親的身體抱恙，其次考試的期間抱病學習，回看過的點滴，竟是現在的祝福。

堅持初心，方得始終。



態度決定高度

路向四肢傷殘人士協會主席 嚴楚碧 Rabi



21年前的一個情人節約會，改變了她下半生的命運。一宗交通意外，令當時剛於法國畢業回港的Rabi（嚴楚碧）脊椎受創，二十出頭，正值花樣年華，卻要以輪椅為伴。噩耗似在告知Rabi一切走到盡頭，但她未有就此向命運低頭，憑著堅毅不屈的性格，努力自立，復康期過後甚至重操故業—創立設計師公司。回頭看這條路，Rabi感受更深—「是禍也是福，因為這個禍令我看見人生更多的可能性。」意外，製造了缺陷，也令她從今擁有更立體的人生。

那時連手臂也提不起的Rabi；只有不停的安慰自己：「既然已是無可挽回的現實，與其自暴自棄，不如勇敢正視面對這個『現實』，嘗試脫離苦況吧！」當時因治療師的一句說話：「當是一個重新開始」，她開始重新練習寫字和繪畫，學習怎樣獨自生活，不相信坐着輪椅就失去自由自主的生活，更駕駛四處去。





在各方面的配合下，加上家人和朋友的支持，逐一實踐未完的夢想。十年前一股創業之心，自組成立設計公司，擔任視覺藝術設計指導及統籌工作。同時幫助一些志願團體作義務的設計工作。

這幾年間更不斷的自我增值，並為路向四肢傷殘人士協會和婦女事務委員會作義工，積極參與及推廣社會對無障礙政策的活動。熱愛旅遊的Rabi，也到過不少外國城市旅遊，心想：「只要我立志想去做的事，我也會作出嘗試，雖然四肢再不能靈活活動，但我仍可以創造無限的可能！只要放低失去的執着，珍惜仍擁有的，我們都可得到自己所想，好好活着！」





Rabi 現為路向四肢傷殘人士協會主席、路向社會企業主席及 AQ 逆境培訓講師，2013年至今獲委任香港特別行政區婦女事務委員會委員；2016年委任攜手扶弱基金諮詢委員會委員。

曾參與香港電台電視部拍攝製作的聯合國《殘疾人權公約》戲劇系列《沒有牆的世界》2010年第一輯“第三選擇”故事藍本及2012年第三輯的“天生一對”演出；並為「有能者•聘之」Logo 設計和2014至2015年「能者舞台仲夏日」，「紀錄片系列」擔任設計工作。2016年獲選第五屆「復康在職達人2015」及第十九屆再生會 - 十大再生勇士。



 包容
Inclusiveness



 誠信
Integrity

和富社會企業由李宗德博士 GBS
OStJ 太平紳士於1997年創辦，
是一個為社會各界提供多元
及創新服務的協作平台。

 關愛
Love & Care

Wofoo Social Enterprises, founded by
Dr. Joseph Lee, GBS, OStJ, JP in 1997,
is a collaboration platform that offers diversified and
innovative services to different sectors in the community.

 尊重
Respect

 負責
Responsible


教育
Education




社區
Community

和富青少網絡
Wofoo Youth Network

和富社區服務網絡
Wofoo Community Service Network


和富領袖網絡
Wofoo Leaders' Network




青年
Youth



 中華青年交流中心
Chinese Youth Exchange Centre


長者
Elderly



 九龍彌敦道574-576號和富商業大廈25樓
25/F, Wofoo Commercial Building, 574-576 Nathan Rd, Kln

 3651-5333  2368-3171

 Wofoo Social Enterprises

 wse.hk

 wse.wofoo

 和富社會企業

絕膠吧

五月一日至四日一連四天的〈絕膠吧〉玩具回收日圓滿結束，我們收集到很多不同的玩具，感謝所有捐出玩具的朋友。這幾天我們分別在灣仔運動場，青商總會及YMCA設置玩具回收站。回收得來的玩具都會經YMCA轉贈到基層家庭的小朋友。重用二手玩具除了減少塑膠污染之外，更可教育小朋友關於分享快樂，助人為本的精神，實在一舉兩得。

