JCI 城市女青年商會
（國際青年商會香港總會成員）

幗萃

城市女青年商會會刊
2010 VOL. 3
7月1日出版

封面故事： Dreamer - Karen

各大範疇半年回顧

2012 HK ASPAC 報捷

溫州歌唱家：柯綠娃專訪

時尚生活： High Pet Pet

幗萃有獎問答遊戲

寓愛力行，領袖達人

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。

目錄

3	華語 - 會長的話
4	家書 - 總會指派執行委員的話
5	幗萃回顧 & 有獎問答遊戲
6	專題訪問 - Karen
8	專題訪問 - 藝真．情更深
10	月會回顧
11	六月月會 - 年中頒獎典禮
12	時尚生活之 High Pet Pet 篇 & Fun 純集
13	2012 HK ASPAC 報捷 & 攝影比賽結果公佈
14	皇者之皇大賽最新戰況
15	小手愛地球
16	誰說不可能 !?
17	專欄
18	會員歡樂時刻
19	越大越快樂 & New 嘢講
20	活動預告 & 編．心

出版事務顧問：黃明偕參議員

副會長：馮嘉盈

董事：陳韻琪

主編：譚霭雯

記者：岳芷羚

會長的話

『正面』、『積極』是在青商旅途上學會的其中兩樣東西。

作出『正面』的改變，以『積極』態度面對人生的挑戰。

『正面』及『積極』不但可以令一個人煥然一新，更可以影響及感染身邊的人。

可能是同性 (格) 相吸，會內盡是同性 (格) 的會員居多，大家相處融合，姊妹情深，不亦樂乎。在任何活動都盡見開心、興奮、溫馨及快樂的場面。

由五月份開始，會內的工作計劃都進行得如火如荼。我們的社會服務工作計劃『小手愛地球』已於五月十五日成功舉行開幕禮。

至於總會舉辦的皇者之皇比賽、公開演講比賽、以及星加坡的亞太大會，姊妹們都積極參與，全情投入。還在比賽當中獲得驕人的成績。

在全情投入會務之餘，不忘娛樂。還記得姊妹們在星加坡的環球片場內，在一個極度普通，非常平凡的『冰冰轉』內，姊妹們亦玩得津津有味，就像發現超新時代玩意一樣的場面。一一令人難忘！所謂『開心過一天，不開心亦要過一天，何不開開心心地過每一天 ?』

讓我們抱著開開心心的心情去面對我們的當下，以及接受未來的挑戰吧！

陳曼華
城市女青年商會會長

總會指派執行委員的話

二零一零年已經過了一半，回顧過去六個月，城市女青年商會承諾了每個月出一本會刊，她們真的做到了。人生有了目標，個人就會向著清晰的目標前進。

過往參加過不少領袖才能訓練，導師與我們分享過如何利用 SMART 去訂立自己的目標，就讓我在這裡與大家重溫。

S- SPECIFIC 清楚明確的目標

M - MEASURABLE 可以量度的目標

A - ACHEIVEABLE 能達到的目標，太高太低的目標也不適宜，高少許已經足夠

R - REALISTIC 實是求是的目標，目標不宜虛幻

T - TIMING 要有期限的目標，在指定時間內完成

而我相信城市女青商會會長陳曼華及董事局成員應該也應用了 SMART 原則去制定今年的會務計劃，我期待一個又一個目標圓滿達成，給會友既愉快又難忘的一年。

總會六十周年會慶在上半年亦已圓滿慶祝，豐富的青商週節目，已教大家目不暇給，而六月份的亞太大會中，國際青年商會香港總會亦成功申辦 2012 亞太大會，令我們青商為自己身為香港青商而感到自豪，實現總會今年的口號「青商領袖 你我為傲」。展望九月的第四十屆總會周年大會，我相信一樣會多姿多采，為大家帶來難忘的青商經驗。

羅家遠參議員
國際青年商會香港總會副會長

一月一出版　回味情誼間

不經不覺，幗萃今年已經出版了第七份 (連號外)。一切就如夢境一場。二零一零年一月一日，我們創造了一個創舉！作為第一份能出版並派到總會職員及分會會長手中的分會刊物，我們感到榮幸！隨後每月為會友貼身追縱城市女青年商會的會務狀況，我們出版事務努力於每月第一星期出版號外——除了六月。因為六月是一個特別的日子，星加坡亞太大會就在六月初舉行！今年亞太大會更對香港意義重大！我們需要競投 2010 香港亞太大會！因此，我們緊貼亞太大會，在競投隊伍回港的一刻，將新鮮出爐的六月幗萃號外派到各人手上！讓大家感受到城市女青對成功競投 2012 香港亞太大會是如何興奮！

七個月來，幗萃滿載城市姊妹的感動、感激、興奮、成功，是城市姊妹間的溝通橋樑，也是讓其他外來朋友感受城市姊妹活力、快樂、學習動力的其中一種方式。今期幗萃，在主編譚靄雯帶領下，又是另一個特色。期望看過今年七期幗萃及幗萃號外的你，更了解我們城市女青是如何在歡樂中求進步！

