

# 幗萃

LADY'S LINK

2023 Vol.45

八月號



## 承傳專訪

歌手、音樂劇演員、配音員、  
活動主持、聲線訓練導師、歌唱及戲劇指導

何洋 ERNESTINE

# 專注專業 力求卓越

## 名人薈專訪

JCI VICE PRESIDENT SENATOR —

MYUNG-SIK  
SHIN

愛心髮型屋 —

LOBBY BY  
HAIR CORNER

2014年全港時尚專業  
女性選舉得獎者及  
KING'S香港藝術體操  
芭蕾舞學院校長 —

吳頌蘭 博士

城市女青年商會自創會後出版第一期會刊《楓萃》，目的是作為社會、商會及會員間溝通橋樑。

響應環保減少紙張印刷，本年度推出楓萃書籤並印有電子版 QR code，歡迎查閱以下本年度的電子楓萃！



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

真光女書院  
油麻地窩打老道 54A 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

LOBBY by Hair Comer  
觀塘觀塘道 418 號創紀之城五期 (apm) 3 樓 L3-5 號舖

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

宜居設計  
香港荃灣青山公路 459-469 號華力工業中心 16 樓 P 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

SK Care  
尖沙咀漢口道 28 號亞太中心 14 樓 1401-1406 室

Prime Hair N' Care  
尖沙咀寶勒巷 9 號和益中心 5 樓

道淨心靈 / 愛的私語塔羅 Whispers Love Tarot  
九龍長沙灣永康街 77 號環蒼中心 2101-2103 Room B

KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 紅磡置富都會總校  
九龍紅磡都會道 6 號置富都會商場 8 樓 831 號

KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 荃灣南豐分校  
荃灣青山道 264-298 號南豐中心 21 樓 2101F 室

KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 屯門栢麗分校  
屯門屯喜路 2 號栢麗廣場 12 樓 1212 室

KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 北角 NPAC 分校  
北角北角道 10 號 NPAC 亞太廣場 19 樓 1903-04 室

KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 石門分校  
沙田石門安群街 3 號京瑞廣場一期 12 樓 M 室

KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 銅鑼灣分校  
銅鑼灣銅鑼灣道 19-23 號建康大廈 16 樓 01 室

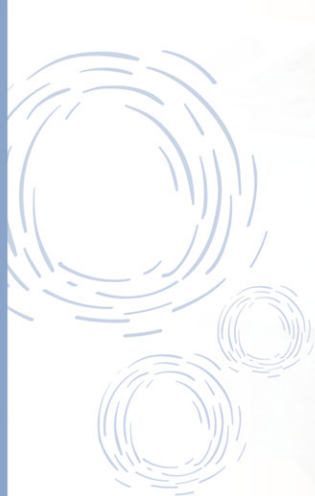
KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 荔枝角分校  
荔枝角長沙灣道 650 號中國船塢大廈 21 樓 2103 室

KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 觀塘分校  
觀塘成業街 7 號寧晉中心

名人薈: DIVA MUSIC PRODUCTION—

何洋 ERNESTINE

“  
只要給予  
機會，  
每個人  
的才華  
都可以  
發揮出來  
”



 Roland

# 目錄

P3	目錄、青商信條、團隊、主編的話
P4	國際青年商會、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	2023年城市女青年商會董事局、會員喜訊、8-12月活動預告
P8-10	名人薈：Diva Music Production - 何洋 Ernestine
P11	名人薈：JCI Vice President - Senator Myung-Sik SHIN
P12	名人薈：LOBBY by Hair Corner - Jason
P13-14	名人薈：KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 - 吳頌蘭博士
P17-19	國際發展組別：2023 ASPAC 亞太大會
P20	4月至7月份月會回顧
P21-22	商務發展組別：2023全港時尚專業女性選舉
P23	青年事務組別、公共關係組別
P24	清遠市拜訪交流團
P25-26	社會發展組別：小手愛地球 2023 - 童步跑 Offline
P27	領導才能發展組別、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  
黃明傑參議員



副會長  
俞珺寧



出版事務幹事  
黃汝瑩



主編  
石芷澄

## 主編的話

感謝大家的信任，讓本人擔任今年第三期《欄萃》的主編。今次的主題是「承傳」，作為一個西方玄學工作者，對這個題材很感興趣，因為本人正在接受老師們的傳承，所以想了解作為一位領袖或者老師所需要具備的態度，希望將來成材後承傳老師們的教誨能夠幫助自己成為一位優秀的西方玄學老師。過去的我曾經因為天份所帶來的壓力及閒言閒語而逃避夢想，但在進行專訪時發現每位受訪者在承傳方面都有一個共通點——就是用心對待任何事，所以才會遇到困難和挑戰時都會積極面對，從而去克服問題。由此可見，「世上無難事，只怕有心人」，本人亦都因為這次的專訪，重燃了追夢鬥志，從而建立了自己的工作室及開始發展自己的興趣。

## 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 (JUNIOR CHAMBER INTERNATIONAL CITY LADY, 又名 JCI City Lady) 為國際青年商會香港總會屬下第十九個分會，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。國際青年商會致力為年青人提供發展領導才能、培育社會責任感、發展企業精神及增進友誼之機會，冀能藉此締創建設性之改進，為全球社會發展作出貢獻。透過「服務社會、訓練自己」來培養領導能力和責任感。城市女青年商會歡迎每一位充滿熱誠與幹勁的 18 至 40 歲年青人參與。一同發掘所長，成為明日領袖，成己達人。為社會注入新力量，創造更多積極正面的改變。



## 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！

踏入了 2023 年的第三季，本會各工作計劃都百花齊放，三個旗艦工作計劃「全港時尚專業女性選舉」、「小手愛地球 - 童步跑 Offline」、「TEEN 才築職」亦進行得如火如荼。

還記得上年和董事局成員及籌委會主席抱著熱誠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情了。轉眼間，一份一份的初心，一個一個的價值逐漸呈現出來，並一一實現。

「承傳」是本年度本會其中一個目標，也是今期幟萃的主題。我們目標能承前輩們的智慧 and 經驗，再加以改良、注入新知識、配合時代變遷，讓本會的理念及宗旨、各會員的知識一直承傳下去，延續青商的精神。

我認為真正的「承傳」不單止是本會優良文化及系統，最重要還有每一位領導者的初心和核心價值。你們知道「傳承」和「承傳」這兩者最大的分別是什麼嗎？傳承，是現代傳，下一代承，所牽涉者兩代。承傳，是現代承 接上一代，然後傳給下一代，所牽涉者上今下，是三代。如果沒有「承」，何以來談「傳」？

在傳承的過程當中，需要知道我們是在一個承傳的關係裡。很多的時候，我們認為自己在做一件新事，可是若我們不明白自己在「承」的關係裡，不明白每件事情的因由，不明白每個決定的初心，不明白每個計劃的價值，就很難真正地去「傳」。因此，必需靠每一位領導的努力，將核心價值一直延續下去。

最後，借此感謝每位董事局成員的付出、每一位會員的投入及每一位幟萃讀者的支持，一起繼續將本會優良文化和精神薪火相傳，生生不息。

城市女青年商會會長  
司徒詠詩



國際青年商會香港總會  
總會會長

余修賢 參議員



# 總會會長致辭

城市女青年商會在前半年所取得的成就真的讓人感到欣慰和驕傲。大家透過「全港時尚專業女性選舉」、「TEEN 才築職」和「童步跑 Offline」等工作計劃，團結了姐妹們的力量，表揚對社會有貢獻、有承擔的事業型的女性，促進家庭關係及學生的生涯發展，並燃起了青商精神的火花，為社會和城市作出了貢獻。

而本刊今期「承傳」的主題也提醒了我們作為國際青年商會的會員，是需要不斷地傳承經驗和知識，並延續青商精神。在過去幾個月，城市姐妹們透過不懈的學習、成長和實踐，從各工作計劃、關心會員及會務管理均展現了青商精神，並為新晉會友及會外的年輕人樹立了榜樣。

