



2018
summer

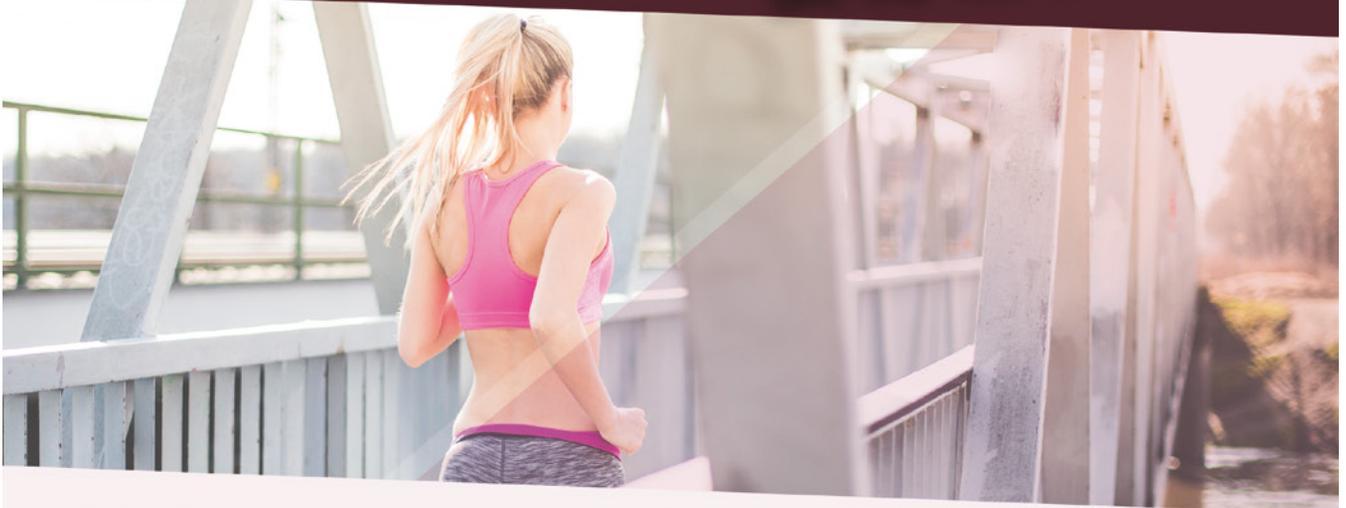


英雌聯萌

LEAGUE of LADIES



Y Health and Wellness Centre 女青適健中心



「全人健康」理念 達致「治標治本」

女青適健中心提供一站式「治療、復康、適健」的專業服務，為有需要人士有效處理及診治其健康問題，並配合有系統及專業的復康適健訓練及服務，提升其身心健康及生活質素。

物理治療診所

復康治療服務

健體運動訓練

適健服務

物理治療診症



新客戶可享首次 **9折** 優惠#

#優惠只適用於物理治療診症服務，並受有關條款及細則約束，詳情請向職員查詢。

衝擊波治療(附加項目)

能精確地針對不同深淺肌肉，有效治療多種痛症，包括肌肉勞損、肌腱痛及關節痛等。

專業健體訓練計劃

根據參加者的目標及體適能狀況設計訓練計劃。適合亞健康人士及需控制體重的人士。

功能性訓練計劃

根據參加者需訓練部位及運動要求設計傷患復康、提升運動表現之訓練計劃。適合經常運動之人士。

立即預約及查詢：

2700 1730

網址：yhw.ywca.org.hk

地址：九龍窩打老道山文福道5號2樓



會長的話
Y Overview

03

04

05



女青焦點：「Say YES to Work
青年就業暨暑期工招聘博覽」
繼續與時並進

11



家庭物語：與神同行 挑戰不可能
「逆」風高飛計劃讓孩子翱翔

17



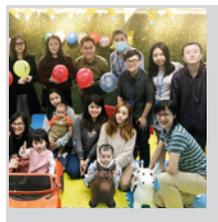
國際視野：遊走聯合國：那些不
為人知的婦女人權故事

21



新服務全面睇：「Own Your Life」
年青媽媽生涯規劃支援服務

25



新服務全面睇：「賽馬會鼓掌•創你程計劃」
日式料理大阪燒體驗

29



女青剪影：女青獲頒兩項ERB
「人才發展計劃」獎項

33



女青剪影：女青發佈兒童生活模式及
社交解難能力調查

34



目錄

2018
summer

女聲



會長的話

胡秀霞 太平紳士, MH

經過一段短時間的低谷期，本港經濟近期有復甦跡象，而女青一年一度舉行的「Say Yes To Work生涯規劃探索暨暑期工招聘博覽」，可以說是反映經濟狀況的一個參考指標。今年，企業提供的全職、兼職及暑期工職位數目均較往年增加，可見企業普遍樂於聘請青年人入職。

然而，一如社工同事分析，這代年青人對工作的要求及看法已經與十數年前不同，他們要求工作本質要有意義有趣味，並希望保持工作與生活的平衡，與其徹夜加班，不如賺少點錢換取屬於自己的時間。是故我們也一直與時並進，積極構思並推行各項能照顧青年想法的支援方案，只有彼此站在同一平面上看待事情，才能製造互相溝通了解的機會。

像我們聽到有很多年輕人缺乏工作機會，「畢業就要求我們有數年工作經驗是不可能嘛！」我們遂與企業合作推出各種實習及體驗計劃，讓仍在求學中的青年率先感受職場文化與精神，今年我們更進一步，推出短至五天的實習，就是了解年青人暑假想有更多私人時間而設計的濃縮項目，既能滿足他們的作息考慮，又能讓他們獲得珍貴的職場經驗。

