

# 活動快訊

## 遞補機制與補選

倪志達  
倡議及訓練幹事

2010年初，5位分別來自不同地方選區的立法會議員辭職，發動「變相公投」運動，務求讓香港市民以一人一票的方式，向政府表達爭取2012雙普選，取消功能組別的訴求。政府為防止事件重演，於今年5月提出設立「遞補機制」，即若立法會有議席出缺，將不再進行補選，而是由最近一屆選舉中，得票最多的落敗者遞補議席。有關機制引起社會極大爭議，加上政府事前並無進行任何公眾諮詢，務求於立法會7月休會前火速通過，激發民憤。雖然政府一度對方案作出修訂以爭取市民支持，但經過7月1日20萬人上街表達反對聲音後，政府最終提出諮詢文件，提出四個填補空缺的方案，讓公眾表達意見。

這四個方案包括：

- 方案一：限制辭職議員參加同屆任期內任何補選。
- 方案二：先用同一候選名單的候選人補上；如未有候選人補上，則由同屆選舉中，得票最多的落敗者遞補議席。
- 方案三：與方案二相同，但在議員去世、重病或其他非自願情況下出現空缺，則沿用補選的方式填補。
- 方案四：利用同一候選名單的候選人補上；如未有候選人補上，則讓議席懸空。

在民主的政治制度下，選民以選票，選出議會內的代表，履行權察政府施政、審議法例的工作。但政府提出以遞補的方式處理議席空缺，顯然是剝奪了選民的投票權利。事實上，過去多場立法會補選，包括2007年為填補馬力去世後的空缺而進行的港島區補選，投票率超過52%，顯示補選機制行之有效，選民亦積極行使其公民權利。政府單單以「變相公投」運動投票率低為理由，表示民眾支持以遞補方式處理議席出缺，顯然絕不合理。

再者，政府提出的四個方案，均有可能違反《基本法》及《公民權利和政治權利國際公約》的原則。《基本法》第68條指出，立法會需由選舉產生，這與遞補方案或有所抵觸；而現時選民投票時，並不能直接表達支持誰人作為替補人選，日後出現空缺時，選民對由誰接任完全沒法表態，有可能違反《公民權利和政治權利國際公約》第25條所指，每個公民應有權利和機會，直接或通過自由選擇的代表參與公共事務的保障。

政府的諮詢將於2011年9月24日結束。大家如有意見，可以向政制及內地事務局反映。當然也歡迎大家與我們分享你的看法！

# 麗閣中心活動

## 婦女會員系列

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
LI322	剪髮初班	教授：長、中、短等女裝髮型、男裝短髮、刮青，陸軍裝及電髮技巧。課堂以實際操作及實習為主。	9月8日至 10月27日 (逢星期四)	下午 2:15-3:45 (共8節)	會員 \$300 非會員 \$350	有興趣人士	資深髮型導師李寶芝	材料自備或導師代購約\$250
LI349	髮型設計進階班	專業導師教授：課堂設操作及實習： 1) 長髮尖尾V形剪髮、 2) 電髮根、3) 電髮尾、 4) 梯型層次、5) 女裝碎髮、 6) 碎尾短髮、7) 男裝短髮、 8) 男裝刮青	11月3日至 12月22日 (逢星期四)					材料自備或導師代購約\$250
LI323	投資多面睇初階班	認識投資四大金律，如何掌握股票入市良機，股票技術分析，及認識其他投資產品。	10月3日至 10月24日 (逢星期一)	下午 2:30-4:00 (共4節)	會員 \$100 非會員 \$150		義務導師 袁英財	- 請緊記，投資涉及風險。 - 理財講座的意見，只屬講者個人觀點，僅供參考。
LI344	投資多面睇進階班	投資基金、股票及一系列衍生工具的運用。	10月31日至 11月21日 (逢星期一)					
LI318	網上創業A班： Yahoo拍賣齊齊學	網上創業 每天只要一點工餘時間來加入網上買賣行列，便能創造出個人的事業或品牌 1. 電子郵件及YAHOO拍賣網的認識 2. 拍賣網站的設定方法 3. 網上銷售策略	9月7日至 9月28日 (逢星期三)	下午 2:15-3:45 (共4節)	會員 \$200 非會員 \$250		張一龍 (國際專業培訓協會導師)	即時報名，先到先得，額滿即止。
LI320	網上創業B班： 火速團購賺千金	內容包括：團購網的認識與運作、加入團購網行列的方法、尋找合作伙伴、團購網發展與限制。	10月12日至 11月2日 (逢星期三)					
LI327	終身美麗	教授化妝技巧： 1) 輪廓修改 2) 化妝品顏色之配搭 3) 化妝程序 3) 示範化妝技巧	9月21日至 9月28日 (逢星期一)	下午 2:15-3:50 (共2節)	會員 \$40 非會員 \$80 (包化妝品)		義務專業美容師 李靜文	參加者請自備座枱鏡、粉撲。
LI324	得意穿珠班	教授用珠仔穿成實用精美紙巾盒1個	9月8日至 9月29日 (逢星期四)	上午10:00- 中午12:00 (共4節)	會員 \$100 非會員 \$150		義務導師 申智紅	材料自備或導師代購約\$150
LI325	得意穿珠班	教授用珠仔穿成精美擺設的實用花瓶一個，可插鮮花或植物。	10月6日至 10月27日 (逢星期四)					
LI326	得意穿珠班	教授用珠仔穿成精美吉祥擺設： 福字或招財進珠寶(只可擇其一)	11月3日至 11月24日 (逢星期四)					材料自備或導師代購約\$100

