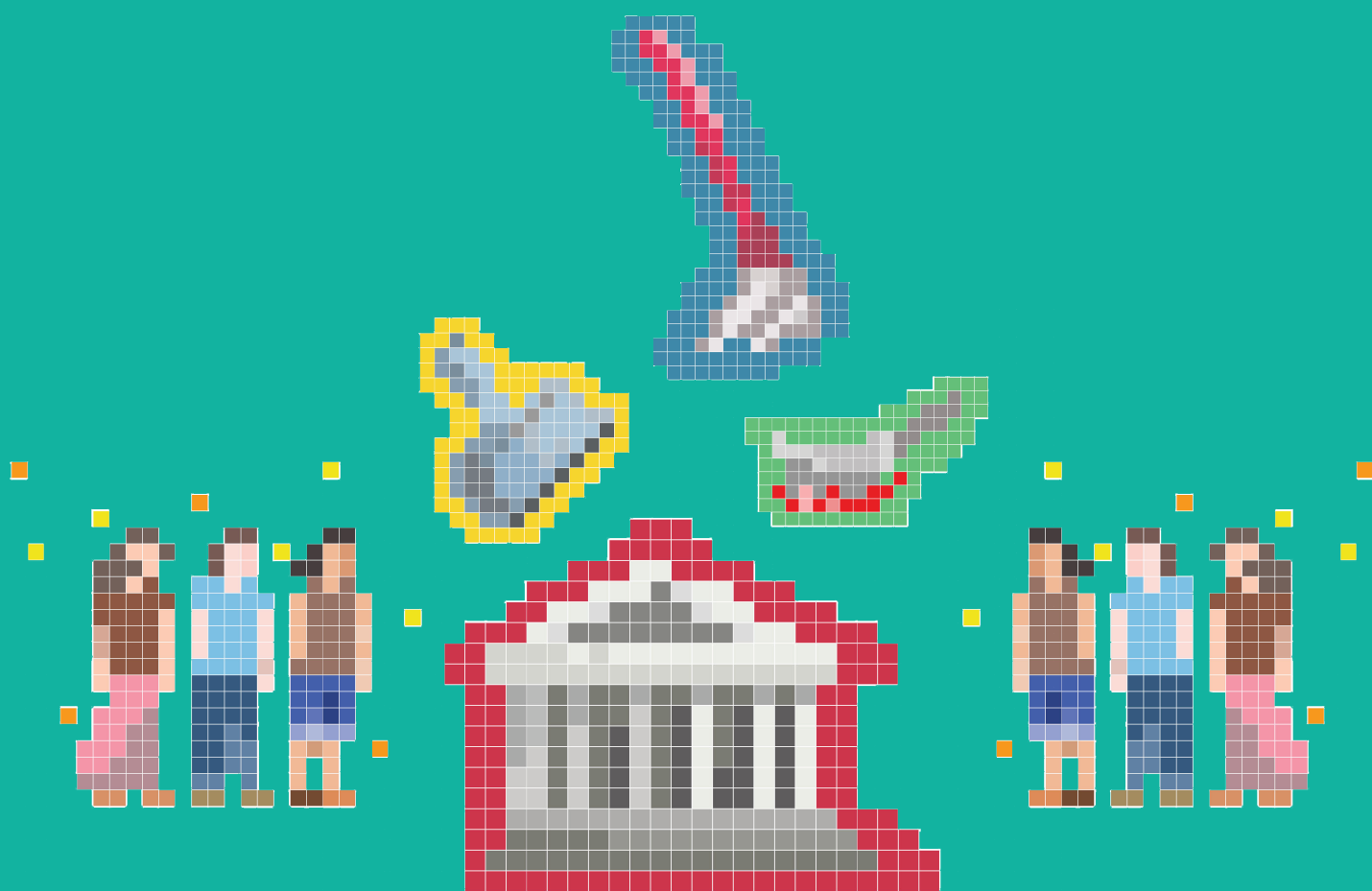


深水埗區議會「香港婦女中心協會  
『一分分享一分換取』時間銀行計劃」  
中期影響評估

○ 2020年11月至2021年2月 ○



新婦女協進會 編撰

深水埗區議會 贊助



## 目錄

---

鳴謝 .....	3
撮要 .....	4
1. 研究背景及目的 .....	5
2. 概念闡釋 .....	6
3. 研究方法 .....	7
4. 研究結果及分析 .....	8
5 研究建議 .....	16
6 研究限制 .....	18
7 統計圖表 .....	20
附錄（一） .....	25
附錄（二） .....	27
參考資料 .....	28

## 鳴謝

---

本研究特此向各提供資料的受訪者，包括香港婦女中心協會「一分分享一分換取」時間銀行計劃參加者及機構工作人員，最後向深水埗區議會撥款支持性別影響評估致以衷心的感謝。

## 撮要

本研究目的是對香港婦女中心協會（下簡稱「婦女中心」）「一分分享一分換取」時間銀行計劃（下稱時間銀行計劃）作性別影響評估，評估是按聯合國《消除對婦女一切形式歧視公約》（下稱《CEDAW》），及《北京宣言》和《行動綱要》為原則，性別影響評估是推動區議會性別主流化的工具之一。本研究以混合方法（Mixed Methods）從量性和質性兩方面收集資料。量性研究部份以問卷調查方式，探索計劃對參加者帶來的影響，並收集參加者對計劃的意見，最後以集體數據的方式呈現計劃在各層面上的成效；而質性研究部份則以聚焦小組方式，冀能深入和全面地掌握計劃的成效，特別是對婦女各層面所帶來的影響，以及造成這些影響的原因。

時間銀行計劃的設計是期望參加者在分享資訊的同時，也可以互相交流，建立社區照顧者支援網絡。研究發現在利用科技分享資訊方面，有66%的參加者表示計劃「有幫助」她們關注社區的事情（見「統計圖表」1.11）。亦有婦女分享在 whatsapp 群組尋求其他婦女的支援得到回應，希望服務可以上線下線地配合。在接收資料方面比較正面，不過在發放資訊方式，有提出程序較繁複，減低了發放意欲。

研究發又現有69%婦女表示同意或非常同意「以時分換取日用品的方式」，主要是能切合需要，減輕生活壓力（見「統計圖表」4.5）。除了換取日用品，亦可以透過參加活動、課程、做義工等儲時分，再獲得免費機會報讀課程或參加活動。同時時間銀行亦彷彿一個可以互相交流知識和技能的平台，令彼此的付出和收獲都賦予意義。顧名思義「時間銀行」這計劃名稱，能夠令參加者清晰明白，計劃性質就是有「儲蓄」及「兌換」的功能，參加者可以儲蓄時分，在有需要時提取使用，或累積將來使用，有彈性及持續性增加了這計劃的趣味。

在問卷調查中，全數參與調查的婦女，皆同意計劃在「以提供資訊換取時分，確立自我價值」上有不同程度的幫助（見「統計圖表」1.8）。而且對「肯定自己照顧工作的價值」亦有非常正面的回饋（見「統計圖表」1.14）。有參與計劃的婦女認為，在計劃中透過付出所賺取的時分雖然不是實際的金錢，但因時分可換取服務或物資的價值，讓她們知道自己所作的付出是有價值的，特別是作為照顧者，很多日常所做的工作都是無償，很少獲得獎賞及讚許，而計劃讓她們透過參與活動、提供服務及資訊，來賺取有價值的時分，就是認可照顧者工作或付出的價值，肯定了照顧工作應有具體和實質的回報。

經過分析成效，本研究提出四項建議。首先，本研究團隊建議區議會將部份撥款計劃，按需要延長至兩年，讓計劃有足夠的空間和時間執行一些較長遠的目標，深化計劃成效。

另有鑑於參加者表示發放資訊程序較繁複，減低了發放意欲，建議二是定期跟參與計劃的婦女一起檢視相關程序，多從她們的角度和生活習慣出發，共同商議解決方案，一來吸納婦女觀點的方法，同時也有婦女充權的果效。

建議三有鑑於在大群組，難以促進婦女互相認識，建議同工可以定期安排群組裏的成員進行視象形式的網上「會面」，令大家可以以聊天方式作交流，也可以討論那段時間各自在群組內發放的資訊。

最後建議四是聯繫區內團體，作跨機構時分儲蓄及提取，使參加者享受更多元服務。

# 1. 研究背景及目的

1995年9月，聯合國在北京召開「第四次世界婦女大會：兩性平等、發展與和平」，期間通過了《北京行動綱要》（下稱行動綱要），提倡在政府主要政策及項目中納入性別觀點的目標，並將性別主流化確立為促進性別平等的主要策略（United Nations, 1995）。香港政府於1996年已引入聯合國《消除對婦女一切形式歧視公約》（下稱《CEDAW》），並因應《北京宣言》和《行動綱要》要求於2001年成立了婦女事務委員會（下稱婦委會）（勞工及福利局，2009）；婦委會其中一項重要工作便是推動性別主流化，其內容包括性別區隔數據收集、性別影響評估、時間運用分析等性別主流化的措施，協助揭示不同性別人士的需要和現況，帶出改變的重要性和迫切性，從而令政府在制定政策及推行項目時可以考慮對不同性別人士的影響、參與和受益的情況。

