



2024
DECEMBER



賽道上的生命詩篇

— 總幹事親職方程式



立即訂購



棗點愛[®]
ChariTea

以
愛
沖
泡
棗
傳
味
道

讓女青用這隻小小茶杯，為您奉上無限的窩心暖意
棗點愛懷舊茶杯載的是茶，也是愛



ChariTea 棗傳味道懷舊禮盒

收益扣除成本將用作支援女青自資婦女服務

目錄

Published
in
2024

生命的栽培

03 會長的話

04 總幹事觀點

05 人物訪談：

赛道上的生命詩篇 — 總幹事親職方程式



11 專題故事：
小生命 大腳印
幼兒教育的一脈相承



17 「青」年有話兒：
與新居入伙家庭同行 共享喜與悲

18 新世代「女」子力：
性別教育 由細開始

查詢：香港基督教女青年會（擔保有限公司） 傳訊及資源拓展部
地址：香港中環麥當勞道1號2樓208室
電話：3476 1311 · 傳真：3476 1364 · 電郵：crdd@ywca.org.hk

傳訊及資源拓展部 製作出版 · 2024年12月 · 列印：4,500份 · 印刷品

■ 專業分享 ■ 國際視野 ■ 企業同行
■ 靈性哲思 ■ 熱話新動向



19 「家」家有本難唸的經：
失胎支援服務 凝聚善心 承傳天使心

20 「耆」妙世代：
秀群30載 情深意濃濃

21 「生命師傅」計劃
教會和學校的堅實橋樑

23 旁觀者不一定是「塘邊鶴」
拒絕街頭性騷擾 你我也可出力

25 創新求變 惠澤社群
女青服務 連奪重量級大獎

29 太古地產舉辦森林療癒展覽
推動照顧者友善社區為照顧者打氣

30 屈臣氏長者關懷日
為港九新界共2,000位長者送暖

會長的話

李淑英



今年的香港繼續充滿挑戰，各位讀者，這一年你有在忙碌的生活之間，抽空笑一個嗎？

作為社會服務提供者，我們最希望看見每位受眾的笑臉。一笑未必傾城，但背後反映很多狀況：放下重擔、釋除疑慮、重拾歡欣、覓得方向、自我增值等，都是情緒價值的結晶。

從悲痛中活出快樂，特別難能可貴。較早前，本會兒童及家庭服務部的「小足·福」失胎支援計劃，舉辦了微電影《沒有見過世面的孩子》首映禮。寫實的劇情配上精煉的對白，加上一眾演員傾力演出，恰如其分地表達失胎父母的處境與內心掙扎，觀眾都忍不住流淚。

但最讓我感動的，是電影中兩位父母願意接受失胎支援計劃的協助，逐步走出低谷，帶著笑容迎

接艷陽的一刻。這一笑，就是社會服務的意義和價值了。就如《以賽亞書》第五十八章10節說：「向飢餓的人施憐憫，使困苦的人得滿足；你在黑暗中就必得著光明，你的幽暗必變如正午」。

除了這項計劃，本會其他單位和服務，同樣為了一個笑容而努力。今期《女聲》就刊載了長者及社區健康部的同工，合力為老友記設計幾個饒有意義的計劃，引領他們發揮潛能，繼續投入社會和關心身邊人。這份熱忱不單獲得認可，獲頒多個獎項，可喜可賀；更重要的是，看見一班出席頒獎禮的老友記，臉上都掛著紅粉緋緋的笑容，就知道他們的人生，又畫上了精彩絕倫的一筆。

希望新的一年，各位有多點時間，一齊笑一個！



總幹事觀點

楊建霞

如果你相信每個人都是獨一無二，那地球就有70億個思想、能力、經歷以至目標各不相同的生命。但在知識型社會的香港，家長對子女的期許，好像都離不開高薪厚職、名成利就、衣食無憂這些「硬道理」。

作為家長的我，經常反思在工作和家庭崗位，栽培生命的方法和心態。我曾聽馬鞍峰香港教會的李志剛牧師，分享過一套人才培育心法——POS，亦即熱誠（Passion）、外在機會（Opportunity）和強項（Strength）。簡言之，由發掘興趣開始，增強自己在該方面的才學、知識和能力；當社會文化、經濟環境轉變，機會降臨時，準備就緒的人就能乘風而行，一往無前。

這套理論載於《The Purpose Driven Life》（標竿人生），從多個角度深入探討人的本性、如何得著和成長，引導我們思考「為何而活？」「我的生命有意義嗎？」等問題。

書裏還有這麼一段話：它並非教你如何自我提升，或是在有限時間做無限的事；相反，它想你

專注在重要的事情，減少你每天需要做的事或決定。如果每個人都能無後顧之憂，在夢想的跑道追趕，整個社會定必更美好、更開心；至少，更多人知道自己為了什麼而活、自己的生命有否意義，並相信自己是獨一無二。

我也是陪著孩子找尋他生命的意義和色彩。無悔地支持、同行，並不容易，感恩兒子願意並肩前進。感謝今期《女聲》紀錄了我們的溝通點滴，也讓各位讀者知道，本會不少服務其實也一直陪伴兒童及青少年的德、智、體、群成長，在不同崗位栽培生命。就如《以賽亞書》第四十章31節說：「但那等候耶和華的必重新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏」。



鳴謝 Alan Wong 及香港賽車學校提供相片

START

1

2

3

4

5

賽道上的生命詩篇

總幹事親職方程式

栽培生命的方法千百種，只要用心，就能開花結果。

形象端莊、穩重的女青總幹事楊建霞 (Yvonne)，有位追求極限速度、火併時速的兒子Chris。

兒子年紀輕輕，就鍾情賽車運動，矢志成為一級方程式賽車 (Formula One) 行業一員，尋找他的速度與激情。對Yvonne這位總幹事媽媽來說，一方面為兒子找到人生路向而開心；另一方面擔憂影響學業，恐怕兒子熱情褪卻後發現只有三分鐘熱度。

總幹事媽媽選擇以身作則，付出額外的精力和時間，陪兒子走遍大江南北學藝；並在繁重公務以外，搜尋大量投身賽車行業需要的專業資格和知識。

陪伴、同行路上，Yvonne發現孩子學藝有精之餘，待人處世、品格德行也漸見成熟。這棵樹苗，就在賽道上茁壯成長。



憑不懈努力，Chris (左) 今年取得成功，於2024第六站深圳小型賽車賽事取得季軍。

一年前，Yvonne的兒子突然說：我想學賽車。

雖然知道孩子自小喜歡鑽研車輛、看賽車比賽，但Yvonne當下聽到此言，難免措手不及。「你未滿18歲，沒有車牌，如何學車？」她抱外行人的心態發問，沒想到兒子答道：No, I started too late!

