



## 歡迎香港婦協新會員 • Welcome our New Members

名譽會長 · 永遠選舉會員

呂麗君博士

永遠會員

李麗娟、李若文、藍美容、張連蕙馨、李秀琼、何茵茵、何美美、劉女珍、陶慧仙、陸志賢、龐偉梓、周玉珍、潘可倩、曾惠玲、曾妙齡、劉艷容、馮鄭敏儀、程燕、劉宛月、何林芝、黃燕鳴、張肖儀、(羅)范椒芬、黃輝群、紀許榮茂、馮佩英、郭慧敏、余意卿、丁愛珍、鍾肖群、翁美雲、左美玲、關彩心、周素蓮、廖筱芳、盧愛華、黃紅英、李鳳屏、陳惠琼、李美莉、葉美清、葉美英

普通會員

焦丹鳳、陳少芳、陳源、梁小蘭、潘美薇、梁梓君、翁秀蘭、鄭金妹、周明菊、虞佩佩、張顏英

## 香港婦協活動預告 HKFW Coming Events

日期 2008年	活動
1月5日	香港婦協送暖大行動之「編織愛心頌和諧」探訪長者活動 HKFW Volunteers visit Elderly Home
1月12日	「2008 港股前景」講座 Talk on the 2008 Hong Kong Stock Market
1月21日	第六次會員大會 The 6th Annual General Meeting
2月18日	2008年春節聯歡晚會 2008 Spring Dinner
2月23日至4月5日	精裝電腦(廿六)之 Vista 版面基礎電腦訓練 Basic Computer (Vista) Training Course
2月26日至3月20日*	美容師訓練課程 Beautician Training Course
3月至5月	自在人生自學計劃:「家居急救」及「中醫藥常識入門」Capacity Building Mileage Programme: "Domestic First Aid" course and "Chinese Herbal Medicine Elementary" course
3月14日及4月11日	「與傑出領袖對話系列:提升新一代核心競爭能力」專題講座 "Talking with Outstanding Leaders"
3月18日	香港婦協慶祝三八婦女節綜合晚會 HKFW Variety Show in Celebration of the International Women's Day
3月26日至4月20日*	綜合旅遊服務課程 Integrated Tour Service Training Course
4月12日及4月26日	家庭健康月 2008 Family Health Month 2008
4月12日至5月17日	精裝電腦(廿七)之光碟燒錄入門 Basic Computer (CD Burning) Training Course

\* 僱員再培訓課程

### 編輯委員會 Editorial Board 宣傳出版委員會 Publicity & Publications Sub-Committee

召集人: 勞潔儀 Convenor: Ms. Katherine Lo  
副召集人: 溫志儀 Vice Convenor: Ms. Jennifer Wun  
委員: 李楊一帆、翁玉蓮 Member: Ms. Lee Yeung Yat Fan, Yung Yuk Lin

歡迎會員投稿，題材不限，最好切合社會及婦女事務，字數以不超過五百字為限。(編輯委員會保留刪改及採用與否之權利) 會員投稿只反映投稿人意見，並不代表本會立場。

香港婦協如心服務中心: 香港灣仔駱克道435號地下  
HKFW NINA KUNG SERVICE CENTRE: 435 Lockhart Road, G/F, Wanchai, Hong Kong  
電話Tel: (852)2833 6131 傳真Fax: (852)2833 6909 電郵E-mail: info@hkfw.org 網址Website: www.hkfw.org  
香港各界婦女聯合協進會有限公司出版 Published by Hong Kong Federation of Women Ltd.