出版事務組別

一月一日出版 眾會長支持幗萃

機場接機一刻 幗萃熱辣送上

幗萃有獎問答遊戲

精美手造彩碟　答中問題　立即屬你！

為答謝支持幗萃的讀者，答中普通難度問題者，幗萃將送上出版事務組別親手製作，獨一無二，自選圖中高雅彩碟其中一隻！而答中高難度問題的禮物則是比圖中彩碟更精美的禮品！

留意問題及參加辦法喇！仍未儲齊七期幗萃的，可於封底索取地點取得幗萃或到本會網頁查看網上版。如有任何查詢，請聯絡出版事務董事陳韻琪 (電郵：candy.chan@cljc..org.hk)

普通難度問題：請問一至七期，每期專欄《才女有 Say》各期主題是甚麼？

高難度問題：在所有幗萃的《糖思送詞》專欄中，隱藏了一句句子道盡城市女青的特色，是什麼句子呢？

提示：

1. 城市女青致力成為領袖，當然是專欄的開首中尋找啦！
2. 字句不一定順次序，有時要逆向思維哦！
3. 幗萃是一個整體，當然每期也要在參與！

請將答案發送電郵至出版事務組別 (2010pub@cljc.org.hk)，並註明：姓名、聯絡電話 及 電郵地址，主題註明：幗萃有獎問題遊戲。

截止日期：8 月 30 日

得獎者將於九月號外公佈並有專人通知領獎

幗萃六期 梗要儲齊

Karen — Dreamer

訪問及文字：主編譚霭雯

哪個女人不愛美？！有多少女生不愛珠寶？！有誰不想把自己的興趣變成自己的工作？！走進 Karen 的辦公室，就像進入高級會所的 VIP ROOM，除了有預料之內的珠寶擺設之外，印入眼簾的還有一座如假包換的豎琴！就從這個像極家裡書房的辦公室我們一起探索這位藝術家的生活哲理。

七月份的主題專訪就像四月號的延續，繼婚紗主題之後我們這次帶大家進入珠寶的世界．邀約著名珠寶設計師 Karen 為我們這期月刊的嘉賓，無獨有偶，同期也有其他雜誌和 Karen 做訪問．面對面，從網站及其他雜誌中印象清麗脫俗，舉止高雅的她卻從調皮可愛的對答中帶給大家一股清新的力量。

簡單的選擇：喜歡 VS 不喜歡

放下書包走進大公司，從什麼都沒有到小有成績，Karen 開始思考接下來的人生路，繼續做下去相信一定會有更好的成績，但那時一定會捨不得放棄，那不如就乘還沒去到捨不得的地步就走出來去闖闖吧！可是什麼時機才適合創業呢？問了很多朋友，Karen 知道創業的時機不在於任何外在因素，而是在乎於自己！當自己已經有了最壞的心理準備時，那就是最好的時機，『反正失敗了又不會死，那還怕什麼？！』語氣輕鬆自在，那種自信的美表露無遺。

與其說 Karen 選擇做珠寶設計不如說是珠寶設計選擇了 Karen。要創業就選自己拿手的，可是 Karen 卻說她拿手的應該是雕塑和陶瓷吧，可是自小已經非常喜歡珠寶的她覺得珠寶設計其實也就是迷你版的雕塑和陶瓷，還要再考慮的話，那就把問題再簡單化，就是喜不喜歡的問題了，可以把拿手的雕塑和陶瓷技巧融入珠寶設計當中，這時最理想的選擇！

美．放下的藝術

佩戴珠寶，特別是一些體積不是很小的珠寶，總讓人有敬而遠之的感覺，因為它們都應該是在婚宴或是大型晚會上才會出現的，平時的裝簇和比較誇張的珠寶總是很難聯想在一起，『錯！這種觀念太錯了，誰說不可以，我就試給你看！』二話不說轉身就把一條鑽石陪襯藍寶石及珍珠的項鍊戴上，只看珠寶本身，你不會選擇在白天佩戴，再看 Karen，她只是穿了一套很素雅的淺灰色小洋裝，可是兩者的融合卻讓你覺得天衣無縫。

『就是這麼簡單，要懂得選擇，越多並不代表越美，特別是參加晚宴很容易就 too much ！衣服、頭飾、披肩…已經不需要首飾的搭配都已經 too much 了，可是很多人依然不肯罷休的再戴上無數的首飾，不需要，需要的是--放下！懂得放下才是最難的，而學會放下之後也是最美的。』

蘊藏著千萬幸福的小石頭

珠寶設計師的眼中，那一顆顆閃閃發亮的小石頭價值不在於它的重量、淨度、切割…而是在於它裡面的故事和意義。『每一顆寶石都在地底醞釀了幾千萬或是幾億年的時間了，在人世間也許也流傳了千百轉，它們都有無數的故事在裡面，有眾所週知的，也有不可告人…』

大型珠寶店都喜歡用無數的照射燈令櫥窗裡的珠寶更加迷人，可是 Karen 卻說用蠟燭的光線已經足夠，而且是最好的。『不要讓它整顆的閃爍，這樣太沒有內涵了，讓它從深處慢慢閃出來那才是最美的。』