最後，我要向城市女青年商會的各位會員表示祝賀和感謝，你們通過努力和奉獻，為青商運動和社會作出了貢獻。我期待著和你們一起，繼續推動城市女青年商會的發展，讓青商精神在香港和海外，能跟進一步地傳承和發揚。

謝謝大家！

# 總會指派執行委員 致辭

轉眼間，來到了 2023 的下半年，城市女青年商會的旗艦工作計劃，也去到尾聲。

由開幕禮，到工作計劃裡的各個工作坊，以至閉幕儀式，背後都埋藏着一眾城市女青年商會董事局與及籌委會成員的汗與淚。

本期欄萃的主題「承傳」，非常表達到本年度她們所付出的。她們花上時間與精神，不但成就了更出色的自己，成己達人，將一個又一個充滿影響力的計劃承傳下去。

三大旗艦工作計劃也讓我深切感到，城市女青年商會讓大眾了解到時間的重要性。

在「童步跑 Offline」中，我們體會到小朋友童年時間的可貴，疫情後的學童精神狀態非常值得關注；在「TEEN 才築職」中，一眾學生體會到為人生方向作好準備的急切性；而在「全港時尚專業女性選舉 2023」中，我們從得獎者身上體會到，只要能把握好時間，每個人也可以擁有更充實更有意義的人生。

雖然一眾旗艦工作計劃去到尾聲，但我深信在 2023 年的未來日子，會長司徒詠詩及董事局成員將會為 City Lady 的成員，與及社會大眾繼續帶來更多積極正面的影響，培訓出更多領導人才。

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

JUL



Summie 2/7 Olivia 16/7 Tracy 22/7 Joybee 23/7



Dora 24/7 教父 25/7 Kate 27/7 Bonnie 28/7

AUG



Casey 7/8 Candy 11/8 Becky 13/8 Bowie 16/8 Caroline 29/8



## 喜訊



會員 Waverly 弄瓦之喜

## 8-12月

# 活動預告

17/8 八月份月會 (社會發展)

26/8 TEEN 才策職工作實戰計劃分享會

17/9 第十七屆會員周年大會暨九月份月會

22/9 | 第 58 屆國際青年商會香港總會週年大會  
24/9

19/10 十月份月會 (公共關係)

16/11 十一月份月會 (會員發展)

14/11 | 國際青年商會世界大會 2023

18/11

13/12 十六周年會慶



# 名人薈

## Diva Music Production 何洋 Ernestine

Diva Music Production 是一家表演和舞台製作公司，其創辦人為何洋小姐 (Ernestine)。Ernestine 畢業於曼谷哈羅國際學校 Harrow International School (Bangkok)，之後回到香港並進入香港演藝學院戲劇學院主修表演，並獲得學士學位。她曾獲得匯豐銀行慈善基金－香港與內地學生交流獎學金，並獲得 EF 國際語言學校的贊助前往紐約進修課程。Ernestine 以優異成績考獲英國皇家音樂學院聲樂八級證書，曾獲得多個公開歌唱比賽冠軍，並演唱過多首電影歌曲，參與多個大型音樂劇製作。此外，她還熱衷於教授舞台表演技巧。



### 傳承藝術發展：一位藝術表演者成為藝術教育者的心路歷程

Ernestine 自小開始對表演和唱歌產生濃厚的興趣，並加入了學校的合唱團。由於德望中學合唱團聲揚威國際，每年都有許多表演機會，她參加時感到自己相對有一定的優勢。然而，她在中三時離開了德望中學選擇到泰國就讀哈羅國際學校。第一次上戲劇課，更讓 Ernestine 嘆為觀止，原來有這樣的課目可以學，更發現透過戲劇可以展現自己多方面的才能，並開始被老師邀請參加各種表演和比賽。她在表演和唱歌方面天賦異稟，因此在高考時決定報讀戲劇課程，最終被倫敦大學金匠學院和香港演藝學院錄取。她選擇回港升學，因她深信香港發展也有一定的優勢。Ernestine 立志成為一名優秀的音樂劇演員，她把握在香港演藝學院學習期間和畢業後的每一個演出機會，努力做到最好，將自己最美的一面呈現給大眾，讓觀眾們有最佳的體驗。畢業後，她更被劇團負責人發掘，開始在音樂劇和話劇等各種製作中擔任女主角，展開人生新的一個里程碑。

### 藝術教育之路：一位藝術表演者將藝術承傳給下一代

Ernestine 除了在表演方面有豐富的經驗外，還開始了教授唱歌和戲劇的工作。這個機會是原由於她的師兄何遠東先生向她提出代課。雖然一開始她沒有任何相關的經驗，但透過不斷的嘗試，Ernestine 逐漸成為了一位專業的唱歌和戲劇老師。憑著她對音樂和教育的那份熱情和初心，她亦成功開設了屬於自己的工作室，希望將音樂藝術承傳給下一代，啟發更多有心於音樂路上發展的年青人及小朋友。

### 藝術教育之核心價值：不同年齡層的理念分享

Ernestine 的教育理念針對不同年齡層的學生有不同的重點，適時地調整教學方法和內容，也非常重要。對於兒童，她認為重點在於讓他們對音樂產生興趣和愉悅的感覺，因此在教學過程中需要更著重培養興趣，讓孩子能夠享受學習的過程。同時間，需要根據孩子的興趣和能力水平定期進行適當的調整，不要給他們過多的壓力和限制。而對於小學生和中學生，她希望能激發他們對藝術和戲劇的興趣，並讓他們意識到藝術並不只是興趣，還有可能成為未來的職業。

對於成人，她的教育重點則在於幫助他們提高技能，解決唱歌或演戲中遇到的問題。當然，讓他們從藝術中找到自信和樂趣也是非常重要。她發現很多人來學唱歌都有特定的目的，例如參加公開的歌唱比賽或學唱幾首特定的歌曲作表演。而成年人在唱歌時也會遇到常有的問題，例如年輕時唱歌方法不正確，隨著年齡增長，肌肉也變得無力，因此有些音域再也無法唱到。在這種情況下，音樂指導可以幫助他們找到另一種唱歌方法。

唱歌有助於心理治療。有時候，唱得不好或唱不到某些音域是因為情緒無法釋放，這時需要幫助學生放鬆心情，釋放聲音。與兒童相比，成年人學唱歌的目的和需求更加多樣化，因此在指導成年人學唱歌時，需要更多地關注他們的個人需求和心理狀態。對於所有學生，她相信在藝術教育中，要讓學生發揮創造力和想像力，同時提高他們的表達能力和溝通能力。她的藝術教育理念是要讓學生在學習藝術的過程中不斷成長和進步，並培養他們的自信心和熱愛藝術的精神。



### 藝術教育的核心價值：一位藝術教育者的見解

Ernestine 認為最有價值的事情是看到自己的學生有所進步和「開竅」，並且能夠幫助他們發現自己的價值和提升自信心。這樣的成就感和滿足感遠比任何獎項和成就都更有價值。與學生建立良好的關係，瞭解他們的興趣和能力，從而讓學生更能享受學習的過程，並在藝術領域中不斷成長，發光發亮！

### 承傳藝術的挑戰：一位藝術教育者的經驗和應對策略

Ernestine 認為把藝術傳承給下一代最困難的地方是建立信任關係和解決學生的困惑和挫折感。為了解決這些困難，她採取了以下措施。首先，建立良好的師生關係。了解每個學生的興趣和需求，並適時地調整教學方法和內容。第二，提供全面的支持和鼓勵。適當時給予讚美，「多鼓勵，少批評」這能有效地協助學生克服困難和挫折感，激勵他們繼續學習和進步，並能增強學童自信心。最後，建立對藝術的熱誠和興趣。作為教育者應讓學生確認自己在藝術領域中的熱情和天賦。傳承藝術需要教育者擁有充份的耐心和熱情。如果自己也沒有了熱情，又怎能感染學生也投入藝術領域當中呢？所以，堅守自己的初心非常重要。

