



Vol.156

2018年11-12月

# 文專薈

## 職場健康人生



香港文職及專業人員總會  
Hong Kong Clerical and Professional  
Employees General Union



同心·創新



工聯會70周年

地址：九龍尖沙咀漆咸道南 111-113 號美華閣 2 字樓  
電話：23842026 傳真：23853344

地址：中環皇后大道中 151-155 號兆英商業大廈 1 樓  
電話：25414898 傳真：25414515

屬會：物業管理行政及文職人員協會  
香港保險業總工會  
香港康樂體育專業人員總會

香港銀行業僱員協會  
香港生產力促進局職工會  
香港專業培訓人員總會

議員工作人員協會  
教育工作者人員總工會  
香港法律專業人員協會

香港證券及期貨專業總會  
香港財務策劃人員總工會  
香港會計業總工會

贊助會：香港證券及期貨從業員工會

P1	編者的話
P2	宣之言
P3	主題故事
P10	文專動向
P11	發現故事
P16	見微知博
P17	情理法
P18	舉案說法
P20	屬會追蹤
P23	區區有景點
P24	議事堂
P25	工聯新知

(文章內容不代表本會立場)

## 會刊編輯工作組成員名單

主 編：林冠良  
 執行編輯：陳秀麗  
 編 輯：吳傑文、吳鑽好、梁健雄、郭秀梅、  
 陳明柱、鄧康基、譚詠芯  
 (按姓氏筆劃序)  
 出 版：香港文職及專業人員總會  
 宣傳及教育委員會

### 有關個人資料使用通知

本會一向致力保障會員的個人私隱及資料，並遵從「職工會條例」、「職工會登記局條例」及「會章」所訂處理會員資料。凡加入本會成為會員的過程中，我們會要求準會員填寫申請表，申請表上所提供的個人資料將用作處理加入本會或屬下工會之用。

此申請表是確立會員與工會間的法律關係，雙方互有權利與責任，會員可直接向有關工會了解會章內容。為此，會員必須同意提供完整身份證號碼以完成入會程序。如有需要，會員提供之完整姓名及出生日期會用作舉辦或宣傳有特定年齡組別或限制之會務活動或會員生日福利等用途。

準會員可自行決定是否提供申請表內任何一項資料，惟如準會員選擇不提供完整資料，工會將可能拒絕入會申請。

會員同意並授權職工會各機構及其屬下工會使用閣下資料作為開展各項會務活動、政策倡議、福利服務、課程推介、文娛康樂、籌款及選舉等用途，並將妥為保存。根據 2012 年個人資料(私隱) (修訂) 條例(香港法例第 486 章)，會員有權要求查閱及更正任何會員提供的資料，有關申請須以書面向本會提出。

會員如不欲本會使用您的個人資料作上述用途，請以郵寄(尖沙咀會所：九龍尖沙咀漆咸道南 111-113 號美華閣 2 字樓)、電郵 (info@cpegu.hk) 或傳真 (23853344) 形式告知本會。



## 編者的話 Message

## 多方學習 平衡人生

到了年底，文職白領和專業人員經過差不多一年的忙碌，仍是不能放鬆，因為很多公司都會在年底這兩個月做考績去評估員工的表現，作為調整薪酬或分發花紅的準則。從事銷售的人士也要在年尾跑數，這兩個月是他們營業額的最後衝刺期，壓力自然很大。然而，他們在經過測評檢討表現後，就要訂立明年目標，一切又周而復始。職場如是，個人生活又如何？平衡工作生活之餘，要考慮人生的不同範疇。想擁有健康的人生，有人建議運動，有人提醒大家減壓，也有人認為要學習全面的平衡。

### 鎂影印記美好時光

文專總會的「鎂影著彩」活動即將結束，長者們在活動中重拾過去錯過了的拍攝婚照機會，他們的歡笑，老伴再現少女的羞澀、少男的溫柔，樸實而溫馨。長者或已退休多年，投入職場生活或許只為糊口養家，但工作以外，這樣的「鎂影」是長者們美滿人生中不能缺少的片段。

### 義工獻力服務社群

一眾貢獻寶貴時間和盡心盡力的義工們，在過去數月的辛勞過程中，縱有意見不合或未盡如意的，但這可算是職場以外的一種成長鍛鍊，而他們在助人過程中所得到的成就與滿足，並不是職場所能提供的，這也是美滿人生的片段之一。如果要圓滿職場和健康人生，義務工作這一塊拼圖不應缺失。

## 2018-19 年代報課程日期

業餘進修中心每季開設的課程超過1,000個，工會為減省會員排隊報名的時間，特別提供代收報名表的服務。以下是為會員代報2018-19年課程的日期：

2018-19年課程	2019年春季
代報日期	2018年12月24-2019年1月5日
會員優先報名	2019年1月13日
公開報名	2019年1月14日

代報時間：星期一至星期五 10:00-19:00  
 星期六 10:00-17:00

代報地點：九龍尖沙咀漆咸道南 111-113 號美華閣 2 字樓  
 (科學館對面)  
 中環皇后大道中 151-155 號兆英商業大廈 1 樓  
 (英記茶莊側)

代報手續：報讀者須帶備會員證、填妥報名表及支票(每科單獨開一張支票。支票背面須寫上報讀者姓名、課程編號及聯絡電話)，於上述指定日期及時間內到本會會所辦理。

如有查詢，請電 23842026 (尖沙咀) 或 25414898 (中環)。

# 身心情智俱全 成就健康人生

職場生活只是人生的一部分，健康人生應是整體全面地包括個人生活的不同範疇，身、心、情、智的發展和需要互相牽引，要工作與生活平衡，自然不能忽視。

## 健康體魄 人生首要

「身」是要有健康的體魄。無論事業成就有多高或財富有多豐厚，沒有健康的身體也是一場空。有理財專家指出，人生的三桶金包括健康、家庭和財富，其中以健康為首。均衡飲食、適量運動、充足休息、定期做身體檢查及遠離不良嗜好等，似乎簡單但很多人包括筆者自己也不是經常做到，經常會給自己很多藉口，其實最缺乏的可能是恆心、決心和簡單的計劃。

## 心靈富足 自在快樂

「心」是指心靈和精神生活。據《2018全球快樂報告》，頭五位最快樂的地方是芬蘭、挪威、丹麥、冰島和瑞士，香港排名第76位，倒數第7，還較去年下跌5位。生活在物質豐盛的香港，原來不比一些發展中國家的快樂，心靈的依託和精神的滿足特別重要。職業生涯佔了人生大部分時間，但是對很多朋友來說工作只為賺取金錢，工作本身未能賦予人生意義或滿足心靈。有些朋友會依靠宗教信仰或哲理的慰藉，有人則做義務工作重拾勞動的意義，但是不論用甚麼方法都應該避免偏激的態度和極端的思想。有時，簡單地懷着一顆赤子初心，寬容待人，自在悠然都是快樂泉源，可是這種灑脫，說的，比做的容易。

## 情感多采 愛己助人

「情」是感情生活。這裏指的不單只愛情，還有親情、友情和人際關係。情感



與職場人際關係的世界特別多煩惱，原因人人不同，如果某一問題重複出現，就要想到到底是遇人不淑還是自己性格使然，這是孔子「三人行必有我師焉」的道理。據西方研究，人的社交需要，不單只是與人聯繫，還要在別人中、群體中找到認同尊重、支持信任，甚至是要尋回自我和發現人生歸屬。用「友直，友諒，友多聞」作交友的準則看似老套，但在工作、社交或者一起做義務工作時，找到品格正直、體恤諒解和有見識的朋友，甚至有共同志向，又能互相支持一起去歷練人生的同伴，縱使不能像伯牙和子期般互為知己，也算無憾吧。

