

入會、續會 免費可享2021年 20萬元平安保險

更多優惠資訊請下載工聯APP
詳情請向所屬工會或工聯會查詢
3652 5733



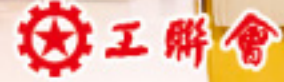
凡工聯會屬會及贊助會16歲至100歲的會員，於2021年交費有效期內，免費獲20萬平安保險保障，繼續為會員及家屬提供及時支援。

中國太平
China Taiping
中國太平保險(香港)有限公司
China Taiping Insurance (H.K.) Company Limited
查詢熱線：3716 1616

保障範圍

- 意外傷亡：
每人最高賠償額為港幣20萬元；
- 意外住院現金津貼：
住院連續超過2天，第3天始獲此保障。

索償須於意外發生一個月內提出
為免失去受保資格，請謹記於會費屆滿日前續交會費。
賠償細則及解釋以中國太平保險(香港)有限公司保單條款為準。



「入會表收集個人資料聲明」 詳細內容請瀏覽：

http://www.ftu.org.hk/zh-hant/jetso/join_us/

會員資料更新

如需更改聯絡資料，
請致電2770 3676與
本會辦事處聯絡，謝謝。

慶祝工聯會進修中心40周年

工聯會進修中心自1981年成立以來，致力為會員、會員家屬及各行業僱員提供多元化的進修活動，為慶祝成立40周年特別推出50元現金券，鼓勵會員持續進修，增值自強。

凡於派發期內前往任何一間業餘進修中心續交會費1年或新入會繳交2年會費，即送你(妳)「50元進修課程現金券」，現金券可於報讀業餘進修中心課程時使用。

派發期：
即日起至2021年12月31日

入會送
\$50
現金券

油麻地會所：九龍油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓
尖沙咀會所：九龍尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈3字樓

電話：2770 3676
電話：2736 7667

辦公時間：(星期一至五)上午10時至下午8時(星期六)上午10時至下午6時
傳真：2770 3617
電郵：info@geahk.org.hk
網頁：http://www.geahk.org.hk



政府人員協會Whatsapp
6608 2853



Find us on
Facebook
政府人員協會



35 政府人員協會

工聯會

新時代新工運
撐勞工 為基層 爭公義

今期焦點

中秋月餅優惠2021
新冠疫苗接種
會員有賞抽獎活動
政府人員協會
35周年系列活動
賞你學 國情港情知多D 獎勵計劃

會訊
2021年
8月版



2021年中秋月餅券

會員優惠

美心月餅券 (售完即止)

	原價	會員價	
雙黃白蓮蓉月 (一盒4件)	\$ 375	\$ 211	* 每位會員限買10張
雙黃黃蓮蓉月 (一盒4件)	\$ 365	\$ 204	
流心奶黃 (一盒8件迷你裝)	\$ 398	\$ 238	* 每位會員限買3張

Duria正宗馬來西亞貓山王-冰皮月餅券 (售完即止)

	原價	會員價	換領日期
貓山王原味榴槤冰皮月餅 (一盒6件裝)	\$ 398	\$ 288	9月2日至9月18日

Haagen Dazs雪糕月餅券 (代售至9月18日止)

	原價	會員價 8月16日前	會員價 8月17日起
Twinkle Night愛·復古 (一盒4件, 3款口味)	\$ 358	\$ 225	\$ 260
Twinkle Fruity愛·明月 (一盒4件, 3款口味)	\$ 358	\$ 225	\$ 260
Greeny Moonlight 茶·亮月 (一盒4件, 4款口味)	\$ 398	\$ 266	\$ 306
Choco Moonlight 醇·伴月 (一盒4件, 4款口味)	\$ 398	\$ 266	\$ 306
Twinkle Night Mix愛·華麗 (一盒6件, 4款口味)	\$ 458	\$ 296	\$ 330
Twinkle Crispy 愛·同趣 (一盒6件, 3款口味)	\$ 458	\$ 296	\$ 330
Moonlight Bloom 七星·追月 (一盒8件, 8款口味)	\$ 718	\$ 453	\$ 501

- 贈品：1. 凡購買2盒或以上,每盒可獲贈「1個單球雪糕券及指定產品優惠券」禮券乙張,多買多送。
2. 若購買5盒或以上,除送贈品(1)禮券5張外,另額外獲贈「Thank You Gift」禮券乙張,多買多送。

恒香老餅家月餅 (代售至9月17日)

	原價	會員價	
金華火腿月餅券 (4個裝)	\$ 408	\$ 205	*換領日期： 9月1日至9月19日
伍仁月餅券 (4個裝)	\$ 398	\$ 205	

- 備註：1.非會員購買,按以上價目表每張加收\$10。
2.Haagen Dazs雪糕月餅尖沙咀會所不設代售。

「2021年度蛇宴聯歡」 暫停舉辦

不便之處,敬請原諒!

查詢電話: 2770 3676

Whatsapp: 6608 2853

新冠疫苗接種 會員有賞 抽獎活動

為響應政府的「2019冠狀病毒疫苗接種計劃」(「新冠疫苗」),政府人員協會特此為已接種的會員舉辦抽獎活動。



合資格參加者有機會得到
港幣200元超市現金券 得獎名額35位



參加人士必須為本會合格有效會員並已於2021年9月30日或之前在香港完成接種兩劑「新冠疫苗」*。

抽獎活動由即日起至9月30日前接受登記,得獎名單將於10月中旬公佈。

*如任何人士之前染上2019冠狀病毒,他們在已完成接種一劑「新冠疫苗」後,在相同的條件下將符合資格。

備註:有意參加者於接種疫苗前應先諮詢專業健康建議,作充足準備後可透過政府網站預約接種「新冠疫苗」:
www.covidvaccine.gov.hk

網上登記表格請

掃描QR Code:

*活動詳細條款及細則請參考登記表格內容



公務員權益座談會

工聯會黃國理事長、謝愛紅副會長及權益委員會代表於5月24日到訪本會，聆聽本會代表對公務員政策之意見，特別是新制公務員對薪酬福利、退休保障、子女教育津貼等方面。另外，也有新制同事希望政府把公務員子女享有的「本地教育津貼」適用範圍可擴展至內地中小學，更應研究為所有公務員增設「內地教育津貼」，透過資助公務員子女升讀內地大學，讓公務員和其下一代更好融入內地及灣區生活。



成功爭取政府僱員享有薪疫苗假期

爭取政府僱員享有薪疫苗假期時序表

- 5月13日 聯同工聯會立法會議員郭偉強約見公務員事務局局長聶德權首先提出
- 5月13-17日 向會員進行問卷調查，收集意見
- 5月26日 去信聶德權局長提交問卷數據，促請政府盡快落實疫苗假期
- 5月28日 再次會見聶德權局長提交意見書，向局方解說促請落實疫苗假期方案
- 5月31日 成功爭取疫苗假期



政府人員協會

新制公務員 公積金計劃研討會

新制公務員公積金制度已運行20年，你(好)認為沒有問題嗎？

返工已經夠忙，仲要成日自己睇住個市？



可以優化公務員公積金制度嗎？

咁大筆血汗錢交俾人咁投資，點解自己有份參與監管嘅？



可以優化公務員公積金制度嗎？

投資有升有跌，有方法穩賺嗎？



可以優化公務員公積金制度嗎？

如何完善退休保障及退休後醫療福利一直是新制公務員最關心的議題，就此，協會於6月28日晚舉行研討會進行探討。會上，新制同事反映目前依靠公務員公積金計劃作為退休後保障，但許多同事不善投資及欠時間管理，導致回報有限，擔心難以應付日後退休生活，故希望當局可優化現時的新制公務員退休保障計劃。當晚工聯會權益委員會副主任梁子穎先生，介紹 [津貼學校公積金計劃]，其優點包括職方代表參與監管、每年保證回報。工會代表認為可參考 [津貼學校公積金計劃] 優點對公務員公積金計劃進行優化。



我們現正向會員進行相關諮詢，敬希各位給予我們寶貴意見。



香港公共醫療員工協會

成功爭取病人服務助理/運作助理工作的舊制支援職系公務員轉制安排

醫管局通過為擔任病人服務助理/運作助理工作的舊制支援職系員工實施轉制計劃。在獲得政府的同意下，該轉制計劃亦涵蓋任職醫管局舊制支援職系合資格的公務員。

賞你學 國情港情知多D 獎勵計劃

為加強會員對國情、港情、工會情的認識，本會推出獎勵計劃，凡於推廣期內參與2次或以上指定活動，可獲業餘進修中心\$50課程現金券乙張。獎勵計劃的詳細內容及細則請瀏覽網站：
<https://bit.ly/2V7afJ8>



推廣期：2021年8月1日至2022年3月31日

今期「國情·港情」指定活動（每季度均推出不同活動，請留意本會會訊或Facebook專頁最新資訊）：

一、「國情·港情」專題講座

主題：中國共產黨與香港歷史淵源
日期：2021年10月17日(日)
時間：下午4時-5時30分(敬請提早15分鐘到達)
講者：劉蜀永教授(嶺南大學香港與華南歷史研究部高級研究員)
查詢及報名：27703676

二、「政論·熱點」分享會

邀請社會知名人士或工會領袖，就當前國際國內形勢及時事熱點與會員交流分享。

第1回：2021年9月10日(五)	第2回：2021年11月19日(五)
嘉賓 - 陳穎欣 Joephy Chan (工聯會社區主任)	嘉賓 - 王國興 (前立法會議員)
時間：晚上7時-8時30分	地點：油麻地正康會所
查詢及報名：27703676	

三、業餘進修中心國情系列課程(會員可享9折優惠)

1. 中華民族復興之路研習班 費用：150元
開課日期：8月27日 時間：晚上7時-10時 地點：天后
2. 中國國情(中國人民解放軍歷史與現況) 費用：150元
開課日期：9月2日 時間：晚上7時-10時 地點：天后
3. 中國共產黨百年歷史專題班 費用：390元(共3節)
(A班) 開課日期：9月13日 時間：上午10時-下午1時 地點：土瓜灣
(B班) 開課日期：9月7日 時間：下午7時-10時 地點：土瓜灣
報名：工聯會業餘進修中心各報名點，查詢：2770 7667
備註：完成後請whatsapp聽講証給本會，以作記錄。

政府人員協會 主辦

職業安全健康員工參與計劃 贊助

*是項活動並非由職業安全健康局舉辦，職業安全健康局對是項活動引致會相關的一切事宜概不負責

「工作壓力不可怕 你我 齊心樂共融」講座

日期：10月21日(星期四)
時間：晚上7時至9時
地點：油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓
講者：葵涌醫院精神科副顧問醫生陳鴻醫生
內容：透過專業講者分享及互動遊戲，讓參加者掌握有效管理壓力的竅門，包括：
包括：1. 壓力的症狀與影響
2. 掌握有效管理壓力的方法
3. 如何透過飲食保持身心健康
4. 有獎問答遊戲及每位參加者贈送紀念品乙份
*費用全免，名額有限，額滿即止。

天空之鏡，火龍果農莊，



元朗私房菜一天遊

日期：10月10日(星期日)

景點：1.流水響(天空之鏡) 2.壽桃牌星級麵館 3.火龍果生態農莊(實際行程以旅行社安排為準)

上車地點及時間：

- 1車 早上9時 油麻地廟街47號正康大樓地下
- 2車 早上9時 荃灣德華公園(千色店門口對面)
- 3車 早上9時 屯門V City 直通巴士站
- 4車 早上9時 馬鞍山新港城鞍祿街的士站避車處
- 5車 早上9時 大圍村南道工聯會地區服務處對面
- 6車 早上9時 大埔運頭塘邨運來樓巴士站
早上9時30分 上水智昌路雙魚亭
- 7車 早上9時 觀塘馬蹄徑中國銀行
早上9時30分 港鐵黃大仙D2出口
- 8車 早上9時 香港仔大快活
早上9時30分 灣仔家計會(前中旅社)
- 9車 早上9時 尚德邨尚智樓
早上9時30分 坑口鳴遠中學

