



WOMEN'S
VOICE



2024
JANUARY



養生紅棗花茶

安心養神、緩解壓力、
舒緩疲勞、改善睡眠質素。



* 禮盒所得收益在扣除成本後，
將用作支援女青自資婦女服務。
。

愛己
茶點愛
charitea

愛己
助人



目錄

Published
in
2024

生命的栽培

內容	頁數	類別
會長的話	03	
總幹事觀點	04	
專題： 青成共創	05	
「青」年有話兒： 在紛擾的內心世界 找回青年的真我	17	■ 專業分享
「家」家有本難唸的經： 從生活細節 識別特殊學習需要兒童	18	■ 國際視野
「耆」妙世代： 照顧路上肩並肩	19	■ 瞭性哲思
利梁趣沂樂齡日間護理中心開幕	25	■ 熱話新動向
世紀風雨 從北到南 及時支援	27	
女青「長知識·掌機遇」培訓及就業博覽 助求職者踏出新一步	29	
銀丫手作「50+懷舊市集」 盛況空前 退休檔主既賣手藝 也說人生故事	31	
「關愛長者食物券」踏遍18區 支援基層長者逾十年	33	
其士集團義工隊為長者添置小型家電 探訪青衣獨居或雙居老人	34	■ 企業同行

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1月 · 列印：4,500份 · 印刷品

會長的話

李淑英



改變世界的創業家，似乎都有個特徵：年輕。Larry Page和Sergey Brin研發Google時，只有25歲；「中國無人機之父」汪滔創立DJI時，也不過26歲左右。

年輕人的天空，相比在職場洗煉多年的人來說，更加寬闊、明亮，能夠迸發一切天馬行空的想像。環視香港的初創企業，很多是剛進社會的新鮮人，他們都有發現問題的觸覺、無懼困難實踐想像的熱忱，儼然具備企業家的條件了。

有時候，未被規矩和制度磨蝕的腦袋，才能破舊立新，創造出更加便利人類及社會的服務。這某程度解釋了Mark Zuckerberg、Larry Page甚至是微軟創辦人Bill Gates，為何都是輟學之後隨即走上成功之路。更重要的是，一代又一代年輕人受到他們啟發，繼續創新，社會才有進步的動力。

現今世代，如何把年輕人的「生命的栽培」做得更好？年輕人都愛建立自己的社交平台頻道或專頁，因為對他們來說，金錢以外，擁有自由、自

主的空間做事，才是根本。有了空間發揮所長，他們自然光芒四射，獲大眾認同。所以，給予平台和空間，讓有志者建立基地，主導自己的道路，相當重要。他們實踐了自己的理想後，就能回饋社區。

《傳道書》第十一章9節說：「年輕人哪，你在年少時當快樂；在年輕時使你的心歡暢，做你心所願做的，看你眼所愛看的；卻要知道，為這一切，神必審問你。」讀今期《女聲》封面故事，看見一班年輕人主導、投入本會的青年創新服務，能夠把理想付諸實行，嘗試改變和發展社區，非常感動。年輕人實在需要有足夠空間和機會去展現自己，加上社工的從旁指導，帶領他們做好生涯規劃，便可確保成品不會偏離初心。

「發夢」固然重要，但發一個真正可以回饋社會的夢更為可貴，希望本會的服務繼續與他們一起成長。

踏入2024年，祝願讀者及同工身心安康，迎接美好新一年。



總幹事觀點

楊建霞

常聽家長抱怨孩子整天玩手機、不喜歡和長輩溝通，但在社交平台，卻發現他們非常敢言，對自己以至社會都很有想法，甚至已有建樹。

這種現象告訴我們，相比讀書賺錢，這一代年輕人更需要的，是在寸金尺土的城市，享有自主的空間，以自己喜愛和擅長的方式，自給自足。只要成年人學懂放手，欣賞他們的才幹，他們便敢想敢做，成就可比天高。

就像今期《女聲》，介紹了一班學生和本會青年及社會服務部的年輕同工，如何共同設計四間綜合社會服務處的新面貌、新服務、新體驗。早前我有幸在現場細聽他們在提案比賽的演說，他們介紹理想中的青年服務體驗，整套方案由建設到執行，心思縝密及周全，著實讓人讚嘆不已；再看他們贏下比賽後展露的激情、熱血，相信很難從平時和家人、長輩相處時出現。

以往，「青年參與」都是由機構、社工舉辦活動，然後招募年輕人；時代在變，反過來由年輕

人設計服務，吸引同輩參加、服務社區，可能更到位。這也是本會青社部秉持「青成共創」方針的精髓。既有成效，今年本會將有更多栽培年輕人、由他們構思的活動出台，相信會成就更多有夢想的年輕人。《提摩太前書》第四章12節說：「不可叫人小看你年輕，總要在言語、行為、愛心、信心、清潔上，都作信徒的榜樣。」

「共創」在青年服務方面取得很好成效，是否能推展至其他層面的社區服務，例如婦女、家庭服務，以至社會企業運作？再說每年的施政報告，政府都為各行各業訂下新服務、新政策；如果都能採納用家的設計和想法，政府提供行政支持，或許會事半功倍。

冬天來了，新冠疫情後首個流感高峯期也將來臨。祈盼疾病不再籠罩這個美麗、有活力的都市，讓成年人和年輕人都能勇敢追夢。

你對社區
的想像是什麼？

青成共創

繪畫更美好將來



例如青衣人會譏笑，自己活在「無K之城」、「美食沙漠」；屯門人說，雖然很少看見牛，但鄉郊氣息濃厚，就像蝴蝶灣，除了沙灘和燒烤爐，沒其他了；西環人則嘆天天追趕知識，彷彿自出娘胎便要競爭，望著海卻透不過氣。

社區的刻板印象，由誰打破？一班朝氣勃勃的青年躍躍欲試，連同一班有豐富區內生活經驗的女青社工，銳意將四個綜合社會服務處，打造成結合科技創意與地區特色的全新青年聚腳地。「賽馬會21世紀綜合青少年服務中心計劃」（「21C@JC」計劃），正好讓他們實踐「青成共創」大計。



