



## 2011 訪京特刊

頁 Page

- 2-6 香港婦協訪京 2011 HKFW Visit to Beijing
  - 【婦女兒童 充權實踐】交流會 慶祝三八新百年  
Seminar to celebrate International Women's Day 101<sup>st</sup> Anniversary  
"Empowerment of Women and Development of Children"
  - 香港婦女與兒童發展圖片展  
Hong Kong: Empowerment of Women and Development of  
Children Photo Exhibition

---

- 7 「最低工資條例」答問會  
Seminar on "Statutory Minimum Wage"

---

- 8-9 「家庭健康月」舉辦十周年 惠澤市民 各界高度評價  
10<sup>th</sup> Anniversary of "Family Health Month"

---

- 10 人物專訪 — 盧高靜芝副主席  
Exclusive Interview —  
Mrs. Sophia Kao Lo, S.B.S., J.P., HKFW Vice Chairperson

---

- 11 「低碳食@家」  
LOWcarbonDIET@HOME



## 香港婦協訪京 2011 HKFW visit to Beijing

### 舉辦【婦女兒童 充權實踐】交流會 慶祝三八新百年

Seminar to celebrate International Women's Day 101<sup>st</sup> Anniversary  
“Empowerment of Women and Development of Children”



本會應中華全國婦女聯合會（全國婦聯）邀請，新一屆理事聯同名譽會長、名譽副會長及團體會員領袖等，一行四十四人組成「香港婦協2011訪京團」，於三月中旬專程到北京，拜訪全國婦聯、國務院港澳辦及中央統戰部等國家單位；並參觀北京社區，加強了解國內生活情況及文化習俗。同時，為慶祝三八國際婦女節一百零一周年，由本會副主席、全國政協常委伍淑清協助，特別在北京舉辦【婦女兒童 充權實踐】交流會，以及「香港婦女與兒童發展圖片展」。

【婦女兒童 充權實踐】交流會假北京香港馬會會所舉行，邀得全國人大常委陳秀榕及范徐麗泰擔任主禮嘉賓。交流會成功匯聚一百五十多位婦女領袖、女企業家及多國駐華大使夫人及使館代表，集思廣益，以不同角度探討婦女與兒童未來的發展，並為內地與香港的婦女及兒童項目締造日後合作的良好基礎。

林貝聿嘉主席在交流會中致歡迎辭時稱，目前香港婦女超過全港人口半數，而就業人數亦佔總就業人數約百分之四十七。然而，擔任政府首長級官員、管理高層及專業職位的人數仍然以男性為主導，獲委任諮詢架構及法定組織成員的婦女人數亦不足百分之二十五，可見男女尚不平等。她表示，如婦女人口佔半數，婦女出任諮詢組織的成員亦應該逐漸達到半數，因此為了提高婦女的領導能力及參與社會決策的機會，香港婦協將繼續積極與政府不同部門、非政府組織和社會其他界別攜手合作，栽培具有潛質的婦女參政、加入諮詢和法定組織。在兒童發展方面，香港婦協將投放資源，聯合其他機構共同推出兒童心智教育項目，並期望藉著這次中港交流會，為婦女兒童的發展開拓新方向。

會後由名譽團長王梁潔華設宴，款待各與會嘉賓。

HKFW was invited by All-China Women's Federation (ACWF) to visit Beijing in March. A delegate of 44 visited ACWF, the Hong Kong and Macao Affairs Office of the State Council, the United Front Work Department and other community centres and government departments to enhance the understanding of living conditions and culture in China. To celebrate the 101st Anniversary of International Women's Day, HKFW ran a seminar cum exhibition on the “Empowerment of Women and Development of Children” there.

The seminar “Empowerment of Women and Development of Children” was held in Beijing Hong Kong Jockey Club Clubhouse, officiated by Mdm. Chen Xiurong, Vice-President of the ACWF and The Hon. Mrs. Rita Fan, both Members of the Standing Committee of the National People's Congress of China. More than 150 participants including woman leaders, entrepreneurs and representatives from different consulates in Beijing attended the seminar. Chairperson Mrs. Peggy Lam stated that HKFW had all along worked hard to enhance gender equality and to promote the status of women in various aspects, It was hoped that from the seminar a new direction on women and children development could be initiated.

Dr. Annie Wong hosted a welcoming lunch for all participants after the seminar.



## 【婦女兒童 充權實踐】交流會

Opening Speech by Madam Chen Xiurong



尊敬的林貝聿嘉主席、  
梁愛詩副主任、范徐麗泰女士  
香港婦協的各位姐妹：

大家下午好！

香港婦協新一屆理事會於今年二月就職後首次組團來北京訪問，並舉辦主題為“婦女兒童一充權實踐”的交流會，共同探討婦女兒童發展過程中會遇到的共性的問題和困難，共同分享在推進婦女兒童事業發展中積累的感受與經驗，使訪問內容更為豐富，交流交往更有實效，必將在新的起點上開啟新的篇章。在此，我受全國人大常委會副委員長、全國婦聯主席陳至立女士，全國婦聯副主席、書記處第一書記宋秀岩女士的委託，代表全國婦聯對交流會的成功舉辦表示熱烈的祝賀！同時，向當選香港婦協新一屆理事會的各位姐妹表示熱烈的祝賀，並向香港婦協全體姐妹致以親切的問候和良好的祝願！

香港婦女歷來愛國愛港，對香港特區的經濟騰飛與繁榮穩定貢獻良多。香港婦女組織百花齊放，團結協作，各獻所能，得到社會各界廣泛認可。尤其香港婦協成立以來，堅持愛國愛港宗旨，廣泛團結全港各界婦女，支持特區政府，關注社會事務，關注婦女問題，維護婦女權益，開展社區服務，提升婦女素質，為婦女姐妹服務，在促進香港繁榮穩定方面發揮了積極的作用。對此，我們深表欽佩。

姐妹們，朋友們：

婦女兒童的發展關係到家家戶戶，也關係到國家的前途命運和社會的可持續發展。全國婦聯作為國內最大的婦女組織，始終堅持性別平等、兒童優先原則，致力於保障兒童權利、謀求婦女發展、推進性別平等，在服務婦女兒童發展方面取得了較大的成效。近些年來，

