

幟萃



城市女青年商會
(國際青年商會香港總會成員)

2020 Vol 36 8月號



尋找你的內心小孩，勿忘初心
會員 Fun 享及長知識工作坊
全港時尚專業女性選舉2020得獎者誕生
童 FUN 同享短片拍攝比賽直播



www.jcicitylady.org.hk



 JCI City Lady 城市女青年商會

同心展關懷
caringorganisation[®] 2015-19
Awarded by The Hong Kong Council of Social Service
香港社會服務聯會頒發

青商信條

我們深信 ...

篤信真理可使人類的生命具有意義和目的；
人類的親愛精神沒有疆域的限制；
經濟上的公平應由自由的人通過自由企業的途徑獲得之；
健全的組織應建立在法治的精神上；
人格是世界上最大的寶藏；
服務人群是人生最崇高的工作。

青商使命

提供發展機會以促進青年人創造積極正面的改變。

青商願景

成為全球具領導性的青年積極公民網絡。

會長：嚴禮華
出版事務顧問：黃明倍參議員
秘書長（出版事務）：朱穎思
出版事務幹事：鄧伊琳
欄萃主編：鄧伊琳
地址：香港上環干諾道西21-24號海景商業大廈21字樓
電話：(852) 2543 8913

特別鳴謝：
國際青年商會香港總會會長 鄭永翔參議員
國際青年商會香港總會指派執行委員 謝啟豪
和富社會企業
亞洲移民顧問中心
香港女童軍
再生玩具
普信貿易有限公司

2019 最佳分會 (56-90人) 優異獎
2019 最傑出出版刊物
2019 最佳企業傳訊工作計劃
2019 最傑出可持續發展工作計劃
2018 最傑出分會 (25-55人) 優異獎
2018 最傑出出版刊物
2018 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2017 最傑出分會 (25-55人)
2017 最佳新工作計劃
2017 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2016 世界最傑出可持續發展工作計劃
2016 最佳企業傳訊工作計劃
2015 最傑出可持續發展工作計劃 優異獎
2015 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2015 最佳電子市場策劃 優異獎
2014 最傑出可持續發展工作計劃
2014 最傑出出版刊物 優異獎
2014 最傑出積極公民框架 優異獎
2013 最傑出分會 (25-55人) 優異獎
2013 最佳社會發展工作計劃 優異獎
2013 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2011 最傑出分會 (25-44人)
2011 最佳籌款工作計劃
2011 最傑出出版刊物
2011 最佳企業傳訊工作計劃 優異獎
2010 最傑出分會 (25-44人) 優異獎
2010 最傑出出版刊物 優異獎
2008 世界及亞太區最傑出新分會

派發點地址：

國際青年商會香港總會	OneStart 旺角分店
The Wave 旺角分店	OneStart 觀塘分店
The Wave 觀塘分店	Desk One 銅鑼灣分店
Royal Dragon Group (Hong Kong) Ltd.	Desk One 旺角分店
Mozoo Health Limited	Desk One 荃灣分店
The Artistic Mind	The Desk
Hafina Lounge	Campfire
SOUL Marketing Group Limited	Ooosh
香港婦女勞工協會	LightHouseCospace
清潔工人職工會	新家園協會
兒童糖尿協會	膳心小館
香港女童軍總會	和富社會企業
香港女童軍興趣章訓練中心	M Patisserie
香港女童軍港島中心	Atelier Wengi
香港女童軍新界西中心	《閱讀·夢飛翔》文化關懷慈善基金
香港女童軍天水圍何超瓊活動中心	義工服務中心
OneStart 荔枝角總店	Salon Square
OneStart 中環總店	Emmanuel Hair Design
OneStart 銅鑼灣分店	

《初心》

主編的話 - 鄧伊琳



"a pen is mightier than a sword."

一直成長以來都欽佩文字的安装

力，尤其是博大精深的中文。小時候曾立志要當一名作家，出一本散文集。但不知從何時起開始被現實威懾，最後亦放棄修讀創意寫作的機會，選修了媒體。更可惜的是，留學期間要撰寫中文稿的機會少之又少，文筆已略漸生疏、大不如前，寫作的動力自然大大減少。參與這一期欄萃的創作令我重新執筆，雖然不似以前文從字順，但絕對重拾我對文字的熱忱，促使我追隨初心。

目錄

會長的話／總會指派執行委員的話	1
Fun 純集，Connect	2-3
會員專區	4-5
會員 Fun 享	6-7
小手愛地球 - 童 Fun 同享	8-9
點子生活 - 愛地球 Earth	11
《初心》：伍穎儀專訪	12-13
點子生活 - 愛自己 Well Being	14
時尚10年	16-17
《初心》：文慧詩專訪	18-19
《初心》：陸詩韻專訪	20-21

加入城市女青年商會

- 你會為社會帶來貢獻
- 你會擴展事業人際網絡
- 你會結交更多朋友
- 你會在工作及個人能力上有所成長
- 你的生命會比現在更有意義

<http://jcicitylady.org.hk/join-us/>
info@jcicitylady.org.hk



各位讀者、各位青商好友、各位城市姊妹：

二零二零年的上半年過去了，來到第三期的欄萃，主題為「初心」。在第一期時曾轉載過古羅馬哲學家塞涅卡的話：「如果一個人不知道他要駛向哪個碼頭，那麼任何風都不會是順風。」回顧上半年，時間過得很快，但經歷的事情也很多。這半年大家就如在大海中接受著海神的挑戰，強風、逆流、大浪相互交織著，為大家預備了一個又一個難題。但風浪過後，彩虹隨之而至，只要初心不變，繼續向著自己的碼頭駛進，目的地終可到達。