另外，我們在五月四日亦和YMCA舉辦了再生玩具工程師工作坊。當日的家長和小朋友義工們一起學習如何令回收回來的玩具“重生”，把玩具清潔，分類，組合及更換零件，令玩具可以重新被送到新的家庭。當日各位小小工程師都十分投入，處理了超過五百件的玩具。工作坊之後家長和小朋友都有很深體會，因為他們發現很多回收的玩具都十分新穎，很多時玩具只是玩一會兒便擱置在一邊，使他們反思平日自己的購買習慣，是否只是想要，不是需要？他們體會到原來過度消費會造成大量污染，除了可以節制購買，亦可以把二手物品分享給其他人以支持環保。

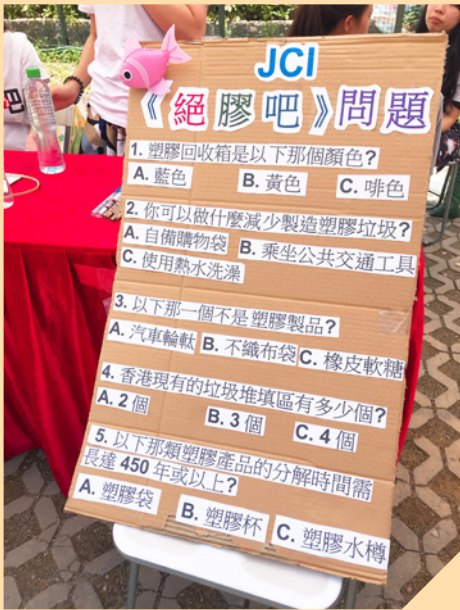


我們在六月二日亦在中環海濱舉行的中西區夏祭設立了〈絕膠吧〉的遊戲及教育攤位。當日攤位人氣十分旺，我們的環保問答遊戲反應熱烈，準備好的禮物全部送出。雖然當日烈日當空之後又突然傾盆大雨，但仍無減籌委會成員的熱誠，繼續推廣〈絕膠吧〉的訊息。

我們現在正密鑼緊鼓招募餐廳及商戶加入我們的〈絕膠吧〉綠色餐廳及商戶計劃，推行不主動提供一次性塑膠。如果有興趣加入，歡迎聯絡我們的籌委會成員。

精彩的活動陸續有來，我們將於八月十一日會和女童軍一起在香港體育學院舉辦〈絕膠海洋日〉，透過模擬充滿膠樽的污染環境，教育小朋友環保之餘，亦是夏日炎炎的親子最好活動，現正開始報名，名額有限，先到先得。





SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

變革世界的 17 個目標

2015年，世界各國通過了《2030年可持續發展議程》及其17項可持續發展目標。可持續發展目標呼籲所有國家（不論該國是貧窮、富裕還是中等收入）行動起來，在促進經濟繁榮的同時保護地球。目標指出，消除貧困必須與一系列戰略齊頭並進，包括促進經濟增長，解決教育、衛生、社會保護和就業機會的社會需求，遏制氣候變化和保護環境。

甚麼是可持續發展？

- 可持續發展指在不損害後代人滿足其自身需要的能力的前提下滿足當代人的需要的發展。
- 可持續發展要求為人類和地球建設一個具有包容性、可持續性和韌性的未來而共同努力。
- 要實現可持續發展，必須協調三大核心要素：經濟增長、社會包容和環境保護。這些因素是相互關聯的，且對個人和社會的福祉都至關重要。
- 消除一切形式和維度的貧窮是實現可持續發展的必然要求。為此，必須促進可持續、包容和公平的經濟增長，為所有人創造更多的機會，減少不平等，提高基本生活標準，促進社會公平發展和包容性，推動自然資源和生態系統的綜合和可持續管理。