摸不着頭腦的媽媽，當時覺得有點攪笑：兒子才14歲，如何started too late? 後來陪兒子到上海看F1比賽，見證中國首位F1選手周冠宇的英姿，才驚嘆孩子當天的答覆絕非孩子氣。原來，周冠宇8歲練習賽車，10歲已是全國總冠軍，12歲負笈到歐洲訓練及比賽，2022年以22歲之齡初登F1賽場，已是10年多比賽歷練的成果。

+++++

為人父母，怕孩子做事三分鐘熱度，更怕他們太遲起步，一切too late。於是，Yvonne陪兒子參加香港賽車學校的賽車訓練，幾個月後開始參加比賽。香港沒有正規比賽場地，他們跑遍深圳、珠海等城市；看着孩子追夢，媽媽逐漸感到忐忑：既想陪伴孩子追夢，但又擔心影響學業。

這個擔憂曾經很貼近現實，兒子的學業成績一度跟不上進度，Yvonne想過，情況繼續的話就要暫停賽車訓練。

「後來我才明白，這個想法是錯誤的，其實學習如何平衡學習和興趣之間的時間管理，也是很好的人生歷練。」

「我經常提醒work hard, play hard的概念，想在周末全情投入自己的興趣，平日就要善用時間學習。後來，我開始見到他為了想達成自己的賽車夢，努力地管理好自己。我知道他很疲累，但作為家長，默默支持、陪伴、同行與溝通，而非處處下達指示或限制，非常重要。」



Yvonne (左) 與兒子Chris (中) 及賽車教練冼浩明 (右) 合照。



美國康奈爾大學 (Cornell University) 曾經研究過：成年人每天需要作出約35,000個決定，即使不睡覺，也要平均2.5秒做一個決定。

作為機構最高決策者，要讓員工信服每個決定，背後是長久建立的互信。工作上，Yvonne 主張公開、透明的溝通和管理方法；在家中，她也秉持這項原則。

傾之前 做功課

決定支持兒子投身賽車訓練前，Yvonne 猶豫很久；除了擔心影響學業成績，也因為自己對賽車界認識顯淺，不知從何入手。

於是，她花了多個晚上，處理繁重公務後再搜集資料。要讀什麼科目，達到什麼成績，才能升讀相關的專科；以及在車手以外，賽車世界還需什麼類型的人才，將來的行業和科技發展趨勢等，通通消化及整理。

好好溝通之前，先了解目的、內容、對方的立場和需要，做好準備，是尊重的表現。職場如是，家庭相處也如是，若凡事以家長身份施壓，再長時間的「溝通」，也只會帶來反效果。

做足準備，亦不代表對話大門隨時打開。同事開會，需要「夾時間」；即使是一家人，要找溝通的良機，有時也比想像中困難。Yvonne 就笑言，當時自己去了不同的教育展覽，預備一大堆傳統與新興學科的資料；甚至訂好餐廳，希望在輕鬆的環境與兒子傾談，怎料他卻在當天表示很累，不想赴會。

自己的努力看似付諸東流，但她轉念一想，忍耐也是良好溝通的重要一環。她說：「我提醒自己，切忌心急，要等候上帝的時間 (Right timing)。」

逾八成親子關係曾現「假妥協」

親子之間往往會因為學業、打機或作息習慣等，引發口角等爭執。女青於2024年8月公佈的調查發現，92.4%家長曾與孩子衝突，當中逾40%最少一星期衝突一次。

衝突過後，82.6%家長表示雙方仍抱對立心態，例如擺臉色、逃避接觸，甚至延伸「戰場」至其他事情，反映大家當初只是「假妥協」，未有真正解決矛盾，所以沒過多久就再起爭執。



在滂沱大雨中比賽，對身體及心理質素的要求也很高。

等時機才開口

然後，我向神祈禱，祈盼有適當的時機，再跟孩子探討這個嚴肅的話題。

結果，兒子晚上發現Yvonne的工作桌上有一堆文件，開首寫有Motorsport Technology，他就非常好奇地問起緣由。「我說，本想在午餐時慢慢細說，但你說太累，我就把它先放一旁了」。

「如果你想聽，我可以現在告訴你。」兒子的一句話，就把對話大門打開了。

仔細聽給意見

找到理想的溝通時機與氛圍，可算是成功的一半；另外一半，端看如何溝通。

我們往往在情急的時候，又或為了既定立場或目的，容易衝口而出，吐盡所有觀點和己見，「有你講冇人講」；但對他人來說，卻猶如落下了對話的大閘，壞了好事。

對Yvonne來說，對話前的一切準備，全為掃除孩子疑慮，讓他有充足資料衡量和決定自己未來的路。她簡單介紹自己搜集得來的資料，抽取重點表達內容，包括賽車運動與商業管理的要求、需要累積的相關經驗等，就專注聆聽兒子的問題和意見，逐點回應。

Yvonne表示，「他認真看過資料後，逐頁問不同學科的具體學習內容，看得出他對賽車行業的每一個範疇都很有興趣。談論一番後，我再問他的感受，他很真誠地說，將來很想投身F1行業，只要可以Make a living，能夠參與其中，於願足矣」。

「話畢，我的心頭大石終於放下，亦感到欣慰，因為我聽到兒子剖白為追尋夢想而努力的心聲」。

+++++

對話後結伴行

現代的親子關係，更像交朋友，不用顧慮尊卑之別。這次對話，在其他人眼中也許沒有大不了；但對於Yvonne，卻意義重大。以往，她會以家長的身份，為孩子張羅一切，希望讓他未來的路順心一點；原來，讓孩子決定自己想走的路，陪伴他前行，對其成長路更有裨益。

「我曾經看到一段新聞，有位中學生因為學習壓力而輕生，報道說家長曾提及，如果孩子成績不理想，就要停止課堂以外的嗜好。當時我腦海猛然『叮』一聲醒覺，其實興趣不就是釋放壓力的出口嗎？星期一至五努力讀書，周末就在自己的興趣得到釋放。之後，我作為家長的態度亦大大轉變，我很尊重、珍惜兒子的夢想，很支持他追夢，同時鼓勵他持續學習。」Yvonne如是說。

管教方式宜與時並進

習慣傳統「服從式管教」模式的家長，有時想改善親子關係卻不知從何入手，可以考慮尋求他人協助。女青於2022年開展女青賽馬會「親」平氣和計劃，及早識別及介入高親子衝突的家庭，改善親子溝通及處理衝突技巧，為他們提供支援網絡，紓緩管教壓力；並與學校、教會及社區團體合作，舉辦各類型活動，以及轉介有需要家庭，幫助他們建立良好的親子關係。



賽車手在場上的光芒，源自背後整個團隊的努力。

運動世界，勝者為王。不過，贏之前，先要學懂輸。
練身先練心，是知易行難的道理。

血氣方剛的小伙子，在場上揮灑汗水，只為擁抱衝過終點一刻的喜悅和簇擁——但Yvonne卻意外地在兒子Chris身上，看見他不曾在學習時展露的沉實、成熟一面。

話說在珠海的一場賽車比賽，Chris在排位賽得第二，大有機會在正賽站上頒獎台。綠燈一開，Chris繼續出色發揮，穩守前列位置；直到中後段，他的隊友發揮超水準表現，亦步亦趨，大有後來居上之勢。

這時候，Chris決定給予機會隊友超前，讓他保持高速的節奏，自己則在後方守住位置。結果，隊友在最後兩圈衝上第一，捧走該站冠軍；他自己則得「梗頸四」，與頒獎台僅一步之遙。