而區議會作為地區管治的重要機構，乃在社區層面推動「性別主流化」的重要組織。區議會其主要功能是擔當諮詢架構，向政府相關部門就影響區內居民福利的事宜、公共設施及服務的提供和使用、政府相關計劃合適度及施行次序，以及有關地區公共工程和舉辦社區活動的公帑運用等給予意見。每年，區議會獲得政府撥款，以進行改善區內環境的小型工程，以及各項促進康樂、文化的活動，和社區活動（民政事務總署，2015）。而事實上自2008年起，婦委會於區議會設立了性別課題聯絡人網絡，並且在婦委會「資助婦女發展計劃」當中100萬元是透過 18區區議會批撥，期望區議會的性別主流化進程可在這基礎上再向前邁進。

新婦女協進會（下稱婦進）成立於1984，自九十年代紮根深水埗，一向致力性別平等的倡議工作。緊隨國際上推動性別主流化的策略，婦進曾在2004及2005年為數個社福機構進行性別主流化評估，並出版《性別觀點主流化——非官方經驗》以推動政府及機構採用《性別主流化檢視清單》評估其政策影響。在倡議性別數據收集方面，於2008及2009年本會以性別觀點檢視香港人口普查數據，並與婦委會及統計處會面，就婦委會每年出版的《香港的女性及男性——主要統計數字》提出改善的建議。

直至2009年，本會成立「性別預算小組」（下稱小組），從地區層面推動性別主流化工作。開始在深水埗區以醫、食、住、行、就業5個範疇，透過與區內友好團體合作，收集婦女的社區需要。另外亦分別於2011年及2014年承辦了深水埗撥款項目的評估工作，累積為區議會撥款作項目評估的經驗。於2015年，為了深入了解區議會撥款程序，進行了《全港區議會撥款與性別預算研究》，建議區議會將「性別影響評估」加入撥款機制，落實區議會性別主流化。至2018年本會成功游說深水埗地區內的友好團體，以《花樣媽媽才藝培訓計劃》（下稱培訓計劃）作為首個進行「性別影響評估」的區議會撥款項目，並獲區議會撥款進行。一來既可以用為協辦機構對培訓計劃作成效評估，二來亦希望作為區議會將來建立性別影響評估機制的經驗參考。

繼2019年2月完成培訓計劃的「性別影響評估」研究報告後，本會再獲區議會撥款，出版《具性別角度活動設計攻略》網上版小冊子，並於2020年1月舉辦「社區計劃求Fund攻略：撰寫具反映項目成效計劃分享會」，向地區團體及社區人士闡述有關經驗，鼓勵他們籌劃及推動具性別角度的活動計劃，促進性別平等。

同是深水埗區內的香港婦女中心協會舉行「一分分享一分換取」時間銀行計劃，而計劃目標是讓婦女照顧者學習以資訊科技平台與他人建立新的接觸渠道及獲取社區資訊，建立照顧者支援網絡。所以計劃本身招募的參加者主要為家庭照顧者。這些照顧者所提供的照顧深淺程度各有不同，有些是照顧度較高，如全天候式的全職照顧者或家庭主婦，跟被照顧者有親屬關係，因此在照顧工作中有較高程度的情感及責任感，日常面對更大的負擔及壓力。時間銀行計劃是用來具體反映照顧者這狀況，並且希望藉儲蓄及賺取時分來舒壓。

本會與婦女中心皆為深水埗區內社區團體，也是非常關注照顧者議題，所以希望透過是次研究，對時間銀行計劃作性別影響評估，反映成效。

## 2. 概念闡釋

---

### 照顧者定義

根據政府統計處2015的資料，全香港有64萬名全職料理家務者，當中有超過97%為女性，再加上與長期病患者同住的照顧者、與殘疾人士同住的照顧者等，粗略估算為數十萬人。因此我們十分關心照顧者的處境及所面對的問題。

人口普查、中期人口普查及綜合住戶統計調查中的「主要照顧者」定義，是為「患者因殘疾及長期病患而有別人照顧其日常生活，並在一星期內照顧他們最長時間人士」，當中並不限照顧者與被照顧者之間的任何關係身份、是否與患者同住、照顧者年齡，以及照顧者是否受僱提供照顧等。此定義可包括同住及非同住的家人，以及同住家庭傭工。

### 3. 研究方法

為了能更全面並從多角度了解服務的成效，本研究以混合方法（Mixed Methods）從量性和質性兩方面收集資料。量性研究部份以問卷調查方式，探索計劃對參加者帶來的影響，並收集參加者對計劃的意見，最後以集體數據的方式呈現計劃在各層面上的成效；而質性研究部份則會以聚焦小組方式，從計劃參加者角度，探討她們在活動過程中的演變，透過聚焦小組訪談過程中的豐富描述，深入和全面地掌握計劃在過程中所發揮的成效，特別是對婦女各層面所帶來的影響，以及造成這些影響的原因。

#### 3.1 問卷調查

問卷主要分為五個部份：

- 甲部、計劃對參加者帶來的影響，這部份旨在探索計劃對參加者在認識及應用資訊科技、掌握社區資訊、擴闊人際網絡、確立自我價值等範疇上的影響；
- 乙部、參加者在參與計劃後，在個人技能、照顧工作壓力、人際關係、社會資訊及認識照顧者權益上的變化，這些元素主要是涉及照顧者（計劃服務對象）較為獨特的處境；
- 丙部、參加者在計劃不同階段及活動的參與程度；
- 丁部、參加者對培訓計劃的整體評鑑和意見，當中主要是請參加者就計劃的整體運作作出評鑑；
- 戊部、參加者個人資料。（問卷全文可參考附件（一））。

於2021年1月25日至2月5日期間，本會藉「一分分享一分換取」時間銀行計劃執行機構—香港婦女中心協會負責計劃的同事，將問卷調查背景資料和網上問卷的Google表單連結以Whatsapp發送給此計劃的參加者，讓她們自行在網上填寫，網上系統便會將數據收集，以Excel存檔作分析之用。共收回32份有效問卷。

#### 3.2 聚焦小組

本研究共進行了3次聚焦小組訪談，聚焦小組對象全是參與了今年度「一分分享一分換取」時間銀行計劃的婦女，考慮到計劃中有不同參與程度的婦女，為了令每個小組的分享能更聚焦，經過與執行計劃機構同事商議後，決定將三個聚焦小組的對象定為參與程度高、中和低的婦女，並由執行計劃機構的同事負責邀約。最後總計有16位婦女分別參與了三次的聚焦小組訪談。訪談內容主要是計劃對參與婦女帶來的影響和成效，並根據預先準備好的指引進行半結構式訪談（見附件二）。每次訪談平均時間大約為1小時。

所有聚焦小組訪談都有錄影以及詳細的文字記錄。數據分析根據質性內容分析（content analysis）的方法和程序（Hsieh & Shannon, 2005），亦會因應計劃特色，以「資訊科技與婦女」及「時間銀行與照顧工作價值」作分類分析，前者為性別研究中一個重要的範疇，而後者雖一直都是較少被關注，但以性別研究的角度來看，照顧者權益的倡議是一個重要的討論範疇。

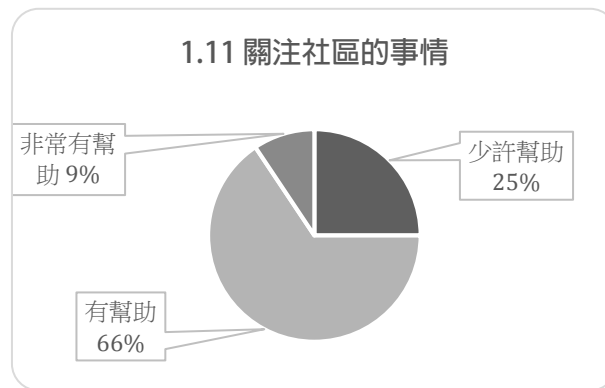
## 4. 研究結果及分析

### 4.1 協助婦女掌握資訊科技

#### 4.1.1 擴闊獲取資訊渠道

計劃的其中一個目標，是讓婦女照顧者學習以資訊科技平台與他人建立新的接觸渠道及獲取社區資訊，建立照顧者支援網絡。計劃有兩個部分可以協助參與者通過資訊科技平台達致上述目標，包括「網上分享平台」和「KOL訓練」。婦女中心的同工為參與計劃的婦女建立WhatsApp 群組，以時分獎賞鼓勵她們在群組內分享社區資訊，引導她們關注到社區內發生的事情。同工也期望她們在分享資訊的同時，也可以互相交流，建立社區照顧者支援網絡。

從婦女在聚焦小組的分享可見，有參加者表示，因為在疫情下無法見面交流，故這樣的網上分享平台是重要獲取資訊的渠道，問卷問及此計劃有多大程度幫助參加者關注社區的事情，66%的參加者表示「有幫助」，群組分享的内容主要幫助他們獲得日常生活及中心活動的資訊：



「因為疫情下，社交聚會、外出都減少了，所以須要接收多些資訊。尤其是關於日常生活、優惠、口罩等的資訊，自己是有興趣的。」（聚焦小組二）

「我在群組中留意到，發放的優惠資訊及中心活動的介紹。如果時間能配合，我都會參與中心舉辦的課程。但由於工作繁重，我沒有時間在群組中分享資訊，是接收居多。」（聚焦小組三）