全國人大常委  
全國婦聯副主席  
陳秀榕開幕致辭全文

婦女教育培訓專案就使1.2億人（次）婦女受益；“春蕾計畫”資助貧困女童170多萬人；小額擔保貸款財政貼息政策實施近兩年來已幫助40多萬名城鄉婦女解決了創業資金問題，帶動數百萬婦女就業；農村婦女“兩癌”檢查試點工作改善了農村婦女健康狀況；全國村委會成員中婦女比例不斷上升；女性高層次人才成長政策研究工作也取得了階段性成效；“母親水窖”、“母親健康快車”“安康計畫”等各種公益活動，為處於困境中的婦女兒童帶來福音。此外，我們還推動省級婦聯與有關部門共同建立婦女兒童維權合議庭、家庭暴力投訴站、婦女法律援助中心、婦女兒童救助站等機構，維護婦女兒童合法權益。

今年是“三八”國際婦女節101周年。全國婦聯舉辦了系列慶祝活動。我們編輯出版了《中國婦女運動百年》大型畫冊，舉辦了全國三八紅旗手（集體）表彰大會，召開了中外婦女招待會；各地也舉辦了形式多樣、豐富多彩的慶祝活動。借助這些活動，我們在社會上大力宣傳中國婦女運動的偉大成就，宣傳中國婦女的特殊貢獻，宣傳中國婦女的巨大變化，進一步推動男女平等基本國策的貫徹落實，激勵廣大婦女為實現自身的進步，為中華民族的偉大復興努力奮鬥。

今年還是實施國民經濟和社會發展“十二五”規劃的開局之年，是落實新一輪婦女兒童發展綱要的頭一年。全國婦聯將繼續大力推動男女平等基本國策的貫徹落實，大力推進實施新“兩綱”，在促進婦女參政議政、促進婦女創業就業、維護婦女勞動權益、土地權益和提高婦女素質、提高婦女健康水準等方面加大工作力度，切實讓婦女得實惠、普受惠、長受惠。

姐妹們，朋友們：

當前，祖國內地進一步克服國際金融危機的影響，保持經濟健康平穩發展，已成為世界第二大經濟體；在中央政府的大力支持下，香港經濟業已復蘇，社會穩定，民生不斷改善，“一國兩制”顯示出巨大的生命力。希望香港婦協團結帶領香港各界婦女姐妹，繼續發揚愛國愛港的優良傳統，關注祖國內地建設，支持特區政府工作；全國婦聯將盡我們所能，進一步加強與香港婦協的交流與合作，廣泛開展聯誼、培訓、交流、考察等活動，共同為婦女兒童發展貢獻智慧與力量。

預祝交流會圓滿成功！

祝各位身體健康、工作順利，在京期間愉快！

謝謝大家！

討論嘉賓  
Panelists



全國婦聯婦女發展部  
崔郁部長概述全國婦聯的重  
點工作及就婦女創業、健康、  
參政及人才培育的支援；並介紹了  
2008年中國婦女十大以來，全國婦  
聯開展婦女兒童工作的主要情況。  
Mdm. Cui Yu, Director General of  
Department for Women's  
Development of ACWF



北京市婦聯趙津芳  
主席解說了現時北京婦  
女事業發展及對外交流的概  
況，並詳述「十二·五」規劃  
中推動婦女事業發展的優勢。  
Mdm. Zhao Jinfang, Chairman of  
Beijing Women's Federation



港區全國人大代表羅  
范椒芬女士，介紹香港教育  
理念與兒童成長支援，她認為兒  
童教育的目標在於四個字「樂、  
善、勇、敢」，即「樂」於學習、  
「善」於溝通、「勇」於承擔、  
「敢」於創新。  
Mrs. Fanny Law, Member of the  
Standing Committee of the  
National People's Congress  
of China



香港資深社會工作  
教育者羅觀翠教授，概述  
香港婦女現況和檢視性別定型  
及歧視問題。羅教授呼籲大家正  
視潮流文化對女性的歧視，以及將  
女性身體作出「物化」的怪現象。  
Professor Agnes Law from Hong  
Kong

【婦女兒童 充權實踐】交流會

Seminar on Empowerment of Women and  
Development of Children



## 香港婦女與兒童發展圖片展

### Hong Kong: Empowerment of Women and Development of Children Photo Exhibition

為配合是次於北京舉辦的【婦女兒童 充權實踐】交流會，本會特別籌備展覽，以圖片概述香港婦協由成立至今的工作及本港婦女團體的發展；並就香港履行「消除對婦女一切形式歧視公約」及「聯合國兒童權利公約」的情況作出報導。

#### 展覽內容：

香港各界婦女聯合協進會

香港婦女組織百花齊放

履行《消除對婦女一切形式歧視公約》

履行聯合國《兒童權利公約》



## 參觀東四奧林匹克文化體育中心

### Dongsi Olympic Community Sports Culture Center



## 到訪「中國婦女兒童博物館」

### The Chinese Museum of Women and Children



## 拜訪交流 了解國情

### Visit and Exchange Activities



全國婦聯於中國婦女活動中心設宴歡迎本會團員，圖為（左起）林貝聿嘉主席、陳至立副委員長及蘇陳偉香理事。  
Welcome dinner held by ACWF.



與全國婦聯副主席宋秀岩（右三）及全國婦聯書記張靜（右一）合照留念。

A memory group photo with ACWF officials.



晚宴上賓主盡歡，唐尤淑圻副主席與大家載歌載舞，氣氛熱烈。  
Singing performance by Mrs. Susan Tang and ACWF officials.