## 生活智慧 持續學習

「智」則是知識之配合。職場奮鬥要有專業知識和運用知識的智慧。資訊爆炸的年代，隨手上網搜尋都可以找到過百萬條訊息，寶貴的能力是搜尋、分析、判斷、整合和創造知識，做到首四項已不簡單，但底線是不要人云亦云。智力及智商或多或少都由先天所定，但辨別問題、解決問題和與人相處的智慧，卻可以學習。持續學習是增進知識的途徑之一，但是學習過程也可能出現「多」、「寡」、「易」和「止」四失，即是甚麼都學得太多太繁、學得太狹窄、轉變太快太密和停止學習都是不好。學既可以致用，也可以作消閒娛樂。學習過程中，除可結交朋友外，也可透過學習了解自己、參考先輩如何解決人生問題等。

身、心、情、智是人不可或缺的四個要素，也是人生的基礎。穩固這些基礎，才能懂得如何平衡工作與生活，擁有自己想要的健康人生。

林冠良  
香港文職及專業人員總會  
宣傳及教育委員會 主任  
副會長







# 職 場 健康人生

## 化解壓力 發揮潛能

撰文：李粵閩

隨着現代社會及電子化大數據的發展，我們踏入節奏快及高消耗的生活模式。工作壓力、家庭壓力、育兒壓力……面對高度壓力已成為不少人的生活常態。除了自我安慰好好努力外，也許下面的心理學小知識，會有助你更快從壓力中解脫出來。

### 壓力過大 影響身心

首先，心理壓力是一種個人主觀的感覺，即個人在面對困難時，一時無法處理或消除困難的一種被壓迫的感覺。適度的壓力能使人的情緒處於興奮狀態，活躍思維能力，增強反應速度，對人是有益的。如果完全沒有壓力，身心處於一種鬆散或不緊張狀態，個人的潛力就無法發揮。然而，過大的壓力，會帶來許多負面影響。





長期在壓力環境下工作，我們的情緒會產生甚麼變化？

一般心理上主要表現為焦慮、沮喪、不滿、厭倦、心理疲倦、不良情緒、自信程度低、精神忽起忽落及注意力無法集中等。當我們長期處於高壓工作環境下，可能會出現以下反應：

#### 1. 累到想放棄，不想繼續工作。

當工作壓力很大時，你可能會產生焦慮、易怒、抑鬱、失望等負面情緒，並且失去繼續努力的動力，萌生不想繼續工作的想法。同時，你還可能不想為了公司或工作責任繼續付出，甚至想要離開這間公司或行業。

#### 2. 身體感到不適或失眠。

如果我們常常在巨大的壓力下超時工作，我們就會感受到各種生理上的不適，例如嚴重頭痛、頭暈、疲勞、各種炎症及失眠等。

#### 3. 工作效率下降。

面對很大的工作壓力，我們的效率會大大下降，也

可能出現缺勤或離職等行為。

#### 4. 消極的工作氛圍及士氣低落的團隊。

當一個環境中瀰漫着壓力，員工可能更容易犯錯，士氣更低落。在高度壓力下，人與人之間的關係更容易緊張，甚至傾向於樹敵。

工作壓力很大，我們可以做些甚麼？請大家認清以下的認知錯誤：

#### 1. 如果空餘時間繼續工作，可以減少工作時間內的壓力。

現在工作和非工作時間的界限愈來愈模糊，雖然這可能有助提高工作效益，但是會增加我們的壓力。當我們全身心投入工作時，會消耗很多心理資源。在空閒時間進行一些社交活動及健身運動等，能有效補充我們的心理資源，減低壓力。

#### 2. 壓力就是動力，動力愈大效率愈高。

這句話其實說對了一半，當壓力在合理的範圍內，確實能夠提高工作的效率。但當壓力超過一定範圍，反而會減低我們的工作績效，虛耗我們的資源。

## 多管齊下 調節情緒

所以可參考以下方法，以減低壓力：

### 1. 調節壓力帶來的負面情緒。

當我們認為某個問題無法控制時，我們的情緒就會起主導作用，這個時候應停下來，主動調節情緒，例如找好友聊天，都有助減低壓力。

### 2. 理解及直接面對問題和挑戰。

當我們認為某個問題是可以受我們掌控時，我們會更傾向理解所面對的問題，採用直接面對問題的方式來解決它，而這個時候最需要做的，就是不拖延，通過改變自己的行為或環境，緩減壓力。

### 3. 改變對壓力和問題的看法。

如何看待壓力，可能也會影響到我們是否產生負面情緒。因此，當外界的問題讓你感到強大壓力時，可以嘗試想想問題中比較積極的一面，例如被安排的工作又複雜又大量是在鍛鍊細心和耐性等，透過轉念接受挑戰。

### 4. 向周圍的人尋求支援。

當你哭泣時找家人給你肩膀依靠，或者找朋友陪你討論問題等，都有助舒緩壓力，減輕心理反應。

### 5. 經常做帶氧運動。

體育運動鍛鍊，尤其是有氧運動，例如游泳、跑步及跳舞等，可以減低身體對壓力的反應。對於壓力大到失眠的人而言，運動還能使你睡得更沉，感覺更好。

### 6. 學會放鬆，建立可幫忙的資源管道。

透過定期學習瑜伽或冥想等方法，幫助我們應對壓力。職業婦女如要家庭事業兩者兼得，必須要有老公、媽媽及婆婆願意照顧家庭，才有喘息的機會。

困難和挑戰幾乎是每個人人生必須經過的旅途，在這段生命旅程中，壓力都會與你相伴，所以需要學習如何與壓力快樂地共存。



# 平衡工作與生活 創造快樂新指數

撰文：蕭詠芯

你是每天都能準時下班的人嗎？據民意調查顯示，香港有 4 成僱員平均每天需工作 10 小時，超時工作約 1-2 小時，更有 1 成人表示需工作 14 小時；在台灣，僱員亦平均需工作 8 小時，長時間工作對健康有甚麼影響？

## 長期超時工作 影響身心健康

工作使人疲累，如果長時間工作，缺乏充足的休息，會影響身心健康。工作源源不絕，長期承受精神壓力，會令人心理不平衡，心情欠佳，這不只影響與家人的關係，更可能會患上抑鬱，甚至萌生自殺念頭。

來看看以下例子，北歐國家人民每周工時少於 35 小時，其中挪威人的工作時間是早上 9 時至下午 3 時，人民平均快樂指數於 2017 年排首位，知道為甚麼嗎？因為平衡工作與生活就是快樂的基本要素。經濟發展靠人力資源，愈投入工作就愈能提高產量，但如不能投入工作又如何能有動力去增加產量？

## 學會自我放鬆 享受自主人生

人的一生，有不同的身份和角色，包括父/母親、子女、兄弟姐妹、朋友、丈夫/妻子及同事等，而僱員只是其中一個角色。要平衡不同的身份和角色，就需要學會自我放鬆和自我關顧，享受由自己主宰的人生。俗語說「工作時工作，遊戲時遊戲」，別以為超時工作會有助提高生產力，因為最終都只會影響健康；別以為超時工作對僱主有好處，因為員工捱病了公司的損失會更多；更別以為超時工作有助升職加薪，因為這可能會令按章完成工作準時下班的同事產生不滿。

