

香港女教師協會

會訊

2025年12月·第69期

2026

Merry Christmas
Happy New Year



會址：九龍旺角彌敦道720號家樂樓11樓1104室

網址：www.hkwto.org.hk

電話：2787 7311

電郵：hkwto_2006@yahoo.com.hk

傳真：2787 7312

與我們聯絡

68401651

hkwt02006

wto2006



電子版

攜手共創健康生活

在教學生涯的旋風中，教師們忙於授課、批改作業、擬試題、參予會議、處理學生事務、持續進修、帶領交流團等，總是擱置自己的身心健康。



周蘿茜 主席

作為教育工作者五十多年，我深深瞭解維持工作與生活的平衡實屬不易。但若持續以飽滿的精神培育學子，我們必須先守護自己的身心健康。讓我們許下諾言，將個人健康列為首要目標，踏出第一步，把運動成為每日生活中不容妥協的一環。

運動不僅是為了強健體魄，更是為生命注入活力。我們都明白運動帶來的好處，例如：促進大腦血液流動，提升創造、專注與解難的能力，使我們能以充沛的精力迎接漫長的工作日。此外，運動更是最能減壓；晨早慢跑或晚間瑜伽都是對抗工作壓力的良方。若參與團隊運動，更能走出象牙塔，結識志同道合的夥伴，拓展生活圈子。

現在正是最佳時機！隨著2025年全運會點燃的運動熱情仍在迴盪，何不將健康計畫列為新年立志？這場盛會不只是體育賽事，它是對紀律、堅持與群體協作的動人禮讚，更是全民的醒鐘。讓運動員的拼搏精神，激勵我們開創自己的訓練天地—無論是舞蹈教室、游泳池、單車徑或居家健身區。我們追求的並非獎牌，而是同等珍貴的目標：長久的健康、不竭的活力與平衡的人生。

現在就啟動我們的健康藍圖！關鍵在於持之以恆，方法其實很簡單：

- ✔ 小步子：重點不在於強度而在規律，讓運動成為可持續的生活習慣
- ✔ 尋所愛：是森巴舞的節奏、普拉提的靜謐、肌力訓練的挑戰，還是簡單的健走？最適合的運動就是您願意持續進行的項目
- ✔ 納行程：如同排課表一樣，每週預留3至4段30分鐘的運動時段，視作與自己最重要的約會。
- ✔ 覓夥伴：可與志趣相投的同事組成健走團、週末羽球賽，或參與線上健身挑戰互相打氣；也可瀏覽本會網站，總能找到符合您興趣與時間的小組

讓我們為健康舉起火炬，彼此照亮前行之路。

預祝您度過充滿活力與歡笑的佳節時光！



Let's Champion Health & Wellness Together

Pauline CHOW Lo Sai

In the whirlwind of our professional lives—teaching, marking, setting papers, attending meetings, handling disciplinary issues, leading exchange groups and plenty more—it's often our own well-being that gets sidelined.

As a veteran teacher, I've learnt it the hard way. It's just too hard to maintain a work-life balance. But we have to stay healthy physically and mentally to sustain our vibrancy for effective and efficient service to our students. We must invest in ourselves. Let's resolve to make that our priority. Take the first step – make regular physical activity a non-negotiable part of our daily routine.

This isn't just about fitness; it's also about fuelling our life with vitality. We all know the benefits of what movement truly does for us. Exercise boosts blood flow to the brain, enhancing creativity, focus and problem-solving skills helping us battle through long days with vigour. Besides, exercise is a powerful stress-buster. A morning jog or an evening yoga session is a delightful antidote to workplace stress, clearing our mind and building resilience. And if we engage ourselves in team sports, we get connected with people outside our ivory tower and widen our social circle.

There's no better time to begin this journey than now, as the spirit of athleticism and national pride built around the National Games 2025 still lingers. The National Games 2025 has proven to be more than just a sporting event; it's a glorious celebration of discipline, perseverance and collective well-being. Let's take it as a nationwide reminder of the joy and power of an active life. Let the athletes' dedication motivate us to embrace our own personal training arena—whether it's the dance studio, the swimming pool, the cycling path, or our home gym. We are not aiming at medals, but we are most certainly striving for a prize of equal value: lasting health, boundless energy and a balanced life.