瑤柱花膠宴(4人)

- 原隻鮑魚扒花膠
- 碧綠炒帶子
- 花菇扒時蔬
- 菠蘿咕嚕肉
- 沙薑咸雞
- 清蒸海上鮮
- 絲苗白飯

費用：會員\$140(每位會員限購4張會員價)

備註：1. 政府人員協會/屬會會員優先報名，名額有限額滿即止。

2. 成功報名後需於7個工作天內交費作實，否則將自動取消。
3. 一切行程安排以政府最新限聚令為準。
4. 如有任何爭議，本會將保留最終解釋權及決定權。

以上活動查詢/報名：
2770 3676

慶祝政府人員協會35周年

會員「新入/續費激賞」送禮活動

換領期：2020年10月1日至2021年9月30日

對象：政府人員協會及屬會會員/新會員

反應熱烈
延長活動日期
至21年9月底

激賞一 繳費2年送防疫用品



凡於換領期內續會/新入會繳費2年或以上，可獲防疫用品乙份。
(成人口罩或兒童口罩20個，二選一)

換領方法

- 1). 於換領期內前往本會油麻地 或 尖沙咀會所領取，請出示有效會員證及續繳會費證明。
- 2). 如需要郵寄，請把續繳會費證明 Whatsapp至「政府人員協會專號：6608 2853」，並發訊息：1.「新入/續費激賞」（請註明：成人或兒童口罩）； 2.會員姓名； 3.聯絡電話。

激賞二 新入會迎新禮品 (只限新入會會員)



新入會會員繳交兩年會費或以上，可額外獲贈鴻福堂現金券\$50乙張。

2020年10月1日起，新入會並繳交2年會費，會員證有效期至2022年12月31日

激賞三 Whatsapp大抽獎

★第四期抽獎日期：2021年10月5日

★抽出20位得獎者

參加辦法：

於2021年9月30日前續繳會費至2021年12月31日 或以後，並加入政府人員協會Whatsapp專號，即可參與大抽獎。

如您仍未加入政府人員協會Whatsapp專號，請將本會Whatsapp號碼(6608 2853)加入手機通訊錄，並於Whatsapp內發送會員證照片及文字「收訊息」，即完成登記。



備註：

1. 以上禮品數量有限，送完即止；
2. 換領期內，每位會員每項禮品限領一次(每位會員最多只可獲「Whatsapp大抽獎」獎項一次)；
3. 個別工會會費年期計算方法不同，詳情請向本會查詢；
4. 郵寄資料將以會員提供的資料為準，因此會員需自行承擔郵寄風險，包括寄失及損毀等問題；
5. 如有任何爭議，政府人員協會將保留最終解釋權及決定權。

慶祝政府人員協會成立35周年系列活動

「同心抗疫·感恩有你」全港親子繪畫比賽得獎作品



幼稚園組亞軍 林珀賢
同心抗疫，人人出力



幼稚園組冠軍 簡悅晴
全港各界齊抗疫，齊來參與



幼稚園組季軍 李芊諭
全港同心抗疫，感恩有你盡努力



初小組(小一至小三) 亞軍
莫言
祝君安好



初小組(小一至小三) 冠軍 鄧雅悠
為我們的抗疫英雄
說聲thank you



初小組(小一至小三) 季軍
陳玥翹
感謝每位為疫情出力的人員

優異獎得獎名單 (排名不分先後)：

幼稚園組

蘇浚堯
姚景彰
賴鈞豪
楊卓喬
鄺子悠

初小組

周浣晴
陳敬熙
司徒梓柔
陳啟廉
李翊榛

最踴躍參與團體大獎

聖公會基福小學

更多得獎作品請瀏覽本會Facebook專頁：



政府部門專訪 · 水務署

前言

香港缺乏湖泊、河流及地下水等天然水源。面對人口增長、經濟發展和氣候變化等挑戰，安全可靠的供水對香港的可持續發展至關重要。今期我們一起進入「水知園」，了解水務署如何在確保供水穩定及食水安全的同時，為香港的可持續發展出一分力。

香港的供水歷史可追溯到1851年政府撥款興建水井，為公眾提供用水。政府在1863年起共建造了17個水塘，當中包括在海中興建船灣淡水湖及萬宜水庫，用作收集並貯存雨水。雖然已劃定共300平方公里的集水區，但本地集水量遠不足以滿足用水需求。因此，政府在1965年起從內地輸入東江水，以確保香港有穩定及充足的供水。此外，利用香港三面環海的優勢，政府於1957年開始發展海水沖廁系統，大大節省寶貴的食水。

氣候變化 · 珍惜水資源

為應對各種挑戰，水務署署長盧國華先生（下稱盧署長）介紹，水務署早在2008年推行「全面水資源管理策略」，並在2019年更新了「策略」。「策略」採取雙管齊下的方式，一方面透過「齊來慳水十公升」運動和「用水效益標籤計劃」等措施積極推廣節約用水、建立「智管網」管理用水流失和擴大使用海水和循環再用水作非飲用用途以控制食水需求增長；另一方面利用多元化的水資源，例如發展海水化淡，提升食水供應的應變能力，以抵禦氣候變化帶來的極端影響。



