

幟萃



城市女青年商會
(國際青年商會香港總會成員)

2021 Vol 39 8月號



《與初創女企同行》
世界女企 FEW
行政總裁兼聯合創辦人
黃安娜 Anna

三秒定人生
專訪專業形象顧問
梁嘉詠 Erine

加入我們



f JCI City Lady 城市女青年商會

@jci_citylady

城市女青年商會 JCI City Lady

www.jcicitylady.org.hk



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：梁凱淇

出版事務顧問：黃明倍參議員

副會長(出版事務)：李麗瑩

出版事務董事：陳璧芯

主編：梁凱淇

地址：香港上環干諾道西21-24號海景商業大廈21字樓

電話：(852) 2543 8913

特別鳴謝：

國際青年商會香港總會會長 楊穎琳參議員

國際青年商會香港總會指派執行委員 林卓鋒

2020 最傑出網絡行銷大獎
2020 最傑出分會(56-90人)優異獎
2020 最傑出企業傳訊工作計劃 優異獎
2019 最佳分會(56-90人)優異獎
2019 最傑出出版刊物
2019 最佳企業傳訊工作計劃
2019 最傑出可持續發展工作計劃
2018 最傑出分會(25-55人)優異獎
2018 最傑出出版刊物
2018 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2017 最傑出分會(25-55人)
2017 最佳新工作計劃
2017 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2016 世界最傑出可持續發展工作計劃
2016 最佳企業傳訊工作計劃
2015 最傑出可持續發展工作計劃 優異獎

2015 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2015 最佳電子市場策劃 優異獎
2014 最傑出可持續發展工作計劃
2014 最傑出出版刊物 優異獎
2014 最傑出積極公民框架 優異獎
2013 最傑出分會(25-55人)優異獎
2013 最佳社會發展工作計劃 優異獎
2013 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2011 最傑出分會(25-44人)
2011 最佳籌款工作計劃
2011 最傑出出版刊物
2011 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2010 最傑出分會(25-44人)優異獎
2010 最傑出出版刊物 優異獎
2008 世界及亞太區最傑出新分會

派發點地址：

國際青年商會香港總會

The Wave 旺角分店

The Wave 觀塘分店

Royal Dragon Group (Hong Kong) Ltd.

Mozoo Health Limited

Hafina Lounge

SOUL Marketing Group Limited

香港婦女勞工協會

清潔工人職工會

兒童糖尿協會

香港女童軍總會

香港女童軍興趣章訓練中心

香港女童軍港島中心

香港女童軍新界西中心

香港女童軍天水圍何超瓊活動中心

Desk One 銅鑼灣分店

Desk One 旺角分店

Desk One 荃灣分店

The Desk

新家園協會

膳心小館

和富社會企業

Atelier Wengi

義工服務中心

董spa(金馬倫店)

GLOBLATO

DREAM IMPACT 夢創成真

主編的話

「同行」，你會聯想到什麼？我會想到一起玩二人三足的遊戲。大家要步伐一致，秘訣就是要溝通，互相配合，互相扶持。其中一個走快了，便容易跌倒，走慢了，也很容易被拖後腿。



還記得我常拖著媽媽走路，她另一隻手拿著拐杖，好像在二人三足一樣。當她寸步難行的時候，我就數著「1, 2, 3! 1, 2, 3!」然後和她一起並肩而行。當然我可以比她走得更快，但我願意跟隨她的步伐，慢慢地一步一步拖著她的手，支持著對方走過很多彼此人生的高山低谷。我相信無論是工作夥伴，人生伴侶還是至親關係，「同行」就是無論順境逆境都一起陪伴走過，就好像受訪者們的分享：和同行者彼此包容、尊重、有良好的溝通就能成全對方，實現彼此的夢想。

希望讀者你能夠在這三期【敢、夢、同行】當中領悟到，想要實現夢想，必須要有勇氣踏出第一步，堅持下去的決心和與同伴建立長遠而良好的關係，就能願望成真。

梁凱淇

目錄

會長的話	1
總會會長的話	2
總會指派執行委員的話	3
與初創女企同行	4-5
三秒定人生	7
總會活動	8-9
全民造升	10-11
2021全港時尚專業女性選舉	12-13
聆聽童心事	14-15
活動回顧	17-20
活動預告	21
會員投稿	23
與老同行	24-25

加入城市女青年商會

- 你會為社會帶來貢獻
- 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
- 你的生命會比現在更有意義

<https://forms.gle/DtSi1i88qzfMZRTj8>



各位讀者、各位青商好友、各位城市姊妹：

《敢夢。同行》

來到8月，各工作計劃都百花齊放，本會三個旗艦工作計劃〈全港時尚專業女性選舉〉、〈聆聽童心事〉、〈全民造升〉亦已圓滿完成。還記得上年和董事局成員及籌委會主席抱著熱誠地「敢夢」，構思整個計劃的過程，數數手指，原來已經是十個月之前的事。轉眼間，這一個一個的「夢」逐漸呈現出來，並一一實現，感覺便好像懷胎十月，終於見到寶寶出世，見到她在你面前微笑，動動手，動動腳，那種感動實在難以形容。中間「懷孕」的過程無論面對着什麼不適，當看到寶寶出世便會覺得一切都是值得的。