這些月來，見盡姊妹們的堅持、互補、謹守崗位。「喜承初心」是我會本年度的主題。初心不是說的，不是演的，是由心出發表現出來的。每一位會員發揮到自己想做的事，是本會的成就之一。自發性的口罩捐贈及派發、不間斷全方位的個人領導培訓、每個活動的臨場應變、不同網上工具的應用等等，部分項目活動都與原先所定下的不同。每個活動、每次會議，大家都因著環境變數而加入新元素，配合天、地、人而舉行的一個又一個活動。就是因為這變幻莫測的「疫」境，讓我們有充足的發揮空間，每一個活動、嘉賓、計劃有著出現的原因及意義。

最後，借用總會會長常說的「感恩」。感恩有一群同一思想、同一方向的好姊妹這半年的齊上齊落，令這半年是這麼的充實。

距離2020年完結還有幾個月的時間，感恩、珍惜、努力。共勉之。

城市女青年商會會長

嚴禧華

會長的話



總會指派 執行委員 的話



雖然受到疫情影響，籌備活動時均往往遇上不同程度的限制，計劃內的事情永遠趕不上變化，正在這段困難日子中，會長帶領著一班專業女性一起推動青商工作，透過不同的工作計劃及領袖培訓課程為社會創造更多的領袖，在商務發展上「全港時尚專業女性選舉」已經踏入第十屆，每年均選出兼具時尚、專業及社會貢獻的傑出女性，鼓勵更多香港女性有積極正面的價值觀。另外社會發展旗艦工作計劃，「童Fun同享-小手愛地球2020」，欣賞小朋友們製作的精彩短片及了解再生玩具的知識，延續玩具的生命力，將玩具分享給柬埔寨小朋友，非常溫暖。青年商會作為領袖培訓的平台，培養年輕的領袖為重要目標之一，會長亦悉心安排一系列領袖培訓工作計劃，「城·袖」系列工作坊，內容廣泛兼具實用性。從籌備工作計劃學習到不同的技巧外，發揮會友間互相影響的力量，將喜悅氣氛帶入組織、與一群志同道合的人，一起作個人成長，毋忘入會初心。

期望城市女青年商會會友發掘大家的潛能，為我們的社會創造積極正面的改變，一起「Lead Connect Achieve」。

總會指派執行委員

謝啟豪

今年香港總會的口號為：
LEAD CONNECT ACHIEVE

ACHIEVE

JCI is more than an organization, the culture within has been passed on for years. With the 70th anniversary, it is a golden opportunity for JCI HK & LOMs to consolidate our position among the other NGOs. With different PR strategies and actions.e.g. JCI Arm in Arm, we will clarify our determinations in attaining leaders to our partners and showing our communities with love and care. To keep up with the pace of the changing world, JCI HK is looking to inspire our members with the wise knowledge and experiences of our senior members, our invaluable assets.



實現

國際青年商會不單是一個組織，而是結合及傳承了多年的文化。在國際青年商會香港總會成立70週年之際，這正是鞏固我們在其他非牟利組織中的地位的最佳機會。通過不同的公關策略和行動，例如 JCI Arm in Arm，我們將闡明在吸引領導者成為合作夥伴方面的決心，並向我們的社區展示愛心和關懷。為了跟上步伐，香港總會希望集合前人的知識和經驗，配合變化萬千的社會，去激勵我們的會員傳承文化，服務社會訓練自己。

Fun 純集



九龍青年商會第55屆會慶晚宴



青商簡介會



防疫帽收取及派發給會員



城市青年商會626會慶聚會



秘書處幹事高穎芝新店開張之喜



Effective Leadership JCI Official Course



浩洋青年商會會長新店喬遷之喜



總會之各範疇聯合董事局網上會議



JCI Admin Official Course



JCI will accelerate transformation by investing in technological, financial and human resources.

JCI HONG KONG 70TH ANNIVERSARY SPECIAL:

{fun facts}

JCI Conference and Congress

hosted by JCI HONG KONG in past 70 years

Welcome to the first issue of JCI Hong Kong **Fun Facts!**

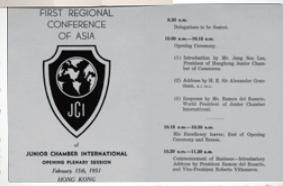
Every year, JCI Members unite in their regions for JCI Area Conferences and at World Congress to exchange ideas, learn how to maximize their local impact through dynamic workshops, programs and trainings that inspire global collaboration for a better world.

JCI Events give members a chance to take advantage of JCI's international network while enhancing their National Organizations.

At these global conferences, JCI gives its members the opportunity to address international issues and show their commitment to becoming socially responsible leaders.

JCI Hong Kong had the opportunity to host 6 Conferences and 2 Congress in our past 70 years of history. What a remarkable achievement for us!

CONFERENCE 1951



Program rundown of First Regional Conference of Asia (Feb 15, 1951) with Sir Grantham (Governor) as Guest of Honor.



Invitation card of the First Regional conference of Asia hosted by Hong Kong Junior Chamber of Commerce.

CONFERENCE 1954



JCI International Officials were ready at the head table for the proceeding of the 4th JCI Regional Conference in Hong Kong.

CONFERENCE 1966



"A Better World Tomorrow Through Jaycee Training Today" - Theme of 1966 JCI Conference in Hong Kong.



More than 350 Delegates from 14 different nations attended the JCI Regional Conference in Hong Kong.

CONFERENCE 1972



JCI Hong Kong Conference in 1972 "Welcoming Cocktail".



The junk on the Logo of the JCI Conference already told that it was held in Hong Kong.

CONFERENCE 1979



Instead of cutting ribbon, fresh hand made Beijing noodle was used in the JCI Hong Kong Conference Welcoming Reception.

CONFERENCE 2012



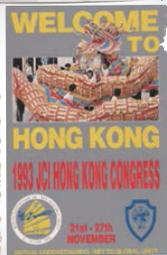
The Hon Donald Tsang, Chief Executive of Hong Kong SAR, was the guest of honor of JCI Asia Pacific Conference in Hong Kong.