15歲的小伙子，能夠在賽場的千鈞一髮之際，作出犧牲小我、成全團隊之美的決定，教Yvonne極度感恩。「在比賽之後的訪問中，隊友多次感謝Chris讓他超前，令他可以追上頭位，取得冠軍。在場聽到他們分享的人也非常感動。結果，他倆的隊伍取得全年賽事總季軍，展示了最佳的團隊精神。」

「在陪伴孩子參與賽車運動的過程，我見證他逐步建立了良好的品格，在教練的啟蒙及指導下，先要牢守嚴格的rules and regulations，在速度和守則之間取得平衡；如何處理隊友之間的關係、管理自己的情緒……在賽車運動的過程中，我看見一個非常立體的生命成長。」

成全大我





你是人生的贏家，還是輸家？

每位家長都希望兒女是人生贏家，但人生又是否只以贏輸來簡單定論？其實，人生是不斷在經歷贏、輸之間的過程，在當中的學習、成長和得著，才是最重要。

品格的培育，主宰了人如何以其能力，應對人生不同階段的挑戰和轉變。人生本就不斷在贏與輸、高與低、喜與悲之間游走；若在自己失意之時，懂得利用自己，幫助團體及眾人成長、得力，才是栽培生命的真諦。沒有放棄或走旁門左道來取得成功，反而選擇成全團隊，豈不美哉？

Yvonne對於兒子能夠明白這個深奧的道理，非常欣慰。「在世界的眼光，他可能是輸了一場比賽，但在神的國度裡，就是人生的贏家，因為他願意放低自己，成就他人，將榮耀歸與天上的父」。

品格的教育、生命的栽培，一生一世。Yvonne說，正視自己、面對挫敗，過程也許很艱辛，產生很多負面、質疑自己的想法；只要保持一顆勇於嘗試、敢於前行的心，闖過暴風雨後，豔陽必定在不遠處迎接。

「你們的光也要這樣照在人前，叫他們看見
你們的好行為，把榮耀歸給你們在天上的父。」（馬太福音五：16）

女青服務知多點



學習擁抱情緒

成長路上總會遇到挫折，為了讓青少年認識各種抒發情緒的方法，以及社區的資源和工具，女青在賽馬會慈善信託基金贊助下，開設「青少年擁抱情緒計劃」，以一系列的表達藝術工作坊、互動劇場等，讓學生深入了解如何提升精神健康，建立積極的價值觀。



青年就業及人才發展

行行出狀元，為讓青年有更多機會接觸學校以外的領域和知識，女青於旺角及葵芳設立兩間青年就業資源中心（Y.E.S.），從免費課程、招聘資訊，以至就業輔導、生涯規劃，助青少年一邊裝備自己，一邊發掘志趣。位於何文田的賽馬會人才發展中心，亦為18歲以上人士提供不同行業的基礎至專業證書課程，適合在人生不同階段持續進修。

小生命 大腳印

幼兒教育的一脈相承

生命的旅途，就如漆黑夜空劃出一道銀河；生命的栽培，則如畫家揮動手中之筆，讓銀光更璀璨。

女青一直以「生命的栽培」為己任，從嬰幼兒步入校園一刻，就循德、智、體、群、美、靈六育發展，探索個人志趣，並以學與教原則，培育孩子成長。同時，致力發展實證為本服務，啟發幼兒潛能，在喜樂中成長，獲得豐盛的生命。

泥土與養份：教顧合一

教育與照顧，是無數雙職家長對嬰幼園的兩大期望。

2023年，女青承傳百年託兒服務使命，於天水圍天瑞(二)邨開設女青喜越嬰幼園，提供日間幼託、暫託等服務，切合區內家庭需要，釋放婦女勞動力；園內從設施以至教育特色，均鼓勵嬰幼兒從喜樂、無憂的氛圍學習和成長，以及提升感官發展、探索事物因由的能力。

為服務更多家庭，女青2024年1月於粉嶺皇后山社區綜合大樓開設第二間喜越嬰幼園，在育兒路上與家長並肩同行。



「喜」步探索世界

幼兒教育是全人發展的起點，女青的跨專業團隊，為嬰幼兒設計適切的課程和活動，有助發展感官探索、認知、語言以至創意思維，讓每位選擇託兒的家長無後顧之憂。

專業團隊自然需要專業的配套，女青參與香港賽馬會慈善信託基金捐助的「賽馬會幼兒起步計劃」，加強同工的照顧幼兒培訓；配合電子平台、精簡行政流程等，給予更高質素的「教顧合一」服務。



女青總主任（兒童及家庭服務部）陳頌恩表示，計劃持續提升全園同工教顧專業的能力，如環境設置、師生互動及多元活動提供等培訓；期間，同工能與計劃的導師交流嬰幼兒發展及需要的專業知識及應用。她說，期盼未來能與家長及社區進一步分享計劃帶來的益處，共同為0至3歲嬰幼兒締造良好發展的基石。

喜越嬰幼園（皇后山）



地址：新界粉嶺龍峻路6號皇后山社區綜合大樓1樓部份樓層

查詢：3547 1440 電郵：ykids@ywca.org.hk

喜越嬰幼園（天水圍）



地址：新界元朗天水圍天瑞(二)邨瑞豐樓地下G01室

查詢：3795 7050 電郵：yup@ywca.org.hk

躍進迎前

升小難不了

全人發展與植物成長一樣，每個階段都在為下一階段做準備。三至六歲，就是培育幼兒準備接受小學系統教育的關鍵時期。

現時，課程發展議會建議幼稚園課程應包含語文、幼兒數學、大自然與生活、個人與群體、藝術與創意、體能與健康共六大要素。女青則在此之上，構築「LEAPS@C」課程架構導航，根據聖經真理，培育兒童成為具有學習敏銳度、探索精神、富美感觸覺、正向思維和以真誠之心待人處事，讓每位幼童向前躍進，為終身學習打好基礎。



女青幼兒教育部部門主管劉國嬌總校長指出，兒童會從每周的聖經活動和故事，學習遵守規矩、彼此相愛尊重等價值觀，以及互相幫忙解決疑難，小至扣好圍裙、執拾檯布；大至解決數學題和體適能挑戰等。打好兒童的知識、態度和技能基礎，躍進下一個階段更輕易。



正向思維有良方

學校與家庭的關係息息相關。女青在美國學者德夫瑞博士(Dr. John DeFrain)和夏岩博士(Dr. Yan Xia)的指導及支持下，於2009年至2011年進行了「家庭健康質素量表研究」，並得出六個健康家庭優勢特質的結果，本會稱該六個特質為「家庭健康維他命」。我們深信在有愛、有溫暖的家庭氣氛成長的幼童，在校的學習、成長以至朋輩關係建立，都事半功倍，亦更能建立正面、積極的價值觀。

要達致以上效果，除了幼兒與家長都願意付出時間和努力，老師亦是重要的橋樑。由此，女青創立「家庭健康維他命 — 幼兒品格計劃」，以一系列的教師培訓、家長工作坊、親子活動及評估工具，培養幼兒以欣賞和關懷的態度與他人相處、享受親子時間及建立親子關係；幫助家長建立更和諧的家庭，更積極與學校合作，一起實踐全人發展。



