



JCI City Lady

巾國萃



Vol.15 Aug 13 www.jcicitylady.org.hk





# 幟萃

Aug 2013  
Vol.15

## 聚優悅

2011年最傑出分會 (25-44人)  
2011年最佳刊物  
2010年最傑出分會 (25-44人) (優異獎)  
2010年最佳刊物(優異獎)  
2008年世界及亞太最傑出新分會

編輯組  
主編：屈麗儀  
指導副會長：李俊慧  
出版事務顧問：黃明偕

### 特別贊助

國際青年商會香港總會  
總會社會發展董事譚家豪

### 城市女青年商會

會長 楊嘉欣  
前會長 潘沁怡  
秘書長 郭智嫻  
副會長 陳韻琪  
上屆會長 周清心  
前會長 陳曼華  
財務長 黃詩韻  
副會長 區灼賢  
副會長 周賢秀

公共關係董事 梁逸翹  
國際事務董事 吳婷婷  
社會發展幹事 羅新貝  
領導才能發展董事 梁希彤  
青年事務董事 陳美玲

### 秘書處顧問 何珮珊

馮嘉盈 簡佩詩 余潔鈴 古麗珍  
岳芷羚 杜光子 梁志芳 趙瑞萍  
陳凱珊 李貝詩 屈麗儀

### 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

### 電郵

info@jcicitylady.org.hk

### 網址

www.jcicitylady.org.hk

群組

www.facebook.com/cityladyjc

- 2 欣言、惠點
- 3 津津樂道、主編的話、  
城市女青年商會介紹及會員入會申請方法
- 4 焦點人物：重哥吃皮之法
- 5-6 焦點人物：陳偉業專訪
- 7-8 全城讚賞「感激·無限遠」
- 9 2013韓國光州亞太大會
- 10 日本山形姊妹會動向、2013巴西世界大會
- 11-12 2013全港時尚專業女性選舉
- 13 2013小手愛地球
- 14 皇者之皇青商廚神大賽 - 環球廚神鬥一番
- 15 新會員心聲

## 青商信條

我們深信

篤信真理可使人類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。

青少年勉勵基金  
THE YOUTH ENCOURAGEMENT FOUNDATION

同心展關懷  
caringorganisation  
Awarded by The Hong Kong Council of Social Service  
香港社會服務界協會



## 欣言



城市女青年商會會長  
楊嘉欣

「一個巴掌拍不響」。「聚」就是可以聽到掌聲的第一步，一班姊妹鼎力互相扶持，一齊互相拍掌，互相鼓勵，才聽到掌聲。這些鼓勵增強自信，提升動力，增添「優」良品質。不管遇上幾多挫折，大家最後都從實戰經驗中獲益良多，帶著喜「悅」滿載而歸，掌聲更響亮。

每逢到年中時候，就是工作計劃的高峰期。本年度國際青年商會亞太大會已於韓國光州舉行，城市姊妹雖然未能盡興參與不同會議及感受當地文化，但卻透過協助當地大會籌委會秘書處及編輯工作，得到另一番體會及經驗，實令本會感到自豪。六月的《皇者之皇青商廚神大賽-環球廚神鬥一番》已順利完成，各參賽者施展渾身解數，發揮高超廚藝及無限創意，比賽既刺激又緊張。旗艦活動《小手愛地球2013》「童心皂福者樂日」連續兩個週末教導小朋友善用香港酒店棄用的皂料，親手製作天然、精美的環保肥皂送給長者，還與長者一起參與環保益智遊戲，帶給長者及小孩無限歡樂。

在八月，商務發展組別的旗艦活動，「2013全港時尚專業女性選舉」頒獎典禮亦圓滿舉行，選出十位高質素得獎者，更能推廣女性美予公眾，將我們所提倡的「時尚」和「形象」帶入生活。另外還有與灣仔區議會合辦的「感激•無限遠」之「感激•女人•無限遠」工作坊暨 <女人@灣仔2013/14> 啟動禮，目的旨在向灣仔女性推廣感激文化，借以宣揚以「感激」作領導力量，讓團隊氣氛更活躍，激發各隊員的潛能，令團隊能發揮最佳狀態為社會以至世界帶來正面的改變。

到了九月，又是一年一度的周年大會。這是每年大家最期待的大會，帶著興奮心情迎接2014年常務董事局的誕生。

「聚」、「優」、「悅」這三個主題在《楓萃》出現，亦在城市女青年商會顯現出來，都是各位會員的力量、感染。謹祝願各位在閱讀《楓萃》或青商活動中亦同樣感受得到!

