



TOASTMASTERS INTERNATIONAL DISTRICT 80 DIVISION L

国际讲演会80区域L区



坚持不懈
迈向卓越

2022-2023年度年刊



目录

01	目录	44	L1分区总监 韦祎
02	献词 – 80区域总监 DD Niza Khalil DTM	45	大巴窑西 刘艳芬
03	献词 – L区总监 陈绍珠	46	醉花林华语 许志顺
04	献词 – L区顾问 杨玉冰 DTM	47	白桥粤语 凌秀凤
05	献词 – L区顾问 林俊杰	48	醉花林潮语 周顺成
06	献词 – 筹委主席 胡耀家	49	L2分区总监 林政雯
07	主编感言 – 费秀华	50	友诺士华语 林政雯
8-9	L区执委三言两语	51	榜鹅园 胡佛成
10-11	2022-2023年度 L区全年活动时间表	52	友诺士双语 周爱娥
12-13	2022-2023年度 分会例常会议活动表	53	新加坡华语 陈瑾
14-15	新加坡华语讲演会 – L区发展简史	54	L3分区总监 邱宝玲
16-17	2022-2023年度 L区新春团拜 杨育琛	55	新加坡中华总商会 叶秋凤
18	2022-2023年度 执委培训 (一) COT1 韦祎	56	实乞纳心灵 陈哲奇 / 邱宝玲
19	2022-2023年度 执委培训 (二) COT2 陆瑛孜	57	ACCA华语 杨波
20	2022-2023年度 教育工作坊 (一) 周爱娥	58	L4分区总监 胡耀家
21	2022-2023年度 教育工作坊 (二) 周爱娥	59	大巴窑中 卓凯帝
22	2022-2023年度 L区幽默暨评论演讲比赛 林政雯	60	茂桥 卓凯帝
23	2022-2023年度 L区&V区幽默暨评论演讲比赛 陈绍珠	61	碧山 林碧娟
24	2022-2023年度 L区备稿暨即席演讲比赛 李蓝芬	62	忠邦 胡耀家
25	2022-2023年度 L区&V区备稿暨即席演讲比赛 陈绍珠	63	L5分区总监 杨育琛
26	2022-2023年度 80区域年终大会 张迎祥	64	潮安会馆 杨育琛
27	2022-2023年度 L区&V区Pathways 教育系统 ~新会员培训 韦祎	65	义顺南 黄昌瑚
28	2022-2023年度 目标达成日 钟丽璇	66	经禧 陈国炎
29	2022-2023年度 即席PK赛 邱宝玲	67	新加坡揭阳会馆 陆玉娥
30	2022-2023年度 L区和谐日 谭秀芳	68	L6分区总监 陆瑛孜
31	2022-2023年度 执委交接仪式	69	杨厝港 李昱雯
32-37	2022-2023年度 L区执委交接仪式与表彰大会	70	榴梿园 李丽明
38	2022-2023年度 L区终身学习奖 杨玉冰	71	永春会馆 李蓝芬
39	2022-2023年度 L区杰出会友 周福祥	72	华族文化 翁嘉鸿
	2022-2023年度 L区最佳会长 胡耀家	73	L7分区总监 李蓝芬
40	2022-2023年度 最快达成会长级与增员最多分会	74	汤申 温伟民
41	2021-2022年度 年刊发布会 刘辉华	75	白桥闽南语 陈利福
42-43	80区域&L区龙虎榜	76	白桥正心华语 吴慧君
		77	L8分区总监 钟丽璇
		78	淡滨尼尚育 罗国顺
		79	多妮国际 吴芳杏
		80	大巴窑东精进 林俊杰
		81	哥本峇鲁 卢景兰
		82	L区幽默冠军演讲稿 陈鸣骢
		83	L区备稿冠军演讲稿 罗宝玉
		84	L区幽默冠军感言 陈鸣骢 / L区评论冠军感言 章立
		85	L区备稿冠军感言 罗宝玉 / L区即席冠军感言 张一伟
		86	L区&V区备稿总冠军演讲稿 许荔云
		87	L区&V区备稿演讲比赛总冠军感言 许荔云 / L区&V区即席演说比赛总冠军感言 张一伟
		88-99	广告
		100	年刊工委团

献词



80区域总监
Niza Khalil, DTM

Members of Division L,

As I pen this page, Division L has accomplished a remarkable achievement; the first Division in District 80 to be Select Distinguished Division. CONGRATULATIONS!

Division L has shown unmatched dedication, enthusiasm, and steadfast commitment to this term's shared aims. Both individually and collectively, we have seen phenomenal growth and achieved more than our highest expectations.

I want to thank Division L members for their enthusiastic participation and desire to go above and beyond. Your contributions have been crucial to the clubs' success, whether large or small. Your determination and resolve have been incredibly motivating, and the clubs in Division L have reached new heights because of your diligence. Your decision to consolidate and strengthen clubs instead of expanding them to a new Division validates your commitment to serving members and putting their interests first.

Together, we've accomplished our objectives and helped our club members feel a feeling of community, friendship, and personal development. We've established a welcoming environment where people can express their views, develop their skills, and make friends. But, beyond the observable results, our accomplishments lie in the invisible ties that unite us.

This accomplishment should remind us what is possible when we pool our resources, value diversity, and strive for a common goal. Let it motivate us to keep pursuing excellence, push the limits of our capabilities, and never accept anything less than our very best.

Let's celebrate this accomplishment while casting a bright and eager eye toward the future. More extraordinary achievements lie ahead of us, and with our shared spirit, resiliency, and tenacity, we will unquestionably overcome any difficulties that stand in our way.

Once more, congratulations to every club member for this exceptional end-of-term accomplishment. Your dedication, enthusiasm, and passion have made this possible. As we embark on new adventures, let's continue encouraging and supporting one another – May Division L's success increase over the coming days, weeks, and years.

Sincerely,
Niza Khalil, DTM
District Director 2022–2023
District 80

亲爱的L区讲演会会友们：大家好！

当我在撰写这篇献词的时候，L区已经取得了非凡的成就——L区是整个80区域属下第一个荣获“特选卓越区”的区际，我向大家献上最诚挚的祝贺，恭喜恭喜！

L区在达到本届所订下的共同目标方面，表现突出，可谓无与伦比，不论是在奉献精神、学习热忱和坚守承诺方面，皆无出其右。不论是个人进步或是集体表现方面，都取得了惊人的成长和增长，总之，L区所取得的成就，远超我们的最高期盼。我要衷心感谢L区所有会友，感激大家热烈参与讲演活动，而且都有不俗的表现，还超越了预期目标。大家尽心尽力对讲演会作出的各种奉献与贡献，不论大小，对于讲演会今天所取得的成功，至关重要。大家所体现的信心和决心，特别激励人心，就因为大家这么勤恳和尽力，合力将L区推向新的高峰，取得令人难以置信的绩效。L区为了巩固和强化实力而放弃了成立新的讲演区的决定，再再说明了贵区凡事以“服务会友”为己任，把会友的利益摆放在第一位。

如今我们一起努力，共同实现了所定立的目标，并且使会友们感受到强大凝聚力和深厚的友谊，并在个人发展与进步方面，各有斩获。我们已经创建了温馨的环境，人们可以在讲演会表达自己的观点、发挥自己的技能，以及结交到许多朋友。可是，我们所取得的成就，不只是有形的，还有无形的绩效——有许多肉眼看不见的无形纽带，把大家紧密团结起来。

这项成就提醒和激励了大家，只要我们通过集思广益、汇集资源、多元增值，以及朝着共同目标努力不懈，任何成就皆有可能。请大家继续追求卓越和超越局限——要把每一件事情都做到最好、做到极致，否则，绝不罢休。

我们在庆祝这项成就的当儿，也要带着渴慕的眼光，展望光明的未来，今后，我们必然会取得更杰出的成就，只要大家共同努力，以坚忍不拔的精神砥砺前行，大家必定能克服和扫除一切阻碍我们前进的障碍。

我再次祝贺L区所有会友在本届取得亮眼的成就，因为大家的奉献精神和学习热忱，我们才有可能取得这项成就。当我们一起展开新的历程，请继续互相鼓励、彼此支持——祝愿在未来几天、几个星期和几年，L区取得更多更大的成就。

80区域总监 Niza Khalil DTM

2022–2023年度80区域总监
Niza Khalil, DTM
敬贺
(翻译：余顺发DTM)

岁月可以慢慢陈旧，时间却永远不会为谁停留。
站在讲演会的平台，勇于开始，就能找到成功之路。
聪明在于学习，天才在于积累。
每一个令人羡慕的收获和成功都是努力用心拼来的。
其实，每个人的潜能是无限的，关键是要找到一个能充分发挥的舞台。
我相信大家都有自己的闪光点 and 独特之处。
无论如何，向前才是我们行走的方向，你不勇敢，没人替你坚强！
努力造就实力，态度决定高度。
若要自己不当观众，就必须站上讲台。
一个好的心态 + 一套完美的教育体系 + 一个无限的舞台 = 成功。
讲演会除了训练口才，也是一个培育领袖的摇篮。
在这海纳百川的时代，万物在变，但真情不变。
所以一定要靠自己，因为没有等来的辉煌，只有拼出来的精彩！
年刊是我们L区讲演会一年来的成果总结，它记录了我们所取得的成就。
它不仅是一个静态的展示物，更是一个动态的成长体。
也是大家宝贵的珍藏品。
感谢这次年刊的筹委主席胡耀家会友和他带领的团队。
正是你们的辛勤与无私的付出，这本年刊才得以如期出版。
最后，感谢大家对我的支持与信任，尤其是今年的L区执委团队。
让我们一起肩负使命，拥抱未来，共同创造更美好的L区！