『每一顆寶石、每一件首飾都是充滿愛和幸福的．因為你只會在開心的時候買首飾，也因為愛那個人才會送寶石或首飾給她，所以它們是充滿祝福的。』說的時候 Karen 的眼神特別堅定，而且閃爍這幸福的光芒。

懂得生活的女人最美

充實的生活讓 Karen 覺得滿足，她享受這樣的快樂。可是讓人擔心的是怕她太累，壓力會很大。『怎麼會？！』她說得好像覺得這是一件匪夷所思的事，『這是我喜歡的事，做喜歡的事怎麼會有壓力？！不想畫設計圖的時候我還可以彈彈豎琴，或是畫其他的東西，這是我的生活，不用分開，也沒有壓力。』

整個訪問都輕鬆極了，沒有藝術家難搞的脾氣，卻感受到藝術家獨有的堅持；沒有高不可攀的姿態，卻有充滿童真的心；沒有不肯回答的問題，只有數不盡讓你不知怎樣取捨的寶貴答案。懂得生活，用心分享，Karen 就像一顆閃閃發光的寶石，讓你愛不釋手。

關於 Karen

Karen 於意大利佛羅倫斯 Le Arti Orafe 珠寶設計學院及 Lorenzo de' Medici 藝術學院進修珠寶製作與設計，並於意大利及日本深造珠寶製作和鑑定。

2003 年創立自己的珠寶品牌 "Karen Jewel"，並且於國際大賽中屢獲殊榮，包括『DTC 國際鑽飾比賽 Best of the best award』、『大溪地珍珠設計比賽亞洲區冠軍』等。

專題訪問 - 柯綠娃

記者：岳芷羚　　文字：陳韻琪

藝真．情更深

女人，總希望擁有個人事業，同時有完美家庭。可是社會對事業有成的女性，同時總帶著某種貶義。女性事業太成功，便會被人指摘高傲，難以擁有愛情，是隻高薪高職卻沒有愛情的「敗犬」……可是一切對於她來說，這種「敗犬」並不是絕對存在。女性可以用自己的能力擁有一片天，同時亦擁有令人羨慕的愛情。她，是柯綠娃，一名中國土生土長的聲樂家，一名事業愛情兩兼顧且深得觀眾緣的女高音！

事業背後 — 謙遜．知足

從小注定走著音樂的路，就讀星海音樂學院附中聲樂系、考入中央音樂學院、以優異成績被保送中央音樂學院歌劇系碩士生；新人時獲全國新人新作聲樂比賽獲得銀獎、其後更獲得日本長崎蝴蝶夫人國際聲樂比賽第一名。更與戀人馮國棟一起組成情侶檔舉辦音樂會分享藝術的世界……能夠擁有如此完美的人生，只因她知足、謙遜。

「我並不認為自己真的很成功，藝術的路太漫長了，我只是向成功邁向了一步。」大概這就是柯綠娃成功的原因，屢獲獎項，被喻為溫州最傑出的女高音的她，一直只是在追求更高的藝術生命。對於名利，她並不在意，卻在意有沒有用心做好自己的本份，更在意自己是否謙遜地對待別人。「只有謙遜的人生才是成功的人生」，沒有了持才傲物的藝術家脾氣，有的只是一份專心致志、堅毅，致使她能擁有今天寓興趣於事業的人生。確實不止是藝術家、音樂家，謙遜、知足、專心致志實在是所有期望在事業有一番作為的人需要學習的地方。

愛情背後 — 關懷．遷就

要在事業屢創高峰，不算最難；要與情人一起在事業屢創高峰，並且鶼蝶情深才是最難的地方。柯綠娃與情人馮國棟識於微時，從音樂學院時已經在一起。一路走來已經超過十年的感情，是怎樣維繫呢？答案是保持新鮮感。而如何保持新鮮感？則是源於兩人的互相理解、遷就。有些人，一同工作 (例如同一公司)，總會特別多爭執，也容易傷害彼此之間的感情。可是柯綠娃反而認為，兩人在同一領域上發展，能夠兩人同行，互相交換意見也是進步的一個方法。會不會爭執，只在乎是否願意聆聽對方的意見罷了。溝通，確實重要過一切。

當然，另一個秘訣則是：切勿強過你的情人。男人總是有強烈的自尊心與好勝心。因此女人在外邊再強也好，也得遷就遷就身邊的另一半吧？確實我們女性，愛一個人，希望有人疼惜自己時，也要好好尊重與理解另一半呢！

兩人走來，一同演歌劇，辦歌唱會，羨煞旁人。藝術總需要情作為養份，專一於藝術、專一於情份。就如柯綠娃自己所言：「一個人能夠找到自己喜歡的事而且有義意的，是件幸福的事。」我說，能夠事業愛情亦堅持下來的，是比幸福更幸福的事。十月三日，本港有幸請到這對幸福戀人在香港大會堂辦歌劇演唱會，能夠見識這比幸福更幸福的歌唱會，大抵聽眾才是最幸福。