2023年，來自女青屯門、青衣、蝴蝶灣及西環綜合社會服務處的一眾年輕同工，與中學生、服務使用者組隊，參加旨在活化本地綜合青少年服務中心的「21C@JC」計劃，齊齊「度橋」設計年輕人主導的服務及用家體驗，並施展渾身解數向評審團講解構思，爭取賽馬會慈善信託基金的《21C創新基金》撥款，裝修及翻新服務處，讓設計意念得以成真。其中，屯門、青衣的計劃，先後贏得提案比賽大獎，獲得額外資助；青衣中心更贏得「最佳演繹獎」，錦上添花。

賽馬會慈善信託基金
《21C創新基金》



女青總幹事楊建霞（第二排右四）、副總幹事李雯珊（第二排右三）、服務總監（青年社區服務）林遠濠（第二排右二），與一眾贏得比賽的女青同工、年輕人，及其他機構代表共享喜悅。



女青服務總監（青年及社區服務）林遠濠表示，女青過去一直提倡青年參與，模式主要由社工評估及設計合適服務，邀請青年參加，比較單一：「現在年輕人有很多興趣及選擇，與其我們給予選擇，不如讓他們自己話事，他們更能全情投入。」

他表示，由青年主導服務、帶領中心發展方向，成年人從旁襄助，一起創造新空間、新服務及新的受眾體驗，這種「青成共創」(Youth-adult Partnership)的新模式，也可讓年輕人體會自己的構思成真的過程和收穫，亦會成為未來青年服務的主旋律。而女青的社工同事，則在襄助的過程中，把年青人的活力和成果，與社區扣連，拓闊彼此對社區的想像。

屯門



現時

無聊事大意義



將來



誰定義無聊、意義？

問100個人，可能99人會答，「沒意義的事，就是無聊」。不過兩位屯門青年阿譚和雲耳舉一反三，舉了例子，「數紅綠燈秒數好無聊？但或者可以方便路人，有意義呢！」認為無聊與意義不必掛鉤。

「如果很認真、有態度及熱情，去做所謂『無聊』事，絕不無聊。」雲耳說。認真打機，打到冠軍、贏獎金，有人支持和認同，還在討論是否無聊，多餘了。

把這份熱情投放到社區，他們認為年輕人的腦袋經常閃過一些似是天馬行空、實則可行的念頭，因此希望新的屯門綜合社會服務處，能夠成為結集年輕人討論、實踐及記錄的夢工場。無聊？Y Not？



全新屯門綜合社會服務處 幫你找「無聊」同路人



我想知全屯門最快嘅

紅綠燈嗰邊



Y NOT

不羈、愛自由

發掘無聊事的意義，源於敢於自我的熱血。阿譚說，雖然時代進步，但掣肘卻不斷增加，「無辦法好好『放電』」，負能量由此積聚。他們把年輕人對自由的渴望，以及腦海對「無聊事認真做」的全盤計劃，帶入改造中心的提案，最終獲得比賽大獎，以及評審的一致認同。



Y NOT Café

飲住啡，搵同路人一齊認真做無聊事



Y NOT Lab

組隊研究活動/實驗，以最有效率方法實踐無聊



Y NOT 社區互動盲盒機

利用設於區內商場的互動盲盒機，廣發任務，招募更多同伴，體驗無聊



Y NOT APP

在APP記錄任務成果、儲存任務時數參加下一個任務



認真實驗場 集體探索社區發展路

一個巴掌拍不響，中心的「認真实驗場」就是最佳地方，匯屯門眾人之力，化無聊事為壯志。實驗場以「共享」為主題，所有事情由構思、實踐、成果，都由社工與年輕人一齊嘗試、記錄。想用創意藝術感染社區？「屯」藝館就是一大展示平台。想試用AI技術融入新活動？「人工智能x MAKER實驗場」有齊配套，更有「AI長廊」把你的傑作「貼堂」。社工透過結集、整合、表揚年輕人的成果，有助年輕人應用平時所學，在學校以外獲得認同和成就感，不會感到被忽略。



青衣



現時

顛覆島民想像



將來

除下「酒店式社區」標籤

說起青衣，除了天后誕（戲棚）的美食，還想起什麼？「『美食沙漠』、『酒店式社區』，只是一個『返嚟瞓』的地方，整個地區好像被孤立。」青衣居民阿珠無奈地說。

球場很多、公園很大，但青衣區總像欠缺了活力。「為了讀好書、考上大學而不斷追趕，腦海裏的夢想漸漸消失了，沒有衝勁也就沒了笑的動力。所以我們提出『真貞』，也就是『顛』，希望顛覆這些印象。」Tommy補充。

「社區幽默感」是計劃的核心之一。阿珠、Tommy、Eric和一眾團隊成員，決定由策劃具有幽默感的活動入手，希望為青衣綜合社會服務處注入破格意念，為區內重新添上活力，以後提起青衣，會諺起「好笑」二字。



真貞・無制限 活動構思

建立社區幽默感

胖虎音樂會

唱得再差都
可上台表演

與陳同行

召集所有姓
陳的同路人

無制限 Cosplay派對

公公婆婆也
Cosplay

青衣迷惑 景點大賽

收集奇特、引人
發笑的社區設計

真貞提案成「顛」之路

年輕的叛逆，背後是渴望得到認同、接納。Eric表示，他們不怕意見、想法被狠批，「但希望大人認真想、認真思考後才反對、批評我們。」所以「顛」並非一味破舊立新，反是表達真我的方式，當無形的枷鎖消失了，幽默感自然產生，像漣漪般在人與人之間散開。而在中心的新思維下，社工與青年人一起把「真貞」計劃成「顛」，助他們建立自信、突破自己，共創社區新想像。

會員階梯增成就感

最高級為「Chill Dean」

很多社區中心的用家，只會使用中心一、兩種類型的設施或服務，例如只玩興趣班、只借閱圖書等。青衣的團隊則想到，以等級制吸引會員發表提案、參與活動，為社區出力。「有點像打怪獸『升呢』的概念，而且分數越高，也有相應增加的權力及自主，會員才覺得成為中心一份子是有成就、認同感的事。」Eric說。

