

快箭

THE SHOT

JCI 半島青年商會
Junior Chamber International Peninsula
(國際青年商會香港總會成員)

50+1 更精彩
邁步向前創未來

www.hkpsc.org



第一期
JAN 2020

方力申 擁抱改變 人生再創高峯

港態度專訪

催眠人生

林雲峰 P.9

半島人家

領養文化

延續生命 P.11

小改變 大改善

由生活小習慣做起 P.22

內有有獎問答環節
詳情請留意 P.23

快箭

THE SHOT

50+1 更精彩
邁步向前創未來

成長總是伴隨改變

從四腳爬行變成雙足行走，到由學生身份轉變至踏出社會，改變總是帶來不安，但擁抱改變才能迎接成長。2020 年快箭第一期將以改變為主題，讓我們由種子開始，感受各專訪故事及內容中的改變，為成長萌芽。

青商信條

我們深信
篤信真理可使人類生命具有意義和目的
人類的親愛精神沒有疆域的限制
經濟上的公平應由自由的人
通過自由企業的途徑獲得之
健全的組織應建立在法治的精神上
人格是世界上最大的寶藏
服務人群是人生最崇高的工作

青年商會信條的宗旨是：以各種不同的方式為人類服務，並應從最基本的地方著手。全球的青商會友，在分會、總會及國際性會議和活動中均會誦讀青商信條。

1970 年，半島青年商會會刊首次出版，名為《簡訊》，1975 年易名《响箭》。1980 年隨着會務蓬勃發展，遂刊印較為精簡之《快箭》，寓意更快捷將會務訊息傳達會員。本會會刊曾 5 次獲選青商世界大會最傑出分會刊物，13 次香港總會最傑出分會刊物。《快箭》每期由會友參與製作，除派發給國際青年商會香港總會所有會員外，更定期寄送政府部門、各大專院校及合作機構團體等。

01	主禮嘉賓獻辭
02	會長的話
03	總會會長的話 總會指派執行委員的話
04	半島青年商會 2020 年度行政體系表
05	半島青年商會 2020 年度工作計劃表
06-08	封面人物 方力申—擁抱改變 人生再創高峰
09-10	港態度 林雲峰—催眠人生
11	半島人家 領養文化 延續生命
12	領袖才能組 董事局訓練營 秘書處 二零一九年度周年大會暨 9 月月會
13	會員事務組 第 54 屆總會周年大會
14	紀錄及獎勵組 2019 樂聚繽紛頒獎典禮暨 12 月月會
15	國際事務組 2019 年台中國際青年商會 60 周年暨 第 36 屆亞細亞旅遊振興觀光會議
16-17	國際事務組 2019 年國際青年商會世界大會
18	資深青商會 賀半島・輝煌五十載
19	資深青商會 資深青商會主席的話 半島資深青商會常務委員會
20-21	50+1 回顧及展望
22	小改變 大改善
23	互動有獎小遊戲
	祖國事務組 童歡半島「封」盛鼠年
24	2020 亞太大會介紹 總會周年大會介紹
25	商相認識 / 半島喜訊 / 企業贊助 / 派發地點

籌委會成員



梁俊傑
主席



賴欣頌
秘書及記者主委



張凱翔
司庫及記者主委



陳劍鋒
記者主委

指導董事：梁巧然
出版事務組別顧問：前會長許秋成參議員

指導副會長：駱嘉安
會長：陳雋昆

半島青年商會二零二零年董事局就職誌慶

青賢合志
駿業興昌



公務員事務局局長羅智光





2020 半島青年商會會長

陳雋昆

青商運動源遠流長，至今已在全球 100 多個國家及地區落地生根，會員人數超過 20 萬，並培育出數之不盡的社會領袖及積極公民。適逢今年為國際青年商會香港總會成立 70 周年，半島青年商會定當帶領會友秉承發揚青商「服務社會、訓練自己」之精神，並響應總會之主題，務求加深社會大眾對青年商會的認識及培育更多未來領袖。

「50+1 更精彩，邁步向前創未來」是半島青年商會今年的口號。「50」帶出本會 50 年來多得各前輩們孜孜不倦，身體力行之教導，打穩了重要的根基。「+1」代表我們同樣本著一顆赤子之心，以行動去實踐，為社會帶來積極正面之影響。「更」是一種態度，一個想法，一個選擇；如東晉詩人陶淵明的名言「勤學如春起之苗，不見其增，日有所長」，意思是勤奮學習就像是春天裏剛發芽的幼苗，平時看起來沒有在增長，但其實它每天都在成長，半島青年商會就是一個這樣的平台。

今年半島青年商會將推行多元化之工作計劃，包括推廣關注在職人士精神健康的「健康紅人」；培育本地大專生成為未來領袖的「與未來對話—領袖傳承」；而「商智商識」將提升商界對可持續發展目標的領域，鼓勵年輕人及初創企業設計創新方案。除於本地帶來廣泛迴響外，此工作計劃更於去年世界大會蟬聯「Best Local Economic Development Program 大獎」，證明工作計劃之影響力及團隊的付出得到肯定。此外，旗艦工作計劃「我們愛讀書」多年來於貴州省印江縣共援建 17 所中、小學，為山區學童帶來普及教育和改善教學環境。踏入第 21 年，我們將拓展至貴州省其他城市繼續提供更優質的教育。

除了鼓勵會友透過籌辦工作計劃以服務社會外，我們亦著重會員體驗，將舉辦各式各樣活動，鞏固長、中、青會友之交流以建立深厚友誼，凝聚半島上下及提升會友歸屬感。培訓方面，我們一方面增強董事局成員之培訓及督導能力，同時亦提供平台給會友提升演講技巧，促進會友參與青商訓練的氣氛。工作計劃方面，我們將強化對外連繫，以提升工作計劃之影響力。本會今年有幸承辦總會第 55 屆周年大會，相信能藉此機會讓半島會友促進與總會及其他分會之間的友誼。

本人亦將肩負起使命，繼往開來，薪火相傳，帶領董事局及會友一起秉承 50 年傳統，+1 再出發，創造更精彩的半島，開創更美好的未來。最後，祝願大家有個更精彩的 2020 年。



2020 國際青年商會香港總會
總會會長

鄭永翔 參議員

還記得去年慶祝半島青年商會 50 周年金禧盛典嗎？會慶當晚群賢畢至，少長咸集，濟濟一堂。半島一直秉承青商宗旨及精神，不斷悉心為會員增值，不僅在技能上有所提升，更培育無數的積極公民和領袖。

現今香港青年人的學歷普遍提升，就「青年競爭力指標系統研究」顯示，「軟技能」是強化青年持續發展能力的要素。高科技取代機械重複性工作，使職場更講求人際溝通和協調技巧。要提升青年競爭力，我們如何加強培訓軟技能，裝備青年人對應未來的變化與挑戰。