有人或會質疑這樣是否太寵壞了年青人，但事實是不少僱主反認為這些度身訂造體驗有助年青人就業，概因不少年青人入職前往往不了解行業實況，結果入職後數天就會離職。時代在變，我們應該在年青人的理想希望與僱主的實際需求中取得平衡，達致雙贏的局面。

趁此機會，容我向一直支持我們的政府、區議會、慈善基金及各企業表達由衷謝意，本著「生命的栽培」宗旨，培育香港未來棟樑出一分力，期望我們能繼續並肩同行。



Y Overview

楊建霞 總幹事

活到老，學到老，時代改變太急，人人都在努力追求新知識，以防被革新的高速列車遺下。筆者認為，學習新技術固然不易，要改變既有思維與傳統價值觀才是首屈一指的艱難事。

譬如說十數年前，很多家長都對子女沉迷打機大感頭痛，擔心他們為此而荒廢學業，白白丟失美好前途，「我說呀，你打機多厲害也好，難道可以換來一頓飯嗎？」

當年不少父母的氣言，今天似乎已有新答案：「打機」叻不但可以換來一頓飯，甚至可以成為事業。

因為「打機」今日已更進一步變成「電競」，是能吸引全球3千多萬觀眾同一時間在網上看決賽對壘的「運動」，也是一盤牽涉數十億元盈利、數百萬相關從業員的「生意」。一名電競高手，薪金及比賽獎金較一名普通白領輕易高出十倍，而香港財政司司長陳茂波早前發表財政預算案，就不諱言電子競技近年於全球發展迅速，香港亦要跟上步伐，積極推動電子競技產業發展並培訓相關人才。

說了這麼多，無非要說明世事變化太快，以往適用的一套價值觀及理念，到今日似乎都需再重新定義，有些負面標籤甚至因此而「漂白」：以前我們會責罵年青人一心二用，但今天對那些「Slash世代」來說，多工就是他們的優勢。成年人如果無法放下身段去適應及重新學習這些新價值，則難免會被這個社會所邊緣化而慢慢「離地」。

今期《女聲》以「青年」為主題，介紹女青的青年工作與當中反思，訪問了本港第一隊女子電競組合“Pandacute”五位成員，她們的工作、生活與想法，實在讓筆者眼界大開，並了解到她們不為人知的辛酸。此外，內容還包括一年一度的青年就業招聘博覽、就業實習計劃、年輕媽媽支援服務等等，凡此種種，旨在讓大家有機會一窺年青人世界的想法，從而調節我們的想法與態度，以適應這個變化萬千的新時代。

女青植根香港快將百年，同工上下一心與時並進，為市民提供最貼地窩心的服務，靠的就是敢於放下身段學習，擁抱未知的新事物，但願您能與我們一起繼續在新時代中冒險。



英雌聯萌 Pandacute

電子 競技今日人人掛在口邊，但懂得箇中底蘊者恐怕屈指可數。入門快速測試：LOL 三個字代表甚麼？

如你的答案是「大聲笑(Laugh Out Loudly)」，不錯，至少還懂網絡用語，雖較潮流慢了個大約十年。在搜尋器輸入LOL，結果顯示的只有滿滿一頁：電競界熱門遊戲《英雄聯盟 (League of Legend)》。





09年起稱霸遊戲界，玩家在地圖上中下三路互有攻守，先摧毀敵方主塔者勝，易學難精吸引全球逾1億名玩家為之著迷。但如同全世界所有運動的發展史般，遊戲最先以男玩家為主，到女玩家人數增多之時，跟男玩家之間明顯存在實力差距一無關性別，輸時間與經驗而矣。

5位自小愛打機、20開外的青春少女，2年前組成全港首隊全女班電競隊伍Pandacute，全力追趕領頭的男玩家之餘，又要努力開拓本地女子電競發展，追男帶女，十個肩膀上的重壓不足為外人道。

但鏡頭前的揚眉英雌依然人見人愛，聯「萌」每日在網上大殺四方，是cute也是kill。

關鍵字： 英雄

術語解說：遊戲將能使用的英雄分為幾個類型，玩家能純熟使用的英雄越多，代表成功擴大自己的「英雄池」。

如同LOL講求默契分工，靠不同英雄技能配合取勝。Pandacute 5位成員的技能特色也相當鮮明。



石凱儀 (夢兒)

在隊伍中擔任 (中路)

對教育有興趣，但自稱EQ低不適合當教師，愛分享自身對不同事情的看法，主力回應筆者各種「情感問題」，「組隊都是希望證明自己！找到一個共同興趣然後大家聚首，當時我也有自己的發展路，但我問隊長，有沒有機會一起發展不散呢？」



劉麗芳 (Rispy)

在隊伍中擔任 (輔助)

年紀最小，聲線仍帶稚氣但內容紮實，是有過取捨的人換來的世顧成熟，「未做職業前可以亂打，打到一半投降話我不玩了發脾氣都可以，但現在要對自己更嚴格，要遵守體育精神不能半途而廢，即是，要進步囉！」



隊長陳嘉靖(Deer)直播主出身，負責應對筆者所有「硬問題」—隊伍何時組成、目標、期望，她倒背如流：「我們從業餘比賽開始，2016年2月組隊打比賽贏得第一個冠軍陽光盃，半年後正式轉職業選手。簽約時部份成員因各種原因不想再打，所以我就經Facebook再找3人組隊至今。」



陳嘉靖(Deer)

Pandacute 隊長 (上路)

有說，遊戲隊伍上有兩個人重覆相同功能，勝率就會下降一成，那末Pandacute的組隊，「功能」上足夠互補不足取勝了。



毛芷晴 (MoMo)

在隊伍中擔任 (打野)

