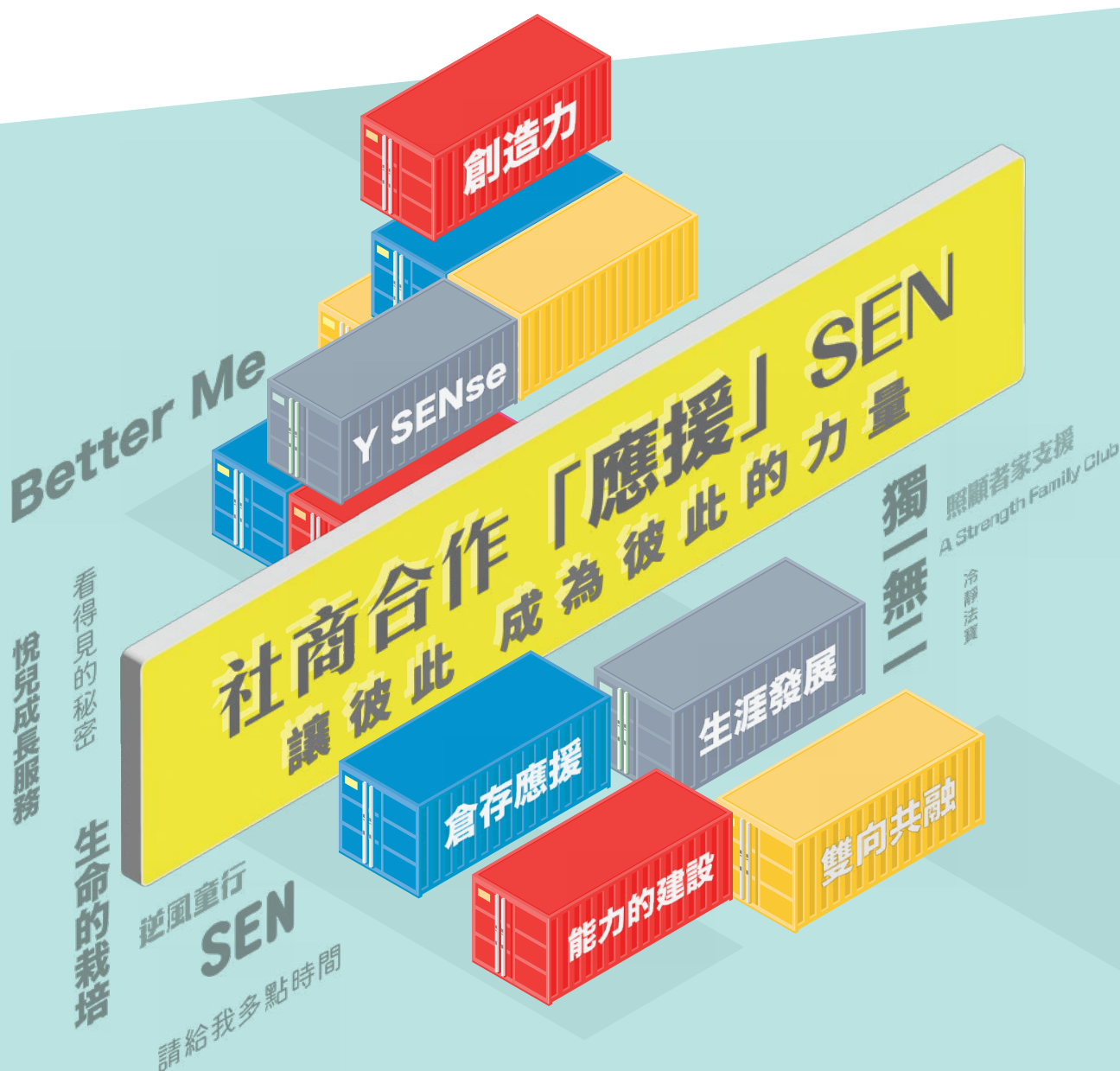




女創前行 · 青承主恩

2025  
JULY





立即訂購



以  
愛  
沖  
泡  
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  
2025

生命的栽培

03

會長的話

04

總幹事觀點

05

專題故事：  
社商合作「應援」SEN



13

真知灼見：  
婦女當幸福 快樂發心內



17

「青」年有話兒：  
同行追夢

18

新世代「女」子力：  
「奇」開識「性」

19

「家」家有本難唸的經：  
淺談「教養安全圈」

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 • 2025年7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



20

「耆」妙世代：  
情緒幽谷中 與長者並肩尋光

21

傳承女青恩 凝聚力量

23

「飛翔吧，西安！」  
青年義工服務交流團

25

賽馬會「順孕無憂」支援計劃  
八大範疇服務 與準爸媽相伴孕產之旅

27

S+高峯會暨博覽  
兩大重點計劃 助婦女「SHE出無限可能」

29

Shake Shack香脆魚堡 X 女青大澳漁網袋  
美味與傳統手藝交織愛心

30

小手牽大手—童你齊探索  
其士集團與SEN兒童體驗生活

## 會長的話

李淑英



還記得上屆巴黎奧運，女性運動員首度與男性運動員人數比例達1：1，開創先河；今年四月，國際奧委會決定於2028年洛杉磯奧運，大幅增加女性運動隊伍數目，預料參賽女子運動員逾5,300人，超越男子的5,100多人，更是寫下歷史。

雖然在知名度、收入、入座率等方面，女子競技運動仍與男子有一段距離，但能藉著奧運會這個象徵友善、和平的盛事，宣揚性別平等，彰顯女性的能力，意義巨大。我們常常問：今時今日，怎樣的女性才算幸福、快樂？傳統華人社會的婦女，美滿婚姻、兒孫滿堂，成就身邊人，或許於願足矣；今天的時代女性，擁有一份發揮長處的工作、一門匠心獨運的技藝、一盤自負盈虧的生意、一個甘之如飴的夢想，成就自己，看來才是幸福的泉源。

