



# 香港婦協

# Hong Kong Federation of Women

季刊  
Newsletter

# 65

DEC 2013

名譽贊助人：香港特別行政區行政長官夫人梁唐青儀女士  
HON. PATRON: MRS. REGINA LEUNG,  
Wife of the Chief Executive of the Hong Kong SAR



## 香港婦協訪京團 2013

10月21日至23日



P2-4 香港婦協訪京團  
拜會全國人大常委會副委員長、  
全國婦聯新任主席沈躍躍  
HKFW's Visit to New ACWF's Chairperson  
Shen Yueyue in Beijing

P5 名人專訪：首席名譽會長王梁潔華博士  
Exclusive Interview –  
Honorary Senior President Dr. Annie Wong

P6-7 首屆「香港婦協女企業家國情班」假北京舉行  
HKFW Women Entrepreneurs Committee  
1st "National Education Study Trip" in Beijing

P8 慶祝中華人民共和國成立六十四周年  
暨祝賀2013年香港婦協會員  
榮獲特區政府授勳聯歡晚宴  
The 64th National Day cum  
Celebration of HKFW Members receiving  
Medals from the HKSAR Government 2013





# 香港婦協訪京團 拜會全國人大常委會副委員長、 全國婦聯新任主席沈躍躍

## HKFW's Visit to New ACWF's Chairperson Shen Yueyue in Beijing

本會於十月下旬組成42人訪問團，一連三天專程飛往北京，拜訪中華全國婦女聯合會等多個中央單位，收獲甚豐。



沈躍躍主席(右六)致送紀念品予本會。  
ACWF Chairperson, Madam Shen Yueyue,  
presented a souvenir to HKFW delegation

### 表揚香港婦協工作

由新一屆理事、名譽會長及團體會員首長組成的訪京團抵達北京後隨即拜訪全國婦聯，並得到全國人大常委會副委員長、全國婦聯新任主席沈躍躍設宴接待。席間，沈主席表揚香港婦協在香港素有影響力，多年來積極聯繫各界婦女、維護婦女權益、為促進香港事務及繁榮做了大量的工作，發揮婦女半邊天的力量。她表示，全國婦聯現正籌備「中國婦女第十一次全國代表大會」，獲得中央人民政府及習近平總書記大力支持，藉此，她鼓勵各地包括香港的姐妹要團結、奮進，為婦女發展而努力。

### 營造良好教育環境

訪京團先後拜訪了香港特別行政區政府駐北京辦事處、國務院港澳事務辦公室及中共中央統一戰線工作部。駐京辦副主任袁民忠親切介紹了駐京辦的成立目的、主要職責及各項協助內地港人的服務。訪京團向港澳辦副主任周波講述了香港目前面對的各項挑戰，包括香港整體發展、佔中問題、政改方案、房屋、青年教育、環保及跨境吸毒等問題。周副主任表示真切感受到香港市民對目前政治環境的憂慮，而代表團所提出的各項問題是前進時必然遇見的過程，他鼓勵大家一定要保持信心，並相信中央政府對落實一國兩制的決心。

對青少年的教育問題，周副主任認為先要營造三個良好環境，包括「學校環境」、「家庭環境」及「社會環境」。在學校環境方面，教師的素質比教材重要，因此要加強對教師的培訓，增加教師對祖國歷史及文化的認識及了解；家庭教育對青少年尤其重要，而家庭是社會的重要元素，家庭環境好了，社會自然和諧穩定。素來積極推動中港合作，促進兩地交流的全國政協常委、婦協監察顧問伍淑清認為，香港婦協擁有十萬婦女會員，代表十萬個家庭，婦協應主動接觸女大學生及女中學生，讓她們從學習時期開始接觸祖國、了解國情，讓富有愛心及行動力的新一代女性不單懷有一顆中國心，更擁有一個中國夢！

對於香港部份人士發起佔中行動爭取政改，周副主任表示，中央領導已經公開發表了對政改方面的立場：一、普選出來的特首必須合乎愛國愛港的原則；二、普選必須依照基本法、人大常委會的決定及香港實際情況，循序漸進的進行。他認為香港是國際金融、貿易及航運中心，多年來吸引中外企業在港立根，是有賴於香港社會的法治穩定；而持續不穩定的營商環境會削弱香港的競爭力；他表示，民主在各個國家是不一樣的，要選擇最適合香港的民主方式，婦女界亦應該積極向特區政府發表意見，讓特區政府多了解不同人士的心聲。



拜訪香港特別行政區政府駐北京辦事處。



與港澳辦周波副主任討論香港情況。





全國政協副主席林文漪(中)與統戰部副部長林智敏(前排右三)與訪京團合照。

## 鼓勵發揮婦女優勢 堅守一國兩制方針

中央統戰部設宴款待訪京團，由全國政協副主席林文漪與統戰部副部長林智敏親臨接見。林副主席致辭時，讚揚香港婦協團結了香港各界婦女精英，是愛國愛港的一個骨幹力量，多年來支持特區政府與特首依法施政，為香港平穩過渡做了大量有效的工作。她表示，香港婦協與全國各地人民實踐著中華民族復興的偉大中國夢，「使命光榮、任務艱鉅、責任重大」；對此，她有三點建議：