舉行活動六部曲

真貞提案收集

1

基本篩選

2

上載提案 公開查閱

3

會員網上投票

4
5
6

眾籌社員，
組成搞手團

儲夠人！
起動提案！GO！

特選社員卡、提案置頂宣傳、
「你是主角」一日體驗

專屬儲物櫃、
提案投票100%加成

專屬會員
頭像及Skin

會員卡、
社員專區

Chill Dean
101分或以上

大 Dean
81~100分

JJ Dean
51~80分

臺本 Dean
10~50分

蝴蝶



現時

蝴蝶效應



將來



好生活的起點

蝴蝶效應理論，人人聽過；知道自己什麼行為或心態會產生這種效應的，卻很少。

中三女生Choco的經歷就是例子。「參與計劃之初，會覺得這是讀書以外的另一種『任務』；但由策劃、寫提案，到最後在一眾大人面前 present，聽到他們的反應、掌聲，當中就是整個團隊互相接納，帶動其他人都願意聆聽和支持，（我們）就更投入、更開心。」

每份喜怒哀樂，也會像蝴蝶拍翼般，傳播開去。Choco和她的朋友，則希望蝴蝶灣綜合社會服務處，能把喜樂送到每個角落，讓區內每位年輕人，都可享受「好生活」。



好生活提案包括...



為了好生活，蝴蝶灣綜合社會服務處團隊不斷集思廣益。



食得好！



Lunch 有飯腳



玩得好！



VR 體驗活動

拉筋 on your chair

Y2K 遊玩日



休息好！



Sound Bath 聽覺覺



Choco跟團隊由「食玩瞓」入手，建議由中心使用者自行提出好生活提案，讓其他年輕人隨時加入，參加次數愈多，不單止生活經驗愈豐富，還可以按參加次數換領免費「廢水（例：珍珠奶茶或水果茶）」、午飯及戲票等。只要愈來愈多人有好的生活，就會有愈來愈好的社區。而中心作為「好生活提供者」，則能鼓勵年輕人多用社區的公共空間，建立對社區的情誼。

活在當下

網絡世界發達，溝通渠道愈多，心扉愈是打不開。參與提案的成員都是中學生，成長的路看似一樣，但其實各有難關。就像Choco說，「如果中心的服務能讓他們感到滿足、心靈舒暢，他們才願意打開心扉，才能在社區過好生活。幫到年紀相近的人，對我來說特別有成就感」。



西環



現時

堅係唔離地



將來



看不見的空洞

西環堅尼地城，驛看海天一色、優雅恬靜、中西匯聚的社區，卻埋藏著一份當區年輕人才能感受到的空洞。

「很多住在西環的學生都是名校生，從小目標就很單一，無形的心理壓力非常巨大。你很少看見他們在社區玩、打波。」年輕人Eufrosina說。

青年社工詹士也有體會。「競爭意識、比較心態很重，例如玩層層疊，他們會講如何應用力學、物理學的概念，要研究到best solution才動手，有時難以享受玩樂的趣味。」

社區其實有很多新奇有趣的事情，學校的物理課、數學課、語文課不會提及。他們希望改造西環綜合社會服務處，讓服務使用者暫時離開競爭的氛圍，真正感受「自我作主」的美妙，並一起探索社區的迷人之處，做到「堅離地」愛堅尼地。





維繫留下來的人

西環雖然是不少人嚮往的社區，但離開西環的人著實也不少。Eufrosina表示，很多學生參加中心活動一段時間後就說，將會移民他方，「留下來的，也會經常分享某某同學要離開，自此又少個朋友，感覺更加孤獨了。」

她認為，移民潮也會影響社區發展及社區增值，如何維繫留下來的人，是中心的一大挑戰。而西環綜合社會服務處就從學生的身心需要出發，希望他們擁有一個放下競爭心態的空間，放空腦袋，與三五知己分享見聞，聆聽新朋友的故事，一起嘗試追尋放下已久的夢想，最後把成果公諸同好。



2024 青年服務再創新

年輕人的才華，值得被所有人看見。女青的青年及社區服務部，未來繼續推展更多青年主導的項目，冀讓公眾看見青年的創意及價值，讓他們的熱誠能改變社區、增值社區。

OOPS Channel

由社工與年輕人一起負責構思題材、拍攝及後期製作的網上短片平台OOPS Channel，自2021年推出至今，《認真試一場》、《A0大改造》等高水準影片孕育不少年輕人拍攝、音樂、跳舞等多方面才華，更將正能量及正面訊息透過平台向更多年青人發放，平台在YouTube、Facebook、IG的訂閱及追蹤人數亦穩步上揚。

今年，平台除了製作更多新穎有趣題材的影片，也會繼續由年輕人包辦節目主題構思及流程安排，包括大受好評、又唱又傾的新一季 Sound Chat 音樂會，每個月最後一個星期六的晚上都會邀請生力軍樂隊演唱，以及暢談追夢路上的點滴。另外，亦有記錄挑戰飛躍道 (Pakour) 及忍者關卡 (Ninja Warrior) 的真人騷卡「踢館」，萬勿錯過。



即睇OOPS新片



Under 30 創點計劃

除了服務使用者，鼓勵年輕同工敢於主導、勇於創新，同樣重要。這個計劃鼓勵30歲或以下的生力軍同工，發展創新服務，以回應年輕人需要，並按照成果探討擴闊服務的可能。每份成功的提案可獲1萬元資助，並可夥拍其他小隊或單位一起推動服務，增強協同效應。

計劃至今已孕育12項活動，其中一項是將軍澳青年外展社會工作隊的「讓子彈飛」。社會工作幹事王希豐表示，項目承接了支援區內輟學青少年的「街車仔」服務，邀請他們參與「子彈仔」單車競技比賽，享受比賽



的過程和勝利的喜悅，同時連繫更多處境相近的青少年，日後給予支援。阿豐說：「坊間非常少『街車』比賽，希望藉新奇的活動，聚集有志年輕人交流、走出現有框框。部份參加者甚至表示對單車運動及維修有濃厚興趣，希望將來循此發展。」