### 香港婦協2011訪京團成員

名譽顧問	梁愛詩	名譽團長	梁潔華	
團長	林貝聿嘉	唐尤淑圻	李楊一帆	盧高靜芝
副團長	伍淑清	何超瓊	蔣麗芸	
	黃汝璞	胡陳素英	勞潔儀	王中英
團員	麥樂娣	洪拱璧	羅敏儀	蘇陳偉香
	鄭明明	金華琴	計魏鳳英	馮丹黎
	林惠玲	龔因心	李華	盧鳳儀
	鄧曉蘭	盧古嘉利	伍少玲	田鐵英
	羅觀翠	盧彥樺	陳陳秀瑛	霍曾秀英
	鄭潔儀	蔣屹	莊淑卿	蔡愛琴
	林智華	林密鑽	鄭文景	李妙鸞
	盧麗惠	陳翠芳		
	李伯婕			



拜訪北京市婦聯，該會領導就「推動婦女創業再就業」作出詳細工作匯報。

Visiting Beijing Women's Federation.



拜訪國務院港澳辦，獲張曉明副主任接見訪問團，暢談國家「十二·五」規劃重視穩定房價、收窄貧富懸殊的政策方向。

Visiting Hong Kong and Macao Affairs Office of the State Council.



拜訪中共中央統戰部，尤蘭田副部長（右三）對香港婦協的工作給予信心和肯定。

Lunch hosted by The United Front Work Department.



參觀北京光彩明天兒童眼科醫院。

Visiting the Radiant Children's Eye Hospital at Beijing.

# 「最低工資條例」答問會

## Seminar on “Statutory Minimum Wage”

本港於五月一日國際勞動節實行的「最低工資條例」，為基層勞工(包括婦女)帶來加薪喜訊的同時；亦掀起各行各業勞資雙方的關注。婦女勞工在香港整體勞動力中佔很大比例，但擔任的職位相對較男性為低，因此當勞工政策作出重大改動時，會首當其衝受到影響。

為釋除大眾疑慮和達到共識及雙贏，本會特別在五月舉行「最低工資條例」答問會，提供溝通渠道，讓市民大眾向政府直接提出疑問及表達意見。

勞工處助理處長(發展) 李寶儀女士應邀擔任主講嘉賓，深入淺出簡介「最低工資條例」內容；並與出席的百多位各界勞資雙方人士進行直接而務實的溝通對話，讓大家進一步瞭解和解決因「最低工資條例」帶來的問題，釐清勞資雙方的灰色地帶，包括用膳時間、超時工作與補假形式、佣金計算和僱傭合約等。請參閱以下由勞工處就答問會整理的資料：



林貝聿嘉主席聯同召集人蔡關穎琴律師致送紀念品予主講嘉賓勞工處李寶儀助理處長(中)。

## 《最低工資條例》的問答

### Q&A on “Statutory Minimum Wage”

#### 1. 用膳時間是否屬於計算最低工資的工作時數？

如僱員在用膳時間也同時處於《最低工資條例》工作時數所指的情況，該用膳時間便屬於計算最低工資的工作時數。舉例說，如他在用膳期間，按照僱傭合約、在僱主同意下或根據僱主的指示，為執行工作而留駐工作崗位當值（不論當時他有否獲派工作），該用膳時間屬於計算最低工資的工作時數。

相反，如該僱員在用膳時間不是《最低工資條例》工作時數所指的情況，該用膳時間便不屬於計算最低工資的工作時數。舉例說，如他在用膳期間無需留在工作崗位當值，而可自由出外用膳或休息，由於這段時間並非按照僱傭合約、在僱主同意下或根據僱主的指示，為執行工作而留駐工作崗位當值，該用膳時間不屬於計算最低工資的工作時數。

如果按照僱傭合約或勞資雙方的協議，用膳時間是屬於僱員的工作時數，計算最低工資時亦須包括這些用膳時間。舉例說，如果勞資雙方按照僱傭合約或協議將用膳時間視為工作時數，計算最低工資時，每一工資期的總工作時數便包括該段時間。

#### 2. 如超時工作將以補假形式補償，在計算最低工資時，是否須包括超時工作時數？

根據《最低工資條例》，僱員於某工資期的總工作時數（不足一小時亦須計算在內），乘以法定最低工資水平，所得之數即屬他於該工資期的最低工資款額。就該工資期而言，僱員須獲付不少於該款額的工資。

故此，基本的原則是須就任何工資期支付予僱員的工資，按他在工資期內的總工作時數，以平均計算不得低於法定最低工資的水平；而並非規定僱主要就所有工作時數向僱員支付工資、或每一小時的工資都要達到法定最低工資水平。

如有關的超時工作屬於《最低工資條例》下的工作時數，在計算該僱員就該工資期的最低工資時，須包括在內。如果僱員就該工資期須獲支付的工資，因為總工作時數增多而未達最低工資水平，僱主須支付兩者的差額（即額外報酬）。

此外，僱主仍須同時顧及現有僱傭合約的條款（如：有關超時工作的補償安排的合約條款）以處理僱員的合約權益。

\* 其他問答，請參閱本刊第十八頁

勞工處設有電話查詢熱線 2717 1771（由「1823電話中心」接聽），全日24小時提供服務，解答有關《最低工資條例》及《僱傭條例》的查詢。勞工處的勞資關係科亦透過分設各區的10個辦事處，為有需要的僱主和僱員提供有關條例的諮詢面談及調解服務，積極協助勞資雙方溝通，化解分歧。



# 「家庭健康月」舉辦十周年 惠澤市民 各界高度評價 10<sup>th</sup> Anniversary of "Family Health Month"



**預告：**  
為慶祝「家庭健康月」十週年，本會正籌備為市民檢驗乳癌及青光眼，詳情稍後公佈。





前排左起：主禮嘉賓  
葉維晉醫生、  
梁永昌醫生、  
醫管局胡定旭主席、  
本會林貝聿嘉主席、  
東華三院張佐華主席、  
本會李楊一帆副主席、  
婦委會盧高靜芝主席  
與大會嘉賓、  
各合辦及贊助機構代表、  
講者及婦協理事合照留念。

## 關注婦女健康 多年從未停步

香港社會日益繁榮進步，市民生活節奏緊張，特別是香港婦女，除要出外工作外，亦要處理家中的大小事務，部分更要同時照顧長者及小孩，沉重的生活壓力令她們除面對生理上的健康問題外，更會引發出心理健康問題，嚴重的更可能患上焦慮症、強迫症及抑鬱病等等，甚或影響工作及家庭，這都是香港婦協極度關注的。