最近看了網上一段短片，內容是一位加班員工譏諷一位準時下班的員工，但反被指責加班這種行徑對他不公平。以盡心盡力工作以求準時放工的員工，來對比那些志在超時工作的人，大家認為這種比較公平嗎？

人生需要適度的放鬆，而工作只是人生的一部分，是不是真需要肝腦塗地般賣命工作？不妨想想及思考一下自己分配給自己或家人的時間是否足夠。



# 自我放開 活出精彩人生

撰文：陳勇華

有人窮一生之力保有健康，也有人窮一生之力在職場上追求名利。後者在追求自我認為永恆的目標時，又有沒有關注自己的健康？當笑過之後，在職場尋覓過之後，方知人生的極限原來已有定數，回首時方知失去了健康。身處於一個大社會之中，我們的人生有時似乎是過於渺小。

## 職場挑戰 學習適應

每個人的人生，就像化學公式基礎加經歷而成就。社會上，有人為一己之私，妄想獨佔社會的自由，尋求極端的自由，最終浪費了自己的大好人生。大社會小市民，我們不斷追求更好的職場環境，追求健康的人生。畢竟一葉一秋，人生開心走一回，雖然平淡，但自有精彩。在一個現實社會內，職場帶給我們的是競爭後的成就感，無論你想「刀仔鋸大樹」式成功還是想自下而上式成功，職場的挑戰日日存在，不斷改變自我，學習適應接受，總有一天人生會有「回甘」的感覺。

## 活在當下 莫問前因

凡事莫問前因，只求今生無悔。在充滿驚喜的人生中，多想一下周圍的人與事，定能有特別的發現。懷着對社會怨憤之心生活，對社會對自己的人生和健康，都會帶來負面的影響。我們應包容社會發展時所存在的一些不平衡，同時用支持的心去作出改善，這樣大眾方可感受到社會帶給我們理想及健康的人生。為了可以安居樂業，創造最理想的家園和工作環境，共建工作與生活平衡的健康人生，文職及專業人士一直努力爭取權益。社會在變，職場在變，健康在變，尋覓之中，有一些驚喜，有一些開心，有一些滿足，這就是人生。

要身在職場並擁有健康人生，就應自我放開，活在當下，努力平衡工作與生活，人生自然可以活得更豐盛。職場健康人生人人都會說，但真正做到的又有幾人？雖然未來不確定，但香港人在職場和健康方面，都應要取得平衡。職場健康人生，努力可達！



# 培養職場歸屬感 做個快樂上班族

撰文：吳鑽好

怎樣才能擁有職場健康人生？構成職場健康人生的一項條件，是歸屬感。所謂歸屬感，就是感覺自己能融入這間公司，這個職場，這個團隊，時刻以這間公司的員工自居。

擁有這種歸屬感是很重要的。如果沒有這種歸屬感，你可能早上不想起床，不想上班，對工作也沒有熱情只想做事不出錯，間接為自己帶來了負能量，影響工作表現之餘，也會困擾自己的情緒。

## 改變心態 融入工作

不想在職場上持續地出現情緒問題，以至影響自己的健康、工作甚至家庭，就應設法解決歸屬感問題。如何解決？如果你是想長期在現職的公司發展，就必須調節自己的心態，盡力做好每項工作，融入這間公司，與公司一起發展。如果一直調節不了自己對公司、對工作的心態，找不到歸屬感，就不如直接離開這間公司，找一間認同感相對較高的公司，這對自己的工作和健康都是好事。

在職場的時間，佔據了人生的大半時間。如果能找到自己喜愛的工作、喜愛的工作環境，每天上班都心情愉悅，成為快樂的上班族，那麼你自然會擁有職場健康人生。

其實，我們不只在職場上需要有歸屬感。戀愛時和結婚後，我們都需要歸屬感。據心理學研究，每個人都害怕孤獨和寂寞，希望自己能歸屬於某一個或多個群體，藉此獲得愛、溫暖、幫助和安全感。有了歸屬感，我們的內心才會安定和平和，身心才能健康和快樂。

# 2018年文專總會 會員專享優惠

凡續會/  
入會即送總值\$70優惠券  
(包括\$20報讀進修中心課程)

香港文職及專業人員總會  
Hong Kong Clerical And Professional Employees General Union

同心·創新  
70  
工會70周年

無OT! 710 WAY! \$20\*

此券只適用於香港工會聯合會業餘進修中心

香港文職及專業人員總會  
Hong Kong Clerical And Professional Employees General Union

同心·創新  
70  
工會70周年

無OT·輕鬆DIY \$25\*

此券只適用於香港文職及專業人員總會

香港文職及專業人員總會  
Hong Kong Clerical And Professional Employees General Union

同心·創新  
70  
工會70周年

常OT失健康... \$25\*







## 熊貓派對 歡樂熱鬧

文專總會自成立至今，一直努力創辦多元化活動，並受各界的認同。文專總會也深刻體會到，各類有意義之社會工作能順利地籌辦實離不開義工的支持及參與。

為答謝一眾義工，並讓他們彼此間更為認識，文專總會於2018年9月21日舉行「新義工聚會之熊貓派對」。熊貓派對以線下遊戲互動、VR遊戲、唱K、夾公仔等形式舉行，與會義工都玩得不亦樂乎。

文專總會於中秋佳節前夕舉行是次活動，目的是希望藉着開心派對及可愛小熊貓為義工送上祝福。派對富活力、刺激和輕鬆，令一班義工在放鬆身心的同時，還可以與同伴一起盡情地吃喝玩樂。

文專總會希望透過熊貓派對，讓義工享樂之

餘，也可對彼此更為認識。文專總會期待未來可以再次與義工相遇、共事，並一起以會員需求的角度，去服務社區及建構和諧社會。



### 2018 漫步職安路步行籌款

「漫步職安路」是工聯安健協會自2013年成立以來，全港性大型品牌籌款活動。是次步行籌款主要目的是喚醒參加者對職業健康的重要性，同時，透過親身參與，讓參加者明白多做運動的好處及欣賞沿途景色。

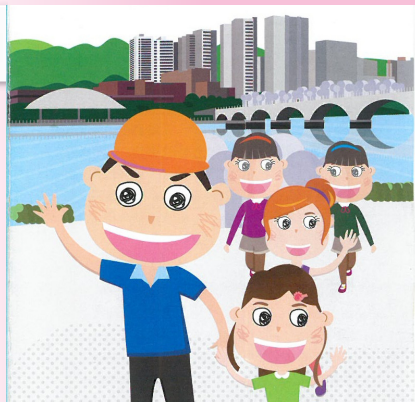
對象：文專系統會員

日期：12月2日（星期日）

時間：10:00-13:00

地點：沙田公園露天劇場

報名：25414898



# 展現義工精神

訪問當夜可以見到幾位優秀的義工——洪曉嵐、徐儷華和林忠雄，有點兒興奮，為的是這幾位都是參加了「鎂影耆彩」義工服務的會友。而我，因時間不合，未可參與，但聽聞這個活動已在不同的地區進行了幾次，且都一致獲得讚賞及深受參加者的喜愛，故當夜我願聞其詳。

訪談、撰文：鄧廉基

## 洪曉嵐 機緣巧合 成為義工

都齊人了，我隨口就問洪曉嵐小姐怎會參加這個活動。原來洪小姐早先是工聯會沙田地區服務處的職員，後因工作時間的問題，轉往其他機構工作，雖離了職，但仍心繫工聯會。而洪小姐在地區工作時，也曾參與由鄧家彪議員舉辦的類似活動，偶見「鎂影耆彩」招募義工，就趁轉職的空檔，報名參加了。