CONGRESS 1962



The 17th World Congress of Junior Chamber International was Hosted by Hong Kong Jaycees (The surplus of the Congress was put into investment under the management of the Board of Trustees).

CONGRESS 1993



1993 JCI World Congress was held in Hong Kong and over 6,000 Delegates participated in the Congress.



Salutation to Spouse Program in JCI Hong Kong Congress.



Receiving World TOYP awardees in JCI Hong Kong Congress.

SPONSORSHIP INVITATION

Become our Sponsor! 14.11.2020

SUPPORT JCI HONG KONG & PROMOTE YOUR BRAND!



ADV SPONSOR

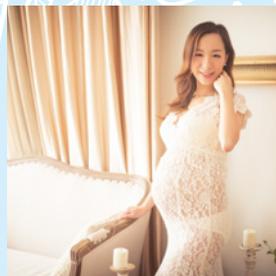


GIFT SPONSOR

多元培訓工作坊

相信好多朋友都希望自己能夠不斷提升及掌握出色的待人接物技巧，建立更廣的人際網絡。本會於6月14日有幸邀請了梁嘉恩 Yoe Leung - 匯豐青年創業大獎得主，2015年全港時尚專業女性選舉得獎者及前十大傑出青年選舉籌委會主席度身訂造課程，針對與本會相關的活動，與會友檢討如何可以在待人接物方面更進一步。透過實例令會友了解到如何在活動中照顧活動嘉賓/歷屆得獎者，及有效安排及分配活動人手、在策劃活動時應注意的種種細節，以及分享了與不同持分者的溝通心得。相信當日出席的會友定能學以致用，繼續承傳本會文化。





2020年對所有人包括我而言，是充滿挑戰的一年。小兒丞湙於今年2月呱呱墜地，從此，我添加了「母親」這個人生角色。

日日翻天覆地的生活，照顧BB的日常包括：溫飽、大小二便、睡覺都是好不容易的課題。大人的學習速度努力追趕著BB成長步伐，疲倦的身軀伴隨著無限的喜悅和滿足。孕育生命是神奇的過程，血肉相連，你的一呼一吸都和肚中的小生命連繫著。

面對現實世界種種的未知、不安，看著小生命迫不及待地探索世界，身為母親，心中五味雜陳。

我只希望他成長於公平、公義、安全的社會，擁有明辨是非、追求真理的心。感謝丞湙的來臨，令我生命更完整。感謝丈夫的愛，令我擁有這一切。

撰文：會員 楊小婷

2020年1月13日，我們的沛諾（小名：蛋蛋）誕生了！

沛諾出生前，總會對他有不同的期盼，希望他將來成為優秀的人。

真正成為父母後，見證著他第一次微笑、第一次戒夜奶、第一次翻身、第一次坐起來、第一次喊「媽媽」……每一個第一次都無比珍貴，伴隨著感動的眼淚；將來更多的第一次，也希望陪伴他去經歷。只希望他能健康、快樂地成長；直到有一天，能夠獨立、有自己的想法、為自己的人生負責。

隨著時間的流逝，我們面對不同事情，很容易忘記了自己的初心。這時，看著沛諾亮晶晶的雙眼、對世界充滿好奇的眼神——謝謝你提醒我時刻莫忘初心。

撰文：會員 孫藹瑩

第二季 每季之星

- 第一名：張煥琪 Shirley Cheung
- 第二名：鍾思雅 Sweeti Chung
- 準會員組別：梁詠心 Summie Leung
- 我最喜愛司儀：麥曉彤 Candy Mak
- 最受歡迎月會：五月份月會暨籌款晚會《春石5月香滿"城"》
- 最投入會員：李健彤 Venus Li
- 最投入新會員：湯淑君 Winky Tong
- 最投入準會員：梁詠心 Summie Leung 周淑華 Floris Chow
- 最傑出幹事：姚燕君 Zoe Yiu 劉子瑋 Cherry Lau（優異）
- 最傑出董事：徐家欣 Katie Tsui

資深青商會

本會的資深青商會已成立了第三個年頭，今年的主席馮嘉盈 Gloria 繼續希望凝聚一眾姊妹情。下半年將會繼續舉行各種大大小小的聚會，等一眾因疫情而久未見面的姊妹聚首一堂，輕鬆一下。大家一定要踴躍參與支持！



Hello JC

因應疫情關係，傳統的五星訓練營 5 Star Training Camp 今年要變陣改為網上教學 "Hello JC"，訓練導師個個變身成 KOL，50 多位學員 2 天一起上課。

Hello JC 是青商的必修入門課。透過活動讓會友能夠認識其他 20 個分會的朋友，建立友誼。同時亦可以對青商有更深入的認識，了解青商價值，如何能夠成為積極公民，青商的各項發展機會，助你發展潛能，成為明日的青年領袖。

以下是參加的會友感想：

身邊雖然有很多青商會友推薦五星訓練營，但本身不太喜歡入 camp 的我卻躊躇不前。因為疫情的關係，今年網上有個和五星差不多的活動，所以我馬上報名感受一下！過程為期兩日由早到晚，可是一點都不沉悶，亦有幸認識到很多其他分會的朋友。



會員 高穎芝



感恩在疫情下，可以參與由五星訓練營轉化、構思而成的培訓課程 Hello JC 2。

Hello JC 的線上小遊戲和線下的互動，不但給予我溫故知新的機會，也讓我認識更多其他分會的人，加深我對青商及其他分會的認知。除了特別推薦新會友參加此活動，希望同樣已經入會一年多的你，也能抓住五星的尾巴。

會員 徐家欣

與會長午餐

在 7 月 5 日進行了 Lunch with P，當日會長，會員事務組和新會友們在尖沙咀的咖啡店共進午餐，氣氛十分和諧輕鬆，新會友能更了解 JCI 之餘大家的感情亦加深了。