永不言退，我们是最好的团队！



L区总监
陈绍珠

“坚持不懈，迈向卓越”

献词



L区顾问
杨玉冰 DTM

光阴似箭，日月如梭，这是我担任L区顾问的第2年，即将卸任，感触良多，能为L区服务，这是我的荣幸。

在总监带领下，大家都以积极的心态，团结的精神，朝向L区的目标前进。

L区每年都举办教育讲座、比赛、新春团拜等等，主要是培养更多人才，让大家对华语讲演会有更深的认识。

在讲演会多年，深深感受到要维持一个分会的辛苦。尤其是增员、惜员的困难，这是每个分会面对的最大困难。

我们都必须秉着L区温馨、和气、团结的精神。大家互相扶持、互相礼让、互相学习，使会友们能提升个人的语文水平、沟通技巧和领导能力。

祝愿L区华语讲演会继续茁壮成长、发扬光大、再攀讲演高峰！

放心去飞 勇敢去追

尊敬的国际讲演会的会友们：

众所周知，现代社会的竞争越来越激烈，我们需要不断提升自己的能力和竞争力，才能在激烈的竞争环境中脱颖而出。作为国际讲演会的一员，每一个人都是具有无限潜能的精英，可以通过不断的学习和实践，不断挑战自己的极限，实现个人价值的最大化。

古人有云：“天生我材必有用，千金散尽还复来”。这句话传达了一种思想，即每个人都有自己独特的才能和潜力，只有不断锤炼和挑战自己，才能够在逐渐升级的社会中不断地发展和壮大。在国际讲演会中，你们将有机会通过演讲比赛、领导力培训、组织活动等方式，不断地展现自己的才华和能力，从而实现自己的理想和抱负。但是，要实现自己的理想和抱负，并非易事。我们需要付出大量的努力和汗水，才能够在逐渐变化的环境中不断成长和进步。正如古语所说：“千金散尽还复来”，只有我们在经历失败和挫折后，保持信心和勇气，才能够从失败中吸取教训，不断追求自我完善和进步。

在国际讲演会中，会面临各种各样的挑战和机遇。我们需要以积极的心态和创新的思维，不断发掘和挑战自己的潜能，探索新的领域和挑战。只有在不断追求卓越和完美的道路上，才能够实现自己的人生价值和梦想。

最后，作为国际讲演会的核心领导，这一届的执委团在任期中肩负着重要的责任和使命，为会友们提供了更多更好的机会和资源，让他们会友能够更好地发掘自己的潜力和才华。我相信，在这个过程中执委们不断成长并提高了自己的领导力和管理能力，成为了真正的领袖。大家一起向执委团致以最诚挚的感谢，并祝愿他们在未来的发展中继续取得更大的成就！



**L区顾问
林俊杰**

献词



年刊筹委主席
胡耀家

2022年7月，担任L4分区总监伊始，就有预感L区总监/筹委顾问陈绍珠会指派我担任本届L区年刊筹委主席一职，因为两年前我曾担任L区年刊主编。我也算老马识途，能够驾轻就熟了！因为从前期的前辈们那里学到了许多年刊领导和编辑工作的经验，让我能够从容地接受这项重任，感谢总监对我的信任！

国际讲演会不只是一个培训沟通技巧的舞台，同时也是培养领袖的摇篮。每个会员都有尝试不同职务的机会！只要你敢于担当，讲演会的资深会员一定会引导你完成任务的。

L区国际讲演会每年都出版一本很有纪念性与价值性的年刊！这本刊物记载着当年的总监、分区总监和分会会长等不同领导的成长历程，以及会友们在讲演的道路上共同学习、共同参与有意义的各项活动和项目，这本刊物是讲演会会友热忱学习的见证。

主编是整本年刊的灵魂，我很庆幸邀请到一位语文功底和办事能力俱佳的费秀华会友担当主编！也邀请到很出色的伍慧箴会友和周福祥会友担任编委，更难能可贵的是邀请到拥有多年出版年刊经验的丘曦厢会友担任主编和编委的辅导员，与大家分享以往出版年刊的经验。他们每一位从征稿、催稿到筛选照片等工作都兢兢业业、精心策划。

最后，我要向出版年刊的工作团队表示最诚挚的感谢和衷心的祝福！你们为本刊物投入了大量的时间和精力，共同把它编写成一本承载着讲演会发展历程的经典刊物。

希望大家继续保持紧密的联系，携手成长，不断为讲演会的发展作出贡献。

在此感谢所有广告商的鼎力支持！

受年刊筹委主席胡耀家的征招，从未参与年刊编辑工作的我担任了年刊主编的职务。带着被信任的荣耀与前路未知的一丝担忧，我开始了这极具挑战的征途。

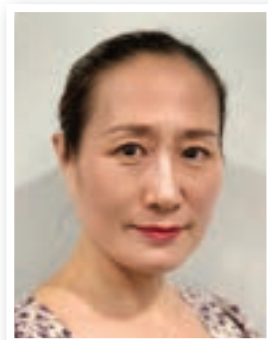
与总监、顾问、筹委主席、比赛主席、分区总监一一联络、催稿，在反复的“纠缠”与“哄骗”下，感言一份一份地传过来了，校对后的稿件需要再过目一次，发现有标点符号需要修正，或者某个词语需要更换，以及出现某处不是特别合乎逻辑的现象，就得反复斟酌、上网查证，或者与一些老师讨论，充分肯定后才进行必要的修改，然后发给作者过目、确认。

2022-2023年刊共有稿件80余篇，每一篇感言都是作者这一年来演讲之旅的心声，阅读、审核每一篇稿件时，我们仿佛看到了L区这一年中一幕幕璀璨夺目的耀眼时刻，更感受到了每一位会友的无私奉献与学习热忱，我们深感编辑年刊的重要性，压力也油然而生！

幸好有耀家筹委主席与丘曦厢辅导员的细心指导，每遇问题，这两部“活字典”都会第一时间给出答案；幸好有几位编委设计封面、昼夜催稿、时时沟通，得以如期收齐稿件；幸好有校对组的支持与协调；幸好有总监、顾问高屋建瓴的决定；幸好有年刊工委们的群策群力。使这一本承载着L区每一位会友深深浅浅足迹的刊物如期付梓！