自1993年創立以來，本會一直為關注及改善婦女的健康而努力，持續舉辦有關促進市民健康的活動。由2002年開始，每年均與醫院管理局健康資訊天地、東華三院婦女健康普查部及馬鍾可璣基金合辦「健康月」。不經不覺，「健康月」已經踏入十周年，過去九年，「健康月」著重推廣中西醫療新知，已籌辦數十個不同主題的健康講座，講解多項市民關注的項目；包括男女更年期相關問題、癌症、痛症、肝病、泌尿問題、老人病患、青少年情緒病的治療及預防、食療保健、穴位治療及很受歡迎的「治未病」資訊等，成功推廣中西醫療新知，促進及提醒市民關注健康。

## 昂然踏入十年 獲得高度評價

今年大會有幸邀得醫院管理局主席胡定旭、東華三院主席張佐華等多位，為「健康月」十周年開幕儀式主禮。

胡定旭主席及張佐華主席均對香港婦協及「健康月」十載的努力給予高度評價，認為活動成功喚起大眾對健康的關注，締造更健康的社會。胡主席更與所有觀眾分享了他加入醫管局多年來的健康秘訣，就是「餐餐均衡、日日運動、時時開心」，並要多食少油、少鹽、少糖的「住家飯」，無論多忙亦要與家人一起運動，與家人互相關懷，並時時保持笑口常開。

當天出席人數近七百，大會更以抽獎形式送出身體檢查共二百二十份。活動召集人梁冬陽醫生感謝眾資深醫生、醫師及各藥廠多年以來的大力支持、多個電台節目及報章義務宣傳。「健康月」系列講座及提供之免費身體檢查，十年以來惠及近萬市民及家庭，令活動更具意義。



著名電台節目主持人邵國華(左四)專程出席活動開幕儀式，為「健康月」打氣，令一眾義工非常驚喜。

To arouse the awareness of the importance of good health among women and their families, HKFW has jointly organized with the Hospital Authority, Well Women Clinic of Tung Wah Group of Hospitals and Ma Chung Ho Kei Foundation the "Family Health Month" annually since 2002. Series of talks on various medical issues and health problems and free body check-ups form the main parts of the programme for the past nine years, with the emphasis placed on the promotion of new east and western medical techniques. Women and their families from all walks of life participate the event free of charge and have benefited from it. The response has been most encouraging.

Mr. Wu Ting Yuk, Chairman of the Hospital Authority, and Mr. Chang Juo Hwa, Chairman of Tung Wah Group of Hospitals, officiated at the Opening Ceremony of a series of talks in April to celebrate the 10th Anniversary of the "Family Health Month". Both Guests of Honour extended their high regards and recognition to HKFW's effort on her 10 years' of hard work in raising awareness to the significance of good women and family health. Mr. Wu also shared his own health tips with the attendees. More than 700 people attended the talks and over 200 participants received free health-check coupons through the lucky draw.



盧高靜芝副主席  
Mrs. Sophia Kao Lo, S.B.S., J.P.  
HKFW Vice Chairperson

## 自學自在 女人心

文：溫麗珊

現今香港女性的角色和對社會的貢獻漸漸受到肯定，但要同時兼顧家庭和工作，因此要成為女性領袖，實在不是想像中的這麼簡單，而盧高靜芝副主席正是箇中的典範。盧太從受薪工作崗位退下至今，全身投入社會服務，擔任婦女事務委員會主席的同時，亦身兼多項公職。早年她已獲香港特區政府委任為太平紳士及頒授銀紫荊星章，以表揚她對社會貢獻。

### 加入婦協倍感榮耀

「我很榮幸能加入香港婦協，婦協在林主席領導下凝聚了不同界別婦女，結集了很多婦女團體，一起為提升和捍衛女性權利發聲出力，鞏固了香港女性地位，這都是難能可貴的。」

盧太回憶當初經由李楊一帆副主席和陳雷素心執委的邀請，參加婦協慶回歸大合唱表演，隨後更加入婦協大家庭任名譽副會長。採訪當日李太也有列席，看着她們回憶加入本會的經過，感覺非常溫馨。

### 婦女事務不遺餘力

女校出身，大學時期又當過女生聯誼會主席的盧太，在讀書時期，已是義工活動的活躍分子。除參與「例牌」的賣旗籌款活動外，在大學時期也非常活躍參與有關女生的聯誼兼慈善活動。退休後，便順利成章地集中火力專注婦女事務。

「又到了一人一大學節目時間啦…」相信大家對這句自在人生自學計劃的電台宣傳口號並不陌生，該計劃鼓勵婦女持續學習，加強自信心，擴闊視野，全面提升

婦女的能力。計劃非常成功，每年均有大量婦女畢業，盧太實功不可沒。

值得一提的是，盧太她更並被委任為財務匯報局主席，這證明了在財經這個傳統上以男性為主的專業，到今天女性也有極大的發展空間。

### 疼家人的可愛媽媽

每當談及丈夫，盧太便會不期然地露出甜絲絲的笑容，可見二人十分恩愛。她認為夫妻相處之道最重要就是互相尊重，能接納對方的一切，就像盧太從不要求文靜的丈夫一同出席公務應酬，相反還把家中大部份飯廳騰出來，好讓他能有一個更大更舒適的視聽環境，盡情享受音樂。

盧太兩名女兒剛從美國學成歸來，其中一位正從事音樂創作工作，每當看見女兒為了取得創作上的靈感，而通宵達旦地工作，盧太雖然因此感到心痛，但仍然會在身邊給予精神上的鼓勵；而在空閒的時候，一家還會聚在一起聊聊天，說說笑，這位女兒口中的「可愛媽媽」還打趣說：「將來你們選的丈夫如愛玩音響，一定會加分。」逗得另一半開心不已，一家樂也融融。