LI338	得意穿珠班	教授用珠仔穿成文昌塔擺設	9月8日至 9月29日 (逢星期四)	下午 2:00-4:00 (共4節)	會員 \$100 非會員 \$150	有興趣 人士	義務導師 申智紅	材料自備或 導師代購約 \$100	
LI339	得意穿珠班	教授用珠仔穿成金元寶擺設	10月6日至 10月27日 (逢星期四)						
LI340	得意穿珠班	教授用珠仔穿成賀年花燈擺設	11月3日至 11月24日 (逢星期四)					材料自備或 導師代購約 \$150	
LI348	西洋畫班	教授油畫、水彩畫、粉彩畫、Acrylic畫、廣告畫、木顏色畫、蜡筆畫、素描。可自由選擇以上畫種。個別教授、歡迎不同程度男女學員均可參加。	9月30日至 11月18日 (逢星期五)	上午10:30- 中午12:30 (共8節)	會員 \$300 非會員 \$350	黎麗冰 曾於溫哥華 華人浸信會 、中僑互助 會及大溫哥 華中華文化 中心任教	影印及材料 自備，費用 約\$100		
LI347	自製冰皮月餅	教授冰皮月餅製法，學員可即場品嘗課堂製成品。	9月9日 (逢星期五)	下午 2:00-4:00 (共1節)	會員 \$60 非會員 \$100 (包材料費)			義務導師 余妙虹	即時報名， 先到先得， 請自備小膠 盒一個。
LI330	泡菜班	齊齊動手 自製正宗韓式泡菜。	9月16日 (逢星期五)	下午 2:30-4:30 (共1節)	會員 \$50 非會員 \$80 (包調味料)			陳翠儀姑娘	學員請自備 大白菜(紹 菜)1棵約 1.5-2斤、大 口玻璃瓶1 個，圍裙、果 刀、碟及手套 1對。
LI345	泡菜班	齊齊動手 自製正宗韓式泡菜。	11月17日 (逢星期四)	上午10:00- 中午12:00 (共1節)					
LI346	懷舊糕點	教授懷舊紅豆砵仔糕，花生芝麻糕。製成品供學員即場試食。	10月13日 (逢星期四)	下午 2:00-4:00 (共1節)				義務導師 余妙虹	即時報名， 先到先得。
LI343	自製魚蛋班	教授自製美味魚蛋(兩食)，製成品供學員即場試食。	10月20日 (逢星期四)	下午 2:00-4:00 (共1節)	會員 \$60 非會員 \$90 (包材料費)	陳翠儀姑娘			

## 語文、書畫系列

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
LL066	英文初班	通過聲情教學法，不理會英文文法，學習聽說英語，能快速上手，由26英文字母教起，學習最基礎簡單的英文單詞及句子	9月7日至 11月16日 (逢星期三)	上午11:40- 下午1:00 (共10節)	會員 \$350 非會員 \$400	初學者	張一龍 (國際專業培 訓協會導師)	即時報名， 先到先得。
LL067	英文中班	內容著重：以聽和說為主，讀和寫為次，每課以特定日常生活主題為主，讓學員能學習最新潮語，並加以應用。	9月7日至 11月16日 (逢星期三)	上午 10:00-11:30 (共10節)		小三至 小四或 以上程度		

## 低收入家庭服務及互助系列

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
LL082	媽媽學英文	日常生活中總會接觸到英文。不過，對於新來港媽媽和基層媽媽來說便充滿挑戰，尤其在指導子女英文功課時更感吃力，甚至對手冊亦無從下手。通過課程，讓媽媽們認識 26 個字母、簡單生字和對話。提升媽媽英文能力，更有信心面對英文挑戰。	10月10日至11月3日 (逢星期一及四)	上午 10:00-11:30 (共8節)	按金 \$40 出席率達 <b>8成</b> 可於 活動完成 後退回	課託家長、新來港人士、低收入人士	劉升平姑娘	由 Love Ideas 'Love HK 集思公益計劃資助；報名人士需提供相關證明文件。