然而由於群組分享的資訊不多，而且主要是關於日常生活，未能迎合到其他需要，例如有參加這希望知道區內的工作機會、學習照顧家人的活動訊息：

「我覺得內容較少，現時主要是關於日常生活，但希望可以擴闊關於小朋友的訊息、工作職位空缺，會對年輕媽媽有幫助。」（聚焦小組二）

「希望平台多些資訊，希望有多些活動可以參與。例如護老者、照顧小朋友的課程，例如講解照顧須知等，能供大家參加。」（聚焦小組二）

#### 4.1.2 婦女以資訊科技發放資訊

婦女中心同工規劃了發放資訊流程，參加者在平台發放資訊前，先發給同事以確認：一、該資訊不是轉發，而是第一手資訊；二、相關內容發生在深水埗區；三、與自己生活有關。故在WhatsApp



p群組發放過的內容包括：特價資訊、社區發生的事情，例如：主教山蓄水池新聞。有參加者認為這個流程的確可以避免群組內資訊雜亂，減少接收無謂的資訊：

「剛才也提過資訊平台比較快——是好處來的。要改善的是資訊需要有多些不同種類。標明是什麼類型的，例如升中、照顧者資訊，我都同意同工須要過濾，令資訊不太雜亂。」（聚焦小組二）

「以前群組發放資訊的要求沒有現在這麼嚴格，之後同事曾提醒大家要小心言政，因為內容與計劃不太相關，加上群組的婦女對個別議題有較多意見，經篩選後，沒有太多滋擾，亦是好事。」（聚焦小組三）

然而，有的參加者卻認為上述流程帶來了限制，包括令參加者感到分享資訊的過程變得繁複，減低分享意欲；分享的資訊只限於深水埗，但有參加者卻認為分享的資訊範疇狹窄，希望知道其他地區的資訊；另一個限制是分享的資訊必須與婦女相關，因此無法接觸其他同樣地切合照顧者需要的資訊：

「暫時都是觀察平台的運作，因為發放資訊前，都要先給同事看過，判斷是否適合在平台上分享。因為過程較繁複，所以我很少發放資訊。但未來有機會會嘗試分享。」（聚焦小組三）

「……群組上的資訊是有規限的，只限深水埗區，變相收窄了範圍。」（聚焦小組一）

「婦女心中主要是圍繞婦女的資訊，小朋友或長者的資訊就可能要從其他機構中獲取，例如老人中心、小童群益會、青年中心等。我覺得是有局限的，未能綜合太多東西。」（聚焦小組二）

參加者明白每個人的需要不一，對於期望接收的資訊有所不同，這是可以理解的；然而，要在一個大的聊天群組滿足每個人的需要，難以做到，故建議更切合實際的做法是讓有共同需要的參加者自己另開聊天群組，一來分享類近的資訊，二來可以分享個人的情緒，令分享更深入：

「……因為各人的層次與角度都不同，好難分享自己的家事。可能群組的人照顧小朋友，大家經歷不同，面對的困難都不同，覺得較難分享。」（聚焦小組二）

「……如果有好多事要討論，可以另外開群組再討論。如果都傾不出方法，才在大組再向大家詢問。但都要經這個平台，找到與自己有類似需要的婦女。

（問：那最近是否有婦女在平台提出問題，再私下與其他婦女聯絡？）

這想法與大家交流後，現在才有的，暫時在群組中還沒有發生過，但我覺得是可行的。」（聚焦小組二）

### 4.1.3 婦女以資訊科技建立支援網絡

由於有WhatsApp群組，有參加者得以在群組尋求其他婦女的支援，例如有婦女臨時不方便接送小朋友，故致電同工，同工因而在群組傳達該訊息，很快便得到另一名婦女的回應，解決了燃眉之急：

「所提及的活動（或服務）例如是臨時須找人幫忙接送小朋友，而之前我們 WhatsApp group內亦已試過一次。該名婦女當日臨時不方便，而致電給XX(婦女中心同工)尋求協助。而我們的孩子剛好就讀相同的小學，所以我就幫忙接送。」（聚焦小組三）

正如上述提及，由於有參加者期望除了分享社區資訊，還期望和群組的人分享個人層面的事情和感受，尤其是因為她們絕大部分都是照顧者，在生活上面對很大的壓力，在她們心目中，一個好的支援網絡可以帶來心靈上的安慰，當遇到經歷相似的婦女，期望可以互相傾訴壓力以及如何解決生活上的問題，令自己得以獲得能量，繼續投入照顧的工作：

「（問：那對於減輕照顧者壓力，認識多些其他照顧者、互相傾訴，有沒有幫助？）現在暫時沒有，但都希望有，例如背景近似的婦女會否可以組成群組，再交流。現在群組僅限於資訊分享，沒有太多個人分享，希望日後有些小組分享。」（聚焦小組二）

然而，她們同時也明白在網絡交流有所限制，例如，網絡的交流始終難以代替見面交流和實體活動，網上聊天難以真正有情感的交流，因而她們視聊天群組為輔助的工具，而非實體交流的替代品：

「我認為面對面與其他婦女交流是更有效，透過網上群組很難互動。」（聚焦小組三）

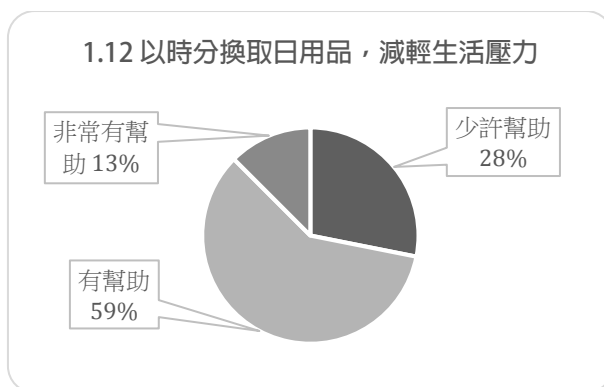
「互相傾訴都係面對面好些，網上傾計很易隱藏身份，又難以知道是否真的朋友。網絡上做到的有限，而且資訊太多，好花時間。媽媽最希望可以從家務或照顧小朋友中，抽少少時間一起聊天放鬆，或抒發日常不如意的事，但一個人對住電腦是做不到的。我覺得婦女中心的實體活動才可以做到這個放鬆的作用，放鬆後令我有能量再擔任照顧者的工作。」（聚焦小組二）

## 4.2 時間銀行運作

### 4.2.1 時分儲蓄及提取概念有待深化

問卷中有62%受訪者表示，以時分換領日用品的參與程度達中或高，沒有參與的有16%。此外，在受訪者中，有69%婦女表示同意或非常同意「以時分換取日用品的方式，切合我的需要。」

問卷中1.12是關於「以時分換取日用品，對減輕生活壓力有多大程度的幫助」，全數(100%)受訪婦女皆表示有不同程度的幫助。



參加者未必因為可以換取用品而參加時間銀行計劃，事實上其中也有部份參加者甚至不知道可以換取什麼用品，在訪問期間亦尚未換取，然而參加者對於參加計劃可以兌換用品，是感到正面和喜出望外的。

「我直到最近才知道計劃是由誰贊助，之前亦不知上課是有時分，可換物資，服務等。自己很感恩，除了可免費上課外，還有獎賞。」（聚焦小組一）

「參加義工儲了好多時分，然後用這些時間去參加活動，去學其他東西……如果可以換物資的話，我認為是種小驚喜。」（聚焦小組二）

另外，參加者認為透過參加活動、課程、做義工等儲時分，然後可以再獲得免費機會報讀課程或參加活動，一方面助她們在時間銀行的儲蓄上增值，同時亦有助她們自我增值。

「時分我也有儲，我也不太想亦沒有需要換服務或物資，我主要想用來報課程，上一次用時分，換了口琴的課程。有時照顧期間的1-2小時閒暇時間，是想用來參與一些課程或活動。」（聚焦小組二）

#### 4.2.2 建立照顧者平台，促進互助

「KOL課程只是時間銀行其中一個部分，令我們學習技巧外，亦著重彼此之間互相幫助。」（聚焦小組一）

參加者認為時間銀行可以讓照顧者互相幫助，當中不涉及實際的金錢成本，兌換服務時會視為鄰舍互助，當中最常使用或最深刻感受的是託管服務。

「由於我是單親家庭，有時需要有人幫忙照顧女兒，而時間銀行的時分制度，對我很有幫助。我會用時分去換取服務，例如託管，接送等，已經換過很多次服務。」（聚焦小組一）

「家庭主婦因為經常要照顧小朋友，一旦身體不好，可以用時分去換取託管服務。我小朋友有過度活躍症，不太方便帶他陪我看病。」（聚焦小組三）

參加者認為時間銀行亦可以作為平台，互相交流知識和技能，取長補短，令彼此的付出和收獲都賦予意義。

「以往亦有做過義工，但會覺得義工是沒有回報的，但現在的安排令我知道自己的付出可以換到很多東西，如同一個資源整合的平台，鼓勵大家互相分享資源、技能及時間。」（聚焦小組一）

「時間銀行透過儲時數，令我們可以互相幫助。儲時分可以在有需要的時候換取服務，獲得幫助。」（聚焦小組三）

### 4.2.3 時間銀行的特性，可增加持續發展性

「我未試過分享資訊獲取時分，但都知道時分可以再換東西，認為這是一個優點。」（聚焦小組二）

「後來因為疫情就開始加入時間銀行，參加了一個zoom的遊戲小組，保母證書課程。」（聚焦小組二）

「時間銀行」是計劃名稱，能夠令參加者清晰明白，計劃性質就是有「儲蓄」及「兌換」的功能，參加者可以儲蓄時分，在有需要時提取使用，或累積將來使用。而且這些時分是可以留待看準時機，於心儀的課程、活動或服務上使用，自我增值。