Let's get started with our game plan! The key is consistency rather than intensity to make exercise a sustainable habit.

The strategies are simple. What makes you feel alive? Is it the rhythm of Zumba, the peace of Pilates, the challenge of strength training, or the simplicity of a brisk walk? The best sport is the one you can and you will stick to. Then schedule it like a class you have to teach or a meeting you have to attend. Block out 3 to 4 30-minute sessions in your time-table. Treat this time slot as an unmissable appointment with your most important client: you. You can also buddy up. Form a walking group, a weekend badminton match, or a virtual fitness challenge to cheer one another on.

Here is wishing you all a very active and joyous festive season!



推介運動項目



肩頸腰背治療伸展

課堂的設計利用伸展帶、瑜伽磚輔助，令身體在短時間能得到休息及放鬆。將平日肩、頸、腰等積存的疲勞透過溫和方式在寧靜環境中與壓力同時消除。主要強化深層肌肉及體態，喚醒身體各種潛在能力如平衡、柔軟度、協調和其他機能控制。

日期：逢星期一 時間：下午7:00-8:00 學費：380元/4堂

帶氧健體舞 FUNKY DANCE

課程透過輕快音樂，配合充滿動感的帶氧韻律動作，肺部可吸入更多氧氣，能加強心肺功能，增加肌肉彈性及柔軟度，透過大量排汗更可排出毒素，燃燒體內多餘脂肪，加強血液循環及新陳代謝。

日期：逢星期二 時間：下午7:00-8:00或8:00-9:00 學費：380元/4堂



體適能 KICK BOXING

Kickboxing 主要以拳擊、踢腿、擊靶及各體適能訓練，提升肌肉耐力、身體協調、心肺功能等健康體適能。

日期：逢星期三 時間：下午8:00-9:00 學費：380元/4堂

韓流舞蹈 K POP DANCE

K-Pop Dance 主要分為「MV Dance」及「排舞」。「MV Dance」主要是模仿韓國歌手在音樂錄像裡的舞步，而「排舞」則由導師安排舞蹈，再配合韓國流行歌曲，跳出獨特風格。課堂會教授舞蹈的基礎技巧和舞台表演的技巧，簡單易學，就算沒有舞蹈底子亦可以掌握得到。

日期：逢星期四 時間：下午7:30-8:30 學費：380元/4堂



帶氧森巴舞 ZUMBA FITNESS

Zumba 是一種開心愉快的帶氧舞蹈運動，能燃燒大量卡路里，達到燒脂健身的功效。Zumba 舞蹈內容豐富，當中融合了非常多元的舞蹈種類。就像一個 party。你並不需要懂得跳舞，只要你隨著導師帶領舞動，你就可以享受舞蹈的樂趣！

日期：逢星期五 時間：下午6:10-7:10 或 7:15-8:15 學費：380元/4堂

普拉提及全身伸展 PILATES

Pilates 是一種靜態的健身運動，與瑜伽相似，主要以身體中央部位發力，即腹部、背部和臀部。普拉提練習可訓練肌肉深層肌肉群，令內外腹肌得到平衡鍛煉，更有助減少腹部脂肪並結實小腹，同時可訓練脊椎穩健性，改善不良姿勢。

日期：逢星期六 時間：中午12:15-1:45 學費：570元/4堂；單堂160元





遊子行

昂坪大佛

安東尼

今期同大家介紹大嶼山昂坪的天壇大佛，座落於寶蓮寺旁海拔520米的木魚峰上一座青銅釋迦牟尼佛像是香港的其中一個地標，這佛像連蓮花底座高34米、重250公噸是全球最高的戶外青銅座佛，根據網上資料，於1974年寶蓮寺獲得政府批出6567平方米的木魚峰以建造大佛，由1981年籌備至1993建成開光歷時22年。