在青商，最有趣便是可以將自己心裏的夢想實現出來。除此之外，就是如今次《蠶萃》第三期的主題一樣，有一班同伴一起和你「同行」。常言道，「一個人可以走得很快，但兩個人可以走得更遠」。追夢的過程並不簡單，當中亦遇到不少的挑戰及危機，但是感恩有一群互相支持和明白對方的好姊妹和你並肩同行，一起想辦法去解決各種困難。

確實，「敢夢」給你希望，「同行」使你堅持。當其中一個跌低的時候，另一個可以扶起對方。有一位迷失的時候，另一位可以理性地指點迷津。這段時間，見盡大家互相補位，迎難而上，創造出很多奇蹟。大家很多都超額完成，實在值得嘉許。

想起當初我們用鳥兒去代表我們今年的主題，便是有一起同行去追夢的意思。感謝所有姊妹讓我有機會做大家的領頭鳥，讓我和大家一起同行經歷這個奇妙的旅程。很多經歷都是從沒有遇過，感恩可以和大家一起成長。

還有餘下的數個月，讓我們繼續堅持我們的初心，敢夢同行，過一個無悔的2021。

城市女青年商會會長
梁凱瑩



總會會長的 話



轉眼間，半年已經過去，恭喜城市女青年商會推出很多成功的工作計劃！雖然疫情仍未離我們而去，但城市女青年商會的姊妹們依然抱著積極樂觀的心態，挺胸面對挑戰！

面對這個時代帶來的挑戰，我們這一代需要實現遠大的理想，不但要成為優秀的接班人，更要時刻問自己：「我們可以為未來的一代留下些什麼？」

很喜歡今期《欄萃》主題：「同行」。人心齊，泰山移。實現理想的過程相當不容易，同行者可以給我們勇氣去面對恐懼和不確定性，在當下做出艱難的選擇，共同承擔風險，並在過程中找到價值。只要擁有堅定的信念，一切都會變得更美好！

「同行」的力量來自於共同的理想，一致的追求令各種力量匯聚在一起，朝著同一個方向累積，擰成一條強力的粗繩，把我們的理想慢慢拉近。

2021尚有一百多天，你還有理想未實現嗎？你還想為這個組織、這個社會、甚至這個世界帶來什麼積極正面的改變嗎？在餘下的日子裡，願你和你的姊妹們，繼續努力追求大家的理想，寫下更多敢夢同行的故事！

國際青年商會香港總會會長

楊穎琳參議員

總會指派 執行委員 的話

與誰同行

不經不覺已經跟大家同行了八個月，看著大家由最初各項事情的萬事起頭難，到現在事事得心應手，親眼望著你們一步一步的成長，心裡實在太感動，太感恩。

回想起會長本年的口號「敢夢同行」，讓我想起一個同行的故事。我相信大家都看過《西遊記》，但唐三藏一個人又能否獨自完成？

在荊棘滿途的西經路上，孫悟空是在取經的路上碰到的，豬八戒是在取經的路上碰到的，沙僧是在取經路上碰到的，白龍馬也是在取經路上碰到的，所以要碰到可與你一路同行的人，你須先上路！為夢想而堅定前行時，幫手才會出現；為目標而堅定前行時，貴人才會出現！決定上路時總是一個人，但走著走著就出現了團隊！

原來，成功從來就不是一件難事，關鍵是要找到自己的同行者。任何團隊的核心骨幹，都必須學會在沒有鼓勵、沒有認可、沒有幫助、沒有理解、沒有寬容、沒有退路，只有壓力的情況下，一起和團隊獲得勝利。

一個人能走多遠，看他與誰同行，一個人有多優秀，看他由誰指點，一個人取得多大的成就，看他跟誰在一起。

由全女班到全女打，你們就是那一群人，那個團隊！感恩有機會與大家同行這個不一樣的旅程！

最後，祝賀城市女青年商會順利完成各項工作計劃，並繼續服務社會，訓練自己，並祝願在即將舉行的總會周年大會上獲得豐盛的成果。

國際青年商會香港總會

總會副會長

總會指派執行委員

林卓鋒



與初創女企同行

黃安娜 Anna Wong

世界女企 FEW 行政總裁兼聯合創辦人

黃安娜 - 世界女企 FEW (Female Entrepreneurs Worldwide) 行政總裁兼聯合創辦人，FEW 是以提升女性技能及提供人脈以協助她們業務增長及個人發展為宗旨創立 FEW 平台。短短六年間就能把業務擴展到八個國家，一點也不簡單。一個 80 後的年青女企業家是如何辦到呢？

投身於公關行業大開眼界

Anna 剛畢業時一心打算加入跨國企業裡學習其營運模式，為將來開創自己的事業做好準備。然而，事與願違。Anna 並沒有得到心儀的工作，反而不斷收到她不太感興趣的公關工作聘請機會，但她身邊的前輩、朋友卻認為她很適合公關工作，鼓勵她一試。於是，她便加入了一間跨國企業裡的公關團隊。後來，她逐漸改觀，發現原來公關需要運用很多技巧和策略去幫助公司建立一個正面的公眾形象和協助其業務發展。這公關經驗也為她日後創立跨國平台奠下一個良好基礎。





為什麼會創辦一個以女性為主導的商業平台？

既然在公關行業有好發展，又為何要自立門戶，跳出舒適圈決定創業？Anna說：「自小受到做生意的爸爸影響，在她眼中，父親就是一個superhero，以他為榜樣，希望將來擁有自己的業務。」