## 婦女自強系列

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
LW331	主婦「唱」好全民退休保障(2)	認識香港常用的社會運動歌曲；分享對退休的心得；共同創作曲詞；排練及錄製歌曲；進行演出及展覽	8月25日至2012年3月 (逢星期四) (暫定)	下午 2:30-4:30	按金 \$80	有興趣人士	譚鴻昌先生	完成演出者的參加者可於活動結束後退回按金。
LW345	女人話事。茶——「菲」來不可？	近期大家都在討論外傭應否有居港權，司法覆核的官司也即將開庭，到底支持及反對的理據分別是甚麼？有時間的話，一齊來飲杯茶，食件餅，齊齊學習，齊齊分享你點睇~~	10月13日 (星期四)	下午 2:30-4:00	全免		倪志達先生	
LW348	講古女	此活動可以啟發參加者的故事創意，讓大家跳出框框，將生活經驗化作一個個扣人心弦的生命故事。工作坊不但提升妳的表達能力及信心，而且讓妳更認識自己。 *雄仔叔叔是一位有名的「講故佬」，吸引不少大人、小孩聽眾。曾舉辦多個故事創作坊及講古會。	預計10月尾至12月舉行 共5節  (9月5日開始接受查詢)	每節2小時	\$50		導師：雄仔叔叔 (阮志雄)  負責人： 劉升平姑娘	有機會參與公開講古活動。
LW349	女攝——針孔攝影工作坊	利用簡單材料和工具，與大家一起自製相機。用光與圖像紀錄女人的生活，分享女人心底話，及用行動思考「女人是什麼」。	預計10月尾至12月舉行 共8節  (請於9月5日開始向中心查詢)	每節2小時	\$100 (包括物料費用)		導師：楊俊瑋 (多元藝術工作者)  負責人： 劉升平姑娘	作品將會於2012年2月在賽馬會創意藝術中心L216室展覽。
LW344	週末茶敘	支援面對婚姻及離婚困擾的婦女；活動內容包括過來人分享，相關法律及社會資源介紹；以增加能力面對問題，建立支援網絡。	9月3日 (星期六)	下午 2:00-4:00	\$10	曾使用免費律師面見諮詢服務之婦女	梁綺華姑娘	即時報名，先到先得。

## 婦女健怡系列

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
L1309	競步初班	競步是一種帶氧運動，學習掌握低空前進的競走技術，競步不但可以增強心肺功能，亦可改善身體的協調性和柔軟度。	9月8日至 10月13日 (逢星期四)	下午 3:00-4:00 (共6節) 麗閣中心 門外3樓平台	會員 \$150 非會員 \$180	有興趣 人士	義務導師 勞致偉 (田徑總會註冊競走教練)	即時報名，先到先得，額滿即止。
L1310	八段錦	八段錦從宋代流傳至今已有一千年歷史，符合運動，是由八組動作組成的氣功保健運動	9月7日至 9月28日 (逢星期三)	下午 3:50-4:50 (共4節) 麗閣中心 門外3樓平台			張一龍 (國際專業培訓協會導師)	
L1332			10月12日至 11月2日 (逢星期三)					
L1341	吳式太極拳	教授北京吳式太極拳，達致養生健體，益壽年年。	9月16日至 10月10日 (逢星期一、三、五)	上午10:30- 中午12:00 (共10節) 麗閣中心 門外3樓平台	會員 \$250 非會員 \$300		資深導師 陳靜惠 (香港武術聯會裁判兼教練，2009年東亞運比賽裁判)	
L1342			10月12日至 11月2日 (逢星期一、三、五)					

## 婦女 IT 系列

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
LC001	婦女 IT 大使朋輩教學計劃	以1對2的形式，由1位IT大使義務教授2位婦女基本電腦課程，包括： 1. 基礎課程(包括基礎電腦知識及上網) 2. 初階課程(電子郵件) 3. 進階課程(倉頡輸入法) 4. 練習班(課程重溫)	<b>基礎及初階課程</b> (逢星期二)  <b>進階課程</b> (逢星期三)  <b>練習班</b> (另外安排)	上午10:30- 下午12:30 或 下午 2:30 - 4:30	<b>基礎及初階課程</b> 各\$20 (共2堂)  <b>進階及練習課程</b> 各\$40 (共2堂)	有興趣學習電腦的會員	譚鴻昌先生 及 婦女 IT 大使	首次參加者必需先報讀基礎課程，方可報讀初階及進階課程。