非賣品



# 香港婦協季刊

## HONG KONG FEDERATION OF WOMEN

名譽贊助人: 香港特別行政區行政長官夫人曾鮑笑薇女士  
HON. PATRON: MRS. SELINA TSANG, Wife of the  
Chief Executive of the Hong Kong SAR

第四十七期 Newsletter Issue No.47

二〇〇七年十二月 Dec

2007

## 「紫荊吐艷慶歡騰—巴士巡遊賀國慶」

### The 58<sup>th</sup> National Day Celebration & Bus Parade

本會為慶祝五十八周年國慶，於十月二十日隆重舉辦嶄新的「紫荊吐艷慶歡騰—巴士巡遊賀國慶」活動，以滿載各界婦女的雙層開蓬巴士巡遊於香港島、九龍及新界多個地區，與市民大眾一起表達歡賀國慶的喜悅。是次巴士巡遊由香港婦協再一次團結各界婦女，發動各團體會員群策群力，共同參與；並在十個停車點派發紀念品予各界市民。

本會自一九九七年起，每年均以「紫荊吐艷慶歡騰」為主題，委聘電視台製作晚會節目，成為本港婦女界每年盛大的慶祝國慶活動，藉此凝聚婦女力量，培養各界婦女的愛國愛港情操。今年適逢回歸十周年，我們早於六月假香港體育館舉行盛大的晚會及和諧家庭頒獎禮；並在翡翠台播出。其後更特別作出嶄新的嘗試，特別舉行是次巴士巡遊活動，與各界人士歡賀國慶。為隆重其事，我們特別在尖沙咀站舉行啟動的儀式，邀得立法會主席徐麗泰及中聯辦協調部部長王永樂主禮，並邀得應屆香港小姐亞軍王君馨及季軍周美欣任特別嘉賓。儀式由主禮嘉賓及各界婦女合力拉響花炮，齊心祝願國家國運昌隆，香港繁榮安定，場面和諧而歡樂。

是次巡遊活動籌委會陣容鼎盛，由香港婦協自一九九六年起，歷年國慶籌備委員會成員組成，包括：當然委員林貝聿嘉、召集人主席唐尤淑圻及召集人副主席蔡李惠莉；召集人雷羅慧洪、廖湯慧靄、丁毓珠、李楊一帆、盧高靜芝、蔣麗芸、何超瓊、林康繼弘、周孫方中、蔡關穎琴、孔美琪、林李婉冰、陳鄭小燕、楊舒振聲、蔡馬愛娟、顏吳餘英、孟顧迪安、葉溫金燕、劉玉珍、邊陳之娟、江湖葆琳及姚林秀美等；活動美滿成功，皆有賴眾成員落力籌備工作並贊助經費。同時，本會並衷誠向所有參與的婦女團體的大力支持致謝。

The bus parade was initiated by HKFW to celebrate the 58<sup>th</sup> National Day. Corporate members of HKFW were co-ordinated to set up over 10 celebration spots in various districts over the Hong Kong Island, Kowloon and the New Territories. A grand ceremony was held at the Tsim Sha Tsui stop, inviting Mrs. Rita Fan and Mr. Wang Wing Lok as the officiating guests. Gift bags were distributed to all citizens along the parade routing.





# 「紫荊吐艷慶歡騰—巴士巡遊賀國慶」

## The 58<sup>th</sup> National Day Celebration & Bus Parade



各區婦女團體及市民熱烈參與，同賀祖國華誕。

HKFW Corporate Members and the public ardently celebrating the 58<sup>th</sup> National Day.

巴士巡遊遍及香港、九龍及新界（見左圖）。籌委成員及各界婦女，早上九時在炮台山出發，全程於晚上七時在中環天星碼頭結束。

The Bus parade routing started from 9 a.m. at Fortress Hill. The other stops included Ap Lei Chau, Wong Tai Sin, Tseung Kwan O, Sai Kung, Ma On Shan, Sheung Shui, Yuen Long, Tsuen Wan and Central at the Star Ferry.

### 鳴謝：

崇光(香港)百貨有限公司借出典禮場地

### 各參與團體包括：

香港東區婦女福利會、香港鴨洲婦女會、荃灣葵青區婦女會、元朗區婦女會、黃大仙婦女聯合會、西貢將軍澳婦女會、沙田婦女會、北區婦女會、香港西區婦女福利會、香港中國婦女會、港九街坊婦女會、長洲婦女會、香港離島婦女聯會、香港世界和平婦女會、國際婦女會、香港木蘭拳總會、港健婦女會、香港華僑華人總會婦女委員會等。