## 惠點

人生就像馬拉松，獲勝的關鍵不在於瞬間的爆發，而在於途中的堅持。

你縱有千百個理由放棄，也要給自己找一個堅持下去的理由。很多時候成功就是多堅持一分鐘，這一分鐘不放棄，下一分鐘就會有希望。

青商運動就是要為積極公民提供一個平台為社會輸出正能量。要走的路不一定是平坦大道，也許會是崎嶇不平，但在會員的同心協力下，成功指日可待。

「今日青商，明日領袖」是我的座右銘，也是我們的推動力。在芸芸的工作計劃中，城市女青年商會的旗艦工作計劃包括「全港時尚專業女性選舉」，「紅蔥頭•闖天下」及「小手愛地球」；這些工作計劃以創業、女性及兒童為對象，分別表揚了在職女性的卓越成就，幫助了青年創業，培養了兒童對社會的責任感。這兩個月，將會是活動的收成期。「種瓜得瓜，種豆得豆」，今年城市姊妹把撒下的種子以愛心，誠意孕育出來，開出來的花是燦爛的，宣揚孝義的美德，培養社會上的棟樑，令我們的社會更加美好。

所以我們相信，當我們遇上崎嶇的路時，我們咬緊牙關，再苦再累，只要堅持走下去，屬於大家的願景終會出現。



國際青年商會香港總會會長  
胡惠基參議員





總會指派執行委員  
李銘津

## 津津樂道

熱情的夏日到來之際，也是青商活動最精彩的季節。當大部份學子都正準備享受悠長假期之際，另一邊廂城市女青年商會的會友正為下半年的精彩活動籌備得如火如荼，好讓一眾青商會友渡過一個火熱的夏日。

本年度的亞太大會已在韓國光州圓滿舉行，全球出席青商人數目接近六千人之多，而香港也有140多位青商會友出席，更值得驕傲的是香港青商的工作計劃在亞太大會上取得佳績！另外，城市女青年商會的會友亦再次發揮無私付出精神，默默地在大會的秘書處協助場刊的編輯工作，確實是值得讚賞！

同時，亦恭賀城市女青年商會成功舉辦了「皇者之皇 - 青商廚神比賽」為各分會提供了一個良好的聯誼活動。「感激無限遠系列」活動將愛心及感恩傳播，喚起大家心中的初衷！旗艦活動「小手愛地球」帶領小朋友為長者親手製作環保肥皂，既能將環保元素注入長者的生活，亦能喚醒年輕一代對長者的關愛，推動社會和諧共融。

「全港時尚專業女性選舉」頒獎禮及周年大會舉行在即，本人在此祝願兩項活動可以順利舉行！各項工作計劃都能在總會周年大會上獲得佳績！

## 編者的話

3

### 喜悅·分享

悅，是發自內心的愉快感覺。女性有了自信，有了獨立思想，有了正確人生觀，便會由內而外散發出獨特的氣質，釋放正能量。所以，笑容是女性與生俱來的化妝品，嫵媚動人。

在這一年，我們有緣「聚」在一起，為各項工作計劃中揮下團結熱血的汗水，盡顯女性「優」雅、自信的一面。現在接近年度的尾聲，就讓我們一起分享豐收的喜「悅」！

我很榮幸，能夠充當大家的記錄員，把幸福和喜悅的每一刻輯錄下來。我亦希望能夠感染正在翻閱楓萃的你，在那肩摩駁擊街道上停下急促的腳步會心微笑。



主編  
屈麗儀

加入成為 City Lady

Let's join us today!

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十九個分會中資歷最年輕的一個，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。



Join JCI City Lady

下載表格





# 重哥 吃皮之法

透過義工活動為香港市民大眾帶來正能量，嘻哈大笑，撥開愁雲慘霧。「吃皮大笑團」的發起人何重恩先生（重哥）提倡「開心其實可以好簡單」，用心情影響心情的行動，「吃皮」就是一種良方妙藥。



