

## 主席的話

剛過去的5月18日，是康馨成立十週年的慶典，十年來，本會一直致力爭取及推動女性及長者福利權益、籌劃深層及持續的服務；提昇女性自強能力；關懷社群、推動社區服務，凝聚社會各界力量去幫助有需要的人，共同創造融洽和諧社區。並以關心年青人，推動年青人實現夢想，鼓勵他們關心社區事務並對社會作出貢獻為宗旨。

增強女性自強能力是本會宗旨之一，為促使女性在社會上充分獲得應有的地位、權利和機會，本會不斷為女性舉辦增自信自強的活動，讓女性的潛能得以釋放和提升，讓她們可以更好地裝備自己以致貢獻社會，和建構更美好的社區。

於2012年，本會向【東區區議會】申請【婦女事務委員會】的「資助婦女發展計劃」，舉辦兩個分別名為『東區婦女領袖培訓班』及『妍樂亮麗人生嘉年華會』的活動，活動取得了空前成功及得到了極大的回響。有見及此，本會決定今年再次舉辦此兩個活動，讓來自不同背景的學員，將課程中所學習來的知識，應用於現實生活，再展人生；她們更有機會透過參與嘉年華會去實踐，向市民宣揚健康生活訊息，培養團隊合作精神、發揮領袖潛能。一連串的活動，將於今年10月至12月期間舉辦，包括：『東區婦女領袖培訓班』及『妍樂亮麗人生嘉年華會』：

▶▶『東區婦女領袖培訓班』的招募對象以東區女性為主，年齡及學歷不限；通過訓練班培訓成為活動籌劃者，推廣妍樂人生及宣揚健康生活訊息。培訓內容包括：認識飲食營養及健康生活知識、學習社交禮儀、掌握籌劃活動、作為主持活動及司儀技巧知識；培養團隊合作精神、發揮領袖才能，建立共同目標等。學員畢業後，一同參與籌辦『妍樂亮麗人生嘉年華會』大型活動。

▶▶『妍樂亮麗人生嘉年華會』將於12月1日(星期日)於港島東區鰂魚涌太古城太極公園舉行，由『培訓班』學員合力籌辦的活動，目的是宣揚健康人生訊息、建立開心家庭。內容有包括綜藝表演、遊戲攤位及問答遊戲等等。

能給自己一個提升自信及考驗的機會，助你盡展潛能，積極投入社區各方面的公共及社交生活，你準備好了沒有？誠意邀請大家一同參與『東區婦女妍樂人生』計劃，共創美好明天！



廖美玲  
執業會計師



# 8.31(星期六)

## 港島區賣旗籌款

是次為康馨婦女會2013年度賣旗籌款日，計劃招募1500名義工，籌募善款目標港幣42萬元，善款將用於：爭取及推動婦女福利權益、籌劃深層及持續的服務，提昇婦女自強能力；關懷社群、推動社區服務，凝聚社會各界力量去幫助有需要的人，共同創造融洽和諧社區；關心年青人，推動年青人實現夢想，鼓勵他們多關心社區事務並對社會作出貢獻等。



公益金百萬行



東區肝炎普檢日



驗眼大行動



家務助理培訓班



東區耆樂千歲宴



籌劃愛心拍照活動善款撥入  
「沙士」護苗教育基金



「匯精英、創未來」  
專業之路系列講座



健康體檢日2012



東區婦女領袖培訓班



愛心探訪

佛教何李寬德長者中心 勵志會陳融晚晴中心



賣旗專線: 35250123

賣旗傳真: 28513103

會址: 香港鰂魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓610室 電話: 35250123 傳真: 35250122

網址: [www.carnation.org.hk](http://www.carnation.org.hk) 電郵: [info@carnation.org.hk](mailto:info@carnation.org.hk)