- 1 炮台山地鐵站
- 2 鴨洲利東巴士站
- 3 黃大仙竹園體育館
- 4 將軍澳坑口地鐵站
- 5 西貢巴士總站
- 6 馬鞍山耀安巴士總站
- 7 上水彩園巴士站
- 8 元朗西裕街
- 9 荃灣大河道
- 10 中環民權街

# 香港婦協慶祝五十八周年國慶晚宴 並賀會員獲政府授勳及嘉獎

## The 58<sup>th</sup> National Day Celebration Dinner cum Celebration of HKFW Members Receiving Awards and Medals from the HKSAR Government

本會為隆重慶祝祖國五十八華誕及祝賀多位傑出會員榮獲特區政府的嘉獎，特於十月五日假澳門賽馬會《金潮閣》舉行盛大的聯歡晚宴。

晚會蒙中聯辦郭莉副主任親臨主禮及致勉詞；並代表本會向各獲嘉獎的婦協成員致送紀念狀。當晚出席的包括：范徐麗泰(大紫荊勳章)、陳婉嫻(銀紫荊星章)、費斐(銀紫荊星章)、孟顧迪安(銅紫荊星章)、陳小玲(銅紫荊星章)、余麗芬(榮譽勳章)、何淑雲(榮譽勳章)、李麗娟(太平紳士)、蕭詠儀(太平紳士)、余秀珠(太平紳士)及高寶齡(太平紳士)。

林貝聿嘉主席在致辭時稱，目前祖國富強昌盛，事事欣欣向榮，為香港的政治穩定、社會和諧及經濟繁榮等創造了有利的條件，港人應抓住每一次發展的機遇，發揮同舟共濟的精神，為香港締造更和諧的社會，讓人人得以安居樂業，林主席並代表婦協全人向各獲嘉獎者致以衷心的祝賀。

晚會節目豐富，筵開二十餘席，同時得到來自廣州、深圳及澳門等地的婦女團體領導，親臨祝賀，場面熱鬧而隆重。

1. 晚會主禮人郭莉(前右四)與各獲嘉獎的婦協成員及理事合照。
2. 恭賀范徐麗泰監察顧問獲頒大紫荊勳章。
3. 恭賀李麗娟名譽顧問獲委任為太平紳士。
4. 晚會節目：婦協會員展示「好市民工作坊」製作的精美披肩。
5. 中聯辦孫亞清副部長(中)、何虹處長(左二)及蔡清愛處長(右一)與理事合照。
6. 廣州、深圳及澳門的婦女組織領導，專程來港致賀。
7. 應屆香港小姐張嘉兒(右三)及周美欣(左四)與理事合攝。
8. 精采的排排舞表演。



# 賀



## 《香港婦協對二零零七年行政長官施政報告的期望及建議》

### HKFW's Expectations and Recommendations on the 2007 Chief Executive's Policy Address

香港特別行政區行政長官曾蔭權先生於2007年10月發表了他連任後第一份政長官施政報告。本會一向注重社會問題，是以，就這一份施政報告之前，本會特別於同年九月提交了意見書，希望藉此提升政府對婦女及各種民生問題的關注。以下為意見書之內容：

#### 一. 婦女與國情教育，促進和諧社會

要推動國情教育，需要從「人」的根本做起，認同自己是中國人，以身為中國人為榮。本會將以婦女為動力，以家庭為重點，全力參與推動國情教育，因為本會相信社會由每個家庭組合，而婦女在家庭擔任多重角色，這在各項國情教育計劃中，將能夠最大功效地發揮推動的作用。本會期望政府能夠提供支援措施，鼓勵十八區給予配合，特別是協調各區民政專員大力協助，與各地區團體互相呼應，共同促進和諧社會。

#### 二. 增設婦女團體功能組別議席

經過政府及非政府組織多年來銳意培育婦女領袖和推廣公民教育，婦女參與社會決策的機會及意識已日漸提高。然而，公眾仍然普遍未能重視男女平等參與權力和決策，拖慢了兩性平等發展的步伐。

