

# 國萃

LADY'S LINK

2023 Vol.44

四月號



匯聚專訪

FOUNDER OF BAMPADS  
Ms. SAKSHI VASUDEV

*Be a  
Changemaker*

## 名人薈專訪

香港首間排球學校香港專業排球學校  
創辦人、香港男子排球運動員 —

蕭昌鴻 先生、  
鄭偉豪 先生

2019年全港時尚專業女性  
選舉得獎者、AMAZING BUILT  
LIMITED 創辦人 —

歐陽鳳盈 女士

2020年全港時尚專業女性  
選舉得獎者、統計師 —

陳雪麗 女士

城市女青年商會自創會後出版第一期《楓華》會刊，至今 2023 年一月號已經是第 43 期了。《楓華》目的是作為社會、商會及會員間的溝通橋樑。

2023 年一月號《楓華》實體版已於一月一日正式出爐啦！

電子版也正式出版了！

除了可以立即看到《楓華》，還可以響應環保減少紙張印刷！  
大家請記得多多支持支持電子版《楓華》，精彩內容立即點進去重溫一下吧！



Facebook



Instagram



Website

### 派發點地址：

國際青年商會香港總會

上環干諾道西 21-24 號海景商業大廈 21 樓

香港女童軍總會

香港九龍加士居道 8 號 1 樓

德貞女子中學

長沙灣興華街西 9 號

Little World Bakery

九龍灣常怡道宏力工業大廈 206 室

The Frequency

尖沙咀山林道 22 號

Coffice 共用空間

荔枝角長沙灣道 833 號長沙灣廣場一座 1101 室

Desk-one 溫室

沙田鄉事會路 138 號 新城市中央廣場 1 座 20 樓 04-06 室

westart 共用空間

香港灣仔軒尼詩道 145 號安康大廈二期 14 樓 02 室

葵涌大連排道 42-46 號貴盛工業大廈 15 樓 E 室

金峰地產

元朗錦田永隆圍 86 號地舖

Simplelife Beauty

尖沙咀加拿分道 20 號加拿芬廣場 801 室

銅鑼灣百德新街 57 號海華大廈 5B 室

Cloudi Beauty

尖沙咀彌敦道 27-33 號良士大廈 2 樓 220 室

全之妍醫學美肌中心 All Beauty Medical Centre

彌敦道 238 號 11 樓 1101-1104 室

Gene pro

尖沙咀麼地道 62 號永安廣場 207 號舖

COSWAY 沙田瀝源店

沙田瀝源廣場 2 樓 211 號舖

白•燕 Nesture 燕窩養生美顏辦館

荔枝角香港工業中心 B 座 8 樓 11F 室

Mode'J Hair Design

銅鑼灣百德新街 59 號海濱大廈 1B 室

Mood Salon

尖沙咀金馬倫道 30-32 號金馬商業大廈 1 樓

Ineffable Fitness

荔枝角永康街 79 號創匯國際中心 8 樓 A-C 室

Tumbler Gymnastics Company Limited

香港火炭坳背灣街喜利佳工業大廈 15R 室

Aero Physiotherapy and Sports Rehabilitation Centre

九龍佐敦彌敦道 331 號高信大廈 7 樓 7B 室

博雅思教育中心

油麻地彌敦道 469-471 號新光商業大廈 8 樓 803 室

J1s Interior Design

長沙灣元州街 265-271 號昌發工廠大廈 3 樓 A 室

Walls Limited

官塘偉業街 137 號泛亞中心 1003 室

Ace Studio

觀塘鴻圖道 45 號宏光工業大廈 2 樓 G10 室

Photo Art Company

九龍大角咀塘尾道 27-41 號百勝大廈 5 字樓 G 室

KMI Agency

九龍大角咀合桃街 2 號福星大廈 9 樓 B002 室

NCR Insurance Agency

九龍大角咀合桃街 2 號福星大廈 9 樓 B001 室

香港專業排球學校 HKEVA

葵涌華星街 8 號華達工業中心 B 座 12 樓 3 室

名人薈: FOUNDER OF BAMPADS -  
SAKSHI VASUDEV

“  
*Comfort  
Yourself,  
The  
Environment,  
Those In  
Need*”



# 目錄

P3	目錄、青商信條、團隊、主編的話
P4	國際青年商會香港總會、 城市女青年商會簡介
P5	會長的話
P6	總會會長的話、 總會指派執行委員的話
P7	會員喜訊、5-8月活動預告
P8-10	名人薈： Ms. Sakshi Vasudev
P11-12	名人薈： 香港專業排球學校
P15-16	2023 城市女青年商會籌款晚宴
P17-18	名人薈： 歐陽鳳盈女士
P19-20	名人薈： 陳雪麗女士
P21-22	商務發展組別
P23-24	社會發展組別
P25	公共關係組別、青年事務組別
P26	領導才能發展組別、國際事務組別
P27	會員事務及會員擴展組別
P28	會員天地：媽媽心聲
P29-30	會員天地：Ladies 愛分享

## 出版事務團隊



出版事務顧問  
黃明偕參議員



副會長  
俞珺寧



出版事務幹事  
黃汝瑩



主編  
張煥琪

## 主編的話

感謝會長及本屆董事局信任，讓我擔任今年第二期《楓萃》的主編。今次是本人第一次接觸編輯的角色，希望大家會喜歡今期的內容。

本期主題是「匯聚」。「匯聚」是一種匯集，聚集的意思。很高興今次《楓萃》可以得到三位不同背景的時尚女性及一個專業單位接受訪問，她們的專訪內容「匯聚」了不少她們正面積極對人生的態度。從對話中教導我們怎麼以生命影響生命；怎樣克服人生考驗和逆境；怎樣克服失敗；怎樣持續成長，回饋社會。透過她們的分享，令我們明白世上有很多事情都不容易，但只要能專注，不放棄，便能找到出路。

最後，再次感謝大家的支持及鼓勵，令我體驗到一個作為編輯的樂趣。除了能夠學習到新的個人技能外，亦加深了青商的認識，可謂獲益良多，同時也燃起了我對青商往後發現的興趣及期望。

## 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

提供領導才能發展機會，促進青年創造積極正面的改變。

## 青商願景

成為全球具領導性的青年領袖網絡。

## 城市女青年商會簡介

城市女青年商會於 2007 年成立，屬於國際青年商會香港總會的其中一個分會。本會是全女性的分會，其官方語言為中文。本著國際青年商會的理念和價值，城市女青年商會旨意從四大發展中裝備各會員，秉承「服務社會、訓練自己」的青年商會精神。2023 年以「心匯承鑽」作年度主題，推出不同類型的工作計劃，關注社會上不同階層的需要。同時著重每位會員實踐入會的初心，發掘青商的價值，發揮自己的潛能。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，回饋社會。



立即加入我們



## 國際青年商會香港總會簡介

國際青年商會香港總會（前身為香港青年商會）於一九五零年成立，是一個匯聚及培育青年領袖及企業家的國際性組織，隸屬於國際青年商會 (JCI)。本會之宗旨是提供不同的發展及訓練平台予青年人，讓他們有正面的改變。現時會員約 2000 多人，活躍會員年齡由 18 至 40 歲，分佈於 21 個分會，會員透過籌辦多類型有意義之社會工作計劃，從實踐中學習，繼而提昇管理能力及經驗，訓練自己成為青年領袖，為香港締造更美好的社區。

## 國際青年商會簡介

JCI 成員每天在 100 多個國家採取行動和提供可持續的解決方案。JCI 是由年齡在 18 至 40 歲之間的年輕積極公民組成的非營利組織，他們致力於在其社群中產生積極影響。積極公民是指投身於世界未來建設的個人。JCI 將社會各界的積極公民聚集在一起。我們開發技能、知識並達成共識以做出明智的決策和採取行動。作為全球志同道合的年輕人，我們享有權利和義務並且擁有共同的目標。我們尋找對我們的社群、世界和未來有益的針對本地問題的解決方案。吸收新的想法，協作和多樣性，我們擁有解決當今關鍵挑戰的熱情和勇氣。