但在眾多行業中，為何會選擇為女企業家創立交流的平台呢？原來Anna曾與不同的國家管理層會面，不難時發現會議當中女性所佔的席位特別少，因此她們發聲的力量也很弱，在談判桌上通常缺乏支持。於是Anna成立世界女企FEW，希望能提供一個平台給予不同國籍的女企業家集結大家的力量，互相幫忙和鼓勵，讓更多女性敢於發聲和創業。同時，也希望讓社會知道女性的競爭力也不比男性弱。

與初創女性同行

Anna和另一位創辦人Ines Gafsi共事了六個年頭，大家仍然合作愉快，她認為當中的秘訣就是彼此有著共同的遠景和目標。「創辦FEW以來，我們都不是為賺大錢，也不是為權力，所有決策都是以對公司利益為前題，希望大家做得開心又可以幫到更加多初創女性。」

Anna坦言女性相對比情感主導，而她們創立FEW就能提供一個網上社區，讓不同國家的女企業家都能夠維持緊密的聯繫。大家可以分享自己所擁有的資源，亦可提供不同形式的幫助，在情緒上支援，人脈網絡，科技資訊或在經濟結構上助他們一臂之力。畢竟在現代競爭激烈的社會中有團隊同行，總好比孤身作戰來得容易和輕鬆。

Anna未來大計是希望能將FEW業務擴充至全世界，成立創投基金，投資在女性主導企業，希望發掘更多女性初創獨角獸以成就更加多世界各地的女企業家，期望這孵化計劃能夠為社會經濟帶來效益及創造更多就業機會。



moraz
galilee medical herbs

做足防曬
我愛陽光不必



高效 • 超爽 • 倍護 • 低敏
防水 • 透明

經皮膚科醫生及臨床驗證安全有效



即日起至2021年8月31日

憑此 **獨家優惠碼 "VIP2021"** 於官網購物可享全單**買一送一**優惠, 多買多送!

查詢: 沛麗國際 (香港) 有限公司

香港: (852) 2739 6301 澳門: (853) 6389 0306

銷售點: 港澳指定萬寧 • 澳門新八佰伴 • 金沙城兒童世界 • 便民藥房



www.morazhk.com

f Moraz HK

3秒可以代表什麼？ 代表倒數3秒準備你的個人 showtime ？



其實分分鐘已經決定了你的人生！「一個人的形象可能影響你一生的機遇！」，Ernie Leung 專業形象顧問為你解構個人形象的重要性。

Ernie 擁有多年幫助不同大小型企業重塑品牌或打造新品牌的經驗，就是希望把企業想表達的訊息、理念、市場定位正確地傳達給社會大眾和目標客群。

打造企業形象 = 打造個人形象

Ernie 自小就很喜歡創造屬於自己的玩具，自己設計及研究的製成品特別有滿足感和成功感，所以長大後她就從事設計企業品牌的工作，累積經驗後便自己成立公司幫助更多企業。創業多年後，她漸漸發覺當時的工作未能發揮更加多創造力的空間。

在一次機緣巧合的活動中認識了一位形象顧問，大家理念一致，其後更成為她的好朋友和合作夥伴，Ernie 覺得多年來幫助企業打造品牌的經驗也可以用相近的概念幫助人打造個人形象。在得到這位朋友的啟發和鼓勵下修讀課程，成為一位專業的形象顧問，她希望用所獲得的知識和經驗不止幫助企業，更能幫助更多的人。

成立個人品牌的重要性

「建立個人形象即是建立個人品牌，也就是代表著一個人的態度。」Ernie 說。

沒錯，第一印象的確重要，我們常常出席大小的活動，無論工作、社交、家庭等聚會，在新環境認識新朋友時，外表就是你和別人說的第一句話，代表著你的第一種語言。



Ernie 相信每一個人都是獨特的，都有屬於自己的優點。問題是不是每一個人都能在外表上有效地表達出來，而 Ernie 的角色就是要幫助他們解決這個問題。「首先要了解個人性格、行業、能力和內涵，透過形象把你的個人故事告訴大眾知道，將每個人的特質和優點充分地散發出來，做到身心一致。」

正確的個人形象能獲得更多機遇

Ernie 認為現在社會競爭激烈。假設你是一位應徵者去爭取一個工作機會，有效的個人形象會增加一份競爭力。當形象提升後，更能表達出專業性和可靠性，也可以吸引到更多機會。

另外，很多人也可以透過改造形象反映出其真實的性格，更容易吸引有相近價值觀的異性，找到適合的伴侶。可以說個人形象就是一種個人定位，對於人際關係上的確非常重要。

與工作和生活中的同行者並肩前行

Ernie 坦言和她的丈夫相處超過20個年頭，既是人生伴侶也是工作夥伴，的確，相處需要不少學問去維繫才來能擁有今天這個幸福的家庭。

「和丈夫一起分擔工作和家庭事務的確不簡單，我認為最重要的是要清楚知道大家的底線，體貼對方的需要，坦誠的溝通和懂得互相尊重，也要感恩彼此的付出，這樣才能走得更遠。」

和合作夥伴同行者

在選擇工作上的合作夥伴是需要時間觀察，要必須了解到大家的價值觀是否相近。選擇同行者是希望能夠發揮大家的專長，建立更強大的團隊，為企業帶來更大的效益。與合作夥伴相處之道是必需要互相包容，欣賞和尊重。同時，要有緊密的溝通去維繫良好合作關係才能並肩同行。