再次感谢年刊筹委成员的鼎力合作！感谢撰写感言的每一位会友！感谢对演讲始终热情如初的每一位会友！更要感谢慷慨惠赐广告的商家！

纵使反复推敲，刊物也难免有瑕疵，望不吝赐教、共同进步！



年刊主编
费秀华

L区执委 三言两语



L区总监 陈绍珠

努力造就实力，
态度决定高度。



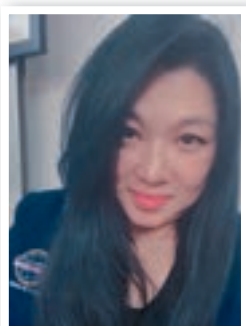
L1分区总监 韦伟

用语言的力量传递爱
和正能量，
照亮自己，温暖别人。



L2分区总监 林政雯

良药苦口利于病，
忠言逆耳利于行。



L3分区总监 邱宝玲

人越有智慧，
幸福水平就越高，
较少的消极情绪，
生命也因而延升！



L4分区总监 胡耀家

水能载舟，亦能覆舟！
凡事都有优缺点，
全面了解它的两面性，
更好地应付出现的风险和挑战。



L5分区总监 杨育琛

初心不改，见贤思齐。



L6分区总监 陆瑛孜

在演讲中整理领导的心得，
在领导中锻炼演讲的自信。



L7分区总监 李蓝芬

礼让一寸，得礼一尺；
心宽一寸，路宽一丈。



L8分区总监 钟丽琰

展示勇气的翅膀！
用宽阔胸怀前进吧！

L区执委 三言两语



教育与培训助理总监 周爱娥

坚持前行就有机会到达目的地，
停止不前将永远无法迈向卓越。



市场拓展助理总监 周福祥

年刊记录着我们一年的点滴，
是珍贵的回忆。



公关助理总监 谭秀芳

生活有清晰目标，
朝向目标前进，
并达成目标！



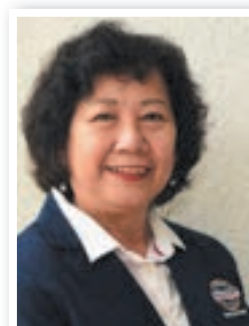
财务长 谢曼玉

每一个成功者都有一个开始。
勇于开始，才能找到成功的路。



秘书长 林俊玉

勇于尝试，敢于上台；
演讲人生，必当精彩！



审计长 李艳萍

永不言败，是成功者的
最佳品格。



网站站长 伍慧箴

多言数穷，不如守中。



顾问 林俊杰

谋事在人，成事在天。



顾问 杨玉冰

尺有所短，寸有所长。



2022-2023年度L区全年活动时间表

2022-2023年度L区全年活动时间表

	项目	日期	筹委主席/ 负责人	地点
1	L区执委会议	每月第一个 星期三	L区总监 陈绍珠	Zoom 线上
2	执委培训(一) COT1	23.07.2022 (星期六)	L1分区总监 韦祎	PSB Academy City Campus
3	教育工作坊(一)	20.08.2022 (星期六)	教育与培训助理总监 周爱娥	Zoom 线上
4	L区分区 幽默演讲暨评论演说比赛			
	L1分区 幽默演讲暨评论演说比赛	02.10.2022 (星期日)	L1分区总监 韦祎	醉花林俱乐部
	L2分区 幽默演讲暨评论演说比赛	22.10.2022 (星期六)	L2分区总监 林政雯	揭阳会馆
	L3分区 幽默演讲暨评论演说比赛	15.10.2022 (星期六)	L3分区总监 邱宝玲	实乞纳 民众俱乐部
	L4分区 幽默演讲暨评论演说比赛	08.10.2022 (星期六)	L4分区总监 胡耀家	碧山 民众俱乐部
	L5分区 幽默演讲暨评论演说比赛	07.10.2022 (星期五)	L5分区总监 杨育琛	潮安会馆
	L6分区 幽默演讲暨评论演说比赛	15.10.2022 (星期六)	L6分区总监 陆瑛孜	永春会馆
	L7分区 幽默演讲暨评论演说比赛	16.10.2022 (星期日)	L7分区总监 李蓝芬	永春会馆
	L8分区 幽默演讲暨评论演说比赛	09.10.2022 (星期日)	L8分区总监 钟丽璇	大巴窑东 民众俱乐部
5	L区 幽默演讲暨评论演说比赛	29.10.2022 (星期六)	L2分区总监 林政雯	潮安会馆
6	L区与V区 幽默演讲暨评论演说比赛	12.11.2022 (星期六)	L区总监 陈绍珠 V区总监 卓天祥	文礼 民众俱乐部
7	80区域L区V区 - Pathway 教育系统新会员培训	13.11.2022	L1分区总监 韦祎	醉花林俱乐部
8	执委培训(二) COT2	08.01.2023 (星期日)	L6分区总监 陆瑛孜	大巴窑西 民众俱乐部
9	L区新春团拜	03.02.2023 (星期五)	L5分区总监 杨育琛	大巴窑双喜楼 战备军俱乐部
10	教育工作坊(二)	04.03.2023 (星期六)	教育与培训助理总监 周爱娥	Zoom 线上

2022-2023年度L区全年活动时间表



2022-2023年度L区全年活动时间表

	项目	日期	筹委主席/负责人	地点
11	L区分区 备稿演讲暨即席演说比赛			
	L1分区 备稿演讲暨即席演说比赛	30.04.2023 (星期日)	L1分区总监 韦祎	醉花林俱乐部
	L2分区 备稿演讲暨即席演说比赛	16.04.2023 (星期日)	L2分区总监 林政雯	PSB Academy City Campus
	L3分区 备稿演讲暨即席演说比赛	15.04.2023 (星期六)	L3分区总监 邱宝玲	实乞纳 民众俱乐部
	L4分区 备稿演讲暨即席演说比赛	15.04.2023 (星期六)	L4分区总监 胡耀家	潮安会馆
	L5分区 备稿演讲暨即席演说比赛	23.04.2023 (星期日)	L5分区总监 杨育琛	揭阳会馆
	L6分区 备稿演讲暨即席演说比赛	20.04.2023 (星期四)	L6分区总监 陆瑛孜	华族文化中心
	L7分区 备稿演讲暨即席演说比赛	29.04.2023 (星期六)	L7分区总监 李蓝芬	揭阳会馆
	L8分区 备稿演讲暨即席演说比赛	09.04.2023 (星期日)	L8分区总监 钟丽璇	大巴窑东 民众俱乐部
12	L区 备稿演讲暨即席演说比赛	06.05.2023 (星期六)	L7分区总监 李蓝芬	潮安会馆
13	L区与V区 备稿演讲暨即席演说比赛	28.05.2023 (星期日)	L区总监 陈绍珠 V区总监 卓天祥	新加坡吉真 宾乐雅酒店
14	L区和谐日	01.05.2023 (星期一)	公关助理总监 谭秀芳	新加坡河畔
15	目标达成日	20.05.2023 (星期六)	L8分区总监 钟丽璇	大巴窑东 民众俱乐部
16	即席PK赛	10.06.2023 (星期六)	L3分区总监 邱宝玲	实乞纳 民众俱乐部
17	L区2022-2023年度 年刊发布会	09.07.2023 (星期日)	L4分区总监 胡耀家	大巴窑双喜楼 战备军俱乐部
18	执委交接仪式暨表彰大会	09.07.2023 (星期日)	L区总监 陈绍珠	大巴窑双喜楼 战备军俱乐部



2022-2023年度L区分会例会会议活动表

2022-2023 年度L区各分会例会时间表

分区	分会	活动时间	地点
L1	大巴窑西华语讲演会 Toa Payoh West Mandarin TM Club	每月第三个 星期二, 7pm	Toa Payoh West Community Club 200 Lorong 2 Toa Payoh, Level 2 Room 3&4 Singapore 319642
	醉花林华语讲演会 Chui Huay Lim Toastmasters Club	每月第四个 星期一, 7pm	Chui Huay Lim Club 190 Keng Lee Road, 3 rd floor Singapore 308409
	白桥粤语讲演会 Pek Kio Cantonese Advanced TM Club	每月第三个 星期五, 7pm	Pek Kio Community Centre 21 Gloucester Road, Singapore 219458
	醉花林潮语讲演会 Chui Huay Lim Teochew TM Club	每月第三个 星期三, 7pm	Chui Huay Lim Club 190 Keng Lee Road, Singapore 308409
L2	友诺士华语讲演会 Eunos Mandarin Club	每月第三个 星期三, 7pm	Blk 180 Bedok Reservoir Road, Singapore 479220
	榜鹅园民众俱乐部华语讲演会 Punggol Park Community Centre Youth Group Mandarin TM Club	每月第一个 星期二, 7pm	Punggol Park Community Centre Blk 458, Hougang Avenue 10, #01-405, Singapore 530458
	友诺士双语讲演会 Eunos Bilingual Toastmasters Club	每月第四个 星期四, 7pm	Eunos Zone 9 RN Blk 122 Bedok Reservoir Road, #01-1041 Singapore 470122
	新加坡华语演讲会 Singapore Mandarin Toastmasters Club	每月第一个 星期四和第三个 星期五, 7pm	YMCA Orchard 1 Orchard Road, Singapore 238824
L3	新加坡中华总商会华语讲演会 SCCCI Mandarin Club	每月第二和第四个 星期三, 7pm	City Hall, 47 Hill Street Singapore 179365
	实乞纳心灵华语讲演会 Siglap CC Mandarin Toastmasters Club	每月第四个 星期四, 7pm	Siglap Community Centre 151 Bedok South Road #03-03 Singapore 460151
	ACCA 华语讲演会 ACCA Mandarin Toastmasters Club	每月第二个 星期二, 7pm	ACCA Singapore Office 1 Raffles Quay #22-10A One Raffles Quay South Tower, Singapore 048583
L4	大巴窑中民众俱乐部华语讲演会 Toa Payoh Central CC Mandarin TM Club	每月第三个 星期四, 7pm	Toa Payoh Central Community Club 93 Toa Payoh Central, #03-03 Singapore 319194
	茂桥讲演会 Ang Mo Kio CC Mandarin TM Club	每月第二和第四个 星期三, 6.45pm	Ang Mo Kio Community Centre No. 795 Ang Mo Kio Avenue 1, Street 22, Singapore 569976
	碧山华语演讲会 Bishan CC Mandarin TM Club	每月第一和第三个 星期二, 7pm	Bishan Community Club 51 Bishan Street 13, #03-01 Singapore 579799
	忠邦华语演讲会 Chong Pang CC Mandarin TM Club	每月第一和 单月第三个 星期二, 6.45pm	Chong Pang Community Club Blk 126 Street 11 #01-427 Singapore 760126