今年總會主題為「Lead Connect Achieve」，藉此鼓勵會員透過積極參與不同的青商訓練及工作計劃，持續提升領導才能，以及令青年人有更多積極正面的改變；我們凝聚長、中、青會員，加強青商影響力量；創造更多社會貢獻，達致「服務社會，訓練自己」。

新任會長陳雋昆及一眾董事局成員以「50+1 更精彩，邁步向前創未來」為會務主題，給予不同經驗的會員發展空間，啟發潛能，成就更大的社會影響力。本人深信會務方針必定為會員、為半島更創另一個高峰。

祝願新年半島青年商會會務興隆，秉承 50 年傳統，+1 再出發，創造更精彩半島，培育更多領袖。



2020 國際青年商會香港總會
指派執行委員

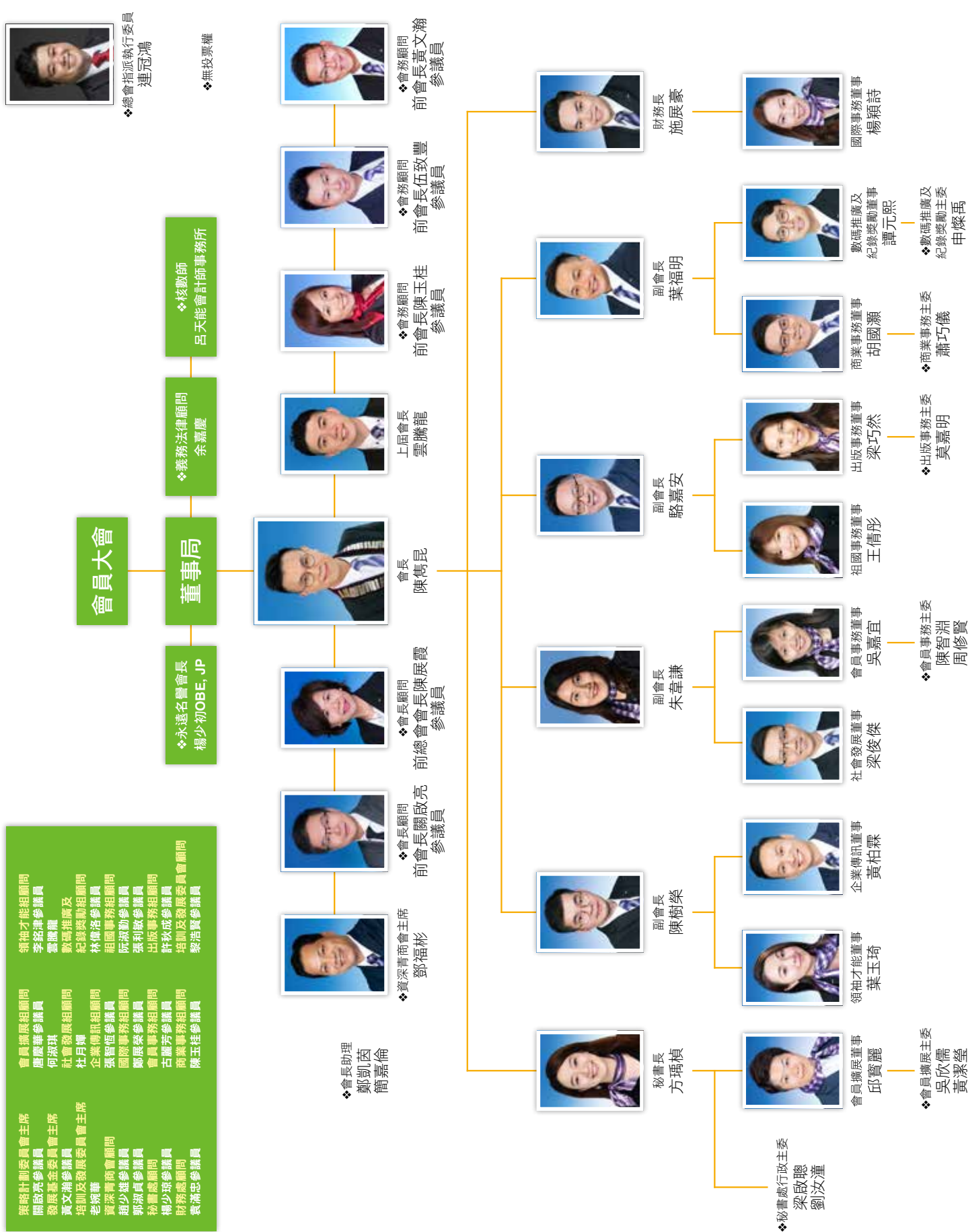
連冠鴻

半島青年商會在過去 50 年一直為社會作出貢獻，同時秉承青商宗旨及精神，為會員提供不同的訓練機會。

來到「50+1」的這一年，今年會長陳雋昆及一眾董事局成員以「50+1 更精彩，邁步向前創未來」作為本年度的主題，稟承半島青年商會過去 50 年的成果與精神，自去年底開始，在各董事局及籌委會成員的通力合作，以及在前會長、參議員及資深會員的悉心指導下，欣喜知道各旗艦工作計劃經已準備得如火如荼。包括致力改善山區學童學習環境的「我們愛讀書」、關注職場中各類問題的「商智商識」、培育青少年成為未來領袖的「與未來對話」、鼓勵大眾建立健康生活習慣的「健康紅人」等，可見半島青年商會在不同領域上促進社會發展，並且提供不同的發展機會，使青年累積寶貴經驗，創造積極正面的改變。

國際青年商會香港總會本年的主題為「Lead Connect Active」，希望藉此寄語我們能培育更多領袖，團結不同力量去成就更好的未來，令整個社會有一個持續的正向改變。

在此謹代表國際青年商會香港總會，感謝半島青年商會一直以來培育不少傑出領袖，服務香港，更持續不間斷地貢獻社會。祝願半島會友們在「50+1」的這一年同心一德地邁步向前，為社會創造更精彩的未來！



..... 半島青年商會 2020 年度工作計劃表 1

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	備註
秘書處	2020年董事局就職典禮							周年大會					籌備每月月會
財務處		籌款活動											定期財務報告
社會發展組					社會發展組工作計劃								
領袖才能組					領袖傳承工作計劃						董事局訓練營		師友計劃
商業事務組					商業事務組工作計劃								商務／行業交流
國際事務組					國際事務工作計劃					亞細亞旅遊振興觀光會議開幕酒席暨50周年會慶(韓國首爾)	世界大會(日本橫濱)		
出版事務組	快箭1			快箭2			快箭3						半島網站更新
祖國事務組	新春籌款								我們愛讀書之旅				統籌參與總會祖國事務活動
會員擴展組	青商簡介會1	準會員聚會		青商簡介會2	準會員聚會					青商簡介會3	準會員聚會		每月接見新會員及安排入會事宜
會員事務組		新春團拜		大型聯誼活動									定期籌備會員活動
企業傳訊組		企業傳訊／公關工作坊				聯合分會聯誼活動							統籌參與總會及分會活動
數碼推廣及紀競獎勵組		競投冊工作坊1	數碼媒體工作坊			競投冊工作坊2	半年度頒獎禮					12月月會暨頒獎禮	整理工作計劃檔案冊
培訓及發展委員會			會員培訓活動1		會員培訓活動2								半島分享平台及統籌參與總會訓練活動
資深青商會		新春茶聚			短途旅行						資深青商夜		