JCI Next

今年的 Executive Academy 也創新改革為 JCI Next，也因應限聚令將形式改為小班教學，分開了 4 天上課。學員在這新安排下能更吸收如何成為一個好的領袖，充分發揮及表現自己的能力，帶領團隊完成每個課堂的活動。

以下是參加的會友的感想：

在今次 JCI next 學習到不同的溝通技巧，亦更了解自己的性格及管理方式，對於如何做好領袖帶給了我很多啟發。整個培訓十分生動，完全不覺得有悶場。最開心的是可以與不同分會的朋友一起互相交流，從大家身上亦學習了很多東西。



會員 梁凱瑩



人人都有機會做領袖，但所有領袖都必須經過學習：學習如何有效地去帶領團隊共同向著目標前進，完成任務、學習團隊裏必須配合不同性格的組員，組成更有效率的組合，與不同組員的溝通及合作技巧、練習解決問題。上完課程後，提昇我到另一個層次，為日後帶領團隊作出更好的準備。

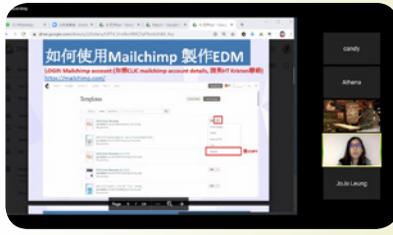
會員 朱穎思

MOTIVATE

JCI will unite the passion of young people to motivate bold action.

120分鐘董事局會議訓練

- 一月 如何籌辦新一年計劃
- 二月 招呼新朋友技巧
- 三月 如何做好 SO 角色
- 四月 如何使用 mailchimp
- 五月 如何撰寫董事局報告
- 六月 發放新聞稿及與傳媒溝通注意事項
- 七月 如何增加 Social Media 宣傳效果
- 八月 提昇個人形象 tips
- 九月 介紹 NC 及 70週年
- 十月 工作計劃傳承
- 十一月 會員挽留的技巧
- 十二月 數碼工作坊



如何運用珠寶 提昇個人形象及 創業分享



有句說話「鑽石是女人最好的朋友。」每顆鑽石都是獨一無二的，當經過切割、打磨、鑲嵌，更會閃爍著光芒；就像女人一樣，經歷過不同試煉後，有其獨特的個性及氣質。

領導才能發展組別有幸邀請到年輕鑽戒品牌 Chellery Jewellery 創辦人鄧敏芝 Cherry 親身與本會會員分享如何運用珠寶提昇個人形象，以及她的創業心路歷程。Cherry 父母是做玉石生意，因此她自小便對玉石珠寶有一定認識。大學畢業後 Cherry 就投身會計師行業，任職 7 年後漸漸意識到原來自己最喜歡做的就是珠寶設計師。原以為承繼祖業會得到家人的支持，但她爸爸因不想女兒多年寒窗苦讀成為會計師的努力白費，極力反對。為免家人擔心，不服輸的性格使她勇往直前，她一開始每日放工後再去上珠寶設計課程，後來更裸辭並「扮工」半年，終取得珠寶設計師牌，並排除萬難成立自己的珠寶品牌，更成功獲取家人支持。

在 5 月 24 日活動當日 Cherry 慷慨地傳授本會會員鑽石鑒賞知識，一眾會員更可以親手在顯微鏡下欣賞到每粒鑽石的手工，切割，成色，清澈度。大家都十分雀躍，並與 Cherry 交流創業心得，獲益良多。





小手愛地球



一件玩具玩膩了你會如何處置？直接丟棄於垃圾箱？有沒有想過你其實可以把玩具生命延續，用更環保的方式處理，給玩具另一個家嗎？

今年社會發展組別的旗艦工作計劃「小手愛地球 - 童FUN同享」透過活動二部曲，教育小朋友環保意識，同時培養愛惜及分享資源的觀念。

踏入第11年，今年度以玩具短片拍攝比賽及玩具回收捐贈日，讓兒童學習分享，體會「施比受更為有福」的正面價值觀，教育兒童「珍惜」，「欣賞」及「關愛」的概念。舊玩具不一定需要丟棄，轉送給有需要的家庭，延續玩具的生命及價值。



感謝評審嘉賓 香港女童軍總會(公關關係)副總監 - 黃凱迪女士，再生玩具店創辦人 - 黎俊業先生及城市女青年商會會長 - 嚴禧華小姐



短片拍攝評審中

AM 亞洲移民顧問中心 ASIA MIGRATION CENTER



簡介

亞洲移民顧問中心為香港展域投資集團及澳洲 VAN-GUARD LEGAL (MARN 1680533 & 1462919) 於香港成立的移民、海外升學及投資項目顧問公司，專注澳洲市場，致力為有意移民，到當地升學，投資或房產買賣之人士提供一站式專業顧問服務。

聯絡方法
亞洲移民顧問中心
香港辦事處

香港九龍長裕街11號定豐中心21樓07室
電話 + 852 2155 1838
傳真 + 852 2154 0555
Whatsapp + 852 5105 0388
電郵 enquiry@asiamigrationcenter.com



www.asiamigrationcenter.com

第一曲 玩具短片拍攝比賽

本會收到超過50位小朋友參加比賽。最後有5隊脫穎而出進入決賽評審日，在決賽評審當日跟評審團分享捐贈玩具的目的及延續玩具生命的心得。

決賽評審日於2020年6月13日順利完成。我們很榮幸邀請到香港女童軍總會（公關關係）副總監 - 黃凱迪女士，再生玩具店創辦人 - 黎俊業先生及城市女青年商會會長 - 嚴禧華小姐擔任當日的評審嘉賓。

評審日以 Facebook 現場直播進行。5位進入決賽的參賽小朋友進行問答環節，進一步闡述他們兒時玩具的故事。當日每位小朋友的表現十分出色，面對鏡頭直播非常淡定，完結前亦為自己的短片拉票。