從小跟家人打機，性格沉穩，在訪問適當時候出手，讓其他隊員得以抒口氣，「同隊友一齊贏會好感動，由當初甚麼都沒有到慢慢組成，不是人人都做到，好多女子隊相處不來、無法持久，但我們找到方法處理。」

關鍵字：

Carry

術語解說：要「帶」，因為初期不夠強。有些核心英雄前置要花費大量遊戲金錢去堆積裝備，最終成型後威力足以決定勝敗。

能Carry出今日強大的Pandacute，付出與犧牲不計其數。

像Rispy說過一百次的棄學故事：「一次網吧比賽在眾多男生中贏得頭8名，當時夢兒問我有沒有興趣轉打職業，但文憑試開考在即，合約又要當下簽訂，怎算？唯有退學。雖有班主任支持，但爸爸卻斷然say no怕受騙，我不斷說服才肯為我簽下合約，並說：『你將來後悔可不要怪我哦。』」

同樣承受家人壓力還有夢兒，成績尚可的她，放棄入讀副學位課程而修讀化妝課程，其母對此有微言，覺得她不負責任，後來，她又為了打機而放棄化妝，「媽媽覺得我得過且過，凡事3分鐘熱度，當時我也無法保證甚麼，只知道如果我不嘗試就沒



嚴雅麗 (Lily)

在隊伍中擔任 (輔助)

同為直播主，相當喜惡分明，無興趣回答全程保持沉默看電話，但偶然插科打諢，原來是隊中氣氛的催化者，「知不知為何要凌晨3點才出PO(發文)，因為她沒有電腦可以用呀！」

有機會，冷戰了大半年。今日，她見我愈來愈穩定，收入也不錯，知道我不是玩玩下就放了心。」

有捨才有得，5人各自做好覺悟，踏上前人未曾試過的路途—掛著旗號不停比賽，努力營運社交媒體，才吸引到商業公司奉上專業合約。但簽約以後，又得面對父權的閒言閒語：不過是羸弱女子，憑甚麼？

「一開始一定被人睇死。」夢兒回憶。「第一次媒體訪問後，我們看看那些留言，大多是負面的：『打機也搵到食？不如嫁個有錢人算吧！』、『坐在電腦前十小時就有錢賺，那我天天都有錢賺了！』」

年少氣盛，眾人最初還會反唇相譏，後來就選擇不看，或看完當自己沒有看過。「即是，你看完會不高興不如不要看，就算看也不要認真。」Momo說。「後來想，有日我成功了，不就推翻了他們所有的說法嗎？負面說話也就成了動力。」夢兒再補充。

靠著這些「負養份」、不斷付出與取捨，還有每天約7個半小時的練習與遊戲團隊訓練——一場消耗精力抵上平常4場的訓練，Pandacute默默成長，變得堅壯。



關鍵字： 推線

術語解說：玩家所控英雄運用技能或攻擊，快速消滅敵方小兵，並帶領己方小兵早速摧毀敵方防禦塔。

對Pandacute來說，她們要推的線很漫長，要追上男玩家，也要帶領更多新的女玩家追上自己。遊戲比賽大多無分男女，實力論高低，但現在全球各地仍未有女玩家可以打上頂級職業聯賽。

Deer說這無關男女身體優勢，而是歷史因由，「遊戲最初本來十個就有九個是男仔，只有一個女仔，咁要在這群人中找一個『勁人』自然男仔佔

多，當你人數多，找朋友會更容易，相反就不會有女仔陪你一齊玩，覺得你是異類，這是性別定型。」

既成了香港最初的女子隊，她們注定要肩負「打破定型」的使命。開荒牛資源最少卻要行最多的路，但Deer說她們目標明確，「有了我們，就陸續出現更多女子隊，然後就會有更多女仔願意自小玩……因她們看到原來有女仔打機，有人去做職業，然後有天，或者就有一個女仔可以晉身頂級聯賽。」

今日，她們已將戰線稍稍推遠：近年有更多女仔打機，不止LOL，連恐怖遊戲及屠龍也有捧場客，早前她們到大專院校分享，參與者有近2成為女子，而且都是自願報名參加。「要追上去，或者不是這一刻，或者不是我們，但只是時間問題，如果我們現在甚麼都不做，就更加不會有這個可能。」Deer肯定道。

關鍵字： AOE

術語解說：Area of Effect 範圍技，由英雄製造特定範圍的傷害或削弱力量的技能。

從寂寂無名到獲贊助垂青，Pandacute的「技能範圍」持續擴大，一舉一動都因此變得小心。

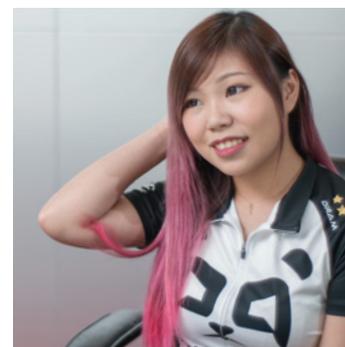
「有時聽到中學的師弟妹能說出我們的日常生活，因為有看我們直播，才發現別人可能會去學你模仿你，可能對他們來說，我們並非有距離的天皇巨星，而是年齡較相近、想法興趣相似的偶像，所以我們要努力保持正面，就算有不高興都要忍住不分享。」夢兒說。

技能範圍大了，時效卻快將消失：遊戲高峰已過，而電競選手的壽命，通常到25歲就完結，因反應變慢，身體無法負荷出現筋膜炎、鍵盤手等毛病。退役之路已擺在眼前。各人早已有盤算：Deer跟Lily會繼續當直播主，或從事電競行業其他支援職位如司儀等；Momo考慮轉為教練或分析師、夢兒會想當遊戲評述員或公關、而年紀最少的Rispy則仍能奮戰多數載。