- 一. 香港婦女應該發揚傳統，愛國愛港，堅定一國兩制，為民生及經濟發展營造有利的氛圍；
- 二. 增強信心，促進金融發展，擴大與各地交流合作，促進兩地互利共贏，共謀發展；
- 三. 發揮婦女優勢，努力維護香港和諧穩定，廣泛團結婦女朋友、凝聚婦女力量，求同存異、體諒包容，真正務實的工作。

訪京團參觀了現代化的大型企業 - 中國移動及中糧集團；與中國女企業家協會一眾成功女企業家交流，藉此建立合作平台，為促進日後兩地女企業發展締造良機。



中國女企業家協會朱蕤會長致歡迎辭。

In October, a delegation of 42 members including 2013-14 Council Members, Honorary Presidents and representatives of Corporate Members paid a courtesy visit to China government officials in Beijing, including All-China Women's Federation, Office of the Government of the HKSAR of the People's Republic of China in Beijing, Hong Kong and Macao Affairs Office of the State Council and the United Front Work Department of CPC Central Committee. The delegation exchanged views on contemporary Hong Kong political issues and women's related affairs with China government officials.

New All-China Women's Federation Chairperson, Madam Shen Yueyue, greeted the delegation and recognised HKFW's contribution to women's affairs and achievement. She encouraged HKFW to continue their work in promoting women's development.

## 香港婦協訪京團2013名單

**顧問：**范徐麗泰、梁愛詩、殷曉靜、伍淑清

**名譽團長：**王梁潔華

**團長：**林貝聿嘉 **副團長：**丁毓珠、李楊一帆、盧高靜芝、何超瓊

**團員：**廖勛、宋璋、麥樂嫦、王中英、王秋霞、孟顧迪安、金華琴、高李蓓蒂、源林潔和、蒙王蓓芬、蔡陳蕙婷、蕭曾鳳群、唐耿梅波、張何麗梅、蔡關穎琴、關李帶歡、關陳秀瓊、孔美琪、徐蔡慕慈、許美嫦、盧古嘉利、羅敏儀、陳培芸、馮梁貴平、林智華、莊淑卿、黃燕忻、杜珍妮、李伯婕、陳翠芳、鍾文靜及胡杏沂。



香港回歸十六年來，在祖國支持下持續發展，成為背靠祖國，面向世界的國際城市，香港與祖國在各個層面上交流也日漸頻繁，本人十分榮幸能隨婦協新一屆的理事會成員一起出訪北京，受到各單位部門的高規格接待，並與其直接交流對話及分享經驗，實屬難能可貴的機會。

從機場到酒店，一路上看到京城的基建發展一日千里，除了舊有的歷史建築外，舉目皆是新建的地標性建築物，及道路運輸設施，標誌著祖國不斷發展，走向現代化。

全國婦聯跟香港婦協一如既往，維持緊密的聯繫，團結各界婦女及推動全方位發展。適逢彼此也在2013年換屆，新知舊雨聚首一堂，凝聚力量，繼往開來，讓我明白到團結就是力量，並能超越疆界。

中央統戰部及國務院港澳辦公室在落實一國兩制上，發揮重要角色，對促進香港繁榮穩定的工作受到高度肯定。這次訪問，團員在席間也談及香港不同社會概況及分享見解，同時與會各單位代表也向我們表達了對香港社會事務的關心，讓我感受到祖國對香港各個層面的重視及關顧，尤其是感動。

除造訪政府機關，我們也到訪了兩家世界500強的上市企業 - 中國移動及中糧集團，並與中國女企業家協會成員交流會面。訊息產業是現代社會不可缺少的行業，資訊科技的發展，令彼此無遠弗屆，突破了疆域及時間的界限；糧食產業的發展不但維持人們的基本生存條件，食物安全更是維持國家穩定的重要一環。這次的訪問令我有機會一窺兩家公司對行業工作的投入、持續發展的抱負、以致影響世界的使命。另外，也讓我有幸得見一班中國女性企業精英，分享其工作生活及見解。

這次訪京之行，獲益良多，除擴闊視野外，對祖國的政治、經濟、社會發展均有了更深入的認識，令我明白對香港、國家、以至全球應多作貢獻。最後，再次感謝各接待單位部門，及訪問團的領導，讓我能經歷一次難忘的旅程，也感謝秘書處統籌是次活動的安排，並讓我參與其中，豐富經驗。