### 家庭中的藝術承傳：一位藝術教育者兼母親的心路歷程

Ernestine 有兩個孩子（分別是一歲的女兒及三歲的兒子），她覺得孩子在這個年齡最重要的是讓他們感受到藝術的樂趣和美好，而不是要求孩子完美地演奏或唱歌。她希望可以為孩子提供更多的音樂和藝術體驗，例如聆聽不同風格的音樂、一起唱歌、一起跳舞或玩樂器等等，讓孩子自由地探索自己的興趣和天賦。在這過程中給予孩子適當的鼓勵和支持，讓他們在藝術領域中逐漸成長和發展。同時，她強調不要讓自己的擔憂和期望過份投射在孩子身上，無形中帶來了難以負荷的壓力和負擔。讓孩子能在開心愉快的環境下體驗藝術的美好和樂趣才是最重要的。

### 為年輕人創造機會：一位藝術教育者的初衷和動力

Ernestine 的理念是「給年輕人機會是社會的共同責任」，這是因為她自己在過去也是從年輕獲得很多進步和發揮的機會，並且在不斷地努力和學習中成長。她相信每個人都有自己的才華和潛力，只要給予機會和適當的平台，他們便可以發揮出來。她希望能夠教育更多年輕人，讓學生們能展現自己的才華，並且在這個過程中一起成長。因此，Ernestine 除了教學外，亦積極尋求與更多機構及慈善團體合作，希望爭取更多表演機會給學生。她也非常注重質素，因為只有有質素的表演才能夠持續吸引客戶和觀眾，才能為大眾給予最好的音樂體驗。

## 疫情下的藝術發展：一位藝術工作者的反思和調整

在疫情期間，這家藝術公司的發展方向確實有所改變。由於所有演出都需要暫停，他們不得不透過新事業轉型尋求安穩，怎至有所突破。例如開設錄音室和屬於自己的 YouTube 頻道，以及更加注重宣傳和推廣策略。同時，他們更需要著力關注公司的財務狀況和生存能力，並且更加努力地尋找新的商機和發展機遇。公司必須要不斷地調整、定期檢討或改變發展策略，以應對這個特殊時期的挑戰。



## 未來展望

### 追尋藝術之路：一位藝術工作者的理念和目標

Ernestine 作為一個藝術工作者，她的目標是不斷地提高自己的藝術水平和技能，並且尋找新的表現方式和創新思路。她希望可以在不同的領域上、不同的舞台上挑戰自己，例如音樂劇演員、婚禮表演歌手等，並且通過自己的表演和音樂，為觀眾帶來愉悅和感動。同時，她深信透過自己的教學和指導，幫助到更多學生發掘自己的音樂潛能，並且激發他們對音樂和藝術的熱誠。此外，建立一個有影響力的音樂教育機構也是她一個長遠的目標，把高質量的音樂教育發揚光大。同時間，她也希望可以通過自己的音樂和表演，為社會做出一些貢獻，將正能量散播開去。她的目標是成為一個全面發展的藝術工作者，並且通過自己的努力和創新，不斷地推動藝術和音樂的發展。

### 探索藝術世界的未來：一位藝術工作者的展望

Ernestine 的主要表演範疇是唱歌、音樂劇、配音和參與婚禮及活動演出，同時也在持續發展自己的樂隊。在教學方面，她的目標是用心教學，讓每一位學生都有所收穫，無論是在聲音、表演還是戲劇方面。她希望能夠幫助學生在角色扮演中找到自己感興趣的地方，並從中發現新的潛力和價值，提升個人自信。

### 讓回憶比想像更美：一位藝術工作者的使命

「讓回憶比想像更美」這句話是 DIVA Music Production 創立時的標語，主要是針對客戶而非教學方面。這家公司願景是讓每一場婚禮演出都能讓新人和賓客留下最美好的回憶。音樂可以提升整個活動的氛圍，而現場演唱比單純播放音樂更具感染力，尤其是在演唱浪漫情歌時，能夠讓賓客們特別記得這夜晚。這就是 DIVA Music Production 想要傳達給新人、新人的家人和賓客的訊息：讓他們記住這場婚禮比想像中更美，現場的情況比想像中更浪漫和神秘。他們希望每次演出都能讓客人深刻印象，留下美好的回憶。

### 勉勵讀者勇往直前：一位藝術工作者的鼓勵與啟發

Ernestine 鼓勵讀者，無論是在藝術還是任何領域，只要用心做事，不只為了取悅別人或賺錢而做事，而是投入和熱愛自己所做的工作，就能夠獲得更多的成就和滿足感。同時也要不斷地學習和成長，保持對自己工作的熱情和信念，就能提高自己的能力和影響力，讓自己在領域中成為一個優秀的角色。

### 感恩之心：一位藝術工作者最想感謝的人

Ernestine 特別感恩她的母親，母親的鼓勵和信任讓她在藝術表演的道路上不斷成長。另一位是她的歌唱指導 - Leo 老師，Leo 老師除了給予 Ernestine 歌唱上的意見、教導人生道理外，更經常推薦她參與不同的表演機會，例如劉松仁導演的《利瑪竇音樂劇》、杜德偉《信自己》現場和音、《失戀日》電影預告片歌曲演唱。而 Ernestine 的丈夫雖然不浪漫，但她感謝丈夫的實際、理性，陪伴她更好地面對事業的挑戰和困難。感恩之餘，Ernestine 努力地不辜負眾人，亦勉勵各讀者都珍惜所擁有的，在人生道路上繼續成長，發光發亮！



# 名人薈

## JCI Vice President Senator Myung-Sik SHIN

### From JCI to Business Success: An Interview with a Korean Entrepreneur

In this exclusive interview, it is our honour to have the opportunity to talk to JCI Vice President Senator Myung-Sick Shin. He shares his thoughts on his JC journey, business development and strategy, effective leadership and management skills in a global context.

Myung-sick Shin joined JCI Taeon in 2008. He was the Local President in 2017 and Regional President of the Chungnam-Sejong region in 2018 and 2019. He led JCI Korea as Executive Vice President (EVP) of Special Business in 2020, EVP in 2021 and National President of JCI Korea in 2022. At international level, Myung-sick Shin has attended four JCI regional conferences and three JCI world conferences.

#### **Q: What inspired you to join JCI and how has your experience been so far?**

**A:** I joined JCI Taeon in 2008, on the recommendation of senior members. I realized it was such a great opportunity to expand my social network and business. I tried my best to work hard as a Vice President. In my JC Journey, I have had the chance to create my personal breakthrough through a various of events, including international conferences, meetings with government officials and sponsorships. These kinds of experiences make me become stronger in facing difficulties and challenges. My vision is to inspire more and more JC members to be successful leaders and achieve their goals world-widely.

#### **Q: Congratulations on being elected as World Vice President of JCI! What are your thoughts on this new role? Any tips on being a good leader?**

**A:** For me, this is an absolutely special and memorable experience. I am excited to work with other JCI leaders on meaningful projects. My target is to provide direction, support, and guidance to my team in order to achieve a common goal. There are 6 key responsibilities of a leader may include: Setting a vision and goals, motivating and inspiring, making decisions, communicating effectively, managing resources and leading by example.



#### **Q: How do you manage and collaborate with a team from different countries effectively?**

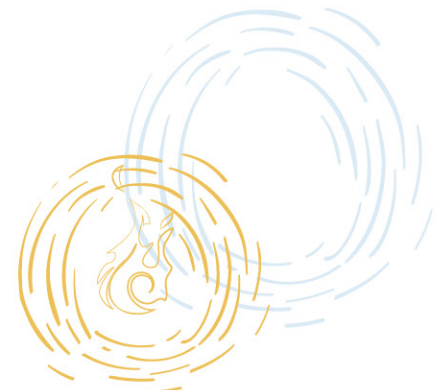
**A:** Collaboration with a team is an important tool for all JC leaders because it increases productivity and helps you overcome communication challenges. It can also allow team members to exchange helpful feedback and identify each of your teammates' strengths for different tasks and projects. The most obstacle to being a JC leader is language barriers. It is a barrier in communications and hinders understanding. Therefore, it is important to develop a collaborative environment.