話說要做此活動的義工，其實不是願意出席就行。原來此活動是為長者拍攝婚紗照，好讓他們有美好的回憶，但要拍得長者美麗而他們滿意卻可考工夫了。常言道，人要衣裝及化妝，所以在活動開展前，

每位參加的義工都要接受化妝及拍攝的訓練，否則拍攝效果就可能不太理想。而洪小姐在活動中最初是幫男士化妝的，因覺得男士要求較簡單，沒有女長者那樣要求高，但後來她也幫女長者化妝，而他們都滿意妝後的樣子，這又使她信心驟然滿滿，開心不已。不說不知，她雖然在工聯會工作了一段日子，但都不曾成為工會會員，卻因為今次活動，她加入了文專總會成為會員。看來工聯會這個大家庭，定是別有味道，人轉了職也離不開！



洪曉嵐在鎂影活動中，為長者化妝。





# 打造鎂影耆彩

徐儷華

服務長者 開心忘形

而另一位義工徐儷華小姐，則在「鎂影耆彩」其中一場活動中，擔任化妝組的組長，看來，她是負上了重任。話說當天，參加的長者由六十多歲至八十多歲，她說其中不少是從未化妝留影，故他們都很認真地留意自己的妝容效果。有一對長者在化妝後對望而笑，很開心；也有一對是由他們自己裝扮停妥的；更有一對八十多歲的老人家，在取得即時沖印出來的相片後，太高興了，竟然忘了拿手杖也可開步走了，也真有點神奇。相信每個老人家心中都有一抹彩虹，那一刻被徐小姐等義工們的熱情映照出來，興奮得忘了形，青春既回來，顛巍巍踏步之餘，心裏也都是穩穩的吧！誰說只是老人家忘形，當日徐小姐也是做到忘形而沒有進食午餐。

談話中，深感徐小姐樂於助人，而又特別容易與老人家相處，原來

她是做客戶服務工作，而用心了解聆聽別人說話就是其所長，怪不得參加活動的老人家都樂滿懷。當天，徐小姐的八歲兒子也有到場支持，其兒子也曾參加過不少義工活動如賣旗和探訪獨居老人等。身教重於言教，在工會活動中長大的孩子，信將來定不會是宅男／女一族，看來徐小姐是教對了。



在鎂影活動中，徐儷華與化妝後的長者合照。





## 林忠雄 協助拍攝——盡心竭力

談了化妝事兒一大段，差點兒遺忘了「鎂影耆彩」這個活動最重要的一環，就是攝影。說到攝影一事，坐於旁邊的林忠雄先生可就興致來了。甚麼是攝影？如何拍人像照，特別是婚紗照及婚宴上的照相技巧等，都頭頭是道，專業非常。說着說着，原來林先生當年曾跟從某位攝影大師學習，也上過資深電視人蕭笙先生的攝影課，雖然正業工作不是攝影，但此藝伴隨了他數十年至今，可說人生得一藝，終生情趣可養生。他也說，現在好像人人都會攝影，簡單得很，但其實以此心態去攝影的人，只是用相機記下表象，反映不到事物背後的深意，更高級的攝影層次，已是不在乎拍攝那一下，而是關注被拍攝者的心理狀態及攝影師的內心，可以說是物我兩忘而又相融在一起，聽得我都有點懸，我等下里巴人了解不上了。於是我就說如果林先生開班授課，我也會叫小兒來學學。

林先生說今天就是太容易可以影相及沖印相片，大家就不太珍惜每次按相機鍵的機會，想當年菲林價錢及沖印相片費用高，所以他都是自己沖印相片的，可以說，每按一下相機鍵都是一滴心血。

話說回來，早前林先生參加「鎂影

耆彩」活動和攝影組其他義工開會時，隨口問問大家會拍婚紗照嗎？結果多是搖頭。基於林先生的認真態度，活動當天他不得不放棄自己持相機拍攝之喜好，而改為協助其他義工以最佳角度去拍攝相片，同時又教老人家擺姿勢，甚至用手微調老人家的動作，以期獲得最佳的攝影效果。在如此專業的指導下，相片那會拍得不好，不少老人家握着林先生的手向他道謝。在這兒也多補一筆：相信大家對林忠雄這位會友不會太陌生，只要你曾參加文專總會康委所辦的行山活動，就一定見過這一位老練及指揮若定的會友身影，對，那個就是他。



林忠雄（前排穿黃色外套）經常參與文專總會的行山活動。

一夜時間不多，說不完也要告終。回望整夜所談的「鎂影耆彩」活動，實在辦得不錯，都戳到街坊的癢處上去，而成果，當要算上這三位會友及其他義工的無私幫助了。

## 義工感言

很感謝文專總會讓本人參與這麼有意義的「鎂影耆彩」活動，從中既可以學到新的技能，又可以將學習到的技能實踐於鎂影活動中，學以致用。

坦白說，最初報名參加「鎂影耆彩」活動，只是抱着學習攝影和化妝技巧的心態。技巧訓練課程雖只有短短半天的時間，但已讓本人獲益良多。無論是教攝影的導師還是教化妝的導師，謝謝您們的用心教導！

是次「鎂影耆彩」活動，本人只參與了其中兩場的攝影部分：6月23日和9月9日的場次。

在6月23日的鎂影活動中，本人第一次參與攝影義工工作，認識了一班義工朋友們。從義工朋友們身上，不只學會了扭氣球作攝影道具，還學會了如何協助公公婆婆擺一些姿勢影相。當天，本人負責拍攝活動花絮，甚麼都影一些。這個崗位雖然是要周圍走來走去，但好處是可以知道整個活動的流程，同時又可以看到各義工努力工作，以及參與者的喜悅。看到公

公婆婆帶着愉快的心情前來參與活動，又帶着愉快的心情離開，真替他們高興！

至於9月9日的鎂影活動，則是本人第二次參與攝影義工工作。這次本人出任攝影組組長，出席活動事前的會議也多了，自然對這個活動的流程更加清楚和了解。明白到攝影工作不只是攝影，攝影器材、燈光效果、背景佈置和攝影道具等都會影響攝影的效果。在這次的活動中，本人還學會將襟花製作成一個花球。當天見到參加者拿着本人製作的花球去拍攝，表現開心，對本人來說很有成功感和滿足感。

這個活動開闊了本人的眼界和發展了本人對攝影和化妝的興趣。謝謝！

——黃佩珊



黃佩珊（黑衫）與義工整理拍攝用的背幕。

黃佩珊首次參加文專活動及鎂影耆彩





## 齊來參與 共享樂趣

### 合唱團招募團員

合唱團不時參與不同類型之交流及演出，歡迎對歌曲合唱有興趣的會員加入。

團費：每季HK\$450，每周上課一次，二、四聲部合練。

時間：逢星期四，19:30-21:30。

負責人：林團長 (64019701) / 歐陽先生 (23842026)

### 室樂隊招募隊員

室樂隊隊員來自社會各階層，由對音樂有志趣的成員組成，當中包括18歲以下的青少年。團員利用業餘時間，通過定期的學習與排練，提高音樂造詣和樂器演奏水平，享受音樂。

樂團不時參與不同類型之交流及演出，歡迎具備一定演奏及視譜能力的會員加入。

團費：每季HK\$200

時間：逢星期六，19:00-21:30。

負責人：徐良鴻 (60917861) / 駱先生 (97261660)