總會 / 活動

Trainer Mentorship Program

國際青年商會是以培訓青年領袖為宗旨，其中 Trainer Mentorship Program 更是為培訓未來的培訓導師而設。今年本會財務長李健彤及財務幹事楊雅雯參加了此培訓計劃。財務幹事楊雅雯更取得冠軍殊榮，將在總會周年大會主持培訓環節！



會長學堂

每年夏季，各分會的候選常務董事局人選都會積極為競選準備。而作為一會之首的會長候選人所肩負的責任便更大。國際青年商會香港總會每年都會舉辦一連兩天的「會長學堂」為一眾會長候選人做好準備。而今年的「會長學堂」亦已於7月31日及8月1日圓滿結束，本會會長候選人黃翠玲亦順利畢業。希望候選會長及其團隊於9月12日的投票日一切順利。



Hello 全民做。5星。之JC

隨著疫情逐漸緩和，國際青年商會香港總會亦重新舉辦「5星培訓」並改名為「HELLO 5-STAR」。是次培訓為期兩天，於7月17、18日舉行。一眾學員透過一連串的培训及分享加深對青商的認識，並了解到在青商的發展機會。更重要的是，在兩天的相處下，各學員都認識到新朋友，建立起青商友誼。本會會員張婧亦有參與並順利畢業。





One Sky One World 同一天空下的日與夜

21 AUG 2021 (SAT)

9:00 - 11:00 P.M.(GMT+8)

@ JCI VIRTUAL COMMUNITY PLATFORM (JVC.JCI.CC)



Staycation Package and More Prizes!
Live Chat at Victoria Harbour and Tram!



D.I.Y.
Cocktail

BY



VICTORIA CHOW
FORBES 30 UNDER 30
FOODIE: BEST MIXOLOGIST

Sponsors :





青年職場訓練活動 畢業暨閉幕禮



城市女青年商會本年度青年事務組旗艦活動「全民造「升」」已於8月1日圓滿結束，一眾學員亦順利畢業。有鑑於新一代年輕人在職場的挑戰非常大。特別是年輕人帶著豐富的學識進入職場，希望能夠大展拳腳，為自己的事業打拼。然而，當入職不久，總會覺得上流力不足，卻苦無對策。「全民造「升」」自年初以來已積極籌辦了一連串活動，由「香港青年上流力問卷」及至青年職場訓練活動等等，一直陪伴參加的青輕人成長與蛻變。

7月3、4日 青年職場訓練活動



7月16日 靜思日



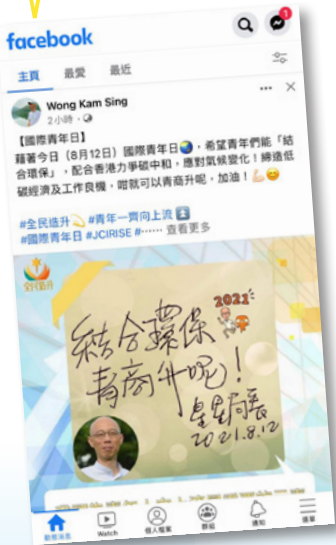


8月1日 青年職場訓練活動畢業暨閉幕禮



8月12日 國際青年日

趁住今年8月12日的「國際青年日」，全民造「升」集合了多方支持，鼓勵年輕人繼續上流。



環境局局長黃錦星，GBS, JP



城市女青年商會會長梁凱瑩



國際青年商會世界會長小嶋隆文



國際青年商會常務副會長潘沁怡參議員



國際青年商會香港總會總會副會長及總會指派執行委員林卓鋒



國際青年商會香港總會會長楊穎琳參議員



全民造「升」主席陳糖





全港時尚專業女性選舉

2021 Hong Kong Professional Elite Ladies Selection

頒獎典禮暨閉幕禮

全港時尚專業女性選舉頒獎典禮暨閉幕禮於7月25日(星期日)假尖沙咀凱悅酒店酒店順利舉行，新一屆時尚專業女性亦於同日誕生！

今年是全港時尚專業女性選舉第十一週年，主題是「逆風翱翔」，邀請了香港著名及積極向各專業發展的多棲女藝人 – 陳倩揚小姐 (Skye Chan) 作為活動大使。經過獨立及專業的評審委員會，以公平和公正的選舉方式，本年成功選出了9位兼具時尚、專業及社會貢獻的傑出女性。

城市女青年商會會長梁凱瑩女士說：「逆風不一定是壞事。它可以作為飛翔的動力，帶領我們飛得更遠，放眼世界。同樣我們目標透過嘉許一眾在社會中於專業、時尚、社會領域都出色的女性，由她們向社會傳遞逆境自強的故事，鼓勵社會向前，一同展現風姿綽約的時尚女性新美態。」是次選舉亦一直秉承城市女青年商會「服務社會 訓練自己」的青商精神。透過每一位得獎者、贊助商及多個合作機構的鼎力支持下，時尚的得獎者來自不同界別，多年來積極貢獻社會，表現卓越，完美演繹真正的「專業時尚女性」。

本年度得獎者囊括不同界別的成功女性，包括醫生、金融專才、工高、環保及創意產業人仕、歌手及DJ、運動員及網購平台創辦人等。她們於頒獎禮中致辭和分享得獎感言，並公開她們不平凡的時尚及專業歷程。