維他命 P
Vitamin
溝通分享
Positive Communication



維他命 S
Vitamin
連繫信念
Spiritual Well-being



維他命 C
Vitamin
責任承擔
Commitment



維他命 A
Vitamin
關懷欣賞
Affection & Appreciation



維他命 R
Vitamin
家庭抗逆力
Resilience



維他命 E
Vitamin
歡聚時光
Enjoyable Time Together



漫畫集細訴教養苦與樂

親子關係總會夾雜甜酸苦辣，是自然不過的家庭發展。可以為人父母，見證子女的成長，實在是何等的福氣。女青服務總監（幼兒教育、兒童及家庭服務）伍偉湛表示，新手父母遇上管教困難的時候，容易因為不懂處理而迷惘，加上孩子個個不同，要教養鬆緊有道，必須知己知彼，才能給予孩子同理心之餘，也能循循善誘，扶助孩子健康成長，所以女青特意出版《新手父母漫畫集》，畫出家庭生活的點滴，引起共鳴之餘，也讓家長反思教養的初心、付出的價值。漫畫集於全港的母嬰健康院、嬰兒園及幼兒學校免費取閱，冀助更多新手父母。將來亦會出版《入學適應漫畫集》及《升小適應漫畫集》，給予幼兒父母在家庭轉銜期的讀物參考。

【研究實證】

親子伴讀 提升認字能力學習興趣

和睦相處的家庭，家長大多願意放下手機，與子女享受共處時光；對小朋友來說，有父母相伴，就算是閱讀這種看來沉悶的事情，也變得有趣。

女青於2008年開始，於各幼兒學校推行「愛+閱讀」親子伴讀計劃，鼓勵親子共讀風氣；2010年與港大合作研究證實，計劃有效提升幼童閱讀和認字能力、讀字流暢程度，以至親子關係。

2018年，女青與港大的追蹤研究發現，參與計劃學生在小一至小四的學習表現，包括中文科及全科平均分，以及操行，均較其他學生佔優。反映即使在電子產品當道的世代，加乘效果仍然顯著。

階段一：愛閱讀

學校為家長提供七個星期的伴讀技巧培訓，例如用六何法問題，增加小朋友的投入感，帶出更多話題；將書本內容串連到日常生活，引起小朋友共鳴等。期間，家長每星期最少與子女共讀四天，每次約20分鐘。

階段二：常閱讀

設計不同獎勵計劃，鼓勵家長在完成培訓後，繼續與子女共讀，養成習慣。亦設「小小播音員」活動，攝錄兒童閱讀過程，製成短片，在家校通訊平台和網頁播放，保持小朋友的閱讀動機和興趣。



青衣幼兒學校
📍新界青衣長青邨
青荷樓平台一樓
☎ 2495 7678

趙靄華幼兒學校
📍九龍深水埗元州邨元豐樓
地下B及C翼
☎ 2386 6339

彩雲幼兒學校
📍九龍彩雲邨銀河樓
地下109-114號
☎ 2755 1546

信望幼兒學校
📍黃大仙下邨龍康樓地下
☎ 2322 5308

隆亨幼兒學校
📍新界沙田隆亨邨
隆亨社區中心六樓
☎ 2606 7962

安定幼兒學校
📍新界屯門鄉事會路2A號
安定友愛社區中心六樓
☎ 2458 0578

放下手機 走進黃金屋

小朋友打機玩電腦，希望在螢幕內的世界找到專屬的快樂、成就；如能帶他們在書本內找到同樣東西，相信他們也樂意奉陪。

綜合女青推行「愛+閱讀」親子伴讀計劃多年的經驗，整體成效包括：

參與的家長人數
佔學校整體約

80%



高班學生全年閱讀
圖書量每位不少於

<176本



「回想起第一天上學，孩子只懂說『爸爸』、『媽媽』等非常簡單的字詞。但經過了計劃幫助，孩子快速提升了說話的能力、豐富詞彙，更愛上讀圖書的習慣，現在也成為口齒伶俐的小孩。」



「我對計劃甚為欣賞，在過程中除了培養孩子閱讀習慣外，作為家長也得著很多，如引導孩子的技巧、親密的親子時間、多用言語讚賞等。」



**女青服務總監
(幼兒教育、兒童及家庭服務) 伍偉湛**

優質的幼兒教育能為孩子打好自主學習的根基，面對疑難也不輕易放棄，在喜樂和自信中跨越障礙，成為個人成長經驗，一生受惠。只要有良好的土壤，幼苗就能茁壯成長，開出美麗的花朵，驚艷他人。就如箴言第二十二章6節說：「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離」。

紹邦幼兒學校

九龍塘又一村海棠路66號地下

☎ 3443 1678

荃灣幼兒學校

荃灣大道60號雅麗珊

社區中心五樓

☎ 2490 9060

趣沂幼稚園

新界東涌滿東邨滿樂坊一樓平台

☎ 2310 0950

戴翰芬幼兒學校

中環皇后大道中99號

☎ 2545 1177

宏恩幼稚園

九龍深水埗長沙灣道311號怡靖

苑閣靜閣地下一至八號

☎ 2728 1122



「青」年有話兒：



與新居入伙家庭同行 共享喜與悲

由2024年1月1日開始，社區投資共享基金撥款贊助本會營運「青康鄰里互助計劃」，為青衣長青邨兩座新建公屋的居民，提供新區適應、社區凝聚等社區服務，建立鄰里支援網絡，發揮互助精神，回應邨內居民需要。

兩座新公屋為長青邨的青荷樓及青蘭樓，同於今年落成，並於五月正式完成入伙手續。這段時間，我們設立入伙街站支援居民，更接收到林林總總的個案。引用楚原導演獲頒終身成就獎時描述人生的四個字「歡聲淚影」，去形容這段期間與居民經歷的故事，可說是最好不過。



新屋苑第一批居民入伙後，我們建立了居民的WhatsApp群組，彼此交流入伙及裝修攻略、鄰近社區設施等。大家雖然好像網友般素未謀面，卻因此建立了一份情誼。入伙三個月後，我們舉辦了居民聚會，大家都帶著歡樂的心和親手製作的食物到中心參加聚會，一種「你出豉油我出雞」的情景呈現在中心內，有

街坊分享自己的單位是望海的景觀，也有的分享最近成為了港鐵列車車長的工作經歷，整個晚上瀰漫著歡笑聲音。

但對於居民來說，入伙另一大挑戰是處理大量文件，簽約文件合共四十多個簽名，對於目不識丁的居民來說，實在是難以消化。尤記得入伙期間，一對長者因不懂得計算家庭收入，加上與房屋署職員的溝通誤會，導致家庭收入申報超出限制，向社工求助前更已簽署放棄是次單位的文件。我們陪伴該對長者一起諮詢解決方法、撰寫聲明書並領取各方簽署文件，從放棄到失望，走向盼望更重獲單位，歷時兩個多月，手執單位鎖匙一刻，夫妻二人相擁而泣，作為同行者的我們雖只在旁協調和鼓勵，但也與居民一同感動。