故此，本會重申促請政府在立法會「功能組別」議席中增設「婦女團體組別」，使代表婦女界的意見得到更充分的反映。

#### 三. 增加婦女參與社會政策的機會

婦女參與社會政策，除了能夠在制訂政策的過程和計劃中作出貢獻，更能協助政府獲取更全面的意見和廣泛地聽取兩性觀點，令普遍市民更能接受有關施政，因此，本會建議政府以下事項：

1. 政府應積極增加婦女被委任公職的渠道，率先增加婦女在政府諮詢委員會和法定組織中的議席，從而加強在諮詢及制訂政策時的廣泛認受性。此外，建議政府提高委任婦女的目標比例至百分之三十，並以百分之五十為最終目標。
2. 政府應鼓勵及提供機會予更多各階層婦女，尤其是中產階層，例如引入「家庭友善僱用政策」，並同時鼓勵企業機構仿效，從而鼓勵更多女性積極參與地區及公共事務，達至善用女性人才之效。

#### 四. 完善全民退休保障計劃

強積金制度在二千年十二月開始推行以來，得到市民普遍認同及支持，可見政府推行政策得宜。然而，強積金制度存在缺口，還需政府給予正視：

1. 社會上部分不良僱主以「散工」形式不斷續聘勞工，以逃避強積金供款，而且大有逐漸熾熱之勢。
2. 家庭主婦一向在家庭內擔任無酬工作，對社會作出重要貢獻，但目前並未能享受強制性公積金之保障。

因此，本會促請政府檢討強積金制度，使其更臻完善，保障婦女及低下階層勞工於老年階段維持尊嚴及享有合理的生活水平。

#### 五. 鼓勵社會企業重視創新元素

本會認同政府呼籲發展社會企業，團結官、商、民的力量，協助弱勢社群就業。然而，為減少對中小型商業機構造成不公平競爭，本會建議：

1. 政府應鼓勵社會企業重視創新元素，避免重覆現有的行業及減少浪費資源的商業競爭。政府可向創新意念的社會企業提供不同的支援措施，例如提供種子基金、稅務優惠、便利競投政府合約等。
2. 政府應擔任統籌或中介的角色，鼓勵商界參與發展社會企業，創造就業機會。

#### 六. 成立婦女發展基金

香港的社會福利政策並沒有特別照顧女性的個人需要，所謂的婦女服務只歸納在家庭服務範疇之中。為回應婦女不同的殷切需求，不牟利的婦女團體應運而生，不單為社會建立了豐富資源，為社區提供服務，更重要的是積極幫助及培養婦女不同方面的發展。

然而，眾多婦女團體由於經費短絀，一直未能提供更為專業的服務，甚至事倍功半，因此本會再次嚴正促請政府盡快成立「婦女發展基金」，撥款支援婦女團體發展，在地區培養及動員更多婦女參與建設社區，增強社區能量及動力，更有效地發揮地區解決問題的能力。

#### 七. 建立零暴力社會

政府多年來推出相應措施，其中，為前線員工包括警方及醫護人員提供培訓，增強了他們對處理有關個案的敏感度及能力，達至減輕婦女在受暴力後的傷害；而政府今年初亦終於在立法會提出改革《家庭暴力條例》的建議，並正在進行修例的相關程序。這些措施及法律改革處處可見政府的努力，但本會認為尚有改善空間，建議政府關注以下事項：

1. 根據本港及外國的經驗，不少婦女在分居及離婚前後都受到配偶的纏繞行為所困擾，因此建議政府盡快為「纏繞行為刑事化」立法，協助婦女盡早脫離暴力的陰影。
2. 為盡快幫助被虐者及簡化司法程序，建議政府成立「家暴法庭」，加快處理家庭暴力案件，並簡化申請強制令的程序，以達到減低被虐者進一步受到危害的機會及可能性。

- 完 -

本會自一九九七年開始已多次向特區政府呈交婦女政策發展方針意見書，促請政府成立「婦女發展基金」，讓香港非政府組織發揮民間力量，協助及推動香港落實各項關注領域，培養更多婦女參與社區建設，藉以增強社區能量及動力，更有效地發揮社區自我解決問題的能力。

