

今天是三八婦女節，一個商場針對在職婦女的調查發現，40%受訪者稱感到不快樂，主因是工作壓力及經濟壓力巨大，反映本港女性為應付家庭責任及職場要求而疲於奔命，影響情緒起伏。不過，婦聯一項基層婦女調查發現，65%受訪者指家庭生活開心，60%人認為香港是快樂城市，兩個比率均高於2012年調查結果，婦聯分析估計因為近年基層福利有所改善，令生活較愉快。

大公報記者 葉漢亮

觀塘apm商場昨日公布調查結果，針對收入較高的職業女性，上月訪問了515名女性，發現40%受訪者認為現時生活不快樂，不快樂的原因主要來自工作壓力、經濟壓力、家務繁重及工時過長。有42%受訪者指出不快樂時會容易發怒，33%表示失眠，29%指會哭泣，但仍有50%受訪者指生活快樂。

公教婚姻輔導會婚姻輔導員及認可家事調解督導伍胡文佩指，現今女性需同時承擔家庭責任及經濟壓力，容易出現情緒起伏。她建議女性可從身、心、靈三方面紓緩不愉快情緒，與朋友、家人保持良好關係，多做義工，若工作不合適，可考慮轉換工作。

調查發現婦女會以吃甜品紓緩不快樂情緒，48%受訪者稱不開心時會吃甜品，其次才是與朋友傾訴及聽音樂，分別佔39%與37%。註冊營養師李淑珩指，食甜品可促進大腦分泌神經傳導物質血清素，血清素有助穩定情緒、抗憂鬱，增加喜悅感覺。但食甜品要適可而止，否則會引致肥胖，亦會令女性產生不愉快的情緒。

婦聯：65%市民擁開心家庭

香港婦聯昨日公布以基層女性為主的調查結果，當中逾8成受訪者為女性。調查發現65%受訪者認為擁有開心家庭，受訪者認為最能令他們開心的活動首三位是「與家人相處」、「做自己喜歡的消閒活動」及「子女開心便開心」，調查中僅6%受訪者認為家庭生活不開心。

香港婦聯副主席暨社會政策研究委員會召集人歐陽寶珍分析，就「家庭生活開心」及「香港是快樂城市」的兩個比率，均高於2012年調查結果，估計是近年政府推出不少利民政策包括長者生活津貼、長者2元乘車優惠、最低工資，及幾乎全民就業等，有關政策均可提升基層人士的生活質素，令他們感到生活愉快。

歐陽寶珍稱，香港社會充斥紛爭，港人既要面對工作又要兼顧家庭，生活壓力大，建議政府撥出資源鼓勵私人企業推行「家庭友善政策」，包括實施男士侍產假、彈性工作時間等，创建工作家庭平衡的生活模式。她又提倡建立「快樂社區」，加強婦女團體的角色，建立支援及互助網絡。

勞聯反對輸入外勞 冀釋放婦女勞動力



▲勞聯強烈反對擴大輸入外勞，希望政府釋放本地婦女勞動力

【大公報訊】記者葉漢亮報道：勞聯一行40位女工友及工會代表趁三八婦女節發起請願行動，由金鐘海富中心天橋遊行到政府總部，沿途高叫口號，要求政府不要輕易對外勞政策鬆綁，並強烈反對擴大輸入外勞，希望政府釋放本地婦女勞動力。

勞聯主席吳慧儀及婦女事務委員會代表李秀琼表示，根據政府統計處數據顯示，2013年女性勞動人口參與率為54.6%，較五年前只微升1.5%，說明現時政府及商界釋放婦女勞動力政策，及家庭友善等措施明顯對本地女性就業的幫助不足，如政府接受商界提出的建議，就安老護理、飲食、零售及建造等行業肆意擴大輸入外勞，只是以貧資商，對本地勞工，特別是大量投身於上述幾個行業的本地婦女及潛在的婦女勞動者毫無幫助。

勞聯建議政府加強社區支援，增加資源讓非牟利機構增加託兒服務的名額，以減輕料理家務者照顧兒女的壓力，釋放婦女的勞動力。勞聯並建議立法制定標準工時，及大力推廣家庭友善政策。