（左一）水務署署長 盧國華

優質供水 · 提升水安全

食水水質監測是保障公眾健康的重要步驟。盧署長表示，政府在2017年9月採用世界衛生組織的《飲用水水質準則》作為香港食水標準。政府早前亦委託專家顧問進行檢討，參考國際經驗，以制定一套適合香港的食水標準。同時，水務署全面監測整個供水系統的水質，由集水區、東江水接收點、水塘、濾水廠、配水庫、食水分配系統，以至用戶的水龍頭抽取水樣本化驗，確保經處理的食水水質符合香港食水標準。此外，政府於2020年7月推出「水安全計劃資助計劃」，撥款4億4千萬元，資助約5千幢私人住宅或綜合用途樓宇實施水安全計劃，通過風險管理及實施預防措施提升大廈食水安全。



環保使命 · 可持續發展

近年政府積極推動可持續發展策略，盧署長表示水務署亦不遺餘力，積極發展可再生能源。除了在屯門濾水廠及沙田濾水廠建造水力發電站，為廠內設施提供部分電力及節省電費開支外，水務署亦著手研究在水塘使用浮動太陽能板發電系統的潛力，並在石壁水塘和船灣淡水湖安裝了兩套小型系統作先導計劃。這系統除了利用太陽能發電外，還可以減低水塘水分蒸發及藻類滋生，並且省卻珍貴土地資源及提高太陽能板發電效率。汲取先導計劃的成功經驗，水務署正計劃在船灣淡水湖安裝首個大型浮動太陽能發電場。盧署長指出，這些項目提供實在的參考數據和經驗，有助水務署積極研究在其他適合地點加設水力發電站及發展更多大型浮動太陽能板發電場的可行性，增加可再生能源的產量，以協助香港實現2050年碳中和的目標。

水是日常生活的必需品，亦是珍貴資源。在水務署竭力確保香港享有安全可靠、穩定而優質的供水的同時，我們是否也要身體力行節約用水，為香港長遠供水的可持續性出一分力呢？

更多水務署署長訪談內容，敬請留意本會Facebook / Youtube推出訪談節目短片。

部門專訪有獎問答遊戲(第四期) - 水務署

留意文章內容，回答簡單問題即可參加抽獎，今期遊戲抽出5位得獎者，獲得超市禮券（價值\$100），得獎者名單於下期會訊及Facebook專頁內公佈，並獲專人通知。

註：1. 第四期問答遊戲於9月30日截止；

2. 本會保留最終決定權及解釋權。

問題1. 政府於哪一年起開始從內地輸入東江水？

問題2. 請寫出其中一項於水塘興建浮動太陽能板的好處。

部門專訪有獎問答遊戲(第四期)參加表格

答案1. _____ 答案2. _____

姓名：_____ 所屬工會：_____

會員編號：_____ 聯絡電話：_____

填妥參加表格後郵寄（油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓）

信封面註明「參加會訊有獎問答遊戲」或用手机掃描

QR code直接填寫表格

部門專訪（渠務署）有獎問答遊戲(第3期)得獎名單：

姓名	聯絡電話(頭4位數字)
莊偉*	9579****
盧麗*	9631****
馬桂*	6135****
鍾永*	9744****
顏錦*	6012****

以上得獎者可獲得超市禮乙張（價值\$100），得獎者將獲專人通知！

觀看渠務署署長訪談節目短片，可瀏覽：
<https://youtu.be/0kBTd-V8brI>



興趣班組課程

查詢/報名電話：2770 3676

課程名稱	日期及時間	費用(每一課程)	上課地點
婦女 國畫班 導師：鄧雪梅女士	9月25日至12月4日(逢星期六,共10堂) *10月30日暫停 課程內容:包括花鳥、山水,兼工帶意,從基礎筆法及上色技巧開始,由淺至深,適合初學人士。上課形式以導師示範,學員實習。 以上各課程請學員自備:1.毛筆:小白雲、中白雲、小狼毫、中狼毫各1枝;2.國畫顏色(8色);3.調色碟(梅花碟)及白瓷碟2個(3-5吋)	會員 \$1000、 非會員 \$1100	油麻地
攝影學會 風景夜景攝影班 導師:曾sir	11月6日-11月27日(逢星期六,共4堂) 18:00-20:00 不須週車勞頓亦可拍攝美麗風景及日落美景,講解拍攝技巧、合適器材運用及安全原則,適合所有人士參加。	會員/家屬 \$700 非會員\$800* 參加者必須自行購買意外保險(戶外集合地點出發前二天通知)	戶外講解及實習
蝴蝶昆蟲攝影班 導師:曾sir	9月1日(三)課堂講解:19:00-20:30 9月4、11、18日(六)戶外實習:上午10:00-12:00 內容:拍攝蝴蝶及微小昆蟲選擇合適的器材,閃燈的運用技巧,現場微距器材的示範,適合所有人士參加。	會員 \$550 非會員\$650	長沙灣
特色創意水滴班 導師:曾sir	9月29日-10月20日(逢星期三,共4堂) 19:00-21:00 資深攝影導師 曾Sir 親自教授拍攝獨一無二的水滴圖案,快門光圈,學習由淺入深,水滴控制物料,調較至獨立拍攝,令學員容易理解細節。(DC機,或手機有微距拍攝均可)	會員 \$400 非會員\$500	油麻地
閃燈人像攝影班 導師:曾sir	9月15日(四)課堂講解:19:00-21:00 9月25日(六)戶外實習:上午10:00-13:00 內容:講解閃燈性能,相機色溫控制,光圈快門運作。及課程習作分享,現場實習拍攝人像,用閃燈,閃燈反光板及器材運用,簡單易明。	會員 \$20 非會員\$25	油麻地
康文工會 園藝興趣班(一)	9月8日(星期三) 內容:在家插一瓶鮮花,除了可以美化家居,令人賞心悅目,亦可陶冶性情,導師將介紹常用花材處理技巧及示範節日插花。	會員 \$100 非會員\$110 (包一份材料)	油麻地
警協工會 首飾穿珠班 導師:王敏兒	A班:10月4日 B班:11月8日 C班:12月6日 內容:每月一堂,每堂教穿一款不同的首飾,從基礎穿珠技巧開始,深入淺出,適合初學人士。上課形式,導師示範,學員實習,穿好的首飾學員可帶走。上限15人,先到先得。報名及查詢:李蕙貞 9620 6107	會員 \$100 非會員\$110 (包一份材料)	油麻地
太極 早晨太極班 導師:譚旭雄	太極拳,養生椿,八段錦(逢星期六) 8:00-10:00(上午) 歡迎會員及退休會員參加,參加者請自行聯絡教練,譚教練:92061560	免學費	西灣河