### 文康組招募義工

為豐富文專總會會員和家屬朋友的生活，文康組員們會定期一起策劃多項康樂活動，如遠足、一天遊、船河及夏釣墨魚等。

歡迎你們來參與義務工作，使活動更為精采。

會期：每月第二及第四個星期二，19:30-21:00。

負責人：孔先生 (93680211) / 歐陽先生 (23842026)

### 話劇團招收團員

話劇團現正招收團員，如你/妳對表演藝術、唱歌、朗誦、司儀、演講有興趣，我們歡迎你/妳加入；認識志同道合的朋友，閃耀你的人生。本團不定期參與不同類型之綜合演出（活動時間另行通知）。  
聯絡人：魏先生 (93389940)

18項全面保障 24小時全球緊急醫療支援

## 旅遊保險

每年  
去幾轉  
一年期旅遊  
保最划算

HK\$508起

單次  
旅遊保  
5日保費

HK\$63起



### 旅遊好禮

每張保單滿HK\$100

或以上送「巧易乾」\* 運動毛巾\*

- 輕巧微纖維
- 吸水力強

(60cm x 30cm)

週年慶重本回饋 市值：HK\$79.00



一年期保險

『任中橫』中國醫療陪，免入院訂金及出院費用

加送



快速投保方法  手機 APP

搜尋「會安心」



網上投保

www.assocare.com.hk/  
travel2/main.aspx

\* 所有禮品，數量有限，送完即止



### 其他保險

- 私家車保險
- 定期純人壽
- 癌症應急保障
- 家居財物全險
- 家居裝修責任保險
- 住宅樓宇火險
- 家傭綜合保險
- 工作假期計劃旅遊保險
- 個人意外保險
- 海外留學保險
- 定期純危疾
- 兒童純危疾
- 儲蓄危疾
- 醫療保障

香港文職及專業人員總會  
會員優惠

聯誠保險代理有限公司 保險業聯會登記號碼：96904055

2802 3138



聯誠

九龍旺角登打士街56號家樂坊21樓2103-7室 傳真：2824 2781 電郵：service@unionfaith.com.hk

免責聲明：會刊內所刊登的廣告內容，均由廣告商提供，如有任何爭議，由廣告商承擔責任，本會概不負責。

見微知博人際關係智庫 (32)

# 愛情的大道要規劃嗎？

陳婉卿 專業心理輔導

要愛先講順眼，一見鍾情，於愛情開始時，十分管用。心頭湧起愛的衝動，攀求的意欲，你要嚐嚐若隱若現，若即若離的愛幻感覺，很好。人生百般滋味，這樣的感受是很珍貴的。

## 締建穩固婚姻

往後的關係，又是另一個大課題。回歸現實後，為了營造穩定的關係，我們必須在以下3方面下點苦功：

### 1. 建立共同的愛情價值觀，關係就會長久。

相處太久，由拍拖至結婚，到生兒育女，教育子女，安排退休，太多太多事情需要下決定。平時多溝通、交流，令對方多點了解你的想法，建立多些核心共同點，例如大家要參與和討論家庭各事，以及共同承擔家務等。多些共識，少些分歧，日子易過，生活會快樂一點。

### 2. 金錢很多時是引起家庭衝突的導火線。

金錢不是萬能，但萬事離不開金錢：供樓、生活開支、子女教育、保險、看病及旅遊等。為了減少在用錢方面的摩擦，每個家庭都應要有開支預算和實際消費記錄，初期做可能會有點麻煩，但現時有很多記錄消費的 Apps 可以幫忙解決這個問題。十分了解家庭消費模式，用處真的十分大。知道飲食開支大，就可以按百分比減少一點；知道旅行購物慾強，就提升自我控制能力。物質生活過剩的今天，花多了錢的機會往往比恰當的為多。家庭開支表是一個重要的把關工具，應習慣每個月計算各項生活開支，以及學習訂定個每月的消費預算，才去花錢，很快你就會學到合理的消費決策能力。

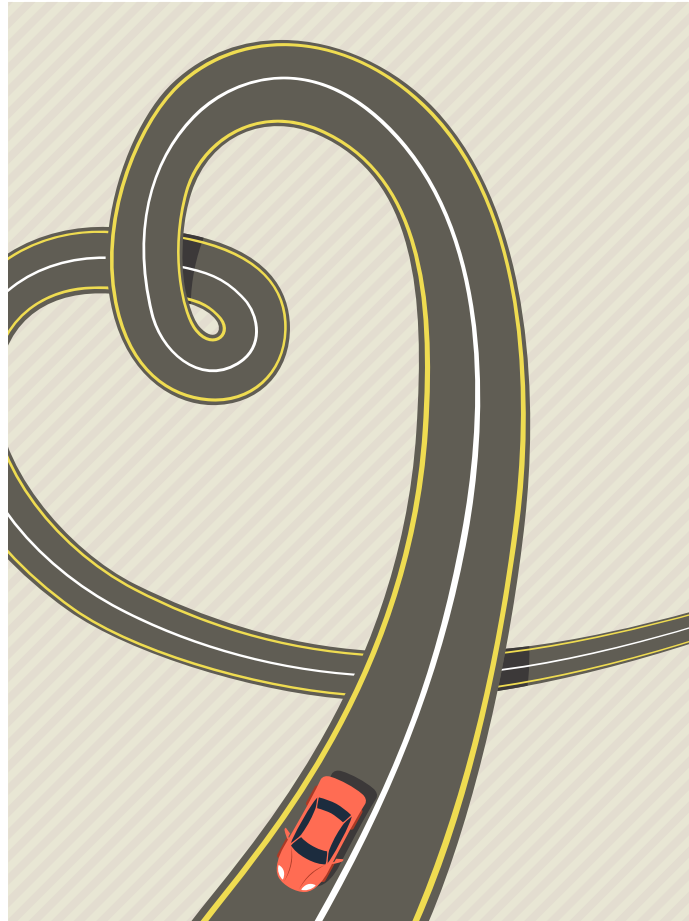
### 3. 包容，包容，再說一遍也是包容。

來自不同的家庭，接受不同的教育，經歷不同的工作，都會影響我們的思維、感受和情緒，不是錯或對的問題，而是感覺不一樣，大家應互相體諒，過

了那個時刻，不又是晴天嗎？常言「EQ高，萬事和」才有成功的婚姻。你包容程度高，不亂發脾氣，就是為婚姻買了一份「平安保險」。

## 作出愛的承諾

講理念、分享感受和多多包容，知易，行難。但隨着相對的日子長了，一定會訓練出有關的能力。每一個關鍵都是你對這個家的愛和承諾。想結婚的，已結婚的，不妨細心感受一下上述的3個婚姻要訣。





## 非婚生未成年人續領證件遇阻滯—— 淺談《未成年人監護條例》的流弊

撰文：李敏慧律師

近日，有位律師朋友與我分享了他早前承接的一宗案件，案情如下：

- 一、律師朋友的客戶（下稱「該客戶」）為內地居民，而該客戶的前女友（同為內地居民）早年在香港為他誕下一名兒子（下稱「兒子」），一家三口均在內地生活，惟一直沒有結婚，及後更分手。
- 二、兒子一直隨父生活，數年後其回港證將近到期，加上該客戶希望兒子來港升學，故帶同兒子向香港入境事務處申請續領證件，惟入境處職員以該客戶在香港法例下並無享有兒子的管養權為由拒絕辦證，並指出除非該客戶透過法律訴訟成功取得兒子的管養權，否則管養權歸於生母，亦只有兒子生母才有權辦證。
- 三、該客戶多次嘗試聯絡兒子生母辦證但不果，最後唯有透過筆者的律師朋友向香港法院提出申請兒子管養權的訴訟。
- 四、鑒於兒子除了在港出生外與香港並無任何其他聯繫，法官認定香港法院對這宗案件並無司法管轄權，而該客戶亦聽從法官的建議終止了這宗訴訟。由於該客戶始終無法取得兒子的管養權進而辦證，故唯有安排兒子在內地入讀私校。