#### **Q: JCI Hong Kong focusing on the element of "International". Do you have any tips for enhancing resource allocation between different countries and chapters?**

**A:** Experience is the most important thing when it comes to allocating resources effectively. Members who have attended international events can provide valuable insights and help guide decision-making. Building relationships with members from other countries and finding common interests can also help enhance resource allocation. For example, my personal connection with a member in Japan led to a successful cooperation between Korean and Japanese businesses. It is also important to have transparent communication among regional presidents to ensure smooth cooperation and resource allocation.

#### **Q: Would you like to share your positive quotes and message to JCI Hong Kong members?**

**A:** "The harder you work for JCI, the greater you will feel when you achieve it." Please do not be afraid to take on new challenges. Keep striving for excellence and creating more and more positive impact in your community and beyond. IT WILL WORTH IT!



## 名人薈

LOBBY by Hair Corner  
Jason

### 師父的啟蒙，為他日的創業之路奠下種子

Jason 是一位擁有 15 年理髮經驗的髮型師。眾所周知，理髮行業一向是實行師徒制的。Jason 回憶入行初期，師傅對他的啟蒙和教導影響深遠，奠定了他日後貫切「以客為先，從心出發」的理念來對待顧客。他更因為想提供客人最好的服務和產品及享受到最舒適的理髮環境，從而萌生擁有自己髮型屋的構思。2019 年創業初期，他首先在觀塘工廈內開設一人理髮店，其後由於客人需求更大，於是在 2021 年進駐同區大型商場，為客人提供更舒適及的理髮環境。髮型屋定位文青風格，店內設有自家咖啡店。他亦積極參與義剪及鼓勵客人捐贈頭髮活動，致力成為一家配有生活主題的愛心髮型屋。

### 一直堅持不變的信念：以客為先，從心出發

當疫情爆發時，Jason 也有擔心生意會受到影響。然而，他以客為先的經營理念反而令他的生意更大大提升。因為小小的髮型屋只在一個時段為一個客人服務，店內裝修風格充滿「家」的感覺，進屋要脫鞋和消毒雙手及身體。這讓客人感到更加安心和放心。由於生意越來越好，客人需求更大，同時 Jason 遇到了一位適合的生意夥伴，於是他在 2021 年更進駐了觀塘區大型商場，在 APM 成立了一家佔地二千呎的髮型屋，為顧客提供更全面更優質的理髮服務，高峰時期，每日接待超過 100 位客人。

### 當起傳承者，肩負更多社會責任

上文提及到，Jason 一直秉持著一個信念：「以客為先，從心出發」。他選擇使用更環保和更天然的產品，並且積極參與義剪和鼓勵客人捐贈頭髮。這些活動包括為區內的長者、智障人士和低收入家庭定期進行義剪服務。近年，他甚至當起傳承者，教導義工基本的剪髮技巧，讓更多的有心人士能夠參與義剪活動，身體力行幫助到更多有需要的人。他希望透過每個人出多一點點力，凝聚起來可以像漣漪般傳遞開去，讓更多人關注並參與社區的公益活動，香港人的力量是可以很大的。

### 未來動向

Jason 積極籌劃成立公司義工隊，投入更多資源幫助到社區更多有需要的家庭，並且讓更多人知道他們公司的理念。此外，他還希望開拓頭皮護理這個業務，他發現脫髮問題漸趨年輕化，加上都市人生活壓力大、掉入了不良的飲食和生活習慣，導致種種的頭皮問題產生。因此，他希望除了提供有關頭皮護理的產品和服務外，並教導客人如何有效保護和護理頭皮。他更計劃與本地社區和公益機構合作，開展公益活動的新一章節，為社區作出更多貢獻。總而言之，愛心髮型屋的故事是一個關於創業者不斷追求卓越和積極參與社區公益的故事。Jason 始終秉持著「以客為先、從心出發」的信念，他認為用心做好每件事，這不僅是他工作的原則，更是人生的原則。

# 名人薈

KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院

## 吳頌蘭 博士



KING'S 香港藝術體操芭蕾舞學院 (KING'S) 是香港最歷史悠久且最具規模的藝術體操學府，校長吳頌蘭博士 (Dr. Yolanda) 於北京體育大學考獲運動訓練教育學博士學位，2009 年創立香港首間藝術體操學府，成為當時全港唯一一所藝術體操舞蹈學校。吳博士從小熱愛藝術體操，大學畢業後放棄高薪厚職的翻譯員工作。她開辦學校前曾擔任香港隊教練超過七年，更曾獲邀為印度國家隊擔任顧問，是香港首位美學體操國際裁判。2009 年至今，KING'S 全港首創一個課程兩個考試，並引入英國藝術體操考試課程，幫助超過 3000 名學生考取國際認證以升讀心儀小學，多名學生獲得柏立基爵士基金獎學金、屈臣氏學生運動員獎或各校之非學術獎學金。

### 精益求精 - 由運動員成為國際裁判

精益求精的態度，令吳頌蘭博士由港隊青年軍晉身成為港隊教練，並考取國際裁判資格。吳博士憑藉多年的努力和奮鬥，把自己的經驗和技能轉化為成功的事業，從擔任港隊教練和國際裁判，發展至成立自己的學校，再發展至一間連鎖學校，同時成為國際賽事的主辦方，展現了她的卓越才能和對藝術體操及美學體操的熱愛。「我擔任港隊教練時很年輕，主要職責是為運動員們制定訓練計劃和出外比賽的全盤計劃，包括行程、預算等等，這鍛鍊了我日後為運動員籌辦大型比賽的能力。記得 21 歲那年，我第一次去到多哈亞運會預賽做裁判，當時眼界大開，因為在場見識的全是標準的國際賽事。」這些經驗大大提升了吳博士日後成立學校所需要的技能及經驗。隨著時間的推移，吳博士的事業逐漸擴展，作為一間連鎖學校的校長，她需要管理多間分校，並帶領同事們發揮團隊精神，提供優質的教學和服務。吳博士的成就不僅止於此，她在 2013 年創辦「女皇杯」- 香港國際藝術體操及美學體操邀請賽，希望增加本港運動員與外地運動員交流的機會，吳博士說：『「女皇杯」常客有馬來西亞、內地和新加坡等地，還有其他國家如紐西蘭、烏克蘭、西班牙和加拿大等國家參加過。希望未來能夠吸引更多的歐美隊伍來參加，讓比賽更國際化。』

### 一個理想，不同角色

從成立首間藝術體操舞蹈學院、以至發展成連鎖品牌學校，到成為國際賽事主辦方，及至擔任國際美學體操總會亞洲區委員會委員，吳博士是香港藝術體操的先驅，在業界中活躍地擔任不同的角色，為的是一個理想，她希望推廣藝術體操，讓更多



人有機會接觸和學習這項運動，將藝術體操及美學體操運動發揚光大。因此 KING'S 積極拓展創新的課程，分校網絡及不同合作伙伴，致力為學員提供更多演出和比賽機會，以及便利不同區分的家庭及讓更多人認識藝術體操，暑假便與多個主題公園及大型商場合作籌辦表演，以及舉行講座及精英藝術體操展示。

## 藝術體操 vs 美學體操

此外吳博士近年亦積極開發美學體操這個比藝術體操較年輕的運動項目。有別於藝術體操，美學體操的國際聯會是近二十年才成立。美學體操的項目主要以團隊形式完成，以健康為主題，長者亦能參與。吳博士表示美學體操是比較新的運動，也較適合在香港發展。因此她在 2013 年到芬蘭參加美學體操國際總會的會議，希望能在香港成立地區總會，「當時只有我和日本各派一人考取國際裁判牌照。現在發展成亞洲區有 12 個地區成立，並於今年 1 月從 12 個地區中選出五個亞洲地區成為亞洲總會委員。」吳博士的故事體現出她對藝術體操及美學體操事業的熱情和奉獻，當中的角色轉變很大，難度不小，吳博士仍然堅持到底，走出自己原來的圈子，接受挑戰，盡力把藝術體操及美學體操運動發揚光大。