月會回顧

四月月會主要是介紹我們一年一度的國際事務盛事—— 2010 新加坡亞太大會。

當晚有幸邀請到副會長林穎兒與我們分享多年來於亞太大會的開心經歷，令我們更熱切期待於六月的星加坡亞太大會。本會並且在四月十六日獲得《亞太大會宣傳短片大獎》的短片籌劃主席兼創作人馮天慧與我們分享短片的製作過程與及當中的苦與樂。

至於整晚的高潮當然是有獎問答遊戲，各會員與顧問熱烈參與，忘懷投入於遊戲之中，更有壓軸終極大抽獎！獎品是「亞太大會註冊費用全費」！最終落於幸運兒準會員呂潔瑩手中！實在可喜可賀！

至於五月主題則是 Colourful Life 由於青商是一個讓我們的人生圖畫添上更豐富色彩的階梯。因此會員事務組別便以彩色人生作為主題，讓會友享受色彩繽紛的一晚！同時慶祝我們於公開演講比賽、皇者之皇陸運會獲獎。

當晚有豐富遊戲，陸運會得獎者分享、亦有總會執行副會長伍進超青商前來分享他的入會經過與作為青商的得著、更有公開演講比賽公開組冠軍陳韻琪青商的演講表演及分享！所有嘉賓亦盡興而歸！錯過了或想再一次感受到我們城市姊妹的熱情會友，多多參加我們的月會吧！必定有得著！

四月月會籌委會主席余潔鈴及會員事務組別
綜合報導

1. 可愛短片首播 畫質絕無甩拖
2. 冠軍人馬在城女 氣勢演講臨月會
3. 幸運大抽獎 星洲滋味免費嚐
4. 成功非僥倖 齊人最開心

六月月會 - 年中回顧

半年度頒獎禮

2010 年上半年度頒獎禮暨六月份月會於 6 月 15 日完滿舉行，作為首次担任主席的我，心情既緊張又興奮。是晚主題為 [摘星之夜 · 賞賞您]；[賞賞您] 第一個 [賞] 字，是代表青年商會感謝各位會友所付出的貢獻及支持；但第二個 [賞] 字又怎解呢 ?.. 每當自己付出努力完成某事，得到別人的認同讚賞，心理總會感到開心；但其實活在當下，最重要還是自己懂得欣賞自己。有人將有限的生命發揮到極致，但也有人渾渾噩噩過了一生；其中最大的差異在於，前者看到了自己的價值，後者則無。因此，認識自己、肯定自己，是成功的不二法門。最後，衷心的一句：恭喜當晚得獎者，若未有獲得獎項的會友，也要欣賞自己，繼續努力，我們於全年度頒獎禮再見。

六月月會籌委會主席
黃詩韻 Anna

即席投票，人人識笑

型人頒獎，最是讚賞

快樂獲獎，有賴青商

城市女青年商會 2010 年上半年度頒獎禮			
最傑出工作計劃	《小手愛地球——保衛綠地球》新聞發佈會暨開幕典禮	傑出工作計劃優異獎 鏢機王爭霸戰	2010 皇者之皇
最傑出工作計劃主席	楊卓姮 《小手愛地球——保衛綠地球》新聞發佈會暨開幕典禮	傑出工作計劃主席優異獎	郭智嬈 私家訓練營 II
最傑出工作籌委	鄭寶雯 城市女青年商會 2010 年 碟舞飛揚奔 fund 夜暨三月份月會	傑出工作籌委優異獎	陳智雯 城市女青年商會 2010 年 碟舞飛揚奔 fund 夜暨三月份月會
最傑出幹事	陳韻琪 出版事務幹事	傑出幹事優異獎	劉彥如 行政事務幹事
最傑出董事	杜嘉儀 記錄及獎勵董事	傑出幹事優異獎	黎蒨璇 商務發展董事
最傑出常務董事	潘沁怡 副會長 (國際事務，公開關係事務)		
最有貢獻顧問	歐陽劍偉參議員 領導才能發展顧問	有貢獻顧問優異獎	姚維晉 公共關係顧問
最投入準會員	陳麗霞	最投入準會員優異獎	潘慧嫻
最傑出新會員	陳韻琪	傑出新會員優異獎	郭智嬈
最傑出會員	楊嘉欣	傑出會員優異獎	楊卓姮
最「好幫手」會員	黎蒨璇	「好幫手」會員優異獎	馮天慧
最受歡迎活動宣傳 (video)	城市女青年商會五月月會 Joyest Colourful Life		
最受歡迎月會 (雙冠軍)	2010 年度董事局就職典禮暨 一月份月會「延展芳華」	城市女青年商會 2010 年 碟舞飛揚奔 fund 夜暨三月份月會	
最受歡迎會員	黎蒨璇		
最受歡迎司儀	陳韻琪 城市女青年商會 2010 年碟舞飛揚奔 fund 夜暨三月份月會		
飛躍進步大獎	李嘉儀		

High Pet Pet & Fun 純集

時尚生活之 High Pet Pet 篇

時尚生活篇是每年商務發展範疇的重頭戲。今次我們繼續有得玩，有得食，有得學，推出時尚生活篇之 High Pet Pet。今年六月二十六日，在一站式寵物超級市場 Pet Mex 內，我們請來了三位重量級導師教我們如何料理寵物，更分享了他們的商機之道！