## 再培訓課程

活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	對象	導師/負責人	備註
陪診員證書課程	適合有興趣從事陪診員工作人士修讀，課程內容包括陪診員服務及訓練、老年痴呆症護理及行為問題處理及院舍實習等。	9月14日 (暫定)	<b>全日制</b> 上午9:00 - 下午6:00 <b>半日制</b> 上午9:00 - 下午1:00 或 下午2:00 - 6:00	18歲或以上失業、待業或失學並具備就業意欲人士；具小六學歷及至少兩年工作經驗；副學位學歷或以下；懂閱讀及理解中文；有意投身陪診行業；須通過入學試。	譚鴻昌先生	所有課程由「僱員再培訓局」資助
保健按摩證書課程	行業介紹及軟性技巧、人體生理結構簡介、中醫基礎概念簡介、按摩禁忌及按摩師自我保健方法、推拿按摩基礎理論及手法臨床實習、足部反射區理論及手法臨床練習、就業輔導及見工技巧。	2012年 1月份 (暫定)				

## 婦女義工系列

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
LW251	婦女 IT 大使義工招募	由 1 位 IT 大使教授 2 位婦女學習基本 IT 知識，包括基礎電腦及上網、電子郵件或倉頡輸入法。定期提供培訓，如防毒軟件應用及相簿製作等。	<b>基礎及初階課程</b> (逢星期二)  <b>進階課程</b> (逢星期三)	上午 10:30- 中午 12:30 或 下午 2:30 - 4:30	/	懂基本電腦應用知識、有興趣和耐心擔任 IT 大使的會員	譚鴻昌先生	請先填妥義工報名表，負責職員將個別面見申請人。
LW346	心聲戲劇組例會	話劇組員一聚，重溫話劇技巧及遊戲，以及交流話劇的資訊。	10 月 12 日 (星期三)	下午 2:30-4:30		心聲戲劇組組員	陳秀芬姑娘	只限組員參與
LW347	法律改革建議之「修改撫養權概念」	法律改革委員會建議修改有關家事法子女撫養權的概念，梁錫濂律師為我們簡介相關內容和對離婚婦女的影響。	9 月 26 日 (星期一)	晚上 7:00-8:30		只限熱線及朋輩輔導員	梁綺華姑娘	此乃朋輩及熱線輔導員在職培訓。
	朋輩輔導員分享會	朋輩義工輔導技巧、最新家事及婚姻法常識、分享助人心得，互相鼓勵。	9 月 3 日 (星期六)  10 月 10 日 (星期一)	下午 4:00 - 6:00  晚上 7:00 - 9:00		朋輩輔導員	梁綺華姑娘	
L0063	熱線推廣街展	擺放熱線推廣街站，派發單張、宣傳品等等，藉以推廣婦女求助熱線	9 月 5 日 (星期一)	早上 10:00 至 下午 4:00 奧海城		熱線義工	陳秀芬姑娘	歡迎查詢及報名。
	熱線分享會	熱線資訊、個案分享及研討，交流經驗及感受。  *敬請準時出席	9 月分享會  10 月分享會	早班：9 月 2 日 (星期五) 上午 11:30 - 下午 1:00 午班：9 月 2 日 (星期五) 下午 2:00-4:00 晚班：9 月 9 日 (星期五) 晚上 7:30 - 9:30 分享會均在麗閣中心舉行  早班：10 月 7 日 (星期五) 上午 11:30 - 下午 1:00 午班：10 月 7 日 (星期五) 下午 2:00 - 4:00 晚班：10 月 7 日 (星期五) 晚上 7:30 - 9:30 分享會均在麗閣中心舉行				