「共創明Teen」計劃第二期

計劃由政府推動，通過政、商、民三方協作，扶助基層家庭、尤其是住在劏房的初中學生，讓他們擴闊眼界、探索更多個人發展的可能。計劃第二期已經展開，女青為九龍西其中一間營辦機構，預料服務約700名學員。

計劃涵蓋三大元素：

「師友配對」：由「義務友師」與學員分享人生經驗，協助學員規劃個人目標

「個人發展規劃」：由友師與學員一起訂立及實踐個人發展的行動計劃

「財政支援」：每名學員在計劃之初，獲發港幣5,000元的起動資金，在友師指導下使用；完成計劃後，再獲發港幣5,000元的獎學金，自行決定如何使用。

為讓師友、學員及社工有更好的交流，女青亦於荔枝角西頓中心設立專責辦事處，並配合整個計劃籌辦更多活動，讓參與學員能認識自己、擴闊視野、發展潛能及規劃人生。

Easy Sport 運動易

青春就是動起來！為鼓勵年輕人建立運動習慣，改善精神健康及提升自我形象，各間綜合社會服務處將舉辦多項「新興運動小組」，參加者完成四至六節活動後，會接受評估，了解成效。而今年四月，各中心則會聯合舉辦大型活動，進一步推廣健康生活及關注精神健康等訊息。

YWCA

共創明Teen計劃
Strive and Rise Programme

目標學員：來自弱勢社群家庭的一中至中四學生
(尤其是居住在「劏房」)

計劃為期：密集基礎計劃為期一年；
完結後成為校友會會員，為期兩年

服務區域：九龍西（深水埗、油尖旺、九龍城）

能力提升
擴闊眼界
積極人生
人生規劃

1 **師友配對**
為每名學員配對一名義務友師，與學員分享人生經驗，幫助學員加強自信，以積極正面的態度定下個人目標；以及幫助學員培養正確理財觀念

2 **個人發展規劃**
由友師帶領學員探索更多個人發展的可能性，訂立行動計劃，並在指導下善用財政資源，實踐個人發展規劃

3 **財政支援**
每名學員將獲發5,000元的起動資金在友師指導下使用；成功完成計劃後另發5,000元的獎學金，自行決定用途

立即留名

9590 5181 | teen@ywca.org.hk | 九龍西區營辦機構：香港基督教女青年會



「青」年有話兒：

在紛擾的內心世界

青少年外展工作，主要在社區內主動接觸在外流連，或處於高壓環境中的年青人，提供輔導及介入服務。行內人常笑言，這類個案離不開「黃賭毒黑」，但試想，當一個年青人同時陷於「黃賭毒黑」四類危機之中，他的內心世界又會處於一個怎樣的光景？

初認識阿文（化名）時，他仍未成年，他表示自己對於「搵姐姐」（註：光顧性工作者）慾罷不能，所有的積蓄全花在「姐姐」身上。不只迷失於性關係當中，阿文亦有吸食毒品的習慣，由偶爾在派對上從朋友處得到少量毒品，到後來自己買回家吸食，消費的金錢愈來愈多。不久，他的心思又轉移到賭博，每每數萬元的上落，最終令自己身負重債，最終不得不尋求三合會的「幫助」，藉「撈偏」還債。此時此刻，阿文完全陷入「黃賭毒黑」之中，一直只是尋求「刺激」，卻令其萬劫不復，無力自救。

與阿文相處期間，筆者不斷感受到一份重重的無力感。阿文表示，「尋求刺激」只是單純想追求快樂，卻又發現自己一直不知何謂快樂，形容自己生活得像一張「白紙」，所有事都記不起、捉不緊，難以感受到自己的存在。筆者嘗試以情緒導向手法作介入，陪同阿文深入探索及體驗自己所經歷的情感，讓其了解「黃賭毒黑」背後，自己內心的聲音及需要。

猶記得一次面談當中，筆者讓阿文進行一次「雙椅對話」（註：一種自我對話的心理輔導手法）。

找回青年的真我

自我對話當中，阿文終於讓「好驚」的自己說話，坦言一直有一種「透唔到氣」的感覺，隨後驚慌、心悸、坐立不安的情感亦會一湧而至。

他發現，自己所有的沉溺行為，都只為逃避對生活的恐懼；並一直逃避自己在成長過程中一直經歷的被「拋棄」感覺，直至麻木。久而久之，阿文不斷埋藏自己的需要，完全不再傾聽內在的聲音，更加「透唔到氣」。

在「雙椅對話」裏，阿文了解內在的自己一直渴望一個擁抱，並在最後輕輕的自我擁抱。他形容那時那刻，終於可以「透氣」，亦終於能擁有「平安」。

現在，阿文的情緒仍不時起伏，雖未能完全脫離沉溺行為，卻學懂節制，減少偏差行為。阿文的生命故事仍有待發展，外在行為並未能反映其內心所承受的痛苦，但相信阿文現在可以更勇敢地表達自己的需要，擁抱當刻的平安。



中西區及離島青年外展社會工作隊
單位主任（服務） 吳婷茵



新世代「女」子力：

從敘事治療到身體自主

常常聽到不少年青女生在抱怨自己體型不夠高、不夠瘦、不夠白、腳粗、有肚腩……吃東西也有罪咎感，彷彿患上恐肥症 (Fatphobia)；女生們在拍照後，堅持修圖才可上載往社交平台。以上顯然就是「容貌焦慮」。

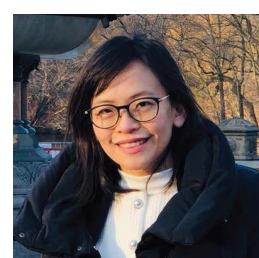
究竟是誰造就「容貌焦慮」？為進一步了解女生的真實心態，婦女事工部利用敘事治療手法 (Narrative Approach)，以劇場形式邀請年青女生參與「擁抱身體」主題活動——一場自我發現、自我接納、自我探索的旅程。透過形體互動，忙碌的女生們除了得到內在釋放，亦發現自己非常介意旁觀者對自己的看法，希望被人認同，壓力源來自社會上「那把尺」，無論男女，她和他也彷彿需要合乎特定標準。