文：鍾凱程

## 怎樣「吃皮」？ 「平衡三角」的活方

「你今天開心嗎？」重哥問道。在忙碌而競爭激烈的社會中，人們每天都為趕上班、爭座位等日常生活瑣碎事而愁眉苦臉，自怨自艾。「開心的源頭從來並不困難，在你我之間近在咫尺。開心與不開心，完全在乎你是否『捨得』那一刻。」重哥分享一個「平衡三角形」的生活程式，「物質、人際關係及心靈是三大元素支配著心情波動。如何處理財務管理及投資得失，各種關係的調解與溝通，我們可以採之中庸，尋求平衡點。」

## 一笑解千愁

面對逆境挫折，當下要重整心理質素，知易行難。重哥的人生閱歷給予他一套領悟，「人過半百，必須經歷很多事情的轉變，高低起伏皆屬平常。你可以選擇自己的心情，可以開心，亦可以很難過。」言行一致的重哥坦言「在義工服務上接觸到社區不同階層人士，除了物質上的需要，心靈上的關懷亦十分重要，而透過笑及運動正好可以釋出壓力與負能量。在參與義工活動中，可以重拾幫助別人開心的感覺。」

## 思想，態度，行為

心境絕對影響著每個人生命的。開心帶著笑臉上班上學，從此遠離大小醫務所，更不需要再光顧美容院。「吃皮大笑操」結合呼吸、大笑及運動，正揉合科學研究及印度瑜伽的各種動作，推廣「身、心、靈」健康，讓身體感受開懷大笑，以笑聲向全港發放正能量，向廣大市民傳遞「開心其實可以好簡單」的正確概念。

一個笑容可以改變一個困境，燦爛的笑容給予大家歡樂。別吝嗇了自己的笑容，笑一個，影響今天的心境。





全港首個讚賞平台「我讚！」創立人

# 陳偉業專訪

撰文：李貝詩

是次是筆者第二次接觸「我讚！」平台創立人陳偉業先生(Danny Chan)，一位十年前從澳洲回來的小子，因為曾經受過無理的投訴，明白到前線員工的辛酸，並決心推動讚賞文化，以減少社會的負能量。讚賞除需要付諸實行外，最重要是靠個人的心態及修養帶動，

「以誠讚賞 悅己悅人」是Danny對讚賞的總結！

5

## 讚賞·領導力·動力

很多人會疑惑讚賞與領導力有何關連？Danny說：「上司對員工的讚賞，使員工獲得滿足感，並增加員工對上司的信任，消除人與人之間的障礙，彼此建立互信的關係，使員工從心服從上司，當上司對員工作出合理的批評時，員工會易於接受，同時上司亦可增加自己的自信心。」



要實踐公司裡讚賞文化，是必須要由領導層由上而下地推動，公司要有系統地制定日常工作流程，提供渠道支持下屬工作，Danny續說：「公司可定時開會對員工作出讚賞，由於讚賞可帶來喜悅，建立互信，員工可暢所欲言地表達自己意見，從而增加歸屬感。」Danny創立「我讚！」平台，希望藉此鼓勵一些前線員工，為他們帶來成功感，成為工作上的動力，為社會帶來正能量。



## 「以誠讚賞 悅己悅人」

以內心出發視為誠意，從心對別人的讚賞，久而久之，會較容易看到事情好的一面，一句簡單對別人的讚賞，大家同時獲得快樂為悅。

「讚賞需要憑「心」、「眼」、「修養」慢慢煉成，當你的心出發點是善的，所看到的東西都是美好的，從而提升自己氣質。」故從Danny身上除發覺他溫文有禮的談吐外，亦散發出善良的氣質。



## 讚賞別人 由自身出發

Danny認為每人都有讚賞的條件，最重要先由欣賞自己做起。「不要顧慮其他人的批評及外圍因素，我們可由小組凝聚正面的價值觀；『為己知學』，加上人天生的向善心，把這信念種入心裡，潛而默化地影響其他人。」社會充斥著物質主義且投訴風氣正盛，真的很難獨善其身，我們需要不斷學習，從經驗學習讚賞知識，推己及人。「現時社會價值觀看重物質，很多人以成功人士擁有的作為成功之指標，令現今小朋友甚至年青人較少接觸讚賞的正能量。」故無論帶動讚賞文化有多困難，讚賞是不求回報的，只要我們願意，便可踏出第一步，凝聚正能量。

### 掌握讚賞方法 提升領導才能

Danny對正確的讚賞方法有一套理論：

提升讚賞智商的六個階梯—

101：誠 - 誠意正心，從心出發；

2R：No Reservation, No Return - 不去計較、不求回報；

3S：Specific, Special, Supportive - 要具體獨到、對別人正面的鼓勵；

4種性格：Control Specialist, Relation Specialist, System Specialist, Social Specialist - 必須要了解對方及周圍因素；