當天時代寵物美容學院院長張婉華小姐 (Sandra) 分享了她的創業經過和狗隻美容的心得，更即席示範了如何替愛犬剪毛；香港犬隻訓練總會副主席李德良先生 (Decky) 則介紹了如何訓練狗隻，當中最重要是獎賞、指令與控制須結合。還示範了正確用狗繩的方法！最後有寵物靈氣專家侯家傑先生（Man），講解了靈氣與人甚至寵物的關係，喚醒了大家切勿過於思念去世的寵物，同時，寵物與主人的健康息息相關。主人多向寵物灌輸正能量，寵物自然更健康；寵物健康，主人則會更加健康。

經過三位講者的講解，加上參加者們帶同狗隻一同分享狗經，High Pet Pet 在一輪歡笑聲結束！但是商務發展組別絕不會停步，七月份月會再會有令人興奮的主題，記緊密切留意！

黎蒨璇
商務發展董事

專業導師教剪毛 犬隻舒服樂融融

教愛犬聽話 主人笑哈哈

愛寵講座不嫌多 期望下次再 Encore

靈氣治療助愛寵 健康快樂唔會窮

Fun 純集

6 月 25 城市會慶
兄弟會慶 姊妹齊賀

4 月 26 ASPAC Bidding Party
亞太競投派對 禮物絕不空虛

5 月 14 日 high Coffee
貓屎咖啡親手製 香濃滋味在搖曳

5 月 6 日 總會六十周年會慶
總會難得六十載 巾幗常見盡精英

2012 HK ASPAC

讓我們期待 2012 香港亞太大會

每年一度的青商盛事，亞太大會今年假星加坡舉行。今年本會一行十三人參加這項盛事，除了見識了極具規模的亞太會議、慶祝香港在亞太大會獎項中豐收外，更重要的是，由本會會長顧問梁葆迅參議員帶領的二百三十人香港競投團隊，競投 2012 亞太大會主辦權的過程。從籌備 Bidding Party, Hong Kong Night, Trade Booth, VIP Luncheon 等等在亞太大會中的香港競投活動，到切切實實在星加坡帶領二百多人齊聲吶喊…一切都讓作為香港競投團隊成員的我們感到倍感自豪！因此，當亞太大會會議主席宣佈 2012 年亞太大會主辦權在香港時，全場 (包括各個國家的與會者) 齊聲歡呼！激動，是因為我們身為香港人，高興能夠有機會舉辦如此大型盛會！感動，是因為在場幾千名各國不同國藉的青商好友們共同支持香港 2012 亞太大會！心動，是作為青商一份子，蠢蠢欲動為香港 2012 亞太大會做些什麼！當天在場的好友，請記著我們這份心情，讓衝動延續到 2012 年，當天未能在場的，切勿再次錯過這一生人難忘的機會，2012 ！預埋你！

國際事務組別

「全力以赴 做到最好」的感動

本組別於新加坡亞太大會中舉辦了一個名為 「我們難忘的 ASPAC 攝影比賽」，共收到 10 張參賽作品，並於 6 月份月會中以投票方式選出了優勝作品。財務長關詠欣 (Wendy) 以一張名為「全力以赴 做到最好」的相片以最高票數獲勝，相中主角便是今次帶領 200 多名香港青商共赴新加坡申辦 2012 香港亞太大會凱旋而歸的主席 - 梁葆迅參議員，相信一齊去的城市姊妹都會感受到 200 多人一同做到「全力以赴 做到最好」的這一份感動。

「皇者之皇」大事件

主辦皇者之皇鏢機賽，持續擢獎氣勢在

「皇者之皇」是一個透過不同形式的比賽讓 19 個分會一齊聯誼、砌磋武藝的活動，這亦是一個給予 CLJC 建立公共關的機會。今年，一共有 6 個「皇者之皇」比賽，於 4 月及 5 月已經舉行了 3 個「皇者之皇」- 由本會主辦的「2010 鏢機皇爭霸戰」、「JC Sports Day」及「青商廚神之五味繽紛六十載」。

CLJC 的姊妹出名也「文」也「武」，在過去 3 個「皇者之皇」創下驕人佳績。我們以人多勢眾策略於鏢機皇爭霸戰勇奪 4 人團隊賽冠軍、女子個人亞軍及最高出席 (25-44 人)。以準確計算黃金比例策略於 JC Sports Day 成功打破前兩年的紀錄獲得 2 金 1 銀 1 銅、全場女子個人總亞軍及全場分會總季軍。及以一貫保持水準的策略於廚青商廚神比賽分別以「CURRY and the CITY」命名佳餚勇奪廚神盃亞軍，會長陳曼華以「牛肉會知音」從 16 個分會會長云云牛肉中勇奪「紛甘同味」會長廚神盃及「最具創意會長」廚神大獎。