### 女性應該自信自愛

現今香港，媒體上不時出現「中女」和「港女」等字眼，當問到盧太的看法時，她稍為收起笑容答道：「這些稱號只是媒體的宣傳技倆，因此不需要過於介懷，我們不應接受社會上的性別定型，要學會怎樣欣賞自己。」盧太強調，女性最重要的是肯定自己的價值，與時並進，選擇適合的生活方式及態度，活得開心，這一切都遠比外型上肥瘦美醜更為重要。」

訪問盧太，心情真是十分輕鬆，她總是笑靨如花，展現出牡丹般的雍雅大度，顯示女性的美麗並不僅是在於外表，而是由內散發出，由衷的自信和內涵。



# 「低碳生活大使」推廣低碳飲食

## LOWcarbonDIET@HOME

人類的生活習慣，不論衣、食、住、行，每每都與地球氣候變化息息相關。食的習慣更對氣候有深遠的影響，包括食材選擇、烹調方法及廚餘處理，只要願意，「飲飲食食」都可以是救地球的好方法。因此，繼去年成功舉辦「樂活嘖嘖愛地球」，本會特別與嘉道理農場暨植物園再次合作，由2010年12月開始，以低碳飲食為主題，推出「低碳食@家」活動，在各個社區培訓低碳生活大使，教導她們低碳飲食的各個要點，以左鄰右里的影響力，在社區積極推廣低碳飲食新潮流，促進市民及環境的健康，為緩減全球暖化出力。

### 「低碳食@家」

是次計劃是一個累積經驗的機會，令低碳生活在全港九新界的不同社區萌芽。透過是次計劃，大使們成功提升了公眾對氣候變化的醒覺以及推廣低碳生活模式，共同減低香港的碳足跡以改變氣候變化的影響。活動得到環保署贊助經費，十四多個婦協團體會員及環保團體大力協辦，成功到各區籌辦「低碳生活大使培訓工作坊」、「社區低碳生活推廣」及《低碳飲食：健康、環保、抗通脹》講座，活動提供了一個組織低碳生活培訓及社區推廣的範例，鼓勵其他團體將此概念及模式應用在他們的社區。「低碳食@家」無容置疑對個人、家庭、社區而言，都是十分重要，值得大眾持續推廣。

### 低碳生活大使培訓工作坊



活動共舉辦了27次工作坊，培訓了368名大使。培訓她們有關低碳健康飲食的概念及細節，如食物選擇、食物生產、烹煮方法、廚餘處理等。

### 「社區低碳生活推廣」



活動獨特之處是首先為地區婦女團體提供培訓，再與受訓後的「低碳生活大使」合作，讓婦女在社區活動作主導，在她們居住的社區進一步推廣低碳生活。11次的社區推廣活動，成功將低碳訊息傳至六千多位市民心中。

### 「低碳食@家」閉幕禮暨低碳生活大使嘉許禮

典禮假天星碼頭舉行，由本會主席林貝聿嘉、香港離島婦女聯會主席兼本會執委周轉香及嘉道理農場暨植物園執行董事博安哲擔任主禮嘉賓，多位本會理事出席支持，包括：梁冬陽、麥樂嫻、黃葉慧瑩、區艷龍及多個本會團體會員 / 友好團體均有派代表出席。



### 各界婦女響應：

主辦單位：香港婦協及嘉道理農場暨植物園

「低碳食@家」項目統籌：麥樂嫻

- 香港女童軍總會
- 長洲婦女會
- 香港離島婦女聯會
- 亞洲婦女協進會
- 華富村婦女聯合會
- 東九龍婦女協會
- 石澳婦女會
- 西貢將軍澳婦女會
- 荃灣梨木樹賢毅社
- 香港華人革新協會
- 翠屏婦女會
- 共同購買
- 嘖嘖大聯盟

## 婦協活動

HKFW Events and Activities



### 「年青的妳，如何在生活中、 職場上提升自我」分享會 How to equip yourself for your life and career as a smart young lady

活動由青年領袖委員會及女企業家委員會聯合籌辦，出席者達六十多人。出席的女青年來自多個界別，包括：醫護、法律、銀行、保險、零售、行政管理及大專學生等。

主講嘉賓為本會副主席兼名譽會長、全國政協委員蔣麗芸博士，她將自己累積多年營商和建立廣闊的人際網絡經驗，與現場女青年分享。她說：「年青人必須為自己構建人生計劃，作為奮鬥的目標和規範，因應環境而修正，積極為爭取理想而努力。」

蔣博士表示，她在45歲退下工作的火線，將自己的能力以另一種方式回饋社會和追求人生。其次，要求自己每日學一種新事物，簡單莫過如每日一字等，就是讓自己充實和進步的原動力。在一個男女共融的社會，對女性而言，要做一個剛柔並重的人，適時的扮作小鳥依人，減少無謂競爭。她表示現今社會的人材分兩類，一種是專才，如醫生、律師、工程師等，要在自己的專家領域繼續鑽研；另一種是通才，就要上知天文地理和古今中外的情況，以培養自己有分析力和判斷力。蔣博士亦提到有些裝備，無論專才或通才都一定要識：就是使用電腦。

多位女青年表示有意參加本會即將第三度舉辦的「半邊天」青年領袖培訓計劃。



華山氣功班 2011連開兩班，感謝雷羅慧洪首席名譽會長贊助導師費。  
Qigong Class.



廣州純玩美食二天團。  
2-day Guangzhou Tour.

歡聚樂續FUN暨5、6、7、8月份會員生日會，感謝關李帶歡理事(右四)多次贊助現金，蘇曹莊儀召集人(右五)、譚胡秀英召集人(右六)及多位熱心會員贊助幸運抽獎禮物及生日禮物。  
Members Birthday Party.



為本會服務十七年的單禮容女士(左八)榮休，本會致送紀念碟以表謝意。  
Congratulations to Mdm. Sim Lai Yung, who worked for HKFW for 17 years, on her retirement.





灣仔民政事務專員陸綺華（左五），灣仔警區指揮官林曼茜（右五）與一眾灣仔區政務要員，應林主席邀請到本會參觀。  
Wan Chai District officers visited HKFW T.S. Kwok Service Centre.