5種語言：言語、精心時刻、共同完成任務、稱心禮物、身體接觸；及

6種技巧：體諒法、感受法、回帶法、傳播法、總結法、學習法。



# 全城讚賞

## [感激。無限遠]

### Limitless Appreciation

花絮

#### [感激·無限遠]前奏宣傳活動

#### 感激·灣仔·無限遠

由灣仔區議會及城市女青年商會合辦，「感激·女人·無限遠」暨<女人@灣仔>啟動禮將於8月24日舉行。籌委會成員早於8月18日先在灣仔崇光百貨對出設有宣傳攤位，除了宣傳啟動禮活動日外，亦同時宣揚「感激」信息，把感激文化帶到灣仔，令灣仔朋友感受到「感激」所帶來的正面威力，以做到我們活動的宗旨：以身作則，透過「感激」身邊的人給予他們肯定及鼓勵，同時把「感激」文化一傳十、十傳百！成功的領袖就是需要透過「感激」的正面影響力，激發團隊各隊員的潛能令團隊能發揮最佳狀態為社會，以致為世界帶來正面的改變。





## 中國寧夏青年一起支持 [感激·無限遠]活動

寧夏青年來港進行探訪及兩地交流，也不忘支持「感激無限遠」活動。兩地的青年互相分享及學習對方生活知識，以感激的心欣賞他們在惡劣的生活環境中奮鬥。同時，我們亦致送感激卡以感激他們來港探訪及答謝對本次活動的支持。相信透過今次交流和互動，我們必定能把「感激」文化帶到中國內地同胞，真正做到「感激」無限遠！



### [感激·女人·無限遠] 暨 <女人@灣仔> 啟動禮

日期: 二零一三年八月二十四日  
時間: 下午三時半至五時半  
內容: 啟動禮、嘉賓分享  
地點: 軒尼詩道15號

溫莎公爵社會服務大廈201室  
網上登記報名: <http://bit.ly/141Xskl>  
\*名額有限，預先登記，免費入場  
查詢: LA@jcicitylady.org.hk

香港首個讚賞平台「我讚！」首席讚賞人



陳偉業先生

「2013全港時尚專業女性選舉」得獎者



陳幼仙小姐





# 歡欣初相聚 --

# 2013韓國光州亞太大會

撰文：屈麗儀



2013亞太大會在6月13至17日於韓國光州順利舉行。上一年還是大會義工的筆者，今年有幸能夠加入城市女青年商會，並和8位City Lady一同參與這項盛事。

在擔任亞太大會義工的時候很容易有錯覺亞太大會只為錯覺亞太區青年商會作交流，但作為會員便知道亞太大會首要目的為舉行國際青年商會亞太區的會議，亞太大會期間舉行了大大小小各會議，先有交代國際青年商會亞太區最新發展並就各項議案投票的General Assembly，亦有就世界不同問題進行討論的會議，大會更提供各種不同的訓練予青年商會會員。

整個亞太大會的高潮非頒獎禮莫屬，各地青商會員為令世界而努力，當然亦希望努力能獲認同在亞太大會得獎，每當司儀宣佈香港得獎的時候香港的代表也一起歡呼，場面非常熱鬧。

青年商會亞太大會舉辦地點亦不一定是一些大城市如香港，更多是一些不太為人熟悉的地方，青年商會到這些地方舉辦亞太大會能帶來不少旅客，亦讓更多人認識那些地方。而一個地方如欲舉辦亞太大會便須在亞太大會的選舉通過才行。明年亞太大會將會在日本山形舉行，而山形青年商會正是本會的姊妹會，本會上下都很期待明年的亞太大會。



城市女青年商會擔任了是次大會會刊的記者和編輯。姊妹們廢寢忘餐，同心協力地編製日刊。







## 2013年 巴西里約熱內盧世界大會



里約熱內盧是僅次於聖保羅的巴西第二大城市，既是工商業、金融中心，亦是外貿港口。

里約熱內盧曾經申辦過1936年、1940年、2004年和2012年4屆奧運會，最後成功獲得2016年第31屆奧運會的主辦權，是首個獲得夏季奧運主辦權的南美洲城市。