大佛盤膝坐在蓮台、臉容和藹慈祥、綻放出慈悲為懷、濟世天下的氛圍，使人觀賞後心靈也受洗滌，暴戾也被感化；講到拍攝大佛，小弟有兩處喜歡拍攝的地方，第一處是鳳凰徑第四段旁的昂坪觀景臺，從這處使用24mm鏡頭可以拍攝大佛並以寶蓮寺作襯托，相得益彰。第二處是心經簡林旁有個登上倒碗石河的小徑，途中有一處稍為平坦的地方，從這處使用300mm鏡頭可拍攝大佛特寫並可以將日落美景納入鏡頭之中，如果天色佳的話可以拍到天火浴佛的美景。

世界各地的天災均使人擔憂及焦慮，更令人心痛、傷心是人禍及戰事，無辜的人民、婦女及兒童不斷被殺害，屠殺者與幫兇還振振有詞、滿口歪理及各種各樣的借口去合理化這些人神共憤的殺戮行為，真理不斷被掩蓋被模糊，想問蒼天，無論是上帝、佛祖、耶和華、阿拉或另有名字的主宰，可否停止這泯滅人性的殺戮！

天問

敢向蒼天問一聲
炮火處處盛
何時何刻人心醒
回復仁性

還向清風問一句
仇恨忿忿追
何年何月赴流水
恩消怨去

且向滄海問一聲
烽煙紛紛升
何日何夜享安寧
鳴金收兵

欲向青山問一聲
戰事連連拼
何方何人能剎停
天下太平

歡迎投稿

歡迎同工踴躍提供稿件，使本刊內容更豐富和充實。文章內容純屬作者個人意見，並不代表本會立場，來稿可傳真至27877312 或電郵hkwt0_2006@yahoo.com.hk。一經刊出，謹致紀念品。本會保留轉載、刊登及修改之權利。投稿或對刊物有任何意見，請聯絡我們。

近期活動

本會定期為教育同工舉辦不同的興趣班、課程和工作坊，讓同工們可以提升專業知識和善用餘暇，盡情放鬆，以促進身心健康。與此同時亦可加強彼此聯繫。



11月_中式花酥工作坊



11月_特色聖誕花環工作坊



11月_樂高®認真玩®體驗學習工作坊



11月_鋼筆西洋書法及節日裝飾賀咭課程



10月_手工鳳梨酥工作坊



10月_永生苔蘚畫工作坊



10月_忘憂空靈鼓課程



10月_非遺宋代點茶工作坊



10月_頌鉢療愈基礎工作坊



10月_柚子奶皇月餅工作坊



9月_手工傳統月餅工作坊



9月_桃山皮月餅工作坊



9月_香芋櫻花酥工作坊



9月_非遺手作坊之
青花陶瓷拼貼畫



9月_體驗太極拳工作坊



9月_軟筆西洋書法
及酒精墨水畫課程

到校服務

本會多年來為全港幼稚園及中小學，提供到校服務，包括不同範疇的專業講座、工作坊、興趣班，課外活動及課程等。自2009年推出以來，一直廣受學校歡迎。我們按照學校需要，籌劃及配對相關專業人士。

服務對象包括：教師、學生或家長。

查詢電話：27877311(楊小姐)



11月_親子篇之
非遺唐式花酥工作坊



11月_家長篇之
DIY萬用膏工作坊



11月_家長篇之
日式和菓子工作坊



11月_教師篇之中國茶文化
小青柑茶製作工作坊



10月_教師篇之中國山水畫



10月_中學生篇之
校園繪畫工作坊



10月_小學生篇之
校園繪畫工作坊



10月_幼稚園學生篇之
校園繪畫工作坊



10月_親子篇之
桃山皮月餅工作坊



10月_學生篇之
桃山皮月餅工作坊



9月_耆樂篇之
桃山皮月餅工作坊



9月_教師篇之
太極拳培訓工作坊



9月_親子篇之
傳統月餅工作坊



9月_家長篇之
傳統月餅工作坊



9月_親子篇之
桃山皮月餅工作坊



9月_親子篇之
柚子奶皇月餅工作坊

即將舉辦的活動

與「別」不同的聖誕花環



聖誕環寓意循環不息的成長，現由紅綠尼龍絲帶和聖誕裝飾搭配製作，運用特別技巧編織設計，而帶出簡約而高貴風格的花環，為溫暖的家增添聖誕色彩。工作坊中，導師教授編織技法，分享心得，一同完成作品。