近半選擇吃甜品紓壓 在職婦女四成不快樂



▲apm商場調查結果發現，40%受訪者認為現時生活不快樂 本報記者麥潤田攝



▲李小姐



▲陳小姐



▲吳小姐

單親好媽媽 打兩份工養女

【大公報訊】記者葉漢亮報道：現今女性在社會上的角色愈加重要，不但要在職上有良好表現，同時要求女性肩負照顧家庭的責任。35歲單親媽媽的李小姐，為應付昂貴生活成本，在照顧兩歲半女兒的同時，要做兩份兼職維持生計，承受着家庭及工作壓力。

李小姐表示，現時租住沙頭角村屋，但仍要每月6000元租金，為了應付生活開支，要從事兩份兼職包括推銷員及新娘化妝師。她說，為了照顧年幼的女兒，故不可從事全職工作，只好多做一份兼職維持生計，但每月收入只有一萬多元。「現時租金高企，幾乎每半年便要加租一次，每兩年便要搬一次屋。」她希望政府可降低樓價，同時令租金的幅度亦下調。她表示，雖然要兼顧家庭及工作，但只要看到女兒健康愉快成長，已心滿意足，情緒低落會去做令自己開心的事如逛街、食甜品等。

已婚18年、45歲的事業女性陳小姐表示，兒子今年13歲，剛升讀中一需時間適應新環境，兒子又屬於反叛期，情緒起伏大，家長需多抽時間陪伴。她續說，從事金融投資的工作時間長，只好節省午餐及晚餐時間，盡量多抽時間陪伴家人。「老公的鼓勵說話是紓壓的最佳良方。」她指，幸好有先生的支持，才可令她紓緩身心壓力。

32歲現職導演的吳小姐，作為職業女性，希望可做到家庭事業兩者平衡，但由於工作時間不穩定，難免以妥善照顧初生嬰兒，故考慮暫時離職，做全職母親，待小孩長大，可再重返職場。

九龍婦聯倡推彈性上班

【大公報訊】綜合報道：在職母親往往因難以兼顧家庭與工作，需在兩者中擇其一。有團體調查發現，56%未婚受訪者與68%已婚受訪者都稱希望生育，但超過半數受訪者稱懷孕與照顧子女，影響要停止工作或縮減工時，建議政府全面推行彈性工時，推行託兒或社區幼兒暫託服務，鼓勵更多女性重返勞動市場。

九龍婦女聯會今年1月以隨機抽樣形式，電話訪問510位18至49歲在港居住女性，調查發現，女性對生育子女持正面態度，55.5%未婚受訪者及68.2%已婚受訪者均表示，希望生育下一代，亦有65.6%女性計劃生兩名子女。不過，本港生育率偏低，調查發現除與女性遲婚有關外，數據顯示逾半數受訪者稱，工作狀態會因懷孕和照顧子女關係而受影響，其中近六成受訪者更因生育問題而需離職，亦有35.5%有子女的受訪者指出，當自己未能照顧子女時，其上一輩就成為主要照顧子女的人。

除個人因素，包括健康狀況、個人經濟基礎外，另一影響受訪者生育兒女意願的還包括經濟環境、教育制度、政府政策等社會因素。受訪者均認同政府推出的相關政策可以幫助他們生育子女，包括推行家庭友善政策、檢討公屋分配制度等。

助母親重返職場

聯會建議，政府以及社會各界應着重於締造有利的環境，鼓勵年輕夫婦生育子女，包括全面推行彈性工作時間，減少工時，並通過減稅或資助，鼓勵生育。

全球辦公室空間供應商雷格斯調查結果亦顯示，本地企業漠視在職母親這類人力資源，90%受訪者認為彈性上班時間有助吸引在職母親重投工作。調查發現，有90%受訪者認為，最有效激勵母親重投工作的措施是採取彈性上班時間，有62%亦認為，能選擇在住所附近工作亦有助母親重返職場。



李嘉誠公益項目惠50萬粵婦

【大公報記者袁秀賢廣州電】今天是「三八」婦女節。由李嘉誠基金會和廣東省人民政府各出資1000萬元設立的「集思公益 幸福廣東」——支持婦女計劃，昨天在廣州啓動二期項目，為廣東婦女獻上一份厚禮。廣東省婦兒工委副主任、省婦聯常務副主席閻靜萍表示，首期資助88個項目，已直接服務10萬人次，惠及近50萬人次。第二期資助89個項目，為有需要的婦女提供援助。