聯合國發表 <<2018年可持續發展目標報告>>，突出展現了2030年議程涵蓋的眾多領域中正在取得的進展。2030年可持續發展議程為當下和未來的人類和地球規劃出一個實現尊嚴、和平與繁榮的全球藍圖。聯合國秘書長 安東尼奧·古特雷斯 說：「距離2030年的最後期限僅剩12年，我們必須加強緊迫感。實現2030年議程需要各國立即加快行動，並在各級政府和利益相關方之間建立協作夥伴關係。」

為鼓勵更多人加入及繼續推動可持續發展，我們將 <<2018年可持續發展目標報告>> 分成四部分刊登，已於今年一月號及四月 << 觸萃 >> 刊登該報告第一部分及第二部分(目標1至目標9)之摘要，以下為第三部分(目標10至目標13)，希望有更多人認識可持續發展目標，共同努力。

10 REDUCED INEQUALITIES



目標 10： 減少國家內部和國家之間的不平等

一些國家正努力減少收入不平等，推動最不發達國家和發展中國家出口產品的零關稅准入，並為最不發達國家和小島嶼發展中國家提供額外援助。然而，要縮小國家內部和國家間不斷擴大的差距，進展仍需進一步加快。

- 2010年至2016年間，有資料的94個國家中，60個國家其最貧困40%人口的收入增速高於全體人口。
- 2016年，全球出口市場中，最不發達國家出口產品的64.4%以上及小島嶼發展中國家出口產品的64.1%獲得了零關稅，自2010年以來增長20%。2016年總體上發展中國家所有出口商品中的50%獲得了免稅市場准入。
- 2016年，發展中國家從經合組織發展援助委員會成員國、多邊組織和其他主要援助者獲得的援助總額為3 150億美元；其中1 580億美元為官方發展援助。2016年，捐助國投向最不發達國家和小島嶼發展中國家的官方發展援助總額分別為431億美元和62億美元。
- 根據暫有資料，2017年，總額為6 130億美元的國際匯款記錄中，4660億美元匯入低收入和中等收入國家。近年來全球平均匯款成本逐漸下降，2017年估計為7.2%，仍是目標匯款成本3%的兩倍以上。

11 SUSTAINABLE CITIES AND COMMUNITIES



目標 11： 建設包容、安全、有應變能力和可持續的城市和人類住區

全球許多城市在應對快速城市化方面面臨嚴峻挑戰，從確保充足的住房和基礎設施到支持不斷增長的人口，再到應對城市擴張對環境的影響，減少面對災害的脆弱性，不一而足。

- 2000年至2014年間，生活在貧民窟的全球城市人口比例從28.4%下降到22.8%。但居住在貧民窟的實際人數從8.07億增加到8.83億。
- 根據從214個城市收集的資料，僅約四分之三的城市固體廢棄物得到收集。
- 2016年，全世界91%的城市人口呼吸的空氣不符合《世界衛生組織空氣品質准則》對細顆粒物(PM 2.5)規定的標準；一半以上人口暴露於污染程度至少比安全標準高2.5倍的空氣中。2016年，估計有420萬人因環境空氣污染嚴重而死亡。
- 1990年到2013年間，跨國災害造成的有記錄的死亡人數中，近90%發生在低收入和中等收入國家。自1990年以來，有報告的由災害造成的住房損失統計學意義上顯著增加。



目標12：

確保採用可持續的消費和生產模式

將經濟增長與資源利用脫鉤是人類當前面臨的最重要和最複雜的挑戰之一。要成功做到這一點，需要為這種轉變制定政策，創造有利的環境以及社會和物質基礎設施和市場，並在全球價值鏈實現商業行為轉變。