就算成年人多數不解，她們仍在餘燼熄滅前發熱發亮。五人說，2年日子像一場夢，由旺角網吧小房到擁有團隊訓練室、從被網友嘲笑到成功證明自己的不真實，有道是「英雄莫問出處」，而在網絡世代，英雄地，其實莫問年齡雌雄。



HKXP的女子邀請賽 隊長在為比賽準備





從暑期工至五天實習一應俱全

「Say YES to Work青年就業暨暑期工招聘博覽」繼續與時並進

時代正逐漸被資訊化與網絡化改變。

年青人每天接觸著一浪又一浪的資訊，流動而碎片化的知識不再是高高在上的珍寶，而是人人在網上垂手可得的平常事物，任何人只要肯花時間，都有機會掌握某種專業知識，甚至在網上成為一方專家，一夕間由凡人變成紅人。

年長一輩與年輕一代的認知，亦因這變局而不斷被拉扯撕裂，形成代溝。生活及工作的價值、意義、方法以至要求都有了新的詮釋方法，成年人不解，青年人不屑，兩代人如何找出共識成了最大命題。



女青主辦「Say Yes To Work生涯規劃探索暨暑期工招聘博覽」多年，在一代又一代的僱主及年青人間穿梭復返，我們明白，永遠不改變的招聘模式既滿足不了僱主，也幫不了年青人，為此每年我們都會作出調較，配合社會實況推出最貼地支援計劃，努力推陳出新，只因不進則退。

Say Yes To Work生涯規劃探索暨 暑期工招聘博覽2018

博覽今年5月15日假上環市政大廈舉行，受惠於今年經濟有所復甦，各職位空缺較往年有所增加。28間公司企業合共提供7,477個職位空缺，數目較17年上升18.6%，其中近1,800份為暑期工，比去年升近50%。

今年僱主提供的職位種類多達24種，當中以銷售(21%)、店務(19%)及侍應(17%)佔最多。薪金方面，暑期工時薪由34.5元至100元不等，月薪空缺則由9,000元至1.6萬元不等，低位較去年的8,200元上升9.8%，遠高於政府對2018年香港經濟預期增長3%至4%的預測。



不再滿足「專一職業」 的單一生活方式

女青有幸邀得勞工及福利局局長羅致光博士，GBS, JP、中西區區議會主席葉永成先生，BBS, MH, JP、中西區民政事務專員黃何詠詩女士，JP及女青會長胡秀霞女士，MH, JP擔任活動主禮嘉賓。羅致光局長表示：「活動今年新增了暑期工作五天實習計劃，讓青年人有機會提升專業知識及技能、體驗工作環境及接受前輩指導，有助他們更深入地了解有興趣的行業，以積極正面的態度進行生涯規劃。」

胡秀霞會長特別感謝僱主支持：「我們很高興能再次與中西區區議會及中西區民政事務處攜手合作，一起協助青年朋友累積工作經驗，規劃人生。」





女青服務總監（教育及就業服務）林遠濠表示，「企業普遍樂於聘請青年人入職，惟我們發現近年出現青年人早早棄工情況，有些青年入職一週就覺得不適合而離開。」他認為現時資訊雖發達，但青年對企業文化普遍不了解，對職種工作範圍、發展方向等往往存在認知落差，建議青年人找工作時應先了解工作內容。

「青年人可以參加各類實習體驗項目，讓自己先掌握各職業的艱辛之處。舉例說，當活動助理除了構思活動外，其實亦需要處理大量文書工作，若能事前知悉自己的喜惡，就能減少過早離職的問題。」林續道。



A young man with short brown hair, wearing a blue and white uniform, is focused on cleaning a car. He is using a blue cloth to wipe the surface of the vehicle. The background is slightly blurred, showing other people and what appears to be a car wash or detailing station.

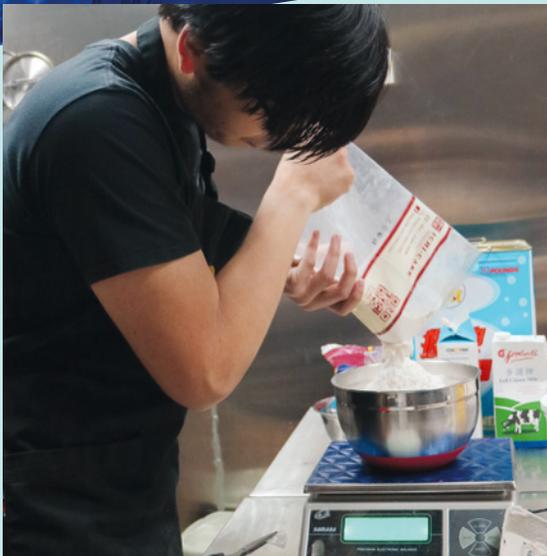
博覽新計劃巡禮之一：

「職場全面體暑期工作實習計劃」

要賺取工作經驗並了解公司文化，實習試業可算一大良機，不過部份年青人對於在暑假期間參與實習有各種考慮：時間長而喪失了打暑期工的機會、或者一年一度與家人外遊的時光，以及自己訂下的各項假期大計。有見及此，女青設計了為期5天的「濃縮」實習，讓年青人有機會於短時間內在職場先試水溫，初嚐工作實際滋味。

女青很榮幸得到14間不同行業的機構支持，於今年5至6月期間提供逾百個實習名額，讓應屆DSE畢業生或15至21歲青年到不同機構實習5天，包括汽車美容業、社福、藝術文化、餐飲、零售和旅遊等，每日更可獲300元津貼。

僱主之一，日本汽車美容公司KeePer就提供了15個見習生名額，公司人力資源主管鄭志力希望透過5天體驗，一洗年青人及家長對汽車美容的看法，「普遍人仍然停留在污糟邇邇車房仔的想法，其實汽車美容不只是打蠟、除臭、清潔，已是一門專業技術。」他表示公司會在5天實習中讓學員了解公司的運作及文化，希望他們有機會考慮加入成為當中的一員。