以上課程日期因應疫情措施或有所調整,請以本會通知為準

以上所有興趣班課程如逢公眾假期或導師因事而需停課,將提前通知,課程或將順延

- 注意:
- (1) 所有學員必須於報名後七個工作天內交費作實;
 - (2) 人數不足時,將取消是項班組活動;
 - (3) 如有更改,將另行通知,請報名時留下準確聯絡電話;
 - (4) 先到先得,額滿即止;
 - (5) 本會保留所有活動的更改權利。
- 油麻地:油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓
 長沙灣:九龍深水埗長沙灣道43-45號長興大廈2字樓A室
 (香港工會發展及服務中心,太子地鐵站E出口,鄰近楓樹街遊樂場)

國、粵語 卡拉OK歌班 (男女均宜)

內容:用不同類型歌曲教授練唱位置,輕巧鍛練橫膈膜肌肉力量控制呼吸、配合放鬆自然發聲及歌唱技巧,從養生保健角度來享受學唱歌的樂趣。

日期:8月24日-11月2日(逢星期二,1.5小時/堂,共10堂)

時間:晚上8時至9時30分

費用:會員/家屬 \$650 非會員 \$700

地點:尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈4字樓

下期預告:11月16日

簡易養生保健運動班 對象:適合任何人士(男女均宜)

簡介:分享養生教授保健運動的好處。很多人都錯誤地單靠節食減肥,因而不能達到持久的減肥效果,唯有配合適當的運動,才能有效地減少脂肪的積聚。

長期坐辦公室缺乏運動,經常低頭工作或錯誤姿勢做家務,容易造成肌肉及筋腱勞損、痛症隨之出現;身體關節活動度也受到影響。拉筋伸展可以改善身體柔韌度、舒緩及預防痛症。

- 利用簡易拉筋伸展
- 配合強化肌肉的帶氧運動
- 達致瘦身美容顏
- 透過平常練習可助血液循環
- 身心舒暢精神煥發

日期:8月24日-10月5日(逢星期二,1小時/堂,共6堂)

時間:下午6時45分至7時45分

費用:會員/家屬 \$350 非會員 \$400

地點:尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈4字樓

下期預告:10月19日

人生幾「河」 元朗排水繞道導賞團 (親子活動) - 渠務署

日期:11月6日(星期六)

集合時間:第一車:上午8時45分

第二車:下午1時15分

集合地點:油麻地廟街47號正康大樓地下

解散地點:屯馬線元朗站

費用:會員(成人)\$30/位

16歲或以下 \$20/位(費用包含平安保險費)

對象:政府人員協會/屬會會員及其子女

備註:1. 家庭單位優先報名(父母聯同3-16歲之子女,每家庭2-4人報名),名額有限,額滿即止;

2. 一切行程安排以政府最新防疫措施為準,如有任何爭議,本會保留最終解釋權及決定權。

健康講座 - 預防「三高」

日期:8月31日(星期二)

時間:晚上7時

地點:油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓

講者:香港機構醫生協會主席 黃耀明醫生

- 內容:
1. 認識可謂「三高」
 2. 如何正確量度血壓、血糖、血脂(量度時間、技巧及注意事項)
 3. 三高患者注意事項
 4. 如何從日常生活控制三高

備註:活動費用全免,名額有限,額滿即止。

以上班組/活動報名

查詢電話:2770 3676



舞蹈能凝聚目光，凝聚力量，更能凝結時間，是為凝舞。舞者聞歌起舞，萬籟皆醒，讓此時此刻化為回憶的片段，化為記憶中的剪影，是為畫影。

凝舞畫影舞蹈團於2015年5月成立，是政府人員協會屬下一個文藝團體，致力推廣舞蹈文化，為有興趣之會員提供舞蹈訓練。

本團在多位具有豐富舞蹈排演及教學經驗的資深導師引領下，團員的舞蹈修養、技巧及表演能力，均得到更全面發展。同時，舞蹈團積極為團員爭取舞蹈演出機會，提供藝術交流平台，使團員在潛移默化之中提升能力。

舞蹈團現誠意邀請對舞蹈有濃厚興趣的你，踴躍報名加入凝舞畫影的大家庭！

參加資格：45歲以下具3年以上舞蹈經驗，或曾報讀本團舞蹈課之學員對舞蹈有濃厚興趣及團體精神，均可申請加入本團。（*經由專人安排面試）
查詢：WhatsApp: 6992 9979



榮獲多個團體邀請參與演出並獲得一致好評，演出作品包括：
「清花盜雅」「柳岸」「竹林河畔」「雲嶺之南」「情暖天山」「麗人行」熱情土皮舞、拉丁融合舞「Canon in D」「Unveiled」、芭蕾搖鼓舞等



舞蹈團有facebook啦！

所有最新舞蹈課程、比賽、表演、優惠、招募都可以第一時間在facebook上知道！



LIKE 及 SHARE FACEBOOK 專頁即可獲得舞蹈課程費用減免優惠

慶祝政府人員協會成立35周年

體驗課程優惠 (只適用報8堂或以上舞蹈課程，瑜珈班不享有本次優惠)

- (一)每位報名學生可獲贈減免優惠\$100元
 - (二)結伴同行優惠：學生介紹新同學報讀本會課程，將可再獲取減免優惠\$100(介紹人及新生各減免\$50)
- 每一位學生可享用(一)和(二)優惠各一次，優惠期由2021年5月至12月
如對優惠詳情有任何疑問，請致電2392 3323查詢。
本團保留最終解釋權及決定權。