## 【重點通告】

### 『東區婦女妍樂人生計劃』活動

將於本年10月至12月期間舉辦，包括：三天的『東區婦女領袖培訓班』及『妍樂亮麗人生嘉年華會』。『培訓班』全期學費為港幣100元，9月份開始接受報名；10月初進行學員甄選，10月中開課。『嘉年華會』將於12月1日(星期日)下午1時至5時港島東區鰂魚涌太古城太極公園舉行，由『培訓班』學員合力籌辦。內容有包括綜藝表演、遊戲攤位及問答遊戲等等。希望大家踴躍支持及參與，有關詳情可致電本會查詢。

## 【特別鳴謝】(排名不分先後)

- 鳴謝蒞臨出席5月18日本會「十全十美10週年晚宴」的主禮嘉賓，包括：行政會議非官守議員暨立法會議員葉劉淑儀女士、中聯辦協調部處長宋瑋女士、中央政策組全職顧問高靜芝女士、婦女事務委員會主席劉靳麗娟女士、東區民政事務專員許英揚先生、社會福利署東區/灣仔區福利專員顏文波先生、港區婦聯代表聯誼會會長及全國政協委員王楊志紅女士、香港中華總商會常董及婦女委員會主席鄧楊詠曼女士、香港中華總商會副會長袁武先生、香港各界婦女聯合協進會主席林貝聿嘉女士、保良局壬辰年主席梁寶珠女士及港九街坊婦女會主席孫方中博士及各界團體、友好在百忙之中抽空出席。鳴謝幸福宣言婚紗攝影公司協助拍攝工作。同時亦多謝各團體及友好贊助禮品及現金支持當晚抽獎環節，使各與會者都能盡興而回。
- 鳴謝行政會議非官守議員暨立法會議員葉劉淑儀女士、香港中華總商會副會長袁武先生、中聯辦港島工作部社工處科長黃偉先生、東區區議會勞鏢珍議員、婦女事務委員會委員李翠莎博士等在百忙之中抽空蒞臨7月7日『健康體檢日2013』活動擔任主禮嘉賓及多謝『香港中華總商會港島東區聯絡處』贊助活動，世代無肝炎、香港眼科顧問中心、香港執業脊醫協會、香港護士總工會、MSD默沙東藥廠有限公司及東區少年警訊協辦，使得以活動順利進行。
- 鳴謝『香港中醫學會』協辦並邀請幾位中醫師蒞臨支持 6月23日『中醫義診及講座2013』活動，同時亦特別感謝俞明珠理事長親自主講『四時養生智慧講座』及在台上示範『拍打功』的尹偉倫中醫師，讓參加者獲益良多。
- 鳴謝A&A PHOTO協辦7月12日『康馨優惠照相日』活動，並以專業服務及優惠價錢為坊眾拍攝及曬相工作。
- 鳴謝參與本會多項活動拍攝工作：張惠梅、梁德宏、吳艷娜、梁偉剛、黎麗玲、凌嘉雯、王嘉怡、何君浩。
- 鳴謝『矜巧舞藝坊』參與5月5日『康馨粵曲會知音』活動的舞蹈演出。
- 鳴謝協助5月5日『康馨粵曲會知音』活動義工：  
蔡壽明、陳建華、陳克倫、鄭錦萍、鄭淑珍、張瑞芳、蔡警然、鍾佩儀、郭興年、鄺文端、李觀華、李德儀、伍燕瓊、黃杏農、黃佩貞、黃繩懿、葉金蘭、麥子俊、秦文龍、黃可瑩。
- 鳴謝協助6月22日『樂知音妙舞金曲』活動義工：  
馬麗華、陳建華、尹麗娟、鄭淑珍、鄭紹源、張瑞芳、何嘉良、黃佩貞、黃天然、何根明、許若蘭、黎勝德、李觀華、李德儀、梁玉蓮、李祥榮、謝惠珍。
- 鳴謝協助6月23日『中醫義診及講座2013』活動義工：  
陳建華、馬麗華、尹麗娟、鄭淑珍、陳克倫、陳潔芳、鄭惠菁、張瑞芳、鄧麗珊、羅英麗、李文駿、李德儀、梁國安、李祥榮、李軒怡、石鳳華、施清秀、謝惠珍、韋愛賢、黃杏農、黃佩貞、胡佳彩、葉金蘭。
- 鳴謝協助7月7日『健康體檢日2013』活動義工：  
蔡壽明、沈艷裴、羅錫香、梁曦文、許惠晉、李常艷、楊孝如、陳霓、鄧穎珊、鄺瑋彤、江汶瑤、李祥榮、黃杏農、余美娟、何嘉良、李德儀、鍾佩儀、馮漢威、李慧婷、陳麗明、羅英麗、胡佳彩、鄭敏琪、李月明、張瑞芳、林婉珍、伍燕瓊、施清秀、陳瑜瑜、謝惠珍、符建真、陳詩諾。
- 鳴謝協助派發5月至7月會訊義工：  
羅錫香、尹麗娟、鄭淑珍、吳義英、譚美英、謝潤、張連英、梁麗影、瞿鳳仙。