我們鼓勵女生與身體對話，會發現「點解別人這麼漂亮，而我自己就充滿瑕疪？」究竟是誰告訴我們「誰是美？」原來，我們不知不覺間在媒體廣告或社交媒體不斷將自己和特定的KOL作比較……IG上不時看到有人強調性別的刻板印象，然而我們的身體「不完美又如何？」

面對社會對女性體型的批判，「香港女聲Glocal Y」平台的年青女性領袖以性別角度 (Gender Lens) 作出反思之要點包括：

- 「原來目光視線的限制，是自己給予自己。」
- 「感恩可結伴一起學習自愛 (Self-compassion)，習慣接納和欣賞自己，因為每個人都是獨一無二的。」
- 不妨每天抽15秒對鏡練習，跟自己說：「我愛你，放過自己！」

身體自愛運動 (Body Positivity) 就是接納自己身上的特徵，不論尺寸、體型、膚色、性別和身體能力，挑戰當今的審美標準。其實，我們每一位也可以享有自主選擇，創造屬於我們的安全空間 (Safe Space)，並成為一個更自信更快樂的人！



單位主任
(行政)
蘇嘉儀



「家」家有本難唸的經：

從生活細節 識別特殊學習需要兒童

社會福利署於2023年9月將「第一層支援服務」恆常化，同時與「到校學前康復服務」融合，以「先支援、後評估」跨專業服務團隊和校本綜合模式，為在幼稚園或幼兒學校有特殊學習需要的幼兒、家長和幼兒老師，提供全面支援。2020年起，本會教育心理學家及高級特殊幼兒老師於本會合作的三間幼稚園，設計和試行「第一層支援試驗計劃-小幼苗」，識別和支持各種學習需要，協助學校成為第一層支援樞紐，為整合服務作準備。

希希的經歷是這項服務其中一個典型例子。希希就讀幼兒班時，教師已察覺到他的學習表現與同齡幼兒有落差，包括因不理解指令，而難於跟從日常流程和課堂指示，本會團隊、校內老師及駐校社工也為他的情況感憂慮。向希希的爸爸了解，他表示希希年紀尚小，慢慢會隨之而改進，對轉介希希接受全面發展評估感到抗拒。

希希升讀低班後，班主任亦留意到他在適應上較被動，學習動機不高，抗拒握筆書寫。經教師轉介下，我們的團隊共同協作，觀察希希的表現，商討提升課堂參與的策略，並邀請他的父親面談了解。

起初，希希爸爸對孩子需要接受額外支援服務一事感到疑惑，為釋除他的疑慮，團隊接續分享課堂觀察和支持方向，更具體地呈現希希的學習和成長需要，例如於課室角落加入視覺提示；在分組活動

時，鼓勵希希完成拼合玩具及進行簡單記錄，以增強手指力量、給予書寫機會等。我們亦向他展示有助小肌肉發展的抓握教具和摺疊活動，他也樂意讓希希在家中得到更多練習機會。

到了下學期，希希漸漸變得主動，除了親近教師，也會尋求協助和跟從指示完成任務。隨著服務開展和恆常溝通，希希爸爸見到孩子的進步和願意安排進行評估。雖然希希其後被診斷為發展遲緩，並安排輪候社署「到校學前康復服務」，但我們團隊不會因此而放棄。教師及我們的團隊亦逐步把技能訓練融入學校生活和日常生活，提昇希希各方面能力。

讓有特殊學習需要的幼兒快樂地成長和學習，需要多方面配合，我們會繼續以不同的方式，讓他們的生命發光發亮。



一級
女
青
聽
兒
心
教
理
學
駐
校
服
務
家
簡
麗
姿



「耆」妙世代：

照顧路上肩並肩

香港護老者照顧壓力大，已是眾所周知的社會問題。當面對一個又一個壓力「爆煲」、談及護老情況時忍不住飲泣的護老者，我們又可以如何伸出有力援手？

孤島上的護老者

「照顧這麼辛苦，聽到這些說話真是好難受……」陳女士泣不成聲的說。陳女士已照顧體弱丈夫多年，除了每天都要按時為丈夫打「糖尿針」、亦要為行動不便的丈夫處理膳食及陪診。儘管陳女士自問已盡力照顧，但丈夫沒有表示感激，甚至不時惡言相向。同時，陳女士還要面對經濟壓力、自身健康欠佳等情況，加上至親的女兒最近到外國留學，缺乏親友傾訴，令她認為自己平時生活在「孤島」上，心裏埋藏許多委屈難以抒發，只有面見社工時才得以盡情傾訴。

多元支援服務

類似陳女士般陷入照顧困境的護老者多不勝數。身為社工，我和同工不時會反思如何於服務層面上協助他們。於2023年初投入服務的誌寶松柏中心（分處），便致力透過一系列護老者服務，例如「照顧學堂」、「護老鬆—ZONE」減壓活動及互助小組、體弱長者暫托、護送及探訪服務等，希望可以減輕他們的負擔。

中心服務強調「從護老者角度出發」，針對護老者的個別需要配對服務。例如上文中的陳女士因缺乏支援，我們便鼓勵她參與中心護老者互助小組，結識同路人；同時協助她申請經濟援助，及輪候其他社會援助服務，提供更多照顧支援。

真誠陪伴

雖然經常忙於推行不同服務及活動，但我亦時常提醒自己要盡量保留一些「陪伴」空間，當護老者有需要時，給予真誠陪伴，細聽他們心聲，並與他們一起審視照顧現況，向他們提供中心的合適服務或轉介，讓護老者知道照顧路上是有選擇，是有人願意與他肩並肩同行，他們自然會有力量，作出最好的照顧方案。



社會工作幹事 II
廖可晴



又一村會所 基督教文化設置

本篇由基督教及會員事工部撰寫

耶穌基督與你同行

基督教及會員事工部自2021年開始啟動基督教文化設置工作，期望於2025年有50個單位參與。很感恩，我們已有43個單位報名參加第一及第二期了。

為配合全會Bold Step的推展，加強本會基督教文化與價值之展現，我們曾經舉行導賞團，藉參觀香港聖公會聖雅各堂、聖公會聖雅各小學、聖雅各福群會賽馬會社會服務大樓及香港基督教青年會，讓同工認識如何從不同的設置中展現基督教文化。當日行程啟發了同工如何更實在將福音活現在服務單位內，將信仰生活化，以及了解更多基督教的硬件設置，以便在日後單位裝修時加入設計元素。