與神同行 挑戰不可能 「逆」風高飛計劃讓孩子翱翔



潘詩雅 計劃主任
女青賽馬會家庭健康促進中心

愛因斯坦 曾說：「上帝不會擲骰子。」

科學界普遍認為，這是一代巨人就量子力學所作的判斷：浩瀚宇宙中，所有事物都具有或明或暗的規律，並不存在真正的「隨機事件」。換個角度看，我們或可將之理解為：神所作的種種安排，背後皆有其意義與目的，並非率性隨意之舉一就算，我們無力理解。

因為生命中存在太多不得已，讓你我偶有懷疑神的每個決定。像有些孩子人生一開局，就注定較別人走得艱難：自閉症、過度活躍症、讀寫障礙……在旁邊默默承受的父母詰問，我們為何要活得這般痛苦？

冥冥中自有的安排看來艱苦，後來才懂，只要調整羽翼，逆風下的孩子依然可振翅高飛，苦盡而甘來，原來是名為愛與珍惜的一課。

Zive 的故事

「好心你教下自己個仔啦！」
「個仔有問題就唔好帶佢出街！嚇壞人呀！」
「佢咁怪唔好同佢玩！」

以上是 Zive 媽媽曾太每天需要面對的「問候」，偶然，還有更難聽的變種。

7歲的 Zive，5年前已出現過度活躍症特徵，媽媽當時即安排他參加學前班來適應群體生活，惟他始終不肯聽老師的話，「叫佢坐喺到畫畫，又走咗去」，結果老師率先沉不住氣，客氣說句「你囡囡唔多適合這裏」，退錢再道別。

到近年，曾太終於明白兒子問題所在：先後確診患自閉症譜系障礙、過度活躍症及專注力不足，沒人能懂的小執著、接收指令能力較弱加上大吵大鬧，讓曾太每日疲於奔命，「升小學不足一周，他便因同學多次推倒其積木玩具而情緒暴走，不斷地大力跺腳、大喊，全校所有目光都在他身上，要老師即時帶他離開冷靜下來。」

如像帶著隨時爆發的炸彈般，曾太無法回應兒子，也無法處理自己的困惑，她不知道世界是否能容得下他們，也不知往後的路該如何走、兒子如何教，直至她找到了女青的支援。





逆風高飛： 特殊的小小圖書管理員

女青自2016年起，開展為期三年的「逆」風高飛計劃，為基層家庭有特殊教育需要的幼童提供支援服務，包括為患有自閉症譜系障礙、言語障礙、專注力不足、過度活躍症或讀寫障礙的兒童及其家長，以親子小組的形式針對其需要提供訓練及支援。

曾太與兒子參加了計劃提供的親子課程，二人重新學會如何相處及教育特殊需要兒童之技巧，如在家中設「聲線表」，讓Zive盡量控制聲線並懂得跟從指示；又或是要求曾太嘗試了解兒子的各種小執著，努力放下而自在等。在同路人的支持、專業支援加上母子二人努力下，Zive的狀況以至生活均有了大改善。

去年暑假，女青社工提議讓Zive挑戰極限：讓喜歡吵鬧又停不來的小子，擔任3天圖書管理員工作。「阿仔可以在公共圖書館當圖書管理員，可能嗎？」曾太當時的反應很誠實。

這項名為「同行•挑戰不可能」的活動，是透過一系列體驗性學習、融合訓練並結合社區機構及專才義工的支援，讓有特殊學習需要兒童的家庭能突破所謂「常識」，挑戰各種世人眼中不可能的任務：靜不下來的要去圖書館工作、不願跟人談話的要當導賞員等，透過完成這些不可能，讓兒童及其家長明白其實萬事皆可能。





然後，Zive在屯門公共圖書館開始了的管理員「生涯」，結局出人意料：他努力的克服重重困難，安靜而冷靜的完成了所有職責，每天個半小時協助修補書目條碼、收拾書架等，媽媽看在眼內只剩感動——自己的兒子不就跟其他孩子一樣，不，是較他們還要厲害呢！

像投石於湖，挑戰不可能的任務還泛起餘韻：以前兒子太嘈吵，曾太不太敢帶他到圖書館，現在兒子試過「管理」，就懂得在圖書館安靜下來，就算回家，也懂得在妹妹睡著時控制說話聲浪。

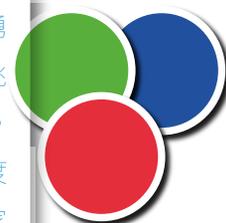
「誰想到呢？原來他不是我生命中的累贅，而是禮物！」上帝或許不會擲骰子，但就如流行曲歌詞所說，其實祂早已預備。我們或許不懂，但有時只要願意相信不放棄，其實幸福就在轉角。

Zive與其他小勇士挑戰不可能的「冒險」，已被改編成《看得見的秘密》繪本，透過奇趣的「三色濾鏡」，讀者能了解特殊學習需要兒童、家長及社區人士在計劃中的心路歷程與種種得著，並重新認識特殊學習需要學童的真實世界與需要。

繪本描述過度活躍症小學生乘風，如何在一次擔當圖書館管理員下，獲得走進「大世界」的勇氣和信心，並完成一項項看似「不可能」的挑戰。讀者可戴上不同顏色的濾鏡（繪本附件），過濾我們的直覺、主觀印象或偏見，以多角度去認識及了解有特殊學習需要的兒童及其家庭，代入他們的角色了解他們的內心世界。