其實，《女聲》刊載的研究也有類似發現。研究以問卷形式訪問逾1,100位女士，發現近四成女性並不感到幸福，原因與職場待遇、雙職平衡、人生目

標、自我實現等方面未如理想有關。但另一方面，不論什麼年紀的女性，她們都對家庭及人際關係感到滿意，認為是支撐她們心靈的重要支柱。

家庭是最堅實後盾，這句話從來不虛。在推廣婦女能力建設、參與和充權時，如何協助婦女維繫家庭價值，分擔多重崗位的負擔，是一大課題，需要社會各界共同努力。除了社會服務，有餘力的僱主可以推行家庭友善措施，讓有家室的員工多一點釋放勞累的空間，生產力也會提升。女青推行多年的「家庭友善假」，就是讓員工每年有一天自行安排的假期，平衡工作與家庭的需要，如出席子女的家長日、陪伴父母作健康檢查等。就如《箴言》第三章3及4節說：「不可使慈愛和誠信離開你，要繫在你頸項上，刻在你心版上。這樣，你必在神和世人眼前蒙恩惠，有美好的見識。」

今年也是女青創會105周年，讓我們藉此銘記先賢為婦女權益付出的努力。





## 總幹事觀點

楊建霞

今年是女青創會105周年。五年前，我們在疫情陰霾下，善用巧思、勇於變通，連結各界有心人，在夾縫中協助弱勢，一起步向曙光。五年後，在政府削減資助的挑戰裏，我們繼續迎難而上，共渡時艱，持守耶穌基督關愛之心服務社會，就如我們105周年的口號「女創前行 青承主恩」一樣。

這幾年，我們凝聚過去，重燃託兒服務初心，於天水圍及粉嶺開辦兩間嬰幼園，釋放更多婦女勞動力；專注現在，加強現有服務的質素和專業能力，讓更多服務使用者看見希望；放眼未來，應對人口老化，積極拓展基層健康相關服務，並設立「基層及社區健康服務部」，集中資源及策略發展。

服務版圖逐步擴張，自然發現更多需要我們的人和事。如何運用有限資源，協助最多的人，是社會服務機構每天面對的兩難——倘若我們也捉襟見肘，那弱勢者的處境定必更加堪虞。我在不同場合向同工闡述女青即將面對的財政挑戰時，心裏都非常感謝他們願意並肩同行，在緊絀之中仍然發揮創意和慈愛之心，給予社會適切的支援。

就如今期《女聲》封面故事介紹的SEN支援服務，就是女青其中一項品牌服務，為SEN學童、青年以及家庭，提供由學習、能力建設以至投身社會的全方位支援，陪伴他們前行。為提供更精準的服務，我們今年就公眾對SEN孩童的印象和狀況進行研究，結果廣獲傳媒報道；更感謝平等機會委員會在其專欄文章，引述我們的研究結果，足證我們的努力，對社會來說非常重要。

女青能夠走到105周年，與一代又一代的香港人，嘗盡無數的甜酸苦辣。繼往開來，也請大家與女青攜手，步向那更美好的明天，就如《申命記》第三十一章6節說：「你們當剛強壯膽，不要害怕，也不要畏懼他們，因為耶和華——你的神必與你同去；他必不撇下你，也不丟棄你」。

# 社商合作「應援」SEN

## 讓彼此 成為彼此的力量

成長路上難免遇到荊棘。

我們會為歌手、偶像的台下十年功感動，以行動「應援」、表達支持。對於身邊有特殊學習需要（SEN）的孩子，只要有「應援」力量支持，他們的特質和才能也可如雨後春筍般綻放。

自1981年參與試行首個支援SEN兒童的計劃開始，女青專注為有需要人士提供革新及專業的支援；2009年起，更以具豐富經驗的跨專業團隊，拓闊社區和學校的支援服務。40多年來，女青可謂陪

伴不少SEN孩子建設他們的能力，渡過種種挑戰。

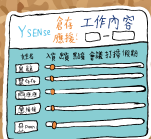
2020-2025年的「策略發展計劃」，SEN支援更納入女青重點推廣的品牌服務，包括進一步推動SEN青少年的就業支援，讓這群孩子的能力，在職場也能被看見。

由支援到「應援」，由一方之力到堅實後盾，需要各界共同付出。社商合作，讓彼此成為彼此的力量，不管起跌風浪，船舶總能揚帆前航，到達期待的美好將來。

九類 **SEN**  
佔全港學童逾一成

一般來說，SEN是九種疾病或障礙的統稱，包括智力障礙、自閉症、注意力不足／過度活躍症、精神病、特殊學習困難、肢體傷殘、視覺障礙、聽力障礙及言語障礙。

據教育局資料，2023/24年度有31,030位小學生及33,190位中學生確診SEN，佔整體學童總數12.6%，並有持續上升趨勢。雖然離校後，他們不再被計算入SEN群體，但仍然要面對就業、職訓等人生其他方面的挑戰。



## 建設能力 由「倉」做起

看似簡單容易的工作，其實是逐步建設能力、慢慢蛻變的基石。2024年成立的「倉存應援」，是女青YSENse特殊教育需要服務中心領導、由一班有自閉症譜系障礙(ASD)年青人組成的倉務工作隊。他們從自身需要出發，致力打造SEN友善工作間，由工作室設計、運作流程及指導、服務方向以至產品製作等，利用簡單而巧妙的方法，就能讓工作更有效率、減低出錯機會。

這套工作模式不止讓SEN青年獲得正面的工作經驗，而且容易於實際工作環境應用。過去一年，「倉存應援」團隊不斷參與各類公開活動、市集等，讓僱主、機構代表

及社區持份者，看見他們能夠在職場一展所長，並從中分享及推動ASD友善的支援工具與介入手法，達致社會共融。

YSENse特殊教育需要服務中心單位主任潘詩雅(圓圖)表示，自閉症人士的職業配對服務，是行內創新的方法，女青以「中間人」角色，給予僱主充份的空間、方法和配套，認識自閉症青年的特性；並指導僱主採取適當策略，例如預先制定流程表、給予精簡的指示，協助青年融入職場，甚至發揮獨特優勢。



**YSENse**  
特殊教育需要 專業支援服務

倉存應援!