同工到香港聖公會聖雅各堂參觀，認識如何從不同的設置中展現基督教文化。



回歸初心，神是萬物的設計師

服務單位及部門代表當初就工程進行過兩次會議也毫無頭緒，然而感謝神，讓我們回想到會所前身是荒地，神如何使無變有，我們相信祂是「供應者」，也是世界的「原創設計師」。經一起商討及祈禱後，同工們共識以「耶穌基督」作為圖案設計的主角，並配上一個小女孩同行，喻表神愛世上每一個人，預備了耶穌基督拯救和陪伴每一個願意相信祂的寶貴生命。感恩我們最終物色了一位女性基督徒設計師，她也願意配合神的意念進行各項設計，讓我們在半年內按時完成有關工作。

人生悲喜，女青願意陪伴一生

如「人生八階」所展示的不同成長階段，會所提供的服務惠及不同年齡層的服務對象，包括幼兒、兒童、青少年、婦女、家庭及長者，因此大家贊同以「耶穌」作為各部標語的起首，意表我們歡迎及邀請耶穌出現在我們不同的服務之中，帶領同工及服務使用者經歷主的愛與同在。

我們也嘗試將基督教的關愛文化滲透在會所的公共空間，例如：男女洗手間的廁門也分別貼上男女特色造型之貼紙，附有趣及勵志的標語，鼓勵大家注意身心靈之健康。另外，電梯也有穿梭時空的設計意念，希望藉鏡中的圖像引發服務使用者體會乘坐升降機到不同樓層，參與不同的服務有助他們心靈達至平靜及安舒。



電梯及洗手間也設有勵志的語句。



祈禱守望，上主引領同心同行

女青時至今日仍然可以服務社群，全賴天父的帶領與幫助，天變地變世界會變，但神的話不會廢去。有一天，或許我們的設置會改換，服務會改變；然而，盼望大家關注及守望我們機構的服務方向、服務發展與眾同工的服務態度，在萬變中如何依然持守基督的真道，亦邀請大家繼續為我們機構的各項服務禱告、參與及支持。



百年盛放 凝聚婦女

本篇由女青運動部門撰寫

全國女青 心惠社群

金秋之際，70多位來自海內外的女青人員、義工及政府嘉賓，2023年11月中旬滙聚上海，同賀中華基督教女青年會全國協會（下稱「全國協會」）100周年會慶之喜，共享各地服務交流及相聚交誼之美。

成立於1923年的全國協會座落於上海，以促進婦女發展和社會進步為己任，秉持「爾識真理，真理釋爾」會訓，百年來以敏銳觸覺，用心回應社會需求，為婦女、兒童、青年、長者、傷健人士等不同群體，提供有愛、有溫度的服務。全國協會亦一直與國內10個城市的女青年會市會通力合作，包括北京、天津、南京、西安、成都、武漢、廣州、上海、杭州和廈門；而香港女青跟全國協會及各市會多年來都保持友好溝通及協作關係，不時互相交流，並促進大家的青年和婦女義工，透過交流團活動，攜手提供服務予有需要群體。



本會會長李淑英（中）、總幹事楊建霞（左四）、董事兼女青運動委員會主席黃慧貞博士（左二）及部門主管（女青運動）阮秀盈（左一），與全國協會會長姜茜莉（右三）、全國協會前會長楊明明（右四）等各地「女青人」合照留念。



大會以「堅韌·包容·探索」為會慶活動主題，邀得中央統戰部有關部門負責人員蒞臨紀念活動並致辭，他充分肯定了全國協會百年來為推動國家社會發展所做出的積極貢獻。我們明白，全國協會歷史悠久，在作為以社會服務為使命之團體方面，亦獲得國家及社會的高度認同感。然後，三位女學者，包括中國社會科學院楊團教授、愛德基金會余紅玉女士及復旦大學涂怡超博士，以「她視角」為題發言及討論，探討中國女青年會在新時代的定位、功能與作用，包括在國際舞台的參與度。下午的工作坊則是各地女青輪流簡介特色服務的工作坊，彰顯女青年會的社會性、國際性及時代感。

各地女青互相交流特色服務

在本會會長李淑英帶領下，我們代表團一行四人，把一幅由明儒松柏社區服務中心長者義工親手製作的粵曲公仔特色掛畫，送予全國協會會長姜茜莉及總幹事歸曉欣作賀禮。而工作坊環節，本會總幹事楊建霞亦以「智慧社會創新」(Smart Social Innovation)為主題，介紹我們如何一步步善用電腦系統，促進服務數據之整合與分析，以及應用資訊科技於前線社會服務的經驗。

回顧行程，最珍惜的，莫過於能夠與女青的舊雨新知相聚 — 每個笑容、每個擁抱，還有一起參與考察活動和文化體驗，夜遊黃浦江時於涼風吹拂下的每刻傾談，都帶著窩心和感動。我們亦深深感受到，女青人服務的地方，不論是新加坡、尼泊爾、加拿大、日本、內地10間市會、香港、以至世界女青 (World YWCA)，總會帶著濃濃的女青精神。

展望未來，謹引全國協會副會長劉紅女士在場刊的一句話，期待各地女青與時並進的社會服務：「憶往昔，百年是歷史的印記；看今朝，百年是成功的喜悅；望將來，百年是奮鬥的動力！」



全國女青代表聚首一堂，分享經驗。



利梁趣沂樂齡日間護理中心開幕

服務北區長者 多元支援平台協作

設於粉嶺皇后山邨的利梁趣沂樂齡日間護理中心，2023年10月正式開幕，為北區長者提供日間照顧服務、復康運動和社交活動，協助他們保持活動能力，改善生活質素，達到居家安老目的。