# 活動花絮



5月5日 康馨粵曲會知音



5月18日 十全十美 10週年晚宴



6月22日 樂知音妙舞金曲匯



6月23日 中醫義診及講座2013



6月30日 康馨粵曲會知音



7月7日 健康體檢日2013



會址: 香港鰂魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓610室

## 2013年8月至11月 活動預告

日期	地點	活動名稱	活動內容
8月3日 星期六 下午1時至4時	王朝盛宴 北角健康邨 (鰂魚涌港鐵站C出口)	「8月及9月份生日會」 (會員、非會員及2歲以上 小童同價)	為8月及9月份生日會員慶祝生日、聚餐、卡拉OK等。歡迎會員、家屬及坊眾一同參與。 (已現開始售票)
8月18日 星期日	本港一天遊	「康馨十週年旅行」 現已開始售票 大小同價 只開3車	遊覽山頂廣場及凌霄閣、冠華涼果食品公司及九龍灣零碳公園，午餐於香港仔珍寶海鮮舫。鳴謝東區區議會贊助。
8月31日 星期六 上午7時至12時半	康馨賣旗籌款日 熱切期待您加入 賣旗義工行列 可隨時致電查詢 35250123	我們喜獲社會福利署署長批准(公開籌款許可證編號:FD/R034/2013),於8月31日(星期六)在港島區賣旗,籌款目標為港幣42萬元。善款將用於:推動女性工作、社區服務及健康教育事務上。屆時,敬請大家慷慨解囊、共襄善舉,支持本會賣旗籌款,攜手為提昇社區服務質素及層面作貢獻。	
9月14日 星期六 下午2:30至4:00	本會會址舉行 費用全免	「遺產淺談講座」 8月5日開始報名 敬請電話登記留座	律師講解常見處理遺產方法及如何編寫簡單的平安紙。
9月22日 星期日	本港一天遊	「西貢地質公園一天遊」 8月5日開始售票 大小同價 只開3車	遊覽橋咀洲地質步道、鹽田梓、海上暢遊地質公園西貢園區,並於西貢品嚐豐富海鮮午餐。鳴謝東區區議會贊助。
10月1日 星期二 下午2:00-5:30	鰂魚涌社區會堂 (太古港鐵站B出口)	「康馨金曲妙韻賀國慶」 入場券於9月2日 開始免費派發	為慶祝國慶日子,本會特別為坊眾安排精彩歌舞綜合表演,讓大家共渡一個愉快下午。歡迎坊眾取票入場欣賞。憑票入場
10月5日 星期六 下午1時至4時	王朝盛宴 北角健康邨 (鰂魚涌港鐵站C出口)	「10月及11月份生日會」 (會員、非會員及2歲 以上小童同價)	為10月及11月份生日會員慶祝生日、聚餐、卡拉OK等。歡迎會員、家屬及坊眾一同參與。(9月2日開始售票)
11月2日 星期六 上午10:00-1:00	本會會址 敬請預早登記	「注射流感疫苗」 歡迎男女老幼報名 參加詳情可於10月初 致電本會查詢	選用世界衛生組織認可疫苗,主要針對肺炎鏈球菌、季節性流感及小童流感針。註冊護士擔任注射工作。 10月初日開始接受登記。
11月3日 星期日	本港一天遊	「沙頭角邊境一天遊」 10月7日開始售票 大小同價 只開3車	前往沙頭角前禁區「擔水坑村」居石候公祠、河上鄉美味棧頭抽專門店,中午於雲泉仙館品嚐齋宴。現正申請東區區議會撥款。
11月9日 星期六	東區醫院	「東區醫院日2012」 歡迎坊眾一同齊與 慈善活動	參與東區醫院慈善步行及健康嘉年華,為「東區尤德夫人那打素醫院慈善信託基金」籌款,改善醫院病人服務。