擁抱改變 人生再創 高峰

撰文：梁俊傑

場地及攝影

iPhoto Studio Production Ltd



成功完成 45 公里「環島泳」

「我無諗過自己會再游水！」剛以破記錄時間 10 小時 38 分鐘完成 45 公里香港藝人方力申（小方）於接受訪問時表示。

剛在 11 月 5 日約清晨 5 時，於多名圈中好友及支持者的歡呼聲中，小方在大口環沙灣泳棚正式開展「香港環島泳」挑戰。連月來小方努力練水，曾經歷眼發炎、中暑、暈浪、抽筋、心跳加速、虛脫，甚至不適入院，就是為缺水貧困人口籌募善款。小方表示曾低估了海泳的難度，亦有因著練習時身體出現的多種不適反應而擔憂，但從未想過放棄，反而藉著周全計劃及信念，而成功克服挑戰。

認真準備 迎接挑戰

「我估唔到游完 400 米，成個身都已經硬晒。」退役近廿年的小方表示，於開始練水時自己需要由 400 米重新開始。現在的小方並非如以前一樣，可以全時間投入練水，只可以靠清晨及工餘時間練習，需要非常自律去操練。「以前偷懶練少幾日，可能只係游慢幾秒，但今次係游唔游得完整段路程。」在準備過程中，小方曾用了 1 小時 45 分鐘搭船環島一周，親自預先視察路線，計劃好每隔 5 公里所預見的建築物，物資補給時間等，認真照顧當天的所有細節。



當年 16 歲參加東京分齡錦標賽，贏得冠軍

擁有目標 成就人生

「態度認真、明確目標」是小方一直堅持的信念。他表示每個人無分年紀，都需要擁有目標，因為這是成長的原動力。若做好本分，認真去看待事情並努力做好，身邊的朋友、家人自然看到你的付出。「有時我哋成日想做某些事情去影響別人，其實只要做好自己，身邊的人已會被正面影響」。就如「環島泳」，因著小方積極備戰，雖然只專注於練水及健身，但一直收到各方好友的打氣、藝人義唱籌款鼓勵、多名義工默默付出，各界的捐款支持，同時亦引起社會更大迴響，讓更多人意識到乾淨食水的重要。「每人天份或許不一，但至少自己的工作態度能自己掌控。」這句話道出了小方克己自律的信念。



方力申暢談辦學理念



「It isn't what you used to be, it is what you are today.」
成了方力申的座右銘

開辦游泳學校 延續運動員精神

「It isn't what you used to be, it is what you are today.」2014 年獲選為香港十大傑青時，小方以當時教練的訓勉，作為自己人生座右銘，提醒自己今天的進步不是永恆，只能靠每天不斷的訓練來鞭策自己成長。近年，小方更開辦游泳學校，希望透過游泳訓練，啟發學員的處事態度。「Swim With Integrity & Meaning」是小方創校時的信念，將運動員精神傳承下一代。

以身作則 鼓勵學員成長

「一分耕耘，一分收穫」是每位運動員的寫照，運動員的成長從來都沒有捷徑。小方期望每位學員都可以腳踏實地，努力做好自己，以認真態度處事。除了基本練習外，小方不時與學員分享自

己的近況，希望藉以作為榜樣，鼓勵他們定立目標，發掘自己多元化潛能，同時亦不忘回饋社會。最近，有位九歲學員問道：「方校長，你想要什麼生日禮物？」小方鼓勵他將金錢捐款至有需要群體。不久，那位學員生日時竟主動跟父母提出，無須接收生日禮物，並提議將禮物錢捐贈至慈善機構，最後更籌得幾千元善款。小方完全無想過自己的小舉動，原來可以改變學員的價值觀，更啟發了小朋友主動關心社會。

未來目標

「不是我去幫助別人，相反自己眼界也擴闊了。」小方指以前參與慈善活動，多半都只視為工作一部分，現在會感恩自己的幸運，因為能夠有機會幫助別人是自己的福氣，而參與慈善當中得著的喜樂，往往是工作未必能滿足的。所以小方希望短期內繼續做好「環島泳」的籌款宣傳，讓社會各界關注缺水貧困人口的需要。

小方資料簿

2000

奧運中刷新 200 米背泳
及 400 米個人混合泳兩
項香港記錄

2000

正式開展演藝事業

2008

透過「點滴是生命」
接觸山區缺水貧困人口

2014

獲選為
「香港十大傑出青年」

2018

開辦游泳學校

2019

完成 45 公里
「香港環島泳」



催眠人生



Hypnotherapy and Counseling Association
亞洲催眠治療及輔導協會

撰文：陳劍鋒

「改變，不一定成功，是有風險的；但人生最大的風險，卻是不改變」

從 Tim Sir 的口中娓娓道出了這警世的人生哲理，也可以說是 Tim Sir 不平凡的經歷沉澱下來的真實寫照。Timothy Lam 林雲峰先生，人稱 Tim Sir，是亞洲催眠治療及輔導協會的創會理事及香港催眠輔導中心創辦人，也是一名專業的催眠治療師，最近更為電影《催眠·裁決》擔任顧問；但他卻半點不離地，在採訪的談笑風生之間，流露出他從不平坦的路途中磨鍊出來的樂觀性格。Tim Sir 畢業後事過各個行業，市場推廣、銷售員、經紀，甚至屋苑保安等等。在他當酒店實習生的期間，面對阿姨因病離世，卻得不到酒店批准請假，這讓他覺察到除了工作，還有其他東西同樣重要。後來，他又輾轉投入到晨曦島的福音戒毒所工作了一年多，在那個與世隔絕的孤島上，他面對不同背景和年紀的戒毒者，勾起了 Tim Sir 最大的同理心，並立志以後要從事人本工作。這段歲月，可以說是 Tim Sir 最重要的轉變，為他踏上催眠治療師的路，展開序幕。