2022-2023年度L区分会例会会议活动表



L5	潮安会馆华语讲演会 Teo Ann Huay Kuan Mandarin Club	每月第二个 星期一, 7pm	Teo Ann Huay Kuan 48 Lorong 8 Geylang, Singapore 399108
	义顺南华语讲演会 Nee Soon South Mandarin TM Club	每月第一个 星期一, 7.15pm	Nee Soon South Community Club 30 Yishun Street 81, Singapore 768455
	经禧华语讲演会 Cairnhill Mandarin Toastmasters Club	每月第二个 星期一, 7.30pm	Cairnhill Community Club 1 Anthony Road, Singapore 229944
	新加坡揭阳会馆讲演会 Singapore Kityang Huay Kwan TM Club	每月第二个 星期五, 7.30pm	Singapore Kityang Huay Kwan 31 Lorong 27 Geylang, Singapore 388165
L6	杨厝港华语讲演会 Yio Chu Kang Mandarin TM Club	每月第二个 星期五, 7pm	Yio Chu Kang Community Club 50 Ang Mo Kio Street 61, Singapore 569163
	榴梿园华语讲演会 Braddell Heights Zone 'B' RC	每月第三个 星期一, 7pm	Braddell Heights Zone 'B' RC Blk 6, #01-118, Lorong Lew Lian, Singapore 531006
	永春会馆华语讲演会 Eng Choon Hway Kuan Mandarin Toastmasters Club	每月第一个 星期一, 7pm	Eng Choon Huay Kuan (Singapore) 105 Amoy Street, #04-01 Singapore 069925
	华族文化讲演俱乐部 Chinese Cultural Toastmasters Club	每月第三个 星期四, 7pm	1 Straits Boulevard, 6th floor Singapore 018906
L7	汤申民众俱乐部华语讲演会 Thomson C.C. Mandarin Club	每月第二和第四个 星期二, 7.30pm	Bishan Community Club 51 Bishan Street 13, #03-01 Singapore 579799
	白桥闽南语讲演会 Pek Kio Hokkien Advanced TM Club	每月第四个 星期一, 6.45pm	Pek Kio Community Centre 3 rd floor 21 Gloucester Road, Singapore 219458
	白桥正心华语讲演会 Pek Kio Mandarin Toastmasters Club	每月第三个 星期一, 7.30pm	Pek Kio Community Centre 3 rd floor 21 Gloucester Road, Singapore 219458
L8	淡滨尼尚育华语讲演会 Tampines Changkat Mandarin Club	每月第二个 星期四, 7pm	Tampines Changkat Community Club 13 Tampines Street 11, Singapore 529453
	多妮国际华语讲演会 Toni International	每月第四个 星期三, 7pm	Kyani office SLF Building 510 Thomson Road #17-01/02 Singapore 298135
	大巴窑东精进华语讲演会 Toa Payoh East Mandarin Advance Toastmaster Club	每月第四个 星期二, 6.45pm	Toa Payoh East Community Club 1999 Lorong 8 Toa Payoh, Singapore 319258
	哥本峇鲁华语讲演会 Kebun Baru CC Mandarin TM Club	每月第一个 星期二, 7pm	Kebun Baru Community Club 216 Ang Mo Kio Avenue 4, Singapore 569897



新加坡华语讲演会-L区发展简史

年度	发展
1955	讲演会第一颗种子播种在新加坡，成立不到两年，因故停止活动。
1967	新加坡英语讲演会，东山再起，重整旗鼓。
1977	狮城英语讲演会在新加坡落地生根。
1988	新加坡讲演会得到美国总部允许，向政府部门申请注册，成立新加坡讲演会总会。
1990	第一届泛东南亚区域大会，在吉隆坡Hyatt Saujana酒店举行。
1991	第二届泛东南亚区域大会于1991年11月22-24日，在古晋希尔顿酒店举行。本区域的四个国家-新加坡、马来西亚、泰国和印尼都派代表参加。新加坡汤申民众俱乐部华语讲演会成立。
1992	第三届泛东南亚区域大会，在泰国芭堤雅举行。新加坡管理学院英语讲演会的符之玮 DTM被推选为下一届的准区域总督。大会决定把65个分会归纳为6个区(Division) - 新加坡、东马、西马、南马、泰国和印尼。
1993	第四届泛东南亚区域大会，在新加坡香格里拉大酒店举行。新加坡管理学院英语讲演会的Kevin Ong DTM被推选为下一届的准区域总督。7月1日，由新加坡、马来西亚、泰国和印尼的77个分会正式被美国总部批准为泛东南亚区域，编号51区域。
1999	陈海强DTM(1998-1999年S区总监)提议把新加坡的15个华语讲演会与西马的7个华语讲演会组成M区，由华语分会的会员自行领导。这个建议在51区域第六届全会上通过，M区正式成立。新加坡汤申民众俱乐部华语讲演会的李秉萱 DTM出任第一任(1999-2000年度)总督。
2001	M区第三任总督是新加坡华保讲演会的陈瑞莲 DTM。
2002	新加坡华语讲演会正式成立为L区(Division L)，由L1至L4四个分区组成。汤申民众俱乐部华语讲演会会友王建彬DTM出任第一任(2002-2003年度)总督。
2003	L5 & L6分区诞生，职总英康讲演会会友余金郛出任2003-2004年度总督。
2004	新加坡脱离51区域，与泰国和香港合并为80区域。武吉知马讲演会会友萧桂蓉出任2004-2005年度总督。
2005	大巴窑中讲演会会友林保玲出任2005-2006年度总督。
2006	澳门加入80区域。职总英康讲演会会友杨海镇出任2006-2007年度总督。区总督头衔改为区总监。
2007	L7分区诞生。企管讲演会会友郑来发出任2007-2008年度总监。

新加坡华语讲演会-L区发展简史



年度	发展
2008	裕青讲演会会友叶锦川出任2008-2009年度总监。
2009	因澳门与香港回归中国，80区域只剩下新加坡与泰国。中华总商会讲演会会友王洪顺出任2009-2010年度总监。
2010	L8分区诞生。武吉知马讲演会会友陈娣姘出任2010-2011年度总监。L区演讲比赛被纳入80区域年终大会中。67区域台湾会友到访并参与华语讲座会。
2011	大巴窰南福清讲演会会友吴仰正出任2011-2012年度总监。该届为L区十周年志庆并出版十周年特刊。
2012	茂桥讲演会会友黄国荣出任2012-2013年度总监，建议分成两区，这项建议在80区域年中大会通过，V区将在2013年7月1日正式成立。
2013	茂桥讲演会会友陈惠榕出任2013-2014年度总监，V区则由布莱德岭讲演会的会友傅耀建出任2013-2014年度总监。
2014	杨厝港讲演会会友张迎祥出任2014-2015年度L区总监。
2015	L6分区诞生。杨厝港讲演会会友甘慕荣出任2015-2016年度L区总监。
2016	友诺士讲演会会友凌秀凤出任2016-2017年度L区总监。
2017	白桥粤语讲演会，本地首家方言讲演会成立。新加坡潮语讲演会，世界首家潮语讲演会成立。榜鹅园联络所青年组华语讲演会会友倪梅慧出任2017-2018年度L区总监。
2018	白桥闽南语讲演会，本地首家闽南语讲演会成立。汤申民众俱乐部华语讲演会会友陈哲奇出任2018-2019年度L区总监。
2019	茂桥讲演会会友卓凯帝出任2019-2020年度L区总监。L区增加4个新的分会至31个分会，六个分区将在2020年7月1日正式重新划分为八个分区。
2020	L7分区和L8分区诞生。茂桥讲演会会友卓凯帝荣任2020-2021年度80区域市场拓展总监。杨厝港华语讲演会会友杨玉冰出任2020-2021年度L区总监。
2021	面包物语集团讲演会成立，一个以培育员工的讲演会。茂桥讲演会会友卓凯帝出任2021-2022年度80区域总监。淡滨尼尚育华语讲演会会友林俊杰出任2021-2022年度L区总监。
2022	华族文化讲演会俱乐部成立，一个文化气息的讲演会。潮安会馆华语讲演会会友陈绍珠出任2022-2023年度L区总监。该届为L区二十周年志庆并出版二十周年年刊。
2023	友诺士双语讲演会会友周爱娥出任2023-2024年度L区总监。八个分区在2023年7月1日正式重新组合成六个分区。

L区新春团拜



筹委主席
杨育琛



新春团拜经过半年时间的筹备，终于在2月3日如大家所愿圆满完成！整个项目倾注了整个L区执委团的心血。从对联到主题的设定，都是经历了一番的筛选。可谓是绞尽脑汁。今年的主题是“欢乐满堂庆新春”。由于疫情的关系，我们讲演会的会友已经很久没有相聚一堂了，因此这一次的活动反应热烈，活动当天会友们都沉浸在欢歌笑语中，整场晚宴给大家留下了深刻的印象。

很感谢筹委团的所有成员，所谓“人心齐，泰山移”，大家都齐心协力，一起把事情办好。是整个团队的力量把我支撑起来。整个筹备的过程中，碰撞出很多“火花”……当我和一班优秀的人在一起共事，无形中自己也更加严格地要求自己，务必竭尽全力地去完成任务。

在这个项目中所有的小组负责人都很完美地完成了各自的任务。因为他们的能力都很强，大家又都本着付出与服务的精神，所以当这个筹委主席不是很难。当然，也有遇到挑战的时候，这个过程对我而言就是一种学习，让我学习如何去协调和完善不足之处。技能在不断地持续更新中，我相信每个筹委团的成员也都有各自的收获。

一朵鲜花装扮不出美丽的春天……感恩所有出席新春团拜的会友和所有的来宾们！因为有大家，所以才精彩！



相亲相爱一家人





执委培训一 (COT1)