陳筠華
專業及學術界



張卓賢(瑪姬)
藝術及文化界



張靜茵
工高、環保及創意產業界



張嘉尹
專業及學術界



何宛淇
專業及學術界



鄺美璇
專業及學術界



蕭凱恩
藝術及文化界



辛巧琪
公共及社會服務界



黃潔盈
藝術及文化界



聆聽 童 事

「聆聽童心事」童聲同戲—— 陪我講故事暨親子同樂日

本會聯同童軍知友社於2021年7月18日在科學園舉行名為「聆聽童心事」童聲同戲——陪我講故事暨親子同樂日，為親子提供互動平台，令更多公眾人士關注及認識家長守門人的「一問二應三轉介」精神健康概念。透過童你 challenge 積分獎勵計劃，促進家長持續參與聆聽童心計劃。藉著持續性地參與計劃的活動，讓他們能更有效地學習守門人「一問二應三轉介」及「SOULKeeper」技巧，運用支持 (Support)、觀察 (Observe)、理解 (Understand) 及聆聽 (Listen) 這四個基本守護元素及兩個 Keeper 具體技巧有效地促進親子關係。

主辦單位之一的童軍知友社總監徐小龍先生指出活動反應熱烈，反映社會在疫情下更需要相關親子活動，除透過繪本的誕生，聆聽童心事計劃等，希望大家能繼續發展不同的工具及活動，增加親子間的親密度，讓子女的心理情緒得以健康成長。

主禮嘉賓公民教育委員會主席蔡德昇先生太平紳士有3位孩子，他分享家長需要主動進入小孩的世界，在過程中不單能發掘子女的特質，更是進行公民教育，培育小朋友關愛、尊重、包容、負責任等良好品格的好時機，建立共同話題及雙向溝通，以身說教。他謂：「我講故事時，會說到中間有所停頓，留空間讓孩子去想像及發揮創意，如發覺他們有偏離正面的價值觀和



普世價值，可即時修正及教導。」他的親子關係是從 Playgroup 時開始，與細女一起看公主故事，就算現在大仔已16歲，也常與他一起玩電子遊戲。

另外香港醫學會慈善基金副主席，兒科醫生兼兒歌唱作人陳以誠與現場小朋友打成一片，一起在台上大唱兒歌。他指出親子關係是雙向性，透過繪本可讓家長學懂情緒管理，與子女溝通的技巧，解讀子女的說話及行為背後的需要，成為「守門人」，正面聆聽子女心聲及作出適切應對，子女亦可從家長身上學習。陳醫生亦希望為新一代的家庭注入正能量，正面積極樂觀的態度面對未來。

本會會長梁凱瑩女士表示，今次同樂日透過發佈全港首本獨特的功能性繪本—SOULKeeper 知心繪本—《爸爸的神奇背包》，帶照顧者（家長）走進兒童及青少年的內心世界，成為他們的 SOULKeeper。組織希望透過繪本作為媒介，塑造優質親子時間。子女能夠與做家長一起讀故事外，家長亦能於伴讀的過程中，學習回應子女的情緒。

聆聽童心事計劃網站：Listento-me.org



「聆聽童心事」開幕禮暨親子瑜伽及問卷發佈會 (3月28日)

當日很高興請到主禮嘉賓霍啟剛先生太平紳士，活動大使鄭麗莎女士及社工 Marco Wong 出席及分享。亦發佈了之前收集的742份關於疫情下「雙職家長與子女相處」的問卷調查結果。感謝各大傳媒的報導，希望可以引起更多社會嘅關注。



彩蛋尋寶 (4月17日)

聆聽童心事籌委會與女童軍總會一起舉辦以尋蛋為主題的親子活動，讓小朋友與家長一起落力尋蛋，當日亦有扭波工作坊及彩蛋繪畫工作坊，大家一同度過了愉快週末！



Cooking MaMa (5月9日) 親子尋蛋定向 (5月30日)

聆聽童心事籌委會與童軍知友社一同舉辦兩次活動合共有超過145組家庭參加，大家除了可以享受親子時光，每次活動更有註冊社工教大家如何運用繪本提升親子溝通的質素。



Challenge papa (6月9日)

聆聽童心事籌委會與童軍知友社特意在六月份份合辦《父親節 - Challenge PaPa》親子解碼網上活動，希望爸爸可以放下繁重的工作，與子女一起動動腦，一同完成一系列親子任務，破解和諧家庭密碼，渡過一個不一樣的父親節。



企業最高可以獲得 港幣745萬元資助

團抱香港為小企業尋找新方向的新媒體平台，致力提供企業各種資訊，如申請資助、企業經營資訊和企業優惠計劃等。本機構的顧問團隊擁有豐富申請政府資助的經驗，幫助您的企業善用政府資源，以最快時間取得政府資助，令您的企業升呢，迅速發展業務。

- ✓ 一對一免費諮詢
- ✓ 配對合適政府資助方案
- ✓ 提供六大熱門資助計劃申請資訊
- ✓ 免費政府資助講座
- ✓ 定期內地及亞洲商務考察團

6大熱門資助計劃

發展品牌、升級轉型及拓展內地市場的專項基金 (BUD)

科技券計劃 (TVP)

中小企業市場推廣基金 (EMF)

企業支援計劃 (ESS)

零售業人力需求管理科技應用支援計劃 (RETAAS)

工商機構支援基金 (TSF)