青年事務委員會委員 黃燕忻



多位半邊青年團員及團體會員領導亦隨團出發，前排右一為馮梁貴平，右二為黃燕忻。

### 訪京有感

北京十月，天氣不太冷。香港婦協訪京團一行穿着整齊的粉紅色制服，各人都懷着興奮的心情，抵達中華全國婦女聯合會(簡稱「全國婦聯」)總部，開始第一天的拜訪。我們在訪京團各位顧問、名譽團長和本會主席林貝聿嘉團長的帶領下進入會場，會場響起了熱烈的掌聲，全國婦聯沈躍躍主席、陳秀榕副主席和其他成員熱情接待我們的到訪。接連兩天，我們分別拜訪了國務院港澳辦和中央統戰部，都獲得最高規格的接待，港澳辦周波副主任、全國政協林文漪副主席、中央統戰部林智敏副部長會見了全體訪問團成員，表達了國家對香港婦協工作的肯定和支持，雙方交流了香港近期的一些熱門事項包括「國民教育」和「佔領中環」的看法。在緊密的行程中，我們也參觀了香港特別行政區政府駐北京辦事處，我們感謝袁民忠副主任的熱情接待。而由中國女企業家協會安排的兩個參觀訪問，分別是中糧集團的副食品生產和中移動的用電話遙控的科技成就，更令我們大開眼界。

本會作為香港各界婦女聯合協進會的團體會員，參與了今次的訪問，一方面認識到祖國建設成就一日千里，更加體會到香港婦協成立和工作的重要。過去二十年，香港婦協擴大團結和支持特區政府施政，愛國愛港旗幟鮮明，成績有目共睹。「國民教育」是香港婦女要支持的一個重要課題，這是一項長期和艱巨的工作，今天的婦女既要工作，亦要照顧家庭，「頂了半邊天」是實至名歸。透過香港各界婦女聯合協進會將這股力量組織起來，對國家和特區政府的施政將產生巨大的促進動力，而不守法行為，相信最終會被港大市民所唾棄。

團體會員委員會當然理事 黃大仙區婦女聯合會總幹事 馮梁貴平



王梁潔華博士祖籍順德，多年來延續父親梁鈺琚先生「回饋社會，報效鄉親」的崇高理念，無間斷地支持本港和國內外的社會公益活動。

梁博士同時具有深厚的藝術功底，成就斐然。由其創辦「梁潔華藝術基金會」，多次贊助世界各地當代華人藝術展覽，促進中西藝術文化交流，贏得了海內外各界人士的讚譽。

為表彰這位多才多藝的慈善藝術家，順德市人民政府與及佛山、廣州、湛江三地市政府分別向梁博士頒授「榮譽市民」光榮稱號。在海外，更先後獲法國文化及通訊部部級騎士勳章，法國國民議會頒授榮譽銀盾章，德國聯邦政府頒贈官員級紅十字一級優越章，加拿大滑鐵盧大學頒贈榮譽法學博士等等。

## 畫出女性至善至美

### 首席名譽會長王梁潔華博士

Dr. Annie Wong, Honorary Senior President



#### 秉承父訓無私奉獻

王梁潔華博士一直謹遵父親遺訓，時刻以「得志當為天下雨，立身要有古人風」為座右銘，樸實行善，竭誠襄助教育，醫療衛生和文化宗教等等。

梁博士現為紀念其父之「何梁何利科教基金會」管理人之一，該基金不斷對國家有巨大貢獻的科學家予以獎勵，有「中國諾貝爾獎」之美譽。當中梁博士和基金會更週全地為中國航天太空員，籌劃「英語提升計劃」，讓祖國航天事業發展加速。

在香港，梁博士對婦女活動尤其重視，本會承蒙她首肯出任首席名譽會長，並慷慨捐助本會香港婦協郭得勝服務中心發展基金及贊助眾多項目，全人不勝感激。對各地區婦女會活動，她也會百忙中抽空，不分遠近親身到場，以示支持。

對於捐款，多年來不同宗教不同界別的受惠機構，實多不勝數。梁博士認為關懷勝於金錢，從不把金額數目公開。她甚至婉拒了全國人大代表及全國政協委員和獲頒授紫荊勳章的美譽，貫徹父親堅持不問回報的低調行善精神。

#### 畫出女性至善至美

本身擅畫中國歷史女性的梁博士，用自己的學養和氣質畫出女性對生活不屈不撓的態度，默默耕耘的精神，讓大眾感受到女性的至善至美，令人感動。其作品曾多次在海內外展出獲獎，早於1995年，梁博士已與多

位著名女畫家合作，繪製巨幅國畫贈予「聯合國世界婦女大會」。2001年，梁博士更親身前往梵蒂岡，在現任香港天主教教區主教湯漢陪同下，將另一幅作品「教主與聖母」送贈已故教宗若望保祿二世，並獲教宗祝福。

梁博士致力推動中國藝術走向世界，她在香港和溫哥華分別開辦了全球五家最佳華人畫廊之一“精藝軒”畫廊，不斷提拔尚未成名的華裔藝術家。同時，她還成立了非牟利的“梁潔華藝術基金會”，以提倡和拓展國際間對當代華人藝術的瞭解與認同。除舉辦各項活動介紹中國藝術之外，更贊助國內多家博物館、美術館以及各種藝術事業等等。