著名的旅遊觀光勝地有：新世界七大奇跡之一的耶穌山、麵包山、尼特羅伊大橋、世界最大的足球場 - 馬拉卡納體育場、全球面積最大的城中森林 - 蒂茹卡國家森林公園。喜愛文化藝術的朋友更可在里約熱內盧參觀著名的國立美術館 - Museu Nacional de Belas Artes 與歷史博物館 - Museu Histórico Nacional，以及拉丁美洲最大的圖書館 - 巴西國家圖書館。

里約熱內盧世界大會於2013年11月4日至11月9日舉行

<http://jci-congressrio2013.com/index.php>



### 姊妹會動向 -

## 日本山形青年商會 主辦 2014 亞太大會



山形青年商會於2012年香港亞太大會成功競投2014年亞太大會主辦權，一眾山形青年商會會員現正積極籌備於2014年6月3日至6月7日舉行的日本山形亞太大會，並於6月韓國光州亞太大會加緊宣傳，希望屆時和來自不同地方的青商好友見面，一盡地主之誼。

2014年山形亞太大會的口號定為

**"Hand in Hand - A better future for all!"**

想知更多最新消息？

請即瀏覽了解活動詳情：

官方網頁：<http://www.2014aspac.com/>



Facebook專頁：

<https://www.facebook.com/2014JCIASPACYAMAGATA>







## 用時尚專業建構共融香港

# 十位全港時尚專業女性得獎者誕生了!!



### 《綻放·珍美》

在職場中，不難發現很多具有實力的女強人，在其專業領域中擔當重要角色，她們在行內的成就備受肯定，而且懂得生活品味，其個人風格及處世態度亦值得欣賞。

踏入第三年，**2013年全港時尚專業女性選舉頒獎禮**於8月17日(星期六)於富豪香港酒店完滿舉行。主禮嘉賓香港各界婦女聯合協進會副主席高靜芝SBS JP於致辭中提及現代女性於社會共融中所扮演的角色相當重要，亦為今年獲選的十位女性打氣，希望以她們的能力共建和諧社會。

**首**席評審香港會計師公會會長趙麗娟MH於席間稱讚女性不論在家，或是在工作領域上扮演一個無人能取代的角色。在首席評審帶領下五位來自不同界別的評審包括：趙慧君教授，何國鈺MH，謝寧女士，鄭家豪先生。





經過一眾專業評審的努力，今年共有**10位**得獎者誕生：(按姓名筆劃序)



**文顯楠**

職業  
私家偵探社創辦人兼總監  
界別  
專業及學術界



**伍婉婷**

職業  
區議員  
界別  
公共及社會服務界



**吳嘉汶**

職業  
律師及鑽石公司董事  
界別  
工商界



**冼慧詩**

職業  
洋服公司主席  
界別  
工商界



**袁月冰**

職業  
化學病理部醫生  
界別  
專業及學術界



**陳幼仙**

職業  
高級珠寶品牌總監  
界別  
工商界



**梁慧恩**

職業  
社企責任及可持續發展總 (環保)  
界別  
工商界



**張寶華**

職業  
傳媒集團高級副總裁  
界別  
藝術及文化界



**趙式芝**

職業  
慈善基金主席及上市公司董事  
界別  
工商界



**潘楚穎**

職業  
時裝品牌行政總裁及  
慈善基金董事  
界別  
工商界







《小手愛地球2013》童心皂福耆樂日已於7月27日及8月4日圓滿結束！兩場再造肥皂工作坊合共超過200人出席。小朋友都學到利用身邊材料製作環保肥皂的方法，與老友記一起進行環保小遊戲，渡過了愉快又充滿愛心的下午。



13

本年度社會發展組別《及時行愛2013》系列由上年年尾開始分階段進行。關愛長者問卷調查、長者百人拍攝計劃、福樂心甜大型長者活動、長者溝通技巧分享月會以及童心皂福耆樂日環保工作坊的成功舉辦，實屬大家努力的成果。在此衷心感謝所有嘉賓、贊助及支持機構、會長楊嘉欣、社會發展顧問葉能參議員、所有籌委會成員及工作人員，以及一直支持我們的朋友，令一連串工作計劃可以順利完成，達到宣揚關愛身邊長者之效。

