

媽媽平日悉心照顧，無微不至，有否想過她的個人興趣是甚麼？有甚麼理想？陳慧嫻（Mimi）在職場及三名子女之間，還有一份閒情鑽研鍾情的刺繡，更將興趣發展成另一門事業。

採訪、攝影：羅惠儀 整理：Yens



## 愛刺繡媽媽

# 訓練孩子耐性



Mimi讚賞細女考原（左）做刺繡時夠專注。

Mimi的一雙巧手，曾為早前全球矚目，英國凱特王妃的嫁衣刺繡。她今年初曾舉行作品展，也有自己的工作室開辦課程，將刺繡手藝發揚光大。

### 重視子女的意見

Mimi育有三名子女，一對龍鳳胎今年12歲，還有一名十歲幼女考原。Mimi指她從不勉強女兒跟自己做刺

繡，硬將手藝傳授給他們。「最重要是她們有興趣。」而她很重視孩子給她的中肯意見：「小朋友會直接告訴你是否漂亮，顏色如何……我有新作品會立即問孩子意見。」

Mimi的媽媽會做衣裳，她幼時從旁偷師，自行摸索縫衣裳。她覺得任何人都可以學會基本刺繡，但要技巧純熟，針步細緻，還得多練習。

考原自八歲開始學「揸針」，曾花了兩晚跟媽媽做刺繡，在媽媽眼中，她專注又有耐性。「可以訓練耐性、專注。做刺繡花三、四小時，也只是一小片而已，要很大恆心。」

### 不批評孩子的手工

面對孩子的手工，她從不用大人的角度審美。「不會拆掉，我覺得會令孩子有挫敗感……孩子的作品，有瑕疵才像，我會更欣賞他們的耐性。」

為了深造刺繡技巧，Mimi在2010年毅然放棄房地產工作，負笈英國皇家刺繡學院學藝一年。幸有丈夫全力支持，傭人也照顧孩子妥當，讓她無後顧之憂。而學藝返港後，Mimi現時主力在自己的工作家開班，但有三天不會教學，專心陪伴孩子。



## 鼓勵咀嚼 粟米仔湯飯

### 大廚教煮

材料 (2份)	
雞柳	2條
粟米仔	2條
菜心	1條
白飯	3/4 碗
牛肉湯	1/2 碗
醃料：鹽	1/8茶匙

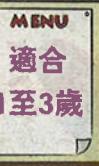
**營養tips** 家長認為湯飯有礙食物的消化，其實可控制湯飯濕潤度，以助食物消化。若幼兒較少咀嚼，減少飯湯分量，令米飯較乾身，鼓勵咀嚼及幫助食物消化。



步驟

1. 雞柳洗淨，切粒，用醃料醃十分鐘。
2. 粟米仔、菜心（葉連莖）分別洗淨，切粒。
3. 燒熱鑊，掃上少量食油，加入雞柳、粟米仔略炒，再加菜心、牛肉湯（豬腩100克洗淨切片，洋蔥一個洗淨去衣、切粒。先將洋蔥放入五杯滾水的鍋中煮兩分鐘，加入牛肉碎150克及豬腩片煮三至五分鐘，隔去材料便可。）煮滾。
4. 最後加入白飯，拌勻至完全吸收湯汁即成。

轉載自：陳國寶編著《0-3歲A+營養食譜》（萬里機構）



## 8A媽咪

《4Q教子情式》作者 張嘉雯

### 讓孩子決定生活的方式

要日子過得充實的女兒，她的性子其實是從自幼的生活模式——「日子要過得充實」而來的。

近日，她的話題是「這兩年我甚麼也沒有做過」。那是指她上大學的兩年在此間，有些學業上，她道

接着她說：「我想做義工。」原來她指的「有意義」不是在生活或學習上的，而是在生命上的；她指的義工，不是三兩天，也不是協助籌款或助學之類的，而是要到更遠的地方去、做更長的



## 通善社會服務部

### 課餘托管服務

為有需要的同學提供一個良好的溫習環境，替其解決功課難，及提高學習興趣，減低家長們指導子女完成功課的壓力。

**服務對象：** 小一至小六學生

**服務時間：** 星期一至五

上午班：上午10:00至中午12:30

下午班：下午3:30至下午6:30

暫托：在長假期或有需要時，可致電中



新學年於7月14日開始接受報名

### 互助幼兒中心

當家長遇上突發事  
幼兒在家中。