「我寧願做醫師，而不做大師」

在 Tim Sir 的分享當中，我們認識到催眠可以是一門科學，是正規心理輔導的其中一種手法。經歷過不斷學習和改變，Tim Sir 才能成為今天的「催眠醫師」。結束戒毒所的工作後，Tim Sir 修讀了保健文憑，2011 年學習催眠治療；最初接觸催眠，Tim Sir 也很仰慕那些「催眠大師」，也是學習古典式催眠，但到替患者進行治療時卻發現學無所用；於是 Tim Sir 不畏改變，尋求突破，從艾瑞克森精神科學派傳人身上學習現代式的催眠技巧，配合心理學和腦電波的理論，以現代科學精神去實踐催眠，效果是得心應手，幫助了很多很多人解決情緒和心理問題。為了進行推廣和規範，Tim Sir 在 2014 年創立亞洲催眠治療及輔導協會，希望以正規心理學的角度去改變故有催眠業界生態。經過一番努力，Tim Sir 成功將科學化的催眠帶到不同的商業和醫療機構，甚至大學學府，可謂為催眠治療打開一片新的天空。

「人生應該是遞減模式，催眠是幫助別人減輕負重」

這是 Tim Sir 在鑽研催眠過程中的領悟。運用心理治療學，利用現代催眠手法，目的就是用幫助患者拋下不必要的情緒。然而身份是一個包袱，診所也是一個包袱，往往不是患者的第一選擇。Tim Sir 太太曾經一次在餐廳聽朋友訴苦四個小時的經歷，讓 Tim Sir 想到把治療師和診所的包袱減去，可能是一個更好的模式去幫助患者，於是在 2018 年，推出了暖心餐廳慈善計劃。參與的餐廳每月最多提供兩次座位和一份餐的支持，Tim Sir 就會安排他的同事

或學生，甚至親自和有需要的人在暖心餐廳進行心理諮詢和輔導。透過這個計劃，幫助了不少有心理或情緒問題的基層人士，而且在會面之後，亦會按情況轉介給註冊社工或相關的治療部門，搭建出良好的銜接橋樑。至今，暖心餐廳計劃和亞洲催眠治療及輔導協會都受到了不少人士和界別的認同，對改變社會對催眠治療的認知，普及化，甚至推動社區關注心理病症等，都作出了巨大的貢獻。



於 2017 年亞洲催眠治療及輔導協會於高雄開設分部



於 2018 年 Tim Sir 在理工大學舉行了香港首屆國際催眠治療會議



暖心餐廳計劃詳情

領養文化 延續生命

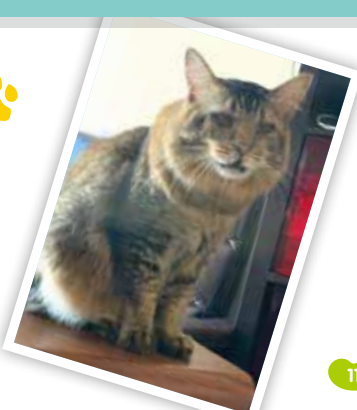
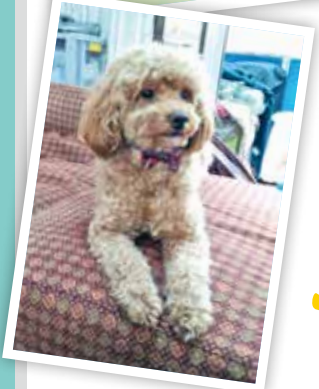
撰文：張凱翔

領養風氣在香港愈漸興盛，今期快箭我們邀請了前會長關啟亮參議員 (Daniel) 及會員何淑琪 (Suki) 分享他們領養動物的心得，他們分別領養了四隻貓和一隻狗。

非常巧合地，兩位會友在小時候都有領養動物的經驗，讓他們在長大後亦順理成章繼續以領養的方式幫助小動物。

其實很多被領養的動物都有一個共通點——牠們曾經被遺棄，有的甚至不止一次。因此令牠們經常都缺乏安全感。**Daniel** 其中一隻流浪貓「天天」在領養前身受重傷，經過 **Daniel** 一家用了一個多月時間的悉心照顧後，才慢慢建立信任，讓「天天」接納他們。在這段時間也讓 **Daniel** 兩位女兒認識尊重生命的重要。而 **Suki** 領養的狗「柑柑」曾經被遺棄過不只一次，所以每一次獨自留在家時，「柑柑」都感到很驚慌。為了牠，**Suki** 一家也改變了自己的一些習慣，例如盡量不將「柑柑」獨自留在家中。

兩位會友都同意領養動物可以讓自己以及家人帶來改變，不但讓他們一家變得更熱鬧，也會讓自己變得更有責任感，因為當決定領養時，便是準備好照顧牠們一生，並且視牠們為家人，而非寵物看待。「領養可以有好多原因，但棄養只需一個理由」前會長 **Daniel** 在訪問中感嘆道。雖然兩位會友小時候都曾有領養動物的經驗，但他們長大以後也衡量過自的能力及時間，深思熟慮後才決定接毛孩回家。所以養動物前，真是要三思！



董事局訓練營

2019 年的董事局訓練營濃縮為一天的工作坊，在 11 月 16 日於荔枝角 Five by 5 順利完成。本會有幸邀請港島青年商會前會長戴鴻瑜參議員為是次訓練營的首席導師，除教導兩屆董事局成員基本青商知識外，亦引導大家深入了解每句青商信條的意義，以令每一位會友都深明青商使命以履行董事局職務。

另外，我們亦邀請了三位培訓導師為一眾董事局成員進行不同形式的培訓。總會指派執行委員謝懷希參議員教導大家怎樣更有效介紹及推廣半島青年商會給身邊朋友，以吸納更多新會員。前總會會長陳展霞參議員帶領一眾董事局成員認識四色人格、尋找自己的顏色人格以及了解如何與不同顏色人格的會友保持良好的溝通。最後，由前總會會長鄧長政參議員提醒我們每人定下的個人目標必須是明確及可量化，並勉勵我們做任何事都要保持希望。

希望是次工作坊能讓一眾董事局成員打好基礎，吸納過往半島優良的特質，承先啟後，為半島締造更精彩的一年。

二零一九年度周年大會暨 9 月月會

半島青年商會「二零一九年度周年大會暨 9 月月會」已於 9 月 14 日假富豪香港酒店圓滿舉行。在此祝賀 2020 的執行董事局順利當選！

當日下午二時首先開始舉行預選會，候選團隊向各位會友分享政綱、來年發展方向及理念。二零一九年度周年大會緊隨其後，各候選人繼續發表競選演辭。當日近百位嘉賓及會友共同參與及見證是次選舉，場面熱鬧。經各會員投票後，2020 年度執行董事局各成員順利當選。



是晚晚宴中，不論是新當選執行董事局成員的進場儀式，執行董事局選舉回顧的片段，抑或是雕塑家王興剛老師的雕塑拍賣，都令賓客樂在其中，不亦樂乎！

活動得以圓滿舉行，除了得到各會員出席支持，同時亦有賴各選舉委員會成員及籌委會的努力。在此再次恭賀各候任執行董事，來年以「50+1 更精彩，邁步向前創未來」的精神帶領半島走得更遠！