「看到有時分銀行，就參與。因為其他小組較短期性，而時分銀行計劃是有持續性，能有一個長久的連繫。」（聚焦小組三）

「雖然不是以金錢的形式，但所儲的時分同樣是有用的，令我知道照顧工作應有回報的。」（聚焦小組三）

參加者都知道時間銀行的時分是有時限的，但相比其他計劃「逐項活動，逐次收費」，時間銀行的計劃時限較長。而且儲蓄及使用上更有彈性，參加者既可透過參加課程活動，或是分享資訊來換取時分；再用所得時分換取服務、課程或日用品，減輕生活壓力。

### 4.2.4 時間銀行增加計劃的趣味性

任何計劃推行，如果要有持續性，必須要增加吸引力。除了參與計劃的結果是獲得獎賞，較具有吸引力，例如可以換取課程、服務及用品，參與計劃的過程其實十分重要。時間銀行計劃內的活動及課程十分有吸引力，義工或託管服務十分有意義，但其實參與時間銀行計劃本身也是有趣的，參加者將計劃本身視為遊戲，計劃所帶來的愉悅感亦能推動參加者持續的參與。

「這個計劃如同遊戲」（聚焦小組一）

「時間銀行是有趣的」（聚焦小組一）

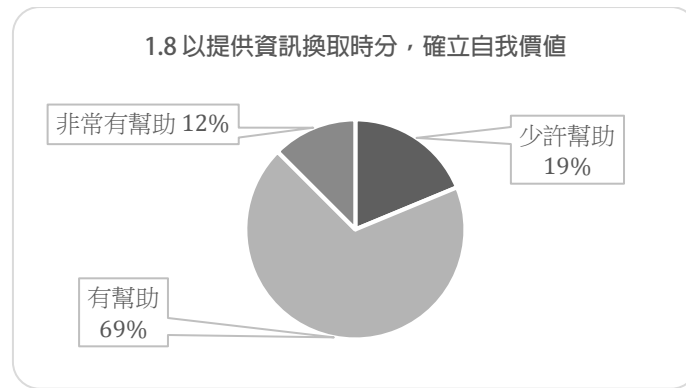
「可以報活動，做義工，又有時分換小禮物都開心。」（聚焦小組二）

由於本計劃研究時間所限，雖然在焦點小組訪問，或進行問卷調查的時候，大部分參加者尚未開始以時分換取用品，但大部份參加者之前已透過計劃簡介會，或使用時分報讀中心活動，或與其他服務使用者交換時分，而認識時間銀行的概念。參加者對於本計劃獲得區議會資助，時分由以往只可以換取免費服務或課程，變成可以換取日用品，減輕照顧者的經濟或生活壓力，都有正面回饋和評價。

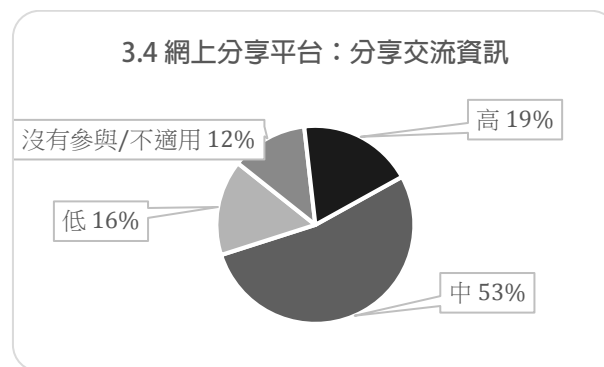
## 4.3 賺取時分，確立婦女/照顧者自我價值

### 4.3.1 藉提供資訊換取時分以確立自我價值

在問卷調查中，全數參與調查的婦女，皆同意計劃在「以提供資訊換取時分，確立自我價值」上有不同程度的幫助，當中有接近七成(69%)的婦女選擇了「有幫助」，選擇「非常有幫助」及「少許幫助」的也分別超過一成，前者比率為12%，而後者則是19%（見下圖）；這數據清晰顯示，參與計劃的婦女全都認同，她們在計劃中藉提供資訊以換取時分，是有助確立其自我價值。



雖然數據反映，其中有大約一成（12%）的婦女表示「沒有參與/不適用」在「網上平台分享交流資訊」（見下圖），然而她們都會認同透過提供資訊換取時分這做法，能有助她們確立自我價值；再根據質性研究結果，參與聚焦小組的婦女也曾表示，她們在計劃中可以透過提供服務或資訊換取時分，然後再將所得的時分換取物資或其他服務，讓她們意識到自己的付出或所做的工作是有價值的，從而有助她們確立自我價值。



「我認為時間銀行是有趣的，以往亦有做過義工，但都會覺得義工是沒有回報的，但現在的安排令我知道自己的付出可以換到很多東西，.....」（聚焦小組一）

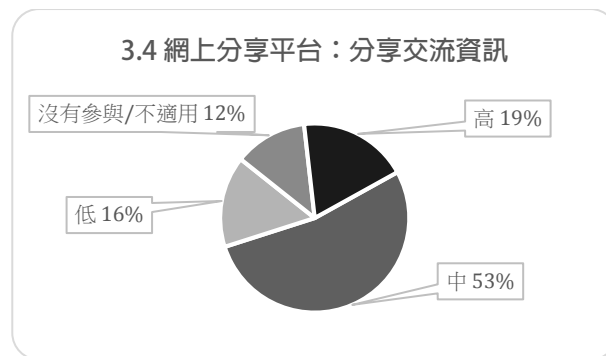
「我認為時間銀行提出等價交易的概念，肯定了婦女們付出的價值。」（聚焦小組一）

還有的是，有參與計劃的婦女在聚焦小組中分享，在時間銀行所累積的時分，讓她們以低成本或免費學習新事物，之後她們又可以運用當中所學的知識或技能作出貢獻，在知識能力增長的同時，又能善用所學回饋社區/群，這勢將有助她們肯定自我，確立自我價值及正面的自我形象。

「時分(間)銀行讓我知道很多事是可以等價交換、收支平衡。這不是指很實質上的物品，而是免費地學習新事物，例如學習手部按摩亦是愛自己的表現。我覺得時分(間)銀行好好，可以幫婦女學新事物，同時小朋友亦能得到適當的照顧，婦女可以以自己的技能再作出貢獻，環環相扣。」（聚焦小組一）

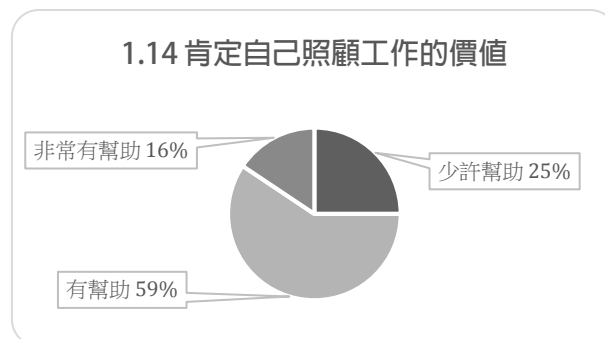
因此，透過付出以換取時分，而時分亦有其價值，用以換取所需服務或物資的做法，明顯是對付出者或提供服務/資訊者所作貢獻的肯定，同時婦女亦可善用在計劃中所換取的時分，學習新知識或技能增值自我，又繼而將所學貢獻社群，這環環相扣的計劃內容設計，必然有助提升參與計劃婦女的正面自我形象及價值。

然而，是次計劃主要是透過婦女參與KOL訓練、短片製作、提供資訊及服務來換取時分，可是計劃執行時間較短，由區議會正式批款至計劃完結，只有約四個月的時間，限制了婦女可參與的空間，引致當中有部份婦女在網上平台交流資訊上，只有低(16%)或甚至沒有參與(12%)（見下圖），直接影響她們換取時分的機會，進而削弱計劃在確立婦女自我價值上的成效。



總的而言，參與計劃的婦女，都認為藉提供資訊換取時分，會有助她們確立自我價值，只是受計劃推行時間短及發放資訊的繁複過程所影響，令計劃在達致確立參與婦女自我價值的目標上受到一定的限制。

#### 4.2.2 賺取時分，認可照顧者工作價值



參與計劃問卷調查的婦女，對計劃有助其「肯定自己照顧工作的價值」有非常正面的回饋，全數填寫問卷的婦女皆表示，計劃在這方面對她們有不同程度的幫助，其中佔四份三(75%)的婦女表示「非常有幫助」(16%)或「有幫助」(59%) (見上圖)；而在聚焦小組訪談中，有參與計劃的婦女認為，在計劃中透過付出所賺取的時分雖然不是實際的金錢，但因時分可換取服務或物資的價值，讓她們知道自己所作的付出是有價值的，特別是作為照顧者，很多日常所做的工作都是無償，很少獲得獎賞及讚許，而計劃讓她們透過參與活動、提供服務及資訊，來賺取有價值的時分，就是認可照顧者工作或付出的價值，肯定了照顧工作應有具體和實質的回報。

「原先照顧工作看似是責任，但其實付出的勞力亦是有價值的。例如我照顧自己的小朋友是無償，但照顧別人的小朋友卻可換取時分，從而知道照顧者的價值。有人計過家庭主婦年薪是三百多萬，我認為香港人普遍都知道並尊重家庭主婦的勞力付出及照顧價值。」(聚焦小組二)

「雖然不是以金錢的形式，但所儲的時分同樣是有用的，令我知道照顧工作應有回報的。」(聚焦小組三)