- 發展中國家的人均“原材料足跡”從2000年的5公噸增加到2017年的9公噸，這意味著物質生活水準的顯著提高。其中大部分增長源於非金屬礦物消耗量的增加，這表明了基礎設施和建築領域的增長。
- 對於所有類型的原材料，發達國家的人均足跡至少是發展中國家的兩倍，特別是化石燃料的原材料足跡，發達國家比發展中國家高出四倍以上。
- 到2018年，共計108個國家擁有與可持續消費和生產相關的國家政策和舉措。
- 畢馬威最近的一份報告顯示，全球按營業收入計算最大的250家企業中，93%的企業報告了可持續發展情況，49個國家各自排名前100位的企業中的四分之三也是如此。



13 CLIMATE ACTION



目標13：

採取緊急行動應對氣候變化及其影響

2017年是有記錄以來最熱的三個年份之一，氣溫比前工業化時期高出1.1攝氏度。世界氣象組織分析表明，2013至2017五年間的全球平均氣溫也是有記錄以來最高的。世界繼續經歷著海平面上升、極端天氣條件（北大西洋颶風季造成了有記錄以來最為嚴重的損失）和溫室氣體濃度不斷增加等。各國在履行《巴黎氣候變化協定》承諾方面需要更加積極，加快行動。

- 截至2018年4月9日，已有175個締約方批准了《巴黎協定》，168個締約方（167個國家及歐盟委員會）向《聯合國氣候變化框架公約》秘書處遞交了首個自主貢獻文件。
- 此外，截至2018年4月9日，10個發展中國家已首次完成並提交了本國應對氣候變化所制定的國家適應計畫。
- 發達國家締約方在資金籌集方面繼續取得進展，其目標是在2020年前每年共同籌集1 000億美元，用以支持發展中國家開展一系列有意義的緩解行動。

會員優惠

lady concept



Lady Concept 是一間 Skincare 的 Studio，我們純尚自然，本著「素美肌」的宗旨，讓您一起身便能散發秀氣動人的美。我們將以專業美容知識為您分析皮膚狀況，提升您的膚質健康。您可以到我們 IG 了解更多我們的素美肌服務，您亦可以選取自己喜歡的服務來體驗。如對我們的服務有什麼疑問，可以隨時跟我們聯絡喔！

Facebook & Instagram : ladyconcept.hk
地址：九龍灣臨興街21號美羅中心2期19樓07室
電話 / whatsapp : 5374 1119

「SMTS 幹細胞嬰兒水晶針」

療程利用水晶針原理開啟管道，過程無痛創，再導入 EGF 精華，重組皮膚底層細胞，修補受損肌膚，全力改善皮膚膚質。
原價：\$9800/10次
City lady 會員優惠：\$8330/10次 (85折)



CATHYPAUL
DIAMOND

CathyPaul Diamond Limited

地址：香港九龍尖沙咀赫德道1-3號利威商業大廈6樓6B室
營業時間：星期一至星期六 11:00am - 9:00pm
星期日及公眾假期：歡迎預約
Whatsapp/ WeChat : +852 9852 6155
公司電話：+852 3709 8913
網站：https://www.cathypauldiamond.com



PURITY RANCH
nature is not a statement, it's a real life experience

玫瑰天竺葵精油 + 乳木果

日霜



平衡油脂
增強肌膚防禦力
滋潤保濕

巴西甜橙精油 + 乳木果

晚霜



促進膠原再生
排出肌膚毒素
減淡細紋

薰衣草精油 + 乳木果

居家必備



鎖住肌膚水分
修復肌膚細胞
抗敏消炎

原味乳木果霜

消炎鎮靜
滋潤保濕
抗UV

Store Location: L1, Donut Village, D-park, Tsuen Wan



PURITY RANCH

+852 6810 5445

燃亮真我

陳糖

從失敗中學會接受自己的不完美

社會風氣並不接受失敗，眾人從小就被灌輸不可以犯錯的觀念，從兒時的習作，到職場上的表現都不容有失；當出現錯誤的時候，人們總會被嚴厲責備。可是，成長就是在挫折與失敗中吸取教訓，並且從不同的經歷中完善自己，就讓我們用心去感受陳糖 (Candy) 的處世之道。