第54屆總會周年大會

會員事務組 撰文：簡嘉倫

第 54 屆總會周年大會已於 2019 年 9 月 20-22 日圓滿舉行，本會共有 46 人出席。

由開幕典禮、歡迎晚宴，以至於香港迪士尼樂園酒店所有的活動環節，本會會友都非常投入參與，大家都盡興而歸。

總會周年大會其中一個環節是 2020 總會執行董事局選舉，本會前會長何卓榮成功當選，成為 2020 年總會副會長！

最後一晚的頒獎禮餐舞會，本會除獲得多個獎項，資深青商會上屆主席陳國偉及資深青商會會員黎浩賢亦獲頒參議員身份，半島一眾會友上台接受各項榮耀，實在是可喜可賀！

本會於 2020 年其中一個重要使命，就是承辦總會周年大會，當晚從大會手上接過旗幟，象徵着我們為總會周年大會目標進發！



本會於第 54 屆總會周年大會榮獲以下獎項：

Award

- Best Community Empowerment Program - Mission R.E.D
- Best Mainland Affairs Program - We Love Schooling
- Outstanding NOM Commission Chairman Award - Wilson Chu

Merit

- Best Chapter of the Area (91+ members) - JCI Peninsula
- Most Outstanding Chapter President (91+ members) - Ivan Wan
- Award for LOM with the best contribution in NOM activities - JCI Peninsula
- Best Personal Skill Development Growth Program - Dialogue with the Future Lead the City
- Best JCI Members Development Program - Peninsula got talent
- Outstanding NOM Excom Member - Kelvin Lam

2019 樂聚繽紛頒獎典禮暨 12 月月會



樂聚繽紛頒獎典禮已於 2019 年 12 月 5 日假香港富豪酒店順利舉行。活動當晚有超過 80 位會友及一眾嘉賓出席支持，而且頒獎禮更特設「最佳衣著大獎」，以繽紛嘉年華為主題，眾人都渡過了難忘及歡聚的晚上。

是次頒獎典禮頒發超過 28 個工作計劃及個人的獎勵項目，以總結過去這一年各工作計劃的成績，同時表揚及鼓勵各籌委會主席及成員在工作計劃背後努力的付出。另外，本會也增設 2 個我最喜愛大獎，讓會友提名及投票，以增加各會友對頒獎禮的投入感。



得獎者分享感受



頒獎嘉賓揭曉得獎結果



傑出大型工作計劃獎 - 健康「紅」人 Mission R.E.D

最後，藉著這次頒獎禮，大家再次聚首一堂，享受繽紛嘉年華的歡聚，一齊為 2019 年畫上完美句號！再一次恭喜各得獎者。

傑出會員擴展獎：

前會長馬家強參議員、前會長陳玉柱參議員、永遠名譽會員趙少雄參議員、張利敏參議員、黎浩賢參議員、資深會員孔祥偉、王倩彤、邱寶麗祖國事務董事、張琬琪會員擴展董事

傑出大型工作計劃獎：

健康「紅」人 Mission R.E.D

傑出大型工作計劃小組主席獎：

健康「紅」人 Mission R.E.D - 楊偉傑

傑出大型工作計劃小組主獎獎：

健康「紅」人 Mission R.E.D - 區巧宜

傑出中型工作計劃獎：

擁抱多元工作計劃 Project Embrace

傑出中型工作計劃小組主席獎：

2019 年度董事局就職典禮暨 1 月份月會 - 吳子鴻

傑出中型工作計劃小組主獎獎：

擁抱多元工作計劃 Project Embrace - 蕭巧儀

傑出工作計劃獎：

《快箭》第二期

傑出工作計劃小組主席獎：

2019 年度新春團拜之「金禧迎豬 福賀半島」暨 2 月份月會 - 李穎聰

傑出工作計劃主獎獎：

「RunTival Fund 50」- 梁啟聰

傑出常務主獎獎：

紀錄秘書 - 蕭巧儀

傑出常務主獎獎 (優異獎)：

國際事務主委 - 楊穎詩

傑出董事獎 (第三季)：

社會發展董事 - 吳子鴻

傑出董事獎 (第三季)：

商業事務董事 - 陳樹榮

傑出董事獎 (第四季)：

會員事務董事 - 黃木棋

傑出董事獎 (全年大獎)：

出版及數碼推廣董事 - 趙嘉雄

傑出董事獎 (全年優異)：

社會發展董事 - 吳子鴻

傑出執行董事獎：

副會長 - 方瑞楨

傑出執行董事獎 (優異獎)：

副會長 - 老婉華

最熱心會員獎：

何淑琪

最熱心會員獎 (優異獎)：

楊穎詩

傑出新會員獎：

葉玉琦

傑出資深青商會員獎：

李德鑫

最熱心資深青商會員獎：

何寶兒

我最喜愛工作計劃獎：

健康「紅」人 Mission R.E.D

「商智商識」之安多 FUN 工作企劃

最傑出分社獎：

黃社

樂聚大獎：

50 周年會慶

同行大獎：

與未來對話 - 領袖傳城



我最喜愛工作計劃獎 - 「商智商識」之安多 FUN 工作企劃

2019 年台中國際青年商會60周年 暨第36屆亞細亞旅遊振興觀光會議



台中國際青年商會會長林枳綱、本會會長雲騰龍及其他國家分會之會長大合照



會友們與台中、韓國麻浦西首爾等會友重聚，氣氛熱鬧！

2019 年「台中國際青年商會 60 周年暨第 36 屆亞細亞旅遊振興觀光會議」已於 9 月 7 日至 9 日於台中圓滿結束。半島青年商會一行 24 位會友參與是次旅程，於當地與來自亞洲各地的青商會友聚首一堂，並一同出席台中國際青年商會的慶典。

一眾會友第一晚出席了第 36 屆亞細亞旅遊振興觀光會議接待晚宴，與各姊妹會交流；隨後更於戶外營地與各地會友載歌載舞，參加啤酒勁飲比賽！翌日於台中「特友會」及「前會長聯誼會」的歡迎宴深深感受到姊妹會的熱情款待。除此之外，本會亦出席台中國際青年商會承辦的「作伙愛地球環保公益園遊會」，一同支持環保。當晚是姊妹會的 60 周年盛事，本會 2019 年會長雲騰龍致送紀念品祝賀林枳綱會長及所屬會，希望會務蒸蒸日上，兩會之間友誼長存。