### 三個100分認證



A級能力  
許可證

- ✓ **核數師認證：**  
盤點貨物不出錯
- ✓ **配對企業認證：**  
工作專心、能完成所有工作
- ✓ **同事認證：**  
100%愛返工、愛上司，  
合群易「埋堆」

YWCA



倉庫支援  
WAREHOUSE  
SUPPORT





## Henry：從貨倉到漁排 練就技能 全面升級

其中一位「倉存應援」工作隊成員Henry，已經離校一段時間，對未來茫無頭緒，直至兩年前機緣巧合下認識女青，社工帶他認識坊間各種給ASD青年就讀的課程，讓他重燃工作的動力和憧憬。

之後，Henry找到一份月曆包裝員的短工，在女青同工陪同下，他很快上手，並獲主管讚賞。他說，對於包裝、排列等工序比較得心應手，遂於去年加入「倉存應援」團隊，把才能應用到倉務工作，由執單、對單、盤點貨物到裁剪卡片，均能獨立處理，幾乎從不出錯。

在「倉存應援」的日子，Henry的能力一點一滴地建設起來，學滿師後，他暫時離開團隊，輾轉覓得一份漁排助理的工作。清洗鮮魚、刮魚鱗、分類及運送魚穫，他把倉務需要的細心和專注帶到其他崗位，同樣獲得僱主欣賞，他自然更加開心：「雖然辛苦，但能夠幫到手，我感到滿足」！

工作亦為Henry帶來動力和自信，最近他在女青的「105個腦力上班族」展覽擔任導賞員，毫不怯場，認真威水。他說，感謝僱主信任，希望更多同路人也能獲得機會，一展才能，甚至改變人生軌跡。



# 105個腦

## 腦力上班族暨 YSENse 教材展

### 「105個腦力上班族」展覽 探索ASD青年特質 返工一樣得

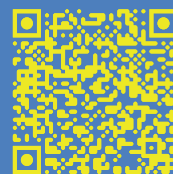


不少ASD青年與Henry一樣，有着與眾不同的特質，等待外界發掘。為讓公眾深入了解的特質和需要，及響應每年4月2日的「世界自閉症關注日」，女青於3月21日至24日，假荃灣南豐紗廠舉行「105個腦力上班族」創新互動式展覽，展示105位ASD年青人的上班故事、心路歷程和工作能力。

公眾從六大互動展區及沉浸式體驗，在大腦透視模型、心情解讀氣泡、返工法寶和守則等，以神經多樣性 (Neurodiversity) 角度探索ASD人士於社交情感、行為反應及語言認知上的大腦特性，並了解他們的工作能力和優勢。

展覽亦展示了女青新設的職場指導員 (Job Coach) 計劃、ASD友善設計的職場指導工具等，例如設置一個「分心黑盒」，把電話、小玩具等分心物放進去；一塊帶有整理儀容步驟圖的全身鏡，按部就班做到上班準備，都是新穎有趣、進入「工作模式」的小方法。不少企業機構或僱主參觀後，都表示有信心聘用ASD青少年。

適逢今年為女青創會105周年，是次展覽亦象徵SEN支援作為機構的品牌服務，百尺竿頭，更進一步。



回顧展覽精彩片段



社交情感腦

「想法泡泡」以黑白兩面，解讀「A仔」真實思想。



行為反應腦

一杯水、一張貼紙，就是「A仔」專注和舒壓的妙方。



語言認知腦

「A仔」用語似懂非懂？「A級翻譯字典」一解就通。



腦袋透視區

為何「A仔」渴望上班？聆聽他們心底話就明。



女青職場指導

簡單的提醒小道具，就能幫助「A仔」發揮職場才能。



Y SENse 兒童教材展

女青各款人氣SEN教材套，繼續大受好評。

## 卓文：融入團隊 倉務之「星」

看見SEN青年工作特點的，還有玩具公司 K 's kids 奇智奇思的經理蔡穎和貨倉主管蘇淵龍。

蘇淵龍說，公司一直支持建立友善的工作環境，去年參觀過「倉存應援」工作室後，發現只需些許變動，及加設一些視覺提示工具，就能加強SEN青年的效率，大大增加了聘用的信心。在商、社同心協力下，他們聘請了卓文擔任倉務助理，為期三個月。

蘇淵龍表示，卓文初來報到時，很快便熟習工作環境，並牢固掌握由執貨到跟單的工序，「他非常專注，處事亦很有耐性，記憶力亦極佳，例如貼紙顏色相對應的貨物，他聽一次就記住，絕少出錯，工作能力非常高」。

他又說，作為卓文的職場指導員（Job Coach），看到卓文在工作以外，性格變得更積極樂觀，亦願意把同事當作朋友般相處，頗為感動，「起初同事尚有一絲擔心，但很快就拋諸腦後了」！

對於卓文的表現，蔡穎也表示非常欣賞，「只要有合適的工作崗位，SEN青年也可與其他人一樣發揮所長，絕不遜色。遇到卓文，我們也很感恩，亦增加了我的同理心，對日後再聘請（SEN青年）他們，亦更有信心。」他認為，社會上尚有其他僱主也希望嘗試聘請，但苦無相關渠道和協作機構，期望將來有更多類似的工作配對機會，「除了貨倉，設計圖案以至玩具的外形，相信也可讓SEN青年發揮能力和小宇宙」。

試工順利的卓文（右三）與K 's kids奇智奇思的蔡穎（右四）、蘇淵龍（左二）及女青同工合照。



Y SENse倉存應援是由一班 ASD年青人組成的倉務工作隊，多多支持我們的就業和設計呀！

我畫架！



Samcle Chan



Raymond



Garrett

我地包裝架！



Henry







「倉存應援」帶同人氣產品參與尖沙咀商場聖誕市集。

## 創造價值 與社會同脈搏

在思維和表達上，Henry和卓文也許與別不同；但只要有適合的機會和舞台，這群ASD青年朋友也能創造大眾支持和認同的價值，甚至無形中成為社區共融的先鋒。

過去一年多，「倉存應援」運用ASD青年的創意和專長，設計多款創意和玩味兼備的產品，由萬字夾、靜電玻璃貼、掛飾到揮春，由構思、繪畫、安排生產，他們都參與其中；產品更在網上商店、假日市集等大賣，甚至一度「賣斷市」。

此外，團隊亦會珍惜每一次參與市集等公開活動的機會，向公眾展示ASD青年的才能及創意。例如去年的城巴2024年度優秀車長大賽嘉年華，團隊就擺下速畫攤位，數分鐘一幅畫像，盡顯成員獨特的藝術潛能，吸引大批來賓排隊候畫。