## 給讀者的鼓勵 - 「堅持」

吳博士表示在從運動員到教練、創業籌辦比賽、亞洲委員等多個角色中，都遇到了很多困難，例如疫情停業等，但她不斷尋找新的解決方法，保持創新思路，堅定地走下去。

## 傳承的意義

吳博士的女兒從小便接觸藝術體操，並在這方面取得了很好的成績。對於女兒的教育，致力籌辦及推廣各項比賽的吳博士卻表示：「成功不一定是在比賽中拿到第一名，我的一些學生通過藝術體操獲得獎學金，進入世界級的大學。從運動中學習自律和堅持，並能應用到學業或人生的其他方面，為未來打下良好的基礎。在我眼中，她們也很成功！」



## 未來動向

吳博士盼望 KING'S 學院能夠擁有更穩固的分校網絡，並在內地發展更多分校，以追回因疫情而失去的時間。此外，她還希望能夠建立更先進的電子報名和計分系統，以促進藝術體操及美學體操比賽的發展。今年 12 月的女皇杯便是美學體操亞洲杯比賽的決賽，吳博士感覺自己肩負著推廣美學體操的責任，希望籌辦更多賽事，令美學體操最總能達到申辦成奧運項目的目標。吳博士說：「作為亞洲委員，我剛在法國世界杯上擔任裁判和參加會議，以落實亞洲杯和亞洲錦標賽的賽事框架，希望能夠成立更多的隊伍，讓學生在亞洲獲得更高的排名。」



在小編眼中，吳博士最偉大的目標，是建立了一個良好的學習環境，讓更多小朋友有機會接觸藝術體操及美學體操，進一步推動這項運動的發展之餘，亦讓學生能夠受益於體操活動，成為自信、堅毅的人！





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)



國際事務組別

# 2023 ASPAC 亞太大會



青商一年一度的盛事，也是每年能吸引香港數百位會友一起出行參與的國際會議 -- 青商亞太大會。會員可與不同國家的青商作經驗及意見交流，擴闊國際視野，促進國際友誼，增加國際間的認識及交流，攜手合作締造世界和平及美好明天。而本年了亞太大會於5月10-13日在印尼的經濟、文化和政治中心 - 首都雅加達舉行。本會10多位會友一同參加這個國際會議的盛事，與來自100個國家的會友互相交流，擴展人際網絡。



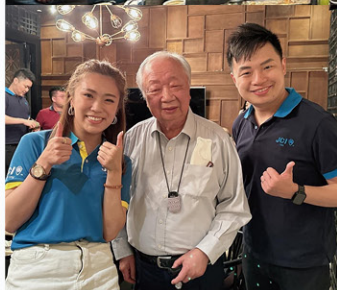
感謝主辦機構香港女青年商會邀請，讓本會能一同舉辦亞太女青商高峰會，作出與超過十個來自亞太區不同的女性分會進行文化交流。期望凝聚女性的力量赋能更多女性領袖，本會會友積極地向外國的會友介紹本會商務發展組別旗艦活動「全港時尚專業女性」、領導才能發展組別「I'm Possible」系列、以及刊物「楓萃」，讓世界各地更多人認識城市女青年商會，提升本會知名度。



姊妹們齊齊遊走有不同國家為題的派對之夜，最難忘的是到 Korea Night 和 Japan Night 的攤位遊玩，品嚐當地小食，大家十分興奮！Hong Kong Night 是由香港 21 個分會合力舉辦，一同宣揚香港傳統手藝，說好香港故事。本會與元朗青年商會合辦攤位，是以傳統抓子為遊戲，不少外國會友參與後都表示玩得很開心呢！



本年亞太大會 Hong Kong Night 當晚亦首次舉行了 Fashion Show，藉以推廣香港文化的時尚標誌「旗袍」。一眾女會友在過程中盡情散發女性氣質，展現女性的美，令全場氣氛推至最高峰！



旅程中亦秉承傳統，與城市青年商會永遠名譽會長余振宇參議員、城市青年商會的一眾前輩兄弟們晚飯聚會，互相分享亞太大會的感受，凝聚兩會「和諧、團結、齊心」！



本會與山形青年會議所姊妹會簽盟儀式 (Sisterhood Pact) 於 2011 年 7 月 24 日假海景嘉福酒店舉辦，簽盟儀式在 JCI Japan Secretary General Mizuno 和城市青年商會永遠名譽會長余振宇參議員的見證下兩位會長簽下盟書。本會一眾會友好開心於亞太大會期間亦能與本屆山形姐妹會的一眾董事局成員首次會面，交流兩地文化。



青商是一個平台讓會員尋求突破，發揮自己的潛能。恭喜本會會員楊雅雯代表香港隊於公開演說中與其他國家的冠軍級選手比拼，最終順利晉升決賽，進入頭四甲。小編深信這一份經歷已經是無價的，這一份搏盡無悔的態度已經非常值得鼓舞和嘉許！每一位的努力是值得和被肯定的，本會以你們為榮！



亞太大會後，姊妹們繼續出發展開他們的 Post Trip 之旅，到印尼高原地區 Taman Safari 動物園餵輕鬆一番，為印尼之旅盡興而歸！

## 參加會員分享



本年好榮幸可以以會長身份帶領一眾會友參與青商的年度盛事，也是能吸引數百位香港會友參與於印尼首都雅加達舉行的亞太大會。感謝每一位姐妹的積極參與及學習，讓這次活動更加精彩和難忘。見證著你們每一位也收獲滿滿，享受其中，就是作為會長最想看到的畫面！

會長 Wayne



事隔三年的實體亞太大會實在是非常值得參與！除了參與正式會務行程及觀光之外，還可以面對面與舊朋友聚一聚。

前會長 Licca



最大得著是能夠於亞太大會中，重遇每月培訓「Ladies 看地球 學遍世界各地」的部分分享嘉賓。由螢幕上向這些女性領袖學習，難得與真人直接交流、親身感謝，沒齒難忘！

Jodie



第一次到印尼參加亞太大會，印象最深刻的是「五湖四海」之內皆 JCI 兄弟姐妹，大家只要打招呼或幫過小忙，便認識了彼此。我也很高興能與眾姊妹開心地渡過 5 日 4 夜的旅程，增進了不少友誼。

Cacey



今年很高興可以透過 JCI 參加亞太大會到印尼交流，獲益良多，認識了一些印尼的朋友，也和各會友添加了共同回憶。7-8 個女孩擠在一個房間化妝 set 頭的忙亂，和出席 Gala Dinner 時的雍容，那種反差讓我很難忘！

Dorothy



今年我把握機會參與亞太大會，到訪沒有到過的印尼，認識不同國家會友和感受印尼特色。印象最深刻是大家都很投入地籌備香港之夜，務求吸引最多人來了解香港文化。此外會友楊雅雯代表香港總會參加亞太大會公開演講比賽，全場的香港會友也團結地為她打氣，讓我感受到自己也是代表香港的一份子。最後，能夠與十多位分會會友一起參與，實在很難得，亦很難忘！

Annie



出門時一定要看清楚自己持有的護照，入境相關國家時需要辦理何種簽證，因為今次亞太大會我差點上不到飛機。記得上次去蒙古時，總會有溫馨提示相關需注意項目。經過今次後，下次出門時自己要看清楚！

Sally



第一次參加亞太大會，因擁有相同的理念和願景而很容易產生親切感，所以結交很多不同國家的會友。透過參加不同的活動和文化夜，也感受到大家的團結力量。首次與姐妹們一齊出國旅遊，也建立了更深厚的友誼和珍貴經歷。期待明年再與姐妹們一齊創造更多美好回憶！