在餘下半年還有 3 個「皇者之皇」，分別是保齡球比賽、羽毛球比賽及歌唱比賽，如果您想一展才能、想輕鬆一下、或想認識其他青商朋友，就要踴躍參加！

公共關係組別

噴火蠟燭賀籌委，爭霸之餘友誼貴

開幕飛鏢射中靶，鏢機比賽唔會差

小手愛地球

小手愛地球 音樂衛地球

Bon Bonn 大使教小手，保衛地球免憂愁

「小手、網友愛、綠香港」

由城市女青年商會主辦《小手愛地球——保衛綠地球》一系列有關環保教育活動。學生透過「傳遞綠訊息 I」活動，於「保衛地球建議卡」內提出一些透過保護環境從而救地球的可行建議，建議人們關注日常生活，傳遞環保訊息。而新聞發佈會暨開幕典禮已於 5 月 15 日由主禮嘉賓教育局局長政治助理 楊哲安先生帶領下，假創新中心大樓圓滿舉行。

開幕典禮後，本會網址不斷收到參與學生之回應，總共收集過千位學生的綠色建議！經本會細心挑選後，超額選出了一百三十隊學生，進行「傳遞綠訊息 II」活動，互相交流環保心得，分享綠色生活點滴，並就對方之綠色建議方法，利用電腦繪圖工具圖像化描繪出來，並有機會參與 7 月 3 日假米埔舉行之「米埔親子教育遊」暨閉幕典禮。先鋒們有機會透過支持機構——世界自然基金會之帶領，進一步認識綠色新文化。履行校園內宣揚環保訊息先鋒之職責，造就清新、友愛之綠校園，為香港締建出一個「保護地球 • 珍惜資源」綠色文化之國際城市。

為了讓社會廣眾關注氣候變化及保護環境等問題，小手愛心綠「蔓」延將安排於港鐵社區畫廊(港、九、新界站)展覽學生之作品。小手愛心不斷往外伸展、延續，猶如植繁茂生長，從而在市民心中奠下一個持續環保的積極態度，實踐「保護地球 • 珍惜資源」的理念。

就讓我們從今天開始，由身處環境出發，為學校文化圈內造就一個清新、友愛之綠校園。並為香港締建出一個「愛護環境、珍惜資源」綠色文化之國際城市！

城市女青年商會
《小手愛地球—保衛綠地球》計劃籌委會主席
楊卓姮

小手大手愛地球 環保訊息遍全球

城市姊妹齊齊撐，旗艦計劃遍萬家

小手歡樂愛地球，籌委聚會樂悠悠

誰說不可能!?

Public Speaking 點解贏，皆因 Fans 夠哂型

常說青商是學習的地方，領導才能組別當然照顧著各位會友在個人成長中的需要！今年我們舉行了「私家訓練營 II」。「Yes! We can ！」，突破自己是今年「私家訓練營 II」的主題。在何紹忠參議員帶領下，大家渡過了一個既快樂亦充實的一天。當中的重頭戲就是讓我們這一班從沒學習過空手道、跆拳道的女手徒手劈開六分厚木板！說到劈板，連我們的 NAEO 亦搖身一變成為教練，教我們將一切不可能化成可能！

城市女青年商會有自己的訓練營，總會當然亦有讓十九分會濟濟一堂的訓練營啦！作為青商的一份子，城市姊妹當然用盡總會提供的機會，今年兩次的 5-star Training 亦有新會員參加！會員們參加後亦對青商增加了認識，從而在努力在青商這個寶藏取得屬於自己的技能！而今年 JCI Presenter 及 JCI Trainer 亦有會友參加。直至今天，城市女青已經擁有十位 Presenter 以及兩位 Trainer ！！

除了訓練營，我們更加能夠透過青商的不同媒介訓練自己。總會舉辦一年一度的公開演講比賽便是一例。今年我們的會友在公開演講比賽中大豐收，包括副會長潘沁怡獲得青商組季軍，而出版事務董事陳韻琪更加獲得了公開組的冠軍！證明我們城市姊妹的實力確實強勁！下半年領導才能發展組別將會繼續為大家搜羅增值自己的方法與機會！請密切留意！

領導才能發展組別

上屆會長做 Present 淡定清晰人最精

五星課程，玩得高興

勇敢劈板，無懼挑戰

新晉導師畢業生，期望為會再加分

專欄

黃金蝦的奧秘

煮海鮮難，現代女性放工後買餸做菜是否更成苦差。有何方法偶爾討一討愛侶喜悅，既不用多花時間，又不需大費周章？只需獻出三十分鐘，親自下廚來一客「牛油黃金蝦」，賣相豪華亦吃出甜蜜滋味。

<< 牛油黃金蝦 >>

材料 / 調味料：

1. 急凍巨蝦 6 隻，解凍
2. 鹹蛋黃 3 粒，蒸熟壓爛
3. 牛油 3 湯匙
4. 蒜茸 3 湯匙
5. 蔥花 1 湯匙
6. 粟粉 3 湯匙
7. 糖少許
8. 雞粉 1/2 茶匙