「擴大中產法律援助範圍」講座，邀請法律援助署黃瑤明律師（右二）主講。  
Talk on "Expansion of the Supplementary Legal Aid Scheme to Middle Class".



本會理事出席「辛亥革命人物真跡大展」，香港婦協為發起機構之一。  
Exhibition of "Centenary of China's 1911 Revolution".



林主席出席香港浸會大學基金晚宴，與校長陳新滋教授伉儷合照。香港婦協在2009年獲邀為該基金之榮譽主席，以確立本會對該校發展的貢獻。  
Chairperson Peggy Lam attended The Hong Kong Baptist University Foundation Dinner.



義工美食齊分享。  
Volunteers Lunch Gathering.



法律常識知多D之「工傷」及「交通意外事故」講座。  
Legal Talks on Work Injuries and Traffic Accident.



多位本會首長出席中聯辦舉行之三八婦女節酒會。  
Attending the reception held by Liaison Office of the CPG in HKSAR to celebrate International Women's Day.

## 交流活動 Exchange Activities



中聯辦副主任殷曉靜（前左五）到港履新，本會設宴歡迎。  
Welcome lunch in honour of Mdm. Yin XiaoJing, Deputy Director of the Liaison Office of the CPG in HKSAR.



全國婦聯副主席陳秀榕（中）及代表團到訪。  
Welcoming Mdm. Chen XiuRong, Vice-President of the ACWF and delegates.



中國女企業家協會三十人到訪，與本會女企業家親切交流。  
30 members from China Association of Women Entrepreneurs visited HKFW and exchanged views with Women Entrepreneur Committee.



林貝聿嘉主席及李麗娟名譽顧問（右三）等到北京拜訪全國婦聯陳秀榕副主席（中）。  
Chairperson Peggy Lam and advisor Shelley Lee met Mam. Chen XiuRong in Beijing.



國務院港澳辦陳偉清副巡視員到訪。  
Mdm. Chen WeiZing from Hong Kong and Macao Affairs Office of the State Council visiting the new centre.



中華女子學院赴港交流師生團，與本會多位理事交流，並由該院理事王梁潔華博士宴請。  
Teachers and students of China Women's University Delegation meeting HKFW Council Members.

# 恭賀 Congratulations!



林主席及會員梁黃詠愉到昆明出席雲南海外經濟合作促進會舉辦的十周年晚宴，拜會了雲南省羅正富常務副省長（中）及雲南婦聯。  
Chairperson Peggy Lam & member Mrs. Winnie Leung joined the 10th anniversary gala dinner of Yunnan Overseas Economic Co-operation and Promotion Association.



香港防癆心臟及胸病協會「林貝聿嘉健康促進及教育中心」命名禮，眾姐妹齊恭賀。  
HKFW members congratulating The Hong Kong Tuberculosis, Chest and Heart Diseases Assoc. "Peggy Lam Health Promotion and Education Centre" Official Naming Ceremony.



本會多位成員到北京出席「香港專業女性國情研修班」。  
HKFW members attending Training Course organized in Beijing.



林貝聿嘉主席獲頒「傑出第三齡人士選舉」獎項，以表揚她在終身學習、服務社會和均衡生活三方面有出色的表現，充分體現項目所提倡「豐盛人生 成就未來」的精神，由胡部秀萍提名。  
Outstanding Third Age Citizens Award 2011 presenting to Mrs. Peggy Lam.



陝西省婦聯到訪。  
Welcoming the Shannxi Women's Federation.



盧高靜芝副主席（右）榮獲香港公開大學頒授榮譽大學院士。  
The Open University of Hong Kong awarded Honorary University Fellowship to Mrs. Sophia Kao Lo, Vice-chairperson of HKFW.

## 團體會員活動 Corporate Member's Activities



### 長洲婦女會

#### Cheung Chau Island Women's Association

今年是三八國際婦女節101周年，經過百年努力發展，婦女從經濟、地位、知識及能力上有了很大的提升，現代婦女更注重心靈健康。

該會執委聯同港區婦聯特邀代表前往長洲東灣海灘拿取海水，代表香江清澈的水融滙在廣州舉辦的三八新百年儀式；並象徵着粵港澳台四地智慧滙聚在一起。該會將繼續貫徹婦聯精神：辦實事、求新發展、培育社會新力軍及謹記社會責任。



### 香港離島婦女聯會

#### Hong Kong Outlying Islands Women's Association

月前舉行「新里程-社會服務中心啟用典禮暨義工嘉許禮」，邀得勞工及福利局局長張建宗先生、中央政府駐港聯絡辦公室新界工作部副部長王小靈女士、香港賽馬會慈善事務執行總監蘇彰德先生、離島民政事務專員劉錦泉先生、社會福利署中西南及離島區福利專員彭潔玲女士、新界社團聯會副理事長羅成煥先生出席；並與該會主席周轉香議員一同主持了開幕禮式，標誌著離島婦聯的服務進入另一個新里程。



### 香港南區婦女會

#### Hong Kong Southern District Women's Association

為慶祝母親節，該會早前假鴨洲邨廣場舉行由南區區議會贊助的「一句問候、一個擁抱、媽媽我愛妳」心意咭填色設計比賽頒獎禮暨嘉年華活動。

該會主席林玉珍議員致詞時表示，每年該會均舉辦慶祝母親節活動，歌頌母親的偉大。今年以建立和諧家庭為主題，藉著比賽，讓子女表達對媽媽的關懷和愛意。



### 沙田婦女會

#### Shatin Women's Association

該會黃戊娣理事長及三名副理事長率領一眾理事及義工等共40多人，月前往中山古鎮探訪幼兒園，並順道與中山市及古鎮婦女聯合會交流，獲熱情款待。此行除分享了當地婦女的工作，還品嚐了不少地道的美食，收穫豐富。