# 會長的話

## 各位幟萃讀者：

大家好！

「匯聚」是本年度本會其中一個目標。匯聚一眾新舊會友，團結姊妹力量，亦冀結合董事局成員的強項，善用資源，令協同效應擴展得更大。

不經不覺，2023年已經踏入二季。好感恩在過去幾個月，無論遇上任何挑戰，一眾董事局成員及城市姊妹都全力以赴。感謝妳們的堅持、不畏艱辛，齊上齊落，用行動把自己當初定立的夢想及目標一一實現。

今期《幟萃》主題：「匯聚」。人心齊，泰山移。我們常常也聽到一句話：「一個人可以走得很快，一群人可以走得很遠。」的確，團結凝聚的力量不容小覷。在這社會中，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。

城市女青年商會在這三個月，致力匯聚一眾會員，發揮創造力、領導力，推出大大小小不同的活動，包括商務交流、社會服務、聯誼活動、國際交流、領袖培訓課程等等。期望會員在這個多元化的平台發揮所長，為社會帶來更多的正面的改變。

只要擁有堅定的信念，一切都會變得更美好！

2023年轉眼已過了一百多天，你過得精彩嗎？你預期中的計劃實踐了嗎？在餘下的日子裡，祝願各位繼續謹記自己的初心，努力追求夢想，創造更多的價值！

「成為自己的太陽，你就能當別人的光，照亮別人！」

共勉之。

城市女青年商會會長  
司徒詠詩



100 天的回憶



立即播放



## 總會會長致辭

自年初就職，總會及各分會歡迎了一眾充滿熱情和活力的新成員，正式宣誓加入董事局及各籌委會。三個月後，經過了精心的籌備，會員們透過實踐服務精神，發揮自身的領導力和創造力；而各類型的活動亦相繼推出，包括培訓課程、社會服務、商務發展、國際交流以及會員聯誼。

當中，城市女青年商會各會員都展現了高度的熱情和積極性，在女性賦權、可持續發展、國際交流以及 JCI RISE 主題的項目裏不遺餘力，發揮了自己的潛能和影響力，並為社會帶來了積極正面的力量。

總會在首季推出了各種項目和活動，包括舉辦每月的商務交流、四色人格工作坊、辯論技巧訓練、導師培訓計劃以及和地區組織合辦的長者家居服務活動。同時，我們本港和亞太地區均積極與各組織及政府機構探索合作和交流，以拓展組織的國際視野和影響力。

期待繼續與城市女青年商會各會員，與政商民各界，攜手努力以更大的力量推進社會發展！

## 總會指派執行委員 致辭

轉眼間過了數個月，欄萃也來到了第二期。全港時尚專業女性選舉，小手愛地球「童步跑 Offline」，Teen 才築職，這三個工作計劃也正式展開。在司徒會長帶領之下，董事局與及籌委會成員，將工作計劃的開幕禮搞得有聲有色，活動環節別出心裁，嘉賓樂在其中，場面熱鬧。當然，大家願意投入一個工作計劃，最重要的還是它背後的意義。作為一名父親，「童步跑 Offline」給予我一個深度的體驗，我都從未想過，小小一雙「白飯魚」，就能使到小朋友願意放下手機，愉快投入藝術繪畫創作當中。而且，在活動大使黃乙頤的分享中，我都學到「教仔經」，獲益良多。

另一方面，通關之後，透過「120分鐘 董事局訓練 2.0」，一眾董事局成員在接待外賓、大灣區發展，甚或國際上的女性文化方面，可以說是打通任督二脈，做足準備，可以見到她們對國際及內地事務的活動是多麼熱切期待。5月10-13日是亞太大會的日子，在此寄望城市女青年商會會員能將她們的工作計劃推廣到其他國家，好讓他們知道我們香港有如此出色的工作計劃，如同我們總會其中一個目標，「說好香港故事」。

未來或許有更多的挑戰，但我深信在會長司徒詠詩及董事局成員的帶領之下，JCI CityLady 的一眾姊妹們，必定能一一克服，並茁壯成長。

國際青年商會香港總會副會長及  
總會指派執行委員

林仲賢



# 會員喜訊



## 生日

FEB



Gloria 5/2



Waynes 15/2



Cman 27/2

MAR



Caroline 4/3



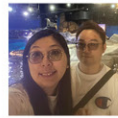
Cathy 7/3



Elaine 12/3



Ecquinne 15/3



Sweeti 23/3



Joyce 29/3

APR



Floris 7/4



Nataile 11/4



Waverly 13/4

MAY



Rainbow 1/5



Licca 4/5



Shirley 12/5



Candy 13/5



Winnie 14/5



Jojo 20/5



Fiona 23/5



Celia 31/5

JUN



Helen 1/6



Adrienne 6/6



Nancy 17/6



Teresa 21/6



Myrna 21/6



Agnes 25/6

## 喜訊



前會長 Teresa 弄璋之喜



會員 Emma 弄瓦之喜



會員 Natalie 添丁之喜



會員 Zoe 大婚之喜

4-6 月

## 活動預告

**8/4** 與會長的下午茶（準會員迎新及 2-4 月生日會員）

**13/4** 四月份月會暨「TEEN 才築職」活動巡禮

**15/4** 「童步跑 Offline」親子繪畫工作坊 2

**22/4** TEEN 才 7 秒 CV 必勝術

**22/4** 青商簡介會

**29/4**  
| 2023 Executive Academy

**30/4**

**1/5** JC Sports Day 2023

**2/5** 時尚電車交流派對

**6/5** 與會長的下午茶（準會員迎新及 3-5 月生日會員）

**10/5**  
| 2023 亞太大會（雅加達，印尼）

**13/5**

**18/5** 五月份月會

**19/5** 時尚服務日

**27/5** 履歷頒獎典禮暨面試之王技巧工作坊

**28/5** 三會聯辦 - 國際青年商會官方課程（維多利亞青年商會 x 晉峰青年商會 x 城市女青年商會）

**31/5** 2023 全港時尚專業女性選舉報名結束

**3/6**  
| 第 38 屆五星訓練營

**4/6**  
**15/6** 六月月會暨半年頒獎禮



為了人類與其他物種的繁衍及生存發展，聯合國 (United Nations) 於 2015 年 9 月發表了《翻轉我們的世界：2030 年永續發展方針》，正式啟動永續發展目標 (SDGs, Sustainable Development Goals)，期望永續發展能成為人類之間共通的語言，並將在 2030 年檢視各國的作為與推動成效。其中，聯合國分別針對經濟、社會及環境保護三大面向，提出了 17 項目標 (Goals)，並延伸制定了 169 項具體的細項目標 (Targets)，藉此向全球每個國家、企業、經濟體、團體、組織與公民呼籲，在進行任何決策與行為時，都能將這些永續指標納入考量。



## 名人薈

### Founder of BamPads

# Sakshi Vasudev

Sakshi Vasudev 是 BamPads 的創辦人。BamPads 是一家社會企業在香港銷售可重複使用的環保衛生巾，旨在通過可持續發展時期的教育賦予每個人權力。Sakshi Vasudev 是一位很年青的女性，她創立 BamPads 除了賣環保衛生巾外，她還透過自己的產品致力於為世界各地女孩提供平等的機會，幫助在社會上買不起清潔衛生產品的女性，以及用環保議題幫助改變我們的環境。

Sakshi Vasudev is the founder of BamPads which is a social enterprise designed to empower everyone through education on sustainable periods. It aims to market reusable cloth menstrual pads in Hong Kong. Sakshi Vasudev is an impact-driven individual seeking to provide equal education opportunities to girls worldwide. BamPads products help the environment and the communities of women who cannot afford essential clean sanitary products.

### 環保衛生巾改變了 Sakshi 的生活

#### The reusable pad has changed Sakshi's life



每當每個月來月經的時候，Sakshi 都質疑自己是不是身體有什麼問題，為什麼來月經時她用上一次性的衛生巾時身體就會發癢或感染上酵母菌。而且她覺得一次性的衛生巾令她感覺很不舒服。直到她父親給了她一套可循環使用的衛生巾，她用上來更舒適並且感覺不到自己在用着衛生巾，而且再沒有感染上酵母菌。當時的她發覺香港很需要這個產品，這就是 BamPads 誕生的原因了。

Sakshi has questioned herself if there is something wrong with her body and why she gets itchiness and yeast infections every month when she has a period using disposable pads, and she felt very uncomfortable. Until her dad gave her the first set of reusable pads, she didn't feel like she was wearing a pad; it changed her relationship with periods because it was more comfortable and had no infection. At that time, she realized this product was much needed in Hong Kong, which is how BamPads was born.