筹委主席
韦伟

COT1是本年度的第一出大戏，深感责任重大。在短短1个多月时间，既要负责我们分区4个分会执委就职典礼，又得抓紧时间，紧锣密鼓筹备和策划COT1培训。

COT1执委培训目的是让新执委了解讲演会体系、执委职责、分会发展目标和愿景，打造通力合作、团结进取、有责任、有担当的优秀团队。

这是第一场久违的实体LV区大型活动。这次培训要求必须完成4个小时，而且上下午连在一起组成，由于餐厅对用餐人数限制，午餐时不得不分成2组用餐，等等。在时间紧、任务重的情况下，虽然面对诸多挑战，但我们有信心，由于目标明确，做好详细计划，提前做好充足准备及大彩排，并有L区V区执委们大力协助，最终带领团队齐心协力共同完成了目标，这场首秀圆满成功，受到执委们一致好评！

感谢我们的筹委团队和台前幕后的所有人员！



执委培训二 (COT2)



感谢L区总监给我机会筹执委培训（二）COT2。从最初连场地都没有，到最终能够在宽敞明亮的礼堂进行活动，整个准备过程历时两个多月，就像在坐过山车，太难忘了！

感谢大巴窑西讲演会执委伸出援手解决了场地问题！

这次COT2是疫情后第一次在线下，而且是L区和V区联办，所以任务艰巨。我和V2分区总监林昌进一起组织了场务、协调、讲师、讨论等大大小小10个小组，邀请小组长们一起实践组织和领导的过程。筹委们遵循讲演会的宗旨，从大事着眼，从小事着手，互相配合、互相支持，将“服务”的价值观真正体现到每一项工作中，最终圆满完成。在此感谢所有参与准备的会友！

在活动中，我不仅提升了自己的领导力，也有机会和更多的会沟通交流，加深友谊。希望在今后有更多的机会为大家服务。



筹委主席
陆瑛孜



教育工作坊（一）



筹委主席
周爱娥

2022年8月20日，很荣幸地邀请到四位非常有经验和非常优秀的讲师：

余焕铭 DTM 主讲：《胸有成竹，步上评论冠军之路》

李卓主讲：《幽默演讲的经验分享》

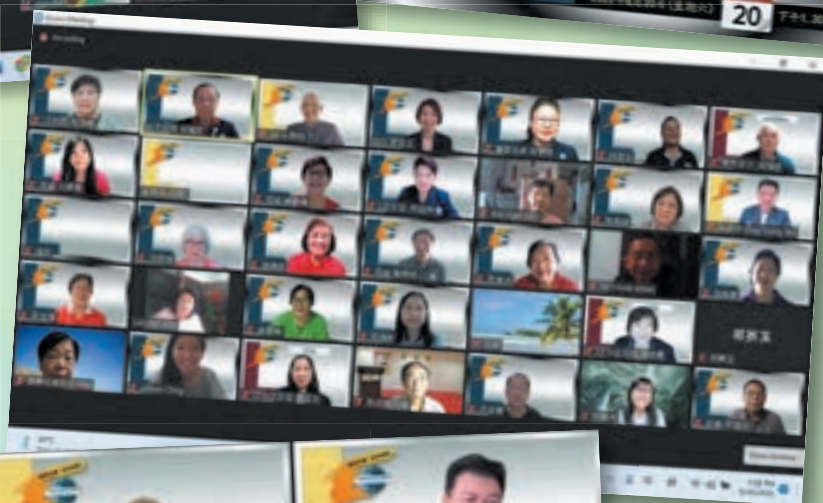
林俊杰主讲：《最新版本比赛主席须知》

张迎祥 DTM 主讲：《评判方针2022》

讲座内容丰富且具有全面性。此工作坊不但培养更多的会友来担任比赛主席和评判主席，让职务人员更清楚了解比赛的程序与规则，同时也让幽默与评论演讲比赛的参赛者们从工作坊中吸取经验，从而更有信心地参赛。

每一位讲师都很用心详细地讲解，也一一回答会友们的提问，来学习的会友们就像久旱逢甘露，工作坊像及时雨，大家学以致用、受益匪浅、获益良多。

感谢四位讲师们的辛苦付出！感谢筹委团各施其职，通力合作！也感谢会友们的参与支持，使这次的教育工作坊圆满顺利结束，感谢有您！



教育工作坊（二）

2023年3月4日下午我们跨国在线展开Zoom教育工作坊（二）！获得L区大家长绍珠总监的信任，让我负责工作坊培训项目，总监就像太阳般温暖地照耀着我们。

很荣幸能邀请到两位L区及L区与V区大决赛上获得优异成绩的讲师，为会友们指点迷津，让参赛选手们学以致用、融会贯通。

讲师林日均：《演讲稿写作方法》

讲师谢丽香：《习惯决定成败》，

讲座内容分享：满满的干货，得到众多会友们的一致好评，感谢两位讲师的无私奉献！为这次教育工作坊划上圆满句号，感谢你们！一场活动离不开筹委团的合作与付出，感谢职务人员：灵魂人物司仪韦伟，海报制作周福祥，技术经理兼宣传文案才女陆瑛孜，事务官胡耀家，摄影师兼事务官李蓝芬，计时员蓝生松，各个都各施其职，才成功顺利举办这次教育工作坊活动。



筹委主席
周爱娥





2022-2023年度 L区幽默暨评论演讲比赛



筹委主席
林政雯

身为L区2022-2023年度幽默暨评论演讲比赛的比赛主席，很荣幸找到V区前总监虞美华卓越讲员担任评判主席，我俩双剑合璧，在极短的时间内，办好这场比赛。我马不停蹄、日夜兼程成立筹委团并投入工作，感谢整个团队的成员合作无间、无私奉献。参赛选手都及时把美丽帅气的玉照发给市场拓展助理总监周福祥，制作动感十足、水平高超的宣传视频，为这次的比赛锦上添花。

我要感谢80区域总监 Niza Khalil DTM 在百忙之中专程莅临比赛现场并发表演讲，使场面增光不少。感谢各分区的冠军，把不畏强敌、勇于挑战的精神发挥到极致，参赛者个个使出浑身解数、全力以赴，令比赛高潮迭起、精彩纷呈。

我要再次衷心感谢筹委团和全体职务人员辛劳付出，感谢线上和线下的观众全程支持和陪伴，还有一群默默耕耘、公正不阿的评判，就因为得到各位志同道合的会友鼎力相助，才让这场比赛交出了漂亮的成绩单。

比赛成绩

L区幽默演讲比赛

(2022.10.29)

冠军：陈鸣骢

亚军：章立

季军：张成明

评论演说比赛

(2022.10.29)

冠军：章立

亚军：张一伟

季军：胡福将



2022-2023年度 L区&V区幽默暨评论演讲总决赛



2022年11月12日，80区域华语幽默演讲暨评论演说总决赛在80区域总监 DD Niza Khalil DTM 的见证下诞生了！

参赛会友都发挥极致、全力以赴。默默耕耘的筹委团队，尽忠职守的评判团队，以及现场热情的观众，更激发起讲员突破自己的动力！

真诚感谢大家的支持与无私奉献，坚持不懈，迈向卓越！



筹委主席
陈绍珠

比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.11.12)

冠军：谢丽香
亚军：章立
季军：张成明

评论演说比赛

(2022.11.12)

冠军：谢丽香
亚军：蔡耀忠
季军：章立





2022-2023年度 L区备稿暨即席演讲比赛



筹委主席
李蓝芬

比赛成绩

备稿演讲比赛

(2023.05.06)

冠军：罗宝玉
亚军：许荔云
季军：许广智

即席演说比赛

(2023.05.06)

冠军：张一伟
亚军：罗志良
季军：张 伟

当我接到要担任2022-2023年度L区备稿演讲暨即席演说比赛主席时，我感到非常荣幸与激动。我立马就组织了比赛筹委团队，无论是一开始就邀请的L区执委，或者是后来自动请缨的会友们，非常感谢他们的无私奉献，让我顺利完成这项任务。在比赛的过程中筹委团队付出了巨大的努力和心血，才使这场L区备稿演讲暨即席演说比赛得以圆满完成。

感谢评判主席蔡鑽莹和她的评判团队，是他们的专业判断和公正评审，为比赛增添了可靠性。

演讲比赛是一个锻炼个人能力与展示才华的机会，国际演讲会是一个让大家学习和成长的平台。

最后，我要特别感谢所有参赛者，感谢你们为比赛带来的激情以及精彩呈献。你们的付出与努力，是比赛成功最重要的环节。无论，结果如何，我相信每一位参赛者都获得了宝贵的经验与成长。

感谢大家的支持与配合，祝愿大家在未来的比赛和工作中取得更加辉煌的成就！



2022-2023年度 L区&V区备稿暨即席演讲总决赛



经过三年的线上比赛，2022-2023年度的备稿演讲暨即席总决赛终于在80 区域年终大会的现场与大家相见了。

在这个充满挑战和机遇的时代，演讲的力量变得尤为重要。

演讲不仅仅是简单的言语表达，它更是一种沟通的艺术。

“激发潜能，创造未来”。

在每个人的内心深处，都蕴藏着巨大的潜能和创造力。

成功并不是一蹴而就的，它需要我们的努力和毅力。

无论我们面对什么困难和挑战，只要我们保持热情和坚持不懈地追求目标，我们就能够克服困难，取得成功。

恭喜获奖会友，诚挚感谢台前幕后工作人员的支持与付出。



筹委主席
陈绍珠

比赛成绩

备稿演讲总决赛

(2023.05.29)