醃料：

1. 蒜粉 1 湯匙
2. 鹽 1 湯匙
3. 白胡椒粉 1/2 湯匙

做法：

先將蝦洗淨抹乾，去頭，留殼，在背部劃開去腸 (不要切斷)，用醃料撈好，放入雪櫃雪 20 分鐘。

快火落油起鑊，先將蝦沾滿粟粉，落鑊煎炒至金黃全熟，盛起備用。

中火落牛油起鑊，爆香蒜茸，轉慢火加入鹹蛋黃，糖及雞粉，炒至溶化起泡。

加入蝦兜勻，上碟灑上蔥花即成。

溫馨小提示：若與愛侶騰出一個黃昏一起入廚，花心意佈置一下餐桌，悉心挑選餐具餐巾，必定會有意想不到的效果呢 ~

By Sylvia Ngok 岳芷羚

思考源頭　治本療效

心裡總想著要戒煙戒酒戒賭戒懶戒賴床戒暴躁……最終卻仍然不敵誘惑的經驗，相信你與我都試過。在大多的時候，我們的意志力原來薄弱得很，用一年努力戒除某些壞習慣，或許一秒鐘便功虧一簣。然後我們會洩氣、自責、放棄…認為再也沒能力去改變現狀…真的嗎？我們只能眼睜睜看著一切不能改變嗎？還是我們過往只是「頭痛醫頭，腳痛醫腳」，治標不治本？我們是中國人，中醫講求對症下藥，腳痛嗎？可能是腰出事了，醫腰不醫腳。可是我們卻在壞習慣上沒有這種治標的思考。賴床嗎？調較三五七個鬧鐘外加阿媽男友人肉大鬧鐘吵醒自己吧？結果通通關掉然後繼續倒頭大睡。因為源頭是根本不明白為什麼要這麼早起！！那麼改變得大概是讓自己擁有早起的動力，而非如何用鬧鐘吵醒自己了。試想想你樓下有一位美女 / 俊男 (或波士也行！)，每天在樓下等著你，不一早起床化妝裝身才怪！

所以，確實想改變壞習慣壞脾氣的話，不如思考一下發生源頭，再對症下藥吧？

By Candy Chan

會員歡樂時刻

踏入六月，正當全世界球迷都為著世界盃而歡呼和吶喊之際，國際青年商會總會、各分會及所有會員都熱烘烘地推出自己的旗艦活動。有龍頭的十大傑青和 UNMDG; 有實力派及經驗豐富隊伍的兒童繪畫比賽、青年領袖選舉、書法比賽和全港司儀大賽，活動各有捧場客和支持者。身為初哥的 CLJC，當然要加把勁，集合各隊友的力量，製作一些有意義的工作計劃，為社會大眾服務之餘，一班隊友都能有所提升。由年頭至此，除了一班現有隊友之外，好開心多了一班充滿活力和熱誠的新隊友參加 CLJC，新舊隊友通力合作、互補不足，刷出新的火花，為 CLJC 打出一場漂亮的一仗。以下是過去半年，各位 CLJC 隊友於大大小小活動上留下的美好回憶，與大家分享！

生日名單，New 嘢講

生日名單

會員	周清心	7月24日	陳韻琪	8月11日	顧問	黃明偕參議員（出版事務顧問）	7月1日
	郭智嬈	7月27日	何珮珊	8月29日			
	淨思	8月1日	區灼賢	8月31日		鍾可成（審計專員）	8月26日
	黃詠勤	8月4日	張健容	8月16日			
	劉彥如	8月7日	杜嘉儀	9月23日		許華達參議員（審計專員）	9月18日
	李晶晶	8月9日	古麗珍	9月25日			

New 嘢講!

在短短幾個月間，我明白到只要願意嘗試，挑戰和學習機會便接踵而來。我知道要改變自己絕非易事。青商正是一個很好的平台，讓我們隨著自己的意願和步伐作轉變。深信我的選擇是正確的。

Clara Au

參加了 PMO 和做了五月月會籌委後，實在感到非常高興！最高興的是參加了 5-star Training ！能夠參加這個有義意的活動，全賴 JCI 給我的機會！在當中我認識了很多不同的朋友，亦明白了 JCI 的結構和重要性。在此我希望分享在 Training 中學到的兩句話「當你有機會時，卻沒有經驗；當你有經驗時，也許已經沒有機會！」及「Learning by Doing」，希望在 JCI 中，能夠學習到更多的知識，得以成長。

Emilie Poon

由 09 年中開始，經由朋友介紹，開始接觸青商，雖然還未宣誓成為正式會員，但也盡力協辦過兩個活動，而在參與過程中實在學到了很多，與眾人一同合力達成目標，雖然過程都不會是一帆風順，但處理各種的突發事件，正是我們所需要學習的。

Priscilla

回想起我剛認識青商的那一天，真的令我難以忘記。難忘的是你們的那份熱情和抱負。一起高聲地叫口號的那一幕，真叫人振奮呀！好像去了什麼傳銷公司或什麼熱切的教會一樣。當時我真的感到有點陌生和害怕！