## 幫助環境和社區

## Helping the environment and the communities

大家知道一塊衛生巾一般需要多長時間才能分解嗎？ Sakshi 告訴我們這需要 500 到 800 年才能在環境中分解。一塊衛生巾成份是用了 90% 塑料製成，而塑料一般不會在環境中自然分解。因此 Sakshi 想創辦一間可提供環保衛生巾的公司來推廣環保這個想法，與大眾分享一些與環保衛生巾有關的觀念和誤解，並糾正大家對重複使用衛生巾潔淨問題的想法。創辦 BamPads 時，Sakshi 問了自己：“我要怎樣做才能與社區或更多人分享這些想法和概念呢？”

Sakshi 決定開始她的第一個項目，她與本地一家以學生為主的組織合作，向尼泊爾婦女提供經期用品。是次活動成功捐贈了 260 套可循環再用的衛生巾給那些無法負擔衛生用品的婦女們。

除了銷售和捐贈環保衛生巾外，Sakshi 亦嘗試教育其他人認識環保衛生巾的知識和好處。她的團隊還舉辦了多個研討會，透過活動教育年輕人了解環境可持續性的重要以及如何在資源缺乏下也可以有一個正常的月經期。

Does anyone know how long one disposable pad decomposes in the environment? Sakshi told us it takes 500 to 800 years! One disposable pad is made of 90% plastic, and plastic generally does not disintegrate in the environment. So, Sakshi wants to start a company with reusable pads to promote the idea, to share the conceptions and the misconceptions that might be around periods, and to destigmatize them. But how can I share this with the community to make more people aware? This is the question that Sakshi asked herself.

She decided to start her first project; she partnered with a local student-led organization to deliver period products to Nepali women. This resulted in a sizable donation of 260 reusable pads to those without consistent access to affordable hygiene products.

On top of selling and donating pads, Sakshi has sought to educate others on the benefits of reusable pads. Her team has held several workshops to explore what it means to have a "sustainable period" by educating young people on the importance of environmental sustainability and how to address period poverty.



[bampads.com](https://bampads.com)





## 團隊合作讓夢想成真 Teamwork makes the dream work



除了 Sakshi 外，BamPads 的團隊還有四個女生。她們都是來自不同背景的大學生。她們擁有出色的團隊合作精神，只要有活動、展覽會或研討會，她們就會齊心協力一起統籌和處理問題。這五位女孩，正在籌備一個專為 8 至 13 歲少數族裔女孩而設的工作坊，為她們提供培訓教育有關月經的知識，因為「月經」對一些少數民族來說是一個禁忌的話題，她們沒有機會接受過任何有關月經的教育。Sakshi 和她的團隊在疫情期間亦舉辦了很多關於經期教育的工作坊和在線研討會。內容主題側重於可循環使用衛生巾的好處，當中包括如何減少廢物、節省金錢以及減少化學物質進入人體內。未來，Sakshi 希望幫助在印度的女孩，因為在印度一些古老村莊裏，「月經」是一種忌，會被大家疏離。所以導致因為每年約有 2,300 萬女孩因為月經而輟學。Sakshi 想聯繫一些非政府組織，向月經知識相對較貧乏的人提供指導及經驗分享。Sakshi 深信每個女孩都應該享有接受平等教育的權利。



Sakshi told us that four other girls are helping her with BamPads. They are all University students with different backgrounds and very diverse. They have excellent teamwork, putting heads together whenever they have events, popups, or workshops. Now they are expanding into the idea of doing workshops for ethnic minority girls aged eight to thirteen years old who come from a background where a period is such a taboo topic for them, and they didn't receive any education and knowledge about periods. Sakshi and her team also did many workshops on periods education and online seminars during the pandemic. The topics focus on the benefits of reusable pads, which include reducing waste, saving money, and amount increasing of chemicals entering the body. In the future, Sakshi wants to help the girls in India as around 23 million girls drop out of school every year because of periods. Just because there is still a taboo way in the old villages in India thinking about if girls get their periods, they're considered untouchable. Sakshi would like to approach some NGO organizations to provide education to people who don't even know what periods are. As Sakshi believes every girl deserves the right to equal education.

## 不要害怕失敗 Don't be afraid of failure



Sakshi 認為作為一個青年人，如果你有夢想，就應該努力去追求和實現它。世上並沒有完美的答案，一直嘗試直到你找到一個合適自己的地方。如果一次未成功就繼續開始嘗試另一次。Sakshi 成功故事告訴我們，不論年紀是多少，每個人都可以成為一個追夢者。

Sakshi, as a teenager, thinks that if you dream of doing something, go for it, do it! There is no perfect solution, try until you find the right platform. If it doesn't work, don't worry. Start another one. Sakshi's successful story told us that it doesn't matter how young you are, everyone can be a changemaker.



隨著我們共同面對 COVID-19 大流行的影響，國際青年商會 (JCI) 發起了一項新倡議，以維持和重建經濟並增強各企業之間員工的士氣，名為「JCI RISE」。這項倡議長遠希望與社會各界合作，使經濟和勞動力在未來更具彈性。「JCI RISE」代表著重建 (REBUILD)，投資 (INVEST)，持續 (SUSTAIN)，發展 (EVOLVE)。這個專訪更是與「JCI RISE」主題有關，就讓我們一起看看這次的受訪者 - 香港專業排球學校的創辦人，如何帶領公司跨過疫境。

## 名人薈



香港專業排球學校  
Hong Kong Elite Volleyball Academy



香港專業排球學校 (HKEVA) 創立於 2019 年，為香港首間排球學校，匯聚一班對排球有熱誠和堅持的教練和工作人員。致力鍛鍊學員在心、體、技三方面的成長。

創辦人兼課程總監蕭昌鴻校長 (簡稱蕭校長) 為現任香港男子排球代表隊隊長；另一位課程總監兼合夥人鄭偉豪先生 (簡稱豪 Sir) 為前香港男子排球代表隊主力成員，更具備 FIVB 國際一級排球教練資格，其餘主教练除了具備港隊或甲組聯賽資歷，更擁有豐富的教學經驗。

### 因理念而成立

香港專業排球學校 (HKEVA) 為香港首間排球學校，匯聚一班對排球有熱誠和堅持的教練和工作人員，他們希望更加全情投入發展香港的排球運動，因此 HKEVA 於 2019 年成立。蕭校長說：「我是現役港隊球員，港隊隊員全部為業餘性質，成立 HKEVA 前，我的職業是公務員，我參與排球運動十幾年，一直覺得香港排球可以發展得更好，因為港隊比亞洲職業級水平並非相差很遠，但礙於工作未能全情投入發展，因此萌生把排球變成自己或其他有志之士的事業，令我們可以為香港排球做更多，香港專業排球學校便由此而生。」

豪 Sir 說：「此外亦希望讓現役運動員有更好的受訓機會，避免他們要同時兼顧教練工作、排球訓練及生計，令本地排球運動可更持續地發展。同時透過提早訓練小孩，令他們早點學把握一些排球動作。希望能令香港排球運動員生涯平均年齡由以往 10 歲至 25 歲，拉長至 4 歲至 30 歲以上，甚至更長。長遠希望更多有志之士對排球行業更有信心，更願意投身排球運動，提升整體水平。」

蕭校長續說：「希望可以發展到排球教練成為一個職業，讓有心的運動員退役後都可以成為教練。以前的所謂全職教練都係以時薪計，幾份兼職拼成全職，沒有強積金福利保障，手停口停。我們希望做到提供月薪的職位，令教練有入息證明及更有保障。」

### 匯聚人才

每位教練和員工也來自不同背景，如何凝聚人才確實不容易。蕭校長和豪 Sir 均異口同聲認為只要大家志同道合，互相信任和尊重，遇到不同的難題都好好溝通，困難自然能迎刃而解。蕭校長：「當初最難的反而是我要下定決心全職出來創立 HKEVA，而當做了這個決定後，凝聚幾位志同道合的夥伴相反不困難。因為我們都是排球運動的持份者，包括現役球員、教練、前球員，大家內心也想為排球界貢獻更多。所以當我找夥伴時，大家都是一拍即合的。」