勇敢面對自身問題

Candy 笑言：「書店的書架往往泛濫著成功人士的故事。從沒有一本書是從失敗者的角度 述他們的故事。我希望讀者通過我的書，可以了解到不同人的想法及行為背後的意義，從中反思自己的言行，讓他們了解到自己不足之處，從而完善自己。」

凡事都有因果，今天種下的因，明天結出的果。就如一段感情，雙方努力維繫，當中出現問題初期，共同解決，又怎會有人能涉獵其中。但現實往往是當出現問題的時候，其中一方只會推卸責任，問題一直都未能解決，引致最後無可挽回的結果。

當出現問題時，最好的解決方法就是正視問題，凡是都是雙向，只要共同檢視問題，問題才能確切解決。

相信自己的可能性

當遇到問題時，相信自己，別因旁人的誹謗而打擊到自信心。有自信心的人，舉手投足都充滿魅力，Candy 自言上天是公平的，他給予每人都有恩賜，只要大家找到自己擅長的領域加以發輝，終可以在該領域盡展所長。

就如身在青商中，不在不同的工作計劃中探索自己的方向，透過接觸不同的事物，在磨練中訓練自己，在挫折中學習，當中建立自己的自信心，那怕是失敗，只需要在檢討時給取教訓，改善自己，令自己成為一個完善的人；那怕對手再強大，也不敵身經百戰的你。

想知道更多第三者的想法？想與小三抗衡？就不可以錯過書中每一個故事。



匯聚幾何

黃可欣

多元發展 巾幗不讓鬚眉

本身在英國逗留十年有多的黃可欣 (Cathy Wong)，因緣際遇下回流香港。在英國從事藥劑師的她回港後轉型為事務律師，繼而將手工的興趣發展成為其中一項事業。我們有幸邀請 Cathy 細說轉型的點滴，就讓我們細味她的故事。

以萬變應萬變

原本在英國從事藥劑師的工作的 Cathy 得知將會回流香港，她認為這是時機去轉型，而她也考慮了在主流資本社會下，她認為最吃香的工作必定與商業有密切關聯，因此，她選擇了律師的工作。

Cathy 說：「英國某些大學提供碩士課程給非主修法律的學生修讀，給予他們機會成為律師，而這一個課程是全方位學習，從民事至刑事的知識都必須修讀，這課程為了我之後在香港尋找工作，紮了穩實的根基。」

當回流香港後，她便在律師樓尋找工作，因她之前修讀科目的多樣性，令她從容的面對不同範疇的法律工作，從工作的過程中，她明白自己擅長民事領域，從而決完成為事務律師。

機遇成就事業

在工作上遇上伯樂，讓她離開舊有的公司，而她也成為了一所企業的內部律師，令她的工作轉趨穩定。

Cathy 直言：「工作穩定令我有更加多機會去發展自己的興趣，將自己的手工藝品上存到網上社交媒體；其次，朋友陸續結婚，我以自家制的欄門花球作禮物送給他們，他們會將我的產品上載到網上，從而令其他朋友接觸到我的產品，這就是我開始建立我手作欄門花球事業的開始。」她除了從事製作欄門花球外，還開班授徒，讓顧客製造獨一無二的花球。

從事手工花球的事業帶給 Cathy 的滿足感就是每一位客戶的笑容，顧客會在婚禮後發送有關花球的花絮給她，並附上感謝詞，而 Cathy 的產品就像祝福帶給每一對新人。

捍衛屬於自己的創作

早前 Cathy 發現自己的作品被抄襲，為了捍衛品牌的形象和個人利益，她以法律的程序去保護自己的創作。

「競爭者抄襲我的創作品，並以創作者自居，而我為我的產品申請專利權，讓其他人不能抄襲我的創作，以確保自己的創作品的質素及自己品牌的形象。」嬌滴滴的外表卻擁有這份巾幗不讓鬚眉的英氣。