日期：12月6日(星期六)

時間：下午3:00-5:30

費用：280元(製作成品約22cm)

保鮮花水晶球工作坊



保鮮花喻意恆久不變的愛。加上親手製作一份獨一無二的禮物送給致愛更顯心意。送給你愛的人，送給愛你的人！也可送給值得被愛的自己！配置小夜燈

日期：12月13日(星期六)

時間：下午3:00-4:30

費用：300元

(堂上製作成品並附上精美包裝禮盒)

日本保鮮松迷你聖誕樹



工作坊中，導師教授以日本保鮮雪松、迷你飾物和小燈泡，製作一棵獨一無二的迷你聖誕樹，為節日添上氣氛，無論是送禮或自用皆宜。日本保鮮雪松與日本保鮮花一樣經過加工技術，製作後作品的顏色、手感、形狀都能保持形態；保存期更達至二至三年。

日期：12月14日(星期日)

時間：上午10:00-中午12:30

費用：350元(樹連底座高約25cm)

手製新鮮貴族松聖誕環



工作坊中，用上珍貴的貴族松，加上松果、肉桂卷，親手製作出獨一無二的聖誕花環。花環材料由導師親自精心挑選，包括新鮮的貴族松、松果、尤加利果，讓學員配搭出最美的聖誕花環。新鮮聖誕貴族松會散發出松木幽香！

日期：12月14日(星期日)

時間：下午2:00-5:00

費用：560元(直徑約45cm)

草本左手香乳皂



工作坊中，導師將教導學員製作美容滋潤兼備的草本左手香乳皂。左手香是質純溫和的天然草本植物，有鎮定及修復肌膚、舒緩濕疹的功效，再配上各種天然材料如橄欖油、棕櫚油、椰子油、薰衣草精油等，是保養肌膚的聖品。

日期：12月14日(星期日)

時間：下午2:00-5:00

費用：320元(可製作約750克成品)

聖誕啣花曲奇



快到聖誕節，到處都充滿濃厚的節日氣氛！不妨參加聖誕啣花曲奇工作坊！

課堂中，資深導師與您分享技巧心得，學習啣花技巧、裝飾與烘焙時間掌控等，一同製作口感鬆脆又可愛的聖誕小熊及花環啣花曲奇。

日期：12月21日(星期日)

時間：下午2:00-4:30

費用：280元

擁抱自己能量工作坊



工作坊能幫助我們整理思緒及情緒，解除外界衝擊，增強勇氣和堅毅力面對未知，我們能以更堅定的信念，實現宏大願景，提升生活品質。課堂內容配合輪脈，結合不同類型的身心靈協助調整。

日期：1月10及31日(星期六)

時間：下午5:30-7:00

費用：380元

鹹柑桔製作工作坊



鹹柑桔常被民間視為舒緩喉部不適的偏方，每當咳嗽及喉嚨痛時拿取出這些鹹柑桔沖水喝下，其味帶甜、鹹、酸，民間認為可舒緩喉嚨痛。

在工作坊中，資深導師與您分享心得與技巧，一同製作成品。

日期：1月18日(星期日)

時間：下午2:30-4:30

費用：250元

酥脆香濃之賀年黃金油角



工作坊中，由資深導師親自示範及教授學員一同製作手工金黃香脆賀年油角，學習捏角仔及炸出酥脆金黃的技巧，一捏一心意，增添新春喜慶氣氛，親手製作獨特的傳統賀年美點又可與親朋好友分享心意。

日期：1月25日(星期日)

時間：下午2:00-5:00

費用：320元

新春水仙球切割工作坊



在工作坊中，由資深導師作示範，教授切割水仙花球的技巧、分享選購優質水仙花球小貼士等心得，一同實習「鏢」水仙花球，為新春增添一抹清雅的美麗，將平平無奇的水仙球，蛻變成凌波仙子。

日期：1月25日(星期日)

時間：下午2:30-4:30

學費：320元(包括水仙頭3個及工具)