《看得見的秘密》已發放於各個公共圖書館及學校，女青團隊亦會與親子一同到訪不同地方作共讀工作坊，推廣予更多社區人士，讓更多人正面認識特殊兒童的需要，促進共融文化。

《看得見的秘密》繪本





遊走聯合國： 那些不為人知的婦女人權故事

作為國際化的婦女組織，女青一向積極關注香港以至全球的婦女權益。植根香港，放眼世界，是本會近年向年青女性積極倡導的課題。香港雖已屬國際化大都會，身處彈丸之地幾乎可盡知天下事，但在世界不為人熟識的角落處，仍有很多女性議題值得我們關注，等待著我們去發掘、為其發聲。

今年3月，女青派出4人代表團，出席於紐約聯合國總部舉行的聯合國婦女地位委員會(UNCSW)

第62屆會議，逾4,300名來自全球600個非政府組織和170個會員國的代表，共同參與這場促進全球兩性平等、提高女性地位和賦予婦女權力的盛事。

大會今年以「達成性別平等及農村婦女與女童賦權的挑戰與機會」為主題，討論包括全球女童權益、性暴力、性別刻板化問題、恐怖主義應對策略、女性領導權及青年女性賦權等議題；而女青幾位代表，有幸在短短一週間穿梭各大小會議，與全球有志之士共同學習、交流、發聲。

席間，她們聽到了很多有血有淚的女性故事，真實而殘酷，以下就是其中的一二。



醒覺與領導 — 放眼埃塞俄比亞「童婚」和「割禮」

習俗與圖騰可以是維持穩定的工具，也可以是剝奪人性與自由的封印。

在埃塞俄比亞，一個名為Kola Tembien District的村落，平平無奇背後有著殘忍的故事天天上映，生於斯長於斯的女孩們，從小就被視作籌碼，用於名為「婚姻」的交易之上，就在初潮以後，10至14歲還不諳人事之際，她們就要成為某人的新娘——童婚在這村落中，就如呼吸般平常。

人生已被剝奪，肉身也被摧殘。村落習俗名為「割禮」，卻是毫不帶禮的血淋淋——女性生殖器殘割，不同村落種族間有不同「習慣」，有些切除部分陰蒂，有些切除整個陰蒂和小陰唇，有些，更會將大小陰唇全部切除並縫合小部份陰道，以示對丈夫的貞潔。

一句文化差異，難道就可以讓這些令人髮指的行为被正當化？殘酷的回憶永遠纏身，誰又來可憐一個村落、一個部落以至一整個國家身心俱殘的婦女們？

面對父權主義下的種種荊棘障礙，Mamit Tekelhaimanot，當地的受害者及四女之母，決定挺身而出推動全民教育，廢除一切根深蒂固而踐踏人權的錯誤傳統，她告訴我們，只要有人願意踏出第一步，就能讓希望之光穿透枝桠，進入人心，「我堅信，每個孩子都值得擁有幸福快樂、自主和希望，沒有任何理由可以剝奪這份快樂或踐踏每個人生存的價值。」

發聲與改變 — 放眼日本

#MeToo反暴力運動

Me Too 二字，在過去一年有了更崇高的意義。源自美國荷李活一場譴責性侵犯與性騷擾的行動，在網上急速發酵，鼓勵了每一個曾被祿山之爪肆弱的女性勇敢站出來，以#metoo公告她們被侵犯的經歷，教世人明白這些性侵行為是多麼普遍，卻永遠在父權力量下消失無蹤。從傳媒巨賈到政府高官，一個又一個道貌岸然者被揭破面具，露出一副狼相。



風潮捲至日本，日本女記者伊藤詩織故事廣為人知：留學期間結識了時任日本某電視臺高層，在一次工作商談中遭迷暈性侵犯；為此她狀告法庭，成為日本史上首位公開長相、以本名告發性侵事件的女性，可是，因施暴者與當權者關係匪淺，導致施暴者至今仍然逍遙法外。

伊藤詩織有感制度不公義，懷著無比勇氣召開記者會，成為日本第一位向公眾公開自己遭受性侵犯經歷的受害者。可是她的故事沒有得到傳統日本女性的同情，甚至反過來質疑指責她是咎由自取，為著人身安全，她被迫離開自己的家鄉移居美國。

在會議上，伊藤告訴我們她從不後悔，「如果連身為記者的我也不敢踏出第一步的話，社會就永遠不會聽到受害者的聲音，針對女性的不公義也就永遠不會被改變。」

結語

聯合國秘書長古特雷斯(António Guterres)說：「要提高婦女和女童的社會地位，就必須改變導致歧視婦女以及對婦女暴力等不平等現象的格局。過去人類在應對各種挑戰時，沒有從性別平等的角度思考問題，在這方面犯下錯誤。今後所有行動都應當考慮婦女因素，賦予農村婦女權利，並將惠及所有人。」追求兩性平等，其實又豈只女性受惠？唯有平等公義及慈愛的世界才可令下一代茁壯成長，唯願我們能讓不同的女性、不同的弱者為自己發聲，讓世界聆聽，教世界改變。





「Own Your Life」 年青媽媽生涯規劃支援服務

寶寶 就要來到世上，她們該歡喜，還是焦慮？

對一班年輕媽媽來說，更可能出現在腦海中的，是一片空茫茫的白。

自身擔子已不輕，還要再負上另一條生命的重量，以及來自澆漓世道的閒言閒語，荳蔻年華的肩膊如此纖弱，思緒如此紛亂，不細想不多想，或者是最好的處世之道，但逃避再逃避，何處是歸途？

對年青媽媽來說，看到希望，感到被愛，才有動力做好這份過早被賦予的天職，亦才有動力學習如何裝備自己，善待自己，走出自己該走的未來。作為同路伴，女青願能陪伴這班年輕媽媽好好努力，讓她們 Own her life，也讓母子一同 Own their lives。