立即登記30分鐘免費一對一諮詢服務

✉ info@savesmehk.com

☎ (852) 3596 2076

☎ (852) 6740 6888



按QR code免費預約

四月月會 商務發展主題 「盈」風颯爽顯時尚

當晚邀請到2019年全港時尚專業女性選舉得獎者Michelle 歐陽鳳盈，分享她為社會的貢獻心得。當晚Michelle 除了分享義工之路，更即場教授她為長者而設計的椅子舞。這套椅子舞融合音樂、舞蹈和簡單肢體動作，讓長者在家都能好好運動，維持肢體靈活。當晚一眾會員都學到不少與長者相處的心得，獲益良多。

4月19日



五月月會 領導才能發展主題 數碼營銷之 「Youtuber 新世代模式」

YouTube 是香港及全球最受歡迎的社交媒體平台之一，同時也是各大品牌宣傳推廣的重要基地。城市女青年商會有幸邀請到香港知名Youtuber Boris 波仔擔任是次月會分享嘉賓，分享他在新常態下的網絡宣傳、廣告模式的新趨勢及發展及Youtuber的心路歷程。當晚月會出席者達至40人，全場爆滿。衷心感謝各位支持，同時亦可見數碼營銷的威力。希望藉此為大家對數碼營銷策略Youtube創作者帶來更多的啟發及知識。

「工作初心就是希望帶給觀眾快樂！」- 波仔

5月10日





六月月會 暨 半年頒獎禮

半年已過，在一眾會員的努力下本會屢屢突破，籌辦了多個成功的活動。為鼓勵及表揚積極貢獻的會友，趁著6月月會特別舉行半年頒獎禮。當晚籌委會特別準備了后冠、權杖及披肩，嘉許一眾得獎者。另外，當晚一眾會員大玩遊戲，共渡歡樂的一晚。

6月21日



每季之星會員、最投入會員

Floris



每季之星準會員

Kiko



最投入準會員

Cindy



最投入新會員

Janice



最傑出幹事

Jackie



最傑出董事

Katy



最受歡迎月會

一月月會



我最喜愛司儀

Zoe

七月月會 青年事務主題 企業家之旅

當晚誠邀 CLT GROUP 董事總經理 CHARLES 擔任是次月會分享嘉賓，分享酒店、飲食、護老企業文化的精神，細致探索當中紅茶館酒店 & Culture home 文化村的護老理念及營運之道。讓會員了解更多企業文化如何和社會文化結合，為香港帶來更多貢獻。

7月12日



領導才能發展組別

「JCI POWER UP!」青商課程 JCI Discover、Networking 5月8日

是次為五會聯辦之青商官方課程，有幸邀請到 JCI Rise Committee Member (Asia and The Pacific) Senator David Luk 以及 NVP Joyline Chai 作為是次的培訓導師。感謝主席和各友會的籌委會成員的付出和努力，齊心把活動順利完成。當日亦全場爆滿，在此希望每位參加者也有所得著。



Effective Meetings & JCI Explore 8月8日

本會有幸邀請總會領導才能發展董事朱穎思擔任首席培訓導師，以及由本會秘書長司徒詠詩擔任助理培訓導師。是次活動接迎近30名本會會員及分會會友報名參加，事後亦收到很多正面評價，表示內容十分實用，能夠學以致用。



5 Step to declutter your space to success 6月23日

本會聯同 The Hong Kong Association of Business and Professional Women (BPWHK) 一同舉辦，有幸邀請到 Life Habit Consulting Limited 創辦人 Janet Tse 擔任是次分享嘉賓，分享如何有效率地整理工作空間或生活物品、如何有效地善用空餘時間等等。兩會合共有超過30位嘉賓會友參與，反應熱烈。



彩析工作坊 8月7日

是次活動有幸邀請到本會2018年會長邱翠婷參議員及 The Preference 培訓團隊作為培訓導師。彩析工作坊是一個4個小時的互動工作坊，詳細解說彩析的理論及分析報表，同時讓參加者能掌握如何運用報表讓自己在工作、關係等領域發揮得更好。彩析在了解自己和他人上是一個十分簡單實用而且全面的工具。參加的會員亦表示相信這能有效提升團隊間的合作及溝通，是團隊建設的非常好的活動。



「BUSINESS POWER UP!」 之職場技巧工作坊 7月22日

是次活動有幸邀請到 The Fox Creation 創辦人李巧儀女士擔任主講導師，分享如何由「打雜小薯」晉升至「打工皇帝」、如何於10秒內捕捉到高層心意、如何可以和任何人都合作愉快等等有關的職場策略，提升職場直覺和溝通能力，一同學習個人的強弱點。是次工作坊有接近30位嘉賓會友參與，亦收到很多參加者表示內容非常實用以及活動安排非常充足和細心。



公共關係組別

城市女青年商會 X 港島青年商會 6月5日

夏日來到，充滿活力同朝氣！是次聯誼活動都特別物色一個大場地讓會友可以走動一下，在荔枝角新型商場一邊享受冷氣一邊運動！其中有攻防箭、泡泡足球、左閃右避！當日兩會會友都十分投入，共渡歡樂的一個下午。



活動回顧

會員事務組別

聯合青商簡介會

5月24日

近年社會環境大幅變動，即面對種種困難，很多年青人都仍然迎难而上，本會於5月24日與城市青年商會合辦舉辦了聯合青商簡介會。當晚邀請到國際青年商會香港總會副會長鄧子聰參議員擔任分享嘉賓。當晚氣氛熱烈，不少新朋友紛紛報名成為準會員。希望各位能在青商不斷學習成長，亦希望各會員繼續向身邊朋友介紹本會！



