

# 伊人當自強

增強婦女能力優良措施彙編

婦女事務委員會出版



凝聚你我力量 婦女時刻自強

目

錄

序言	4
7 婦女事務委員會簡介	
評判感想	12
14 論增強婦女能力	
教育及培訓	19
20 網絡無障礙行動 互聯網專業人員協會	
「活出我天地」兒童住宿服務 保良局	24
28 婦女IT大使教育計劃 香港婦女中心協會	
婦女普及法律活動及婦女朋輩輔導員訓練 香港婦女中心協會——麗閣中心	31
35 松柏學院——銀髮力量 香港基督教女青年會	
「婦女學堂」女青成人夜小學 香港基督教女青年會	39
43 外籍傭工輔導計劃 基督教勵行會	
經濟	47
48 保母行業發展計劃 仁愛堂社區中心	
人人有工做 青鳥	51
54 婦女創業支援計劃 香港女工商及專業人員聯會	
家長就業輔導計劃 香港小童群益會	58
62 「自助互助創明天」計劃 荃灣明愛社區中心	
互助・自助	65
不一樣的探訪隊 社會福利署天水圍家庭支援及資源中心	
互助幼兒小組 社會福利署天水圍綜合家庭服務中心	69
72 南亞裔婦女社區適應及支援小組 社會福利署油尖旺家庭支援及資源中心	
同路芳支持小組(第二期) 社會福利署保護家庭及兒童服務課（西九龍）	75

「展翅上騰」計劃 香港世界宣明會百合中心	77
81 樂暉社（單親婦女互助小組） 香港家庭福利會家福中心	
「走過婚姻路」婦女自強計劃 香港基督教女青年會	85
88 新來港人士互助課餘托管服務之「勵行天地保母計劃」 基督教勵行會	
<b>參與決策和社會事務</b> <span style="float: right;">91</span>	
92 婦女求助熱線 香港婦女中心協會——麗閣婦女中心	
《活得精彩》紅棉獎勵計劃 香港婦女發展聯會	96
100 婦女熱線輔導服務 香港基督教女青年會	
香港警務處女警佩槍計劃 香港警務處女警職責角色工作小組	104
107 促進新界女性參與權力和決議 新界鄉議局婦女及青年事務委員會	
<b>人身安全</b> <span style="float: right;">111</span>	
112 婦女大使——義工訓練（火鳳凰計劃） 和諧之家	
<b>健康</b> <span style="float: right;">115</span>	
116 支援未婚懷孕婦女計劃 母親的抉擇未婚懷孕服務部	
性工作者朋輩教育計劃 青鳥	118
122 產後情緒評估及慰問與支援服務 香港大學婦產科學系	
122 「無煙OL大搜查」 香港吸煙與健康委員會	125
128 婦女健康檢閱及婦康大使計劃 香港基督教女青年會	
婦康聆熱線系列 香港基督教女青年會	132
136 婦女健康增值大學堂 醫院管理局健康資訊天地	
<b>機構資料</b> <span style="float: right;">139</span>	

目

錄

## 序 言

隨着社會發展和進步，現代人的生活和工作愈來愈繁重和複雜，除了要肩負家庭、工作和社會不同崗位的責任外，也需要同時處理經濟、健康、學習各方面的事情，以及應付感情問題和複雜的人際網絡。要做個自在而又能夠撐起半邊天的女性，殊不容易！在我擔任婦女事務委員會主席這兩年多的日子中，我接觸過不同階層、不同處境的女性。她們當中有不少身處逆境和困難，仍然能夠堅持信念，自強不息，不斷努力學習，挑戰自己。這些例子都給了我很深刻的體會和啟發。

婦女事務委員會相信婦女需要與時並進，採取積極的態度，承擔責任，並不斷去發掘自我的潛能，提升自己的能力，建立自己的天空。本着這樣的信念，委員會選定了「增強婦女能力」作為其中一項優先處理的工作，認為增強婦女人能力是提升婦女地位、權利和機會的重要途徑。委員會成立了增強婦女人能力專責小組，首階段從婦女的健康、教育、經濟能力、安全、以及婦女參與決策和社會事務等方面，推動增強婦女人能力

序 言

的理念和具體措施。除了關注婦女在個人層面上透過教育和培訓增強自我的能力外，還鼓勵社會摒除不利婦女發展的障礙，締造更有利的環境和機會，讓人人都可以充份發揮所長，參與社會，共同分享智慧和經驗。

事實上不少本地的婦女團體、服務機構、政府部門和私營機構都有推行各種類型的增強婦女能力計劃或服務；其中不乏出色和有創意的構思。婦女事務委員會決定將這些嶄新的服務模式和優良的措施集結成書，作為社會各界的借鑑。

有關的工作由去年四月起展開，我們廣邀各界提供增強婦女能力的措施，反應熱烈，共收到接近一百份回應。評選委員會從中挑選了三十三項別富心思而又各具特色的優良計劃和活動列入彙編。這些計劃和活動內容正面和積極，分別在婦女健康、教育及培訓、經濟自主、自助互助、女性安全與暴力、以及婦女參與決策和社會事務各方面，提倡和採取不同的服務模式和方法，致力增強婦女的知識和技能，提升婦女的思維和擴闊她們的生活空間，協助婦女積極投入社會。這些豐富的資料

序

言

凝聚了大家的智慧和經驗，我們希望它們能夠成為一股推動的力量，啟發讀者多聽、多學、多想、多講，在自勉的同時又能夠互相共勉，並從中得到鼓舞，以更積極的態度面對未來，努力裝備自己，為自己、家人、朋友和社會創造自在和更美好的天空。

在此，我謹代表婦女事務委員會多謝各界的鼎力支持，為「增強婦女能力優良措施彙編」提供了寶貴的資料，讓大家得以分享箇中的經驗和心得，並從成功的例子中得到啟發。最後，我亦要衷心感謝評選委員會各成員，在百忙中參與評選的工作。我們期望日後與社會各界人士繼續合力推展婦女事務工作，凝聚你我力量，發揮婦女所長。

序  
言

婦女事務委員會主席梁劉柔芬

梁劉柔芬

二〇〇三年六月