在傳統性別分工影響下，婦女承擔了大部份家庭照顧工作，然而這些既繁重又瑣碎，永遠做不完的照顧工作，在經濟領域上卻從不受重視，在家庭照顧工作的勞動價值被貶抑的情況下，使以婦女為主的家庭照顧者，長期處於無酬勞動的狀況中，在這樣的社會脈絡氛圍下，很多婦女甚至會內化認為，對家庭的無償照顧，是作為婦女應盡之責或應有之義。而無償的照顧工作，不單令婦女較易落入貧窮境況，亦會令她們不易看到照顧工作的社會價值，繼而影響她們對自我的評價，深化其不利處境，繼續加深性別不平等的社會現況。

是次計劃的一大特色，就是以時間銀行的方式，讓婦女透過參與計劃的不同環節或活動，例如KOL訓練、拍攝短片、提供資訊或服務等賺取時分，然後再以所累積的時分，換取所需服務或物資；時間銀行無疑是在等價交換(即付出的時間)的基礎下，推動社區互助，並在社區中發展互惠互助的

精神，而今次的計劃就正正是將時間銀行等價交換的概念，應用於女性照顧者身上，讓她們透過付出而賺取時分，從而認識到自己的付出或工作是有價，藉此體會到自己日常照顧工作的價值，正如前文引述，有出席聚焦小組的婦女，就因為在計劃中經歷了，又或看到別的參與計劃的婦女經歷了「照顧別人小朋友可換取時分，從而知道照顧者的價值」。

因此，是次計劃不只有助參加者確立自我價值，亦讓婦女在透過付出賺取時分的過程中，體會照顧工作的價值；雖然在現行時間銀行的運作中，婦女只能透過在家庭以外的公領域提供服務，賺取時分，在家庭內進行的照顧工作，仍舊是無償，難以為婦女在家庭照顧工作上的無酬勞動處境，帶來實質改變，但卻可為參加計劃的婦女帶來意識上的轉化，醒覺照顧工作的價值和貢獻，為推動照顧者權益奠下必要基礎，有助於落實未來相關的倡議工作。

## 5 研究建議

### 5.1 延長計劃執行時間，深化成效

受著區議會撥款週期影響，再加上今年是新一屆區議會的首年，因工作小組重組而拖後了批款會議的會期，「一分分享一分換取」時間銀行計劃由撥款確認、籌備、招募參加者至所有活動完結大約只有四個多月的時間，除了令計劃執行過程變得倉卒外，也使計劃內容缺乏時間空間作出深入的處理，無論是KOL訓練及實踐，還是資訊交流平台的發展，在聚焦小組中，都有婦女表示希望計劃時間可延長，讓她們有更多空間，深化技巧和實踐所學，也讓她們有更長時間，善用資訊交流平台，發放及接收與照顧者相關資訊，使計劃的整體成效更為顯著，特別在鼓勵婦女發放資訊上，若有更長時間，讓婦女掌握及體驗發放的程序，相信將有更多婦女能參與其中，從而深化確立婦女自我價值上的成效。

是次評估結果可以看到，「一分分享一分換取」時間銀行計劃，確實有助參加的婦女，建立支援網絡和確立自我價值，甚至促進婦女醒覺照顧者價值，但卻因區議會必須以年度作為撥款週期所造成的限制，令計劃過於短促，令成效只能點到即止，難以深化及延伸。因此，本研究團隊建議區議會可在撥款程序上作出適度調節，將部份撥款計劃，按需要延長至兩年，在第一年的財政年度結尾，只需提交該年度的財政報告、開銷單據和中期計劃檢討報告；待第二年的尾段，才遞交計劃的最後財政及檢討報告，讓計劃有足夠的空間和時間執行一些較長遠的目標，深化計劃成效。

### 5.2 跟婦女共議如何簡化資訊發放程序，提升參與度

根據婦女在聚焦小組的分享，為了防止發出假資訊或濫發資訊，在發放資訊前必須要經過一定的程序，例如必先要給機構職員看過，確定資訊符合照顧者的需要，還有核實資訊的真偽，最後才可在資訊交流平台上發放，這些程序並不符合一般婦女使用通訊群組的習慣，甚至是頗為繁複，雖然她們也理解為何需要這些程序，但實際上也會減少她們發放/提供資訊的意欲，影響計劃最後的成效。

因此，我們建議機構，定期跟參與計劃的婦女一起檢視相關程序，多從她們的角度和生活習慣出發，共同商議出既可防止濫發資訊，又可鼓勵婦女積極提供資訊的方式，雖然要在兩者中取得平衡並不容易，但鼓勵婦女參與商議和決策過程，是最有效吸納婦女觀點的方法，同時也有婦女充權的果效。

### 5.3 加開群組，促進參加者在群組的交流

參加者認為在疫情下，建立網上的分享平台是十分重要的，由於目前分享平台的人數眾多，大家的需要不一，建議可以根據他們各自的需要，將群組裏的人分開若干個群組，每個群組按需要訂立群組裏面分享資訊的內容之外，也可以作為心靈支援的平台。縱然有參加者認為網絡平台難以完全取代實體交流，尤其牽涉到情緒或心靈上的交流：因為各自未必認識彼此，不夠熟絡，難以放心分享，但基於疫情下的社交限制，要促進群組內婦女的互相認識，建議同工可以定期安排群組裏的成員進行視象形式的網上「會面」，令大家可以以聊天方式作交流，也可以討論那段時間各自在群組內發放的資訊，互相傾訴作為照顧者或雙職婦女的壓力，彼此支援，以此建立婦女之間的連結，相信在這樣的基礎下，她們更願意使用網上分享平台和其他婦女保持交流。

### 5.4 時間銀行豐富回饋、增加彈性及多元性

過去由於資源所限，中心的时间銀行計劃，都以換取課程或服務為主，是次得到區議會資助，增設換取日用品的選項。對於沒有工作收入的全職照顧者或低收入的照顧者，日用品的支出較多，



疫情下加購衛生防疫用品，經濟壓力更加是百上加斤，因此時間銀行可以增設換取日用品，可以有助減輕照顧者的生活壓力。

另外，時間銀行計劃都有時限性，參加者要盡量在時限內儲蓄到指定時分，才可以換取所需的服務或用品。如前述有參加者表示時間銀行需要加強持續性，需要更多元化。就以換取服務為例，其實大家對於換取服務的需求是不一樣的；例如照顧兒童的照顧者需要託兒服務，照顧長者的照顧者需要陪診服務，雙職照顧者可能需要家居清潔服務。畢竟資源所限，一間中心能夠推行時間銀行，同時提供多元化的服務、課程、日用品等，在時間內容都滿足所有人的需要並不容易，因此有參加者更提出希望可以跨機構換取時分。

## 6 研究限制

### 6.1 受疫情所限，評估研究的所有數據轉為網上收集

是次研究是為區議會同期資助的另一計劃的「性別影響評估」，研究數據的收集必須要待計劃運作至中後期才能開展，以便讓計劃參加者盡可能累積最多經驗後，方可在問卷和聚焦小組中分享計劃對她們帶來的影響。所以研究團隊一開始已定於2020年12月中至2021年1月期間進行問卷調查及聚焦小組訪問，然而第四波疫情直至12月中為止，確診數字仍然高企，在防疫考慮下，團隊便將問卷調查轉為網上進行，並推遲聚焦小組訪問至1月中才開始，觀望疫情若在這段時間好轉，可如常以實體方式舉行，最後至1月初為止，雖然疫情已稍有好轉，但確診數字仍然偏高，經與執行計劃機構同事商議後，便決定將聚焦小組訪談也改在網上進行。

在網上收集研究數據，令研究團體遇上不少挑戰。首先有關網上問卷部份，團隊必須要與執行計劃機構同事在事前有充分溝通，確保每位參加計劃的婦女懂得如何填寫網上問卷，若遇有不懂填寫的婦女，機構同事要預早教導有需要婦女的相關知識；網上問卷格式有既定程式限制，不似紙印問卷般容易修整，因此要製作出讓婦女容易填寫的問卷格式，需要經過多次的修訂和測試，除了事前將網上問卷給執行機構同事過目及給意見外，團隊在問卷訂稿後及正式發放問卷前，曾將問卷給予跟參與計劃婦女年齡和背景接近的婦女填寫，以收集意見，為網上問卷作最後的修訂；還有在回收率上，網上收集問卷會較現場收集較難保證，特別問卷是不記名時，網上收集的回收率就更難保證，所以研究團隊成員在計劃一開始時，曾出席計劃一些實體活動，向參與婦女介紹研究團隊及是次研究的目的、設計及未來安排，讓婦女知道未來會被邀請參與問卷調查及聚焦小組，提升她們的參與意欲，雖然最後在發出網上問卷初期，回收率只是一般，但後來經過執行機構同事不斷邀請及與婦女溝通下，比預期用多了幾天，終於收集到預期數量的問卷。

至於聚焦小組，為了有效促進婦女在小組內的分享，減少婦女對研究員的陌生感，在未確定小組是以實體還是網上舉行前，如前所述，研究團隊成員已在計劃展開初期，出席計劃在中心舉行的實體活動，向出席的婦女介紹團隊成員和研究詳情；當後來因疫情關係，確定聚焦小組在網上進行後，考慮到在網上分享可能會較現場實體分享被動，於是團隊便邀請執行機構同事，在每次網上聚焦小組開始前，向參與婦女再一次介紹研究員和研究目的，作為開展小組互動前的破冰，同時也請婦女在小組過程中全程開啟視像鏡頭，使研究員除了聽到婦女分享外，也可觀察到她們的眼神或表情，並在彼此可以望到對方的情況下，對促進互動也有幫助。雖然對於促進一些較被動婦女在小組中分享，在網上會較實體更困難，但在上述多重準備工作下，所有聚焦小組都能順利完成，而婦女大致都能分享參與計劃的體驗和得著。