社區工作雖是龐大且複雜的工作，不過當用心經營時，都能感受到「CD的浪漫」。(按：CD即Community Development (社區發展)的意思。)



青衣綜合社會服務處
計劃主任 黃家俊



新世代「女」子力：



性別教育 由細開始

香港的性教育比較關注了解青春生理變化、兒童如何保護自己。無疑，小朋友需要認識自己身體、不受侵犯，但性別議題所涉及的範疇廣泛，由喜好選擇、家庭分工、職業志願，以至空間運用，都與小朋友日常生活息息相關。婦女事工部就舉辦了「Go Goal Y-New GENeration小領袖計劃」，嘗試以好玩有趣的活動促進小朋友學習性別意識。

從小接受性別教育，有何重要？問小朋友心目中的「木工老師」形象，大抵會說「唔講嘢嘅男人」、「好靚仔嘅男人」、「好多肌肉嘅男人」，這些評價足以道出原因了。

小領袖計劃的活動，從《小布做木工》繪本帶出，與兒童討論職業上存在的性別框框，並延伸至家庭分工討論。接著，由女木工導師教授使用電鑽和木鋸，藉改裝象徵「女主內」的木洗衫板，建立「能力感」和打破「性別框框」，讓小朋友明白男性女性都有相同的能力。

帶小朋友參觀社區設施對於兩性的設計特點，例如商場的男、女廁，讓他們探索平日沒有留意的細節，亦是學習重要一環。他們會興奮分享「原來男廁亦有更換尿布台」、「我成日係度換衫上跳舞班，依家先知呢度係哺乳室」，通過親身經驗，印象更為深刻。

考察後，小領袖需要創造男女平等的「共融辦公室」。他們以紙盒、輕黏土製作辦公室模型，以性別平等及關顧不同人士需要為設計重點。大家在構思

設計時，提出了不少具童趣的點子，如：「要有滑梯！小朋友可與媽媽一起返工」、「有共融獨立間格的廁所，節省資源」等。家長欣賞「共融辦公室」成果展後，認為活動除了帶給小朋友能力感及愉快經歷外，更覺得性別教育必需具趣味性，不可流於學術及單向講解。

未來是屬於小朋友的，這個計劃為他們種下「性別意識」的小小種子，學習以更多不同的眼光看待生活和世界，不因性別設限，發揮更多可能性。



帶領小朋友「考察」洗手間，了解不同性別的需要。



婦女事工部
程序幹事 李彥儀



「家」家有本難唸的經：



失胎支援服務 凝聚善心 承傳天使心

微小的祝福源於善心人，這是一個真實的女青故事，女青失胎支援服務由「Take Care Annie」開始。

2014年，女青熱線服務團隊造訪瑪麗醫院婦產科，助產士馬家儀女士（時任女青董事）展示醫護自發製作給失胎父母的摺紙花紙鶴，和義工縫製的天使衣服。當時深感天使父母需要更多關顧支援，但未有足夠資源發展。

2016年，女青熱線義工陳妙霞女士（Annie）和丈夫李露華先生先後離世，在他們兩位女兒同意下，依其臨終前叮囑把帛金捐作慈善用途，用於失胎支援和天使衣物製作，衣物會送予醫管局轄下8間婦產科醫院，服務名為「Take Care Annie 為愛相縫」。後來，天使衣物以其女兒Barbara的失胎孩子「牛油果」命名，推廣至中學的生命教育，受惠學校包括拔萃女書院、瑪利諾書院、英華女學校、德雅中學，至最近參加的香港中文大學醫學院。

及後，賽馬會慈善信託基金在2021年，支持本會推行為期三年的女青賽馬會「小足·福」失胎支援計劃。女青團隊除了提供急性失胎支援，陪伴父母親手給孩子製作供埋置、火化或懷緬的「足福箱」；亦特別製作「出世紙」確認天使寶寶的身份，及天使頸鍊確認父母的身份。此外，團隊亦為天使父母提供專屬節日，過來人可彼此支持和共度時光。還有不同的藝術療愈和心理輔導服務，讓父母心靈得以慰藉。

對於專業醫護和公眾，女青提供了專題影片和講座，增加各界對失胎父母需要的認識。感恩這段日子，更多醫護和學生參與「小·足福」的活動。剛過去的10月，我們把服務的點滴和天使父母的經歷，製作了香港第一套以失胎父母為主題的微電影《沒有見過世面的孩子》和主題曲。

女青人小小的祝福，給失胎父母帶來溫暖和希望。這是一個女青人的故事，也是我們要傳揚開去的故事，好讓故事得以延續。



女青家庭健康促進中心（又一村）
單位主任 王瑞芳



「耆」妙世代：

秀群30載 情深深意濃濃

俗話說「十年人事幾番新」，然而在秀群松柏社區服務中心的30周年慶典，正正體現不只是10年，更是20、30年的情誼。不少長者藉著中心而相遇相識相知，適逢30周年紀念，一班老友記相隔多年再度重聚、擁抱，一同慶祝。

我們除了舉辦了北區長者健康服務巡禮，讓北區居民認識秀群的服務；亦聯同一班地區好友舉辦「歡樂『耆』享嘉年華」，邀得勞工及福利局局長孫玉菡到場參觀。

而30周年慶典的高潮，正正是延開30圍的晚宴，不但邀請了「彩虹仙子劇藝坊」兒童盛裝表演粵劇、中心的老友記表演藏族舞；更設有「秀群故事展」，以相片及文字記載住一些具代表性老友記的個人經歷，分享與秀群濃濃的情：

30年的會員

秀群成立之初，何杏芳已經加入成為第一屆會員；98歲的她，至今仍每星期在秀群跳集體舞及參加歌樂班，與秀群同步成長。

老師中的老師

鄭佩霞是秀群的書法老師，當初在秀群跟她學習的學生，現在亦成為中心的書法老師，薪火相傳。

根深柢固之情，讓我更感受到女青的文化——持守基督關愛的精神，就長者在時代變遷下的需要，開展各項適切服務，栽培豐盛生命：

- 有感長者熱衷持續學習，當家作主，故建立「健康長者農場」，發揮其潛能。
- 沙頭角居民往來市區的路途遙遠，於是開展女青賽馬會青健坊（沙頭角），加強支援北區偏遠鄉郊的長者需要。
- 體弱長者需要日間照顧服務，所以有皇后山的利梁趣沂樂齡日間護理中心。
- 長者基層健康服務配套，有助老友記在社區健康安老，北區地區康健站及賽馬會「藥健同心」女青社區藥房由此誕生。
- 提供「居家照顧」及「健康管理」多元專業服務的青健坊（北區）。
- 加強對照顧者的支援而設的賽馬會照顧者中心（上水）。

30年來，秀群與女青一眾單位在北區持續服務社群，因有大家的支持，真正體現「紮根北區，同步成長，風雨同路，共成未來」！



秀群松柏社區服務中心
單位主任（服務）蘇健欣

日頭冒升，又回歸於出處 神的恩惠，又似日光普照



「生命師傅」計劃

本篇由基督教及會員事工部撰寫

教會和學校的堅實橋樑

今年的董委幹祈禱會已於2024年9月25日在九龍會所禮堂舉行。我們感謝上帝，當日超過160位董事、委員及同工出席參與，同心為機構獻上禱告，彼此鼓勵及關顧，場內氣氛相當溫馨。