冠军: 许荔云

亚军: 罗宝玉

季军: 裴雪梅

即席演说总决赛

(2023.05.29)

冠军: 张一伟

亚军: 李亚辉

季军: 赵玲华



80区域年终大会



副筹委主席
张迎祥 DTM

The Future Is Now

The Future Is Now 未来从现在开始！

今年年终大会的主题体现出珍惜每一刻，别让机会溜失。因为今天的努力就是未来的成果。

今年我很荣幸再次担任80区域年终大会副筹委主席。感谢80区域教育与质量总监 Swarna Kalyan 和大会筹委主席 Ida Lee 给予我学习的机会，并能与80区域各领导们一起策划活动，我受益良多。

事隔三年，我们重回实体的常年大会活动。许多会友都期待着这场别开生面的大会。我们没让会友们失望，大会全程的节目顺畅又精彩，晚宴更是欢歌笑语。大会主讲嘉宾生动又精辟的演讲，会友们听了都觉得意犹未尽。L区和V区总监精心筹备的中文比赛精彩纷呈。



谢谢全体筹委团员的协助与付出！大会圆满落幕及会友们赞赏的反馈是给予我们的最佳鼓励。我感动，感谢，感恩。



L区&V区 Pathways教育系统 – 新会员培训

非常荣幸受80区域教育总监Swarna Kalyan DTM邀请，我担任Pathways培训的筹委主席，L区V区一起联办，这是我今年担任的第二个大型培训的筹委主席。它很有挑战性，从未参与过类似培训，没这方面的经验，但我非常珍惜每一次学习机会，向资深会友请教，努力把它做好。团队的力量能够创造奇迹，我们齐心协力，当天现场座无虚席，有140多位会友出席，反应热烈！

培训目的是让新学员能够对TI系统有个全面的了解，并希望新旧会友在TI注册新教育系统的比例越来越多。我们的愿景和目标是“现学现卖”，特别安排辅导员和文教手把手教学，帮助学员彻底学会上网选路径及呈报作业。文教学会后可教其他会友，并帮助旧会友与时俱进。这样文教工作相对来说会更加轻松，能帮到各分会长久受益。

感谢80区域总监DD Niza Khalil DTM，80区域市场拓展总监Hakim DTM，80区域公关助理总监伍永邦莅临！感谢讲师和筹委团队及台前幕后人员的付出！



筹委主席
韦伟



目标达成日



筹委主席
钟丽琰

2022-2023年度L区目标达成日于2023年5月20日在大巴窑东民众俱乐部举办。
大会主宾：L区总监陈绍珠。

国际讲演会有一套学习系统，目标达成日也是其中一个项目。需要完成各级别的最后一个作业，并在当天呈现备稿作业，就可以呈报DCP。
我很荣幸担任“目标达成日”筹委主席。

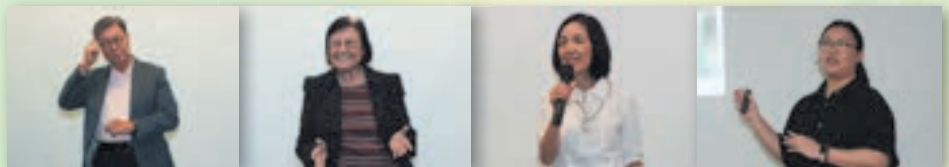
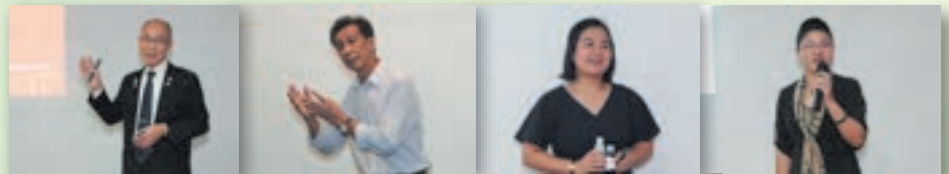
2月份总监就提醒我要开始筹备。我非常感谢8位分区总监执委都来协助。还有9位会友踊跃参与，其中4位会友用新颖的幻灯片让我们耳目一新，他们做好充分的准备，没有紧张、怯场.....这些都是讲演会平台培训的成果。

几位会友讲述生活中的事与物，包括健康常识、生活感悟，等等，每一位都滔滔不绝、言中有悟。

评论员都是资深前辈，解释点评作业的亮点，点明可以完善的空间，大家从中获益匪浅。

我邀请甘慕荣卓越讲员为备稿与评论录制视频，让他们留下美好的回忆.....

感谢台前幕后的会友们鼎力相助，使目标达成日活动圆满呈现！



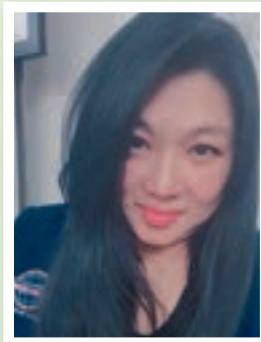
即席PK赛

年初，身为L3分区总监的我被分配到这个艰巨的任务，一个别开生面的全新项目——【即席PK接龙大赛】！此项比赛除了有冠亚季殿军的奖项，我们还特地颁发了【最佳默契组合】【最佳创意奖】以及【最佳即席讲员】。当天，我特地准备一大锅热腾腾的面线糊慰劳所有到场练习与讨论的参赛队伍。

有别于以往的个人即席演说，今年的PK赛，是一组人的即席接龙演讲，需要的是高度的聆听和配合，难度可想而知！看到很多会友在场上努力地配合，真为他们捏了一把冷汗！赛前好几次的比赛规则线上会议、因收到回馈意见而不断删改的幻灯片，陆续对参赛者发出通知，现场不断的控场彩排、进场、上台、传递麦克风、以彩带辨别参赛队伍，所有的程序细节一再强调提醒，为的是让大家在最短的时间里熟悉流程，信心满满地出赛，呈现自己最优越的讲演而不留遗憾！

非常感谢所有参赛者、筹委团员与评判们踊跃参与筹备这场前所未有的即席PK接龙比赛。即便没有以往的经验，大家还是硬抗作战！所以，我觉得大家都是勇士！今天大家都是最大的赢家，也共创了新颖的第一届L区即席PK接龙比赛！非常感谢大家的付出与配合，特别是我的搭档林政雯评判主席无私的协助，已超越她的职责范围，项目结束后我俩相拥喜极而泣。感激八仙过海各显神通的分区总监们的支持与相助，L5分区总监杨育琛制作的网上签到表格，L7分区总监李蓝芬的队伍名称卡，队长拿在手里进场的、粘贴在椅子上的，看似简单，却繁琐，这都是大家为了这一场比赛的付出，让我深深的体会到了什么叫做雪中送炭，心里很是感动、感激！谨记受惠的我也必将此精神传承下去，而对新人的耐心协助与引导才是正确的传承方式。

我也为大家在这次活动展现的协作精神与正能量感到骄傲，录下大家光辉的一刻，让大家有个美丽的回忆。有了这一次的合作，让我更深一层地体会到团队精神的力量！有句话说得好，一个人走得快，但是一个有协作精神与正能量的团队却能把你带到更高更远的领域。



筹委主席
邱宝玲



冠军 - 不二法门队



亚军 - 七巧玲珑队



季军 - 六六大顺队



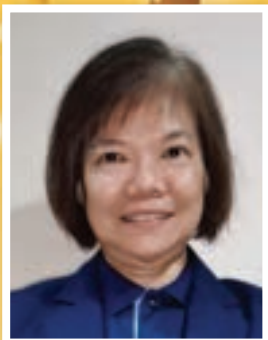
殿军 - 四平八稳队



最佳即席讲员 - 章立

2022-2023年度

L区和谐日



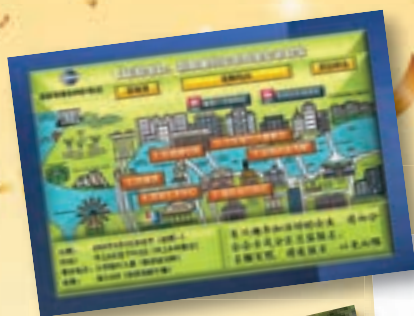
筹委主席
谭秀芳 DTM

阔别了三年的L区和谐日!今年的五月一日劳动节,终于可以再次地与各个分会的会友们相聚在一起出外去游玩啦!首先,感谢八位分区总监以及八个分区的会友们积极报名参与。在15/04/23截止日期,就有一百名会友以及家人报名参加五月一日新加坡河畔半日游,在此,先感谢大家的支持与参与。

五月一日当天,早上八点三十分开始,会友们在大华银行大厦集合点名后,九点正开始由周福祥领队以及另三名导游的带领下,再加上我们四队会友,由导游与两位分区总监兼组长的配合带领之下!大家浩浩荡荡的跟随着周福祥导游讲解新加坡历史,更是听得津津有味,边走边聊,边唱边拍照,各个玩得不亦乐乎,阵阵欢笑声充满了整条新加坡河畔。