蕭校長續說：「當然我們也會有意見不合的時候，但大家都目標一致地希望把事情做好，加上保持客

觀、互相信任、互相尊重及積極溝通，再大的分歧都能夠取得共識的。現在 HKEVA 大約有 40 至 50 名教練，首先教學要有心、具鼓勵性好重要，能力不是最重要，肯與小孩交流的教練很重要。」豪 Sir 說：「分工明細也很重要，因為各自有大家負責的範疇，例如設計、教學、場地安全、市場推廣等等，大家互相信任各自的專業範疇，自然更易取得共識，凝聚人才。」

## 以生命影響生命

訪問中，蕭校長和豪 Sir 都認為學生和教練的品格和態度比球技更重要。

豪 Sir 說：「我們先教品格，再教波。如果學生抗壓能力提升後，學任何事都會事半功倍。排球只是一個平台來學習自信、堅持，在刻苦訓練下得到進步，然後便有自信心。把這種精神投放到未來事業或待人接物上，都會令學生們很有得著。面對社會和日常生活，團隊精神很重要。」

蕭校長說：「球技不是最重要，我反而看重練習態度，因為這種態度也該活現在任何的事情上，特別是自己的興趣或擅長的事。第二要有團隊合作精神，不能埋怨別人，要欣賞別人，貢獻自己。第三堅持，初學者好大挫敗，可以十球都打不中，又會感到痛楚。慢慢堅持便會有進步。」

## 疫前疫後新動向

在疫情期間，蕭校長和豪 Sir 都沒有因此而停下來，反而趁機多做品牌建立的工作。蕭校長說：「疫情期間，我們多做品牌建立、學訪問技巧、剪片，做清談節目《有排傾》，亦拍片教體能訓練及排球技巧，鼓勵學員即使面對疫情，但做運動的心仍然不變。雖然營利停頓了，但仍然發揮正能量。而隨著政策改變，亦在政策許可下，提供小班訓練給學員。」

現在疫情放緩下，香港專業排球學校開始密鑼緊鼓，籌備不同的本地和海外培訓項目，除了希望提升教學質素外，亦希望擴展學生眼界。蕭校長說：「希望可以回復持續地教導學生以便升教學質素。本地訓練方面，我地會邀請外地來自台灣、日本的教練作分享，完善本校訓練更系統化；在精英化教學上，我們會回饋精英學生，讓他們免費參加體能訓練。」

豪 Sir 續說：「海外培訓方面，第一會參加海外比賽，例如台灣、上海比賽的海外邀請賽，希望擴闊小朋友視野，推動學生練習態度同動力。另外會協助學界校隊參加呢類高水平比賽。第二方面，亦都與海外教練（退役運動員），例如泰國、日本、巴西聯絡，組織海外交流訓練營。」



訪問最深刻的，是蕭校長的一句說話：「一名好的排球員必須精於與人溝通、相處和合作，因為一定要靠舉球隊友送球到最佳擊球位置，不可能“獨食”取分。」小編作為媽媽，真的覺得排球是很適合大眾的群體運動。向 HKEVA 了解後，知道 HKEVA 設有固定上課地點分佈不同地區的國際學校、直資學校或私人會所，亦有部分不固定的康民智場地。而課程以小班教學，每班最多八人，按能力分班，因材施教，令新手學員更有信心，進步更快。





2023

LEAD TO IMPACT

WITH THE COMPLIMENTS OF

SENATOR KENNETH YU

2023 NATIONAL PRESIDENT

搏盡無悔 NO REGRET

WWW.SENSE.HK





要輕力，而且不能越過酥皮範圍



# Will Studio

## Professional Video Services

### About Us

Will Studio offers creative multi-media solutions.

Our innovative and customer-focused approach allows us to deliver a unique and high quality product and work.

Will Studio 提供創作性的多媒體方案，包括影片拍攝、製作宣傳片及廣告，此外我還也提供活動拍攝方案，與及影片製作培訓課程。

### What We Do?

- ✔ Corporate Video 宣傳片製作
- ✔ Short Film 微電影製作
- ✔ Documentary 紀錄片製作
- ✔ Live Shooting 現場錄影
- ✔ Live Broadcast 網上直播
- ✔ Video Workshop 影片製作課程

Address: Room 708,  
Lucida Industrial Building,  
43-47 Wang Lung Street,  
Tsuen Wan, H.K.

Tel +852 2149 5655

Mobile +852 5366 2032 (Christopher)

E-mail [info@willstudio.com.hk](mailto:info@willstudio.com.hk)



WILL STUDIO

[www.willstudio.com.hk](http://www.willstudio.com.hk)



# 2023 城市女青年商會籌款晚宴 《心鑽。光之夜》

城市女青年商會三月份月會暨籌款晚宴已於三月二十一日假城景國際酒店圓滿舉行！謹代表城市女青年商會感謝各青商會友、各界好友參與和支持。每一年都會由會員親自製作不同的手作去為本會籌募經費已成為了城市女青年商會的傳統了。透過籌款工作坊，除了可以讓會員發揮創意，一同為籌款事務出一分力，更能凝聚一眾會員，加強彼此之間的聯繫。本年的主題為水晶能量塔，我們一眾會員相信水晶能量轉化負面能量為正能量，能帶給人希望。是次籌款晚宴承蒙教父、各位嘉賓、總會董事局成員、分會成員以及本會會員的支持，令活動錦上添花。當晚超過 60 名青商會友出席支持，配合兩位拍賣官幽默和出色的表現讓整個拍賣流程進行得緊湊而激烈，各參與者亦紛紛出價競投，將氣氛推至高點。



▲城市女青年商會籌款拍賣是我們多年的傳統，今年義賣的物品是水晶能量塔



▲城市女青年商會董事局成員大力支持是次籌款活動



▲現場氣氛高漲，各來賓為善最樂，踴躍競投心目中的水晶能量塔







籌款晚宴由去年 10 月份開始籌備，歷時半年時間，一共舉行了四場工作坊，超過 80 位會員、總會董事局成員及分會會友及新朋友參與製作。同心合力製作接近 140 件的作品。感謝製作水晶能量塔的每一位，感謝教父及每一位出席的來賓，更要多謝贊助支持本會的善長人翁。謝謝你們對城市女青年商會的肯定和支持，當晚得非常理想的善款，善款金額合共為 \$168,000，突破了預期定下的目標。全賴各位沿路上一直的支持，令城市女青年商會有足夠的資金去支援本會旗下所有工作計劃及會務的運作，推動社會有更多正面改變。



▲會長司徒詠詩致送紀念品給城市女青年商會永遠名譽會長余振宇參議員，以感謝他沿路上一無條件的支持



▲感謝一眾總會董事局成員對本會的肯定和支持



▲兩位司儀 Alex 和 Dorthy 正努力地為本會籌款



▲是次活動得以順利舉行，有賴一班默默付出的會員。在此衷心感謝一眾籌委會成員這半年的努力和付出，一同齊心一致為籌款晚宴畫上完滿的句號

# 名人薈

2019 年至港時尚專業女性選舉  
得獎者

歐陽鳳盈女士



## 匯聚自身專長，以舞蹈連繫社會

「我很喜歡跳舞，小時候土風舞、芭蕾舞、中國舞、爵士舞都有學過，然後代表學校比賽、考級別試、教師牌，我的夢想是成為跳舞老師。出來社會後，有一段短時間教舞，發現身邊很多低收入、基層家庭和少數族裔缺乏資源學跳舞或成長的。」聽著 Michelle 訴說兒時舞蹈老師夢到義教少數族裔跳舞經歷，深深感受到她回饋社會的熱情。

有一次 Michelle 在街上看到一群少數族裔孩子在街上流連玩耍，她很擔心孩子們夜晚在街上流連，於是接觸他們，發現原來他們音樂感很重，很喜歡跳舞。加上在另一次的義工探訪活動中，遇到其他少數族裔家庭，所以便興起為孩子們義教舞蹈，當時 Michelle 的一位教會朋友協助找到一個活動室，第一堂已經吸引接近 40 人（包括家長）來學跳舞。