祈禱會先由基督徒同工帶領以詩歌獻上敬拜，並由總幹事楊建霞女士及會長李淑英女士分別作禱告及讀經。當日更邀得香港華人基督會堂主任丘宏盛傳道及本會丘佐榮中學張志誠副校長，分享在丘中推行「生命師傅」計劃的點滴。

計劃源於2022年12月，基督教及會員事工部督導主任鄭楚華姑娘與長城教育基金會總幹事黃偉東博士，探訪丘佐榮中學郭世民校長時介紹。郭校長非常希望學生除了學術方面，信仰上都能夠打好基礎。這項計劃需要改動中一課程，感謝學校願意配合改動。

感謝上帝的引領，張志誠副校長、丘中基督教教育主任林健昇老師、鄭楚華姑娘，及香港華人基督會十多位弟兄姊妹，參加數次「生命師傅」計劃訓練。到了2023年10月，丘佐榮中學中一級共四班開展「生命師傅」計劃，由香港華人基督會動員了18位教牧、執事及教友作同學的「生命師傅」。

「生命師傅」計劃 燃燒赤子之心

「生命師傅」強調教會義工與同學之間的生命關係，師徒間彼此的建立、傳承和學習。透過「體驗式聖經科」教會的義工成為同學的同行者，幫助同學堅定信主，在信仰上成長，建立穩定的教會生活，成為教會未來的接班人，上帝國度的精兵。

丘宏盛傳道分享，教會和丘中已有30年以上的合作，過去和學校主要是參與團契服侍，過去一年則透過「生命師傅」計劃 將教會和學校連結成為一道橋，直接帶學生接觸信仰在教會繼續成長。

張副校表示，計劃讓學生能於課堂上體驗信仰、學習生活技能，幫助同學們建立正面的價值觀，故他鼓勵更多同工，以生命影響生命，竭力多作主工。

香港華人基督會傳道黃秋萍姑娘坦然，雖然動員18位「生命師傅」帶組是不容易的事，但很值得做，因為成效顯著，有60位同學已經信主；更重要的是，教會藉計劃進入社區，接觸更多生命，激勵了不少教友回應上帝的呼召，更喚醒教會領袖們的心及眼界，拓展上帝的國。

參與同學感想

「這個計劃可以使我星期六、日可以參加教會生活，在我人生的路上已相信主；面對困難都可能會減少了。」

「放假可以到教會和老師同學暢談、學習，好開心。」
「我感覺比起平時課堂輕鬆；不會有好大壓力，以及討論的時間都比較多；同學之間的友誼有增進。」

「凝向前：彼此服事」

建道神學院拓展總監暨校友關顧主任葉松茂博士，亦在董委幹祈禱會上以「凝向前：彼此服事」為主題分享。他以路加福音第15章1-7節勉勵會眾，要學習主耶穌與生命同行，教會可以成為一個承載生命的群體，從「社」到「靈」，與人建立關係，讓人領受愛，

認識上帝就是愛的源頭。當人連結於上帝，感受到上帝的恩情，生命便得著更新、改變。

隨後，總幹事楊建霞女士作出回應分享，感恩本會的各项服務，正正回應著生命的需要，整全的服務網絡介入了服務使用者的生命，與他們生命連結；幫助他們活出豐盛生命，重現人真正的價值，讓人得著「生命的栽培」。



丘宏盛傳道



「生命師傅計劃」短片





旁觀者不一定是「塘邊鶴」

本篇由女青運動部門撰寫

拒絕街頭性騷擾 你我也可出分力

自2017年席捲全球的#MeToo運動開始，世界上就性騷擾甚至性罪行狀況之熱議，已成為一股浪潮，社會能更開放地討論一些本來較隱藏或疑似禁忌的實況。不論是線上或線下的事件（例如韓國N號房及鄭教主事件，或印度醫生在醫院慘遭姦殺等），每次都喚起世人內心希望建立對性騷擾零容忍的決心。

街頭性騷擾，日常生活中可能隨時遇上；一項全球調查發現，80%女性曾於公眾場合被性騷擾。而街頭性騷擾的影響委實甚深，涵蓋心理及精神健康、社交、財政及生活質素等方面。

人口稠密及繁忙的香港，在「地下鐵碰着他」，有時可能如陳百強名曲《幾分鐘的約會》裡所描述的「好比心中女神進入夢」或「車廂中的暢談最受用」；倘若你目睹的，是車廂中的「他/她」正在性騷擾他人，你會不知所措、眼神閃躲，還是會跟「他/她」來個「沉默對望車廂中」，抑或直斥其非呢？

作為普通人，我們在希望伸張正義、保護弱小之同時，也要保護自己安全，並坦然面對自己的霎時軟弱。即使目睹街頭性騷擾但沒有介入，也不是你的錯。「#StandUp拒絕街頭性騷擾」工作坊，是女青與贊助企業L'Oréal Paris及導師培訓兼倡議組織Right To Be在本港合作推行的嶄新項目，以1小時工作坊，讓參加者認識街頭性騷擾的影響，學習有效的間接或直接介入手法。具備意識與技巧的有心人，往後可因時制宜為防止街頭性騷擾而出力。

#StandUp 「5D」

見義勇為是香港人素質，旁觀者亦不一定是「塘邊鶴」。#StandUp為我們帶來「5D」這五項簡單又有效的技巧：



無論是什麼個性的人，深信都可在訓練中有所反思，知道哪項法門是最切合自己的「旁觀者介入手法」。按我們近半年逾20場工作坊之觀察，除了技巧學習，同樣寶貴的，是有參加者透過課程裡的安全空間及機會，分享個人經歷、反思或妙計。

作為本港唯一培訓組織，有逾10位經Right To Be培訓及認證的#StandUp導師，女青歡迎有興趣的學校、教會、公司或組織，可先瀏覽#StandUp用作全球意識推動的多種語言網頁。

#StandUp

對抗街頭性騷擾



STANDUP by L'ORÉAL PARIS with YWCA 女青

#StandUp 拒絕街頭性騷擾工作坊

「#StandUp 拒絕街頭性騷擾」是L'Oréal Paris與Right to Be合作發起的全球運動，目標為幫助參加者無論是目睹街頭性騷擾發生，或親身運受到街頭性騷擾時，都能安心及自信地應對。講座形式以講解有效介入策略及互動溝通為主。Hong Kong YWCA (香港基督教女青年會) 是 #StandUp在本港的首間獲認證的培訓提供機構。女青年會現誠邀各方團體或學校可考慮安排工作坊時間，促進以下對社會及文化建構有益之目標與任務：

- 1 加深參加者對街頭性騷擾的認識和了解
- 2 學習目睹性騷擾時如何介入，向參加者介紹5D的應對方法
- 3 學習被性騷擾時如何作出回應，學習一些應對策略
- 4 利用生活情境一起練習

對象: 15歲或以上人士
人數: 每場最多40人
時間: 75-90分鐘

地點: 學校/教會/企業/非牟利機構(NGO)
費用: 全免

查詢
歡迎致電34431600
與香港基督教女青年會婦女事工部聯絡

Stand Up Together!