## 香港婦協送暖大行動 — 「天水圍家庭聖誕同樂遊」 HKFW Celebrating Christmas with Tin Shui Wai Families

天水圍地處郊區，交通費昂貴，社區設施及就業機會不足，加上連串不幸家庭悲劇事件，令到該區備受社會各界關注。有見及此，香港婦協女企業家委員會特別籌辦了「天水圍家庭聖誕同樂遊」，於十二月二十三日招待了一千二百位天水圍居民暢遊尖沙咀，讓他們感受社區歡樂的聖誕及新年氣氛；並希望藉著活動表達本會對他們的關心，促進社會和諧。

在天朗氣清的聖誕前夕，近四百個天水圍家庭分別乘坐二十輛旅遊巴士，暢遊尖沙咀，並在九龍公園享用美食及獲贈聖誕禮物包；同時亦參觀了香港歷史博物館、香港科學館及香港太空館參觀，認識香港文化；最後更遊覽了星光大道，欣賞沿途璀璨的香港夜景及繽紛的聖誕燈飾。

本港一向予人熱鬧繁榮的感覺，但原來熱鬧繁榮的地區如尖沙咀、中環等地，對部份天水圍居民而言，卻像是遙不可及，不少的孩童更是從未見過五光十色的聖誕燈飾。以麥太太及六歲的兒子為例，因為車費高昂，兒子從未能跟媽媽出市區遊玩，當他得知有機會「離圍城、遊尖東」，更是興奮得徹夜未眠；而經過悉心打扮過的小李氏龍鳳胎收到由大會贈送，內有聖誕帽、夜光棒、卡通文具及小食的聖誕禮物包時，無不笑逐顏開。此外，參加者無論大人或孩童臉上都洋溢著歡樂的笑容，大家都感到是次活動確實為他們的生活添上姿彩。

是次活動支出蒙多位婦協會員熱心捐助，包括：蔣麗芸、蔡李惠莉、蘇陳偉香、呂楊俊婷、周莉莉、陳鄭小燕、唐尤淑圻、丁毓珠、孔美琪、華慧娜、林貝聿嘉、梁愛詩、李楊一帆、麥樂端、蔡關穎琴、周孫方中、陳雷素心、胡陳素英及郭羅桂珍；並得到天水圍婦女聯合會協調多個地區團體及議員辦事聯合籌辦，謹此致以衷心的謝意。



1. 天水圍居民暢遊九龍公園，歡欣洋溢。

2. 活動吸引傳媒關注，電視節目主持人陳啟泰亦到場採訪。

3. 大會送出聖誕禮物包，人人有份。

### 視察天水圍社會服務機構 調研社區弱勢社群需求 Visit to Tin Shui Wai Community

繼天水圍家庭聖誕同樂遊後，本會更專程探訪天水圍多個社會服務機構，探討天水圍區的服務需求及未來展望；並就交通費問題及就業不足交換意見。

訪問之社會服務機構包括：香港天水圍婦女聯合會、香港青年協會天悅青年空間、香港國際社會服務社天水圍(北)綜合家庭服務中心、香港明愛天悅長者中心、東華三院九龍崇德社幼兒園等。

此外，本會代表亦與街坊實地交流接觸，關懷他們的生活情況；並參觀了屯門循理會開辦之社會企業「悠閑閣」餐廳，探討社企對提升婦女就業的效益。

This activity was specially organized by The HKFW Entrepreneurs Committee to show our love to the Tin Shui Wai residents. 1,200 people from 400 families were taking a total of 20 tourist buses to tour around the Tsim Sha Tsui district prior to Christmas Eve, including visits to the Kowloon Park, the Science Museum, the Museum of History and the Space Museum. X'mas gifts and lunch boxes were also provided.

Furthermore, HKFW members had made a trip to visit various social service centres in Tin Shui Wai to express our care and concern on their life.