#### 願捨便有得的智慧

兒孫滿堂的梁博士，總給人雍容華貴卻平易近人的感覺，皮膚很好，看上去比實際年齡年輕，她笑言養生之道除了常吃家鄉順德菜外，淡泊名利，心境平和亦很重要。

「我時刻記着“願捨便有得”這個智慧，意思是願捨，便有所得着。我喜歡交朋友，特別是年青人，願意將我的經驗和他們分享，我得到他們為我帶來活潑的生命力，豐富我的人生。我願意把自己的幸福與人同樂，幫助更多有需要的人。」

至善至美，就是梁潔華博士。

文：溫麗珊



# 首屆香港婦協女企業家國情研修班

HKFW Women Entrepreneurs Committee

1st "National Education Study Trip" in Beijing



## 以香港的節奏 體驗北京的特色

是次國情研修班之旅，團員帶著期待的心情出發，充滿感恩的心情回家，可說是滿載而歸！正如團長何超瓊所說，今次的國情研修班日程之緊密及課程之緊湊，是「以香港的節奏，體驗北京的特色」。四天研修班均由教授及著名學者授課，五個課題內容為：「一國兩制與基本法」、「有效交流與應對媒體」、「中國政治體制及架構」、「中華文化與民族凝聚力」及「宏觀經濟形勢」。研修班除理論學習及小組討論等環節外，團員並拜訪了中華全國婦女聯合會、全國政協、北京市婦女聯合會、北京市統戰部等多個單位，與各領導及幹部進行親切的交流；團隊並獲安排到順義區雅昌集團博物館、靚諾派時裝公司等參觀，行程豐富，對團員了解國家的發展及婦女的工作有極大的幫助。

團長何超瓊報告，是次蒙多個單位高規格接待。特別一提的是，本團為全國政協副主席李海峰先生及全國婦聯副主席，書記處書記孟曉驍，兩位新上任後第一個接見的團隊。他們兩位均是負責香港事務，團隊實感榮幸。最後，特別感謝中聯辦多方面的協調及大力支持，使國情研修班得以圓滿舉行。

香港婦協女企業家委員會於11月特別組成30人研修班，赴北京參加女企業家會首次舉辦的四日國情研修班，地點為中華文化學院，邀得中聯辦協調部廖勛副部長擔任名譽團長，女企業家會召集人何超瓊擔任團長及委員劉玉珍擔任副團長。





## 交流後感

促使新一代反思國民身份及  
自身對社會及國家的承擔

對於在香港出生、成長的我，從來沒有刻意對「中國人」這個身份作太多思考，直到後來有機會到英國生活讀書，開始啟發了我對這個「身份」問題有所反思，希望對自己的國家有更多的了解。身在異鄉令我體會到，無論我願意與否，人們就是會把黃皮膚、黑頭髮的我們跟中國所發生的一切都連在一起，若國家出了什麼狀況，是好是壞的，個人恐怕亦難以獨善其身，這令我意識到國家與個人之間關係之密切，但願國家能富強進步，國民都能互助互愛，在追求社會經濟發展以及個人生活提升的同時，亦不忘我們中國傳統文化所重視的倫理道德價值及精神。

面對當前香港社會政治氣氛緊張，對政府施政存在不同聲音，社稷有如家庭，作為一個真正對國家、對社會有承擔的成員，施政者也好、人民也好，我認為當這個家出現問題時，大家是否都應以開放的心進行溝通、聆聽及尊重彼此的意見、並以正面積極的態度處理矛盾、用愛心說誠實話，包容彼此的不足、不是，朝向共同解決問題為目標，這是否更名為社會的向前發展、人民的福祉帶來更具建設性的果效呢？

青年領袖舊生會委員 杜珍妮



中華文化學院黃易寧院長(中)親臨結業禮。



劉玉珍副團長(前右三)在返港後宴請全體學員。

30 Women Entrepreneurs and youth members participated a 4-day study trip, organized by HKFW Women Entrepreneurs Committee, in Beijing in November. Thanks for the assistance of Liaison Office of the Central People's Government in the HKSAR.

The trip covered topics such as "One Country Two Systems and Basic Law of Hong Kong", "Effective Communication and Facing Media", "Chinese Political Structure & Framework", "Cohesiveness of Chinese Culture and Nation" and "Macro-economic Landscape". Participants also visited various government authorities and found the study trip very fruitful.



全國婦聯孟曉駟副主席(中)杜珍妮(右三)與青年領袖舊生會委員合照。

## 訪問團領導及團員

**名譽團長：**廖勳副部長

**團長：**何超瓊      **副團長：**劉玉珍

**顧問：**宋瑋處長

**女企委員：**王熊秀雲、關莫燕華、蘇陳偉香、金華琴、關李帶歡、卓歐靜美、孫蔡吐媚、陳葆恩

**團員：**余長潔、呂慶欣、洪拱璧、李健穎、杜珍妮、韋陽、高麗紅、潘欣然、陳翠芳、鍾文靜、游敏儀、馮詠茵、廖潔思、關嘉潤、唐麗英、李韋青、岑亦寶及陳詠欣



# 慶祝中華人民共和國成立六十四周年 暨 祝賀2013年香港婦協會員榮獲特區政府授勳聯歡晚宴

The 64th National Day cum Celebration of HKFW Members receiving Medals from the HKSAR Government 2013