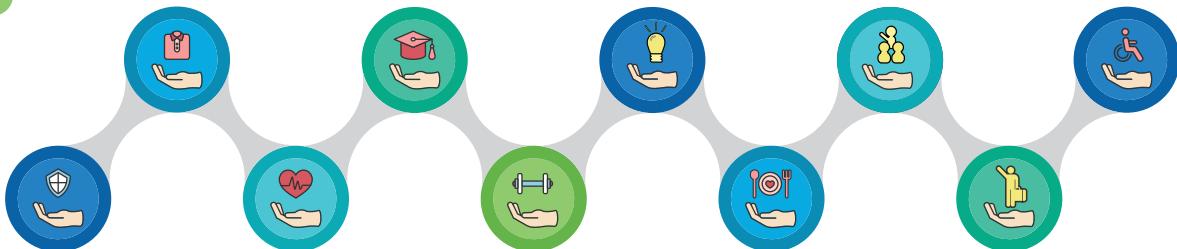
中心開幕禮於10月17日舉行，邀得香港聖公會教省主教長陳謳明大主教、社會福利署副署長（服務）黃國進、贊助人利梁趣沂女士蒞臨出席，並由女青名譽會長胡秀霞女士、第一副會長王絳彥女士及總幹事楊建霞女士陪同主持開幕儀式。開幕禮上，長者以三個精彩演出展示不同的魅力，充滿活力的龍船舞、具時尚風格的Catwalk時裝展及近期流行的Flower舞，均展現出長者緊貼潮流、退而不休的精神。

中心承蒙善長利梁趣沂女士捐助八佰萬元，命名為「利梁趣沂樂齡日間護理中心」，主要服務居於北區、60歲以上體弱或患有認知障礙症的長者，及其護老者。中心提供護理、復康、輔導、護老者支援等10項主要服務，並特設全時間、部份時間及日間暫託共三種形式，方便長者及護老者彈性安排時間之餘，更有助長者建立社交及自主生活。



服務範圍

護老者支援 健康教育 輔導服務 社交康樂活動 到戶接送服務



個人照顧

護理服務

復康服務

膳食服務

交通接載



長者演出近期流行的Flower舞，展示不同的魅力。



開幕禮上，一群精靈長者以龍船舞作精彩演出。



女青名譽會長胡秀霞（右）及總幹事楊建霞（左）代表本會頒贈紀念品予利梁趣沂女士（中）。



利梁趣沂樂齡日間護理中心

電話：2676 2000 電郵：dehl@ywca.org.hk

地址：新界粉嶺皇后山邨皇溢樓低座地下



世紀風雨 從北到南 及時支援

去年九月的香港並不平凡，十號颶風及世紀黑雨連環侵襲，市區滿目瘡痍，郊區及鄉村的情況亦非常嚴峻，亟待支援。女青不同單位分別於風災及雨災後統籌救災行動，並獲企業團體捐助和政府部門協力重建受創家園，送居民一份暖意。

九月初，黑色暴雨警告信號破紀錄發出逾16個小時，遍地泥黃色的淤水淹沒街道、停車場以至商場，鄉郊地區住戶的家園亦深受暴雨威脅。女青秀群松柏社區服務中心於雨災後全速組織義工隊，深入沙頭角、坪輦、蕉徑、打鼓嶺等鄉郊地區，協助住戶清理淤泥及雜物，以及進行家居評估，以防電器或家具因雨水浸壞而發生危險。

除會內義工，行動亦獲得多個組織、團體及企業支持，包括社會福利署大埔及北區策劃及統籌小組、北區醫院醫護義工、香港社會服務聯會、豐澤等。各界除了親身到北區為災民服務，亦送贈家具及電器，如電飯煲及冷暖風機，讓居民盡快回復正常生活。



義工為北區住戶維修家居。



女青代表及義工把一批電飯煲及冷暖風機，送到北區住戶手上。



女青義工隊在雨災後到鄉村清理雜物及探望受影響村民。

另外，十號颶風蘇拉來襲，也給了有「東方威尼斯」之稱的大澳一場大考驗。在信號生效期間，女青大澳社區工作辦事處改作為臨時庇護中心，開放予有需要居民暫用。而女青的大澳文化生態綜合資源中心，則聯同政府部門及紅十字會組成義工隊，在風災後立即協助大澳居民、尤其是棚屋的住戶重整家園、修理家具，以及贈送應急物資，讓居民生活重回正軌。

有關行動亦獲大澳酒店及大澳鄉事委員會全力響應，發揮社區互助精神，救援事半功倍。



本會同工協助派贈應急包予大澳居民。



救援隊伍協助大澳住戶執拾家具。



女青「長知識·掌機遇」培訓及就業博覽

助求職者踏出新一步

就業市場逐步復甦，不少企業積極招聘人才。有見及此，女青於2023年10月26日假樂富廣場舉辦「長知識·掌機遇」培訓及就業博覽，提供超過1600份涵蓋不同行業的全職及兼職空缺，吸引不少求職人士參與，除可了解行業最新動態，更能把握機會即場面試，踏出職場新一步。

就業博覽由職涯發展及持續教育部主辦，共有10間機構參與即場招聘，涵蓋零售、餐飲、健康護理、物業管理等不同行業職位。博覽逾800人次參加，包括初入職場的新鮮人、尋求事業新發展的打工仔，以及有意重投職場的退休人士。此外，博覽亦設ERB課程即場報讀及諮詢服務，為15歲或以上、具副學位或以下的合資格人士提供良好進修機會，吸引不少人士查詢及報讀。

人事顧問公司Adecco Personnel Limited為全場提供最多職位種類的參展機構，其市場推廣及傳訊經理Michelle表示，是次博覽收到29份申請，部份為有意重投職場的退休人士。她認為，即場面試有助僱主即時解答求職者的查詢，如未來再有同類型博覽，會考慮再次參與。



參展機構之一 Adecco Personnel Limited 的代表與女青職教部合照留念。



醫院管理局九龍中醫院聯網代表Jenny分享，在博覽收到約25份求職申請，他們來自不同背景，應徵包括行政助理及病人服務助理等職位。Jenny對博覽的整體安排感到滿意，認為即場面試節省了求職者遞交申請表後等候面見的時間，招聘流程更有效率，未來會再參與同類型招聘展覽。