## 婦協活動 HKFW Events and Activities

### 「迎新聯歡暨生日會」 Welcome New Members cum Birthday Party



會中特別頒發紀念品予介紹入會人數最多的熱心會員，分別為理事吳玉娟(左6，介紹了16位)及執委蘇曹莊儀(左7，介紹了9位)，並賀9.10.11.12月生日的會員。

### 出席「梁潔華人物畫展」 Attending Figure Paintings of Prof. Annie Leung



名譽會長委員會組團赴深圳參觀梁潔華首席名譽會長(右一)所舉辦的人物畫展及展覽開幕式；並與原全國政協副主席葉選平先生合照。

### 「香港女性飛躍百年展」 Women of Hong Kong - A Century of Contribution and Development



活動由婦女事務委員會舉辦，本會應邀捐贈了數十件文物展出(稍後捐予北京「中國婦女兒童博物館」)，展出前由蘇曹莊儀(後右6)執委帶領會員表演精彩的歌舞。

### 「香草樂DIY」 Herbal Planting Class



由康樂及文化事務署派出導師蒞臨講解香草的種植及用途，並送出多種香草及香包予各參加者。

### 「華山氣功班」 Wah Shan Qigong Class



詢眾要求，再次舉辦，並由首席名譽會長雷羅慧洪贊助導師費，謹此致謝。

### 「學友會聯誼一天遊2007」 "HKFW Alumni" - 1-Day Tour



一年一度的旅行聯誼活動，參加者包括僱員再培訓學員及「自在人生自學計劃」學員，在西貢渡過愉快的一天。

### 「康樂人生」 預防癌症講座 Happy Life Health Talk



由婦協舉辦，東華三院婦女健康普查部、東華三院男士健康普查部及醫院管理局協辦，已於12月初假醫院管理局大樓舉辦。講題包括：早期肝癌治療及認識大腸癌。

### 「自在人生自在計劃」 Capacity Building Mileage Programme



第十一期「自在人生自在計劃—認識數碼電器產品」，特別租借專業場地上課。

### 團體會員委員會「互訪互賞互勉」 交流活動 Corporate Members Exchange Visit



各團體會員代表參觀了將軍澳翠林婦女發展中心、西貢翠塘婦女發展中心及馬鞍山利安服務中心，了解各中心運作及服務，互相學習。

### 2007「法律知識你要知」講座 Legal Talks on "Things to note when buying properties in PRC", "Occupier's Liability", "Employment Ordinance", "Marriage & Mediation", "Wills" and "Legal Aid".



為響應特區政府的呼籲，攜手創建一個和諧的社會，締造更幸福美滿的家庭，本會於11月及12月舉行一連串的法律講座，解答市民對法律的疑問。多位香港婦協義務法律顧問，包括彭雪輝律師、唐美馨律師、蔡關穎律師、蕭詠儀律師、梁淑莊律師及蕭敏華律師，親臨講解法律問題，讓會員及市民更清楚了解切身的法律權利和責任，享受法律的保護。講座內容包括：「內地置業須知」、「家居責任」、「僱傭條例」、「婚姻及調解」、「平安書」及「法律援助」。

## 捐款一百萬元支持「中國的溫暖」 協助內地防治愛滋病 HKFW donated to China AIDS Initiative



中國愛滋病防治行動香港委員會副主席、本會名譽顧問李麗娟女士(左一)聯同林主席專程往北京，於十一月二十六日呈交一百萬港元港幣支票，支持「中國的溫暖」活動；並由全國人大常委會副委員長顧秀蓮(中)親自接受。

## 接待意大利「貝麗莎里奧基金會」訪港團 Welcoming Marisa Bellisario Foundation from Italy



意大利 "Marisa Bellisario Foundation" 一行七人包括議員、企業家、醫生及律師等訪港，透過意大利駐港領事館專程到訪香港婦協，由梁愛詩顧問、林貝聿嘉主席、盧高靜芝副主席等親自接待，互相交流兩地婦女近況。

## 義工活動 HKFW Volunteers Activities

### 「義工發展培訓工作坊」 Volunteers Training Workshop



邀得義務工作發展局導師及嘉賓講解基礎概念、分享義工心得及義工心理健康須知等。

### 「2007 義工團聚餐」 Volunteers Dinner Gathering



一年一度的聚餐活動，節目豐富，並凝聚了義工的友誼。

### 「編織溫暖牌」—編織迷你冷被 "Knit with Love"



編織迷你冷被活動反應良好，參與人數超過80人，收集冷被超過二百八十張，手工精美，滿載愛心，謹此向各熱心義工致謝。冷被將會送予老人院的長者，以示我們的關懷。

Over 280 mini blankets were knitted by 80 volunteers and to be sent to the elderly as new year gifts to express our love and care.