女青同工接受培訓及認證後，成為#StandUp導師。

如欲洽談協作，可聯絡女青運動部門負責同事，以便了解相關需要，並相約訓練日子。

☎ 3443 1600
婦女事工部 蘇姑娘或李姑娘

☎ 3476 1324
基督教及會員事工部 沈先生或阮姑娘

擁抱過去·成就未來

2022-24年度全港最佳「老有所為活動計劃」兩年計劃

冠軍

深水埗區

香港基督教女青年會雲華護理安老苑 - 「疫」能快樂」布偶活動計劃



共創佳績

創新求變 惠澤社群

女青服務 連奪重量級大獎

女青服務一直敢於創新、求變，希望更貼近服務使用者需要，及以新科技提升服務效率。今年，女青多個單位的服務和計劃，於不同界別獲得嘉獎和肯定，可喜可賀，亦代表同工的深耕細作，切合社會脈搏。



發揮「腦」友記潛能 全港最佳

由社會福利署推動的「老有所為」活動計劃，旨在撥款資助社會服務機構，舉辦各式活動，發揮長者潛能以貢獻社會。2024年，女青長者及社區健康部其中三個參與單位，勇奪計劃合共六個獎項（見表），包括「全港最佳兩年計劃獎」冠軍和季軍。



女青總幹事楊建霞（右五）、副總幹事李雯珊（右四）與一眾長者及社區健康部同工及老友記，於「老有所為」活動計劃頒獎禮留影。



共創佳績



雲華護理安老苑

「疫」能快樂」布偶活動計劃



全港最佳兩年計劃獎
冠軍



地區最佳活動獎



由苑友、親友、同工及社區義工，以老友記染疫及康復的經歷為藍本，一起設計及製作八個布偶和佈景、撰寫三個劇本，最後公開演出，充份發揮長者創意和技能之餘，亦宣揚「活到老、快樂到老」的正面積極生活態度



明儒松柏社區服務中心

「豐盛生命傳奇計劃」



全港最佳兩年計劃獎
季軍



地區最佳活動獎



別具創意獎



結集一眾長者的生命故事，以分享會、嘉年華等輕鬆形式，傳承予未來社會棟樑的中學生；並從製作永生花瓶、立體道謝卡等，讓長者向自己道愛、道謝、道歉、道諒和道別，豐盛生命



誌寶松柏中心

「亮活人生無限耆」



發揮長者潛能獎



每位長者都值得擁有一個活躍 (Active) 晚年，計劃從六個系列的活動、小組和工作坊，循生命教育、跟上潮流、義工服務等，讓「50+」重新認識自己、發展新興趣、社區聯繫到貢獻社會，找到專屬的Active人生下半場



「樂智通平台」 獲頒「智慧市民大獎」



「智慧市民大獎」



智慧市民 — 智慧轉型 (慈善機構方案) 金獎



女青副總幹事李雯珊 (左二) 與另外三間研發平台的社福機構接受「智慧市民大獎」。

優秀服務也需要與時並進的科技配合。女青聯同香港路德會社會服務處、聖雅各福群會及匡智會共同研發，並獲香港賽馬會慈善信託基金資助的「香港賽馬會樂智通平台」，是專為「到校學前康復服務」度身訂造的一站式雲端管理服務平台，旨在提升行政效率及質素、加強各持份者的溝通及建立跨機構的知識共享系統，廣獲業界認同，並於政府舉辦的「2024香港資訊及通訊科技獎」頒獎典禮，獲頒「智慧市民大獎」及「智慧市民 (智慧轉型 (慈善機構方案))」金獎。

「到校學前康復服務」專業團隊需花費很多時間處理訓練相關的行政工作，例如協調家長和學校安排有特殊教育需要幼兒接受訓練，因同工主要在校提供訓練，較難協調各專業召開會議商討個案，主要靠紙本文件作溝通，更新需時及較難分享，對服務協調及監察帶來困難。另一方面，坊間的幼兒康復訓練資訊及材料亦有限。

針對以上服務痛點，「樂智通平台」應用創新科技以解決上述難題，為服務進行數碼轉型，例如透過自動編排幼兒訓練時間表，協調跨專業同工的訓練時間，結合通知治療師、家長及學校的功能，大大提升協調及溝通效率，也提高了服務的透明度。平台亦設有個案紀錄及管理功能，幫助跨專業團隊及督導可在平台即時更新個案資料及了解訓練進度，提升服務質素。此外，平台也設有知識分享模組，讓跨專業同工、學校及家長共用彼此的訓練資源及材料，有助跨專業和跨機構的知識交流，亦提升家長在家訓練幼兒的能力。

「樂智通平台」將持續優化及開發其他實用功能，例如以人工智能提升評估效率及優化排程功能等，以創新科技為服務使用者提供優質社會服務。



研發團隊與創新科技及工業局局長孫東教授 (左九) 及立法會議員邵家輝 (右三) 等合照。



SEN教材 家長最愛

由Y SENse特殊教育需要服務中心研發及設計的SEN教材，今年獲《香港01》親子頻道頒發「最愛生活品牌獎—SEN教材品牌」獎項嘉許。

Y SENse的教材多元，由提升學習能力、專注力及執行功能、印象系統及社交思維，以至小一適應、情緒認識等，一應俱全，貼合SEN學童的生活和學習需要，過去多年深受家長和學童歡迎。今年再接再厲，推出視覺提示卡「全身係齊到」及「四感控制器」匙扣，幫助孩子掌握讓自己專注的方法。

「四感控制器」匙扣



尺寸：A4

「全身係齊到」視覺提示卡



喜越之旅 說好親子相處故事

小六升中，是孩子和家長共同面對的轉變和挑戰。女青兒童及家庭服務部於2019年至2022年推行「女青賽馬會家庭喜『越』之旅」計劃，透過介入服務、社區協作、資源共享等形式，全方位提升小六升中家庭適應轉變的能力，改善親子關係。

全期計劃共協助217個小六學生家庭、培育30位成長導師，服務人次突破1900，成效斐然，並獲香港社福界心連心大行動，選為「最具民生影響力社福好事」項目之一。



參與計劃活動的小六學生留影。



換來玩去 重鬆天水圍

如何為疫後的社區重鬆色彩與活力？紮根天水圍的女青「天拉吧」，索性將「玩樂」、「分享」兩項元素放大、延伸至天水圍各個公共空間，策劃「換來玩去—天水圍社區共創遊戲計劃」。項目內容包括邀請青少年及社區人士設計專屬社區的遊戲，吸引更多人重新認識社區的美好，成效有目共睹，更勇奪「2023滙豐香港社區夥伴計劃」的「傑出社區參與大獎」。

今年「天拉吧」延續理念，邀請創意單位、學校及長者中心，超過200人再次將社區樂趣共冶一爐，炮製「交換生活-社區藝術共創計劃」，盡顯兩代共融為社區帶來的無盡可能與色彩。