本會辦公時間: 星期一、三、四 早上9時30分至晚上7時(午膳時間:下午1時至2時);

星期二、五 早上9時30分至晚上6時(午膳時間:下午1時至2時);

星期六 早上9時30分至下午1時; 星期日及公眾假期休息

卡拉OK時段: 逢星期二晚上7時至10時(只限會員及家庭成員每次收費\$15)(公眾假期休息)



# 康馨婦女會 2013年8月至10月班組活動

香港鯉魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓610室 (太古港鐵站A2出口 玉桃軒酒樓樓上)  
電話: 3525 0123 傳真: 3525 0122 網址: www.carnation.org.hk 電郵: info@carnation.org.hk

班組	班組內容	每堂課時	收費	材料費	開班日期	上課時間	導師
粵曲研習班	為愛好粵曲者，提供學習粵曲基本方法，教授怎樣練聲、認識叮板、工尺譜、咬字及上落氣方法等。配樂有：胡、阮、揚琴及鑼鼓。	2小時 (10堂)	會員\$450 非會員\$500	無	8月12日	逢星期一 8:00 - 10:00pm	關桂珍女士
粵語歌唱班	教授如何選擇適合自己的調子演唱、腹式呼吸法運用、發聲練習及音域拓展、簡譜與視唱的認識、提升拍子、音準的感覺及歌曲處理及情感演繹等。	2小時 (8堂)	會員\$400 非會員\$450	無	8月13日(A班) 8月11日(B班)	逢星期二 2:00 - 4:00pm 逢星期日 10:00 - 12:00am	霍世華先生
英文金曲歌唱班	本課程專注教授基本歌唱技巧，包括簡譜認識、呼吸、發聲、拍子及選調，並以一連串膾炙人口的經典英文金曲教唱，令學員能在短期內，掌握演繹風格。	個半小時 (8堂)	會員\$480 非會員\$530	無	8月13日	逢星期二 4:30 - 6:00pm	霍世華先生
手製水晶飾物班	以Swarovski水晶珠編織各款飾物，如精緻電話繩、閃亮襟針、新穎手鍊及頸鍊等。	個半小時 (4堂)	會員\$200 非會員\$250	\$200 (4堂)	8月13日	逢星期二 10:00 - 11:30am	龍麗珠女士
書法進階班	研讀吳魯法書。本課程內容立足書法主流，以演繹吳魯法書入手，引導同學探索二王書法，逐步認識及掌握楷、行、草的基本寫法及討論書法史的一些問題。進而鼓勵同學以誠實及開放精神寫出成幅作品。	個半小時 (8堂)	會員\$640 非會員\$690	無	8月14日	逢星期三 2:30 - 4:00pm	吳紫煉先生
國語歌唱班	以卡拉OK形式教授懷舊歌曲、流行曲，改善歌唱技巧等。	2小時 (8堂)	會員\$400 非會員\$450	無	8月12日(E班) 8月15日(C班) 8月15日(B班) 8月16日(A班) 8月16日(D班)	逢星期一 10:00 - 12:00am 逢星期四 10:00 - 12:00am 逢星期四 2:15 - 4:15pm 逢星期五 2:15 - 4:15pm 逢星期五 7:00 - 9:00pm	盧義嫻女士
東方花藝課程 日本草月流插花 證書課程	本課程教授日式花道—草月流插花藝術，由淺至深教授傳統花道之技巧，同時發揮個人創作靈感，培養個人審美眼光，展現時尚簡單美。課程簡介：課程共分四冊，每冊2課。完成後可獲東京草月會館頒發證書。 *上課用器皿由本會供應，學費並不包括草月會館証書費。	1小時 (12堂)	會員\$860 非會員\$910	約\$80 -100元 (每堂)	8月15日	逢星期四 5:00 - 6:00pm 6:00 - 7:00pm 8:00 - 9:00pm	凌瑞娟女士
水墨畫初班	本課程教授正確執筆、坐姿；介紹文房四寶、用色和用墨；基本畫梅、蘭、竹、荷花技巧及百花、佈局研究。	1小時 (10堂)	會員\$300 非會員\$350	自備 或代購	8月16日	逢星期五 11:00 - 12:00am	顧公勉先生