### 有關非婚生子女之管養權的法例及其流弊

入境處職員拒絕辦證完全是依法辦事。根據香港法例第 13 章《未成年人監護條例》第 21 條，除非出現以下任何一種情況，否則非婚生未成年人的生父不得被視為該未成年人的父親：

- 一、法院在考慮該未成年人的最佳利益及其父母的行為和意願後作出管養權歸於生父的命令（見《未成年人監護條例》第 10 條第 (1)(a) 款）；或
- 二、法官信納某人為某非婚生未成年人的父親，並就該未成年人的管養或教養問題作出命令，述明該父親享有作為婚生未成年人的父親所享有之權利及權能（見《未成年人監護條例》第 3 條第 (1)(d) 款）。

此外，除非生父成功向法院申請其非婚生子女的管養權，否則有關子女的管養權歸於其生母（見《未成年人監護條例》第 3 條第 (1)(c) 款）。

以上法條均說明只有兒子生母（而非生父）有權

替兒子辦證。

假若筆者的律師朋友所反映的情況屬實，儘管入境處職員的做法無可厚非，但《未成年人監護條例》卻有違反香港法例第 383 章《香港人權法案條例》（下稱《人權法案》）之嫌。

《人權法案》賦予每個香港居民以下兩項重要權利：

- 一、「人人應有自由離去香港」（見《人權法案》第 8 條的第八條第 (二) 款）；及
- 二、「具有香港居留權的人進入香港之權，不得無理褫奪」（見《人權法案》第 8 條的第八條第 (四) 款）。

《未成年人監護條例》的立法原意旨在保障未成年人之權益，不過，該條例規定非婚生子女的固有管養權歸於生母而非生父（除非生父成功申請子女的管養權）卻導致上述個案中的兒子無法續領回港證兼入境其出生地香港，變相剝奪了兒子在《人權法案》下應當享有的自由離開及進入香港之基本權利。

### 未來展望

上述個案反映現行的《未成年人監護條例》未能有效保障非婚生子女（尤其是在父母分手後隨父親生活的子女）之權益。筆者認為，即使有關非婚生子女是長期在港生活的港人子女（而非上述個案中與父親長居內地的兒童），故而香港法院對有關生父爭取管養權的訴訟具有司法管轄權，但昂貴及冗長的訴訟對於大部分單親家庭來說也是一個沉重負擔。因此，誠摯希望政府將來能透過修例及推出較人性化的行政措施（比如以向入境處提供親子鑑定報告的方式取代傳統訴訟）簡化父親申請非婚生子女管養權的手續。



## 【案情簡介】

朱某是港人在內地某市家具公司倒班崗位員工，公司為該崗位員工提供住宿方便換班。2014年3月5日下午兩點，朱某搭公司班車上夜班，晚上十一點下班。下班後與同事一起回到住宿公寓休息。第二天中午，同事敲朱某房門欲同去上班，無人應答，發現其躺在床上，已經死亡。

後經醫院診斷，其死亡原因為猝死。朱某家人認為朱某死在員工宿舍，應當屬於工傷。遂要求公司為朱某申請工傷認定。公司認為朱某死亡的情形不屬於工傷，故拒絕為朱某申請工傷認定。

2014年9月，朱某妻子向該公司所在地人社局申請工傷認定，該局出具《不予認定工傷決定書》。隨後，朱某妻子向當地法院提起行政訴訟，要求撤銷人社局出具的決定書。

## 【爭議焦點】

朱某在礦區提供的宿舍中猝死能否認定為工亡？

朱某家屬認為：朱某是在公司提供的宿舍中死亡的，且是剛做完晚班後猝死的。根據《工傷保險條例》第十五條規定：職工有下列情形之一的，視同工傷：（一）在工作時間和工作崗位，突發疾病死亡或者在48小時之內經搶救無效死亡的；因此，朱某的死亡屬於因工死亡，應認定為工傷。

公司方認為：朱某是在休息時間發病而死，並非在工作時間和工作崗位上發病。且公司提供員工宿舍是供員工休息之用，並不屬於公司的工作場所。所以，朱某死亡不屬於工傷。

## 【法院裁判結果】

一審、二審法院均認為朱某夜班下班後回到宿舍正常休息睡眠期間死亡，不能認定工傷或視同工傷。

## 【律師點評】

本案是一起關於工傷認定的案件。

# 員工在宿舍中猝死 能否認工傷？

資料提供：李洪律師

聯繫方式：fjgw6636@163.com



關於認定工傷的案件，《工傷保險條例》第十四、十五條規定了認定工傷及視同工傷的情形。第十四條：職工有下列情形之一的，應當認定為工傷：（一）在工作時間和工作場所內，因工作原因受到事故傷害的等等。工傷認定的基本條件是員工在工作時間、工作地點，因工作原因發生傷害事故。俗稱「三工因素」。本案中朱某是否在工作時間、工作場所因工作原因導致死亡成為認定工傷死亡之關鍵。

首先，朱某死亡時已離開礦區回到宿舍，屬於正常睡眠時間，並不是工作中的短暫休息。所以，不符合工作時間的要素。

其次，宿舍為員工上班前下班後休息及自由活動場所，並非正常工作生產場所。因此，也不符合工作場所的要素。

最後，朱某死亡原因為猝死，且是在休息時間發病，不屬於工作原因。綜上所述，朱某在正常休息睡眠情況下死亡，不符合《工傷保險條例》認定工傷或視同工傷的情形。

因此，人社局及一審、二審法院均認定朱某死亡不屬於因工死亡。

（網上資料圖片）





# 會員續費 話咁易

文專總會為了方便各地區的會員續費，特別在現有的繳費方法外，增設多個付款途徑。現時，會員可使用 **繳費靈 (PPS)** 電話、網上繳費及 **櫃枱繳費 (OK 便利店) 服務**，輕鬆續費。



## 一人發展一個會員 獎勵計劃 2018

呼籲及推動非會員 / 復會期的會員加入文專總會 / 文專總會屬會 / 文專總會贊助會，每發展 1 名會員獲 1 分，每取得 5 分便獲發 \$50 超市禮券乙張，發展越多，獎賞越多。