當日網上直播達超過700個點擊率，反應非常熱烈！而 Facebook 投票時間亦已經於6月27號晚上截止，感謝各位的熱烈參與！



5位進入決賽的參賽小朋友進行問答環節直播



第二曲 玩具回收及捐贈日

二部曲承接及延續「愛惜」及「分享資源」的理念。為約30名香港女童軍成員提供再生玩具工作坊。活動目的旨在孕育小朋友對「世界積極公民」這身份的意識，繼而自覺實踐環保、珍惜資源。我們相信，只要由小培養環保意識，就能為香港家庭和未來扎根正確的價值觀。

玩具回收日於7月底進行。經籌委會嚴謹篩選及消毒後，玩具已直接寄到柬埔寨的受惠機構，並分派給超過200多位當地的孤兒，長期病患小朋友及其他缺乏資源的家庭。



活動得到家長們鼎力支持



活動團隊大合照

!IMPACT

JCI will focus the power of young people to advance sustainable impact.



DOES YOUR BUSINESS NEED ATTENTION?

We will help you bring out the best know-how...

We pride ourselves with building culture, knowledge, skills and attitude by taking your vision for your business, and helping you reach its fullest potential.

Effective 1 January — 31 December 2020
Produced in consultation with ICAO

Dangerous Goods Regulations
Edition 61

The guide recognized by the world's airlines



Questions?



+852 3705 2100



+852 9254 5094



PLUS ONE
GLOBAL CONSULTING LIMITED



With the Compliments of Senator Maric Cheng
2020 National President

「超級」有害 —— 牛油果的真面目

近年牛油果被封為「超級食物」，中國國民開始爭相購買食用。早在2011年中國的進口量已有3.18萬公斤；2016年期間業內進口量更暴增至1500萬公斤。「一天一個牛油果，疾病遠離我」——作為超級食物而深受歡迎的牛油果，雖然富含營養價值，但其光鮮背後引伸的，是更多鮮為人知的生態問題。

有見牛油果威脅環境的情況每況愈下，社會上的爭論與日俱增，減少牛油果消耗的聲音竟也越來越大。

問題一：破壞生態環境

隨著需求越大，牛油果的種植面積加倍增長。為了種植更多的牛油果，農夫開墾熱帶雨林，導致熱帶雨林環境破壞非常嚴重。很多動物因此而失去家園，數量也急劇減少。

問題二：牛油果是造成嚴重缺水的原因

要灌溉一個30平米規模的牛油果農場，一天可以用上10萬升水。差不多足夠1000個人一天的用量。據說在智利的彼得羅卡省，農夫為了滿足牛油果的耗水量，非法使用地下水，影響當地房子的地基，令它們有隨時倒塌的危機。

問題三：牛油果核成大量垃圾

北美洲對牛油果的需求亦很大，當中墨西哥的出產量佔了全球總產量的五成；每天有超過15公噸的牛油果核遭棄置，為環境帶來更多污染。

所幸的是，墨西哥已有科學家成功研發專利技術，把牛油果核轉化成生物塑料 "Avoplast"，能製成各種可被自然分解的一次性餐具及飲管。成品能在240天內被土地自然分解，比塑膠所需的100年快得多，能減塑又減廢。

儘管如此，「牛油果熱潮」仍在各國盛行，為了地球和環境的未來，還是少吃牛油果，過「免廢生活」吧！



伍穎儀

尋找你的內心小孩——
追夢可以行到幾遠？

更多訪問內容



人人都可以自稱「藝術家」，但又有幾多人稱得上一名藝術家呢？本期專訪珠寶品牌 Atelier Wengi 的創辦人及創意總監伍穎儀 Winky，一談她的藝術夢和實踐。從 Winky 身上看到，這世上沒有什麼事是「離地」的，清高如一名藝術家，也能闖出一番事業和以一己之力回饋社會。

用珠寶平衡事業和家庭

Winky 家中本來就從事珠寶行業，在創立自己的品牌之前她亦不時幫忙打理家中生意。自己雖然想投身創意行業，但亦希望能傳承家業，為家庭盡一份責任。雖然起初創立自家品牌時遭家人反對，但幸得朋友的認可，陸陸續續請 Winky 幫忙訂製設計首飾，為她的品牌奠下基石，亦令她找到繼承家中珠寶行業和追夢的平衡點。家人的態度亦漸漸轉為支持。

用心聆聽 個人化每個細節

有別於其他珠寶訂製的品牌，Atelier Wengi 從寶石到設計，每一件都有一個獨一無二的故事。在設計一件珠寶之前，Winky 會先了解客人訂造珠寶的背後原因，亦會最少約見三次，希望從客戶的角度出發，真正了解客人的故事和喜好，親身找尋每一顆寶石，為成品冠上特別意義。Winky 亦曾親身遠赴美國礦場選購罕有的藍寶石，務求令客戶稱心。

現時 Winky 在香港的事業已踏上軌道，未來亦希望推出半訂製的珠寶系列，從已有款式上作出個人化的改制。亦希望能將品牌推出國際，打入美國、歐洲的市場。



《輻萃》封面內有玄機

除了珠寶事業外，Winky 閒時亦有繪畫的習慣。本年出版的三期《輻萃》的封面正正是出於 Winky 筆下。配合了今年主題「喜承初心」，三期封面不但各自呼應「喜」、「承」和「初心」的主題，更能拼湊成一幅大圖畫。

「喜」有歡欣喜慶的意思，所以用上主要為暖色調。花和翅膀是為了相應以後的主題，提醒讀者勿忘初心。「承」有傳承的意思。圖中所示的月亮和風浪是希望讀者能在大風大浪的情況下仍然追隨自己的真實夢想、保持初衷。而最後一幅圖「初心」，Winky 希望鼓勵讀者即使遇到一個大缺口，亦要迎难而上，像盪鞦韆一樣，只要願意奮力衝過去，就能走得更高、更遠。三幅畫都用了小朋友作為主角，因為 Winky 認為小朋友未被社會教化，是最單純、最真實的，比較放得開自己，更敢追隨自己的真實想法，認為我們即使已投身社會，亦應聆聽我們內心小孩的聲音。