譚惠珠大律師  
獲頒大紫荊勳章



鄭明明名譽會長/理事  
獲頒銅紫荊星章

本會月前舉行慶祝中華人民共和國成立64周年國慶晚會，由行政長官夫人梁唐青儀、中聯辦副主任楊健、外交部駐港副特派員姜瑜、全國人大常委范徐麗泰、勞工及福利局常任秘書長譚贛蘭及名譽顧問陳鳳英擔任主禮嘉賓，同時祝賀本年度獲政府嘉獎的婦協會員，包括：大紫荊勳章：譚惠珠；金紫荊星章：楊敏德；銅紫荊星章：孔美琪、鄭明明、梁寶珠、蔡素玉及邱帶娣。



梁寶珠名譽副會長(中)  
獲頒銅紫荊星章



孔美琪博士/執委(左)  
獲頒銅紫荊星章



邱帶娣女士(左)  
獲頒銅紫荊星章

## 名譽會長聖誕歡聚 Honorary Presidents' Christmas Party 2013



名譽會長委員會十二月初假中國會舉辦「2013聖誕午餐聯誼聚會」，四十位包括本會首席名譽會長、名譽會長、名譽副會長及理事聚首一堂，預祝佳節，加強友誼。

是次聚會由當然理事暨聯席召集人郭羅桂珍、余長潔、李周美枝，及聯誼聚會籌委會委員蔡李惠莉、林李婉冰及鄧宣宏雁攜手籌辦，眾人一同歡迎多位新加入的會長，交換禮物，並舉行現金大抽獎，氣氛熱鬧溫馨。





# 交流活動



國際崇德社社長Ms. Lynn McKenzie (右四)，國際崇德社第17區總監Ms. Winnie Teoh (左四) 及一眾香港崇德社社員到訪婦協。Ms. Lynn McKenzie (4th from right), Zonta International President, and officers of Zonta International Hong Kong visited HKFW.



美國駐港領事館代表到訪  
Welcoming Ms. Nini Forino (middle), Director of Public Affairs, U.S. Consulate General



天津市工商聯雅愛社代表到訪  
Visitors from Tianjin



丁毓珠副主席 (右三) 歡迎廣東省港澳辦赴港代表團。  
Welcoming Officers from HK and Macao Affairs Office of the Central People's Government in the Guangdong Province.



接待中國女企業家協會30多人。  
Receiving over 30 representatives from CAWE.



由中聯辦協調，成都皇家淑院代表到訪本會。  
Visitors from Chenghu.



與貴州省婦女幹部赴港培訓班交流。  
Exchanging views with Guizhou women cadres.



# 婦協活動



出席特首夫人梁唐青儀特邀的午宴。  
Attending lunch reception invited by Mrs. Regina Leung.



「香港婦協二十周年活動」圓滿完成，特舉行慶功宴，筵開八席，慰勞眾工作人員及多謝贊助的熱心會員。

Celebration Party to conclude the 20th Anniversary of HKFW.

## 團體會員委員會

### 「互訪互賞互勉」 交流日2013 Visit to Corporate Member



14個團體共35名代表拜訪長洲婦女會，除座談交流外，更親往考察該會十分成功的廚餘回收活動「食·環園」，學習由地區推廣到實際回收、處理廚餘及完善計劃等各項細節，各團員並獲派贈由廚餘轉化而製成的花肥。



夏日荷香國畫班  
Chinese Painting Class



毛筆書法進階班  
Chinese Calligraphy Class



家居急救你要識，各成員獲贈急救包。  
Home First Aid Training Class.





參加「乳健同行2013」步行籌款。  
Pink Walk 2013



義工周年聚餐2013。  
Volunteers' annual dinner.



南區漁港游及參觀上環消防局。  
A trip to visit the Southern District.



自在人生自學計劃 — 中醫傳統療法。  
The Capacity Building Mileage Programme - Traditional Chinese Medical Treatment .



香港的足跡一天遊，參觀美荷樓。  
Members' visit to Mei Ho House.



探訪獻愛心，將本會義工編織的愛心冷巾及冷帽送長者。  
Visiting the elderly home.



同仁堂醫師專程由北京到港主講「中醫睿智養生密碼 — 中醫藥與中風之預防與治療」。  
Chinese Medicine - prevention of stroke.