### Step 5

#### 成功登記

文專總會收到大使 WhatsApp 資料後，會即日進行登記。

### Step 1

#### 呼籲朋友

填寫入會 / 復會表格，於【介紹人】寫上大使姓名，並用手機拍下表格。

### Step 4

#### WhatsApp 登記

大使收到上述兩項證明，即可以 WhatsApp 發送到 98550767 (文專專號)。

### Step 3

#### 拍照記錄

用手機拍下臨時會員證 / 會員證，連同表格相片 WhatsApp 至大使。

### Step 2

#### 成為會員

可到任何一個入會點辦理入會 / 復會手續





香港康樂體育專業人員總會

# 國慶水運會 傷健同樂日

撰文：香港康樂體育專業人員總會會長 李粵閩

「職業健康樂繽紛國慶水運會同樂日」於2018年10月14日在九龍城九龍仔游泳池順利舉行。舉辦水運會的目的，是為了傳揚「發展體育運動、增強人民體質」的精神。今年典禮榮幸獲得民政事務局副局长陳積志太平紳士、工聯會副會長周聯僑先生、立法會議員郭偉強先生、業餘進修中心謝宏儒主任、工聯職安健協會執行委員黃智美博士擔任主禮嘉賓。頒獎禮上，大會邀得立法會議員麥美娟女士及何啟明先生、籌委會顧問梁志剛先生，以及少數族裔關懷協會黃炳生會長出任頒獎嘉賓。

今年水運會增加傷健共融的項目，目的是推動社會和諧及發展。活動期間，本會更派出專業體適能健身教練團隊，教導和帶領運動員、現場觀眾及典禮嘉賓進行正確的職安健伸展操，並且由黃智美博士為職業安全健康知識問答比賽及伸展操擔任評審。同時，立法會議員麥美娟女士與一班美麗學員啟動職安水中瑜伽操之示範表演。

最後，感謝職業安全健康局對水運會的大力支持，本會作為勞工團體，非常關切工友的職業安全與健康。本會通過一直以來的推廣活動，提醒打工一族要鍛鍊體魄，加強身體的柔韌性，令身體對扭傷有更強的抗衝力。是次水運會，本會透過職業安全健康局的展板及工會自製宣傳資料推廣職業安全健康知識，以及加



強職安操的推廣，並特別配合水上運動的特點，讓全體一起學習職安健水中健身操 (Aqua Aerobics) 及職安健水中瑜伽操 (Aqua Yoga)。透過運動的推廣，加強各行業僱員對職安健的意識及預防措施。

本屆水運會能夠順利完成，有賴各界支持及各位義工的貢獻，謹此再次向各位致謝。







## 香港財務策劃人員總工會

# 香港工作內地居住恆常化

撰文：香港財務策劃人員總工會副理事長 梁健雄

隨着廣深港高鐵通車接通全國二萬五千里高鐵網絡，以及港珠澳大橋的通行，香港已逐漸融入祖國快速方便的交通網絡。配合中央發展大灣區的國策，以及香港至廣州實現一小時生活圈，助力大灣區的人流、物流、資金流和訊息的交流後，香港市民除往來廣州各站便利外，更可把握國家經濟騰飛的機遇。

### 改變港人生活習慣

一個地區要發展，配套不能落後，香港在電子支付方面已經明顯起步較慢，再不努力追趕，只會被深圳、前海及廣州等地拋離更遠。隨着高鐵開通後，港人活動範圍勢必擴展至廣州，同樣內地同胞乘高鐵來港購物、旅遊和經商也更為方便。

### 帶動信託行業發展

當內地同胞來港方便亦會帶動多個行業發展，例如酒店、餐飲及旅遊等。香港作為亞洲金融中心，一直以來都有不少內地同胞到港處理財務。近年，香港

的信託行業及服務亦受到內地同胞垂青，一小時生活圈已實現，內地同胞乘搭高鐵或自駕來港處理財務亦非常便利。

### 內地生活質素日高

另外，香港樓價持續高企，大眾都嘆在港置業難，但現時大灣區幾個城市的樓房價格對港人來說仍可負擔，只要撇開內地生活質素較香港落後的想法，或到東莞、中山及佛山看看，就會知道內地很多地方已超越香港，又或與香港無異，例如東莞一些大型商場就有不少香港著名的飲食及消費品牌進駐。

### 內地置業不做樓奴

舉個例子：香港一間四百多呎實用面積的房子，五、六百萬港元已是「基本價」，繳付首期供完銀行按揭可能實需約八百萬港元。但在內地，只需一百萬人民幣左右，就可購買接近五百呎的房子，節省不少金錢，只是交通費及時間需要花多一些。現時，已有不少年輕情侶北上大灣區看樓盤，準備將愛巢築在東莞及中山等地，避免在香港做樓奴，相信這發展是新趨勢，而再過一兩年就會變成理所當然的事。





## 香港銀行業僱員協會

### 基礎盆景工作坊

課程簡介：一盆美觀的盆景除有獨特的藝術美景，更可美化家居環境，讓生活增添色彩，歡迎報名。

日期：2019年1月5、12、26日及2月2日（逢星期六，共4堂。）

時間：下午2時至4時半

地點：土瓜灣馬頭角道63號牛棚藝術村4號室

費用：全期每位HK\$300（每名本會會員只可以攜同一名親友邀費參加）

材料費用：HK\$120

名額：10人（名額有限，恕只接受香港銀行業僱員協會會員及親友參加。）

導師簡介：李景民（1984年畢業於香港理工學院太古設計學院平面設計系，2014年取得澳洲皇家墨爾本大學藝術碩士，現為香港盆景協會主席。）

報名：請於辦公時間內致電23842026留位，並於三天內繳費作實。



### 海下灣·歷史博物館·鯉魚門海鮮同樂日

日期：2019年1月13日（星期日）

集合時間：上午8時45分（準9時開車、逾時不候。）

集合地點：太子港鐵站A出口，運動場道中國銀行側門集合。

費用：香港銀行業僱員協會會員每位HK\$130（每位會員最多可買4張會員票）；會員親屬及銀行僱員每位HK\$188

名額：120人（大小同價，名額有限，額滿即止。一經收費，恕不退還。）

活動內容：早上乘專車往香港第二個海岸公園西貢海下灣，沿岸邊有可觀賞的紅樹林、小魚或小紅蟹等生物遊走，這裏長年有良好的水質，周邊山青水碧，風光秀麗，是難得的大自然課室。

午餐（中圍）於鯉魚門快樂漁港海鮮享用海鮮宴，每席10人，菜式如下（菜式以當天酒家供應為準）：白灼生猛夾爽甜海生蝦、金蒜銀粉香蒸鮮元貝、清蒸游水鮮味海上鮮、碧綠木耳香炒鮮魷魚、秘製走地爽滑蔥油雞、菠蘿彩椒脆香咕嚕肉、香濃木瓜豆腐鮮魚湯、白灼郊外鮮嫩靚時蔬、干燒伊麵、楊州炒飯。

餐後前往香港歷史博物館欣賞專題展覽：「金漆輝映，潮州木雕」，約有120件來自廣東省博物館的藏品，解構潮州木雕的實際應用、創作和藝術特色，讓觀眾領略潮汕風尚習俗和人文精神。

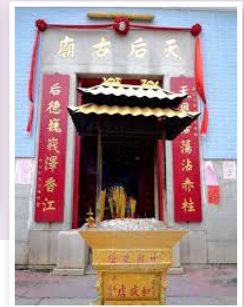
行程圓滿結束。約下午5時前回到太子集合地點解散。

報名：請於辦公時間內致電23842026留位，並於三天內繳費作實。

- 交費：1. 將費用存入本會南洋商業銀行戶口：043-482-1-030522-3，再將入數紙連同姓名、聯絡電話、參加活動名稱傳真 (Fax：23853344) 或 WhatsApp90627070 至本會；
2. 到本會會所（地址：中環皇后大道中151-155號兆英商業大廈1樓或九龍尖沙咀漆咸道南111-113號美華閣2樓）繳交；
3. 郵寄支票：支票抬頭「香港銀行業僱員協會」，支票背後請寫上姓名、聯絡電話、活動名稱郵寄到九龍尖沙咀漆咸道南111-113號美華閣2樓歐陽先生收。