大會最後更頒贈獎座予團隊，可謂對年青人莫大的鼓勵。而對團隊來說，這些都是促進社會共融的難能可貴機會，期望滴水穿石，努力終會帶來改變。



由「A仔」擔當的速畫攤位，大受參觀者喜愛。





## 女青研究：七成SEN家長怕子女在外闖禍

環顧整個社會，公眾在實際環境遇到SEN兒童一些突發舉動的時候，他們會抱什麼態度應對呢？

女青於去年9月至10月收集了520名育有SEN兒童的家長，及619名公眾人士，發現刻板印象的框框尚未能打破。

**46.7%**

SEN家長表示，孩子曾於搭車或用膳期間遭不友善對待

**72.7%**

家長表示，擔心孩子在外闖禍

**63.8%**

受訪公眾人士稱，看見兒童有騷擾行為時，會急步離開、向職員投訴或投以不友善目光

女青總主任（青年及社區服務）吳翠萍（右圖）認為，公眾遇上兒童的奇怪以至騷擾行為時，反應以嫌棄或厭惡為主，較少顧及兒童的想法和原因；而其實給予空間和忍讓，甚至釋出善意，不論對方是否SEN兒童，頃刻的矛盾都可迎刃而解。

她建議公眾遇上小朋友引人注目的行為時，可以先給予時間家長處理，無需刻意注視；甚或可以主動詢問家長是否需要幫忙。公眾的反應背後反映社區對SEN群體的接納程度，期望透過更多公眾教育，達致雙向共融。



多一分善意、多一份參與，公眾與SEN群體的隔閡自然迎刃而解。在五年「策略發展計劃」帶領下，女青推展多個支援項目及計劃，成效有目共睹：



### 「童伴·媽Me爸Free·看世界」家庭喘息服務

2021年

透過各類活動及支援，減低SEN家庭情緒壓力，並提升兒童生活體驗經驗和多元發展。同時，在社區物色及栽培「童伴」，達致雙向共融。

### A Strength Family Club

2022年

建立不同的平台和機會，匯聚自閉症譜系障礙的兒童、青年及家庭的力量，發掘及展現受眾的優勢和潛能，並為家庭創造共聚空間，加強彼此互助、支持與同行。



### 賽馬會「絡區樂居」劏房家庭支援計劃

2022年

以「家庭為本」介入模式，結連職業治療師、視光師、物理治療師及言語治療師等跨專業團隊協作，為深水埗、旺角東或大角咀劏房的SEN家庭，提供區本及到戶支援服務，並由香港大學社會工作及社會行政學系研究團隊進行成效評估。



### 賽馬會言晴幼兒家庭支援計劃

2022年

為居於新界西、有言語發展需要的幼兒、正輪候政府資助服務的家庭提供全面支援。計劃由跨專業團隊組成，以「家庭為本」角度，配合「情境教學法」治療，提升幼兒言語能力，同時加強家長的親職效能。

去年，女青亦特意到新加坡，考察當地成熟的SEN支援服務配套，了解服務特色和吸收營運經驗。未來，女青將繼續拓展SEN支援網絡，讓更多有需要孩子及家庭，及時得到學習、情緒、親子關係等多方面的專業協助，期望社會各界給予更多「應援」力量，讓更多SEN朋友發光發亮。



您。  
幸福嗎？

## 婦女當幸福 快樂發心內

雙職婦女比比皆是，默默耕耘的背後，各位女士有好好照顧自己、感受幸福嗎？

女青於2024年12月至2025年1月進行，以問卷形式訪問1,138位成年女性，探討她們是否幸福，以及自評左右幸福感的因素。

結果發現，本港婦女的整體幸福感指數，平均僅53分，略高於「合格」的52分；當中40.6%受訪者的評分更低於「合格」水平。若以年齡劃分，30歲以下女士的評分最低，50歲以上女士最高，反映年紀越輕，越不感到幸福。

### 幸福與否 觀乎生活順逆

正向心理學理論中，提倡幸福可以由五個元素構成，包括「正向情緒」、「投入感」、「正面人際關係」、「意義」及「成就感」，英文簡稱PERMA。

正向情緒出現頻率越高、全情投入於一項活動並進入「心流」(Flow)狀態、擁有良好及美滿的人際關係、找到對自己人生有意義的事、在自己認為有意義的事情達到預期目標，都是持續讓我們感到幸福的來源。

五項元素看似獨立，卻又互有關連，比如在鑽研時裝設計方面非常投入，作品獲得了比賽大獎認可，並收穫家人和朋友的支持與鼓勵，一件事情就會讓你從多方面提升幸福感了。

反之，在某些事情或環節不順利，也會連帶在不同方面感到挫敗或消極，幸福感也距離越遠。



## 影響

## 婦女幸福感的事……

## 雙職平衡

72.0%

認為平衡家庭與工作很困難

64.5%

想花更多時間與家人相處，  
但擔心晉升機會減少

## 職場待遇

73.7%

薪酬水平過低

69.7%

工時過長

## 人生意義

55.6%

認為生命沒有意義

49.1%

人生沒有清晰的目標

## 關愛自己 幸福之本

女青服務總監（就業服務及女青運動）胡婉玲認為，是次調查反映普遍女性，特別是年輕一群，非常關顧自己的個人需要與發揮所長，卻發現期望與現實存在落差，與傳統華人社會對婦女的印象不盡相同。

她稱，時代女性都有一定教育程度，在不同範疇對自我實現（self-actualisation）有一定期望；但在日常生活中的多重角色，際遇並不理想，更容易對人生目標或意義感到一籌莫展，覺得生活並不滿意、快樂。

不少女士都身兼打工仔、家長、照顧者等多個身份，胡婉玲建議，女士應多留時間給自己、

學習關愛自己，才有心力去照顧別人。例如在日常生活營造有質素的獨處時光（Me Time），例如吃東西、看影片甚或閉目休息；又或在閒暇時間，重新啟動「學習模式」，接觸新知識或興趣，都有助增加婦女探索生活的意義。



# 家庭價值 幸福揚帆

不論社會如何發展，美滿的家庭生活、盡帶歡笑的天倫之樂，對廣大女士來說，依然至關重要，猶如最強後盾，支撐她們的人生。

是次調查發現，雖然整體婦女自覺不算幸福，但絕大部份受訪者很滿意子女關係（90.3%）、父母關係（87.3%）、伴侶關係（79.8%）以至整體家庭生活（89.1%）。大部份婦女亦表示擁有健康的社交生活，例如每月與朋友聯絡或見面（79.3%）、擁有可以放心傾訴私事的朋友（90.8%），反映良好的家庭和人際關係，給予婦女很大程度的幸福感。