Dinner with P

6月29日

繼5月下旬的聯合青商簡介會，為加深準會員對 City Lady 的認識和拉近與會長的關係，會員事務組別於6月29日晚舉行「Dinner with P」，讓準會員與會長輕鬆進餐。當晚共有7人出席，互相交流，談天說地。席上氣氛輕鬆愉快，無所不談。不論是分享各自的入會經歷，還是展現高超的打咭技巧，都讓大家認識到彼此有別於會議上或活動中的一面。寄望各位日後能在青商繼續成長，認識更多朋友，建立更深厚的情誼。



「剷脂魔法」營養纖體工作坊 7月16日

當晚邀請到 Amazing Group 資深營養師廖蔚鳴 Emily 從營養角度深入淺出的教授纖體方法，更分享了簡單而實用的消脂秘訣，讓一眾會友都能好好迎接盛夏。



mama club 親子烘焙班

7月31日

以小班教學的形式，讓會員與孩子共享親子時光，亦順道聯繫友誼。當日以大受歡迎的「角落生物」為造型，孩子們都喜歡不已。希望無論是媽媽或孩子們都能發展青商友誼，在未來的日子相伴同行。



國際事務組別

台灣嘉義

6月1日

疫情無阻我們與嘉義青商的相聚，大家於6月1日在線上共聚，打破了疫情的限制，在會務上有所交流，並了解了嘉義青商的會友充滿文化色彩的一面。當日所有姐妹們盡興而歸，期盼將來有實體的探訪活動。



日本山形姊妹會

7月1日

當天與山形線上聚會的活動，姐妹們可以透過遊戲，加深了與山形會友的了解，促進了彼此間的情誼。當日所有姐妹們盡興而歸，期盼盡快可再次親身探訪交流。

另外，山形的花火大會今年會網上直播，即使身在香港的姐妹們亦可感受到山形的熱鬧！



UPCOMING EVENT

9月12日
第15屆會員周年大會

10月2日
青商簡介會

10月21日
公共關係主題月會

11月16日
會員事務主題月會

12月13日
十四周年會慶

活動預告

密切留意
活動宣傳



AMAZING BUILT

▶ Event Management
▶ Marketing

▶ Public Relations
▶ Production
▶ Tailor Made

▶ Special Projects
▶ Exhibition

M: +852 6896 8322 | T: +852 2566 6875 | E: michelleauyeung@amazingbuilt.com



更年期陰部問題醫學研究

【招募研究對象】

香港女性的更年期年齡平均為 51 歲，絕經後隨著體內雌激素下降，導致外陰及陰道黏膜組織退化，引起一連串外陰陰道萎縮 (**Vulvovaginal Atrophy**) 的絕經後病徵，例如陰部乾澀、痕癢、灼熱、行房刺痛、小便赤痛等。此外，脆弱的陰部組織亦容易造成外傷、撕裂、出血或感染。據統計，約50%絕經後婦女至少有一項外陰陰道萎縮相關的症狀，儘管這些問題並不會危及生命，卻嚴重影響婦女絕經後的身心健康及生活質素。

本診所正與香港本地大學合作進行一項有關香港女性更年期外陰陰道萎縮的臨床醫學研究，藉此改善絕經後婦女的陰部困擾。如符合研究條件，將安排到診所由醫生進行初步評估及講解療程細則，當中得到的數據將用作學術研究，期間所有費用全免，個人資料絕對保密。

如閣下已絕經及希望改善更年期後陰部問題，可以直接聯絡醫生助手 **CoCo 5494 2291** 或 **Emma 9685 4838 (Tel & whatsapp)**，了解詳情。

Tel: 3184 6198 | WhatsApp: 5164 6403 | WeChat: vitalage | Email: info@vitalage.hk

<https://www.Intimagehk.com>

同行

「寧小姐，其他同事都走了！星期五就早點回家吧！」

連公司的大廈保安都認得我，我是經常加班的寧小姐。我如常的回應幾句打發他離去，回頭看到螢幕前的小鏡子。這是一個前輩教我的「辦公室秘技」，如果老闆或上司在背後就可以在小鏡子一早看到，隔着幾步之遙關掉正在看的八卦網頁。不過，我從不需要運用到這秘技，因為我的螢幕上只有工作。

「還不回去？」

噢，又來了。我苦笑一下，沒有答話。心想：「你以為我是你麼？說走就走！」雙眼仍然盯着螢幕，十指還在敲打着鍵盤。

「不是嗎？」她反問。

我雙手停了，懸浮在半空。她是個知名專欄作家，Facebook專頁有過十萬讀者。不時都有客戶指明要她出文介紹產品，只是基於形象問題，公司會篩選客戶的。

我放下雙手，卻沒有再打字，目光又再回到小鏡子裡的人影。

「不是嗎？」我也沒有答案。

我很羨慕她。她有事業有名氣，今早發佈了一篇貼文，一小時內已有過萬讚好。老闆和客戶都十分滿意。

只是，這都彷彿與我無關。或者，本來就無關係。她是她，我是我。小職員與名作家，怎可能有關係。

如果我是她，如果我可以是她，或許就可脫離任人指點的小職員生活。我仍然喜愛文字，仍然樂於以字維生。只是，我的文字總是與市場脫軌。上司覺得太稚嫩，客戶又覺得太花巧。一來二去，索性交由別的同事幫忙完成。