全新凝舞大型舞蹈室，讓您體現更舒適，
佐敦地鐵站出口步行4分鐘或荃灣西鐵出口步行8分鐘

網上報名：



課程查詢/報名電話：2392 3323 Whatsapp: 6992 9979
辦公時間：(星期一至五中午12時至晚上7時) 星期六及公眾假期休息

舞蹈團研習-中國舞 (團員) 課程 (第13-14期)

(對象：適合已有中國舞基礎之人士)

傣族舞蹈 劇目排練課程

傣族是世界上最早的稻作民族之一，濱水而居，愛水、祈水，對水有著特殊的情感。基礎訓練部份從傣族基礎舞姿訓練入手，經過單一動律、短句練習，逐漸過渡到風格組合，讓學員進一步了解其民族特色。後階段劇目排練部分，旨在以前階段的基礎訓練為延伸，注重表演性和舞台藝術性等。

編排注重地域風情，展現創意的同時不僅再現了傣家妹子婀娜多姿的外在美，更展現了她們如水般多姿多彩、卻又堅韌清靈的內在美！

*課程將根據實際編排進度參與2021年本港/外出演出及比賽項目

團訓課每期/每單元為10堂或以上，以當期教學為標準。

單元一：2021年11月13日 - 2022年1月29日

時間：晚上6：45-7：45 (逢星期六，1小時/堂，共10堂)

單元二：2021年11月13日 - 2022年2月26日

時間：晚上8：00-10：00 (逢星期六，2小時/堂，共10堂以上)

上課地點：尖沙咀/美孚/康文轄下舞蹈室(以上課備忘通知為準)

費用：\$1500期/單元 (*一次性繳交兩期費用，可即時減免\$200)

新團員必須參加兩個單元

** (學員出席率達80%或以上，表現良好及達到老師及協會要求方可參加演出或比賽)

歡迎插班，
插班生費用另計

歡迎加入舞蹈團

報名電話：2392 3323

WhatsApp: 6992 9979

註：敬請先電話留位(名額有限，欲報從速，額滿即止)

*參考圖片



中國舞民族民間舞小品課程

第一期 基訓+古典舞(團扇訓練)

對象：有中國舞蹈基礎 (新/舊生)

課程內容包括基本暖身、以更有效的方式，加強基訓及各種舞蹈技巧。

反覆連貫來累積身體慣性，提升技巧能力。隨著技巧掌握適宜，再練習複合技巧短句，及身韻組合。

本期以團扇舞蹈小品的訓練，學習相關舞種的精髓。掌握氣息運用的方法及舞姿的韻律，改變自然形態，培養及增強學員的表現力和整體氣質。課程會不斷反覆，且有一定的體力消耗。課堂中仍會依個人能力給予適當的技巧強度。情鄉野的浪漫情懷。

日期：9月9日-11月4日 (逢星期四，共8堂)

時間：晚上19:30-21:00 (1.5小時/堂)

費用：會員/家屬 \$950 非會員 \$1000

地點：尖沙咀柯士甸道118號業廣商業大廈4樓

下期預告：11月18日

古典舞身韻課程

對象：適合有興趣之人士(16歲或以上)

著重介紹古典舞的基本韻律，通過由淺入深的各種身段組合及小品節目的練習。學習與掌握中國古典舞「擗、傾、圓、曲」的動作體態特徵；理解「起於心，發於腰，行於身」的運動法則；感悟「抑、揚、頓、挫」的節奏處理以及「形神動律」的審美傾向。以動作修身，以身練心，通過身韻學習，加強舉手投足間肢體氣質與內在韻味；訓練形神兼備、內外統一、身心並用之能力。

①古典舞身韻元素訓練
地面提沈移組合、站立提沈組合、手位步位組合、盤腿組合、雙晃手組合、花柳步組合、圓場組合
②風格組合 (傳統組合)、柔美組合、道具組合
註：按課程進度及導師要求需使用上述不同道具上課。

日期：9月17日-11月12日 (逢星期五，共8堂)

時間：晚上20:30-21:45 (1小時15分/堂)

費用：會員/家屬 \$850 非會員 \$900

地點：尖沙咀柯士甸道118號業廣商業大廈4樓

下期預告：11月26日

零基礎入門課程

對象：零舞蹈基礎/初學者(16歲或以上)

內容新穎，易學易跳，以中國舞蹈的基本元素，簡單易掌握的熱身組合及舞蹈小品組合，集中鍛煉身體力量、塑形、學舞姿、身韻等。由淺入深，集體訓練，一同感受舞蹈的樂趣，同享舞蹈秀氣。

適合：喜歡舞蹈卻一直沒有開始的你；

對古典舞、中國舞感興趣的你；

養生/追求進步的你。

學習收穫：通過跳舞出汗排毒養顏

釋放壓力拋去生活瑣事

增強自信和對生活的熱愛

精神煥發，充滿活力

有效塑形雕塑質量提高

提升對音樂和舞蹈的欣賞能力

日期：8月25日-10月6日(逢星期三，共6堂)

時間：晚上20:00-21:00 (1小時/堂)

費用：會員/家屬 \$400 非會員 \$450

地點：尖沙咀柯士甸道118號業廣商業大廈4樓

下期預告：10月20日

課程名稱	日期、時間及內容	費用 (每一課程)
舞蹈課程	Fitness & Zumba 健身舞 (適合任何人士參加) 9月17日-11月26日(逢星期五，1小時15分/堂，共10堂) 預告下期：12月10日 Fitness & Zumba 加強心肺功能，增加肌肉彈性及柔軟度，節奏輕鬆，充滿動感，大量排汗，燃燒脂肪，收緊鬆弛部位。此運動任何人士都合適。	19:00 會員/家屬 \$700 20:15 非會員 \$750