### 6.2 參加者對問卷內容解讀的準確性

在量化研究問卷調查部份，由於是在網上進行，所有參與計劃的婦女是需要自行理解問卷內容，然後填寫答案。因此部份婦女可能未能完全理解問卷中的部分問題，從而未能準確地給與回應，這有可能影響到研究結果。若將來再有機會需要進行網上問卷調查，可嘗試跟執行計劃機構協調，看看是否可以在發放問卷前，由研究團隊舉辦一次網上簡介會，向參加者介紹研究目的及講解問卷內容，以提高問卷數據的可信度。

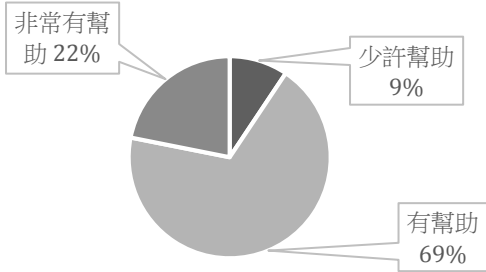
### 6.3 研究員對聚焦小組訪談內容理解的一致性

為了確保婦女聚焦小組訪談內容的一致性，在進行小組前，研究團隊便設定和確認了訪談指引；然而每次聚焦小組的日期和時間，都是遷就願意參加聚焦小組的婦女的時間而定，所以最後並不是每一位研究員都能出席全部三次的聚焦小組，有可能會影響對數據的演繹和解讀。為了補充這方面的不足，經過執行計劃機構同事努力的協調下，確保研究團隊最少有一名研究員能出席全數三次的聚焦小組，以確保小組訪談內容的一致性；另外，在每次小組訪談，除了錄影小組過程作之後騰本之用外，團隊亦會有一職員即場協助紀錄小組重點，供其他未能出席的研究員在進行數據分析前閱覽；還有在進行數據分析前，整個研究團隊會仔細閱讀每次訪談的文字紀錄及即場紀錄的重點，並在研究會議中一起確認對每次訪談的各個重點的理解，以盡量減少研究員之間在數據演繹上的差異。

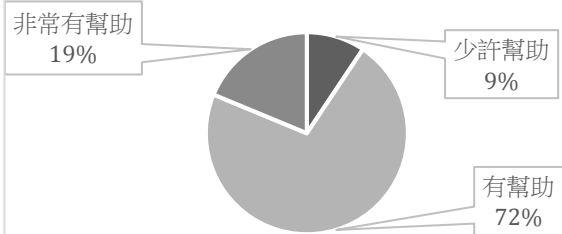
## 7 統計圖表

### 1. 計劃對妳在下述各方面帶來多大程度的幫助

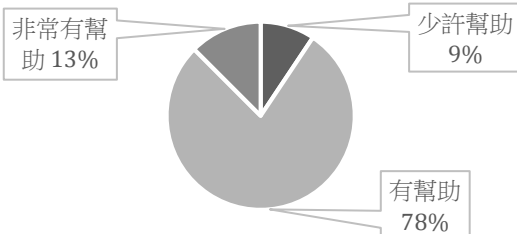
#### 1.1 認識資訊科技平台



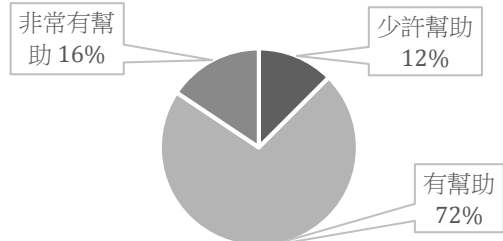
#### 1.2 掌握資訊科技應用



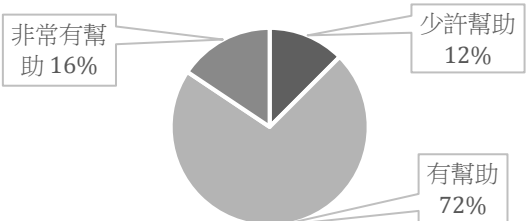
#### 1.3 與他人建立新的接觸渠道



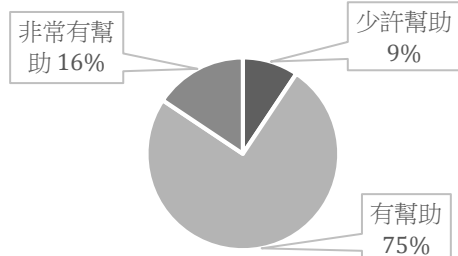
#### 1.4 認識社區資源



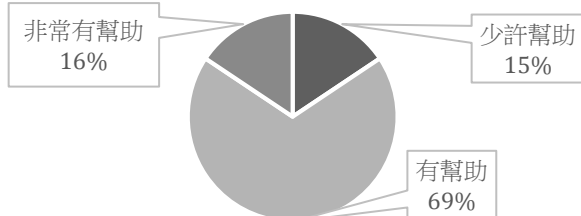
#### 1.5 擴闊生活空間



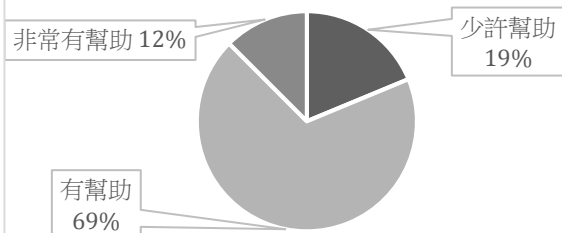
#### 1.6 認識更多朋友



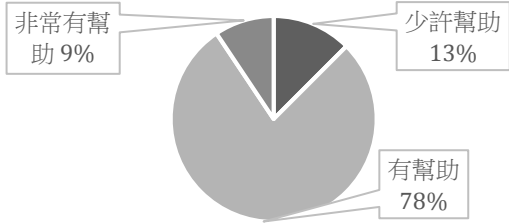
#### 1.7 提升個人技能(例如溝通及表達技巧)