# 婦女求助熱線

輔導服務、免費律師面見諮詢服務轉介

專人接聽時段：☎ **2386 6255**

星期一至四：

早上 9:30 - 11:30

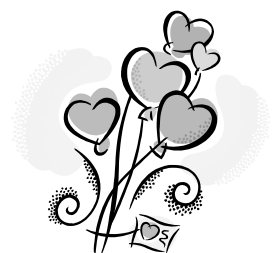
下午 2:00 - 4:00

晚上 7:00 - 9:00

星期五：

早上 9:30 - 11:30

下午 2:00 - 4:00



# 太和中心活動

## 會員系列

負責職員：梁瑞貞姑娘

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
TI-851	“紅光滿面”光彩重現	認識潔膚方法、教授按摩和穴位技巧。學習按摩的手法及力度。膳食湯水與肌膚的關係等等。	9月20日至10月4日 (逢星期二)	晚上 7:30 - 9:00	會員\$110 非會員\$160 (共3節)	有興趣人士	專業美容及健康管理師 彭秋月	
TI-852	舒緩肩頸酸痛	認識舒緩肩頸酸痛的方法和種類。教授穴位、按摩的手勢和益處。學習 SPA 改善酸痛和疲倦等等。	9月30日至10月14日 (逢星期五)					
TI-853	瘦身為健康	認識肥胖的成因、計算標準 BMI、分析肥胖(水腫、脂肪、鬆弛)、修身的方法(耳穴、穴位、按摩)、瘦身膳食及湯水等等。	9月29日至10月13日 (逢星期四)	下午 2:30 - 4:00				
TI-854	特色小菜	教授製作:香橙甜咖哩燴鴨胸、梅醬雞球、陳皮話梅骨、奇味雞、怪味雞、翠塘豆腐。	9月27日至11月1日 (逢星期二)	下午 2:30 - 3:30	會員\$120 非會員\$170 (共6節)		專業導師 劉煥儀	*材料費另計
TI-855	易學素食	教授:香煎藕餅、上素湯羹、酸甜咕嚕球、金針雲耳蒸素雞。	10月13日至10月20日 (逢星期四)	上午 10:00 - 中午 12:00	會員\$60 非會員\$110 (共2節)		專業導師 戚麗珠	
TI-856	粵曲研習班(6)	教授曲譜、拍子、梆王曲目「紫鳳樓」	10月3日至11月14日 (逢星期一)	下午 3:00 - 5:00 太和鄰里社區中心會議室	會員\$180 非會員\$230 (共6節)		專業導師 王鳳笙	導師會預備曲譜
TI-857	繩結班(2)	教授:十字結、龜結。製成品包括:精靈龜及精巧士的。	9月30日至10月21日 (逢星期五)	下午 2:30 - 4:30	會員\$80 非會員\$130 (共4節)		義務導師 Candy (馮麗珍)	導師代買材料,每節\$20。
TI-858	穿珠班(2)	教授:金魚、帽、手提袋、得意鴨。	9月27日至10月18日 (逢星期二)	上午 10:00 - 11:30	會員\$80 非會員\$130 (共4節)		義務導師 梁惠芬	*材料費另計。
TI-859	卡拉OK唱歌班(6)	教授歌唱技巧,基本樂理,音階分析,簡譜教唱。	9月19日至10月10日 (逢星期一)	晚上 7:00 - 9:30	會員\$190 非會員\$240 (共4節)		專業導師 趙君成	由導師預備曲譜
TI-860	情迷蛋糕班	教授製作焗美式芝士餅、朱古力毛斯餅、藍莓芝士餅、椰撻。	11月5日至11月26日 (逢星期六)	上午 10:00- 中午 12:00	會員\$200 非會員\$250 (共4節)		專業導師 翟雙妍	材料費每堂\$20,製成品可帶走
TI-861	麵包基礎班	教授製作豬仔包、椰檳、麥糠包、Pizza。	10月8日至10月29日 (逢星期六)					

TI-862	古箏高班 (4)	教授古箏彈法	10月3日至 10月24日 (逢星期一)	上午 10:00-11:00	會員\$200 非會員\$250 (共4節)	有興趣 人士	專業導師 賴旺美	由導師預備 曲譜
TI-863	剪髮初班 (3)	教授長、中、短等女裝 髮型男裝剪髮、刮青、 綠軍裝等等剪 技巧。	10月19日至 11月23日 (逢星期三)	上午10:00- 中午12:00	會員\$300 非會員\$250 (共6節)		資深髮型 導師李寶芝	導師可代購 買剪髮用品 ，亦可自備 上課。
TI-864	剪髮初班 (4)		9月27日至 11月1日 (逢星期二)	晚上 7:15-9:15				
TI-865	風水初探	認識何謂「八卦」、「天 心正運」及方向的認識。	10月7日至 10月28日 (逢星期五)	晚上 7:30-9:00	會員\$100 非會員\$150 (共4節)		義務導師 郭啟鋒	