「兒童受性侵害案件不斷曝光，引起社會關注。在此嚴峻的社會背景下，我們意識到，女童保護，刻不容緩。為此策劃了「女童防狼 美麗人生」項目，獲得婦女計劃資助。目前，該項目服務效應輻射至全國。」廣州市巾幗社會工作服務中心行政主管吳小丹在分享會表示。自2013年6月起至今，中心已舉辦19場宣講活動、免費贈送《女童防狼手冊》6000餘冊，實際受惠兒童及家長近萬人。

「女童防狼 美麗人生」項目，僅是婦女計劃的一個項目。自2012年10月啓動首期以來，獲資助88個項目執行順利，取得了階段性成效。閻靜萍表示，項目覆蓋領域較廣，涵蓋醫療、教育、扶貧、養老、助殘等傳統服務以及婦女發展、女性就業、社會融合、貼息貸款、環境保護等新型社會需求，項目覆蓋欠發達地區佔資助總數的45%，獲選項目的機構有31%是新註冊的社會組織。目前，已直接服務10萬人次，惠及近50萬人次。

李嘉誠基金會高級經理羅慧芳表示，幾年前，

李嘉誠基金會在香港吹響了香港仁愛香港活動，採用公平、公正的競爭機制，推動公益事業發展，推動社會進步。透過婦女計劃，把香港先進公益理念帶入內地。儘管當初有質疑、問號、不相信，但我們都克服了，並一步步走出來，且看到成效。

香港社會服務聯會業務總監蔡劍華認為，投票方式可鼓勵市民參與，擴大社會影響面。過去，小團體難以獲得資助，但投票方式亦可得到多票數，反而令小團體帶來機會。

88個項目中，有的融合社區服務，有的拓展深層需求，有的注重多元參與，絕大部分按項目化運作方式，採取小組、個案、講座、工作坊、外展等社工專業方法，有25個項目引入社工46個，有16個項目聘請社工督導24個。

會上，粵港婦女啓動了第二期項目。閻靜萍透露，第二期仍將採用「網絡申請—專家甄選—公眾投票」的模式，並於今年3月8日至4月7日進行網絡申報（為期四周），總共資助89個票選項目。



◀粵港婦女共同啓動支持婦女計劃二期項目

本報記者 袁秀賢攝

兒患腦癱 家長獲資助

【大公報記者袁秀賢廣州電】家裡有一個腦癱患兒，有些家庭可能一輩子也無法走出陰影。對他們來說，最難過的就是心理這一關。如心為行——腦癱孩子媽媽的心理支援項目，去年納入婦女計劃，獲10萬元的資助，專門為腦癱患兒家長進行心理輔導，頗受家長歡迎。有家長表示，心理諮詢能釋放壓力，現在比以前放得開，有助走出陰影。

每天上午10時，36歲的鍾金玲如常帶着女兒希希來到位於廣州番禺洛溪的腦癱家庭服務中心，進行功能康復。因家裡離中心較遠，且希希要坐輪椅，鍾金玲每天都要提前一小時出門。記者在腦癱家庭服務中心目睹，在20多平方米的功能訓練室內，四個家長正為患兒進行功能訓練。

「希希在11個月時被診為腦癱，當時感到絕望，看不到將來。由於希希下肢基本癱瘓，不能自理，這七年來，日日守護着她身旁，心力交瘁，特別心理壓力最大，壓力不能釋放，其痛苦難以用語言來形容。」去年，腦癱家庭服務中心獲得婦女計劃專門請心理專家提供輔導，她說感到能釋放壓力，比以前放得開，願意與人溝通。

該中心理事長鄒富松表示，腦性癱瘓兒童父母普遍存在心理健康問題，腦癱患兒在治療過程中，其父母心態調整是關鍵。去年中，以「如心為行」項目獲婦女計劃10萬元資助，專門用於為腦癱患兒家長進行心理輔導。中心與香港大學社工系合作，港專家定期赴穗授課，為家長們進行心理輔導，幫助家長克服消極的心理反應，讓他們早日走出陰影。