城市女青商會繼續履行「服務社會，訓練自己」的精神，推廣及時關愛身邊長者的意識予大眾，為社會盡一分力。







## 《皇者之皇青商廚神大賽-環球廚神鬥一番》

《皇者之皇青商廚神大賽 - 環球廚神鬥一番》已於6月30日完滿舉行。是次比賽反應非常熱烈，大家都踴躍報名，本會亦有幸邀請了 < 饅宴 > 創作總監 Jacky Yu 擔任比賽評審。當日超過100位朋友蒞臨支持。各參賽者都施展渾身解數，發揮高超廚藝及無限創意，比賽既刺激又緊張，經過連番激鬥後終於分出高下。**賽果如下：**

### 會長盃：

- 冠軍** 半島青年商會會長張智恆及晉峰青年商會會長梁嘉恩
- 亞軍** 城市女青年商會前會長陳曼華參議員及上屆會長周清心
- 季軍** 北區青年商會會長趙敏賢及城市女青年商會會長楊嘉欣

### 青商盃：

- 冠軍** 騰龍青年商會
- 亞軍** 城市青年商會
- 季軍** 維多利亞青年商會

### 個人競技皇：

騰龍青年商會前會長鄧顯懷



李燕樺	Dorothy Lee	7月4日
陳曉琳	Vicky Chan	7月12日
周清心	Dora Chow	7月24日
郭智嬌	Kate Kwok	7月27日
林可茵	Amy Lam	8月3日
周韻瑩	Cherry Chow	8月10日
陳韻琪	Candy Chan	8月11日
梁逸翹	Becky Leung	8月13日
趙瑞萍	Bowie Chiu	8月16日
潘慧嫻	Emilie Poon	8月26日
何珮珊	Caroline Ho	8月29日
區灼賢	Clara Au	8月31日
杜嘉儀	Lizzy To	9月23日
林穎兒	Angel Lam	10月5日
譚金燕	Yen Tam	10月17日
黃清河	Anna Wong	10月18日

梁希彤	Niki Leung	10月29日
羅新貝	Suzzan Law	10月29日
陳凱珊	Linda Chan	10月30日
楊嘉欣	Kathy Yeung	11月2日
古麗珍	KK Ku	11月7日
楊珮琪	Peggy Yeung	11月13日
袁愷儀	Ivy Yuen	11月13日
劉家瑜	Yoki Lau	11月23日
梁志芳	Mandy Leung	11月26日
李貝詩	Bess Li	11月27日
黎茜璇	Sally Lai	12月1日
關詠欣	Wendy Kwan	12月2日
吳婷婷	Trinity Ng	12月3日
簡曉慧	Molly Kan	12月9日
文顯楠	Philic Man	12月9日
屈麗儀	Winnie Wat	12月23日

Happy Birthday







很多時候與青商的會友見面都是於工作計劃的籌備會議上，但這次大家約出來輕鬆一下 - 齊齊參加「逃出香港」遊戲。起初一班姊妹同心合力去拆解一個又一個難題，但面對限時即至，在半放棄的氣氛下，各人開始表現真我的一面：有人在場內波波池「暢泳」一番，有人在談天大笑，但有人仍死心不息地認真解題，最後竟然靈機一觸想出答案，順利過關！這種體驗就如在青商裡，往往把不同性格的姊妹走在一起籌備活動，透過過程中一個個難題磨練出默契和團隊合作，最後能精彩完成工作計劃呢！

Nancy Yau 邱翠婷

好開心姐妹們有機會聚一聚，一齊勇敢挑戰密室遊戲。睇字畫，查古文，捐窿，玩劍，絞盡腦汁，殺入「逃出香港」。起初以為會有恐怕懸疑狀況出現，幸好大家沒有被機關嚇怕。密切期待下一次再「逃」！

Catherine Chung 鍾凱程



我很高興能成為城市女青年商會的其中一員。透過這個渠道，我能夠認識不同界別的人士，與他們交流之中，我能體驗陽光般燦爛的生命力，以及互相交流夢想。我期望能把這種正能量滲入工作，保護更多家庭，然後尋找真相背後的原因。

Philic Man 文顯楠

能夠有幸成為城市女青年商會的準會員，心情既是開心，亦是期待。開心的是能夠加入一個充滿活力，團結一致的大家庭；期待的是希望透過工作計劃，能夠服務社會，擴闊自己的眼界。

Alice Yeung 楊詩雅



**NCR**

**NCR** 保險代理  
Insurance Agency  
保險服務  
Insurance Services

九龍旺角廣華街48號廣發商業大廈5樓504室  
Rm. 504, 5/F, Wealth Comm. Centre, 48 Kwong Wa St., Mongkok, Kln.