「傻瓜！我就是你，你就是我。」

她總是那麼的積極正面，讓我既嚮往又難以置信。有時候我也很詫異，我跟她是如何融為一體的。這些年來，還幸有她的陪伴，讓我有堅持下去的動力。就例如今天，老闆心情不好，我整天都如坐針氈。直到傍晚時客戶打電話來讚賞她的貼文，老闆心情才好起來，我也好過一點。現在想起來，倒也挺可笑的。

「寧小姐，離開時記得關燈關冰氣啊！全公司就只剩你未走！」

保安伯伯巡完樓，又回來趕我走。十分鐘，剛剛好，足夠讓自己哄自己開心。

「我們回家好嗎？」我對着小鏡子問我的她，又或者是她的我。

會員 寧願



Culture Homes 文化村

與老同行

羅凱寧

Stephanie Law

文化村董事總經理

老吾老，以及人之老

《孟子·梁惠王上》：「老吾老，以及人之老」意思是以關愛家中長輩的心去關愛身邊的長者，是一種推己及人的關愛精神。這種美好的護老精神，正好就是護老品牌「文化村」的寫照。文化村於2001年成立，時至今已由家族第二代接手。今期有幸邀請到文化村董事總經理羅凱寧女士 Stephanie，一探其「與老同行」秘訣。





一家同行

文化村是一個百分百的本土品牌，由 Stephanie 父親在 2001 年創立，至今剛好 20 年。「爸爸當時已經洞識到護老是一個極具挑戰性的行業。而隨著人口老化，挑戰只會越來越大。2021 年超過 65 歲的人口大約有 17%，但到 2036 年將會有三分之一人超過 65 歲。」面對日益龐大的市場需求，除了 Stephanie 外還有她的兄長及弟弟，三人一同接管父親的護老事業。「我們三人在公司裡的職位是一樣的，但各有專長，互相合作。哥哥讀商科，我讀心理及日文，弟弟則讀建築的。我們主張開放式的企業文化，甚至連房間都採用玻璃設計，增加透明度。公司現在有 141 位員工，我們都鼓勵討論，為公司出謀獻策。」

與老同行

還記得記者在採訪當日，去到文化村門口還在四周張望，不見任何「老人中心」或「長者用品店」。直至同行記者提醒，才知身旁的「家品店」正是文化村。或許這正是文化村的品牌特色。

大部份長者都抗拒入住安老院的沉悶和孤獨感，針對這種負面印象，文化村花了很多心思。文化村現有 2 間專業護理安老院及 1 個「長者生活社區」。長者生活社區正是文化村近年的旗艦項目，參考北歐的生活模式，讓長者可以自主自立。

「我們希望讓入住長者生活社區的住客感覺只是搬了屋而已。有別於一般的安老院，在長者生活社區裡的住客不會有既定的作息時間表，可以自己決定自己的日程。我們亦設有很多公共空間讓長者之間互動交流，更會透過植物和動物等增加長者生活的樂趣。而選址在屯門亦是一個靠近大學和社區的位置，讓長者貼近社區，減低其孤獨感。除此之外，日常相處的細節我們都十分注重。舉個例子，第一次與長者見面，我們不會稱呼『伯伯』、『婆婆』，反而會問『你希望我們如何稱呼你？』很多時候往往是照顧者令長者誤以為自己是需要被照顧的一群，所以我們對員工培訓會亦會著重日常溝通、說話字眼等細節。」

同住同行

文化村一直以人為本，無論是對於在家養老的長者或是住在旗下安老院的長者都會關顧到其感受。「香港有 9 成長者都是居家養老，而入住安老院舍的不足 1 成，所以護老用品亦是一個十分重要的市場。我們一直致力為『護老』注入活力，從市場推廣的材料，以至店鋪的設計，都希望為長者及其照顧者帶來新氣息。」的確，店內光鮮明亮，色調柔和溫暖，與一般護老用品店陳列著滿滿的消毒藥水、尿片、輪椅等冰冷陳設有明顯的分別。「我們引進的產品都經過悉心挑選，從細節裡關顧長者需要。以輪椅為例，考慮到家居環境，我們引進有滾輪的高背椅子代替輪椅，既減少所佔用的空間，又能提升靈活度。而可以加設進餐板方便長者進食、以流線型設計方便長者站立。這些都是利用科技改善長者的生活質素。」



同行同行

既然香港有如此龐大的長者人口，其照顧者的需要亦不容忽視。「院舍的前線員工平均年齡是 50 歲左右，其實是以老養老的情況。我們引進的產品亦會以此為考慮因素，既可方便長者，亦可減輕照顧者的負擔。而這些新產品結合了科技與設計，打破『護老』沉悶守舊的印象，亦有效吸引年輕人才加入。透過種種提升，我們希望可以改善業界情況，亦可提升護老質素。」

常言道「家有一老如有一寶」，但當真正要照顧這塊「家中瑰寶」時卻往往困難重重。除了病患引致的不便，更多的是如何「從心同行」。大至裝修設計，小至日常對答，文化村都一絲不苟的仔細琢磨，只為能夠更好的陪伴長者走在人生中最後一段路。



幟萃



城市女青年商會
(國際青年商會香港總會成員)

2021 Vol 39 8月號



《與老同行》


文化村董事總經理
羅凱寧 Stephanie


三秒定人生


專訪專業形象顧問
梁嘉詠 Erine

加入我們



 JCI City Lady 城市女青年商會

 @jci_citylady

 城市女青年商會 JCI City Lady

www.jcicitylady.org.hk