## 創立「香港婦協六藝管弦」

### Formation of HKFW Six Arts Orchestra

本會二十周年慶祝項目之一「香港六藝卓越女性」選舉，為全港首創，已成功選出了20位在其專業技術及藝術造詣上均是首屈一指的女性，活動得到各界廣泛及正面的迴響。藉此機會，本會林貝聿嘉主席創辦全港首隊全女子管弦樂團——六藝管弦，為推動香港文化藝術作出貢獻。樂團有幸得到多位「香港六藝卓越女性」得獎者支持，擔任顧問、指揮及設計師。六藝管弦團員已於12月為特首夫人與領事配偶午宴作出首次演奏，特首夫人及各與會者深表欣賞。

未來，六藝管弦將加緊練習並籌備多項演出，讓各界感受女性對藝術的影響及貢獻；暫定表演包括：啟動晚宴(2014年3月27日)、法國節(2014年5月2日)及成立音樂會(2014年9月9日)。



#### 六藝管弦架構

創辦人：林貝聿嘉主席

召集人：蔡關穎琴律師

副召集人：鍾雅妍博士

音樂總監兼指揮：何嘉盈博士

#### 顧問：

李垂誼先生

陳永華教授

陳錦標博士

梁建楓先生

黃懿倫教授▲

蔡寬量教授

羅乃新女士▲



香港婦協六藝標誌設計概念源於林貝聿嘉主席將大家熟悉的高音譜號與婦協的標記相配合，並獲得蘇敏儀女士▲協助擔任設計，巧妙地將兩者融合，表達出樂韻的和諧與藝術的優美。

備註：▲為「香港六藝卓越女性」得獎者

「漣漪行動」始於2008年，由本會及一群熱心的女會計師、女醫生、女律師、女護士、社工及義工朋友發起，將專業知識化為愛心與關懷，希望激起漣漪效應，從協助婦女個人成長開始，進而促使家庭成員互相關顧，繼而推動鄰里互相守望，在整個社區內營造和諧關愛。

多年來，眾發起團體各自出心出力出錢，發揮專業所長，為社區婦女服務。漣漪已泛過本港多個社區，從南區、深水埗、天水圍、東涌到北區展開不同的綜合式社區活動，包括婦科檢查、理財講座、法律常識、禁毒知識、戶外參觀及下午茶座等，接觸區內婦女，讓她們突破活動及思想的空間，使婦女能踏出穩當自信的一步，而沿途一直得到一群有心人士的支持。

早前「漣漪行動@九龍城」圓滿舉行，由林貝聿嘉主席及立法會議員梁美芬主禮，當天提供理財及律師分享、現場婦科檢查、護士站健康檢查、兒童攤位遊戲等項目，並特別安排愛心魔法啟動禮及舞蹈表演，九龍城地區過百名婦女及兒童受惠。梁美芬議員讚揚「漣漪行動」對社會的貢獻，給予高度評價，並表揚各專業人士熱心為地區基層婦女服務，她盼望活動能夠繼續舉行，在香港掀起更廣闊漣漪效應。

## 漣漪行動@九龍城 Ripple Action @ Kowloon City





# 紅燒獅子頭

## Braised Lion's Head

### 做法 Method

- 1 將梅頭肉切細粒及剁成免治。  
Cut the pork into small pieces, then chop until it becomes mince.
- 2 將荸薺（馬蹄）去皮切細粒。  
Peel the water-chestnuts and finely chop it into small pieces.
- 3 梅頭肉加入荸薺（馬蹄）放入大碗中，加入粟粉、燕麥片及所有調味料，順同一方向拌勻至產生黏性，最後加入麻油，再拌勻至產生黏性。  
Put the minced pork and the finely chopped water-chestnuts into a mixing bowl. Add in corn flour, oatmeal and marinating ingredients. Stir in one-direction until the meat becomes a sticky paste. Then add the sesame oil and mix well.
- 4 雙手沾些粟粉，將步驟（3）的豬肉分4份，各搓成球狀。  
Dust both palms with some corn flour. Divide the meat mixture into 4 equal portions to form 4 large meatballs.
- 5 將4個豬肉球（即獅子頭）放至鑊中，以小火煎至外層熟而互相不黏。  
Heat a little oil in a wok. Fry the meatballs over a low fire, until they are just brown on the outside. Make sure that the meatballs do not stick together.
- 6 取出獅子頭，放入大白菜兜炒3分鐘後，放入獅子頭，小火燉30~45分鐘即成（按需要加適量水）  
Next, take out the meat balls, stir-fry the Shanghai cabbage in the wok for about 3 minutes. Return the meatballs to the wok and simmer over a small heat with the lid on for about 30~45 minutes. (add a bit of water if necessary)



一帆廚師  
YVETTE'S  
Kitchen



### 材料（4人份）

梅頭肉	240克
粟粉	1湯匙
大白菜/或紹菜	1斤
馬蹄/荸薺	6粒
蛋白	1只
燕麥片	1湯匙
薑蓉	1湯匙
生抽	1湯匙
老抽	1湯匙
鹽	1茶匙
糖	1茶匙
麻油	1茶匙
油	1茶匙

### Ingredients (For 4)

Pork Collar-butt	240 g
Corn Flour	1 tbsp
Shanghai Cabbage	1 catty
Water-chestnuts	6 pcs
Egg White	1 pc
Oatmeal	1 tbsp
Minced Ginger	1 tbsp
Light Soy Sauce	1 tbsp
Dark Soy Sauce	1 tbsp
Salt	1 tsp
Sugar	1 tsp
Sesame Oil	1 tsp
Cooking Oil	1 tsp