## 關 懷 照 顧 者 系 列

負責同事：張仙珍姑娘

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
TW255 -OSC	照顧腦退 化症患者——從 日常生活 入手	由註冊職業治療師教授照顧技 巧，從溝通方法、行為問題及合 適活動等方面入手，延緩患者退 化現象，並減輕照顧壓力。	9月2日 (星期五)	上午11:30- 下午1:00	免費	有興趣 照顧者 (包括護老 者及病友家 屬)	張仙珍姑娘	活動由大 埔區議會 資助
TW256 -OSC	糖尿病及 心臟病患 者營養飲 食秘笈	由註冊營養師講解患者適合的 飲食及需注意之事項，以促進其 復康。	9月8日 (星期四)	下午 3:00-4:30				
TW257 -OSC	鄰舍關懷 探訪活動	由一群愛心義工探訪區內照顧 者家庭，在中秋前送上禮品及關 懷，以行動支援照顧者。 如你是護老者或病友家屬又想 我們前來探訪，請致電與我們聯 絡，以便安排。	9月10日 (星期六)	下午 2:00-4:30				
TW258 -OSC	深入認識 護理安老 院	參觀大埔區區內護理安老院服 務，增加對現存長者社區服務的 認知並善加運用。	9月15日 (星期四)	下午 2:30-4:00				
TW259 -OSC	正向心理 ——今天 起。愛自己	由精神科醫生苗延琮醫生主 講，讓全心全意照顧家人的朋友 們，學會在照顧人之時，也關心 一下自己。	9月22日 (星期四)					
TW260 -OSC	深入護養 院——照 顧完全不 能自理長 者院舍	參觀北區的養護院，認識完全不 能自理的長者能享有的社區服 務。	9月26日 (星期一)	上午 9:30-11:00				
TW262 -OSC	中醫食療 貼士—— 風篇	由註冊中醫講解中風病患者病 發後的食療良方，助病者康復。	10月17日 (星期一)	上午10:30- 中午12:30				
TW263 -OSC	關愛自 己：誰叫我 美麗	照顧者從不同方面，學習欣賞自 己，讓自己更加快樂，能以笑對 每一天！	10月24日 (星期一)	上午10:30- 中午12:30				
TW261 -OSC	赤柱鬆一 鬆	照顧者與受照顧者齊齊暢遊赤 柱，享受難得的悠閒及喜樂，並 在大自然中從新得力，繼續好好 活出美好的生命。	10月8日 (星期六)	上午9:30- 下午4:30 (暫定)				

## 婦女語言課程

負責職員：梁瑞貞姑娘

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
TL108	手語中班	教授簡單易學的句子、詞語、日常用語等，並學習用手語做流行曲「真的愛你」。	10月3日至 10月24日 (逢星期一)	晚上 7:00-9:00	會員\$140 非會員\$190 (共4節)	曾學手語人士	專業導師 杜兆儀	由導師預備課堂講義
TL109	齊講普通話(9)	學習日常用普通話、如社交場合用語、旅遊、購物等。亦會唱歌學普通話。	9月16日至 10月21日 (逢星期五)	晚上 7:30 - 9:30	會員\$170 非會員\$220 (共6節)	有興趣人士	專業導師 陳麗萍	

## 可持續發展系列

負責職員：林詠欣姑娘

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
TW-280 SDF	大埔綠色生活地圖繪圖員迎新日	大埔有不少獨特之處，齊來製作一份屬於大埔的綠色生活地圖。 由專業導師提供一系列簡單而有系統的訓練活動，讓您輕易掌握繪製地圖的技巧，共同體驗可持續生活！	9月8日 (星期四)  訓練日期： 9/15 (四) 9/20 (二) 9/22 (四) 10/4 (五)	下午 3:00 - 5:30	全免	有興趣人士	林詠欣姑娘	所有活動由「可持續發展基金」資助
TW-279 SDF	可持續生活講座：玻璃畫製作	如何善用回收的玻璃樽？齊來花心思，為平凡的玻璃樽添上色彩。	9月6日 (星期二)	下午 3:00 - 5:30 太和鄰里社區中心會議室	\$20 (包顏料，需自備玻璃樽)			
TW-281 SDF	酵素工作坊	認識化學清潔劑對人體的害處，如何自家製作環保清潔劑？可以親身嘗試參與製作，並取回製成品呢！	9月21日 (星期三)	下午 2:30 - 4:30	\$20 (自備膠樽、鮮廚餘)			
TW-282 SDF	可持續生活講座：石頭畫製作	平平無奇的石頭能變成漂亮的圖畫。善用地球上的資源，可持續發展的生活就是這麼簡單！	9月24日 (星期六)	下午 3:00 - 5:30	\$20 (包顏料，需自備石頭)			
TW-283 SDF	可持續生活講座：創意年曆製作	2011年接近尾聲，讓我們一同利用再造紙，汽水罐等材料製作創意年曆，延續精彩的生活。	10月14日 (星期五)	下午 2:30 - 4:30	\$20 (自備汽水罐)			
TW-284 SDF	酵素工作坊	認識化學清潔劑對人體的害處，如何自家製作環保清潔劑？可以親身嘗試參與製作，並取回製成品呢！	10月26日 (星期三)	下午 2:30 - 4:30	\$20 (自備膠樽、鮮廚餘)			

## 婦女 IT 系列

負責職員：林秀聰姑娘

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	備註
課程(1) TC001 課程(2) TC002 課程(3) TC003	婦女IT大使朋輩教學計劃	由1位IT大使義務教授兩位婦女學習基本電腦課程，包括： 1) 婦女IT預埋妳； 2) 電子郵件話咁易； 3) 倉頡中文輸入法。	逢星期一至五	上午10:00- 下午1:00 或 下午 2:30 - 5:30	課程(1)、(2) 會員\$10 非會員\$20 課程(3) 會員\$20 非會員\$30	有興趣學習電腦的人士	報名時可選擇上午或下午時段，每節課1.5小時。