蘭花盆栽花設計工作坊



在工作坊，資深花藝導師教授學員以蝴蝶蘭搭配精緻飾物，製作設計賀年蘭花盆栽。過程中，讓學員認識基本的插花技巧，學習運用植物和飾物，製作出別具風格且吉祥的節慶盆栽作品，為新春增添喜氣。

日期：1月31日(星期六)

時間：下午4:00-6:00

學費：380元

手工黃金糕



黃金糕是來自於印尼的甜品，也是香港近年來非常熱門的賀年糕點之一，蒸煮後的黃金糕，有濃濃椰香味道；煎法則外香脆，內軟嫩的多重口感。在工作坊中，資深導師分享心得與技巧，學員均可獨自工具和導師一同製作成品。

日期：2月1日(星期日)

時間：下午2:30-4:30 費用：250元

報名方法：

有意參加的同工，可透過這鏈結報名<<https://linktr.ee/hkwto>>。

或WhatsApp: 6840 1651或掃QR Code 網上報名。

上課地址：旺角課室(九龍旺角彌敦道720號家樂樓11樓1104室)



到校服務項目：

配合以下主題：

- 精神健康
- 國安教育
- 親子/家長工作坊
- 學校教師發展日

- 非遺文化
- 傳統節日
- 中華文化日攤位
- 廿四節氣作主題

運動工作坊



透過伸展、舞蹈工作坊，運用運動伸展技巧、帶氧運動可舒展筋骨、鬆弛神經，令學員身心健康。

- 中華武術/太極
- 靜觀瑜伽
- 親子瑜伽/運動伸展
- 橡筋帶運動伸展
- 肩頸腰伸展治療
- 帶氧舒痛伸展運動
- 脊柱保健伸展
- 瑜伽伸展及肌筋膜放鬆運動
- 普拉提運動
- 頰鉢療癒體驗
- 如何提升幼兒體能教學工作坊
- 聲帶護理及用聲技巧工作坊
- 不同類型舞蹈體驗

透過不同精緻甜品或手工製作。導師會由淺入深讓學員了解作品的製作方法、所需材料和用具等，讓學員合作即場親手製作成品，增長知識，享受當中的樂趣。

- 朱古力心太軟蛋糕
- 藍莓忌廉芝士鬆餅
- 立體果凍水晶球
- 日式和果子
- 立體咖啡拉花
- 手工鳳梨酥
- 花漾手製烏結糖
- 潮式/冰皮/奶皇/傳統月餅
- 懷舊之芝麻卷/鉢仔糕/茶粿/餃子
- 玫瑰蘋果批
- 餐桌禮儀小達人
- 金盞花皂/寶石皂手作坊
- 養生艾草按摩錘手作坊
- 草本手工皂/家事皂製作
- 乾花香氛蠟片手作坊
- 天然泡泡浴球製作
- 香薰調香/香水製作
- 萬用膏(金盞花、左手香及紫雲膏)
- 天然唇膏及潤唇膏製作
- 香氛乾花蠟燭台

甜品及手工製作工作坊



藝術治療工作坊



透過不同藝術工作坊，學習慢活，療癒心靈，啟發學習與教學潛能。

- 羊毛氈刺繡
- 俄羅斯刺繡
- 3D月亮肌理夜燈
- 流體畫藝術創作
- 療癒心靈之流沙畫擺設
- 療癒心靈之玻璃盆景療擺設
- 彩繪玻璃碟
- 押花玻璃畫製作
- 押花藝術夜燈製作
- 押花水壺虛製作
- 面繪藝術
- 和諧粉彩畫製作
- 西洋書法
- 禪繞畫體驗
- 慢活茶療/禪茶/茶藝師體驗
- 蠟燭馬卡龍/蠟燭油畫
- 雕刻夜燈擺設
- 碟古巴特拼貼藝術創作
- 星空香薰蠟燭夜燈
- 擴香石飾碟



本會致力推廣中國傳統文化，期望令大家更能深入了解中華文化傳統藝術，感受箇中魅力，提供不同程度的項目，讓教師、家長或學生可由淺入深地了解和學習中國文化，項目可根據學校需要而設計。