乳木果清爽潤膚霜手工班

香港天氣時冷時熱，皮膚問題困擾不少香港人，會員事務組別特意於2019年6月3日晚上舉辦天然「乳木果清爽潤膚霜」手作班，令大家於繁忙的生活中保持最佳狀態。

Purity Ranch 「乳木果清爽潤膚霜」100%天然乳木果油可以舒緩濕疹痕癢問題，當中天然成份可以抗炎和消炎，舒緩皮膚表層及皮下軟組織所帶來的痕癢、不適。手工班當日我們除了親手製作潤膚霜，仲有專家講解乳木果醫治濕疹的作用。



會員事務於7月12日星期五晚舉辦了「淺酌微醺論清酒 暨 Girls Night Party!」，希望 Citylady 於7月繁忙的日程中，放鬆心情。

當晚我們不單邀請了本會前會長周清心參議員分享如何品嚐日本清酒，還有會員高穎芝 Sorry 贊助場地 Hafina Lounge 及分享女性護理知識。我們在吃喝玩樂之時，也有知識增長，打造知性和有生活品味的 Citylady。

日本清酒加上 Citylady 這個組合當然少不了 Teresake，感謝前總會會長及本會前會長潘沁怡參議員贊助了 Teresake，她創立的日本清酒品牌。更有 Teresake 精美酒杯作為小禮物送給出席的 Citylady。如此精美的小禮物，為我們歡樂的晚上留念。

淺酌微醺論清酒 暨 Girls Night Party!



半年頒獎典禮

6月月會暨半年頒獎典禮已於6月25日順利舉行，在此恭喜各得獎會員，繼續投入、享受在本會的時光，在青商路上發光發亮。



得獎名單如下：



最投入準會員

傑出獎 姚燕君
優異獎 王嘉欣

最投入新會員 (會齡12個月以下)

傑出獎 徐家欣
優異獎 張煥琪

最投入會員 (會齡1年或以上)