本會再次感謝各會友的參與及配合，讓是次行程得以順利完成，並為大家留下無數精彩回憶，期望下一次國際事務活動大家再次碰面！



台中國際青年商會於機場熱情接待本會會友

2019年國際青年商會 世界大會

國際事務組 撰文：方瑀楨

2019年國際青年商會世界大會已於11月4日至8日於愛沙尼亞塔林（Tallinn, Estonia）圓滿結束。本會2019年會長雲騰龍帶領7位會友出席並參與各種不同類型的活動，行程非常豐富！

世界大會節目緊湊，本會會友聯同香港70多位會員一同出席開幕典禮，翌日更一早去參與早會General Assembly，了解國際青年商會的最新狀況及計劃；會友們亦積極參加工作坊及培訓，除了增進有關個人或事業的知識以外，更可貴的是能夠與不同國家的青年一同上課，互相交流。是次世界大會更加入Hackathon及Digital Transformation Day等與社會趨勢切合的新主題活動，吸引很多青商會友參加，更能透過小組活動與外界組織或投資者交流，讓參加者獲益良多！

本會亦於頒獎典禮上榮獲佳績——「商智商識之安多FUN工作企劃」獲得Best Local Economic Development Program獎項，成績令人鼓舞。在此，恭喜本會及商業事務組的團隊多個月來的努力！期間，本會亦與澳門青年商會總會會長、姊妹會澳門濠江青年商會會長及會友相約聚餐，分享在世界大會所見所聞，並慶祝陳雪麗會長的生日，過了一個愉快的中午！當晚，會友們更盛裝出席世界大會最後一晚的歡送晚宴，與新認識的朋友道別拍照留念；隨後，亦與香港青商會友在當地火鍋店慶祝並分享旅途點滴，為世界大會畫上完美的句號。



會友們與其他國家青商一同上工作坊



在塔林聚餐並慶祝會長生日



會長及會友一同出席 First Timer Orientation，
認識其他國家的新朋友。



與姊妹會澳門濠江青年商會在塔林聚餐，
並慶祝陳雪麗會長生日！



盛裝出席世界大會最後一晚的歡送宴會，享受美酒佳餚。



與國際青年商會會長 Alexander Tio 合照。



本會與國際青年商會香港總會會長連冠豪參議員及
候任總會會長鄭永翔參議員合照，慶祝本會工作計劃榮獲獎項。



出席 National Night 與姊妹會合照



與其他國家青商交流，了解其文化



賀半島・輝煌五十載

資深青商會 撰文：何寶兒

由半島資深青商會主辦之「賀半島・輝煌五十載」，活動已於2019年10月3日假座富豪香港酒店舉行。當日共有80人出席，場面熱鬧。

是次活動以羅馬帝國為主題，大家都聽過「羅馬非一日建成」，正如半島有賴各位前輩的努力和付出，將青商的優良價值觀及青商精神不斷傳承，才有今天的成就，值得大家引以為榮。開場由半島資深會員賴婉茵以豎琴演奏一曲，之後是2019年度活動照片重溫，分享各資深會員出席活動時的開心片段。隨後賴婉茵再為大家演奏三首動聽樂曲，接着的「大力士」遊戲及「女神」砌圖遊戲，半島大力士和半島女神順利誕生。下一環節是上屆主席陳國偉參議員送贈紀念品予會長、總會指派執行委員、上屆會長、顧問和常委會成員，感謝他們



過去一年來的支持。之後的大合唱環節由前主席及前會長上台領唱《千個太陽》和《壯志驕陽》，所有人都投入地和唱，現場氣氛不斷高漲！大會更為10月份生日的會友及賓客慶賀生辰，眾人互相祝福及唱生日歌，場面溫馨。最後是緊張又刺激的抽獎環節，晚會在愉快的氣氛下圓滿結束。





鄧福彬

本人十分高興及榮幸成為 2020 年的資深青商會主席。新的一年，我謹代表常務委員會成員祝願各位身體健康，萬事勝意。資深青商會適逢 15 周年，會員人數超過 90 人，常委會將透過吃、喝、玩、樂的宗旨舉辦不同活動，讓大家可緊密聯繫。正所謂「50+1 樂趣多，資深會員笑呵呵」。

本年度將舉辦多個活動讓資深會員能共聚一堂，增進友誼。活動包括新春團拜茶敘，恭賀大家新年進步，吉星拱照。亦會舉辦讓我們身心舒暢及使人樂而忘返的短途旅行。當然少不了每年都精心策劃，各資深會員都引頸以待，全程投入的重頭節目「資深青商夜」。

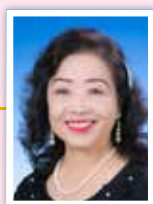
在此感謝顧問前主席永遠名譽會員趙少雄參議員，前主席郭淑貞參議員的提點及指導，常委會成員的合作，期待於 2020 年帶給大家歡樂的一年！

最後多謝各位資深會友一直以來的積極參與及支持，祝願常委會成員能享受新一年的合作，會務興隆，亦順祝半島青年商會在會長陳雋昆的英明領導下，會務蒸蒸日上，再創佳績！

半島資深青商會常務委員會



❖ 顧問
郭淑貞參議員



❖ 顧問
趙少雄參議員



主席
鄧福彬



上屆主席
陳國偉參議員



當然委員
上屆會長雲騰龍



❖ 無投票權
秘書及財務
陳自強



副主席
李德鑫



副主席
何寶兒



副主席
鍾齊清



❖ 主席助理
布金時

50+1更精彩 邁步向前創未來



展望



數碼推廣及紀錄獎勵組

本組別將推出全新註冊應用程式，讓活動籌委可以用手機快速為嘉賓和會友註冊，即時計算活動參與人數及收款狀況等資料，「更系統化」及「更方便」管理活動註冊事宜，從而加快效率並將記錄作會內分析之用途。



培訓及發展委員會

本委員會將提供「更多元化」的平台以促進會員技能提升，當中包括讓會員分享心得及經驗之活動，讓會員提升演講技巧和對不同範疇的認知。另外，亦會提供作為領袖中非常重要之教練技巧訓練課程，令會員可提升團隊成員之潛能。

回顧



出版事務組

本組別為令快箭「更互動」，今年3期快箭增加了有獎小遊戲，希望大家睇得深入啲，玩得開心啲！（快啲睇下 P.23 喇）



秘書處

本組別將會「更緊密」連接會員並發放資料，定期發出電郵介紹各項工作計劃並公開招收籌委會成員，會員能先了解計劃內容及方向，報名加入不同工作計劃的籌委會。



會員事務組

本組別將會為會員帶來「更豐富」的聯誼活動，除了有益身心的球類比賽，更會照顧會員的胃口，挑選特色餐廳與大家大快朵頤。



會員擴展組

本組別之會員推薦計劃的獎勵將會「更吸引」，並會於2020年度舉行之活動（工作坊、培訓課程、會員事務等）開放給新朋友參與，期間更會加入推介本會環節，即時接受入會申請。