舞蹈是身體語言，即使少數族裔家庭在港言語不通，Michelle 亦希望透過舞蹈幫助他們融入社會，並且持續了十多年。回想起當初的文化差異，Michelle 笑著說：「由於文化關係，最初小孩和媽媽們會比集合時間遲足兩小時，因此我會自行提早集合時間，他們習慣後便減少至遲到一小時，直到現在大家都變得準時。」Michelle 除了是舞蹈老師，亦是孩子和媽媽們的中文老師，她每次跳完舞後，也會為孩子們補習中文，教他們廣東話和中文功課，希望他們能好好讀書，找到自己的理想。現在他們的關係像家人，無分彼此，因為十多年來，一起經歷了很多，例如沒有自信、言語障礙、疫情撲口罩的困難。Michelle 成功打破不同文化的障礙，關懷社會不同的人，成功地連繫社會不同的群體。



## 匯聚社會各界人士， 成立“盈善最樂”義工隊

Michelle 從小已開始做義工，至今已經三十年；她細說小時候參與關懷長者和社會有需要的人的所見所聞。而善終服務是 Michelle 小時候第一次參與義工服務的體驗，由於參與了這些義工的經歷，所以她一直希望能夠以熱情化為動力，身體力行的去服務更多長者，於是成立“盈善最樂”義工隊。



義務工作上，“盈善最樂”義工隊與東華三院合作培訓弱能人士成為義工，再一起服務地區長者。另外亦籌辦“Birthdays With Love”活動，透過為坪州獨居長者舉辦上門生日會，讓他們感受到被關懷。每個月一眾義工親身探訪生日的獨居長者，為他們送出 10 個至 20 個特製低糖蛋糕，同時也會與南亞小朋友一起做義工送愛，把愛傳揚開去，回饋社會。在早前最困難的疫情階段，義工隊都面臨義工人數下降的情況，幸好現在義工們回來了。Michelle 表示：「疫情下參與義工人數曾下跌一半，但疫情後回復到 30 多名義工，一起服務 80 位長者！」相信每位義工的原動力，是源自服務對象的喜悅和快樂，與長者互動交流，更學到歷史和人生智慧，這是一種難忘的互動。

提到一次做義工最難忘的事，Michelle 說：「那次讓我難忘的原因是我們的義工被感觸得哭了，原來那名義工朋友習慣在大型機構做義工，工作會分得很仔細。那次她參加“盈善最樂”派發蛋糕給長者的活動，連生日蛋糕也是我們親手製作。」她經歷著製作、包裝、運送及探訪一條龍的工作，親手把蛋糕送給長者，其中一位長者很感觸，他表示感到很窩心，亦很希望往後每年也能吃到他們親手弄的生日蛋糕。Michelle 續說：「那位長者是長期病患者，她的一番話令義工們更覺悟到愛要及時，活在當下。」人與人之間面對面互動，其實是很貼心和溫暖的、很能觸動彼此的。

提到 Michelle 在建立義工隊經歷中最想感謝的人，Michelle 隨即想起家人：「他們由我小時候便教導我樂於助人，要幫助身邊的人，爸爸常常說要時常謹記做到人人為我，我為人的精神！」

## 匯聚經驗和團隊專業知識，致力回饋社會

Michelle 作為公關及市場推廣公司的創辦人，她致力幫助慈善團體及缺少資源的小型企業，為其擔任項目策劃顧問，希望提高各界對有意義的活動的關注。「作為行內人，我知道市場推廣的價錢是很“海鮮價”的，可以很昂貴。所以遇到一些很有意義的機構或活動，我希望可以盡一分力，推動這些機構或活動讓社會更多人認識，把愛心種子宣揚出去。」Michelle 印象最深刻就是 2020 年疫情期間，為傑出青年協會籌劃了一個名為「疫後晴天 傑青同行 分享祝福」的捐贈計劃活動，提供免費市場設計及推廣，當時知名雜誌《資本雜誌》Capital 及《旭茉》Jessica 都有報導。她亦找來歷屆傑青得獎者拍短片宣傳，希望連結香港不同團體、機構及個人單位，在傑青的平台上，以多多益善、少少無拘的捐款方式捐出政府派發的消費券，幫助更多基層家庭。

## 力臻完美 持續成長 勤勞奮進

Michelle 身兼不同公職，且在不同界別都獲獎無數，得到社會各界認同，想必生活一定十分忙碌，我邀請 Michelle 分享一下如何能平衡生活之餘，又能兼顧各方面都如此成功。Michelle 說：「我覺得做事上，最重要是要忠於自己，自己有能力時要盡力回饋社會。我是一位要求高的人，我們要相信自己，亦要虛心學習，因為學無止境，我們盡自己能力不停學不停做，沒有終點的。」Michelle 笑著說：「至於平衡生活方面，閒時我會跳舞和做義工，這些都是我的興趣，每次做義工，我也會相約媽媽一起，視作家庭樂的其中一種方法。這樣便能一舉兩得，做自己喜歡的事之餘，又和媽媽家庭樂。Marketing 的工作真的是我的興趣，所以即使工作時間很長，我也不覺得累。基本上，我每天還能保持著六至七小時的睡眠時間呢！」



在短短數十分鐘的訪問中，和 Michelle 的交流，深感她是一位極具協調力和滙聚力的人。Michelle 把自己接近一半的人生都投入到義務工作中，無論是自己的嗜好或工作上的專長，她都堅持身體力行地貢獻出來回饋社會。Michelle，你是小編心中的典範！



# 名人薈

2020 年全港時尚專業女性選舉  
得獎者

陳雪麗女士

「瑰麗無雙 — 成就獨一無二的美麗人生」，這是陳雪麗女士 (Kitty) 在 2020 年參選全港時尚專業女性選舉的主題，亦很配合陳女士獨立和高貴的形象，傑出的成就和獨一無二的人生。除了擁有豐盛的個人成就外，Kitty 還積極參與義務工作回饋社會，不斷勇於挑戰自己，成為一個有智慧與實力的成功女性。

## 匯聚自身專長，克服人生考驗和逆境

Kitty 從小時候已經積極參與很多不同的活動和學術研究，以及擔任領袖角色，並得到很多個人殊榮。她生於小康之家，夢想是希望見識這個世界，學習不同的新事物。小時候，她在圖書館讀到一本關於撒哈拉沙漠的書籍，便想到長大後能環遊世界、到處遊歷。她亦沒有限制將來一定要做甚麼工作、賺多大的錢，只是想到世界的每一個角落去認識和欣賞種種新奇事。表面看似 Kitty 的人生很順利，其實她也經歷過不少逆境，但她覺得逆境是一種挑戰，一種給自己成長的催化劑，反思自己是不是有甚麼做得不足的地方。Kitty 也常常鼓勵身邊的朋友們要勇於面對逆境，不要輕易放棄。

Kitty 自小讀文科出身，興趣是閱讀和寫作。直到她上大學時主修心理學，讀心理學的時也要接觸統計科目。而當時文科出身的 Kitty 在數學方面沒有深入的基礎，初初在大學上統計課時完全聽不懂老師的講解，但看到周圍的同學也掌握得很好，她當時很害怕。不過她沒有想過放棄，知道落後了便應努力追回步伐。所以在課堂後空餘的時間，她借了很多統計學的書自修，也常常敲門找教授討教。Kitty 記得在接觸統計學時最初的幾個月的學習非常辛苦，但覺得既然自己欠缺了這方面的知識，應該想辦法克服處理，於是她一直以堅持的態度追趕進度。「當面對



困難時應覺得這是一種挑戰，一定要把它克服過來，不要害怕失敗和在意別人的眼光。」經過很多努力，Kitty 在年終統計學的考試上拿到最高的 A 級成績，最後還成為了專業統計師。

Kitty 告訴我們，每當遇到困難挫折時，停一停，想一想問題在哪裏，冷靜一下自己，總會找到出路。

## 平衡生活，積極參與義務工作

Kitty 除了在事業上的成就，也參加很多不同的公益服務回饋社會。每人一天有 24 小時，時間一點一滴的過，重點在於你怎樣善用和分配。每個人追求的東西都不一樣，Kitty 喜歡把時間運用在一些有意義的事情上去充實自己。Kitty 覺得公益服務除了能夠幫助有需要的人，更能夠讓自己學習和增長知識。當然她也會用空餘的時間跟朋友聚會和聯誼，她覺得現在的女性都很能幹，可以平衡到工作生活之餘，還可以好好經營自己的家庭和社交網絡。