課程名稱	日期、時間及內容	費用 (每一課程)
瑜珈課程	配合姿態練習，提高身體柔軟度和靈活度，並達致塑型的效果。*(學員須穿瑜珈或運動服裝及帶備毛巾一條) 紓展/秀身瑜珈課程(適合任何人士參加) 8月18日-10月27日(逢星期三，1小時/堂，共10堂) 預告下期：11月10日 上課地點：尖沙咀 紓展瑜珈課程(適合任何人士參加) 第17期：9月16日-11月25日(逢星期四，1.5小時/堂，共10堂) 預告下期：2021年12月9日 第18期：10月8日-12月10日(逢星期五，1.5小時/堂，共10堂) 預告下期：2022年1月7日 上課地點：太子	18:45 會員/家屬 \$550 19:45 非會員 \$600 19:30 會員/家屬 \$650 21:00 非會員 \$700

*舞蹈課程學員須穿舞蹈服裝或運動服裝及舞鞋(或指定舞蹈服裝)

課程名稱	日期、時間及內容	費用 (每一課程)
保健課程	養生推筋班 (第2期) 10月15日-11月12日(逢星期五，1.5小時/堂，共5堂) 介紹養生按摩、保健操(八段錦)、肩頸保健。介紹牛角、砭術及鬆筋。課堂內有互相練習、講解穴位應用及疼痛Q&A	19:00-20:30 會員 \$350 非會員 \$400

『實用家居維修』對“日常簡易家居維修”既可及時解決家居煩憂，又可有一份成功感。出席率達100%可向中心申請聽講證書

課程名稱	日期、時間及內容	費用 (每一課程)
實用家居維修課程	家居電力基本認識 8月18日、25日(逢星期三，共2堂) 1. 電力條例簡介；2. 電業承辦商及電力工程人員牌照；3. 交流電、直流電及各類型插座；4. 家居電力裝置的基本目視檢查 (*配備插座極性測試器展示) 馬桶原理與實務 9月8日、15日(逢星期三，共2堂) 講解馬桶水箱原理與分解、簡易馬桶水箱漏水修理 (*配備部份馬桶用品展示) 家居門鎖探究認識 9月29日、10月6日(逢星期三，2小時45分/堂，共2堂) 講解各類門鎖、門鎖的認識及簡易裝配方法(*配備門鎖部分零件展示) 潔具及維修的基本應用 10月20日、27日(逢星期三，2小時45分/堂，共2堂) 主要介紹家居水龍頭，花灑及下水器的更換，隔汽使用，注意事項，安裝及維修等和有關於工具的使用知識。 (*配備部份潔具展示)	19:00-21:45 會員 \$200 非會員 \$250 19:00-21:45 會員 \$200 非會員 \$250 19:00-21:45 會員 \$200 非會員 \$250 19:00-21:45 會員 \$200 非會員 \$250

查詢/報名電話：2392 3323 Whatsapp: 6992 9979 辦公時間：星期一至五 中午12時至晚上7時 (星期六及公眾假期休息)
上課地點：(會址)深水埗：九龍深水埗長沙灣道43-45號長興大廈2/F A、8室(太子地鐵站E出口)
尖沙咀：九龍尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈4字樓405室(佐敦站D出口)
*課程接受劃線支票付款，抬頭請寫『香港工會發展及服務中心』寄到九龍深水埗長沙灣道43-45號長興大廈2/F A、8室(再後請填上中文姓名、電話號碼、課程名稱及開課日期)以便派進！所有報名及交費後，除所報讀課程取消外，均不退還所繳費用，敬請垂注！

政府人員協會 尖沙咀 (LV) 中心 醫護支援人員(臨床病人服務)證書課程

工聯會職業再訓練中心 主辦 業餘進修中心 協辦

本課程已獲醫管局認可。學員完成課程，出席率達80%及校內考試(包括理論試及實操試)合格，可申請頒發合格證書，持證書可直接投考醫管局轄下醫院、私家醫院、護老院等相關職位。

課程內容包括：行業簡介、病理認知、起居照顧技巧、病人護理技巧、復康治療概念、藥物認知、環境衛生及安全、感染控制、職安健常識、急救常識、個人素養及求職技巧等。

入學資格：具中三學歷程度；能閱讀及書寫一般中文及明白簡單英文之人士
費用：全期6200元(全期59課，每課3小時30分)

課程編號：LV23615A

開課日期：9月13日

時間：晚上7:00-10:30
(逢星期一、三)

課程編號：LV23615E

開課日期：9月28日

時間：晚上7:00-10:30
(逢星期二、四)

課程編號：LV23615F

開課日期：10月8日

時間：晚上7:00-10:30
(逢星期五、六)

上課地點：九龍尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈3字樓

查詢：2736 7667

工聯會會員/工人俱樂部部員可享 **9** 折優惠

「特別·愛增值」計劃4 - 課程簡介會

失業？無薪假？開工不足？
不限學歷·學費全免·特別津貼

僱員再培訓局「特別·愛增值」計劃4課程，出席率達標之學員可於課程完結後獲發放特別津貼(可高達六千多元)。
為方便會員及親友查詢及報名，本會與工聯會職業再訓練中心合辦簡介會，即場報名人士可獲小禮品乙份。數量有限，送完即止。

日期：8月16日(一)

時間：下午5時至8時

地點：油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓

報名及查詢：277 03676

課程推介，請瀏覽：<https://www.ftuorc.org.hk/>



erb 「特別·愛增值」計劃4
協助失業或就業不足人士“提升多元技能”
■ 不限學歷 ■ 學費全免 ■ 特別津貼
工聯會職業再訓練中心

完成課程可獲津貼

疫境自強 增值轉行

報讀條件及資格：
· 需於2021年12月31日前申請報讀
· 必須為香港合資格僱員，及在2019年6月1日或之後失業、開工不足或放取無薪假期
課程介紹：<https://www.ftuorc.org.hk/>