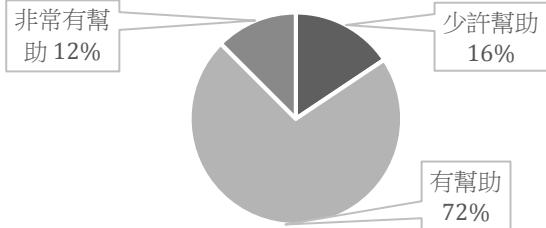
#### 1.8 以提供資訊換取時分，確立自我價值



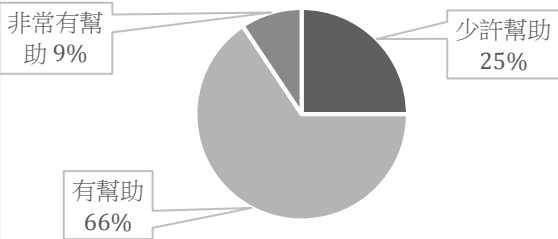
### 1.9 分享社區資訊



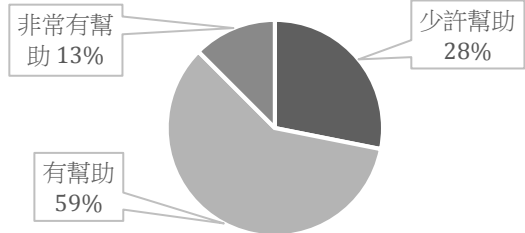
### 1.10 增加與人交流機會



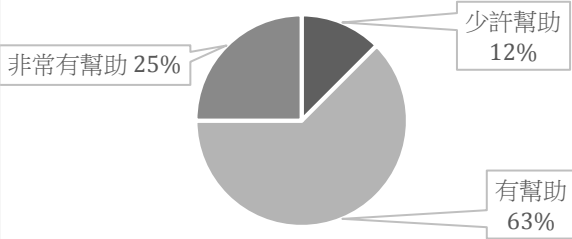
### 1.11 關注社區的事情



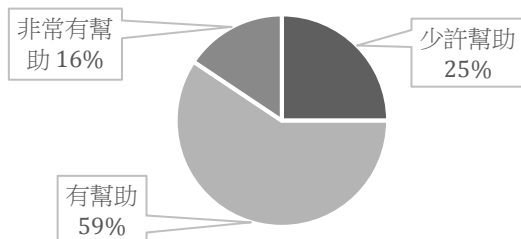
### 1.12 以時分換取日用品，減輕生活壓力



### 1.13 增加滿足感

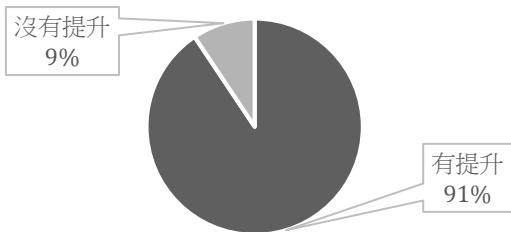


### 1.14 肯定自己照顧工作的價值

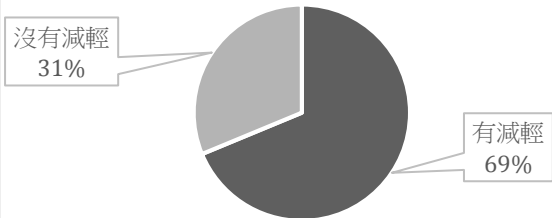


## 2 參與計劃後，妳在下述各方面有否提升？

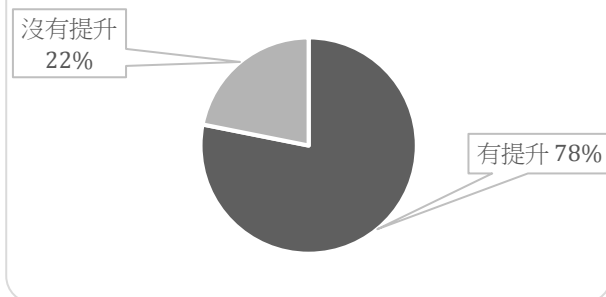
### 2.1. 個人技能：



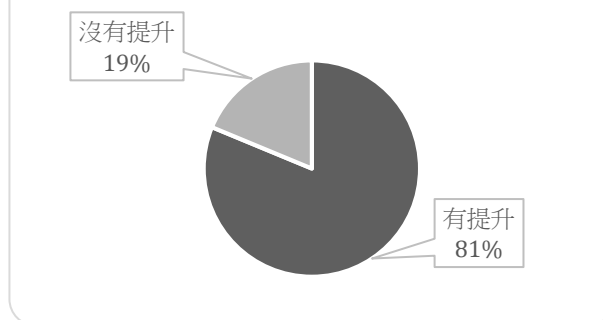
### 2.2. 減輕照顧工作的壓力



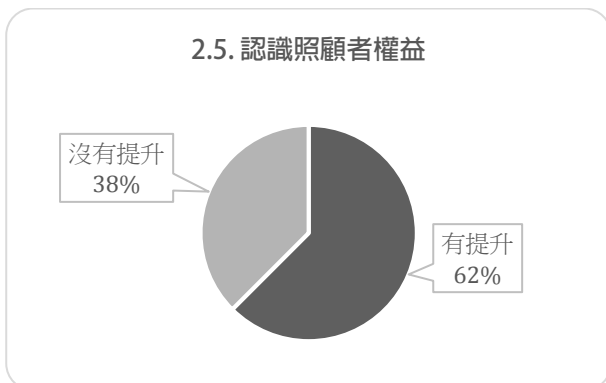
## 2.3. 人際關係技巧



## 2.4. 取得社會資訊



## 2.5. 認識照顧者權益



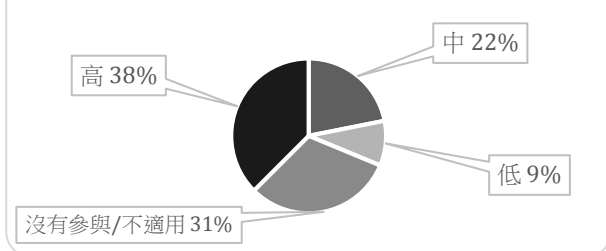
## 2.5. b 如你認為「認識照顧者權益」有提升，請以簡單文字描述。

不單死做！會接受踏一步
同學分享
如遇到問題可尋求多個機構幫手
自己時間
阿sir有講

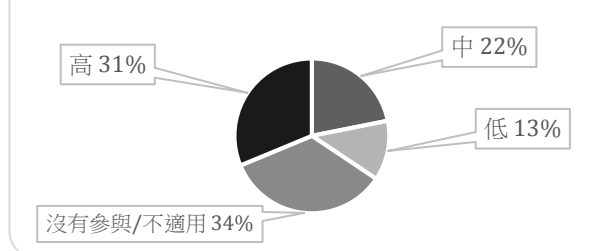
活動中社工經常鼓勵我們反思照顧者權益和性別定型等議題。
要學識放下，不是所有責任都像自己。
提昇自信
照顧者可以找到支援，可以令自己有休息時間。

## 3 你在下列計劃各階段的參與程度如何？

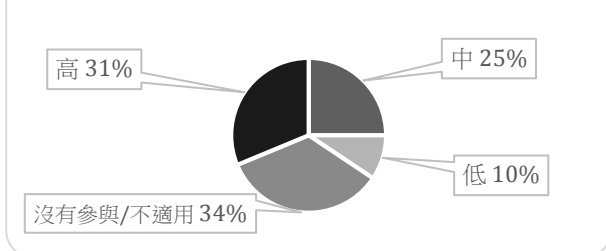
## 3.1 KOL教學及實踐工作坊：培訓階段



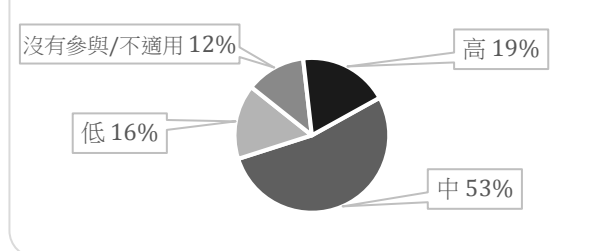
## 3.2 KOL教學及實踐工作坊：拍攝階段

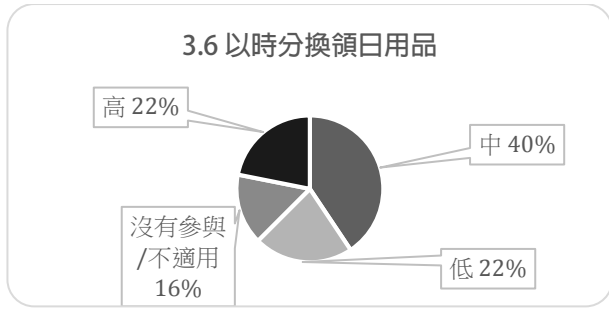
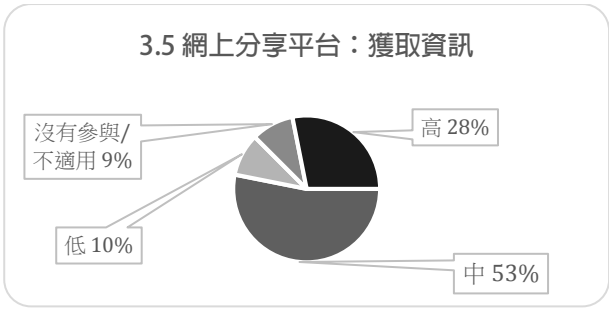


## 3.3 KOL教學及實踐工作坊：分享階段

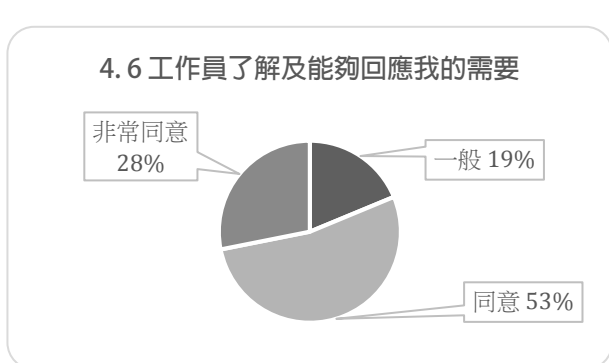
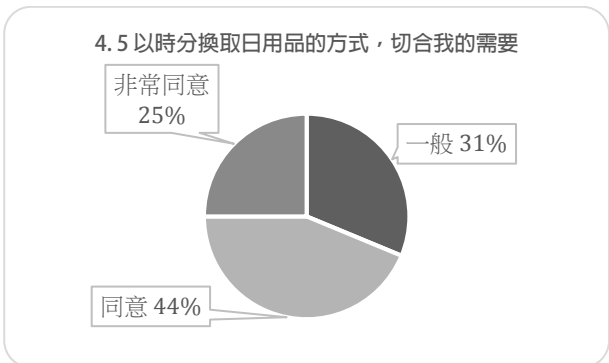
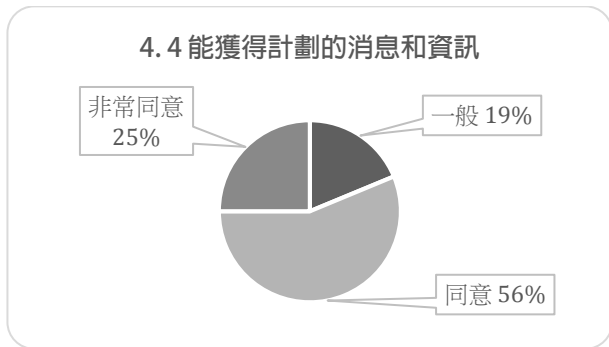
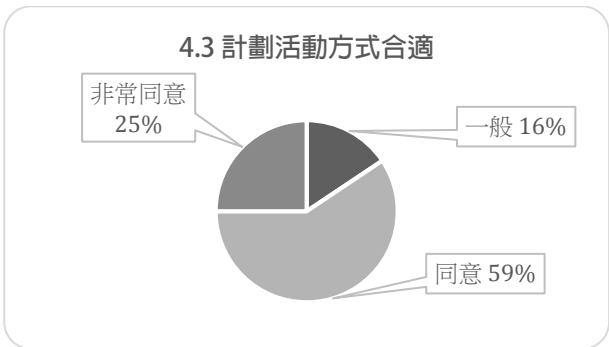
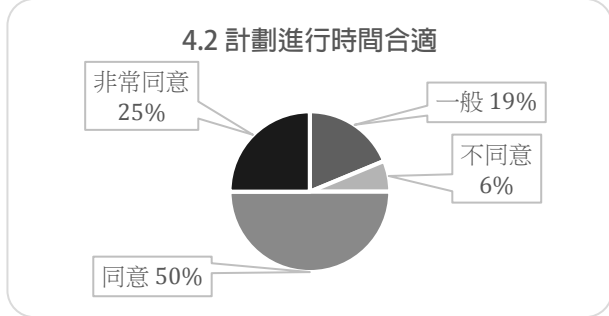
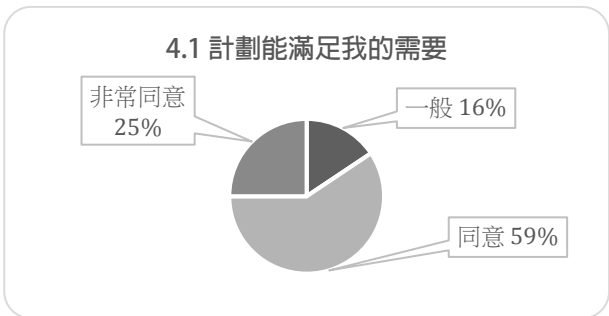