- 非遺宋錦藝術(飾品/掛畫製作)
- 非遺立體京劇面譜藝術
- 非遺立體雕畫夜燈藝術(絲綢之路)
- 非遺手工香囊製作藝術
- 非遺炫彩金箔畫藝術
- 非遺竹編畫藝術
- 非遺淡彩濃墨之水墨畫工作坊
- 非遺特色剪紙藝術
- 非遺紙漿畫藝術製作
- 非遺景德鎮青花陶瓷畫工作坊
- 非遺手作坊之雕刻拓印板畫工作坊
- 非遺手作坊之篆刻印章工作坊
- 中國傳統技藝之彩虹書法
- 非遺幻彩螺鈿畫工作坊
- 非遺漢服設計藝術製作
- 中國團扇繪畫
- 中國刺繡工藝
- 中國傳統麵粉公仔
- 中國紙雕工藝(紙龍)製作
- 中國傳統工藝鏤空紅燈籠製作
- 中國東北拔浪鼓繪畫
- 中國江南油紙傘製作
- 中國陝西皮影戲偶製作
- 中國民間工藝：草編
- 楷、隸書法揮春工作坊
- 中國傳統人物公仔製作(輕黏土)
- 慢活茶療/禪茶/茶藝師體驗
- 中國民間工藝：衍紙藝術之捲出國風花葉
- 國家評茶師主理：中國茶藝泡茶品茶體驗
- 國家評茶師主理：宋代「點茶」的品味藝術

中華文化藝術項目



有關安排及費用，歡迎致電 2787 7311。

香港女教師協會

會址興趣班



瑜伽伸展

利用伸展帶、瑜伽磚輔助，令身體在短時間能得到休息及放鬆。

全身伸展治療瑜伽

1. 星期四下午5:50-6:50
2. 星期四下午7:00-8:00

瑜伽伸展+肌筋膜放鬆運動

1. 星期一下午1:00-2:00
2. 星期一下午2:15-3:15
3. 星期六下午2:15-3:15
4. 星期六下午3:30-4:30

痛症舒緩+伸展

- 星期一下午5:45-6:45
星期三下午8:00-9:00

肩頸腰背治療伸展瑜伽

1. 星期一下午7:00-8:00
2. 星期一下午8:10-9:10

陰瑜伽

- 星期三下午5:30-6:30

脊柱保健伸展瑜伽

- 星期三下午6:50-8:20

全身伸展+肌力訓練

1. 星期三下午6:45-7:45
2. 星期五下午2:30-4:00

樂齡伸展+肌力訓練運動班

1. 星期五上午11:00-12:00
2. 星期五中午12:15-1:15



舞蹈

課程由淺入深，循序漸進。旨在於輕快的音樂中，進行適量的帶氧運動，既可舒展筋骨、鬆弛神經，又可享受跳舞的樂趣。

現代排排舞

1. 星期一下午3:30-5:00
2. 星期一下午6:30-8:00
3. 星期五下午3:00-4:00
4. 星期五下午4:15-5:45
5. 星期六上午9:30-11:00

中國古典舞

1. 星期二下午8:15-9:30
2. 星期四下午2:00-3:30

韓流舞蹈K POP Dance

1. 星期四下午7:30-8:30
2. 星期五下午7:15-8:15

★中東肚皮舞Belly Dance

1. 星期二下午3:00-4:30
2. 星期二下午6:45-8:00
3. 星期三下午2:30-4:00
4. 星期四下午8:30-9:45

中國扇舞

- 星期一下午5:00-6:00

兒童韓流舞蹈

- 星期六下午1:00-2:00



體適能運動

透過不同健體運動，配合輕快音樂，加上充滿動感的帶氧韻律動作，有助改善和保持良好姿勢，令您更能輕鬆地提升身體能量。

Zumba Fitness

1. 星期一下午8:15-9:15
2. 星期五下午6:10-7:10
3. 星期五下午7:15-8:15
4. 星期六下午2:05-3:05

帶氧拳擊KickBoxing

- 星期三下午8:00-9:00

Dance Fitness

- 星期三下午7:50-8:50

Funky Dance

1. 星期二下午7:00-8:00
2. 星期二下午8:00-9:00
3. 星期四下午6:30-7:30
4. 星期五下午8:20-9:20

普拉提運動Pilates

1. 星期三下午5:40-6:40
2. 星期三下午6:45-7:45
3. 星期六上午10:30-12:00
4. 星期六下午12:15-1:45

牛春明太極拳

- 星期一上午10:00-11:30

學費：380元/4堂(每堂1小時)或570元/4堂(每堂1.5小時)；試堂或單堂：110元或160元
上課地點：旺角會址(旺角彌敦道720號家樂樓11樓1104室)