每一件珠寶的作品背後，
都擁有一個獨一無二的故事。

Design Your Own Sapphire Ring 藍寶石戒指設計體驗工作坊(約2小時)

用優惠碼【JCI20】報名，可以特別體驗價 \$5,800 參與課程(原價 \$12,000)
以上課程已包括天然彩色寶石 / 18k 金戒指及設計教學，無需另加工費
(推廣期 25/7/2020 - 30/9/2020)



Atelier Wengi 會於此製作坊帶領參加者認識不同種類／顏色的寶石，在課程中你可以挑選出你喜好的天然彩色天然藍寶石而設計出一顆屬於你獨一無二的戒指。

Atelier Wengi 願為你製作出獨特而永恆的珠寶。精美的工藝作品散發出簡潔而現代的優雅氣息。我們特別重視工藝質量，所有鑽石及寶石都是由我們的珠寶師親手挑選，細緻處理每一件珠寶製作過程中的細節，以確保工藝作品的獨特及完美度。

願為您創造出最好的珠寶，把其變成一個只屬於「你」或「你們」的獨特回憶。



FB: atelierwengi
IG: atelier.wengi
www.atelierwengi.com
Whatsapp #69086622

不想興趣商業化 以畫工助人

本次為《輻萃》設計封面的收入，Winky 已全數用於購買文具和顏色筆送贈內地學童。Winky 不只把自家品牌經營得有聲有色，亦對繪畫滿腔熱忱，更曾嘗試當一名全職畫家。可是最後，她不希望以自己的興趣來牟利，失去自己原來畫畫的理念。現在 Winky 選擇把繪畫得來的盈利全數捐贈予內地兒童，在疫情爆發之前，Winky 每 2、3 個月便會到湖南探訪不同學校，確保捐款是全數用於小朋友身上。她指，雖然香港人的生活壓力大，但最少能得到溫飽，其實已比很多貧困的兒童幸運。



聚沙為塔，集腋成裘

Winky 將捐款都用來購置顏色筆予湖南村校的孩子，讓小朋友對藝術創作提高興趣，更能培養他們對藝術的創造力！

攝：wengi



小朋友快樂的笑容，天真的模樣，簡單的快樂。





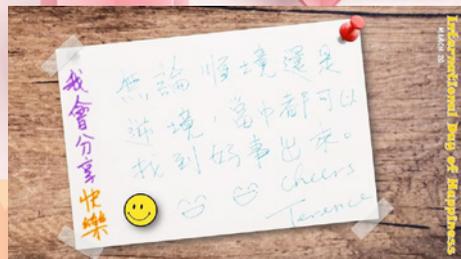
正向心理學之幸福快樂研究所

在工作中，我們習慣了一些公式，「工作表現好 + 成功 = 快樂」。追求表現好、要成功本身沒有問題；問題在於，我們很多時覺得如果過程無法做好或最後不成功的話，就不會快樂。然而，這並不是一個恰當的方向。

其實得到快樂是有條件的。如果我們轉為「開心享受工作過程 → 令工作表現好 = 成功」，情況會大有不同。我們的工作表現如能因快樂而提升，便能更容易邁向成功。

過去我們用框架束縛自己，認為要做好事情才可以快樂。但事實上是要先快樂，才可以做得好。如何可以讓自己「先快樂」？從留意生活上的細節開始。其實任何很簡單的事，例如吃到一餐自己喜歡吃的飯，都可以成為生活中的小確幸。只要我們習慣了覺察生活上的好事，快樂便會自然出現。

撰文：Terence Lam 林暖祺 (正向心理培訓導師及教練)



Facebook 專頁
<https://www.facebook.com/sunshine.positive.psychology/>



www.sharonsworkshop.com

於官網購物滿\$1000，只需輸入優惠碼"JCI2020"
即可享8折優惠*
優惠期至19 / 9 / 2020

*所有優惠套裝、Canvee美白丸除外



「疫」流而上

1

和富領袖網絡與社會各界攜手抗疫

和富領袖網絡顧問與學生一起製作消毒濕紙巾及包裝防疫物資，一個月內向大約150名有需要的長者及殘疾人士贈送防疫物資。盼藉此活動向受助者提供及時的幫助，並一如既往與學生一同社區宣揚關愛精神。



2

香港開心D 六合一 抗疫包

由李國賢基金會贊助，和富社會企業—香港開心D連同計劃《社區改變者》的社區伙伴：荃灣的「廣發茶餐廳」及「素悅軒」、深水埗的「喜樂餐飲教室」及「劉森記」，準備了共5600份「香港開心D 六合一 抗疫包」，派發予社區上有需要老人家，小小心意，共渡「疫」境。



3

「愛從家開始」推出【親子抗疫系列】網上資源，內容包括一系列有關抗疫的資訊，如有親子活動推介、實用資訊以及心靈支援等等，希望能夠幫助家長和小朋友在這段困難的時間，一起努力抵抗肺炎！



愛從家抗疫



4

「簡生活」 抗疫錦囊

疫症蔓延，「在家中如何繼續實踐簡約生活？」可能會考起一家大小。「簡生活」特意準備了網上資源，包括素食煮食、家人相處錦囊等等，希望大人小朋友在家中一樣可以實踐簡約生活，迎接未來可以除下口罩的生活。