## 3.4 網上分享平台：分享交流資訊





## 4. 整體來說，妳有多大程度上同意以下內容？



## 5. 你對活動最欣賞的地方是：

工作人員不懈的努力讓一群無助的婦女有所依靠
工作人員對於整個活動計劃的流程、活動內容有很多不同的資訊
內容貼地，跟上潮流
分享
引發學習動機，循循善誘，耐心指導
用時分換取自己需要的

好多新野玩同學習、識到新朋友
有更多學習機會
我可以用時分去交換服務和換購日用品。
我認為可以用時分去交換服務和日用品。
建立一個公享平台
活動非常豐富，分享的資訊也很有用
真誠
能學習又可以時間換取物品

通訊夠快
工作人員和導師的用心
尊師積極
提高人與人之間嘅溝通
實習
職員給我們很大的發揮機會。

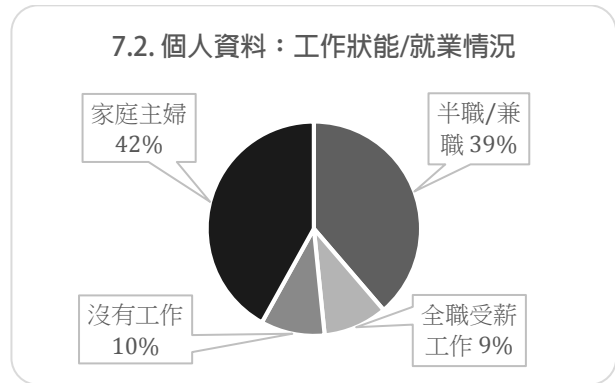
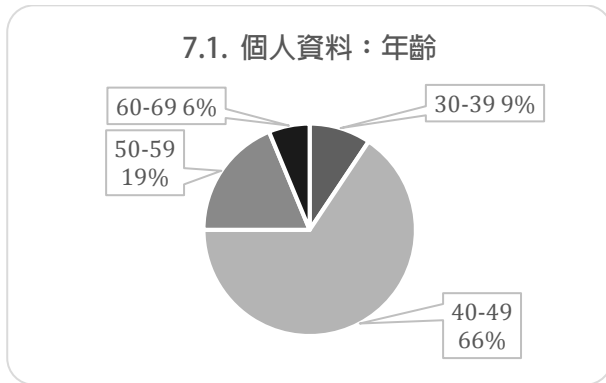
## 6. 你認為活動需要改善的地方是：

功課協助
可增添內容再充實少少
因疫情如何面授就更加好
多D實習機會
多方面發所需要的資訊
多些實體班

多點東西換、多點人參與
希望更多的會員參與活動。
每一堂加時更好
迎難而上
活動的時間表很緊湊，好難抽出時間
時間的安排

能多些學習機會，更多的學習內容
學習堂數不夠，如能增加2堂會更好
操作軟件及實踐部分
讓更多會員投入當中

## 7. 受訪者資料



如在7.2. 選取了「家庭主婦」選項，請問你的照顧對象是什麼人？

2位孩子，2位父母
女兒 丈夫
女兒9歲
小朋友

子女
仔及丈夫
老人，小孩
我要照顧兒子。

兒子
兒子，老公
兒童
孩子、家庭

家人
----



## 附錄（一）

### 新婦女協進會

#### 「一分分享一分換取」時間銀行計劃參加者檢討問卷

妳們好！深水埗區議會關注貧窮和少數族裔工作小組委託新婦女協進會為「一分分享一分換取」時間銀行計劃(下稱計劃)進行計劃檢討評估，評估目的旨在了解計劃對參與活動的婦女在個人、社會層面所帶來的影響，為參與機構未來的服務計劃提供參考。妳所提供的資料絕對保密，僅用作與評估目的相關的數據分析之用。

#### 1. 計劃對妳在下述各方面帶來多大程度的幫助

		沒有幫助 0	少許幫助 1	有幫助 2	非常有幫助 3
1.1	認識資訊科技平台				
1.2	掌握資訊科技應用				
1.3	與他人建立新的接觸渠道				
1.4	認識社區資源				
1.5	擴闊生活空間				
1.6	認識更多朋友				
1.7	提升個人技能(例如溝通及表達技巧)				
1.8	以提供資訊換取時分，確立自我價值				
1.9	分享社區資訊				
1.10	增加與人交流機會				
1.11	關注社區的事情				
1.12	以時分換取日用品，減輕生活壓力				
1.13	增加滿足感				
1.14	肯定自己照顧工作的價值				

#### 2. 參與計劃後，妳在下述各方面有否提升？

	有提升，請以簡單文字描述：	沒有提升
2.1	個人技能：	<input type="checkbox"/>
2.2	減輕照顧工作的壓力：	<input type="checkbox"/>
2.3	人際關係技巧：	<input type="checkbox"/>
2.4	取得社會資訊：	<input type="checkbox"/>
2.5	認識照顧者權益	<input type="checkbox"/>

#### 3. 妳在下列計劃各階段的參與程度如何？

		參與程度			
		高	中	低	沒有參與，不適用
3.1	KOL教學及實踐工作坊：培訓階段				
3.2	KOL教學及實踐工作坊：拍攝階段				
3.3	KOL教學及實踐工作坊：分享階段				
3.4	網上分享平台：分享交流資訊				
3.5	網上分享平台：獲取資訊				
3.6	以時分換領日用品				

## 4. 整體來說，妳有多大程度上同意以下內容？

		非常同意	同意	一般	不同意	非常不同意
4.1	計劃能滿足我的需要					
4.2	計劃進行時間合適					
4.3	計劃活動方式合適					
4.4	能獲得計劃的消息和資訊					
4.5	以時分換取日用品的方式，切合我的需要					
4.6	工作人員了解及能夠回應我的需要					

5. 你對活動最欣賞的地方是\_\_\_\_\_

6. 你認為活動需要改善的地方是\_\_\_\_\_

7. 個人資料：

年齡：18-29      30-39      40-49      50-59      60-69      70或以上

8. 工作狀態/就業情況：

沒有工作      全職受薪工作      半職/兼職      退休      家庭主婦

9. 如在7.2. 選取了「家庭主婦」選項，請問你的照顧對象是什麼人？如多於一人，請將你最花時間照顧的人排在最前：\_\_\_\_\_

~~問卷已經完成，感謝你的參與！~~

全文完

## 附錄（二）

---

### 「一分分享一分換取」時間銀行計劃

#### 計劃評估焦點訪談指引

1. 自我介紹，介紹一下你的稱呼、職業
2. 請分享你參加計劃的原因
3. 請介紹一下你所參與計劃的內容和你在當中的經驗
4. 學習資訊科技對參加者的影響：
  - 對資訊科技的掌握（例如：接收網絡資訊的方式；拍片/做直播的技巧、後期製作、交流資訊）
  - 個人能力（例如：表達能力；建立個人形象；自信心；發展個人專長）
  - 掌握社區資訊（例如：增加獲取資訊的途徑、和其他人士交流社區資訊及在家抗疫活動、認識社區資訊、增加對社區的關注，譬如平價防疫物資、抗疫基金資訊）
  - 支援網絡（例如：減壓活動等；認識其他照顧者；建立互助網絡）
5. 這個計劃有效提高參加者認識自己的照顧者權益（例如：知道關愛基金的照顧者津貼可供申請）
6. 時間銀行計劃—以時分換領日常生活用品，對參加者的影響：
  - 照顧壓力和時間（例如：經濟開支）
  - 參加活動的動機（例如：參加的頻密度；投入程度）
  - 對照顧工作價值的看法（例如：付出時間會得到回報）
7. 對計劃運作的意見，如活動的時間和節數是否足夠、內容是否切合需要、導師質數、教學方式、換取時分的方式等
8. 整體而言，參與這個計劃對你最大的幫助是什麼？
9. 整體而言，你對計劃有何改善建議？
10. 若「一分分享一分換取時間銀行計劃」繼續舉辦，你會建議什麼內容更能切合你的需要？

## 參考資料

---

Hsieh, H. F. & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15 (9), 1277-1288.

United Nations. (1995). *Beijing Declaration and Platform for Action*. The Fourth World Conference on Women, 4-15 September, 1995. Beijing: United Nations.

游佩珊 (2018)。誰是照顧者？-本港家庭照顧者人口及其需要。社聯政策報，24，4-10。

新婦女協進會 (2015)。《全港區議會撥款與性別預算研究》

勞工及福利局 (2009)。消除對婦女一切形式歧視公約與香港婦女發展。取自 <http://www.lwb.gov.hk/UNCEDAW/publications/CEDAW%20Leaflet%202009.pdf>

黃鈴翔 (2014 年 9月5 日)。專題演講—性別主流化工具運用。

出版：新婦女協進會

地址：香港九龍長沙灣李鄭屋邨禮讓樓地下120室

電話：27200891

電郵：aaf@aaf.org.hk

2021年3月刊印