但經過幾次見面後，發覺這個會就好像一個聯合國一樣，從事不同界別的朋友會擔當不同的網位，各人盡顯所長。

雖然我還是一位學生，但大家都對我很好，讓我見識不少，更讓我認識到社會上的不同事物。在此，我也要多謝介紹我認識青商組織的朋友—Kaniel Chan。

希望大家能多多指教和開心地享受這裡的生活啦！

Wing Yeung

城市女青商於我這新份子來說，是：

一次會議的速度體驗；一個項目的精準拿捏；一場活動的全情投入；一份業餘的專業態度。生命影響生命，我會做的不多也微小，但憑著熱誠站在你們的崗位裡，可以參與擔任月會籌委，一嘗在極有限的時間內統籌出高質素節目，實在期待！望城市女青商的正能量將我的生活繼續注滿。平日工作志在讓藝術融於生活、將藝術滲入社區、促藝術與商業共存…正努力於商場的您，如果想觸碰及支持藝術，請找我，靈感必會如泉湧出呢。

Sylvia Ngok

活動預告、編者的話

七月	
7 月 3 日	小手愛地球
7 月 20 日	七月月會
7 月 31 日 — 8 月 1 日	會長學堂
八月	
8 月 3 日	總會青商簡介會
8 月 10-14 日	Shanghai World Expo
8 月 22 日	Mega Concert in SMC 2010 (巨星演奏廳 2010)
8 月 29 日	八月月會及第四屆會員周年大會
九月	
9 月 21 日	九月月會
9 月 24-26 日	45th JCIHK National Convention

幗萃索取地址

1. 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 字樓
2. 璇之舍 — 深水埗青山道 164-170 號，宇宙商場地庫 B42 B/F 舖 .
3. Coffee Lover — 香港九龍紅磡漆咸道 436-450 號，富運大廈 LG-10 舖
4. Dynamix Centre — 上環蘇杭街 69 號，20 樓 2004 室

或 於城市女青年商會網址 http://www.3-study.com/redirect.php?url=http://www.cljc.org.hk 下載

編者的話

看我們自家出的月刊已經成為一種習慣，想不到今年七月的會刊我有幸可以成為主編，在這樣難得的機會下，雖然時間萬分緊逼，但仍然希望可以帶給大家耳目一新的感覺。

現代女性給人硬朗、拼搏、獨立、自主的印象，而這也是我這次通過會刊想帶給大家的感覺和主題。想減少以往比較嬌柔的設計，讓整體看起來更有時代感，也感謝各位的鼎力支持及幫忙，帶來更豐富及精采的內容和分享。

這期的會刊因為正好來到一年的中間，我們很高興可以藉此和大家分享我們過去半年的努力及收穫，而這一期的主題訪問『珠寶』也十分配合我們的成就，我們成立的一開始就像一顆完全沒有被打磨過的小石頭，可是在會長和董事局及各位顧問的帶領下，我們開始像被慢慢琢磨，終於我們開始發出屬於自己的光芒，我們的成績如何？就讓本期會刊和你一起見證、一起分享我們的付出和我們的果實！

會員 譚靄雯

With the Compliments

of

Senator Vico Yip & Selina Yip

Gerflor

Taraflex® Sports flooring

World No 1 in indoor sports flooring

港 澳 區 代 理

MIAMI BUILDING MATERIALS CO. LTD.

Tel : 香港 2391 7849 / 澳門 6636 0413 Fax : 香港 2789 1050 / 澳門 2836 9067

E-mail : miami888@netvigator.com Web : http: // www.gerflor-miami.com

巾幗薈萃 群芳繁華

二零一零年總會執行副會長

李騰駿參議員

國際青年商會香港總會
2010年總會副會長
總會指派執行委員

羅家遠參議員

致意

Delight Image

www.delightimage.com

城市女青年商會簡介

城市女青年商會創立於2007年，乃國際青年商會香港總會轄下第十九個分會，為最年輕的成員。本會以中文為法定語言，會員均為女性。

本會秉承「鍛練自己，服務社會」的精神，並依循青商四大發展機會，推出各類型工作計劃，讓會員透過參與的過程而得到各方面的訓練和服務社會的機會。本會現正積極招募有志服務社會的傑出女性，不斷壯大我們的團隊，成為有組織、具規模、充滿幹勁熱誠的青年組織。

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交本會（支票抬頭「城市女青年商會有限公司」/ "City Lady Junior Chamber Limited」）
2. 所繳交的費用將用作支付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給香港或以外地方，作統計及配對之用（根據個人資料（私隱）條例），並應用以上資料和其他有關本人資料作非商業用途。

查詢：info@cljc.org.hk　　www.cljc.org.hk

準會員申請表格

致：　城市女青年商會
香港上環干諾道西21 — 24號海景商業大廈21樓

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：_____

其他社會團體服務經驗：_____

本人證實以上資料乃屬正確完整，如有虛報，將被取資格，已繳款項將不獲退還。

簽署：_____ 日期：_____

幟萃索取地址

1. 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 字樓
2. 璇之舍 - 深水埗青山道 164-170 號，宇宙商場地庫 B42 B/F 鋪
3. Coffee Lover - 香港九龍紅磡漆咸道 436-450 號，富運大廈 LG-10 鋪
4. Dynamix Centre - 上環蘇杭街 69 號，20 樓 2004 室