小改變 大改善

飲食、穿衣、起居、出行，是生活的基本元素和文化的重要組成部分，想改變自己，不妨從這四個範疇入手。

撰文：賴欣頌

美容是衣妝一部分，大家可以善用天然材料，製造天然無添加的護膚品。這些天然護膚品材料便宜，製作過程簡單，為經濟實惠的不二之選。

洗米水：含有維他命E和澱粉質，用於潔面可有效去油和美白。其性質溫和，成份純天然，不會為皮膚帶來負荷，適合所有膚質。

（注意：其去油功效強，在洗面後記得塗潤膚品，不然皮膚會太乾。）

此外，洗米水加蜜糖可充作美白面膜，蜜糖加咖啡渣可去角質。



撰文：陳劍鋒

中國傳統相信宇宙是由木、火、土、金、水（統稱五行）所構成，萬物皆有其五行屬性，人們亦將天人合一的哲學思想融合到中醫學的食療當中。

春天屬木，主綠色，宜多吃青蘋果、青椒、四季豆等清肝降火。

夏天屬火，主紅色，宜多吃山楂、赤小豆、西瓜等消暑解熱。

秋天屬金，主白色，宜多吃雪梨、百合、杏仁等滋陰潤肺。

冬天屬水，主黑色，宜多吃黑木耳、黑芝麻、冬菇等養腎益氣。

食療養生師建議大家每週兩日吃相應的食物，有助預防疾病、強壯身體機能。



撰文：張凱翔

想改變自己可從生活小習慣開始，例如疊被子。

每朝疊被子除了令房間雅觀，亦意味著你完成了一天中的第一項任務，繼而鼓勵你由完成一件小事到完成更多。凡事總是集腋成裘，連一件小事都做不好，做大事也不會成功。從另一個角度看，平整的床鋪和整齊的房間，令空間看起來更寬闊，有助消除壞心情，給你一個明天會更好的希望。



撰文：梁俊傑

「好忙、冇時間」早已成為大家拒做運動的藉口，其實只要「行樓梯」行得正確，運動量足以媲美跑步！

- ✓ 1. 需事前做約 5-10 分鐘熱身，減低受傷機會
- 2. 行樓梯時要放鬆頸部和肩膀，背部保持挺直
- 3. 步履要輕、步速要慢
- 4. 空氣流通

- ✗ 1. 梯級不宜太高 / 太窄
- 2. 不宜「檔級」，會令膝部過份屈曲而增受傷風險

給自己的小挑戰：回家時，早五層離開電梯，行樓梯至家門。



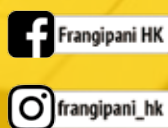
..... 互動有獎小遊戲 1

參與方法：

- (1) 根據問題指示，填寫並完成填字遊戲
- (2) 可根據提示頁數，在本期「快箭」內容中找出相應答案
- (3) 將完成的填字遊戲，連同參與者姓名及電話號碼，透過 Whatsapp (Tel: 6245 5588) 拍照提交答案
- (4) 籌委員成員會以 Whatsapp 確認收妥通知
- (5) 每人只限遞交答案一次
- (6) 活動截止日期：2020 年 2 月 15 日

如答對者超過 3 位，籌委會將於三月月會以抽籤形式抽出得獎者，得獎者將於得獎名單公佈後 1 個月內收到 Whatsapp 確認通知。如有任何爭議，「半島青年商會快箭一籌委會」保留一切最終決定權。

1. 方力申最近參與什麼慈善活動挑戰？(P.6)
2. 港態度專訪中，林雲峰先生最近參與什麼社區工作？(P.10)
3. 被領養的小動物大多數缺乏什麼？(P.11)
4. 2019 年是台中姊妹會第幾年會慶？(P.15)
5. 哪一個工作企劃在 2019 世界大會獲選為 Best Local Economic Development Project？(P.16)
6. 2019 年 10 月的半島資深青商會晚宴其中一個遊戲。(P.18)
7. 2020「我們愛讀書」利是封義賣主題。(P.23)
8. 2020 年 6 月在吳哥窟舉行的 JCI 盛事。(P.24)
9. 哪一個分會將舉辦 2020 年總會周年大會？(P.24)

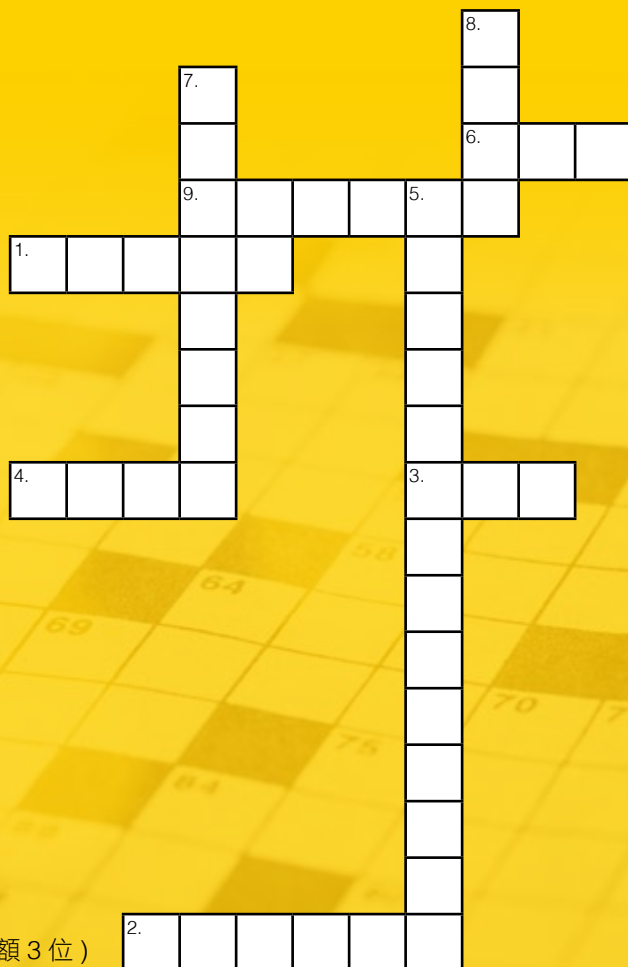


禮品贊助：

FRANGIPANI



送出名貴女裝羊皮鞋款優惠券價值港幣 \$500 (名額 3 位)



童歡半島「封」盛鼠年

祖國事務組 撰文：蕭巧儀

「我們愛讀書」是半島青年商會的旗艦工作計劃之一。自 1999 年至今，我們的工作計劃已踏入第 21 個年頭並已先後於廣東省英德市及貴州省印江土家族苗族自治縣籌建了 17 所中、小學，每年超過 12,000 名學生受惠。