### 收回迷你冷被及其他編織物紀錄

編織 19 件	李香玲	編織 15 件	林麗紅、劉水妹
編織 12 件	陳吳源卿	編織 11 件	區蘭娟
編織 8 件	溫桂好	編織 7 件	劉美梅、葉惠明
編織 6 件	鄧少霞、梁愛珍、樊月英、陳楚文		
編織 5 件	黃葉慧瑩、鄭惠芳、虞佩佩、彭蓮嬌、梁愛珍、吳楚媛、林秀翹、林素珍、曾志萍		
編織 4 件	朱淑芬、劉淑芬、鄭麗、單禮容、陳旺卿、羅愛蓮、呂惠芬、陳綺霞		
編織 3 件	陶慧仙、沈世英、陳活卿、劉淑彥、林華芬、陳輝芳、藍潔愉、陳淑英、林黃慧蓮、鄧佩金		
編織 2 件	吳潘娟、錢婷婷、胡李潔英、吳麗冰、葉笑芳、黃艷芳、梁女娟、歐美蓮、關彩心、李少鳳、甄少芬、方好嬌、葉美清、冼桂芬		
編織 1 件	周燕君、陳麗蓮、吳映紅、盧妙芬、龍惠儀、鄭文景、胡杏沂、吳玉娟、龐玉蓮、龐玉燕、劉玉清、黃素芬、金梅芳、陳愛芳、黃奕璇、林少英、陳玉平、曾玉珊、李鳳、黃惠蓮、黃淑英、黃潤珍、錢鳳玉、潘韶屏、鍾肖芳、錢婷婷、李文儀、杜淑嫻、梁笑嫻、宋小苓、顏趙萬珍、蕭潔心、譚雁		





## 全國婦聯系統幹部赴港交流考察計劃 (第九班 - 湖北省) Training Program for ACWF Cadres (The 9<sup>th</sup> Class - Hubei Province)

本會為培訓內地婦女工作者及促進香港及內地的交流，自零一年開始，已為內地婦女幹部舉辦交流培訓計劃，多年來已接待三百多位全國婦聯及各省市幹部，並於本年十二月十六日至二十三日舉辦第九班，接待來自全國婦聯及湖北省婦聯多個工作單位的二十七位領導及幹部，抵港交流考察及參加培訓課程。

林貝聿嘉主席於歡迎宴上致辭時稱，是次交流考察計劃課程概覽香港特區的民生、社會及政務情況；並再次成功邀得多個本港政府部門、業界精英及相關機構的要員主講。她深信學員完成課程後，定能增加各人對香港特區的了解及認識；並盼能對他們自身的工作有所裨益。

是次計劃內容包括：香港特區政府的架構及運作、香港經濟的特色與發展、香港社會福利與社會服務發展、香港民政事務工作與社區發展策略、社區衛生服務與策略、香港婦女事務委員會的工作、香港僱員再培訓服務與未來發展、性別歧視條例的實施與推廣、綠色社區在香港、社交禮儀與餐桌禮儀、個人形象等；而參觀考察的項目包括：立法會、香港交易所、香港房屋委員會展覽中心、東華三院馮堯敬醫院、香港歷史博物館、跑馬地快活谷馬場、保良局、天壇大佛、寶蓮禪寺、香港仔、太平山頂等。

在閉幕禮暨歡送晚宴席上，考察團團長崔衛燕對數日的行程作出了詳盡的報告及分享；並代表眾團員對本會致以深摯的謝意及崇高的評價。眾理事與學員在席間依依話別，並相約日後加強互訪聯誼。



△湖北省曾玉蘭副主席代表致送紀念品予香港婦協。  
Presenting souvenir to HKFW

△團員及婦協姐妹在開幕禮合攝。  
Group photo at the welcoming dinner.