Ecquinne



透過參加 ASPAC，我可以感受到印尼對 JCI 的尊重，很榮幸可成為國際組織的一份子。而且還和各位 City Lady 創造了珍貴的回憶和建立深厚的友誼。

Celia



除了是第一次去 Aspac，亦十分榮幸今年可擔任 Aspac OC，從內而外、再由外延伸，感受到團隊和世界觀的重要性。

Helen



很感激能代表香港總會參加亞太大會公開演講比賽，並擠身三甲。過程中獲益良多，除技巧提升外，還得到前輩的寶貴意見及支持，讓第一次參加的我不怯場，勇於突破自己。此外，Mind your P's and Q's 這個計劃對本地個人發展計劃組別進入頭三甲，作為去年領導才能發展副會長的我，非常感謝每一位的努力及支持。

Jackie

## 《四月份月會暨 TEEN 才築職活動巡禮》

城市女青年商會「四月份月會暨 TEEN 才築職活動巡禮」有幸邀請到香港浸會大學講師及碩士生導師及 Vinci Analytics 創辦人及總監張立邦先生作為分享嘉賓，為我們帶來有關 CHAT GPT 最實用及貼地的分享，重點提及如何透過 Chat GPT 提高生產力、如何透過 AI 令自己在職場上突圍而出以及如何提升年青人的上流力。



## 《五月份月會 - 置業輕鬆達陣 SUPER》

五月份月會「置業輕鬆達陣」有幸邀請到國際青年商會香港總會執行副會長、香港及海外房地產投資課程首席導師、有「樓市蔣門人」之稱的蔣一洪女士為分享嘉賓，為我們分享有關買樓投資致富的經驗，實在是獲益良多。分享嘉賓亦送我們每人一本她著作的【置富秘笈】，亦為大家送上勉勵說話。



## 《六月份月會暨半年頒獎禮 - 復古之夜》

感恩這半年一眾姐妹的努力和付出。6 月份月會暨半年頒獎禮已於 6 月 15 日順利完成。當晚設以「感恩過去，展望未來」為主題，並舉行簡單的頒獎典禮暨復古晚會派對。過程中我們頒發不同獎項，表彰各傑出會友的投入和貢獻。最後，熱烈歡迎四位新會員正式加入我們城市女青年商會，祝願繼續發光發亮，為社會帶來更多正面改變，成為明日領袖。



## 《七月份月會 - 「一機在手 SO EASY」工作坊》

七月份月會「一機在手 SO EASY」拍攝工作坊已於七月二十日假城景國際酒店圓滿舉行。是次月會邀請了超過八年拍攝經驗的專業攝影師陳容笙先生擔任分享嘉賓，親身教導我們拍攝技巧和心得。會友們即場用手機實操練習和積極發問，然後讓分享嘉賓點評其攝影作品。經過這一課，相信大家對於手機拍攝都獲益飛馳！





精彩回顧



立即播放

商務發展組別

# 「2023 全港時尚專業女性選舉頒獎禮」

「全港時尚專業女性選舉」為城市女青年商會在 2011 年創辦的旗艦活動，至今已屆第十三屆，期間共選出 104 位傑出女性。一直以獨立、公平、公正的評審委員會，每年選出不多於十位兼具時尚、專業及社會貢獻的傑出女性，宣揚女性賢慧、獨立及高雅的形象，嘉許她們在專業範疇及社會貢獻有傑出的表現。

得獎者們獲社會一致認可其傑出成就外，亦透過此活動平台，以自身的能力協助他人，建立更多貢獻及服務社會的渠道，為社會帶來更多正面的改變。

## 出席重要嘉賓包括：

- 主禮嘉賓 經濟發展局副局長 陳百里博士，JP
- 城市女青年商會會長司徒詠詩女士
- 國際青年商會香港總會會長余修賢先生
- 首席評審、香港樹仁大學校董 龍子明，BBS, MH, JP
- 評審、香港傑出青年協會主席 梁冬陽醫生
- 評審、香港理工大學前校長及尚乘基金會首席執行官 唐偉章，PhD, BBS, JP
- 評審、香港華人女子高爾夫球總會主席及香港小姐冠軍 鄭文雅女士
- 獨立會計師 優誌執業會計師有限公司 鍾可成先生

## 贊助機構及一眾前得獎者

- 香港青年商會基金副主席、策略規劃委員會主席及 2010 年總會會長鄧長政先生和富社會企業代表 Ms. Cherry Wong
- 贊助機構 Amazing Built Limited 創辦人及董事總經理及 2019 年全港 - 時尚專業女性選舉得獎者 歐陽鳳盈女士
- 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
- 贊助機構香港藝術體操芭蕾舞學校校長及 2014 年全港時尚專業女性選舉得獎者 吳頌蘭博士
- 公關策略夥伴藍悅傳訊執行董事及 2015 年全港時尚專業女性選舉得獎者李欣蓓女士
- 2019 年全港時尚專業女性選舉得獎者 辛巧琪女士
- 2019 年全港時尚專業女性選舉得獎者 梁凱喬女士

## 支持機構

- 香港江蘇婦女聯合總會會長 張心瑜，MH
- 清遠市婦聯港區代表 陳巧莉女士
- XELL Technology 代表江婉君女士



商務及經濟發展局副局長 陳百里博士，JP 致辭



會長司徒詠詩 致辭



頒發感謝狀予本屆評審



會長與一眾籌委會成員合照



會長與今屆得獎者合照



歷屆得獎者與今屆得獎者與評審的合照



會長與總會會長余修賢先生、評審、今屆得獎者、提名人合照



城市女青年商會會友合照



與重要出席嘉賓留影

今年八位得獎者終於誕生了，在此再次恭賀她們能夠成為今屆得獎者，成為現代女性的楷模。透過此活動鼓勵更多社會不同界別的女性正面價值觀，成就自我，並能將水的漣漪效應，以自身強大的感染力將正能量散播出去，以生命影響生命，撰寫屬於自己的傳奇故事。

**陳灝婷**  
 職業訓練局項目主任 (講師)  
 公共及社會服務界  
 提名人：羅少雄院士, MH

**蔡宛珊**  
 藝人  
 藝術及文化界  
 提名人：龐愛蘭, BBS, JP

**鍾趣之**  
 高級律師  
 專業及學術界  
 提名人：鍾力行先生

**馮德怡**  
 ShopEasy 集運公司創辦人  
 及行政總裁  
 工商、環保及創意產業  
 提名人：趙傑文先生

**金盈**  
 公司營運總監 (前任無綫新聞台高級主播及記者)  
 工商、環保及創意產業  
 提名人：龐郭秀雲女士

**麥立菁**  
 聯合創始人及董事 (研發產品成分檢測)  
 工商、環保及創意產業  
 提名人：余遠聘博士

**譚天韻**  
 公司總監 (雞仔嘜繼承人)  
 工商、環保及創意產業  
 提名人：梁凱喬女士

**黃嘉欣**  
 股東及教練 (包山后)  
 專業及學術界  
 提名人：梁國成先生

## 青年事務組別

### 「TEEN」才築職工作實戰計劃

「TEEN」才築職工作實戰計劃是本年度青年事務工作計劃，與童軍知友社一同合作，本會成為是次實戰工作計劃的合辦機構。全年舉辦 7 場不同實戰班及活動，希望為即將踏入社會工作的青年人提供協助。

過往的大半年，我們成功邀請 36 間中學，接洽了超過 70 位僱主，提供 300 個職位工作體驗予香港中四至中五生，讓年青人了解各行各業，尋找自己理想的工作。

活動包括「CV 7 秒必勝術」、「TEEN 才築職啟動禮暨面試技巧工作坊」、「TEEN 才築職模擬招聘會」、以及「TEEN 才築職閉幕禮暨分享會」等等。

透過教導學生如何製作 7 秒便能令自己突圍而出的履歷表，有效地吸引僱主眼球。最終會選出冠、亞、季三名以及十名優異獎。嘉賓與同學們分享了許多有關工作面試注意事項及講解各種面試技巧，而「TEEN」才築職模擬招聘會已於 2023 年 7 月 2 日順利舉行，當日邀請到不同的中小企業的僱主擔任面試官，與約 100 位學生進行面試交流。面試官根據同學們對工作行業的興趣喜好，模擬真實的面試提問，從而給同學們最貼切的建議，加深同學們對自己及工作的了解，讓青年人為進入職場前作好準備。嘉賓們的角色扮演，同學們的積極回應，感謝活動後受到各界好評。