# 康馨婦女會

香港鰂魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓610室  
(太古港鐵站A2出口 玉桃軒酒樓樓上)

電話: 3525 0123 傳真: 3525 0122

網址: www.carnation.org.hk 電郵: info@carnation.org.hk

親愛的朋友:

## 敬請支持本會8月31日港島區賣旗

康馨婦女會創立於2003年4月，於2004年獲香港稅務局認可成為慈善團體。本會自成立以來，以(1)積極鼓勵及支持女性關心並參與社會發展，(2)培養女性自信、自強、自立、自主的能力，(3)促進社區健康教育及社會福利事務，尤其是長者服務；(4)致力促進社會和諧安定，及(5)關心年青人，推動年青人實現夢想，鼓勵他們關心社區事務並對社會作出貢獻為宗旨。

十年來，本會沒有政府或任何機構恆常資助，經費有賴社會人士熱心慷慨支持。有幸，我們喜獲社會福利署署長批准(公開籌款許可證編號:FD/R034/2013)，於2013年8月31日(星期六)在港島區賣旗，目標招募義工1,500人，籌集42萬元善款，將用於實現本會上述宗旨，特別是：爭取及推動女性及長者福利權益、籌劃深層及持續的服務；提昇女性自強能力；關懷社群、推動社區服務，凝聚社會各界力量去幫助有需要的人，共同創造融洽和諧社區。如您想對本會服務範疇有更深入了解，歡迎瀏覽本會網頁www.carnation.org.hk。

香港人一向熱心公益，對慈善活動不遺餘力。雖然現時社會經濟稍為下調，但我們仍希望獲得您的鼎力支持，行善積福，您的捐助將能擴闊本會的社區服務及達致預期目標。如蒙樂捐，敬請填妥回條寄回本會。如您對我們服務有任何查詢，又或如您可親身或派員擔任賣旗義工，請致電3525 0123與我們聯絡。在此本會再向您的慷慨捐助致以衷心的謝意，無任感禱，順祝您身體安康。

籌委會主席陸建寧

創會主席廖美玲

謹啓 2013年8月1日

### 康馨婦女會「港島區」賣旗籌款回條

本人/本機構響應康馨婦女會

我們樂意支持捐款港幣\_\_\_\_\_元支持康馨婦女會2013年賣旗籌款活動

附上劃綫支票，支票號碼：\_\_\_\_\_ 支票抬頭請寫【康馨婦女會】

捐款已存入貴會於匯豐銀行戶口(帳戶號碼808-616882-001)，現附上入數收據

我們樂意協助於2013年8月31日(星期六)舉辦的賣旗活動，參與人數：\_\_\_\_\_，請與本人/本機構聯絡，提供有關細節。

捐款人姓名/機構名稱(中文)：\_\_\_\_\_ [用於發回免稅收據]