The training program was successfully completed in December for 27 Cadres from Hubei Women Federation.

Content of the programs including talks and visits on various topics to enable the cadres to understand HKSAR in various aspects and they expressed sincere gratitude, to the arrangement of HKFW.



△李楊一帆副主席再一次擔任嘉賓講師，講題為「個人形象」。  
Mrs Li Yeung Yat Fan, talked on "Personal Image".

## 交流活動 Exchange Activities



江蘇省婦聯到訪。  
Visit of Jiangsu Women's Federation.



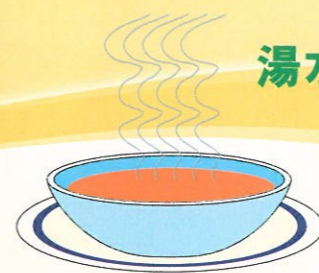
湛江市婦女港澳考察團到訪。  
Visit of Zhanjiang Women's Federation.



梅州市婦聯主管人員到訪。  
Visit of Meizhou Women's Federation.



香港婦協首長於10月到海寧市參加交流活動。  
HKFW visiting Haining in October.



## 湯水養生

### Tonic Idea

#### 椰汁銀耳露

#### White Fungus in Coconut

#### 材料 Ingredients

(一人份量 1 serving)  
雪耳 1 個 White Fungus 1 piece  
姜 1 片 Ginger 1 slice  
椰子 1 個 1 Coconut  
水 1 1/2 杯 Water 1 1/2 cups  
糖 2 安士 Sugar 2 oz  
椰汁適量 Coconut milk

#### 做法 Method

1. 將雪耳洗淨後，浸在水中2小時至軟身，剪去硬蒂置沸水中並加姜片煮5分鐘，取出清洗後浸在凍水候用。
  2. 椰子頂部鋸開留作蓋用，將椰水倒起，椰子沖水洗淨。
  3. 將水、糖及椰汁倒入椰子，蓋上椰蓋後以中火燉一小時。
  4. 加入雪耳燉半小時便可食用。
1. Wash and soak the white fungus in water for 2 hours until soft. Trim off the hard stems. Cook the white fungus with the ginger in boiling water for 5 minutes. Remove, refresh and soak in cold water.
  2. Saw off the tops of the coconut. Remove and use as lid. Drain out the juice.
  3. Pour water, sugar and coconut milk into the coconut. Cover with the lids and double boil the coconut for 1 hour over medium heat.
  4. Remove the lids, add the white fungus and continue to steam for another 30 minutes before serving.

#### 功效

雪耳含豐富蛋白質、鐵質、鈣及磷質。還有膠質及維他命C，滋養成份極高。特別適合皮膚乾燥者，對調理腸胃亦有功效。

## 六類保健食物 Health Care Food

### 一、必吃的12種排毒食物

櫻桃、木耳、韭菜、豆角、苦瓜、香蘑、綠豆、魔芋、草莓、豬血、香菜、荔枝。

### 二、必吃的12種養顏食物

橄欖油、薏米、蘆薈、桃子、蜂蜜、藕、豬皮、橙子、紅薯、西瓜、石榴、燕窩。

### 三、必吃的12種美髮食物

核桃、百合、蓮子、黑芝麻、芥菜、黑豆、鯉魚、猴頭蘑、大麥、菠菜、土豆、紫菜。

### 四、必吃的12種瘦身食物

紅豆、紅辣椒、山楂、綠茶、茴香、香蕉、芥末、豆芽、蘿蔔、冬瓜、茄子、西柚。

### 五、必吃的12種抗衰老食物

蜂王漿、桂圓、蝦、生姜、洋葱、大白菜、菠蘿、桑葚、人參、杏仁、黑糯米、海參。

### 六、老人必吃的11種健康食物

草莓、豆腐、大蒜、蜂蜜、冬瓜、蓮子、南瓜、銀耳、玉米、西蘭花、銀杏。



(摘自「中國女企業家協會」2007年第10期通訊)

## 雋語篇

我能成功，因為我能任用那些比我更超卓的人。

麥歌樂

人生短暫，名譽無窮。

荷馬