我們將於 8 月 26 日舉行大型閉幕禮暨分享會，更設計了獨一無二的書集記錄著同學們子一眾愛心僱主的心聲和得著，期望大家能有更深的啟發。約定大家到時見！



## 公共關係組別

### 青商運動會 JCI Sports Day

5 月 1 日勞動節是青商每年傳統活動 - 「青商運動會 JCI Sports Day」。藉此希望凝聚 JCI Hong Kong 及 21 個分會會友一起參與，重拾青春的回憶。過程中會有不同的田賽和競賽活動，例如跳遠、跳高、個人徑賽、接力賽等等。恭喜所有得獎的健兒，在賽場上的每一位都很熱血，衷心對大家的體育精神感到驕傲！



### 「太心動」流體畫杯墊工作坊

6 月 27 日是由半島青年商會、太平山青年商會及城市女青年商會聯合舉辦「太心動」流體畫杯墊工作坊。三會會友運用流體畫技術創造出獨一無二圖案的專屬杯墊。大家玩得開心投入，同時增加與其他分會的交流之餘，並認識新朋友，滿載而歸！





# 清遠市拜訪交流團

作為一個全女性的分會，我們除了致力為會員帶來更多培訓明日領袖的機會，更特別著重女性的發展及機遇。本會於6月17日在會長司徒詠詩的帶領以及團顧問歐陽鳳盈的協助下，與姊妹們一同拜訪清遠市婦女聯合會及清遠市女企業家協會進行接洽與交流，致力攜手推動兩地的女性創業及事業高質量發展，深入了解更多清遠文化，為青年領袖提供更多的機會。透過考察不同景點，當中包括中大時尚科技城、清遠市婦女兒童活動中心，了解中大紡織城概況及清遠市婦女兒童發展藍圖，期待在日後兩地有更多合作的機會！今次的交流體驗讓我們深刻領會到交流合作的力量，也為未來的合作鋪好了基礎！我們期待清港兩地能夠緊密合作，攜手共同促進發展。當日大家亦嚐清遠美食，船遊北江飽覽清遠美景，大家都收穫滿滿！



姐妹們一同出發到清遠



感謝清遠市婦女聯合會招待



感激清遠市婦女聯合會贈送畫作予本會，寓意姊妹攜手，共促發展



共聚午餐品嚐清遠佳餚



參觀清遠市婦女兒童活動中心



兩地互相介紹或會內資訊、歷史、活動、會員長遠發展方向等等，會員亦歡迎發問



參觀廣州北中大時尚科技城



聽解專員分享廣州北中大時尚科技城最新發展



贈送紀念品給清遠市政協副主席梁思女士



## 社會發展組別

# 「小手愛地球 2023 - 童步跑 Offline」閉幕禮暨親子運動嘉年華 — 「關注學童疫後及復課後的心靈健康及精神狀態」

我們邀請了四孩之母黃乙頤女士擔任是次工作計劃活動大使，愛自遊表達藝術治療社企創辦人黃健瑜女士、ABC Pathways Group 創辦人 黃林趣玲女士、香港心靈藝術發展協會 外務副會長 周惠建先生以及西甲足球學校創辦人及足球總會董事陳志康先生擔任分享嘉賓，分享如何有效增進親子關係、探討疫後學童的狀態及改善壓力的方法。

關注學童疫後及復課後的情緒、精神健康 我們歷時四個月舉行了五場大大小小的繪畫「白飯魚」工作坊，分享我們的理念，小朋友的人生是可以由自己編織，一步一步走出屬於自己色彩斑斕的人生。疫後的生活，我們反而更需要密切關注兒童在復課後的適應，因為不少兒童可能會因突然不同的節奏而令心理壓力大增，導致情緒、精神健康欠佳。閉幕禮上，我們舉行了座談會、親子二人三足、各樣攤位遊戲給參加者一起享受各類活動的樂趣，包括認識生態、新興運動、體操運動障礙賽、排球體驗、酒精墨水畫工作坊、扭氣球，體驗陽光下跑跑跳跳完成不同挑戰的體成功感及喜悅。

此外，我們於閉幕禮舉行了問卷調查發佈。本會聯同女童軍香港總會進行問卷調查，主要針對了解現時學童使用電子產品的情況，以及關注兒童身心健康狀況。是次調查以訪問問卷形式進行，共 1207 位 6-12 歲的學童完成問卷。結果亦都令我們非常值得積極跟進小朋友的日常生活習慣與及心靈健康。

調查結果顯示，超過 50% 以上小朋友每日使用 5 小時以上電子產品，而大多數使用電子產品的目的是打機和發信息，只有少時間是上網查閱資料或學習。同時間，意外地接近大概



四成小朋友一星期少於 1 小時用在藝術創作活動上，而更大反差的是小朋友有八成都是喜歡藝術創作的，他們指出假期的時候父母甚少陪伴他們進行自己感興趣的事，沒有父母陪伴下，接近七成小學生會選擇不參與。

此外，問卷上亦關注學童心靈精神健康，接近一半的小朋友間中都會感到不快樂或者沮喪而亦都有 38.5% 小朋友間中會不想參與實體課，以及 23% 甚至完全不想參與其他活動。

同時間亦都有 30% 的小朋友疫情後仍然對事情提不起勁，以及 40% 小朋友都會感到寂寞和孤單。部分家長亦表示這三年處於疫情的時間，小朋友太過依賴電子產品，變相令小朋友的專注力下降，難集中，容易分心。儘管疫情後一切開始復常，但亦有學童未能適應，情緒上感到壓力。希望透過今日的閉幕禮暨親子運動嘉年華，讓學童及家長享受運動藝術創作的樂趣，放鬆心情，享受親子時光，拾回人與人之間相處的樂趣。

## 活動焦點



攤位遊戲：  
中國新興運動協會 -  
穿雲箭



攤位遊戲：  
Tumbler Gymnastics Company Limited -  
快樂體操 - 闖關計時跑



攤位遊戲：  
愛自遊心靈藝術社 -  
酒精墨水繪畫工作坊



攤位遊戲：  
香港專業排球學校 -  
VOLLEY TOGETHER



才藝表演：  
飛雁柔道會 -  
柔道表演



才藝表演：  
Starlight studio -  
芭蕾舞表演

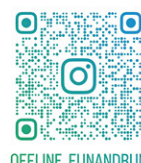


遊戲活動：  
親子二人三足比賽



童步跑 Offline - 小手愛地球 2023

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

## 領導才能發展組別

領導才能發展主題「I'm Possible」，鼓勵會友踏出自己舒適圈，透過一連串領袖訓練提升自己，培育成明日領袖，將不可能成為可能！本年度在領導才能發展聯合國際事務範疇，推行培訓計劃「Ladies 看地球 學遍世界各地」。每月邀請世界不同地區傑出女性領袖分享她們自身的 JCI 故事，讓會友們從 10 分鐘分享，認識 JCI 核心價值和 JCI 的「I」所帶來的國際機會。每月和會友們遊走不同地方，由大灣區到台灣、日本、越南、俄羅斯，遠至玻利維亞，學習領袖秘訣！非常榮幸邀請不同傑出女性領袖分享她們自身 JCI 故事，鳴謝分享嘉賓們：

- 1 月 - 大灣區青年發展促進會主席譚麗時
- 2 月 - 雨港國際青年商會 2021 年會長李治慧
- 3 月 - JCI Vice President Marii Kitamura
- 4 月 - 台中市文化城國際青年商會會長林曉彤
- 5 月 - JCI Russia National Immediate Past President Olga Khaustova
- 6 月 - JCI Vietnam 2019 National President Phan Ngoc Diem
- 7 月 - JCI 2023 Chief Executive Assistant to the President Alejandra Castillo
- 8 月 - JCI Kota Surbhi 2015 President JFP Senator Rohini Kohill
- 9 月 - JCI Iceland 2016 National President Elizes Low
- 10 月 - JCI Thailand 2020 National President Pornpip Loariyaporn
- 11 月 - APDC Councilor Senator Joyline Chai
- 12 月 - JCI Executive Vice President Nihal Zoroglu