Email: [willy@ncrins.com](mailto:willy@ncrins.com)

工程全險 Contractors All Risks	旅遊 Travel	家居 Home	第三者責任 Third Party Liability
團體意外/醫療 Group Personal Accident Group Medical	醫療 Medical	專業責任 Professional Indemnity	
汽車 Motor	火險 Fire	僱員賠償 Employees' Compensation	貨運 Marine Cargo
業主責任 Owner Liability	財物全險 Property All Risk	家傭 Domestic Helper	大廈法團責任 BOCTPL
店舖 / 寫字樓 Shop / Office	產品責任 Product Liability	高爾夫球 Golf	個人意外 Personal Accident
中國醫療咭 China Medical Card	盜竊 Burglary		





**KWOK TAI** 國泰螺絲廠有限公司  
SCREWS MANUFACTORY LIMITED



*Le Vin de Cristal*

**Walter Industries Limited (Electroplating)**



**With Compliments of National President Paul Wu and his wife Crystal Chau**



# MENCE

SKIN CARE & BODY TONING AUTHORITY  
男士護膚纖體權威 | SINCE 1980

## 擁有超過 33 年悠久歷史

- ✓ 獨有體重管理概念申請為註冊專利技術
- ✓ 舒適、安全、直接、有效健康體重管理療程
- ✓ 減肚臍、練肌肉、去眼袋、修雙下巴
- ✓ 無藥物、無需節食
- ✓ 高科技被動式運動
- ✓ 比運動快六倍減除脂肪

### 舒適的修身療程

MENCE 特地為準新人設計了「S&V 新娘纖體美顏療程」及「H&T 新郎塑形修臉療程」。MENCE 的 Managing Director Mence Tsoi 指這兩項療程並非簡單減去脂肪，而是要塑造出既健康又勻稱的身段和迷人的面孔。「我們以獨有的無創抽脂技術 NLDs (Non-Invasive Lipo-Destruction System)，減除脂肪、肚臍、結實肌肉及健康管理，更針對面部問題進行提升輪廓、去雙下巴及眼袋黑眼圈。能在短時間內塑造出俊朗新郎，與玲瓏窈窕的美麗新娘，讓他們在任何角度下都散發迷人魅力，引來艷羨目光。」提供高水準服務故一直備受客戶讚賞，多年來獲獎無數，價錢大眾化，療程效果持久。



Before



After

### H&T 新郎塑形修臉療程

新郎做了一個半月健康纖體療程後，減去了十一磅的脂肪，同時增加了六磅全身肌肉，塑造出倒三角的健碩身形。他亦做了面部輪廓提升療程，去除了雙下巴、眼袋和黑眼圈，成為俊朗不凡的型男新郎。



Before



After

### S&V 新娘纖體美顏療程

療程後新娘減去了二十磅脂肪，手臂、腰腹和大腿共減少了十吋！療程同時收緊鬆弛皮膚和結實肌肉，提升胸部和臀部的線條，使她的身形更有曲線和突出。而面部則做了 V 型臉與眼部提升，令她變得更漂亮動人。



Before



[www.facebook.com/MENCEBEAUTY.HK](http://www.facebook.com/MENCEBEAUTY.HK)

新人免費熱線：3106 3368  
[www.mence.com.hk](http://www.mence.com.hk)  
[info@mencegroup.com](mailto:info@mencegroup.com)

總店：尖沙咀  
T 3106 3368  
太子  
T 2368 7999

銅鑼灣  
(東院道)  
T 2111 9718  
(希慎道)  
T 2117 8038

中環  
T 2117 8068  
特許加盟店  
北京，菲律賓，廣州



# 青少年勉勵基金

The Youth Encouragement Foundation



## 青少年勉勵基金

創辦目的是鼓勵香港青年，尤其學業成績一般的一群，協助他們建立積極的人生目標，建設及服務社會，成為社會上有價值的人。

基金另一宗旨是凝聚40歲以下的青年企業家，建立他們肩負社會責任的正確心態，取諸社會、回饋社會。

基金協助青年的範圍，不單是生活津貼或獎學金等金錢援助，更包括工作實習機會、創業輔助、教育活動、物資援助及法律諮詢服務等等，以多種途徑協助時下青年。

## 年內正式成立



青少年勉勵基金





**JCI**  <sup>TM</sup>  
**City Lady**