# 婦女健體系列

負責職員：梁瑞貞姑娘

編號	活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
TI-866	輕鬆學瑜伽(五)	學者基礎瑜伽動作	10月3日至 11月14日 (逢星期一)	晚上 6:30 - 8:00 太和鄰里 社區中心	會員\$180 非會員\$230 (共6節)	有興趣 人士	專業導師 黃美蓮 聖潔生命會 (香港分會) 瑜伽中心 畢業導師	
TI-867	婦女排排舞(2)	教授各式各樣排排舞	10月12日至 12月2日 (逢星期三)	上午 9:00-11:00 太和鄰里 社區中心	會員\$192 非會員\$242 (共12節)	有興趣 跳舞的 會員	專業導師 蘇月歡	
	Ms. So 開 Party		9月24日 (星期六)		全免			
	肚皮舞 Fun Fun Fun	肚皮舞是有益的運動， 讓婦女發現自己的長處 和內在美，齊來經歷這 個愉快的旅程吧！	10月22日 (星期二)	上午11:00 - 中午12:15	只限 會員 \$25 (6-8人)	有興趣 人士	Devi (Aerobics and Group Fitness Instructor)	請穿著方便 或舒適的衣 服或運動服 上課

# 婦女義工招募

活動名稱	目的/內容	日期	時間/地點	費用	對象	導師/負責人	備註
行政義工 招募	1. 協助中心行政工作：接待 處當值、整理及擺放中心物 資、每季通訊及中心其他大 型郵寄通訊、中心外觀、到 屋邨張貼宣傳海報； 2. 支援同事行政工作：打電 話、擺文件等。	逢星期一至六	上午 9:30 - 1:00 或 下午 2:00 - 5:30 或 晚上 6:30 - 9:30	/	歡迎有興 趣、熱心及有 耐心投入行 政義工工作 的女性	林秀聰姑娘	參加者需 接受面談 及相關訓 練。每星期 當值1-2 節。
社區推廣 大使	協助中心推廣工作：如支援中 心職員落社區做街展、派宣傳 單張等等。亦會協助推行中心 大型戶外活動。	每3個月一次 義工聚會， 6月中開始 第一次聚會	義工外出推廣的 當值時間待編排， 約一個月2次或中 心有需要時增加。		主動、獨立 及喜歡與人 接觸的人士	梁瑞貞姑娘	提供相關 訓練如：溝 通技巧等
再培訓課 程大師姐 招募	於培訓課程上課期間與入讀的 同學分享工作上遇到的苦與 樂，解決困難的方法，希望給 與就讀者正面的訊息，並鼓勵 同學再投入社會工作	中心開辦僱員再培訓課程時段			曾入讀再培 訓課程及有 工作經驗的 畢業同學		

## 新同事介紹



大家好！我是太和中心的新同事阿仙，主要負責「關懷照顧者社區計劃」及「成人教育課程」。

當我走上街頭作活動宣傳時，免不了市民大眾對「照顧者」概念的不認識。照顧者觀念在香港未曾普及，但她/他們卻是一直生活在我們的四周，甚至乎——您可能也是其中一份子。

簡單而言，照顧者是一群默默付出、無償、日夜照顧家人的護老者或病友家屬。倘若你或發現身邊的朋友是一名照顧者，請代我送上一聲鼓勵和一個關懷！同時，歡迎大家介紹中心的活動給她/他們，希望讓她/他們從中支取到力量，去應付面前的種種困難和壓力。未來的日子，讓我們一起為照顧者做得更多、更好！