起點

女青早年成立了生涯規劃服務隊（香港島及離島），為待業待學青少年提供生涯規劃服務介入。過程中，同工接觸了一些15至21歲、正懷孕或已有孩子的年青「00後媽媽」，在規劃人生時自然較其他同齡者艱難：個人需要、小朋友的需要、夫婦相處、婚姻不穩定等問題已夠困身，中途輟學往往造成經濟及就業困難，但更重要的是社會對她們的負面看法，覺得她們不懂潔身自愛，是自作自受。

坊間不少針對年青媽媽的服務多以危機介入為主，缺乏針對年輕媽媽生涯規劃及就業支援的服務。為此，生涯規劃服務隊設計了「Own Your Life」年青媽媽生涯規劃支援服務，為這些未滿21歲而懷孕或已成媽媽的少女提供支援服務，協助她們衝破限制發展自我，尋找更美滿的人生。服務內容可細分為「Own Your Life陪月及個人護理支援服務」、「Yo Life School」計劃和「Yo Life Club」服務。

陪月

服務隊與持續教育部陪月服務合作，推出「Own Your Life 陪月及個人護理支援服務」，由女青資深陪月員提供6日、每日4小時的上門陪月服務，教導各位正懷孕的年青媽媽如何餵奶、替嬰兒洗澡、換片清潔、清洗奶瓶、分享及教授照顧BB等知識和技巧。

服務需於臨產前兩個月申請，期間我們會作產前家訪、提供產前工作坊、產後個人護理及健康支援、初步生涯規劃輔導及評估，希望協助每位年青媽媽做好身份轉換的準備，願意承擔「媽媽」這新身份，以達「盡早介入」之效。



學校

透過正規教育、非正規教育及就業支援，同時提升年青媽媽成為「mother learner」和「mother worker」，是最有效改善年青媽媽處境的方法，為此我們設計了「Yo Life School」計劃，以非正式教育模式協助年青媽媽踏出學習的第一步。

「學校」以學分制計算，分為兩部份，第一部份是自我認識及親子系列，包括性格透視工作坊、親子伴讀等不同課程，讓年輕媽媽深入了解個人需要，從而找到人生方向，並透過不同活動讓她們了解親子時間的重要性，從而建立良好親子關係；第二部份為職業系列，為年輕媽媽安排不同就業培訓課程及工作體驗活動，鼓勵他們尋找個人夢想，盼協助年青媽媽做好準備重回職場。

母親育兒過程中難免要應付突發事，為此，每

一課節都設網上直播讓她們隨時收看，不會因照顧小朋友而被迫缺課。每期課程完成後都會舉辦畢業禮，年青媽媽將可獲畢業證書，以讚揚她們的毅力與努力。

支援

從「學校」到「俱樂部」，「Yo Life Club」服務旨在為這班營役的年青媽媽提供一個能舒口氣的空間，讓她們能好好關心愛護自己。服務聚集這批少女一同學習與遊戲，參加各式親子活動或興趣活動：育兒知識技巧、烹飪、家務處理、簡單家居維修、實習體驗、化妝、鬆一鬆大旅行等，關顧年輕媽媽身、心、靈發展，並提供機會給各年青家庭多多交流，互相支持鼓勵並建立互助媽媽社群。



小豆的故事

小豆(化名)，18歲少女，1年前意外懷孕，頑固的她不理身邊人有多反對，仍堅持選擇誕下自己的骨肉一鏗鏗。

17歲的她本來是個學生，享受著校園生活。然而，新生命的出現讓她的生活起了巨大變化，她得放棄規律的校園時光，並因這次意外懷孕而與家人反目，被迫搬到男友家中。

瘦削的她懷孕初期常因血糖低而身體不適，身體強烈的反應以外，還要適應與男朋友及其家人同居的生活。「相見好，同住難」，不同的生活習慣與文化使雙方時有磨擦衝突。在如此高壓的環境下，小豆仍然咬緊牙關撐下去，為了腹內的脈動而努力。

哇哇兩聲，鏗鏗出生了，小豆面對的挑戰沒有就此減少，既要徹夜不眠學習照顧兒子，又要面對男友母親育嬰方針所起的爭執，雙方關係愈來愈僵。由於男朋友經常不在家，自己又沒有經濟能力，在多重壓力下，小豆確診患上產後抑鬱。



絕望之間，甚麼壞事情都可能發生，幸在朋友幫助下小豆向服務隊社工求助，社工除協助她面對及處理家庭問題外，亦鼓勵她參與Own Your Life計劃，學習如何當一個母親，育兒之餘亦要學會調理自己身體與情緒。小豆慢慢明白，母親不但是個新身份，也只是她人生路上其中一個身份，她需要為自己的人生作更長遠的規劃與準備。

一邊學習，一邊為母，小豆讓人生慢慢重回正軌，有些事她比別人更早做到，有些事她比別人更早放棄，但不管如何，這就是她，還有鏗鏗的人生。

結語

只要撕下眼前的負面標籤，年青媽媽跟其他母親一樣，正努力為子女活出更好的人生。

誰人沒犯過錯、做過錯誤決定呢？年青媽媽的人生，不該因為年少顛覆而賠上所有。做了父母，心智就會進行第二度發育，開始重新思索未知的問題—有關人性、有關真愛等問題，在這意義來看，年青，不是更有本錢去思考，去學習嗎？



初探職人精神 一字記之曰心

「賽馬會鼓掌・創你程計劃」日式料理大阪燒體驗

お好み焼き (Okonomiyaki) · 中文譯作「御好燒」。

御好，日文意思是「喜好、興趣」，就是在那由水與小麥粉攪伴形成的粉漿上，隨性加入自己喜歡的配料：蔬菜、肉類、貝類……材料慢慢在鐵板上成形，再佐以各式調味料，就是各款口味不一的日式燒餅。醬料材料的不同、調配的比例以至手勢有多嫻熟，都會讓味道產生微妙變化。