在做公益服務的日子裏，Kitty 覺得很感恩，因為透過服務活動她認識了很多志同道合的朋友，每次舉辦活動都可以得到需要的資源和朋友的支持。她覺得一個人的力量很渺小，但是一群人的力量可以令整件事情做得更大，發揮得更好。Kitty 運用自己心理學的知識於去年籌辦了一個關注小朋友情緒問題的藝術療愈工作坊，希望幫助一些受情緒困擾的小朋友。工作坊邀請了專家、教授和社工來分享小朋友的情緒問題，並

運用藝術療愈的方法教導家長們疏導自己小朋友的情緒問題，以正面積極的態度去面對困境。Kitty 覺得情緒問題是一個很值得社會關注的議題，希望大家以正面樂觀的心態面對多變的環境。

在 Kitty 參與不同國家的義工服務中，令她最印象深刻的是為一個為期十二個星期，於澳大利亞墨爾本舉辦的“FRIENDS”課程擔任義工導師。這個課程是幫助一些有焦慮症的年青人跨越和面對焦慮症的困擾，當中有比較資深的導師會帶着義工導師跟有焦慮症的年青人去分享日常生活遇到的問題，嘗試打開他們的心窗。Kitty 從這個活動中見到這些年青人從一開始帶著焦慮的心情出席活動，到第十二個星期後的重大改變，他們慢慢了解到自己的長處，甚至願意跟其他人分享事情和自己的喜好。這些年青人最後還在分享會上帶着他們的父母一起出席見證自己的成長，場面非常感人。她覺得這項義務工作不但可以幫到有焦慮症的年青人，也可以讓她從中學到很多關於心理學的理論和應用。



## 挑戰讓生命充滿樂趣

從與 Kitty 訪問的過程中，感覺到她是一個喜歡不斷進步，不斷挑戰和增值自己的人。Kitty 告訴我們她將會在中國人民大學修讀公共管理博士課程。她希望增進在管理方面的能力和知識。除了進修外，Kitty 還會加強在冰壺方面的訓練，在假期遠赴位於武漢的標準場地練習，以準備明年的冰壺比賽。去年 Kitty 考獲了駕駛船牌，她希望將來有機會透過帆船或機動船構思一些公益服務，例如帶領低收入家庭的小朋友出海，親身了解航海的知識，令小朋友知道世界是有多大，有很多新事物等着他們在成長路上探索。

Kitty 覺得在人生路上，成功和進步都離不開不斷的嘗試和探索，遇到困難不要輕易放棄，用積極正面的態度面對逆境，最重要是找到自己的興趣，不斷學習前進，這樣的人生才會豐盛。

# 2023 全港時尚專業女性選舉

「2023 全港時尚專業女性選舉」開幕禮於 3 月 11 日假九龍紅磡置富都會中庭圓滿舉行！是次活動合共超過 110 位來賓出席，感謝大家的參與和支持！



感謝到場參與及分享嘉賓，包括：

主禮嘉賓政制及內地事務局副局長胡健民先生 MH, JP  
 首席評審香港樹仁大學校董龍子明先生 BBS, MH, JP  
 香港理工大學前校長唐偉章先生 BBS, JP  
 優誌執業會計師有限公司獨立會計師鍾可成先生  
 活動大使陳敏之女士  
 和富社會企業顧問彭錦華先生  
 合作夥伴香港心靈藝術發展協會會長梵高爸爸  
 合作夥伴愛自遊表達藝術治療社企創辦人黃健瑜女士

到場參與及支持的歷屆得獎者，包括：

贊助機構及 2014 年全港時尚專業女性選舉得獎者吳頌蘭博士  
 贊助機構及 2019 年全港時尚專業女性選舉得獎者歐陽盈女士  
 贊助機構及 2019 年全港時尚專業女性選舉得獎者江美儀女士  
 贊助機構及 2020 年全港時尚專業女性選舉得獎者陳雪麗女士  
 公關策略夥伴及 2015 年全港時尚專業女性選舉得獎者李欣蓓女士  
 2018 年全港時尚專業女性選舉得獎者莫雅清女士  
 2019 年全港時尚專業女性選舉得獎者梁凱喬女士  
 2019 年全港時尚專業女性選舉得獎者譚麗時女士  
 2021 年全港時尚專業女性選舉得獎者黃雅姿女士  
 2021 年全港時尚專業女性選舉得獎者鄺美璇女士  
 2021 年全港時尚專業女性選舉得獎者張靜茵女士  
 2022 年全港時尚專業女性選舉得獎者林朗行女士



亦要感謝各贊助機構、受惠機構、支持機構的代表以及香港總會各位總會董事局成員、分會會長、前會長、青商好友您們的支持，令活動變得更具意義！當日有活動大使藝人陳敏之女士以及 11 位前得獎者在梵高爸爸的指導下製作酒精墨水畫，並會今年的服務日贈送給受惠機構。另外還有與愛自遊社企合辦的「時尚水染畫廊」，畫家們從前得獎者的勉勵金句及喜好用心製作畫作，共同為社會散播更多正能量。另外台下亦有酒精墨水畫工作坊給公眾體驗，參加者都非常投入，導師 Fish 也細心單獨講解從畫作參透人生觀，大家都玩得樂而忘返。

「全港時尚專業女性選舉」一直致力鼓勵和表揚本港女性在專業工作、社會服務、文化藝術等領域的貢獻，宣揚女性價值同時為香港創造更多正能量，演繹真正的「專業時尚女性」。

精彩回顧



立即播放

## 「2023 全港時尚專業女性選舉」

「2023 全港時尚專業女性選舉」現由 2023 年 3 月 11 日起至 5 月 31 日正式接受提名。

提名準則：

符合下述條件的人士，均有資格於是次選舉中被提名為候選人：

持有有效香港身份證之 18-40 歲女性；熱心參與社會公益服務；在事業方面有卓越表現；具有時尚女性的思維及質素

屬於以下其中一項專業界別：

- I. 專業及學術
- II. 工商、環保及創意產業
- III. 公共及社會服務界
- IV. 藝術及文化界

評審團將依據參加者的外貌形象、儀容、生活態度、工作方面的專業表現、參與社會公益服務、推動本地文化藝術、運動康體的發展或教育等各個範疇作出評審。

各得獎者隨後將被通知選舉結果，而得獎結果亦會於媒體公佈。為表揚得獎者的卓越成就將舉行頒獎禮暨晚宴。

提名程序：

各參選者需要填寫

1. 提名表一份；
2. 個人履歷簡介一份（文字及圖片）

參選者需於提名期結束前將相關表格及文件交回城市女青年商會。逾期者作不參選論。

表格下載：



快點提名你身邊的專業時尚女性吧！



活動預告：

2/5

由西區穿梭到東區，歷屆時尚得獎者在電車上作交流並漫遊欣賞港島夜景，互相分享服務社會的心得和成功的故事，為香港散播更多正能量。

19/5  
&  
3/7

一眾歷屆得獎者分別到德貞女子中學及真光女書院為中學生分享職場生活，助青少年規劃未來的職業生涯。

22/7

約定你，一同見證新一屆時尚專業女性的誕生！



# 2023 小手愛地球 - 童步跑 Offline

2023 小手愛地球 - 童步跑 Offline 開幕禮暨親子繪畫工作坊」於 3 月 18 日於香港女童軍總會圓滿舉行！是次活動合共超過 80 位來賓出席，感謝大家的參與和支持！在此衷心感謝抽空出席支持童步跑 Offline 開幕禮暨親子繪畫工作坊的每一位。



「小手愛地球」是城市女青年商會社會發展組別的旗艦活動，由 2009 年開始至今已踏入第十四個年頭。當初的初手就是寓意透過小朋友的手，喚醒社會大眾關注小朋友成長發展。

是次旗艦工作計劃榮幸有香港女童軍總會成為合辦機構，與我們一同籌備，令「小手愛地球」這系列的工作計劃變得更加有意義。香港女童軍總會願景是成為香港卓越的國際性青少年團體，致力培養女孩子及青年婦女的個人發展和領導才能。這亦正正與國際青年商會、城市女青年商會的理念非常相似，著重培訓明日領袖，鼓勵大家發展潛能，秉承著「訓練自己服務社會」的宗旨。