教育幹事 張仙珍姑娘

# 再培訓課程

負責同事：張建倫先生

## 全日制課程

活動名稱	目的/內容	日期	時間	對象	備註
陪診員證書課程	適合有興趣從事陪診員工作人士修讀，課程內容包括：陪診員服務及訓練、老年痴呆症護理及行為問題處理及院舍實習等。	9月19日至 10月13日 逢星期一至六	全日： 上午9:00 – 下午6:00 或 半日： 上午9:00 – 下午1:00； 下午2:00 – 6:00  11天全日及7天半日， 共18天，29節	具小六學歷程度及至少兩年工作經驗；能閱讀及理解中文；須具備就業意欲；須有意投身為陪診行業及須通過面試。	課程由「僱員再培訓局」資助
嬰幼兒照顧員證書課程	適合有興趣從事嬰幼兒照顧或入職相關行業的人士，課程內容包括：嬰幼兒生理及心理發展、照顧及餵食技巧、建立專業形象、獨立於家居環境擔任照顧嬰幼兒工作等。	10月11日至 11月8日 逢星期一至六	全日： 上午9:00 – 下午6:00 或 半日： 上午9:00 – 下午1:00； 下午2:00 – 6:00  14天全日及10天半日， 共24天，38節	具中一學歷程度（如學歷程度未達中一者，須通過入學試）；能閱讀一般中文；具良好理解能力的人士；須為法例（幼兒服務條例15A條）規定的可擔任幼兒托管人之人士；未曾修讀僱員再培訓局的「幼兒照顧單元證書課程」及「嬰兒護理單元證書課程」；具備就業意欲；對嬰幼兒照顧工作有興趣及通過面試。	
陪月員證書課程	適合有興趣從事陪月工作人士修讀。課程內容包括：行業基本技能如陪月護理(產前準備、產後護理、產婦心理特性、產婦坐月食療)、初生嬰兒護理(認識嬰幼兒發展、嬰兒照顧技巧、初生嬰兒餵食技巧)、禮節習俗、人際關係及與僱主溝通技巧、求職及見工技巧、技巧實習等。	11月1日至 11月29日 逢星期一至六		具中一學歷程度或以上、副學位學歷或以下；能閱讀一般中文，具良好理解能力，懂基本烹飪技巧；須為法例(幼兒服務條例15A條)規定的可擔任幼兒托管人之人士；具備就業意欲及通過面試。	
產婦護理單元證書課程	有意從事產婦護理的人士課程內容包括：產前準備、產後護理、產婦心理特性、產婦坐月食療、禮節習俗、產婦急救常識，以提高學員的就業能力。	9月30日至 10月19日 逢星期一至六	上午9:00 – 下午1:00； 下午2:00 – 6:00	具中一學歷程度及具工作經驗（如學歷程度未達中一者，須通過入學試）；或本局的「家務助理證書課程」畢業學員（須出示有關的資歷證明）；能閱讀一般中文；具良好理解能力的人士；懂基本烹飪技巧；須為法例（幼兒服務條例15A條）規定的可擔任幼兒托管人之人士；及須未曾修讀本局的「陪月員證書課程」	
幼兒照顧單元證書課程	適合有興趣從事幼兒照顧的人士，課程內容包括：日常照顧幼兒技巧及成長發展，以提高學員的就業能力。	10月4日至 10月20日 逢星期一至六		具中一學歷程度及具工作經驗（如學歷程度未達中一者；須通過入學試）；或本局的「家務助理證書課程」畢業學員（須出示有關的資歷證明）；能閱讀一般中文；及具良好理解能力的人士；懂基本烹飪技巧；及須為法例(幼兒服務條例15A條)規定的可擔任幼兒托管人之人士；及須未曾修讀再培訓局局的「嬰幼兒照顧員證書課程」。	

# 香港婦女中心協會30週年籌款晚宴

日期：2011年9月23日(星期五)

地點：跑馬地馬會看台第一座2樓

時間：晚上7:00-10:30

門票：每位\$2,000 / 每席\$24,000

特別嘉賓：陸恭蕙女士、陳智思先生及瑪俐亞女士  
(排名按筆劃序)

為慶祝協會成立30週年，並支持我們擴展服務成立新太和中心，我們將舉辦籌款晚宴，誠邀大家出席或捐款。請踴躍支持！



香港婦女中心協會  
Hong Kong Federation of Women's Centres

網址：<http://www.womencentre.org.hk>

電郵：[hkfwc@womencentre.org.hk](mailto:hkfwc@womencentre.org.hk)

#### 麗閣中心開放時間

星期一至四：上午9:30至晚上9:30

星期五至六：上午9:30至下午5:30

#### 太和中心開放時間

星期三、四、六：上午9:30至下午5:30

星期一、二、五：上午9:30至晚上9:30

#### 香港婦女中心協會職員

總部 總幹事：廖珮珊

職員：江敏琪、倪志達、袁碧儀、傅詠芝

麗閣中心 主任：梁綺華

職員：李遠蔚、陳秀芬、劉升平、譚鴻昌、陳翠儀

太和中心 主任：何美儀

職員：林詠欣、林秀聰、張仙珍、張建倫、梁瑞貞、翟雙玲

#### 總會及麗閣中心

地址：九龍長沙灣麗閣邨麗蘭樓305-309室

電話：2386 6256 傳真：2728 0617 電郵：[laikok@womencentre.org.hk](mailto:laikok@womencentre.org.hk)

#### 太和中心

地址：新界大埔太和邨喜和樓地下101及110室

電話：2654 6066 傳真：2654 6320 電郵：[taiwo@womencentre.org.hk](mailto:taiwo@womencentre.org.hk)

PRINTED MATTER