抗菌  
潤肺  
防流感

### Health Benefits of Water-Chestnuts

荸薺甘寒，含粘液質，有清肺，潤肺止咳生津化痰的功效。可用於治療肺熱咳嗽。荸薺含有粗蛋白質，粗脂肪能促進大腸蠕動有潤腸通便的功效。荸薺含天然抗生素，可抑制流感病毒，預防流感的傳播。荸薺中所含有的「荸薺英」是一種殺菌素，有抗癌作用。荸薺的主要養分有：維生素B1, B2, C, 磷及鉀等等，尤其是「磷」是根莖蔬菜中最高，對牙齒和骨骼有益。

Water-chestnuts are a non-starchy and low-calorie vegetable. They are also full of vitamins and minerals, including Vitamins B6, B2, B1, as well as potassium, copper and manganese. Vitamin B6 supports healthy brain and immune system function, while Vitamins B1 and B2 help your body to convert food into energy. Potassium helps your body to maintain a steady heartbeat, as well as reducing the risk of hypertension and possibly stroke. Copper is involved in the formation of red blood cells. Manganese is essential for proper and normal growth of human bone structure. Both copper and manganese are involved in the processing of cholesterol, carbohydrates, and protein within our body. Therefore, water-chestnuts are nutritious and should be regularly included in our diets.



歡迎新團體會員 Welcoming new Corporate Member

香港乳癌基金會  
Hong Kong Breast Cancer  
Foundation

2005年3月成立  
服務總監：馮月貞 Wendy Fung  
會員人數：1900人

長洲婦女會  
Cheung Chau Island Women's Association



香港中華總商會與該會於9月合辦「社區共融樂長洲文藝匯演」送暖愛心行動。中總歷來致力推動商界實踐企業社會責任，發揮民官商力量服務社會。長洲婦女會理事長李桂珍感謝中總副會長袁武、主任陳鴻基率領一眾執委及會員派發中秋禮物包表達節日問候，將商界展關懷愛心傳送到長洲每個角落。

香港南區婦女會  
Hong Kong Southern District Women's Association



由該會主辦的「港南講旅」深受大眾歡迎，已舉行了第三屆。今次活動名為「漁火閃閃在南區」，於2013年12月至2014年6月舉行，行程包括海鮮及魚類批發市場、海洋保育在社區工作坊、舢舨導賞遊、洪聖古廟、風之塔公園(風之塔、漁業及造船業展覽館)、蒲窩青少年中心(歷史二級文物)，並可代為安排漁家菜，查詢：hksdwalfishingport@hotmail.com.hk。

沙田婦女會  
Shatin Women's Association



該會聯同沙田扶輪社合辦，聖保祿醫院協辦的《愛生命·愛家人—身體健康檢查日2013》，已於月前假馬鞍山利安社區會堂順利舉行。此項活動是本會連續第二年舉辦，目的是希望透過各項檢查，提升大眾對健康的關注，從而達至預防勝於治療的效果。整個活動的登記人數接近500人，完成檢查項目人次接近1,000人。

屯門婦聯  
Tuen Mun District Women's Association



由身心美慈善基金贊助，屯門婦聯主辦之「成功就業身心美招聘會」，月前在已屯門市廣場舉行。多達三十間機構舉行即場面試，為區內人士提供逾4,000個職位空缺，涵蓋二十多個行業，期望能振興經濟及扶助社群，使區內居民找到更合適的工作。

港灣婦女會  
Wanchai District Women's Association



為宏揚中國傳統孝道及慶祝父、母親節，該會舉行由灣仔區議會贊助「港灣樂韻頌親恩2013」活動，筵開30席，活動包括健康講座、表演節目及幸運抽獎，氣氛熱烈。

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



該會會長、主席、帶領婦女會同寅舉行長洲一日遊。會員積極參與，增進和聯繫感情。



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



月前派出一支隊伍在香港山頂公園參加「香港島各界社會服務基金會慈善步行」。通過活動，加強人與人之間的聯繫和尊重，增強青年、婦女、長者、兒童及殘疾人士等社會福利和服務，增加市民對社會的承擔和歸屬感。

**婦女服務聯會**  
Women Service Association



該會十月舉辦「慶祝中華人民共和國成立六十四週年 婦女服務聯會成立十三週年暨歐陽寶珍朋情友好慈善演唱會2013」，當晚出席的嘉賓包括：立法會議員譚耀宗、麥美娟、陳恒鑾、葵青民政事務助理專員胡天祐、香港婦聯主席葉順興、荃灣區議會主席陳耀星等。活動深受居民歡迎，座無虛席。