感恩!在一个晴空万里,阳光普照下,大家从新加坡河畔顺利地游览到鱼尾狮直到滨海艺术中心!最后一站,中午十二点在娘惹餐馆吃午饭;还有更开心的是五月一日也是杨厝港华语演讲会的二十三周年庆,以及L3分区总监邱宝玲母亲七十三岁的生日,真是惊喜连连!会友们在一片欢笑喜乐中,圆满结束了L区和谐日半日游的活动。

衷心感谢:导游:周福祥/鞠路/张伟/林兰卿 财政:谢曼玉 摄影师:张迎祥
小礼品:陈绍珠总监 组长:周爱娥/钟丽璇/林政雯/杨育琛/陆瑛孜/李蓝芬/
邱宝玲/韦祎 总务:周福祥



2022-2023年度L区执委交接仪式



2022-2023年度L区执委交接仪式与表彰大会



筹委主席
陈绍珠

时光飞逝，2022/2023年度的L区总监职务就此卸下。
在这激动人心的时刻，感谢大家的努力和付出。
正是大家的团队精神，才有今天令人欣喜的成绩。
首先，我要向会友们致以最衷心的感谢和最诚挚的敬意。
回顾这一年，我要感谢我的执委团队。
这一年来大家用真诚的心、坚定的信念，
坚持不懈地共同努力。
表现了团队的力量，一路上留下了美丽动人的风采，
心手相连，大家都呈现大爱的精神。
感恩与大家的相遇！这种难能可贵的学习旅程是无法复制的。
我要向所有获奖者表示最热烈的祝贺！
你们的杰出成就和卓越贡献，
不仅为自己赢得了荣誉，也为L区树立了光辉的榜样。
表彰大会不仅是一个庆祝的活动，也是启发和激励的时刻。
让我们聚集在一起，共同祝贺今天获奖的会友。
并向他们表示最崇高的敬意和祝贺。
同时表彰各分会努力和奉献达到卓越的目标。
让我们共同努力，构建一个更加美好的L区！



2022-2023年度L区执委交接仪式与表彰大会



2022-2023年度L区执委交接仪式与表彰大会



2022-2023年度L区执委交接仪式与表彰大会



2022-2023年度L区执委交接仪式与表彰大会



2022-2023年度L区执委交接仪式与表彰大会



L区终身学习奖



终身学习奖获奖者
杨玉冰 DTM

人生就像一本书，每一页都很精彩，讲演会也一样，每次访会都获益良多。常听人说“活到老，学到老”或“学无止境”，用在讲演会是最恰当的。

第一次到杨厝港华语讲演会观摩，才知道是口才班，当时叶锦川会友在讲述讲演会的历史和学习演讲的好处，我被他的演讲深深吸引，当天就加入了讲演会。在之后的七个年头里，我担任了分会执委、分区总监、总监等职务，好像在坐过山车，虽然有起有落，但依然有惊无险地完成任务。

在讲演会，我深深地了解到任何事都必须要先定目标、规划、细心聆听和学习。

这七年，讲演会让我变成不一样的我，脱胎换骨，学到了不同的沟通方式和领导风格。也学到只要肯学肯做肯听，任何事都能迎刃而解。

感谢永春会馆华语讲演会会长李蓝芬的提名，L区绍珠总监的遴选委团队给予肯定，才能获得此奖项。

最后希望大家不忘初心，同心协力，勇往直前，朝向共同的目标，再创辉煌！

业精于勤，行成于思



2022-2023年度 L区杰出会友

杰出会友 ~ 周福祥

我加入国际讲演会大家庭快五年了，很荣幸被评为L区本年度的【最佳会友】。这既是L区对我个人能力的肯定，也是对我做好今后工作的一种鼓励。在今后，我将认真对待每一件事，多思考、多关注，为国际讲演会尽自己的一份力。我将更加积极参加讲演会的各项活动，不辜负L区对我的期望。



2022-2023年度 最佳会长

忠邦华语演讲会 ~ 会长胡耀家

加入忠邦演讲会已经7个年头了！每年忠邦演讲会都取得会长级卓越讲演会的骄人成绩！今年不只获得此荣衔，同时，还荣获最快达成会长级卓越分会奖项！最佳会长这个奖项是属于整个忠邦演讲会的团队。

感谢俊杰文教，他和会友们的默契合作和辛勤付出，使我们在教育体系中获得满分！我也要感谢顺喜前会长举办口才训练班，使忠邦演讲会招收到9位新会员！

感恩忠邦有一群优秀的，充满热诚的会友，更有各司其职，富有使命感的执委团队。大家本着对演讲的热情，把忠邦演讲会推向更高的巅峰！



最快达成会长级分会

最快达成会长级卓越分会 ~ 忠邦华语演讲会 (L4分区)



增员最多的分会

增员最多的分会 ~ 醉花林华语讲演会 (L1分区)



年刊发布会

2021-2022年度年刊

于今年一月八号成功发布了

如果你问我是怎样的心情，

我会说我感到非常荣幸与骄傲。

兴奋与喜悦之情无法用笔墨来形容！

我很高兴担任这一届的年刊筹委主席，见证这本年刊的问世，这本年刊记录了L区20周年庆典，也记录了这一年的活动和会友们的成长史。希望多年以后，当我们再度翻阅这本年刊时，能够唤起你美好的回忆和感动！

在这本特刊中我们也见证了大家的无私付出和成长的喜悦。

年刊筹委组成员们都是在工作之余挤出时间来帮忙征稿、收稿、校对、筛选活动照片、整理稿件，等等。我在此由衷地感谢年刊筹委组的成员们！以及每一个为这本年刊付出的会友们。

希望在讲演会学习的道路上一同携手同行，勇于挑战自己，完善更好的自己！

再次鸣谢所有刊登广告的赞助商！

谢谢大家！



2021-2022年度
年刊筹委主席
刘辉华





80区域龙虎榜 Hall of Fame

年度	奖项	得奖者
2013-2014	80 区域最佳会友奖 District Toastmasters of the Year 2013-2014	黄国荣 DTM
2014-2015	80 区最佳总监奖项 Division Governor of the Year 2014-2015	张迎祥 DTM
2018-2019	80 区域 District Director Citation Award 2018-2019	黄国荣 DTM、张迎祥 DTM 甘慕荣 DTM、陈惠榕 DTM
2018-2019	80 区域 Division Outstanding Award 2018-2019	L 区
2019-2020	80 区域最佳会友奖 District Toastmasters of the Year 2019-2020	卓凯帝 DTM
2019-2020	80 区域 Mandarin Chair For Outstanding Service Mandarin Vice Chair For Outstanding Service	黄国荣 DTM 吴仰正 DTM
2019-2020	80 区域 District Director Citation Award 2018-2019	张迎祥 DTM、甘慕荣 DTM 陈惠榕 DTM、符之莉 DTM
2020-2021	80 区域 President' s Distinguished Division	L 区

L 区龙虎榜

年度	L 区总监	卓越讲员	杰出会员奖	终身学习奖
		苏兆赞、陈传妹、陈瑞莲		
		李秉萱、云天翰、钟俊源		
2002-2003	王建彬			
2003-2004	余金鄱		郑福安	
2004-2005	萧桂蓉			
2005-2006	林保玲	郑来发	王世武	
2006-2007	杨海镇		王洪顺	陈诗海
2007-2008	郑来发	陈丽卿	余煥铭	林宝金
2008-2009	叶锦川	郑福安、许超才	陆添庆	黄国荣
2009-2010	王洪顺	黄国荣	崔励光	林保玲
2010-2011	陈娣奴	周坤明、简碧如	陈惠榕	陈蕴梅
2011-2012	吴仰正	陈慧双、郑添登、谢丽香、雍双荣	黄国荣	曾祥光
2012-2013	黄国荣	叶锦川、吴仰正、王洪顺、陈娣奴、张迎祥、陈蕴梅	蔡科成	吴仰正
2013-2014	陈惠榕	陈惠榕、蔡科成	张迎祥	简碧如
2014-2015	张迎祥	甘慕荣、李银好	甘慕荣	林明娟
2015-2016	甘慕荣	凌秀凤	凌秀凤	陈惠榕
2016-2017	凌秀凤	何小璐、黄稚璞	张宝财	郑福安
2017-2018	倪梅慧	倪梅慧、杨芳	杨玉冰	凌秀凤
2018-2019	陈哲奇	黄健良、张宝财、黄国荣、林明娟、卓凯帝、蒋瑞财 杨玉冰、陈哲奇、张成明、黄圆芳、严伟慷	林明娟	倪梅慧
2019-2020	卓凯帝	洪佩琳、简健丰、余煥铭、易 嫣、符之莉、陈鸣骢、 丘曦廂、许志慧、刘裕荣、陈玉兰、陆添庆、谢瑞发、 叶俞兰、陈 绫、徐 颖	丘曦廂	张宝财
2020-2021	杨玉冰	平晓原、蔡顺喜、陈荣贵、陈小萍、夏静华、沈王玲、 王儷潔、谭秀芳	符之莉	周顺成
2021-2022	林俊杰	翁慧贞	汤丽珠	余煥铭
2022-2023	陈绍珠		周福祥	杨玉冰