今年「小手愛地球」以「童步跑 Offline」為主題。「童步跑 Offline」就係希望小朋友同家長走出電子 online 世界，回來實體 offline 的生活，重拾與家人的親子時光，感受與人互動的樂趣。近這三年疫情，很多時候小

朋友都用 zoom 上堂，亦更加比以前更依賴電子產品。有調查發現，近半家長指子女平均每日有 4 至 8 小時電子學習，逾 9 成認同網上授課令子女更依賴電子產品，逾 8 成人認為損害子女健康，有家長更指學童成績下滑，更沒有時間去做運動，收起電子產品時亦「發脾氣」。

真正陪伴最優質的陪伴最重要的元素係「專注，當下」。你有沒有當下與身邊的人相處呢？

是次活動加添了藝術元素，藝術創作能讓小朋友表達情感，亦可以訓練「專注」。透過小朋友的雙手、小朋友的藝術的天份去說好香港以及國際的故事。親子繪畫工作坊，以「香港特色」和「環球國際」為題，做到文化藝術的交流。而且我們服務對象亦有新來港小朋友及少數族裔的小朋友，希望能令他們更能融入香港社會的生活，達至共融。







在啟動儀式中，由主禮嘉賓文化體育及旅遊局副局長劉震先生，JP 發起起步槍，城市女青年商會會長司徒詠詩、香港女童軍總會香港總監李細燕女士 BBS, JP、國際青年商會香港總會會長余修賢參議員、國際青年基金董事徐小龍參議員 MH、活動大使黃乙頤女士以及籌委會主席黃淑盈一同齊心合力跑向紅絲帶，象徵「童步跑 Offline」正式起動！



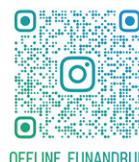
是次活動邀請了四孩之母黃乙頤女士為活動大使，當日為大家分享了許多育兒心得及時間管理的技巧。



活動預告：

27/5 (六)	14:00   17:00	親子繪畫工作坊 (三) 主題：「環球特色」	地址：青草音符 (荃灣柴灣角街 34-36 號 萬達來工業中心 25 樓 2504 室)
	登記時間： 13:45		
8/7 (六)	14:00   17:00	童步跑 Offline 開幕禮暨運動競賽日	地址：香港女童軍總會 (天水圍何超瓊活動中心 天水圍天暉路 2 號)
	登記時間： 13:45		

稍後將有更多工作坊推出，更多活動詳情敬請密切留意：



OFFLINE\_FUNANDRUN

## 公共關係組別

# 「酒上談商 Wine Tasting Networking」

2023 年度首次三會聯辦的聯誼活動，由海港青年商會、騰龍女青年商會以及城市女青年商會公共關係組別合辦的《酒上談商 Wine Tasting Networking》於 2 月 23 日順利舉行。帶領各位參加者從品酒當中學習如何善用的人際網絡，帶出創造「價值」和「下一步」的重要性。不論在品酒環節，還是互相交流，所有參加者都有所得著、樂在其中。



# 「荃城捕蝦日」

城市女青年商會與荃灣青年商會合辦的《荃城捕蝦日》，是次活動於 3 月 26 日順利舉行。讓各分會會友交流之餘，還有遊戲比賽，過程刺激又好玩，當然不少得釣蝦後的暢飲暢食，大家都十分盡興。



# 「十會聯辦歡樂時光」

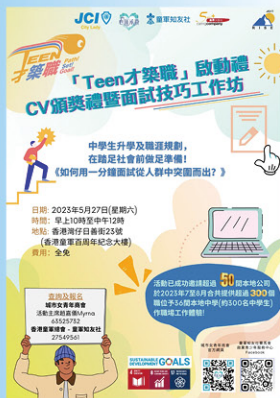
是次聯誼活動有幸與另個九個分會一同舉辦，已於 3 月 31 日假 E Sports Bar 順行舉行。感恩疫情放緩後彼此可以面對面進行交流，互相認識分會會友。是次活動一共超過 60 人出席，氣氛非常熱烈。摸摸酒杯底，為到迎接新一個月一起打打氣！



國際青年商會不但是是一個培訓明日領袖的組織，當中亦會定期舉行不同的聯誼活動，給予會員更多擴闊人際網絡、建立友誼的機會！Let's Chill and Learn together!

## 青年事務組別

# 「TEEN」才築職工作計劃



17/4  
|  
25/6

四小時職前訓練小組

- 1) 認識自己對工作的期望及態度
  - 2) 投身職場的態度及儀容衣著
  - 3) 介紹行業資訊及基本勞工法例
- \* 參加者可揀選工作體驗的意願

22/4  
|  
27/5

「TEEN」才 CV 秒必勝術  
工作實戰開幕禮 CV 頒獎禮暨  
面試技巧工作坊

- 安排合適的分享者與同學們分享有關《工作面試注意事項及何謂一份好履歷》
- 如何一分鐘突出自己、升學及工作面試、嘉許表現優秀學生

2/7

模擬招聘會

模擬工作面試

10/7  
|  
20/8

五天工作體驗

- 體驗職場工作
- \* 體驗工種將按面試表現決定最終機會

26/8

工作實戰分享會

頒發工作實戰證書、僱主分享

現正招募！如各位僱主有意為現時一眾香港中學生提供職場體驗的機會，歡迎與我們聯絡！

### 「I'm Possible to SHINE」餐桌禮儀工作坊

得體的應對進退，無論時代如何改變都不會過時。良好的餐桌禮儀是對社交禮儀的理解，也是尊重他別人的一種表現。餐桌文化是華人文化一大特色。成年人很多社交活動，甚至是工作，都會通過一餐飯來完成。這樣餐桌禮儀變得尤為重要了。有見及此，本會於 2 月 18 日舉行「I'm Possible to SHINE」餐桌禮儀工作坊。是次活動有幸邀請到社交禮儀及形象顧問，書籍《形象蛻變 - 形象打造六部曲》作者黃莉媛女士作為培訓導師分享餐桌禮儀技巧，凡高廚房成為場地贊助，為活動提供優雅場地和豐富下午茶優惠。一眾會員及新朋友在過程中掌握了餐桌禮儀技巧和重要性。一邊享受下午茶，一邊直接地把所學習到的技巧實踐出來。



### 「5-Star Training Camp」

五星訓練營是國際青年商會香港總會領導才能發展組別的傳統，給予機會讓一眾資歷較淺青商會員有溫度和全面地學習青商的價值及知識，認識更多不同分會的朋友，更容易融入青商生活，發掘青商這寶藏。國際青年商會香港總會五星訓練營總會第 37 屆五星訓練營已於 3 月 4 至 5 日完成。本會與晉峰青年商會和東九龍青年商會聯同承辦是次訓練營。恭喜本會會員楊彩紅、黃蘭蘭和陳加美以及一眾學員順利畢業！



### 「JCI Hong Kong Public Speaking 2023 Final Contest」

JCI Hong Kong Public Speaking 2023 Final Contest 讓小編深深體驗到青商的確是一個令人發光的舞台，只要你願意嘗試 願意挑戰！恭喜每一位參加者，你們贏了的都是一份經歷、一份經驗、一份勇氣。恭喜會員楊雅雯在 JC Class Final 獲得冠軍！能夠突圍而出真的很不容易！她更能於亞太大會當中代表國際青年商會出賽，與其他國家的代表切磋切磋，爭奪總冠軍！



本會將聯同維多利亞青年商會和晉鋒青年商會舉辦 JCI Official Course! 鼓勵與會友們齊齊達成 Power Learning Path！5 月 28 日即將發生，敬請密切留意！

## 國際事務組別

接待再次啟動，歡迎台中市文化城國際青年商會到港！很榮幸與會長林曉彤和前會長們一起品嚐中式飲茶及交流兩會文化，獲益良多！



### 2 月份月會「印尼·你又知多少？」

2 月份月會「印尼·你又知多少？」已於 2 月 16 日與會友們過了愉快晚上。感謝 2023 年總會亞太大會主席何立樂先生和 2018 年城市女青年商會會長李貝詩參議員為分享嘉賓。印尼趣聞比賽欣賞會員張靖、幹事黃汝瑩、副會長俞瑋寧和財務長林楚琮精彩分享！恭喜趣聞比賽得獎者。感謝籌委會主席陳加美、成員李秋銀和張琳靜用心付出！