**JCI City Lady 心匯承襲**

**Ladies看地球 學遍世界各地**  
Ladies' World Learning To Lead

**JCI Global Female Leaders' Story**

Month	Country/Region	Leader Name	Position
JAN	大灣區	譚麗時	大灣區青年發展促進會主席
FEB	基隆	李治慧	雨港國際青年商會 2021 年會長
MAR	日本	Marii Kitamura	JCI Vice President
APR	台中	林曉彤	文化城國際青年商會會長
MAY	俄羅斯	Olga Khaustova	JCI Russia National Immediate Past President
JUN	越南	Phan Ngoc Diem	JCI Vietnam 2019 National President
JUL	玻利維亞	Alejandra Castillo	Chief Executive Assistant to President
AUG	印度	Rohini Kohill	JCI Kota Surbhi 2015 President / JFP Senator
SEP	冰島	Elizes Low	2016 National President
OCT	泰國	Pornpip Loariyaporn	2020 National President
NOV	馬來西亞	Joyline Chai	APDC Councilor / Senator
DEC	土耳其	Nihal Zoroglu	JCI Executive Vice President

本年度旗艦工作計劃: [LEARN MORE](#) [WATCH NOW](#)

## 會員擴展組別

### 《城市 X 城市女青年商會 青商簡介會》

城市女青年商會會定期舉辦「青商簡介會」，希望透過具經驗的前輩作分享嘉賓，讓一眾新朋友更清晰了解國際青年商會的歷史、價值、發展方向，亦更明白「服務社會、訓練自己」的宗旨。青商這個平台為年青人提供無限的機會與可能性。



### 《心連心 1+1-Welcome Party With P》

6 月份心連心 1+1 活動已於 6 月 19 日順利完成。是次有幸獲得 The Paradeisos 成為場地贊助。當晚一班新會員、新朋友、5-7 月份生日的會員一同慶祝，彼此也暫放下了忙碌的工作及會務，一起說說少女心事、唱 k、玩 Board Game，亦分享彼此加入青商的初心，渡過一個輕鬆歡樂的晚上。



## 會員天地 媽媽心聲

四十初為人母的喜悅：青商畢業了，「當媽大學」開學了！我一直很相信「命運」二字。命是與生俱來的，運是會改變的。我從來就沒有想過自己有當媽媽的命，加入青商後這 15 年間結識世界各地朋友，建立自己事業，周遊列國，為亞洲女性發聲，從當分會會長、總會會長、世界副會長，直到世界執行副會長，好運一直眷顧著我，直到畢業了，已經 40 歲。很多人說我青商前途很精彩，但錯過了當媽媽的最佳時機。如果你與人比較，就會多了一份無形的壓力，在青商路上，我也學會了世界很大，不要為人們要求而活，要為做更好的自己而努力。當媽媽後，孩子成為了我世界的全部。他每天有自己的節奏，我的時間表開始變得無法掌控。不過同時也變得極為勇敢，快樂變得好簡單，努力成為他的榜樣，讓孩子建立正確價值觀及品格。對的人、對的事一定會在對的時候出現，我們只需要做好每一天的自己，用愉快心情迎接他們。

2011 年會長  
潘沁怡

我的兩個女兒瑤瑤和霖霖現在分別 4 歲半和 2 歲半，她們的性格很不同，一個比較斯文，一個比較活潑。她們兩姊妹有時像糖糬豆一般玩得咯咯大笑，有時又會因為一些小事爭吵。作為父母，我們都會持平、客觀地和她們分析事情，希望她們將來能學懂分辨是非，才德兼備。他們兩個都很喜歡看書，有時我會透過講故事引導她們思考，學習人生道理。我們也喜歡帶她們出外，透過體驗去學習，例如會參加小小侍應生體驗活動，感受一下在餐廳工作是怎麼樣。我們也會一起去做義工，例如賣棋和探訪老人家，讓她們擴闊眼光，了解社會不同人的需要。還記得當時 2021 年我做會長時，我們董事局的主題是與各位會員「敢夢同行」。現在其實我也繼續將這份精神延續落去，除了工作上和各位夥伴同行，家庭上便是希望陪伴我兩個女兒，和她們同行，鼓勵她們敢於追夢。我希望可以盡力給她們最好，讓她們從細到大都在愛中成長。

2021 年會長  
梁凱瑩

會員天地

## Ladies 愛分享



\* 很燃：網路熱詞，意思是很激情，令人熱血沸騰、非常勵志、非常給力。一般用來形容一些正能量，熱血的影視作品或音樂。

## 很燃的歌—— 孤勇者

這首歌的歌詞很燃\*、很勵志，這首歌歌詞內容所表達的思想、歌頌的精神可以套用到現實生活當中，各行各業千千萬萬堅韌不拔、奮勇向前的人：不論是創業者、領導者、打工人。歌詞完全是沿用赤裸裸的走心套路，讚揚迎難而上、不屈不朽、不向命運低頭、不媚俗輕狂的「英雄」；人生但求努力一場，不以成敗論英雄。歌詞所表達的也正是我們時代所需要積極向上的精神力量。第一句是站在黑夜中，第二句是站在光裏。黑夜過光明顯示對立面，但是同時第二句又是「誰說才算」，也就是有一定否定的意思。看似說的事黑夜裏面的光明。而真正表達的是一種純正的正能量之光，也讓人更有勇氣面對自己的苦難，也能激勵自己為美好的夢想奮鬥。

副會長  
李雅斯

## Hello 大家好！我叫 Anealbee！

很多人問這個英文名是如何來如何唸，這個名字得由來是 an albee 讀法也是 an albee 而“ane”是蘇格蘭文的“an”所以這個英文名是包含蘇格蘭文加英文。這個名字很能代表我的性格，喜歡融合、多元化。我是一名理財策劃師，但同時我也是一名 Freelance 設計師，集合理性分析與感性藝術於一身，閒時接接 freelance design，也用 design 技能，設立了 littlefinance —— 一個分享投資理財的 Instagram 帳戶，希望透過社交媒體分享自己的理財心得。另外，我和普通女孩子一樣，都喜歡到 cafe 打卡、影靚相、扮靚，不過我同時都好動，喜歡的運動是打網球。而我最喜歡的顏色是白色，因為它很看起來很和平、優雅及很潔淨，所以我有許多白色衫。

會員  
練詠嫻



### 我喜愛的餐廳 —— Veggie 4 Love

我想分享一間喜愛的餐廳，Veggie 4 Love 是一間素食餐廳，餐廳融合了中西文化，很新穎而有別於傳統的素食，完全不感覺在吃素食，味道非常美味出色。我認識餐廳的老闆，他茹素多年，對烹調素食很有熱誠，每晚都親自預備餐廳明天的材料和醬汁。現任老闆是從上一家老闆手上接下餐廳，並保留了原先的設計，因為同樣是素食餐廳，而且上一家的老闆是一對夫婦，他們把世界各地的特色擺設帶回餐廳裝飾，令餐廳充滿懷舊特色，每個角落都有打卡位，非常漂亮。

會員  
趙燕虹



### 我喜愛的國家 —— 柬埔寨

柬埔寨是我喜歡的其中一個國家。我去過金邊和暹粒，參觀了雄偉壯觀的吳哥窟，宮殿牆上的浮雕精美，隨光線變化呈現不同的感覺，一座座宮殿拔地而起，非常震撼。壁畫上用彩色顏料畫着神話故事，耳邊聽着導遊介紹吳哥窟的歷史，心里感慨，滄海桑田。曾經如此輝煌的宮殿建築，如今只剩寂寥。塔普倫寺樹影森森，可以巡幽探密；金邊的波爾布特罪惡館，數以萬計的死難者，讓人心裡難過。整個旅程非常特別，令人印象深刻，大家有時間可以去走一走！

會員  
林慧心



# 承傳薪火 活出價值



楓  
萃  
LADY'S LINK