女青服務總監（就業服務及女青運動）胡婉玲指出，雖然社會價值觀不斷變更，但家庭價值始終是婦女平安喜樂的泉源；即使在其他方面的際遇並不如意，婦女也會期望能盡最大努力，經營親子和伴侶關係。

她又指，大部份婦女身兼「打工仔」、妻子、母親以至照顧者等多重身份，社會應繼續關注婦女的「無酬勞動」及付出，例如嘗試與她們商討家庭分工，發掘更多共同承擔的可能性；而職場上的家庭友善政策或僱員身心靈友善措施，都能幫上一把。她指出，當社會凝聚更多智慧和好主意，女性就有更大機會活出自在與幸福。

幸福100%



女青服務總監  
（就業服務及女青運動）胡婉玲

關懷  
婦女

賽馬會 x 女青 3.8 小手傳大愛

按摩  
教學短片

## 一起轉動 家庭幸福摩天輪

女青自創會以來，一直以關顧婦女權益及全人發展為己任，並趁今年的國際婦女節，繼續發揮倡議及主導角色，與社區夥伴一起，用行動傳揚正能量和幸福感，向所有婦女致上最深的謝意。

### 80幼童巧手自制「愛的按摩油」

今年3月，女青與賽馬會攜手舉辦「賽馬會x女青3.8小手傳大愛」活動，包括四場香薰按摩工作坊，在香薰治療師指導和約80名馬會義工隊成員協助下，約80名孩子利用沉香、甜橙和薰衣草的香氣和功效，親手調配最適合媽媽的「專屬按摩油」；並即場學習頭、頸和手部的按摩技巧，為身旁的媽媽送上最溫暖的小手按摩，場面感人。



此外，女青額外製作和派發超過3,000支香薰按摩油，加上按摩教學短片，鼓勵婦女關愛自己，幸福觸手可及。

## 暢遊主題樂園 圓滿基層家庭夢

滿載歡樂的主題樂園，是一家大細共渡幸福時光的好去處。承蒙香港迪士尼樂園贈送1,500張門票予女青受眾，讓一眾婦女與家眷於3月期間暢遊主題樂園。不少孩子在園區看到經常在電視出現的動畫角色，都非常興奮；作為家長，見到孩子天真爛漫的笑臉，幸福油然而生。







## 「青」年有話兒：

## 同行追夢

每一位年青人都有夢想，但亦需要面對現實的種種狀況，家榮的故事正好展現了夢想與現實之間的掙扎。家榮在基層家庭成長，中學開始由母親獨力照顧，直至他修讀高級文憑（日文）後，因未能立即找到工作，需要參加就業支援服務。

就業支援服務是以家庭為基礎的綜合就業支援服務，協助服務受眾克服就業障礙，增強受僱能力，早日覓得有薪工作。

家榮對日本文化及生活方式充滿熱愛，希望能夠前往日本工作和定居。作為社工，理解家榮的掙扎，而家榮母親則希望他有穩定的收入，減輕家庭經濟負擔。

家榮曾嘗試說服母親，但心底裏都有對計劃（前往日本的生活及工作）的不確定性而感到迷惘。家榮面對這處境時，社工正好成為他的同行者。年青人不論是來自基層或一般家庭，都有自己的夢想，只是有時未必有表達和實踐的機會；女青社工的角色，就是持守「生命的栽培」信念，協助他們實踐夢想。

經過一個多月，家榮成功獲聘，於一間日本語學校擔任文員，既有穩定收入、又可以追求自己的夢想，更能在工作中運用所學的日文知識，實在是一件美事。

每位年青人都有無限的潛能，在追求夢想的過程中，需要學會如何設定現實的目標，既追求理想，又不會因家人的期望而完全放棄。社工的任務，就是

引導他們找到一條屬於自己的人生路，陪伴他們成長；當他們出現負面情緒或想放棄時，傾聽他們的心聲，鼓勵他們勇敢向前，讓他們知道追夢旅程並不孤單，身邊永遠都會有人支持自己。

就業支援服務，不單單協助服務受眾「搵一份工」，而是尋找一份合適自己的理想工作，繼續追尋夢想。



家榮與梅姑娘的合照



天水圍綜合社會服務處  
單位主任（服務）梅婉琪



## 新世代「女」子力：

性，是人生的一部分，也是青少年在成長中充滿好奇的階段。面對迅速變化的社會價值觀，以及對傳統性別觀念帶來的挑戰，都讓青少年對性態度帶來影響和衝擊。

### 「奇開識性」性教育工作坊

為確立正確性知識，協助青少年在兩性關係中作出負責任的抉擇和學習尊重別人，並建立性別平等的正向態度，婦女事工部為初中女生度身訂造「奇開識性」性教育工作坊，內容包括探討月經污名化、學習「兩性相處法則」、從自衛術學習自我保護、認識影像性暴力及預防網絡性危機，以「積極同意」的角度去拒絕違反個人意願的傷害等。

### 有學生回應：

「學到嘢！特別係講月經嘅小知識，以前都冇人講過，覺得長知識。」

「原來以前覺得自己肥，所以成日都唔食飯，但聽完今日覺得其實肥少少都有問題。」

「不論男仔女仔，都有責任和權利去決定和選擇親密界線。」

「對青春同兩性關係有新認識，認識多咗好多情況原來都屬於性騷擾嘅。」

「學習女子自衛術不是為了打到對方『趴低』，而係為咗保護自己，畀自己更快跑得甩。」

## 「奇」開識「性」

工作坊的參加者，大部分是有特殊教育需要學生。其中一位有語障的女生，在校內有男朋友，二人多次離合，甚至為對方而留級，情緒波動較大。她分享處境和吸收工作坊知識後，明白要好好保護自己。

另一位有情緒困擾的女生，則表現得很主動，積極發言和參與更是帶動其他同學，尤其透過角色扮演，將拒絕性騷擾的方式表達出來。她希望在工作坊認識新朋友，雖然不知最終成果，但相信工作坊能夠幫助她們解答心裏對兩性議題的疑惑。