年輕人的求職路，何嘗不是一次「御好燒」？

按自己的喜好興趣，尋找心儀工作，當中會有失手、有妥協，也慢慢學會更務實，為求目標學懂作出取捨，手上的材料在個人的努力及熱情下開始慢慢成形，最終成品「味道」如何？跟初心有何差異？只有自己點滴在心頭。

一次「御好燒」實習體驗，是料理，原來也是生涯規劃的縮影。



實習：從體驗開始

女青「賽馬會鼓掌・創你程計劃」生涯規劃服務隊(香港島及離島)，於去年11月與和心有限公司旗下品牌「道頓堀御好燒專門店」合作，舉辦一項一站式就業計劃，內容包括「日式料理大阪燒體驗」、「CV 360 工作坊」、以青年人強處為本的工作實習面試及合共五天的職場實習。

在最初的體驗中，僱主特別安排20多名參加者到旗下的御好燒專門店一嘗製作大阪燒的滋味，由處理食材到調教比例與火候，一眾年輕參加者才發現弄「御好燒」殊不簡單，未談個人喜好之前，必先具備紮實的技術，否則只會不似「餅」形。

僱主又安排一位曾到日本交流的同工，跟青年分享在當地受訓時的苦與樂，以及日式餐廳獨有的

工作文化等，讓參加者從中感受日本人對追求工作專業及認真工作態度的「職人魂」。



CV360:全方位履歷

真正的技能、知識及態度

不被硬性的指標及評分方式所局限。





體驗過後，年青人就要為真正的工作實習做好準備——一份全新的履歷表 CV 360。與傳統只重視工作經驗及學歷的履歷書寫不同，CV 360 強調各種與工作相關的能力與經歷，讓僱主更了解申請者真正的技能、知識及態度而不被硬性的指標及評分方式所局限。

和心有限公司不但樂意採用這種嶄新的面試履歷，認為能從中發掘年青人的特質並有效實現人才配對，更於面試時採納「強處為本」概念，過程中側重發掘年輕人的長處能力，而非針對他們的不濟處加以抨擊。參加者對這種面試方式大表歡迎，認為能減少面試壓力之餘，亦能從中發掘自己不熟知的潛能。

成功通過面試的參加者，參與了為期五天的工作實習，體驗兩個截然不同的工作職位——廚房及待應。前者講求細心態度及規律的步驟；後者則須要圓滑的手腕及良好的溝通力，而完成實習的參加者均表示五天雖短但獲益良多，如年青人阿明就表示在實習中意外發現自己很適合廚房工作，日後將朝這方向發展。

年青人就是一坨還未成形的原材料，蘊藏無限可能，只要一點刺激，一個機會，就可能讓他們的人生擁更有鮮活的味，你有是否願意，成為他們成形時提供熱情與能量、經驗與指示的「大廚」呢？



高質素課程屢獲殊榮

女青榮獲僱員再培訓局頒發兩項「人才發展計劃」獎項

香港 社會持續發展，職場對專業人才需求甚殷，打工仔必須時刻裝備自己，才能與時並進，免被社會淘汰。

女青多年來一直致力提供各類高質素培訓課程，為有志發展專業之人士提供入場機會。身為僱員再培訓局(ERB)委任培訓機構之一，女青課程日前再獲肯定，於「ERB 25周年閉幕禮暨第10屆ERB『人才發展計劃』頒獎禮」上，本會喜獲「ERB 課程管理獎」及ERB 25周年特別設立的「ERB 25培訓大獎」，足證課程質素為大眾所認許。

另外，本會向局方提名合作企業參與發展計劃，最終13間入選。其中3間獲「ERB傑出僱主年度大獎」、五間獲「ERB傑出僱主獎」、五間獲「ERB優異僱主獎」，以表揚他們重視人才發展。

本會兩名學員亦憑出色表現獲嘉許：修讀「醫護支

援人員(臨床病人服務)基礎證書」的袁秉熙獲得「ERB傑出學員獎」，修讀「陪月員基礎證書」的何歡萍則獲得「ERB優異學員獎」。女青在此再次感謝局方之肯定。





想子女有創意 要從日常生活做起

女青發佈兒童生活模式及社交解難能力調查

要啟迪 子女創意、社交與解難能力，原來無需操練苦讀，只要改善日常生活習慣，實踐全人教育理念就可達成目標。

女青去年以問卷方式訪問了本港12所學校共1,060位小學學童，結果發現兒童的社交和解難能力與生活模式息息相關。親子關係、飲食均衡及運動時數，原來都對兒童的解難及社交能力造成影響，反映了均衡生活習慣對兒童全人發展的重要。

調查又發現，受訪學童各項生活習慣均未能符合世界衛生參考指標，包括睡眠時間、遊戲時間、親子時間等，唯他們對有關時間仍感足夠，反映他們未能正確認識何謂正常生活習慣。

負責調查的女青督導主任梁廣浩分析指，有些知識並非來自持續溫習與操練，如家長及兒童能互相信

任，便可從中學懂處理人際關係，若能給予子女足夠空間及機會去嘗試解決問題，自然能增加他們的解難能力。



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，針對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。



情緒病、焦慮症患者
女性是男性
2.4倍

育兒壓力

婚姻關係

經濟壓力

家庭與事業
之間的壓力

孩子的學業成績

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 (中文)		我 / 我們 / 本公司之英文通訊地址	
(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，且銀行可徵取慣常之收費。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天之前交予本人/吾等之銀行。
**請確保閣下在此授權書內之簽名，與銀行賬戶之簽署完全相同。

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 1305 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，請提供首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、發發收據、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 _____