群策群力 齊心抗疫



Wofoo Social Enterprises



wse.hk



wse.wfooo



和富社會企業

時尚10年

「全港時尚專業女性選舉 2020」是由城市女青年商會主辦的旗艦工作計劃，選舉由2011年首屆之今已是第十屆。一直以獨立、公平、公正的評審委員會，每年選出不多於十位兼具時尚、專業及社會貢獻的傑出女性，宣揚女性賢慧、獨立及高雅的形象。並希望能令大眾重新認識時尚女性的定義當中包括涵養、談吐、工作上的專業及對社會貢獻等，並利用自身力量感染其他女性，為社會帶來積極正面改變。

2020年活動踏入第十週年，今年以「瑰麗無雙 – 成就獨一無二的美麗人生」為主題。今年的精彩項目包括開幕典禮及頒獎晚宴展出的「時尚展覽廳」，展示了今屆及歷屆所有得獎者的照片，讓我們一同帶領公眾回味各時尚得獎者當初的點點回憶。

今年10位的得獎者終於誕生了，在此 主席姚燕君謹代表籌委會再次向她們恭賀獲獎，期望她們繼續秉承「以生命影響生命」的活動宗旨，向更多社會不同界別的女性，宣揚愛，讓他們欣賞自己獨一無二的美麗，發掘瑰麗無雙的自信！

想精彩重溫活動花絮，請留意「全港時尚專業女性選舉 2020」FACEBOOK 專頁：
<https://m.facebook.com/HKPELS/>

2020年得獎者



陳雪麗
統計師

慧心青眼，
雅態芳思，
不慕繁華，
依子空谷。



李慧慈
董事

希望用愛心鼓勵
生命！生命燃點
快樂！



李漢芝
Specialist in Pathology

信自己一雙手，
可以開創
無限可能



李立娟
公司主席及聯合創辦人

「千里之行，始
於足下」，勇於
開始，才能找到
成功的路。



鄭敏樂
Associated Consultant, Department of
Surgery, Queen Elizabeth Hospital

知足，知不足，
有為，有不為。
活在當下，
愛得及時。



徐兆兒
公司董事總經理

保持善良、寬容，
充滿勇氣、智慧，
上善若水，
綻放精彩。



陳寶玲
醫生

Women are
gifted with
intuition and
courage. Follow
your instincts and
Fearlessly pave
your own roads!



廖秀英
公司創辦人及主席

別人做到的事，
我也一定能做到。



林夏薇
藝人及企業家

把握夢想、
勇往前行，
敬業奉獻，
創新人生



楊嘉美
雕塑家及社區藝術工作者

面對困難，微笑
灑下勇敢種子；
花若盛開，
蝴蝶自來。

主辦機構：



贊助機構：

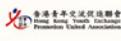
白金贊助：



基金贊助：



金贊助：



銀贊助：



場地贊助：



禮品贊助：



直播平台贊助：



受惠機構：



獨立會計師：



10 YEAR ANNIVERSARY

全港時尚專業女性選舉

2020 Hong Kong Professional Elite Ladies Selection

十週年線上頒獎典禮
暨
閉幕禮



活動大使
陸詩韻小姐

日期：2020年8月16日(星期日)
FACEBOOK 直播時間：晚上7時半至9時半
直播平台：<https://www.facebook.com/hkpels>

2020年時尚得獎者現已誕生
想第一時間知結果？約定你！
一同見證時尚專業女性的誕生！

如有任何查詢，歡迎與我們聯絡

籌委會主席：姚燕君 Zoe 61545909

註冊主委：林楚琮 Celia 93382826

全港時尚專業女性選舉

JCI City Lady 城市女青年商會



Facebook



公開聯絡夥伴：設計夥伴：



支持機構：



信念可以當飯食？

Manci Man

人生的意義

香港蛋糕藝術師文慧詩 Manci Man，從兒童之家出發，一直半工讀、認真打拼，到後來決定放棄穩定收入，毅然出國修讀蛋糕設計課程。年僅27歲，憑藉一己之力創立自家品牌 M Patisserie。醉心工作之餘亦不忘回饋社會，身體力行親身授課鼓勵社會上的弱勢社群，終在2019年獲選為全港時尚專業女性。要咬緊牙關一直打拼絕非易事，更難能可貴的是，Manci 想傳承助人精神的心意。

以生命影響生命

Manci 一直以來相信人應「以生命影響生命」。自己雖然出身基層，成長過程中幸得一眾有心人扶持，才能成就今天的自己。Manci 希望有朝一日，自己亦能伸出援手，為有需要的人改善生活。她相信這種樂於助人的精神是需要一直傳承下去的，所以一直盡力以自身的力量去影響其他人。

雖然從事烘焙蛋糕的行業，但 Manci 一直有著手生命教育的活動，與不同學校有緊密的合作。她指，蛋糕只是一個她抒發個人感受與想法的媒介。現在，她藉著在不同學校舉行的蛋糕興趣班，把自己的信念和道理傳授予不同的小朋友，包括有先天缺陷的兒童和年青人，未來亦會堅持把自己的理念傳揚下去。



倔強性格是成就今日的關鍵

人生總會有失意的時候。面對逆境時，Manci 笑指，只要人在世，任何困難都是能化解的。Manci 倔強的性格與不服輸的精神是成就今朝事業的關鍵。她抱著不甘後人的執著，從被其他人質疑，到現在一直為突破自己而努力。面對這個轉變，她指現在愈來愈相信自己的價值。她希望無論如何，她能一直拼搏現有的事業，當遇到了瓶頸位、感到力不從心時，她亦會嘗試發掘其他方式繼續前進，或暫停一段時間，但是斷言自己不會放棄。

我的成功不是名利

Manci 早早「上車」，年紀輕輕已有上了軌道的個人事業，更在 2019 年獲選為全港時尚專業女性，是很多人眼中的成功人士。但 Manci 卻表示自己仍在為「成功」而努力。她認為再多的功名利祿都不能造就成功，真正的成功是能用自身能力令身邊更多人受惠。她坦言，自己是基層出身，因此對標籤十分反感。她指，學歷、工作成就、家庭背景來評定一個人的價值是無稽之談，因為別人的默默耕耘是不為人所知的。Manci 希望終有一天，她能憑自己的能力幫助和影響這些曾被標籤的人突圍而出，讓其他人刮目相看，這就是她想要的成功。