地址：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_ (日)電郵地址：\_\_\_\_\_

捐款支票抬頭“康馨婦女會”請用回郵信封寄回康馨婦女會會址；隨緣捐助，多少無拘，造福社群，由“康馨婦女會”發回免稅收據

康馨婦女會會址：香港鰂魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓610室

## 【健康篇】- 醫生的23大健康建議 (第2篇)

**8、參加瑜伽課程：**瑜伽可以緩解壓力，降低血壓和心率，而且還可以提高肌肉柔韌度；也許有些動作看起來有些怪異，但是對於四肢的協調能力是很有趣的，也可以防止你在鍛鍊的時候受傷。

**9、不要孤僻：**女士比男士活的時間長的其中一個原因就是，女士在遇到問題的時候會說給朋友聽，一起商量解決問題的辦法；如果你獨自面對生活中遇到的各種壓力，你可能較易衰老。

**10、避免暴飲暴食：**減肥的真正原因是由於減少了每日熱量的攝入；也許你注意不到，每天減少吸收100卡路里，一年體重就會減輕4-5公斤，從而也達到延長壽命的目的。

**11、做一名聰明的病人：**醫生只會幫助你保持好的身體，但是最終的責任還在於你自己；在接受任何手術前，記得多諮詢其他醫生的意見，因為30%的情況，他們的意見會有所改變；給自己留一個手寫的病歷單，包括自己的家族病史，或至少存在網上，這樣如果你離家之外的時候患病，也可以輕鬆找到自己的病歷單。

**12、多喝綠茶：**綠茶富含防止心臟病和癌症的多酚，而且綠茶還可以使入醒腦提神，在洗頭的時候加入綠茶，還可以防止頭皮屑。

**13、大汗淋漓的鍛鍊：**一周一小時的大汗淋漓的鍛鍊可以防止心臟病，使人心情好，還可以降低血壓；而且，還可以使肌肉變的更結實，你就可以參加更多的大汗淋漓的鍛鍊了。

**14、多跳跳舞：**不僅只有填字遊戲和紙牌可以提高智力，任何形式的舞蹈也可以有此作用；複雜的舞蹈動作可以鍛鍊神經，應該盡量參加大汗淋漓的鍛鍊。

**15、多吃堅果：**堅果富含健康脂肪和蛋白質；飯前半小時吃堅果還可以有效抑制食慾。





# 康馨婦女會

香港鰂魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓610室  
(太古港鐵站A2出口 玉桃軒酒樓樓上)

電話: 3525 0123 傳真: 3525 0122

網址: www.carnation.org.hk 電郵: info@carnation.org.hk

## 誠邀加入我們的大家庭

申請入會 / 續會 / 更改資料表格\* (會員編號: \_\_\_\_\_)

中文姓名 : \_\_\_\_\_ 英文姓名 : \_\_\_\_\_  
性 別 : \_\_\_\_\_ 身份證號碼 : \_\_\_\_\_  
出生日期 : \_\_\_\_\_ 職 業 : \_\_\_\_\_  
興 趣 : \_\_\_\_\_ 聯 絡 電 話 : \_\_\_\_\_  
手提電話 : \_\_\_\_\_ 電 郵 地 址 : \_\_\_\_\_  
通訊地址 : \_\_\_\_\_

會員類別	普通會員	長者會員/聯誼會員(男)	學生會員
年齡	18歲至59歲	60歲或以上	12歲至18歲
入會資格	香港永久女性居民	香港永久居民	香港永久女性居民
會費	港幣60元 永久會員港幣600元	港幣30元 永久會員港幣300元	港幣30元

註: 會費以每年五月一日至翌年四月三十日止

申請人簽署: \_\_\_\_\_ 日 期: \_\_\_\_\_

備 註:

- (i) 請填妥表格連同會費支票(抬頭人請寫【康馨婦女會】或【Carnation Women's Association】寄回本會, 地址為「香港鰂魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓610室」或;  
(ii) 將會費存入本會東亞銀行帳戶#015-514-40-64233-9(戶口名稱:【康馨婦女會】), 並將銀行入數紙連同填妥本申請入會/續會表格, 傳真至3525 0122, 請註明會員姓名, 如續會/更改資料者, 請填上會員編號;  
(iii) 新會員請附上個人近照乙張, 並在照片背後註明會員姓名。
- 申請人所提供的資料只會用於本會的記錄及聯絡用途。
- 如有其它查詢, 請電3525 0123與本會聯絡。