傑出獎 袁慧詩

飛躍進步會員獎

傑出獎 李健彤

最佳司儀

傑出獎 趙嘉儀



新會員介紹

今年有不少新力軍加入 CityLady 的大家庭，
以下是2019年1月至6月新入會之會員。



張煥琪
Shirley Cheung
職業：Events Coordinator



蔡凱璇
Athena Choi
職業：Interior designer



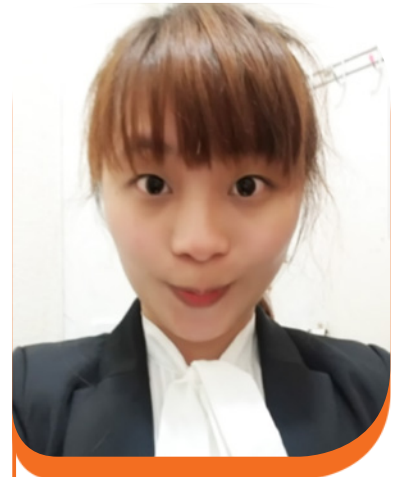
阮敬婷
Jasmine Yuen
職業：理財策劃



梁孝清
Jennifer Leung
職業：理財策劃



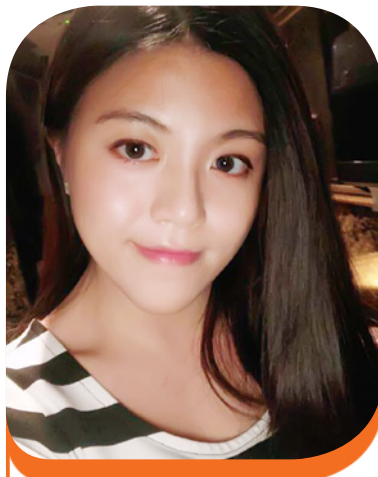
徐家欣
Katie Tsui
職業：Wholesale



蕭學誼
Sara Siu
職業：護士



王嘉欣
Gardenia Wong
職業：Video Editor



姚燕君
Zoe Yiu
職業：Aromatherapist, Yoga teacher, Medical & Healthcare



高穎芝
Sorry Ko
職業：功能內衣

「城·袖」 120分鐘董事局訓練

本年，我們於每月的董事局會議中進行10分鐘（總共12次）的董事局訓練，讓董事局成員更加了解會務上的運作及學習不同技巧。

上半年的董事局訓練回顧

一月份

董事會報告撰寫技巧
(嘉賓：會務顧問王維旭參議員及副會長孫靄瑩)

二月份

「招呼新朋友」錦囊
(嘉賓：前會長邱翠婷)

三月份

如何使用 Mailchimp 製作 EDM 及
如何使用本會電郵
(嘉賓：副會長孫靄瑩)

四月份

活動財政注意事項
(嘉賓：2016年財務長陳美玲)

五月份

你的(企業)形象如何，你的日子也必如何
(嘉賓：前會長周賢秀參議員)

六月份

半年檢討 - 如何提升檢討的效果
(嘉賓：會務顧問王維旭參議員)

另外，「城·袖」之《會議程序法工作坊》已於5月23日(星期四)舉行，當晚主講嘉賓為國際青年商會副會長及本會前會長潘沁怡參議員，共有10多名會員及新會員參加。當晚，前會長潘沁怡參議員以簡單有趣的講解及讓會友進行角色扮演，讓會友輕鬆明白複雜的會議程序法，獲益良多！



城市女青年商會簡介

城市女青年商會 (JUNIOR CHAMBER INTERNATIONAL CITY LADY, 又名 JCI CITY LADY) 為國際青年商會香港總會屬下21個分會之一，是一個以中文為法定語言的全女會。成立於二零零七年，秉承青商的宗旨，圍繞青商四大發展機會，推出不同類型的工作計劃，讓會員從參與籌組工作計劃的過程中學習，向多方面發展，同時亦積極參與各分會、總會，以至社會活動，增廣個人，以至分會的接觸層面，用行動實踐「服務社會、訓練自己」的青商精神。

城市女青年商會歡迎每一位充滿熱誠與幹勁的女士參與，同心努力，發掘所長，讓城市女青年商會茁壯成長的同時，更走出社會，回饋社會。

有興趣了解或加入城市女青年商會嗎？

城市女青年商會是你實現理想的跳板：

你會為社會帶來影響

你會擴展事業人際網絡

你會結交更多朋友

你會在工作及個人能力上有所成長

你有機會到國際交流

你的生命會比現在更有意義

立即
加入

請以正楷填寫本表格

中文姓名： _____

英文姓名： _____

婚姻狀況： _____ 國籍： _____ 教育程度： _____

出生日期： _____ 年 _____ 月 _____ 日 身份證號碼： _____

聯絡地址： _____

行業： _____ 職位： _____

聯絡電話： _____ 傳真號碼： _____

電郵地址： _____

本人證實以上資料乃屬正確完整，如有虛報，將被取消資格，已繳款項將不獲退還。

簽署： _____ 日期： _____

備註：

1. 請將填妥的表格連同港幣500元正的準會員費用劃線支票寄交本會
(支票抬頭「城市女青年商會有限公司」/「Junior Chamber International City Lady (Hong Kong) Limited」)
2. 所繳交的費用將用作支持處理入會申請的行政費用
3. 本會接受影印本的申請表格

個人資料收集聲明：本人同意城市女青年商會有權將以上資料轉送香港或以外地方，作統計及配對之用(根據個人資料(私隱)條例)，並運用以上資料和其他有關本人資料作非商業用途。

郵寄地址：香港上環干諾道西21號-24號海景商業大廈21樓 城市女青年商會

Email: info@jcitylady.org.hk

Website: <http://jcitylady.org.hk/join-us/>



城市女青年商會 City Lady