M PATISSERIE DESIGNER CAKE



做人要貼地

陸詩韻 的生存法則

為實現兒時夢想，陸詩韻於2005年以24歲「高齡」參選港姐，及後順理成章加入娛樂圈。後來更涉足商界，經歷過失敗仍不屈不撓，從失敗中悟出一套營商技巧。近年事業上的成績屢獲肯定，獲得一個又一個的企業獎項，更於本年擔任本會「全港時尚專業女性選舉」活動大使，鼓勵女性創出自己的一片天。

天生愛美 為圓夢參選港姐

愛美是女人的天性，Sharon亦不例外。踏進娛樂圈前，Sharon曾於兩間航空公司擔任空中服務員，期間從不請病假，為的是努力工作賺取薪金及擴闊國際視野。於24歲那年，Sharon決定把握最後一年能參選香港小姐的機會，最終獲選為亞軍，自此便踏上星途。Sharon雖然享受演戲及主持的工作，但娛樂圈工作不穩定，「花無百日紅」令她欠缺安全感。因家族經營製衣業，從小家人就灌輸營商之道，為了更能掌握自己的事業，Sharon於2010年決定息影從商。

從失敗經驗悟出營商真理

剛開始營商時，Sharon和友人合作貿易生意，主要從台灣及中國出口到歐美大型連鎖店銷售。業績一直不錯，但最終因溝通問題被迫拆夥，當中發生的種種，令Sharon獲益良多。她表示，貿易公司的失敗對她打擊很大，花了一段時間沉澱自己，檢討箇中問題及自己的不足，最終悟出透明度和溝通的重要性，以及靈活運用資金的技巧。於是重新收拾自己，開始嘗試經營網上生意，及後更創立自家護膚品牌《道DOU》，以務實的行事方式重新出發。

更多訪問內容





慘痛教訓打造更好的自己

雖有過往的營運經驗，但開設網店初期卻遇上不少困難。當時網店主要代理日本護膚品，初期以英文電郵與日本廠家聯繫，但過了3週對方仍未回覆。後來找來通曉日文的朋友幫忙，只需2天已獲得對方回應，這就是經驗了。

她笑指，多年來與日本廠家的合作讓她學會忍讓，明白日本人對每件事的執着和謹慎，與香港人一貫的工作模式不同。當中亦遇上困難，當初為日本品牌做代理，在香港舉辦宣傳活動時，無論是租用場地、邀請嘉賓，以及其他雜費都是由 Sharon 公司承擔，其後因希望現場嘉賓可試用有關產品，便要求廠方準備一些試用樣品，卻收到廠方要求付樣品費用的要求，這點令 Sharon 有點詫異，並更深入思考這方向是否正確。雖然遇上這些情況，但 Sharon 卻非常欣賞日本人的忠誠、能耐及對產品的要求。正因為這件事，Sharon 便決心開創屬於自己的護膚品牌《道 DOU》，與另一日本廠家合作，直至現時為止，算是做得有聲有色。



謹慎行事 自己的一套營商法則

Sharon 一改以前的營商方式，以務實原則打下事業基礎，開源節流，謹慎行事。她指，在創立品牌初期，由於公司沒有背景資料，只能夠以自己的背景吸引廠家留意，希望獲得打開一扇門的機會，與廠家見面。Sharon 香港小姐的背景，某程度上對業務有利亦有弊。利的方面，是會較容易得到廠家的信任，合作表現得更有趣，付款限期也較寬鬆。弊的方面，因產品質素會直接影響個人的信譽，或者會引伸一些無中生有的傳言，因此在品質的把關上必須嚴謹萬倍。Sharon 在尋找合作的廠方及夥伴時，定必自己把關，確保了解清楚才下決定。雖然這樣錯失了不少合作機會，但她仍選擇堅持要做好品牌的初心。

汲取了一次創業失敗的經歷，Sharon 發現自己以往獨斷獨行的處事方式並不可行。從此聆聽他人意見及分享，尤其是同行及前輩，從共享平台吸收別人經驗，這一切都是一個新的領悟。Sharon 一直對自己的要求也很高，以前未有訂下目標，只會無止境地埋首工作，永遠不會滿足現狀。現在她每年會定下一個目標，學會欣賞自己的成績。未來一年希望推出更全面的系列，並把產品推廣到東南亞及內地市場。

時尚女性 佩服香港女性的勇氣

作為「全港時尚專業女性選舉」活動大使，Sharon 覺得時尚不單止是外表、衣着，而是同時兼顧事業和家庭，在面面俱圓的條件下，有獨立經濟能力，卻擁有女性溫柔的一面。Sharon 直言非常欣賞及敬佩香港女性，不但擁有自己的想法，又會勇敢追隨自己的夢想，更懂得從別人的角度出發，擁有事業同時回饋社會。她亦鼓勵任何年齡的女性，只要做好計劃，相信自己，多與別人溝通，聆聽別人意見，絕對值得嘗試去創業。不論是在職女性，還是家庭主婦，人人都能闖出一片天。



幟萃



城市女青年商會
(國際青年商會香港總會成員)

2020 Vol 36 8月號

嘉承
初心

《做人要貼地，學會欣賞自己的成績。》

2020「全港時尚專業女性選舉」

活動大使 陸詩韻：

從失敗經驗重拾自己初心，

以務實創立自家護膚品牌《道 DOU》

幟萃網頁版



 JCI City Lady 城市女青年商會

同心展關懷
caringorganisation 2015-19
Awarded by The Hong Kong Council of Social Service
香港社會服務聯會頒發