### 「120 分鐘訓練 2.0 - Ladies 看地球」

每月本會邀請來自世界各地的傑出女性領袖分享自身的成功故事及當領袖的心路歷程，藉此啟發和感染更多會員成為明日領袖，讓她們更深入領悟國際事務的價值和意義，發掘青商這個寶藏。在此感謝一眾分享嘉賓，包括：1 月份大灣區青年發展促進會主席譚麗時、2 月份台灣雨港國際青年商會 2021 年會長李治慧和 3 月份日本 2023 年世界執行副會長 Marii Kitamura。接著，4 月份分享嘉賓將會是台中文化城國際青年商會 2023 會長林曉彤。大家密切留意！

精彩回顧



立即播放

# 「心連心」會員福利



## 新朋友

推出新計劃

### 「心連心 1 蚊雞」

為鼓勵各會友介紹朋友加入本會  
新朋友 (從未參加過青商活動)，  
可以優惠價港幣 \$1 參加月會晚宴，  
一同體驗和了解更多青商生活。

## 準會員及新會員

### 「Welcome Tea With P」

與會長 / 前會長共晉下午茶 /  
Happy Hour  
分享青商經驗及發展路向

## 準會員及新會員

### 「Birthday Tea With Me」

會員出席自己生日月份的月會可  
享會員事務組別餐費資助，一同  
愉快地慶祝生日！



**JCI City Lady 心連心**

*Welcome Tea With P*

與會長一起下午茶 -  
LADIES 福利!

Time to Tea Party

交流聯誼·打卡·慶祝·探索JCI·享受美食·CHILL

**6 May 2023**  
14:30-16:30

18-40歲  
合資格的  
新朋友/  
準會員

**Mamaday**  
尖沙咀維多利亞道1號  
會議室(大堂隔鄰)

費用:會員事務組別將資助\$80/位

查詢或報名  
新會友熱線:Call 93382818  
會員事務組辦事處:Phone 96529422

誠意邀請新朋友及會員一同享受

Welcome Tea with P，與會長一起下午茶。

日期：6/5（六）

時間：14:30-16:30

地點：Mamaday 尖沙咀信基工業大廈 2 樓

費用：會員事務將資助 \$80 / 位

## 會員天地 媽媽心聲

我是兩個男孩的媽媽，兩個男孩有不同性格：7歲哥哥比較內向，喜歡看電視、網上視頻，性格比較依賴家人，4歲弟弟較活躍、聰明，社交能力高，亦很有自己主見，面對他喜愛的剪紙或填色活動，他可以很專注地完成。雖然弟弟只得四歲，但他好有主見，好多事都要以理服他，例如外出時要穿外衣和拖著媽媽手。

我相信每個孩子都是獨特的，哥哥喜歡跆拳道和數學，弟弟喜歡剪紙活動，因此我便按他們的興趣，為他們安排不同的課外活動。此外我們會相約其他家庭一起到公園或親子樂園玩，我亦會與他們一起閱讀、溫習，培養他們的閱讀興趣。雖然工作繁忙，我都會爭取時間和他們聊天，了解他們的學校生活和與同學相處的點滴。

兩個男孩的家，有時真的很吵。面對兩個囡囡的爭吵，我認為先分開他們，讓他們在壞情緒和哭鬧中冷靜下來是很重要的，然後我會用心聆聽他們和了解起因，再以雙方角度向囡囡們解釋，讓他們試著代入對方角度看事情。當然，犯錯的一方需要向對方道歉。



社會發展董事  
黃淑盈



很高興能在《囍萃》分享我的親子生活，我有兩名女兒，她們相差四年，姐姐常常都很照顧妹妹，也是妹妹的模仿對象及學習榜樣。

因工作比較彈性的關係，我都是自己照顧孩子，有空都會帶她們參與不同的活動，例如到戶外活動，親近大自然；也會到海灘玩，偶爾亦會去不同的農莊，讓她們一邊玩一邊學習，見識不同的動植物、事物，又可以參與當中的遊戲設施。除了戶外活動外，我還會帶小朋友參加教會活動，讓她們從小學習與不同年紀、不同性格的小朋友相處，學習愛及接納別人，還有欣賞彼此！

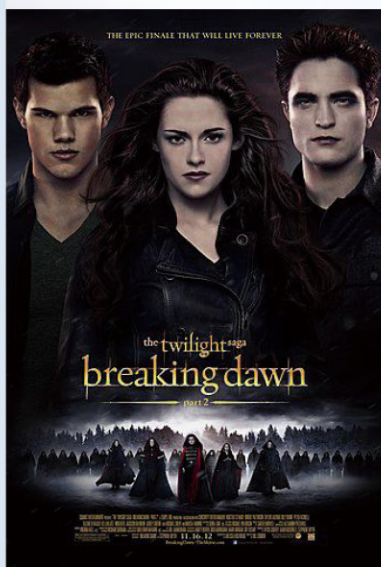
在跟小朋友相處的時候，我認為彼此尊重及聆聽對方都是非常重要的，小朋友很重視父母對自己的關心、愛及支持。父母的陪伴對每位小朋友來說就是最寶貴的禮物！



領導才能發展董事  
楊彩紅



# 會員天地 Ladies 愛分享



## 我最喜愛的電影 — 《吸血新世紀》系列

我想我應該看過超過 20 次以上，喜歡的程度是：我可以把戲中所有吸血鬼為何由人類變成吸血鬼的原因、年齡和經歷，都在網上搜尋一次。當然 Edward & Bella 的愛情亦令我很感動，我記得當我結婚的時候，特意挑選《A Thousand Year》這首歌，寄語自己亦能擁有天長地久的愛情。

會員  
梁詠心



胡志明市

吉隆坡

## 我最喜愛的旅遊 —

我從 18 歲成年之後就很喜歡獨自旅行，因為一個人可以說走就走，仿佛擁有用不完的青春去探索和看清這個世界。在求學期間有機會獨自遊歷了歐洲 15 個國家，從此我便「膽生毛」，一有機會就自己計劃行程去旅行。

人生至少要來一場說走就走的旅行。這次東南亞之旅有所不同，受制於香港的隔離限制，我並沒有預先安排行程，我盡可能地在外「流浪」了三個月，到訪了布吉（泰國）> 胡志明市和芽莊市（越南）> 馬尼拉（菲律賓）> 吉隆坡（馬來西亞）> 新加坡，最後回到香港。

會員  
勞敏婷





### 我最喜愛的活動 —

我好喜歡戶外活動和享受大自然，除了可以欣賞四周風景，呼吸大自然新鮮空氣，接觸多點陽光外，更重要是可以在日常忙碌的工作中，走出石屎森林、遠離煩囂，令身心靈都得以放鬆。忘了從何時開始，我和幾位舊同事就會約定每月行山，雖然每次沿途不一定有美麗的風景，但可藉此談談天和放下對電子產品的依賴，令眼睛、身體各方面都得以舒壓。除此之外，行山亦鍛煉我們的毅力和耐力，當遇到一些較長或難行的路段時，我們不容易放棄，大家互相鼓勵，堅持行到我們最終的目的地。正如做任何事一樣，當遇到困難時不輕易放棄，嘗試與身邊人傾訴，難題慢慢自然解開。

#### 商務發展董事

崔子欣



### 「境隨心轉」。 媯筆

疫情終於過去。在過去的三年多，相信很多人都會為健康、事業或未來感到迷惘擔憂。而我，在疫情期間選擇了平靜己心，放慢生活。

學習書法能：「洗筆調墨四體松，預想字形神思凝。神氣貫注全息動，賞心悅目樂無窮。」由當初學習到培養興趣，至今成為修心安神的生活習慣，書法令我在繁忙的生活中尋找到快樂安靜的時光。而透過書法義賣，能尋找到志趣相投的知音人，令我得到一份成功感和幫助人的喜悅。

最後很想與大家分享我在書法中學到的一句座右銘：「境隨心轉」，無論世事如何轉變，不論經歷低谷或心情低落，只要調整心態，定必能看到曙光，重新出發。

#### 資深會會員

梁靖嫻





# 匯賢納才 綻放姿彩

幟萃  
LADY'S LINK