### 荃灣葵青區婦女會

#### Tsuen Wan Kwai Ching District Women's Association

由該會主辦、荃灣葵青區七個地區團體協辦之「飲水思源 港兩地婦女慶祝三八節」河源之旅，一行三百多人早前遠赴河源，受到河源市委、市政府隆重接待。



### 港灣婦女會

#### Wanchai District Women's Association

該會創立於1983年，其宗旨在聯絡香港社會各階層婦女及關心婦女福利之社會人士，發揚婦女固有賢淑品德，發掘個別婦女的能力，使廣大婦女瞭解其對家庭及社會之責任從而改進個人、家庭及社會生活質素。為慶祝創會二十八周年誌慶，於3月舉行聯歡大會，並印製特刊以茲紀念。





**元朗區婦女會**  
**Yuen Long District Women's Association**

「開心歡樂頌親恩」聚餐，活動對象為60歲以上長者，希望透過此活動感謝長者以往對社會所作出的貢獻，令長者感到社會對他們的關懷；可藉此活動認識更多新朋友，擴闊社交圈子。是日邀請了元朗區議員呂堅先生及蕭浪鳴議員出席，節目相當豐富。



**海怡半島婦女聯合會**  
**South Horizons Women's Association**

鑑於日本福島地震災情嚴重，該會聯同管理公司及業主委員會在屋苑內發起一連串的賑災籌款活動，包括屋苑街頭募捐及賑災音樂會等，以支持災後救援工作。是次活動共籌得港幣83,530元，所有善款，已悉數交予「香港紅十字會」轉交當地災民。



**香港西區婦女福利會**  
**Women's Welfare Club, Western District HK**

早前舉行慶祝母親節聯歡會，邀得中聯辦協調部宋瑋處長主禮、名譽顧問林丁麗玲女士指導，60多位母親濟濟一堂，慶祝屬於自己的節日，該會主席蕭曾鳳群及會長曾德從向各位母親獻上康乃馨花束。今年7月該會更假新光戲院舉辦慶祝香港回歸祖14週年暨頌親恩綜合滙演，藉以教育青少年一代愛祖國、愛香港，敬老、愛老不忘父母恩。



**香港鴨脷洲婦女會**  
**Hong Kong Apleichau Women's Association**

該會多年來均舉辦團年晚宴，免費接待區內100名長者，希望能給予孤單或長期患病長者心靈慰藉；並表達對照顧者的支持。晚會設有粵曲獻唱及有獎遊戲，每人更獲贈一份敬老禮品，讓長者盡興而歸。



**九龍婦女福利會**  
**The Kowloon Women's Welfare Club**

於九龍圓方舉行夏季生日會，一眾董事歡度生辰。前排左起：鄧欣賢夫人、鄧家雄夫人、連蕭玉麗女士、黃國禮夫人、唐尤淑圻主席、邱裘錦蘭會長、羅道明夫人、林世平夫人。後排左起：陳國智夫人、文玉堂夫人、陳國威夫人、周厚澄夫人、葉慶忠夫人、陸達權夫人、戴立平夫人、楊炳炎夫人及姚祥興夫人。



**香港華人革新協會婦女部**  
**Hong Kong Chinese Reform Association (Women Section)**

應邀舉辦由香港婦協主辦之「低碳生活飲食」大使培訓及舉辦「慶祝「三八」國際婦女節暨「低碳飲食」推廣活動日。活動邀請了註冊中醫師與婦女們分享健康心得及婦女穴位美容，出席人士二百多位，氣氛熱鬧。



**華富邨婦女聯合會**  
**Wah Fu Estate Women's Association**

於復活節期間，舉辦國內三天團，到茂明、禦水古溫泉、南海一號水晶宮旅遊。行程安排參觀了世界最大古沉船博物館，讓團員有若踏上800多年前海上絲綢之路。



**香港中文大學婦女健康促進及研究中心**  
**Centre of Research and Promotion of Women's Health**

為慶祝三八國際婦女節一百週年，該中心與詠翔(香港)舉辦以「女人世代 精彩人生」為題的講座，邀請李曾超羣博士等多位嘉賓分享女性如何活出全人健康，令生命充滿精彩。當日出席人數超過三百人。



**香港女青年商會**  
**Hong Kong Jayceettes Junior Chamber**

該會舉辦之慈善活動“暖暖燈火扣心弦 - 愛·改變·與青年領袖對話”，由新浪微博京港現場同步直播，內地著名藝人姚晨及其九百萬微博追隨者與現場的嘉賓和香港大學生通過微博即時交流。



**續** 第7頁  
Cont'd Pg. 7

**《最低工資條例》的問答**  
**Q&A on "Statutory Minimum Wage"**

**3. 在法定最低工資制度下，應如何處理佣金的計算？**

根據《僱傭條例》，工資的定義包括佣金（屬於賞贈性質或由僱主酌情發給的佣金除外）。因此，除屬賞贈性質或由僱主酌情付給的佣金外，所有佣金均屬工資並須按《僱傭條例》的規定而支付。勞資雙方可按實際情況藉僱傭合約協定佣金的計算及支付方法。

在判斷僱員的工資是否已符合最低工資的要求時，根據僱傭合約須支付的佣金，會按照僱傭合約算作為須就其所屬的工資期支付的工資。如果僱傭合約已協定佣金須就多個工資期支付，在判斷僱員的工資是否已符合最低工資的要求時，亦會按照僱傭合約算作為須就其所屬的工資期支付的工資。

此外，《最低工資條例》亦因應佣金的獨特情況，提供下列條文供僱主及僱員應用：

就最低工資而言，在僱員事先同意下於工資期首7天後而於緊接該工資期後的第7天終結前的任何時間支付的佣金，須算作為須就該工資期支付的工資的一部分，而不論有關工作於何時執行，亦不論根據僱傭合約該佣金須於何時支付。

因此，在僱員事先同意下，佣金可以按照支付的時間來決定屬於須就哪個工資期支付的工資，以判斷僱員的工資是否已符合最低工資的要求。如沒有僱員事先同意，這條文便不適用。在引用這條文時，僱主亦須遵守《僱傭條例》下工資支付及扣薪的規定，有關資料可參閱《僱傭條例》簡明指南。