報名方法：致電本會(電話：27877311) 或WhatsApp：6840 1651查詢及留位。



會員資格申請表

網上申請成為會員

個人資料: (請以正楷書寫並必須填寫所有項目)(將在適用的 ☐ , 填上 ☒ 號)

中文姓名: _____ 英文姓名: _____

香港身份証號碼: _____ (前四個號碼) 生日日期: _____ 年 _____ 月 _____ 日

住址: _____

任職學校: _____ ☐ 已退休

學校地址: _____

任教科目: _____ 班級: _____ 職位: _____

選擇聯絡方法: ☐ 住址 ☐ 學校 ☐ 手提電話 ☐ 電郵 ☐ 其他 _____

電郵地址: _____ 手提電話: _____

教育程度:

☐ 中學 ☐ 大專 ☐ 大學 ☐ 研究院 ☐ 其他(請註明): _____

年齡組別:

☐ 21-30 ☐ 31-40 ☐ 41-50 ☐ 51-60 ☐ 61或以上

會員類別

☐ 永久會員(一次性會費HK\$200) ☐ 普通會員(年費 HK\$20)

☐ 普通會員轉為永久會員(HK\$180)

介紹人: _____ 日期: _____ 申請人簽名: _____

*請填妥各項, 並請將表格傳真至 27877312或WhatsApp: 68401651及於七個工作天內繳付會費。

*繳付會費方法:

(1)用劃線支票寄本會, 支票抬頭:「香港女教師協會」; 並寄往九龍旺角彌敦道720號家樂樓11樓1104室。

(2)用轉賬方式給本會, 帳號: 012-726-000-280-15, 開戶銀行: 中國銀行; 然後把入數紙 WhatsApp: 68401651。

永久會員專享:

- 優先參與本會所舉行的活動; 包括交流團、興趣班、工作坊及講座等。
- 會員家屬、朋友亦可參加會址活動。
- 可獲香港女教師協會精緻創會紀念品水晶紙鎮乙個。
- 每年可獲生日禮物乙份及其他優惠。



香港女教師協會
Hong Kong Women Teachers' Organization

香港女教師協會自2006年成立以來，秉承一貫宗旨關注教師團隊，特別是女教師的專業需要及所面對的問題，提昇她們的專業水平、地位及發展。在過往十九年曾舉辦多項專業交流發展訪問團，以促進與國內教師的專業互動及見證祖國各方面的發展。香港女教師協會亦以監察香港教育發展為創會宗旨，經常就各項議題進行廣泛而深入的問卷調查，客觀及公正地反映各持分者即前線教師、學生及家長的心聲。香港女教師協會將所收集得的意見向相關部門反映，用以改善香港教育的發展。

香港女教師協會定期舉辦專業講座及教育會議，為教師們提供持續進修的機會。本會亦細心設計不同的健康講座、工作坊及興趣班，讓教師們在緊張工作後的餘暇能舒緩心情，為自己打氣。在旺角會址的興趣班更是專為女教師而設。配合教師們的需要，周一至周六的上課時間更延長至晚上十時。另外，香港女教師協會為配合學校的專業發展需要，提供適切校情的到校專業或身心健康工作坊及講座。

香港女教師協會定期出版會訊及更新網頁與Facebook等社交平台以保持與會員的溝通及讓會員以此作平台發表意見及分享經驗。



香港九龍旺角彌敦道 720 號家樂樓 11 樓 1104-05 室



www.hkwto.org.hk



2787 7311



2787 7312



hkwto_2006@yahoo.com.hk



68401651



wto2006



hkwto2006