本年度利是封義賣以《童歡半島「封」盛鼠年》為題，目的是希望貧困學生在接受教育的同時也可以有一個豐盛的一年。籌得的善款除援建有需要地區的校舍設施外，部份將作「半島青年商會獎學金」以資助家境清貧而品學兼優的高中生，藉此幫助他們提高教育及生活水平。

今年我們繼續與吳氏藝院合作，由其學生親自設計利是封封面。此外，更有機會與馬仔市集 (Maggie

Market) 合作設計及製作精美環保袋作義賣，為內地貧困學童籌款之餘，亦可以宣揚環保意識！

《童歡半島「封」盛鼠年》這個活動極具意義，希望大家踴躍支持，為有需要的山區兒童出一分力！謝謝！

愛心大使
陳柏宇



網上訂購表格

查詢電話

籌委會主席王倩彤 9273 3616

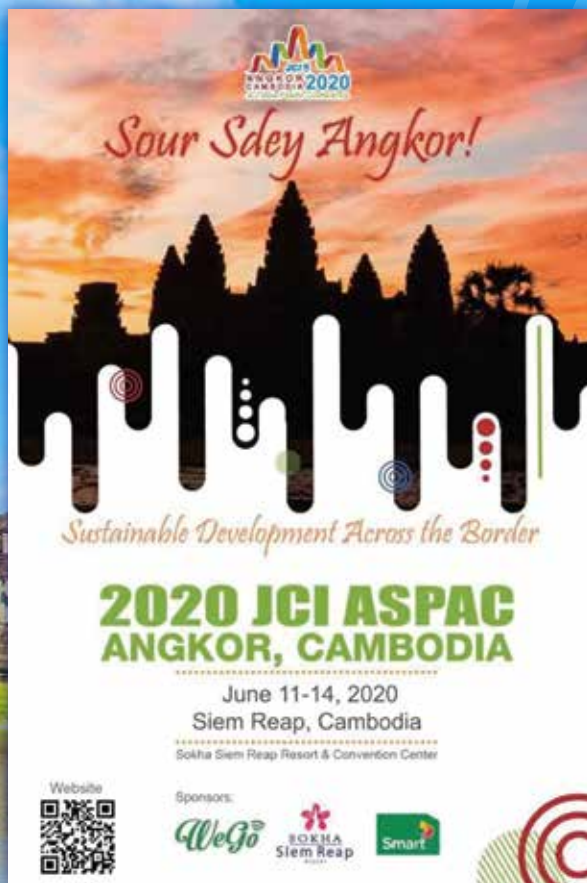
司庫歐陽瀚文 9272 0057

2020年亞太大會

地點：柬埔寨吳哥

日期：6月11-14日

數千人的活動及會議、不同的培訓課程、有趣的國家主題派對、遊覽當地名勝



報名或查詢

請聯絡國際事務組

財務長：施展豪

國際事務董事：楊穎詩

一段旅程經歷·共懷喜悅回憶



JCI 半島青年商會
Asian Chamber International Peninsula
(國際青年商會香港總會成員)

WE COMMIT WE ADVANCE!

2020年國際青年商會香港總會周年大會

2020年國際青年商會香港總會周年大會將會由半島青年商會籌辦，非常值得記念，現在誠邀各位會友出席支持，分享這個難忘時刻。



活動詳情：

日期：2020年9月25日至27日（星期五至日）

地點：香港九龍東皇冠假日酒店

報名查詢：

副會長 陳樹榮

電郵：carl_chan@hkpjc.org



商相認識

你有自己業務但沒有人認識？你想讓更多人知道你的業務但沒有渠道？不用怕，商業事務組全新活動「商相認識」幫到你。我們有強大的會員網絡，甚至可以將你的業務拓展到其他分會！

仲諗？即刻與商業事務主委蕭小姐聯絡啦。

聯絡方法：

商業事務董事胡國淵 9759 7671 /

商業事務主委蕭巧儀 6028 3116



註：本活動旨在鼓勵本會會員互相認識，擴展不同行業，領域的人際網絡。如想進一步業務發展，請自行聯絡。

設計贊助
Grand ZOO

半島喜訊



前會長陳玉桂參議員新婚之禧

企業贊助

GURU ONLINE

CHIBO
爽膚宝

alta
multimedia

樂仕資本
LUX CAPITAL

《快箭》派發地點

國際青年商會香港總會

香港上環干諾道西 21-24 號
海景商業大廈 21 字樓

Ocean Optical Co. Ltd 海洋眼鏡

中環德輔道中 10 號東亞銀行大廈
大堂層 4A 鋪

MYTHIC HAIR SALON

尖沙咀漢口道 39-41 號
麥仕維中心 10 樓

iSight Optometric Eye Care Center

中環皇后大道中 50-52 號
陸佑行 902 室

吳氏藝院

香港元朗擊壤路 17 號
順發樓三樓 E 室

THE WAVE 觀塘

九龍觀塘興業街 4 號 10 樓
(港鐵 B1 出口)

門神啤酒廠

觀塘成業街 18 號
新怡生工業大廈 2 樓

桌遊俱樂部

旺角西洋菜南街 1A-1K 號
百寶利商業中心 8 樓 808 室

香港公開大學

香港九龍何文田香港公開大學

香港中文大學

香港新界香港中文大學

紙飛機親子空間

觀塘承豐道啟德郵輪碼頭 33 號
北面平台 B 區

TusPark HK Innovation Hub

觀塘偉業街香港啟迪中心

香港催眠輔導中心

新蒲崗大有街 1 號勤達中心 506 室

Solar Bee Education 晨蜂教育

長沙灣青山道 339 號
恆生青山道大廈 2 樓 01 室及 06 室

Genius Garden Education 博才教育

九龍灣宏開道 16 號德福大廈
5 樓 9-11 室

夏蓮娜化粧美容學院

九龍太子西道 141 號長榮大廈
10 樓 G 室

Ming Salon

葵涌商場二樓 204 號舖
九龍油塘油麗商場 1 樓 110 舖

salonsora

九龍灣德福廣場第一期 F13B 號舖
九龍黃大仙中心南館高層 UG15 號舖

歡迎你 加入半島青年商會 服務社會 訓練自己

本會成立於 1969 年，為香港成立的第四個國際青年商會分會，亦是第一個中文分會。本會為香港政府註冊的非牟利團體，本著「服務社會，訓練自己」的青商精神，務求達成以下目標：

- 關懷社會，肩負公民責任，籌劃和推行具建設性的活動，建立和諧社會發展；
- 發展個人潛能，鍛練領導才幹；
- 推動商務合作機會及國際發展網絡；

我們希望藉青商四大發展機會（個人發展、社會發展、國際事務及商務發展），發揮年青人的潛能，透過參與策劃各項活動，吸取經驗，充實自我，使之培養成為「今日青商，明日領袖」。



加入我們



請即登入QR Code 或登入網址

www.hkpjc.org/ 加入我們