職涯發展及持續教育部的服務一直推陳出新，除了為社會各階層人士提供就業服務，亦不斷推出多元化的課程，切合不同人士的進修需要。其中，女青因應近年醫護行業人手需求甚殷，開辦醫療護理及中醫系列就業掛鈎課程，著重職業導向及實務技能，成為了不少有志者投身護理行業的「跳板」。該部門2023年11月參與「JUMP招聘及進修日」時，就獲不少參加者查詢詳情及報讀。



參與博覽的醫管局九龍中聯網代表Jenny (右二)與女青職教部主管李雅琪 (左二) 及單位主任鄭逸琳 (左一) 合照。



展覽於樂富廣場舉行，吸引不少求職者垂詢及帶同履歷即場面試。



香港迪士尼樂園度假區也是參展的機構之一，代表(中)獲頒感謝狀。



職涯發展及
持續教育部



銀丫手作「50+懷舊市集」 盛況空前

退休檔主既賣手藝 也說人生故事

人生下半場，可以繼續精彩。女青的「銀丫手作」平台，致力孕育「50+」人士創意，助其開創自主退休人生；去年10月尾更匯聚他們的作品，於充滿懷舊氣色的618上海街舉辦「50+懷舊市集」，讓他們展露才華、綻放銀齡光芒。

為期三天的市集以懷舊為主題，近20位檔主售賣手袋、飾物、家具擺設等自製手工藝品。有繪畫動物肖像的檔主即場作畫，筆下的貓狗形貌栩栩如生，吸引不少市民駐足觀賞；也有檔主一邊介紹自家製的飾物時，一邊分享人生故事，讓顧客了解更多作品背後的點滴。



檔主即場施展畫功，繪畫動物版畫，吸引顧客駐足觀賞。



市集亦設免費工作坊供即場參與，由「50+」導師親授製作浮游花筆、蝶古巴特布袋的技巧，讓公眾一嚐手工藝創作的滋味，各場名額近乎全部爆滿。

其中一位「50+」檔主Emily，退休前從事文職，離開職場後一度欠缺人生規劃，及後透過女青賽馬會樂齡活學中心，參與「銀丫手作」平台，毅然重拾昔日因工作而放下的手作興趣，並發展成人生目標。她與幾位志同道合的「50+」朋友，一起創作不同款式的手袋和錢包，於「銀丫手作」網店及假日市集售賣。

Emily感謝「銀丫手作」平台給予機會，探索50+人生不同可能；而製作精品、參與市集、賺取收入及與顧客交流心得的經歷，則有無比的成功感。她希望學

習更多建立品牌、銷售技巧、財務等知識，讓更多人認識及欣賞她的手藝。



四位勇敢開創人生下半場的檔主合照留念。



市集啟動禮邀得民政及青年事務局社會企業諮詢委員會副主席張益麟先生（左四）、民政事務總署九龍城民政事務處聯絡主任蕭婉婷（左三）、社會福利署九龍城及油尖旺區策劃及統籌小組社會工作主任關韋思（右三）、資深傳媒人方健儀（右四）出席。圖為各人與女青代表及手作人合照。

「銀丫手作」是連繫「50+」及企業、公眾的平台，匯聚銀齡人士的創意及手藝，協助他們開創「50+新就業模式」，享受第三齡生活；亦期望大眾從「50+」的手作，感受他們的活力、見證其充滿歷練的生命價值，以及他們滿滿的祝福。



檔主一邊介紹手作，一邊分享自己的人生故事。



銀丫手作平台



「關愛長者食物券」踏遍18區

支援基層長者逾十年

本會與百佳超級市場於2013年推出全港首個「關愛長者食物券」計劃，向基層長者派發食物及日用品換領券。計劃堅持超過十個寒暑，踏遍全港18區，受惠人次接近18,000。

人口老化是全球面對的問題，香港的情況亦刻不容緩。百佳超級市場透過女青了解到北區長者的需要後，決定以北區為試點，開展「關愛長者食物券」計劃，為基層長者提供最直接及實質的支援，改善他們的生活質素。經過多年的擴展及改良，計劃現時每年為1,800位長者提供食物及日用品，包括蔬果、肉類、乾糧、罐頭、衛生紙等。

除了提供物質支援，百佳同時關顧老友記的心靈健康。義工隊走訪受惠地區，陪伴長者換領心儀產品，亦曾一同參與各式工作坊，例如製作防蚊包、手工花、雲吞等，甚至帶領長者暢遊山頂和參觀南豐紗廠。

百佳超級市場善用其零售網絡及義工隊，女青則辨認社區中有需要的服務受眾，雙方過去十年合作無間，為基層長者的生活出力。感謝百佳超級市場對長者的關愛，期望未來與本會繼續攜手，以創新服務讓更多市民受惠。





其士集團義工隊為長者添置小型家電

探訪青衣獨居或雙居老人

很多長者疏於檢查家中電器，電器老舊容易導致功能不良，常見的家電耗損如電飯煲內膽塗層脫落、風扇運轉時發出異常噪音、電熱水壺無法自動斷電等。長久下來有機會影響身體健康，甚至增加家居危機。

其士集團於2023年8月份派出義工隊伍探訪居住於青衣的獨居或雙居老人，向他們送上禮物包之餘，更藉此了解長者的身體狀況及家居環境，從而得知長者是否需要作進一步的身體檢查，或添置小型家電。義工隊了解到獨居長者的生活習慣，除了組織家訪活動，更資助他們購置小型家電，改善生活質素及家居環境。

及後義工們根據長者的需要，物色合適的小家電，並組織了第二次探訪。這次探訪臨近中秋節，義工們親手向長者送上新添置的小家電如電風扇及電飯煲，又指導長者使用方法，更為長者送上月餅慶中秋。收到新的小家電作為中秋賀禮，長者都感到十分欣喜，同時感謝其士集團義工隊的熱心關懷。





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。

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 (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/吾等之銀行之指示)，自本人/吾等之帳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/吾等之账户出現透支(或令現時之透支增加)，本人/吾等願共同及個別承擔全部責任。4)本人/吾等同意如本人/吾等之帳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以執行有關授權轉賬，且銀行可徵收償價之收費。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，須於取消或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，與銀行帳戶的簽名完全相同。

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 _____