天水圍街坊試玩社區專屬遊戲，樂也融融。



太古地產舉辦森林療癒展覽

推動照顧者友善社區為照顧者打氣

太古地產愛心大使、香港基督教女青年會及香港復康會於十月合辦「陪您森呼吸—照顧者療癒之旅」展覽，讓照顧者體驗「森林療癒」和「放鬆五感」的力量。展覽設於太古城中心，共錄得近5,000參觀人次。這是太古地產連續第三年策劃關注身心健康的展覽，本會有幸參與其中，希望藉此鼓勵照顧者適時喘息，攜手推動照顧者友善社區。

主要展區展示本會與香港大學的「大自然五感療癒」研究成果，讓大眾了解五感介入有助減輕照顧者抑鬱焦慮症狀。現場設有大型3D立體森林場景藝術裝置，以及專人指導的呼吸練習及伸展運動，讓市民體驗大自然療癒力量。

藝人陳錦鴻及太太杜雯惠用聲音闡述四個真實的照顧者故事，讓社區人士理解照顧者的心路

歷程。女青服務使用者雷女士更親臨現場，分享照顧年長認知退化丈夫的經驗。此外，場內亦設有免費心靈療癒工作坊及集氣區，為照顧者打氣；本會更派出社工為有需要人士提供即時諮詢，解答照顧者疑難，轉介資源，務求為社區照顧者提供實務支援。





屈臣氏長者關懷日

為港九新界共2,000位長者送暖

本會再次獲邀參與屈臣氏集團「Project LOL長者關懷日」，探訪港九新界共2,000位長者，送上愛心禮物之餘，更為長者送上關懷及慰問。本會副總幹事李雯珊出席啟動禮，與屈臣氏集團主席黎啟明、屈臣氏集團行政總裁倪文玲博士，以及其他參與機構的代表，為愛心義工身體力行打氣。

屈臣氏集團召集了逾1,100位愛心義工，分別來自集團旗下的業務單位及業務伙伴。一眾義工前往港九新界各區發放愛心禮物包，當中部份義工隨女青同工探訪西灣河、上水、青衣、九龍城、深水埗的長者。黎主席及倪博士親力親為，前往深水埗與基層長者及劏房戶互動，了解他們的生活所需，並送上裝滿日用品、乾糧和現金券的禮物包，滿載關愛及慰問。

女青感激屈臣氏集團一直以來的支持，為長者及社區伸出關愛之手，適時提供各種協助。祈盼往後能繼續為社區謀求福祉，發揮商界及社福界的協同效應，造福更多長者及弱勢社群。



預防心結變……「死結」

請即支持女青「婦女情緒支援服務」月捐計劃

我們深明情緒病不單靠藥物減輕病情，婦女受情緒困擾，更需要是解開心結。女青的專業團隊從多方面分析，綜合我們服務婦女的豐富經驗，针对性地為婦女提供到位的情緒支援服務，有效地幫助婦女調整自己的心態，擺脫情緒的困擾之苦，重建心靈健康、開心自主。



每月捐款港幣\$100，
一年即可支持女青協助四位 
情緒受困擾的產後、雙職或全職母親、面對婚姻逆境的婦女，
解開心結，重整生命。

捐款表格

女青「婦女情緒支援服務」月捐計劃

我願意

- 每月定額捐款 港幣\$500 港幣\$300 港幣\$100
- 其他 _____ 作單次捐款 港幣\$ _____

捐款方法

銀行自動轉賬每月捐款 (只適用於每月定額捐款)

請將捐款表格之正本郵寄至香港中環麥當勞道1號2樓208室，以設立銀行自動轉賬服務。表格上如有任何塗改，請在旁簽署，請用英文正楷填寫。

收款人之一方(受益人) 香港基督教女青年會	銀行號碼 024	分行號碼 280	賬戶號碼 178559 - 001
我 / 我們 / 本公司在儲蓄 / 往來戶口紀錄之名稱		我 / 我們 / 本公司之英文通訊地址	
(中文)			
(英文)			
聯絡電話			
銀行名稱	銀行號碼	分行號碼	港幣儲蓄 / 往來戶口號碼
每月港幣捐款 \$	我 / 我們 / 本公司在儲蓄 / 往來戶口紀錄之簽名**		
此欄由本會及銀行職員填寫			
檔案編號	由銀行填寫	簽名式樣	

1)本人/吾等現授權本人/吾等之上述銀行(根據受益人或其往來銀行不時給予本人/吾等銀行之指示)，自本人/吾等之賬戶內轉賬予上述受益人。惟每次轉賬金額不得超過以上指定之金額。2)本人/吾等同意本人/吾等之銀行毋須證實該等轉賬通知是否已交予本人/吾等。3)如因該等轉賬而令本人/吾等之賬戶出現透支(或令現時之透支增加)，本人/吾等願共同及個別承受全部責任。4)本人/吾等同意如本人/吾等之賬戶並無足夠款項支付該等授權轉賬，本人/吾等之銀行有權不予執行有關授權轉賬，且銀行可徵收慣常之收費。5)本授權書將繼續生效至另行通知為止。6)本人/吾等同意，本人/吾等取消或更改本授權書之任何通知，須於取消/更改生效日期最少兩個工作日之前交予本人/吾等之銀行。
**請確保閣下在此授權書內之簽名，與銀行賬戶的簽署完全相同。

查詢：香港基督教女青年會 傳訊及資源拓展部

地址：香港中環麥當勞道1號2樓208室

電話：3476 1311 傳真：3476 1364 電郵：crdd@ywca.org.hk

個人資料

性別 男 / 女 姓 _____ 名 _____ 英文正楷 _____

通訊地址 _____

電郵地址 _____ 聯絡電話 _____

出生日期 _____ 年 _____ 月 _____ 日 身份證號碼 _____

(為避免捐款紀錄重複，請提供供4位數字)

信用卡捐款 (適用於每月定額及單次捐款)

VISA MASTER

信用卡號碼 _____

持卡人姓名 _____

有效日期至 _____ 月 _____ 年 持卡人簽署 _____

本人現授權香港基督教女青年會由本人之信用卡於每月定期扣除上述之賬款，直至本人另行通知為止。本人同意此授權書於本人之信用卡有效期後及獲續發新卡時繼續生效，並毋須另行填寫授權書。

劃線支票 (只適用於單次捐款)

支票抬頭請寫「香港基督教女青年會」，並連同此表格寄回本會

發行銀行 _____ 支票號碼 _____

銀行入數 (只適用於單次捐款)

請將表格連同銀行入數紙正本寄回，或將副本傳真 / 電郵至本會

匯豐銀行 004-002-223105-001 東亞銀行 015-514-40-05153-5

你所提供的資料將保密處理，以作本會處理捐款、簽發收據、通訊及會員登記之用。本會日後可能運用閣下的個人資料與閣下通訊、籌款、作活動/培訓課程邀請或收集意見。

- 本人同意上述有關使用個人資料的安排。
 本人不同意上述有關使用個人資料的安排。

簽署 _____ 日期 _____