事實上，婦女事工部一直透過「中小學生性別意識入校培育計劃」，以性別視野探討男女平等、兩性相處、預防性騷擾及分手處理等議題，透過講座或工作坊形式，為超過250所中小學校提供性別意識教育講座及工作坊。我們希望學生明白性別意識及兩性尊重的重要性，也能突破傳統觀念對兩性發展的規限，跳出框框，共同建立性別平等的社會。



婦女事工部  
社會工作幹事  
劉翠萍



## 「家」家有本難唸的經：

## 淺談「教養安全圈」

在處理幼稚園個案中，常聽到家長在育兒路上（尤其是照顧SEN幼兒時）感到無力，或覺得自己不是完美的父母。筆者最近與教育心理學家以「教養安全圈」為理論框架，舉行了八節家長小組，讓家長從另一角度看孩子的行為，回應孩子的真正需要。

「教養安全圈」是讓父母建立子女依附關係的一種方法，當中有兩個重要概念：

成為夠好的父母：我們深信每位父母都會將自己最好的給孩子，但人總有犯錯的時候，我們因而自責，其實孩子的健康發展，取決於錯誤以後適當的修正。

永不太遲：成為夠好的父母，任何時候都可以，即使孩子長大了，在父母心中，他們永遠是小孩。

另外，「教養安全圈」有三個核心需求，包括頂部的「探索」；中間一雙手象徵父母的「看顧」；底部的「尋求安慰」。

安全圈是一個路線圖，讓家長可快速而準確地觀察孩子表現的需求。孩子會在安全圈不斷「走動」，例如先「探索」，然後回父母身邊「尋

求安慰」，直至填滿他們的情緒需要後，又會再出去探索。同時，父母會持續回應，並與孩子「同在」，幫助孩子建立情緒調節技能。

父母設下的安全圈是否理想和「安全」，也與「鯊魚音樂」息息相關。如果父母因為童年時的缺失或陰影（猶如「鯊魚音樂」響起），而對某些情景、身體接觸或孩子的需要感到抗拒或不安，從而迴避孩子的需求，安全圈的設置、教養效果就無形地被影響了。

所以，當家長在育兒路上感氣餒時，請停一停，仔細觀察和思考孩子在安全圈哪個位置上，亦要靜下心來，了解自己有否被「鯊魚音樂」妨礙了教養的判斷，如何與孩子「同在」，更準確地回應他們的真正需要。



黃麗琪 總主任  
（兒童及家庭服務）





## 「耆」妙世代：

長者踏入晚年，需要面對各種的失去：退下工作崗位，失去穩定的收入；年紀漸長，失去健康的體魄；親友離開，失去親密的關係，難免對長者帶來困擾影響情緒健康。明儒松柏社區服務中心2022年推展「賽馬會樂齡同行計劃」，專門為受抑鬱困擾的長者提供支援。服務包括心理輔導、治療性小組及配對朋輩支援員，希望陪伴他們走出情緒低谷，重拾生活的色彩。

計劃推行初期亦有苦澀的時刻，由於華人社會普遍對精神健康議題較為避諱，更遑論主動求助，要與長者討論相關話實不容易。服務路上跌跌撞撞後，發現長者抑鬱很多時隱藏在失眠、食慾不振、動力降低等表徵之下，透過協助長者處理身體上的不適為切入點，比較容易建立聯繫並協助了解情緒困擾與自身健康的關係。

作為社工，看到服務使用者生命的轉變，是工作路上甘甜的回憶。金女在參與計劃前一直與丈夫相依為命，兩人沒有子女亦甚少參與社區活動，當老伴過身後，金女頓時覺得生命失去方向與依靠，更不時感到情緒低落。直至金女經過介紹來到中心參加計劃，參與情緒小組及配對朋輩支援員後，漸漸變得正面，從害怕與他人接觸

## 情緒幽谷中 與長者並肩尋光

及打開心窗，變得願意參與中心活動。即使服務完結後，金女與配對朋輩支援員仍然保持聯絡，更積極參與中心義工服務，從受助的經驗中感受到愛與關懷，轉變成為助人者。

### 成為他人生命的一道光

「把自己活成一道光，因為您永遠不知道誰會藉著您的光走出了黑暗。」於計劃工作了三年多予我最深的體會，不單是社工要成為他人生命路上的光，義工及個案也都成為推動我們繼續向前的點點星光。我們深信每位長者都值得擁有愉快、有尊嚴的晚年。只要我們願意用心聆聽，定能陪伴更多老友記走出情緒的陰霾，活出豐盛的晚晴。



明儒松柏社區服務中心  
「賽馬會樂齡同行計劃」  
社會工作幹事 馬家穎



## 傳承女青恩 凝聚力量

本篇由基督教及  
會員事工部撰寫

今年的女青創會日祈禱會，已於2025年3月5日在九龍會所紹邦堂舉行。我們感謝上帝，當日近200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。

當日環節緊湊，內容豐富，首先由女青基督徒同工獻上讚美的歌聲，數算上帝祝福女青行過恩典之路。隨後，總幹事楊建霞及會長李淑英分別帶領禱告和讀經。

總幹事楊建霞作出回應分享，感恩本會的各項服務正回應着生命的需要，整全的服務網絡介入服務使用者的生命，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」。

### 特別演出

當日的特別環節是由「愛的根源」基督徒婦女義工演出《生命的奇蹟》話劇，透過四位本會會員的故事，深刻展現了女青在2025至2028年期間推動的女青運動的重要議題，包括婦女支援、充權、參與、領袖發展及福音工作。

這部話劇旨在讓觀眾認識女青運動的重要性，強調信仰與日常生活的關聯，並在不同層面的

服務中彰顯女青精神。女青致力於栽培生命，塑造基督文化，培育真理，治愈創傷，顯現被贖的恩典和慈愛，帶來生命的盼望，幫助婦女建立自強、活潑而豐盛的生命，恢復上帝創造的美好秩序。