**僑友社婦女委員會**  
Chiao Yao Association Women Committee



八月份舉辦開放日，邀請美容師講解美容護膚基本常識，出席者超過一百人，包括黃英來會長伉儷。此外，還有烹飪、遊戲、歌舞等活動內容，大家樂也融融！

**石澳婦女會**  
Shek O Women's Association



該會與陳李佩英區議員及赤柱婦女會，協辦推動兒童粵劇演出。另於去年12月中舉辦聖誕節下午茶聚。石澳婦女會全體全人恭賀潘煥珍主席榮獲民政事務局長頒發嘉許狀。

**奇力灣婦女會**  
Kellett Bay Women's Association



該會聯同麥謝巧玲區議員辦事處於九月舉辦「中秋敬老聯歡晚宴」，筵開十九席，與二百多位街坊長者一起慶祝中秋及品嚐晚宴。主席陳鳳嫻在晚宴前感謝各位街坊支持。聯歡晚宴的節目有金曲助興、勁歌可樂比賽、還有幸運大抽獎。席間麥謝巧玲議員更一展歌喉，獲長者們讚賞。

**康馨婦女會**  
Carnation Women's Association



「東區婦女妍樂人生計劃」今年舉辦第二屆，「東區婦女領袖培訓班」早前圓滿結束，並邀請了眾多成功女士為導師與學員們分享及交流心得。導師們講解精彩，各學員們獲益良多。畢業學員合力籌辦十二月舉行的「妍樂亮麗人生嘉年華會」，內容有綜藝表演、遊戲攤位及問答遊戲等。

**西貢將軍澳婦女會**  
Sai Kung and Tseung Kwan O Women's Association



該會九月參與西貢區各界慶祝國慶籌備委員會及西貢區議會舉辦的「慶祝中華人民共和國成立六十四週年」國慶聯歡盆菜宴。西貢將軍澳婦女組織了一班義工在活動當天負責全場150多席的接待工作。八月時，在將軍澳坑口社區會堂舉辦「金曲悠揚迎知音 十一哥敬老獻關懷」活動，全場有約300多位長者參加，每人獲贈一份禮物。

**香港基層婦女聯會**  
Hong Kong Women of Alliance



於七月及九月舉行的「繁榮安定慶回歸」及「中秋敬老聯溫情」，分別邀得中聯辦梁儀儀副處長、港九各區街坊會協進會李豐年主席、港九罐頭洋酒伙食行商會李廣林會長及油尖旺民政事務處林智賢主任擔任主禮嘉賓。



# 恭賀

## 本會成員獲選為中國婦女 第十一次全國代表大會 港區特邀代表

葉順興	阮曾媛琪	楊志紅
周娟娟	鄭李錦芬	孔美琪
劉陳小寶	麥樂嫦	何文琪
何淑賢	何超瓊	余詩思
張妙清	張賽娥	陳耘
林玉珍	周轉香	周莉莉
龐愛蘭	徐莉	高寶齡
黃汝璞	蕭咏儀	曹聖玉
彭徐美雲	廖偉芬	

## 歡迎新會員 Welcoming New Members

### 名譽會長

呂楊俊婷 蒙王蓓芬  
(原名譽副會長)

### 名譽會長及 永遠選舉會員

徐巧嬌

### 名譽副會長及 永遠選舉會員

呂慶欣

### 永遠普通會員

關嘉潤	唐可慧	潘美玲	馮玉珠	蔡玲玲
洪麗卿	廖湘岷	葉寶瑜	張懿芝	黃翠儀
蔡真莉	劉麗麗	譚張翠芬	岑亦寶	張婉文
張倩婷	黃英	黃美愛	楊麗英	

### 普通會員

丁鈺	尹倩茹	司徒苑昀	吳斯斯	吳寶頤
李夏茵	汪楚萍	阮碧玉	張貞明	陳詠思
陳穎祺	麥海嬰	勞善雯	楊凱玲	詹美琴
雷逸寧	雷麗麗	劉思樂	潘安婷	蔡淑芬
鄧沛玲	鄭曉瑩	關可翎		

(至2013年12月)

## 婦協活動預告

## HKFW Coming Events

- |            |  |
|------------|--|
| 1月6日       | 迎新春 - 水仙花浸植班 Narsisscus Planting Class   |
| 1月11日      | 義工發展培訓工作坊 7 Volunteers Training Course 7   |
| 1月20日      | 第十二次會員大會 12th Annual General Meeting   |
| 2月12日      | 2014年春節聯歡晚會 Spring Gala Dinner 2014  |
| 3月5日       | 「政制改革發展」講座 Seminar on Constitutional Development   |
| 3月8日~5月17日 | 自在人生自學計劃 - 婦女與健康 The Capacity Building Mileage Programme   |
| 3月15日及29日  | 家庭健康月2014 Family Health Month 2014   |
| 3月18日~19日  | 毛筆書法進階 Chinese Calligraphy Class - Intermediate  |
| 3月27日      | 「慶祝三八婦女節」暨「香港婦協六藝管弦啟動禮」<br>International Women's Day Celebration cum HKFW Six Arts Orchestra Kick-off Ceremony |
| 4月12日      | 魚菜共生工作坊 Aquaponics Training Workshop   |

### 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、溫麗珊、金華琴  
彭韻僖、簡慧敏

Convenor : Katherine Lo  
Vice Convenor : Jennifer Wun  
Members : Lee Yeung Yat Fan, Vanessa Wan, Shirley Jin,  
Melissa Pang, Carmen Kan

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。

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

非賣品