**4. 僱主可否單方面更改現有僱員的僱傭合約條款？**

根據《僱傭條例》，僱主不可以單方面更改僱傭合約的條款，必須先行充分諮詢僱員，否則僱員可按照《僱傭條例》的規定，向僱主申索，詳情可參閱勞工處印備的《僱傭條例》簡明指南 (<http://www.labour.gov.hk>)。僱主在考慮改動任何僱用條件時，宜審慎評估有關安排對勞資雙方所帶來的影響。



## 湯水養生 Tonic Idea

### 浮小麥虛汗湯 Fu Xiao Mai Soup

#### 做法 Method

1. 清洗各項材料，將豬腱飛水過冷河。
2. 將处理好之材料放入鍋中、注水，大火煮沸後轉慢火續煮三小時。
3. 加鹽調味即可。

1. Wash all the ingredients, scald and rinse the pork fore shank.
2. Put all ingredients into a deep saucepan, add water. Bring to the boil over high heat, then simmer over low heat, cook for 3 hours.
3. Season with salt then serve.

#### 材料 Ingredients

浮小麥40克	Fu Xiao Mai 40g
紅棗10粒	10 Red Dates
龍骨15克	Long Gu 15g
牡蠣15克	Dried Oysters 15g
糯稻根20克	Dao Gen Xu 20g
陳皮適量	Dried Tangerine Peel
豬腱150克	Pork Fore Shank 150g
北芪12克	Bei Qi 12g

#### 調味 Seasoning

鹽1茶匙	Salt 1Tsp
------	-----------

#### 功效 Function

此湯具補益氣血、止虛汗、除虛熱之效。

This soup can tonify the blood, stop sweating, help curing diabetes and alleviate asthenia-heat symptoms.

## 心理平衡十要訣(下)

### 6 對人表示善意

在適當的時候表示自己的善意，誠摯地談談友情，伸出友誼之手，自然就會朋友多，隔閡少，心境自然會變得平靜。

### 7 向別人傾訴煩惱

生活中的煩惱是常事，把所有的煩惱都悶在心時，只會令人抑鬱苦悶，有害身心健康。如果把內心的煩惱向知己好友傾訴，心理會頓感舒暢。

### 8 幫助別人

助人為快樂之本，幫助別人不僅可使自己忘卻煩惱、而且可以表現自己存在的價值、更可以獲得珍貴的友誼和快樂。

### 9 積極娛樂

生活中適當娛樂，不但能調節情緒，舒緩壓力，還能增長新的知識和樂趣。

### 10 知足常樂

不論是榮與辱、升與降、得與失，往往不以個人意志為轉移，榮辱不驚，淡泊名利，做到心理平衡是極大快樂。



(資料來源: 玉林師範大學學院 校醫院網)

備註: 心理平衡十要訣(上)已於香港婦協季刊56期刊出

## 雋語篇

好脾氣是一個人社交中所能穿著的最佳服飾。 ~都德

世間沒有一種具有真正價值的東西，可以不經過艱苦辛勤勞動而能夠得到的。

~愛迪生



## 香港婦協會員2011年榮獲特區政府授勳及嘉獎

金紫荊星章

銀紫荊星章

銅紫荊星章

榮譽勳章

太平紳士

行政長官社區服務獎狀

丁毓珠副主席 / 名譽會長

廖湯慧靄副主席 / 首席名譽會長

楊志紅名譽會長

馬月霞女士

余秀珠女士

余詩思醫生 / 理事

蔡杏時女士

馮翠屏女士

蔣麗芸副主席 / 名譽會長

許美嫦律師

麥美娟女士

黃蘊瑤女士

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

### 名譽副會長及永遠選舉會員 蔡加敏

#### 永遠普通會員

林惠玲	何諫開	林美寶	黎椅雲	王鑾英	李燕琴	朱少珍
姚巧珠	趙瑩	徐美梅	馬子君	黃綺馨	陳美梅	陳嫻慧
楊玉梅	高波	黃淑蘭	楊肖麗	林玉珍	鄧佳洪	王燁櫻
尹敬蘭	尹敬好	黃唐穎兒	陳潔敏	張寶珠	廖翠萍	

(直至2011年6月)

### 婦協活動預告

### HKFW Coming Events

6月23日至7月21日	防跌八式太極班6 Tai Chi Training 6
7月26日-8月23日	個人素養單元系列之國畫課程 – 花鳥畫及書法入門 The Art of Chinese Painting
8月5日至10日	香港婦協青藏訪問團 Visit to Qinghai and Tibet
8月19日	香港婦協郭得勝服務中心開幕典禮 HKFW T.S. Kwok Service Centre Opening Ceremony
8月23日至9月14日	家有喜事之傳統婚嫁禮儀(初階) Traditional Wedding Etiquette (Elementary)
9月7日至21日	保養居室有妙法 Tips for Home Maintenance
9月16日	迷你盆景製作坊 Pot Plant Workshop
9月20日至10月11日	家有喜事之傳統婚嫁禮儀(進階) Traditional Wedding Etiquette (Advance)
9月26日	香港婦協慶祝辛亥革命一百周年 暨 中華人民共和國成立六十二周年 暨 祝賀本會會員 2011年榮獲特區政府授勳及嘉獎聯歡晚宴 Celebrating the Centenary of China's 1911 Revolution cum the 62 <sup>nd</sup> National Day cum Celebration of HKFW Members Receiving Awards and Medals from the HKSAR Government Dinner Party

### 編輯委員會 Editorial Board

### 宣傳出版委員會 Publicity & Publications Sub-Committee

召集人：勞潔儀

副召集人：溫志儀

委員：李楊一帆、黎雅麗、

溫麗珊、彭韻僊、金華琴

Convenor : Katherine Lo

Vice Convenor : Jennifer Wun

Members : Lee Yeung Yat Fan, Ally Lai,

Vanessa Wan, Melissa Pang, Shirley Jin

出版：香港各界婦女聯合協進會有限公司 Published by: Hong Kong Federation of Women Ltd.

香港灣仔駱克道435號地下 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