女青會長李淑英（前排中）、總幹事楊建霞（前排左），與張敏儀牧師（前排右）及一眾話劇演出者合照。



## 《生命的奇蹟》話劇四個故事

**婦女支援：**一位年輕媽媽在接受女青服務後，透過烘焙曲奇過程，學會耐心等待生命的成長，體會到成長的美好。

**婦女充權及參與：**鄭慧貞女士在秀群松柏社區服務中心服務了30年，分享了社會服務賦予她的權能和責任感，並透過信仰改善與丈夫的關係。

### 青心言情

副總幹事李雯珊主持的「青心言情」董事篇環節中，兩位董事謝淑賢及王絳彥強調女青一向重視「雙翼齊飛」，即董事、委員與同工之間的互信與尊重。



**婦女領袖：**前任董事李諾詩的故事，展示了她如何通過參加香港女聲培育計劃，從一個內向女孩逐步轉變為積極的女性領袖。

**福音工作：**丘佐榮中學「生命師傅」計劃中，丘中與香港華人基督會合作，引導一位對宗教科目沒有特別想法的學生，從中體會生命的轉變。

### 信息分享

張敏儀牧師（中華基督教會全完堂）喜見女青看一切所得的全是恩典，並持守著女青的使命。她指出，所有的恩典都是來自上帝的賜予，並鼓勵大家持守一個「委身的運動」，以期能夠轉化社群。

會議的最後，女青運動委員會主席黃慧貞女士帶領全體會眾進行禱告，為女青各部門的服務、以及當前世界和社會的需求祈求支持。

願主賜福女青們同心協力，共同成為愛與希望的使者，為社區帶來祝福。

### 參加者對是次聚會的感想

生命的栽培；恩典滿滿；勿忘初心！

非常感謝同事的籌備，是充滿愛和感恩的一次幹事會和祈禱會。非常感謝！

於文化承傳、創會精神和同事間互相協作，如何推動服務和對服務使用者的初心。

「情常在」。在地區工作要常存一份情，才可明白服務者都需要。

「我們原是他的工作，在基督耶穌裏造成的，為要叫我們行善，就是上帝所預備叫我們行的」

以弗所書二：10







## 「飛翔吧，西安！」

本篇由青年及社區服務部  
將軍澳綜合社會服務處  
單位主任(服務)李恩諾撰寫

### 青年義工服務交流團

「正因為沒有翅膀，人們才會尋找飛翔的方法。」這是在撰寫交流團計劃書期間，一直在腦海中出現的說話。「飛翔」有時不一定要驚天動地，但每一次嘗試拿出勇氣，每一次選擇突破自己，夢想都會帶領我們高飛。這是我對自己的提醒，也是對交流團的期盼。

去年12月26日至30日五天的西安旅程，以「義工」和「交流」為主題。我們與西安市基督教女青年會合作，安排了兩地共25名青年義工，攜手進行四次義工服務，包括殘疾人士服務、農村小學攤位活動、農戶探訪以及長者院舍服務。透過一同籌備，互相學習和分享，讓義工們在過程中表達關愛之餘，亦能彼此啟發，建立情誼。

此外，我們亦安排西安青年義工帶領香港義工到不同地方參觀考察，並舉辦兩地義工交流會，讓本地義工透過不同機會，認識祖國的發展及改變、當地青年的生活、升學以至就業等議題，深化共鳴、理解差異、並肩同行。





交流團中有兩個片段特別深刻。第一個片段是，有天我們一同前往周至縣樓觀鎮大玉小學服務，當日氣溫接近攝氏零度，我們一行20多人在學校不同課室內，擺放了八個與「愛的語言」相關的攤位活動，接待村內近120名小學生。這是香港義工在前期籌備期間，花最多時間準備的一項服務，不論是物資籌措、與西安義工協調、安排學生分流、面對突發情況等，對義工來說都絕不容易；但他們仍然積極尋找方法面對各種挑戰，與西安義工一同展現團隊精神，最後讓當地的學生度過了難忘的一個早上，離開時也花了好一段時間道別和拍照。有句說話從學生口中聽到，「痛苦並快樂著」，我想這是突破自己的必經階段。

第二個片段是兩地義工道別前的「兩地惜別會」。看到義工們為了這一晚預備了很多，由回憶到回饋，珍重到道別，感受到他們之間的「情」跨越了語言和地域，我想這份純粹的友誼，是義工們在出發前沒有想過，卻可能是最大的收穫。望著他們互相擁抱，有些年青人甚至流下眼淚，突然體會到「義務工作」真的能夠連結彼此，即使身在不同地方，只要懷著相同的熱情和信念，總有一天會在飛翔的過程中再次碰面。

出發前最後一次的籌備會議裏，我曾經跟義工們分享，自己其實跟大家一樣，也是第一次帶領內地交流團，面對未知的情況都總會緊張和擔心。但正因為這樣，我們需要彼此，我們需要團隊互相補足。每趟旅程都有結束的時候，但這五天的回憶，所有的堅持、突破、感動，都會是未來人生中的重要養份。

也許有一天當我們迷失或懷疑自己時，這些經歷會給予我們勇氣，再一次振翅翱翔。





## 賽馬會「順孕無憂」支援計劃

資訊平台 啟動 禮暨 懷孕 歷 體 驗 展 覽



## 賽馬會「順孕無憂」支援計劃

### 八大範疇服務 與準爸媽相伴孕產之旅

懷孕是奇妙而珍貴的旅程，由香港賽馬會慈善信託基金捐助、香港基督教女青年會、香港都會大學賽馬會健康護理學院及香港心理衛生會攜手推行的賽馬會「順孕無憂」支援計劃，就為準爸媽、家庭成員以至照顧者提供全方位適切支援。

該計劃於2024年3月開展為期三年的整全服務，涵蓋八大範疇，包括產前篩查、孕期健康諮詢、孕期電話輔導專線、產前準備小組，以至產後跟進、認知行為治療、「孕產大使」到戶支援和家庭分層護理監測等，全面照顧準爸媽的心理健康和家庭需要。

此外，計劃亦設立全港首個一站式網上孕產資訊及支援平台，囊括專業孕產知識、學習短片、相關活動資訊，以至寶寶成長紀錄等功能，讓準父母由懷孕到嬰兒初生階段，都能樂觀積極面對。



準爸爸感受「陀B」時做家務及俯身拾物的難處。





一眾「準爸爸換尿片大賽」參賽者與太太合照。圖左一及右一分別為女青總主任（兒童及家庭服務）伍偉基先生、香港心理衛生會副總幹事黃敏信先生，他們是比賽的評判。

作為推行機構之一，女青總幹事楊建霞表示：「配偶和家人的支持，是婦女孕產之旅的重要支柱，也是維持良好家庭關係的元素。我期望與合作夥伴攜手推行計劃，能夠排解準爸媽和家庭的擔憂，享受新生命帶來的喜悅和天倫之樂。」