# 赤柱 不一樣的景點

撰文：梁健雄



一葉知秋，10月天氣已沒9月的酷熱了。從海洋吹來的風也特別清涼，走進歷史悠久的美利樓，坐在面對大海的餐廳喝杯啤酒，迎面涼風帶着絲絲海水味道……此刻筆者正身處香港島南區赤柱。

## 美利樓建築富特色

從香港島金鐘出發往赤柱大約40-60分鐘車程，下車後沿着樓梯而下，首先看到赤柱廣場，這兒假日會有很多外傭進駐或載歌載舞，儼如一個小菲律賓區。再向前行便是有170多年歷史的美利樓，除建築本身具觀賞價值外，樓內有部分位置闢作餐廳，在極富歐陸風情及繁星初上的環境下，與愛人共進燭光晚餐，畫面富詩情亦帶畫意！

## 食肆洋溢異國情調

離開美利樓沿堤岸邊走，路旁是多間開放式的異

國料理餐廳，以法式情調搭配悠閒輕音樂招徠客人，不用搭飛機長途跋涉到別國，亦可感受異國風情。再往前走就是赤柱大街，因赤柱多外地遊客到訪，故大街的店舖主要售賣具本土特色的物品，包括中國字畫、中式手工藝品及衣飾等。

## 天后古廟香火鼎盛

特別一提，在廣場與大街之間有一座天后古廟。該廟建於清朝乾隆三十二年（1767年），亦是港島南區歷史最悠久的天后古廟，廟內的銅鐘已有超過250年歷史。當地居民極之信奉天后娘娘，因為日戰期間，日軍戰機轟炸赤柱，居民躲進天后古廟，其時有一枚炸彈落在廟前，廟內的人都以為凶多吉少，不料該枚炸彈並沒有爆炸，所以居民都覺得是天后娘娘庇佑，從此天后古廟香火不斷，並成為區內居民的聚腳地。

（網上資料圖片）





協助消費理財苦主大聯盟集體報案。



工聯新界西心房顛動民間篩查大行動。

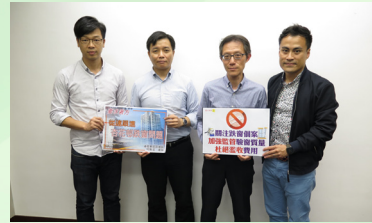
麥美娟



郭偉強



聯同一眾義工向居民派發愛心月餅，同慶中秋節。



與屋宇署官員會面，就杏花邨跌窗商討解決方案。



促政府正視升降機意外頻生的問題。



要求教育局重新檢視新入職教師「被迫在未簽約先返工」的亂象。

何啟明



陸頌雄



反對九巴及龍運公司漠視車長加薪訴求。



要求立法規定惡劣天氣停工安排，保障僱員安全。

工聯會  
立法會議員



# 工聯會回應 2018 年施政報告

工聯會認為施政報告提出多項民生措施，願景良好，尤其是在社會重視的土地和房屋供應方面花了不少篇幅，爭議多時的強積金取消對沖安排，也有所進展，加上增加產假、改善僱員的職業安全健康等都有著墨，令人期待新政策盡快推行。

然而建議中不乏具爭議性的項目，例如填海、公私營合作等，工聯會期望政府做到議而有決、決而有行，政府最終能夠落實各項措施。另外，社會上一些重要的議題如在職貧窮、退休保障和安老政策等，則似乎有所忽略。



工聯會

## APP 盡覽

工聯最新消息、優惠福利、  
進修培訓、權益查詢、  
工會信息等

現已  
正式開通



請即掃描二維碼下載  
App Store Google Play



香港工聯會

工聯會

<http://www.ftu.org.hk/>

工聯傳訊



香港工會聯合會

# 風雨真情

工聯會70周年歷史圖文集

各大書店公開零售價\$180  
工會 / 地區 / 服務機構優惠價\$100



本書為紀念香港工會聯合會成立70周年編者出版的歷史圖文集。記錄工聯會由創立至今所走過的艱辛歷程，反映香港愛國工會堅毅不屈的抗爭精神，以及維護打工仔最大利益的堅強意志；透視在大時代的轉折及社會、行業的急速變化中，工會如何面對和適應各種機遇與挑戰。

全書共有280多頁，分5大篇章，17個主題，收錄逾450幅照片、20個人物記錄/訪問，再現工會前輩們艱苦奮鬥的故事；更有各個時期廣大工會義工們的身影及集體回憶！

風雨同路 真情常在！

查詢電話：3652 5700



[www.ftu.org.hk](http://www.ftu.org.hk)

## 文專 WeChat 帳號及 Facebook 專頁

立即於 WeChat 及 Facebook 內搜尋「香港文職及專業人員總會 / CPEGU」，或掃描 QR Code，就可以隨時隨地閱覽文專資訊！

快 D Add  
文專啦！



Facebook 專頁



### 會員福利：滙賢牙科中心（前陳怡茂牙科醫務中心）

陳怡茂醫生為本會顧問醫生，一直致力提供優質的牙科服務，滙賢牙科中心將提供新一期的牙科保健服務。

由於經營成本上漲，本保健咭費用將輕微調整，而且本期數量有限，會員請先查詢。

**(G) 保健咭：\$ 420（只收現金或支票）**

#### 內容：

- 洗牙連口腔檢查 一次
- 補牙 或 脫牙 一隻（不包智慧齒）
- 口內 x 光片一張

\* 保健咭有效期至 30-6-2019

\*\* 保健咭只限會員及其直系親屬（父母、子女及配偶）使用；

\*\*\* 保健期內每人可使用一張

\*\*\*\* 使用時必須出示有效之會員證



#### 報名及交費地點：

九龍尖沙咀漆咸道南 111-113 號美華閣 2 樓  
電話：23842026

#### 保健咭可於以下診所使用（敬請預約）：

佐敦診所電話：23329334、23329664  
銅鑼灣診所電話：28389994



# 加 WhatsApp 專線

會員有獎賞 66214243 

由即日起，文專總會會員首次訂閱文專總會 WhatsApp 專線「66214243」並發送會員證編號至專線號碼，即可獲 \$20 活動現金券（有效期半年），更可參加雙月抽獎。

## 透過 WhatsApp 發放的訊息內容

- 會員最新福利
- 工會權益資訊
- 文專總會活動

備註：

1. WhatsApp 訊息不會以群組方式發送
2. 以上均為文專總會會員尊享
3. 以 WhatsApp 通知得獎者

## 2018年全年優惠

帝京酒店

82折

香港百樂酒店

68折

香港荃灣帝盛酒店

85折

餐飲

銀杏館  
(3間分店)

9折

富田和食亭  
(觀塘及油塘分店)

88折

挪亞方舟度假酒店

68折

香港荃灣帝盛酒店

85折

香港荃灣絲麗酒店

85折

華威酒店  
HK50

折扣優惠

住宿

購物

海生行  
(海產食品)

95折

柏慧思  
(口水血糖測試棒)

8折

Fresh Organic  
鮮機有機店

88折

Smartech  
(家電用品)

7折

The Warehouse  
Optical  
(眼鏡產品)

9折

旅遊

KKday  
(日韓台泰行程)

95折

港澳電子船票  
(來回) \$260

折扣優惠

更多優惠及詳情（條款）請瀏覽 [www.cpegu.hk](http://www.cpegu.hk)