(本會專用)

現金/支票支付 : \_\_\_\_\_

支 票 號 碼 : \_\_\_\_\_

推 薦 會 員 : \_\_\_\_\_

日 期 : \_\_\_\_\_

會員近照

## 【康馨婦女會】徵求經費贊助

本創立於2003年4月，於2004年獲香港稅務局認可成為慈善團體。本會自成立以來，以積極鼓勵及支持女性關心並參與社會發展；培養女性自信、自強、自立、自主的能力；促進社區健康教育及社會福利事業，尤其是長者服務；致力促進社會和諧安定及關心年青人，推動年青人實現夢想，鼓勵他們關心社區事務並對社會作出貢獻為宗旨。自創會至2013年6月30日，共籌辦及參與約400項活動及服務，入會人數超過1,800名，印證本會致力推動社區服務，促進社會和諧安定的工作成果，得到了政府、會員和坊眾所認同。

本會沒有政府或任何機構恒常資助，經費有賴社會人士支持。香港社會有很多需要照顧的人，所需要的服務範圍很廣，要做的工作很多。本會為未來服務訂下了三個方向：

1. 推動女性工作，籌劃深層及持續的服務，輔助有需要的女性去解決問題，提升自立、自主的能力；並凝聚女性力量，去幫助有需要的人士，共同創造融洽和諧社區。
2. 推動社區服務，將我們過去籌辦一些服務及活動的經驗，與其他非牟利團體一起分享，並與他們合辦社區服務及活動，共同提升社區服務層面。
3. 健康教育事務，籌辦更多健康講座及檢查服務，更緊密的推廣健康訊息，盡力協助政府推動香港成為健康城市。

我們盼望閣下慷慨贊助本會服務及營運經費，以作支持；請填妥下列表格連同劃綫支票予「康馨婦女會」，寄回本會：香港鰂魚涌康山道1號康怡廣場辦公大樓610室。謹代表本會全人向閣下致以衷心感謝。如有任何垂詢，請致電3525 0123與本會聯絡。

### 贊助經費表格

捐款人：\_\_\_\_\_ 銀碼：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

銀行名稱：\_\_\_\_\_ 支票號碼：\_\_\_\_\_ 簽名：\_\_\_\_\_

### 【會員福利優惠】凡本會會員憑2013/14年度會員証可享下列特別優惠：

- (1) 美容服務 -- Beauty Shop 地址：香港筲箕灣道138號富裕中心15樓B室(西灣河港鐵站B出口)  
可享首次試做價半價優惠，原價\$280 半價\$140 查詢電話：2576 9268
- (2) 脊骨醫療 -- 賴宏新醫生(脊骨神經科) 地址：香港皇后大道中余道生行903-904室  
可享特別優惠 查詢電話：2868 6963
- (3) 品味高素食 地址：九龍尖沙咀漆咸道南27號海景大廈6字樓  
可享購物九折優惠 查詢電話：2739 6818
- (4) 彩虹視力 -- 眼鏡優惠 地址：香港銅鑼灣軒尼詩道467-473號建德豐商業大廈1001室  
凡惠顧眼鏡可獲5折、特價貨品可獲9折優惠 查詢電話：2116 9099
- (5) 幸福宣言攝影公司 -- 家庭相/個人形象拍攝 門市地址：太子金都商場136號舖  
特別優惠套餐，詳情可參考：[www.dplus.com.hk/family](http://www.dplus.com.hk/family) 查詢電話：2397 4800
- (6) H&W Shoe Shop 地址：香港鰂魚涌英皇道1046-1056號東匯中心LG39及348地舖  
九折優惠 查詢電話：6704 2886