3月初，女青就於將軍澳新都城中心二期舉行懷孕歷程體驗展覽，網羅孕產旅程資訊、懷孕相關趣味體驗活動、互動攤位；並邀請婦產科專科醫生主講專題講座，社工、護士和陪月員也在現場與新手父母交流，分享懷孕小貼士。當日現場人頭湧湧，一眾新手父母蒞臨觀摩，從趣味攤位遊戲、資訊展板和主題講座當中吸收孕產知識。

當日亦舉行了一場別開生面的「準爸爸換尿片大賽」，12位苦練「換尿片」手藝的準爸爸們即席「獻技」，過程緊張刺激亦笑聲連連，最後勝出者的準爸爸，獲頒「金手套」作嘉許。



公眾仔細聆聽「湊B」小貼士。



懷孕歷程體驗展覽吸引不少家庭到場。

賽馬會  
「順孕無憂」支援計劃  
網上支援平台





# She出無限可能



WOMEN'S KIT<sub>chen</sub>

三飪一湯，亦可三頭六臂！  
所有婦女都具備無限可能，適當的支持，  
讓她們可以綻放光芒，  
女創前行，拉闊最強女子力。

新技能



## S+高峯會暨博覽

### 兩大重點計劃 助婦女「SHE出無限可能」

年度社福界其中一個重點展覽——由社聯主辦的「S+高峰會暨博覽」，已於5月20日至21日舉行。今年展覽主題為「凝聚各界，共創永續社會」，女青以「SHE出無限可能」為展位重點，帶出「賽馬會就職女途計劃」及「賽馬會Young媽予里」兩項嶄新服務，廣獲業界及企業夥伴讚賞。

是次展覽為期兩日，錄得逾1.4萬人次入場參觀，場內可謂人頭湧湧；當中不乏有興趣合作可持續發展項目的機構代表或業內人士，與場內各參展的社福機構即場洽談。



女青同工向親臨的貴賓講解兩大重點婦女項目。



女青專為展覽製作的展示道具(左)及105周年紀念版便攜拉尺(右)，大受歡迎。

女青的展位以「SHE出無限可能」為主題，巧妙地把廚房及裝修工地合二為一，煮食用具與士巴拿、鐵鎚共冶一爐，象徵婦女可打破性別及角色界限，不單入得廚房，就算拿起維修工具也能游刃有餘。今年女青重點介紹的兩項協助婦女重返職場計劃包括：

### 賽馬會「Young媽予里」計劃

試行可持續發展的社區營運模式，鼓勵15-24歲的年青媽媽服務其居住的社區。例如於五個地區設「享里左近」共享站，放置嬰幼兒用品自助服務機，讓育有六歲以下子女的基層家庭，靈活獲得免費優質資源。亦透過推動鄰里間共享育兒資源，提升社區參與及推動生態友善環境。

參與其中的年青媽媽，通過社區回收和資源共享，回饋社區之餘，也培養自強能力，為下一代創造美好的未來。

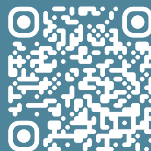


### 賽馬會「就職女途」計劃

協助來自葵青區35-55歲之婦女，透過就業準備及技能選修課程、一對一職涯啟導服務、同路人小組、職場體驗、婦女友善招聘及其他促進社交網絡之活動，提升她們的工作能力和心理質素，應對重投社會的挑戰。



有興趣合作的機構，歡迎瀏覽女青特設的專題網頁，惠賜聯絡方法，一同改變社會：



企業合作專題網頁





## Shake Shack香脆魚堡X女青大澳漁網袋

美味與傳統手藝交織愛心 推動大澳可持續發展



大澳乃香港僅有保留漁村文化的城鄉地區，是熱門的旅遊地點之一。面對地方偏遠及人口老化的問題，女青致力推動大澳可持續發展出一分力。

本會早前獲Shake Shack支持，透過全球首推的香脆魚堡為女青大澳文化生態綜合資源中心籌募經費：開售當日每售出一個魚堡，Shake Shack便會捐出港幣5元，支援大澳區內技術和學歷較低的居民，提供在職培訓及就業機會。當日在國際金融中心分店購買魚堡的首100位顧客，更獲得由大澳退休漁民製作的漁網袋及Shake Shack利是封。

這次編織漁網袋的任務，由兩位退休漁民十三叔及玲姐掌舵，他們雖然退休已久，但編織漁網的手藝仍然相當嫻熟。為了承傳這門傳統手藝，本會更邀請一班年青人協助。他們最初學習傳統漁網編織技巧，到後來更講求色彩搭配，結合傳統和時尚。感謝這次Shake Shack與女青合作，促成跨代共融、新舊融合。



## 小手牽大手 – 童你齊探索

### 其士集團與SEN兒童體驗生活

在日常生活中，特殊教育需要（SEN）兒童及家長往往需要面臨學習和生活上的各種挑戰。其士集團早前舉辦了「小手牽大手-童你齊探索」活動，由愛心義工陪伴SEN兒童體驗生活，亦讓家長們有喘息的機會。

活動當天，其士義工帶領SEN兒童前往參觀「恐龍古生物化石科普展」。各人參觀多個展示區，包括密林區、沼澤區、天空區、深潛區等，彷彿置身恐龍生活的真實環境，讓他們大開眼界。他們更在多個場景中合照互動，充滿歡樂。及後，義工與小朋友一同參加甜品工作坊，製作藍莓酥餅。SEN兒童專注製作，更在義工陪伴下耐心學習，運用雙手及味覺製作美味甜點，對他們來說也是個小小挑戰。最終他們不負所託，完美達成任務！

小朋友都很珍惜這次出外探索的機會，讓他們有機會與陌生人相處，學習社交禮儀和更

多有趣知識。感謝其士集團義工組織這次活動，小朋友和大朋友也很享受這充滿歡樂的一天。





# 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。

## 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)<br>香港基督教女青年會           | 銀行號碼<br>024                   | 分行號碼<br>280         | 賬戶號碼<br>178559 - 001 |
| 我 / 我們 / 本公司在儲蓄 / 往來戶口紀錄之名稱<br>(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付本人/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付本人/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 \_\_\_\_\_