愉康服務社

成立於2004年為聯絡協會及各屬會之退休會員，本社經常舉辦各種有益長者身心活動。

每年社費10元，永久200元。

會員証 更新行動

本社會員証今年內進行更新，3月中旬已向現有社員郵寄新版社員証
如社員未收取，請致電2770 3676向秘書處聯絡。

愉康服務社於4月至6月期間舉辦長者智能手機基礎及進階課程。



防疫口罩特賣優惠 售完即止



有意訂購之會員，請登入以下之連結或掃描右方QR Code登記：

<https://bit.ly/3e130BU>

成人E款：size:175mm X 90mm

「美適特」立體型不織布口罩

售價：~~\$238~~ (50個/盒，非獨立包裝)

特賣價
\$100

BFE微生物
PFE微粒子
VFE病毒
99%過濾

記憶型樹脂鼻梁條，緊密貼合面部，塑造立體防護空間，寬幅耳繩，佩戴舒適，無痛感。



產地：中國(出口轉內銷)

查詢電話：2770 3676

政府人員協會Whatsapp
6608 2853

兒童A款：「美適特」立體型不織布口罩

size:145mm X 90mm

售價：~~\$238~~ (50個/盒，非獨立包裝)

特賣價
\$80

BFE微生物
PFE微粒子
VFE病毒
99%過濾

記憶型樹脂鼻梁條，緊密貼合面部，塑造立體防護空間，寬幅耳繩，佩戴舒適，無痛感。

產地：中國(出口轉內銷)



成人C款：size:175mm X 90mm

KHOLAI Disposable Protective Mask

國家標準：GN/T 32610-2016

售價：~~\$128~~ (5個1包裝，共10包) 或 (50個/盒) 隨機

PFE 95%微粒子過濾

三層過濾
層層防護
抗菌

特賣價
\$50



產地：中國佛山

鍾浩怡律師 義務法律諮詢服務



鍾浩怡律師為本會義務法律顧問、香港大學榮譽法學士、認可調解員及婚姻監禮人。鍾律師每月第三個星期四為會員提供義務法律諮詢服務。詳情如下：

日期：8月19日、9月16日、
(10月暫停)、11月18日、
12月16日

時間：下午5時30分至7時30分

地點：油麻地會所

預約方法：

會員必須提前三個工作天致電2770 3676預約，需登記會員資料及查詢內容，會面當天下午2時開始派籌，先到先得。(每宗個案初次會面時間約15分)

特約掛帳 油咭優惠



成功申請油咭的用戶於油站入油不需即時付款，只需出示油咭，每月月底截數、月結單將在下月月初發出，並於每月20日以自動轉帳扣除款項。

電油每公升折扣 **\$3.3**
油渣每公升折扣 **\$8**



申請辦法

請於辦公時間內致電向本會(電話：2770 3676)索取有工會蓋印的申請表，填妥後直接交回有關代理公司。油公司有最終發咭及隨時更改折扣優惠的權利。

代報業餘進修中心2022春季課程服務

政府人員協會代收報名表格日期：11月1日至11月6日(星期一至六)

地址：油麻地廟街47-57號正康大樓2字樓

尖沙咀柯士甸道118-120號業廣商業大廈3字樓

1. 此項服務只提供予本會及屬會會員，辦理時請出示合格會員證。
2. 只收支票，每一項課程請開支票一張。支票抬頭請寫「業餘進修中心」，支票背後請寫上會員姓名、聯絡電話、課程編號。恕不接受郵寄。

辦公時間：星期一至五 上午10時至下午8時

星期六 上午10時至下午6時

會務推廣
與您
全接觸

政府人員協會定期在各大政府合署舉行會務推廣日，以加強與會員及政府員工的接觸，推廣日內容包括：業餘進修中心課程代報服務、介紹活動及優惠資訊、辦理入會及續費、權益諮詢服務等。

10月29日(五) 北角政府合署
11月5日(五) 啟德工業貿易署
時間：上午8時至下午2時

11月3日(三) 金鐘政府合署(高座)

小賣部(會員福利)

美心西餅券	東海堂西餅券	Oral-B產品
\$39.5 (面額\$50)		小頭護齦軟毛牙刷 \$9
正泰(香港)公司		多動向交叉刷毛牙刷 \$13
御糖番石榴茶(200克獨立包裝) \$125/罐		全方位軟毛牙刷 \$13
土蜂野桂花蜜糖 \$59/樽		微蠟/薄荷微蠟牙線(50米) \$18
濃縮蜂膠囊(80粒) \$158/樽		全方位保護牙膏(120g) \$11
「稻香集團」餐飲現金券		快速抗敏修護牙膏(90g) \$23
\$88/張 (面額\$100)	有效期限： 2023年3月31日	
使用條款請參考現金券背面		
佳善		歐化藥業
護手膏50ml \$27		葡萄糖胺 會員價\$155(100粒, 750mg/粒)
護手膏250ml + 護手膏50ml \$108		
護膚露300ml \$49		「富臨集團」餐飲現金券
眼晶瑩(60粒)送12粒裝 \$150		\$88/張 (面額\$100) 有效期限： 2022年3月31日
高德思紫錐花喉糖(10粒裝) \$9		使用條款請參考現金券背面
買1送1送完即止		
立石和青菜湯		「燉-養生」(湯品)現金券
20小包裝(沒有贈品) \$160		\$40/張 (面額\$50) 有效期限： 2021年12月31日
一盒(每盒60包裝)送20小包，多買多送 \$420		使用條款請參考現金券背面
以上貨品價格如有調整，請以購買時為準，查詢電話2770 3676		鴻福堂精選套票
		\$50禮券(張)(1套11張) \$350
		購買10張\$50禮券多送1張，多買多送
		自家涼茶套票(10張/套) \$205
		自家湯套票(10張/套) \$395
		優惠：
		1. 購買涼茶套票3套送\$20禮券乙張
		2. 購買自家湯套票1套送\$20現金券乙張
		註：多買多送
		以上產品優惠期至2021年9月30日



查詢更多會員優惠，請到協會福利網站(請掃描QR code)