龙虎榜

L 区龙虎榜

年份	幽默演讲比赛冠军	评论演讲比赛冠军	备稿演讲比赛冠军	即席演讲比赛冠军
2002	蔡光发			
2003	朱金仙	蔡光发		蔡光发
2004	张夏平	黄旭光	林日均	
2005	余焕铭	朱金仙		
2006	陈小萍		林日均	
2007	郭石福			
2008	朱 宁	余焕明	温爱丽	何君强
2009	蔡金德	蔡金德	刘晓义	
2010	张成明	翁婉芬	陈小萍	吴莲花
2011	黄秀玲	杨楚芳	朱 宁	徐志豪
2012	谢奇学	蔡金德	李卫锋	罗智胜
2013	陆美君	杨楚芳	胡福将	张 睫
2014	洪佩琳	林志伟	陈利福	刘旭春
2015	张成明	黄国荣	李爱群	黄国荣
2016	周顺成	黄国荣	陈利福	李庆玲
2017	叶俞兰	周顺成	徐 颖	何毅童
2018	叶俞兰	黄国荣	罗宝玉	李令達
2019	陈哲奇	罗 曼	罗宝玉	罗志良
2020	陈利福	李 卓	陈利福	蔡金德
2021	徐 颖	李 卓	杨新莉	李 卓
2022	陈鸣骢	章 立	罗宝玉	章 立
2023			罗宝玉	张一伟



L1分区总监 韦玮

疫情散去，讲演会各种活动恢复到线下。作为分区总监就要花更多时间去参与和策划，做的多学的多，天下没有不劳而获，也没有劳而不获的道理。非常珍惜这一年的时光，不仅提升演讲能力，同时也提升领导能力。

L1分区是多语言文化：大巴窑西华语讲演会、醉花林华语讲演会、白桥粤语讲演会和醉花林潮语讲演会。担任分区总监是一个非常棒的学习体验，学习如何带领分会和协助分会完成卓越分会计划，感谢这一届的会长，他们经验丰富，并懂得传承。无论我遇到任何难题，都能得到热心解答和帮助。

我们L1分区团结一致，无论是80区域举办的活动，还是L区和L1的活动，4个分会都积极踊跃参与。这一届我们L1会员总人数153人，新会员还在增加中。我们L1人才济济，更是挺进L区及L区与V区幽默总决赛，为L1赢得荣誉，作为L1分区总监的我深感骄傲！

祝L1分区继续精彩！

比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
(2022.10.02)	(2022.10.02)	(2023.04.23)	(2023.04.23)
冠军：陈鸣骢	冠军：凌秀凤	冠军：许广智	冠军：张伟
亚军：张一伟	亚军：林安纳	亚军：关洁明	亚军：李文俊
季军：刘艳芬	季军：黄圆芳	季军：邓家惠	季军：刘艳芬



L1分区 大巴窑西华语讲演会

2022-2023年度可说是大巴窑西华语讲演会的新篇章。

走在一起，来之不易

如人饮水，冷暖自知

"无框"的演讲，现场观众的热烈反应，是对讲员最大的鼓励。令人激动的氛围，是在线演讲不能与之媲美的。但是，我们也不忽略在线会议带来的便利，延续享有在线的便利，让其淋漓尽致地发挥作用。

有着优势地理位置的大巴窑西民众俱乐部，提供了会员舒适且特优的学习环境，执委们大力的支持与协助更是不在话下。

一起凝心聚力，开拓创新。

天时、地利、人和，万事俱备。

大巴窑西华语讲演会将继续绽放异彩！生生不息！



会长 刘艳芬

L1分区比赛成绩

幽默演讲比赛

季军 刘艳芬

即席演说比赛

季军 刘艳芬

执委名单

会 长	刘艳芬
文教副会长	林明娟
会员副会长	余焕铭
公关副会长	黄健良
秘 书 长	许志慧
财 务 长	张美梅
事 务 长	严伟慷
前 会 长	郑福安
	丘曦厢





会长 许志顺

执委名单

会 长 许志顺
 文教副会长 方 萍
 会员副会长 黎文顺
 公关副会长 高胜峰
 秘 书 长 黄丽珠
 财 务 长 邓秀兰
 事 务 长 黄永明
 前 会 长 杨新莉

急救分会的一年过后，今年是醉花林讲演会复原之届。自就职仪式起，执委就片刻不憩，马不停蹄地确定了本会发展的方向，锁定目标并针对教育、惜员、增员、培训依次制定工作蓝图。一年下来，在全员积极、和睦的协力之下，本会在各个方面都得以成长。教育方面从一个较凌乱的状态重新梳理，在文教副会长方萍的带领下，会友们按序进入作业节奏。公关副会长高胜峰在会员严重流失的情况下，找回了温馨和欢乐。稳固了士气后，会员副会长黎文顺再一鼓作气领队迅速扩招会员。而在秘书长黄丽珠、财政长邓秀兰和事务长黄永明的合力之下，例会和活动运作无间，整体质量得到大幅度提升。我有信心，本会会持续创佳绩，更会重夺整个大区最大的百人大会之銜！

会内比赛成绩

幽默演讲比赛

冠军：张一伟
 亚军：高胜峰
 季军：张 伟

评论演说比赛

冠军：林安纳
 亚军：张 伟
 季军：单 峰

备稿演讲比赛

冠军：许广智
 亚军：张 伟
 季军：高胜峰

即席演说比赛

冠军：张 伟
 亚军：高红梅
 季军：林安纳



L1分区 白桥粤语讲演会

每个月的第三个星期五，我们都沉浸在充满欢声笑语、温馨的气氛中学习说广东话。很感谢国际讲演会，让我们一方面能够学习语言，一方面又能学习领导技能、沟通技巧。每一种方言都有其独特的地方，广东话也不例外，正因为如此，白桥粤语的会员，用粤语越讲越过瘾，越学越有趣！每一次的例会，每一次的演讲比赛，会友们都乐在其中，方言沟通不限于一种语言，广东话沟通起来，有其可爱动听的地方。

愿我们都拥有一双好奇的眼睛和一颗童心，不断地探索、求知、开拓，学无止境。

担任了粤语讲演会的会长，感觉任重道远，分会除了传承讲演会精髓，还多了一项使命，传承广东文化，会友们，让我们继续努力，让其发扬光大，愿其渊远流长，万古长青！



会长 凌秀凤 DTM

会内比赛成绩

幽默演讲比赛

冠军：陈鸣骢
亚军：甘慕荣
季军：陆美君

评论演说比赛

冠军：黄国荣
亚军：凌秀凤
季军：符少霞

备稿演讲比赛

冠军：陈鸣骢
亚军：关洁明
季军：欧桂华

即席演说比赛

冠军：关洁明
亚军：甘慕荣
季军：李文俊

执委名单

会 长	凌秀凤
文教副会长	符少霞
会员副会长	冼耀德
公关副会长	关洁明
秘 书 长	陈鸣骢
财 务 长	陈惠贞
礼 宾 司	程春兰
前 会 长	甘慕荣





会长 周顺成 DTM

世界第一个潮语讲演会就在新加坡醉花林俱乐部！

醉花林潮语讲演会是潮语爱好者和潮人提高口语表达能力和交流技巧的业余欢聚活动之地，同时也强调了保留潮州传统文化、传承潮语的意义与使命。执委团协力组织例会、会友交流活动，如：户外徒步、卡拉OK歌唱等，以促进友谊。潮州人说的自己人“胶己人”。

学习潮汕话是一个有挑战的过程，因为它有着独特的语法和发音方式，而通过克服这些挑战，你可以获得很多快乐和成就感。

学习潮汕话也是了解潮汕文化的途径。潮汕文化包含独特的饮食、音乐、戏曲等方面，通过学习潮汕话，我们可以更好地了解和感受潮人文化。

欢迎有兴趣的朋友加入我们潮语讲演会！

执委名单

会 长	周顺成
文教副会长	黄圆芳
会员副会长	陈素玲
公关副会长	陈舜梅
秘 书 长	林兰卿
财 务 长	许俊忠
礼 宾 司	黄瑞荣
前 会 长	林月英

会内比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.09.21)

冠军：刘裕荣
亚军：周顺成
季军：许俊忠

评论演说比赛

(2022.09.21)

冠军：周顺成
亚军：刘裕荣
季军：许俊忠



L2 分区

2022-2023年度对我是意义非凡的一年，很荣幸出任L2分区总监，这一年，我可以说是在战战兢兢中砥砺前行。

战战兢兢是因为我是“线上宝宝”，好似绒毛鸭子刚下水——一切都从头学起。有幸得到许多资深会友的帮助，才得以顺利完成讲演会赋予的使命。

一年来，通过筹划和组织一系列活动，比如：“L2 和谐日”、“迪沙鲁两天一夜游”、L2分区在新春团拜呈献的哑剧，L区和谐日，即席PK比赛等活动，我们派出的“不二法门”队，合作无间、过关斩将、脱颖而出，勇夺即席PK赛冠军，章立荣获最佳即席讲员，令团队收获满满。让我对国际讲演会有了更多的认识，拓展了人脉，更重要的是得到了磨练，极大增强了我的综合能力，可以说是收获满满。

作为分区总监，看到L2会友们的积极参与，不断奋进，我也倍感欣慰。感谢大家团结一致，携手共进！让我们继续秉持“志同道合献良策”的精神，一起卯足干劲，让L2分区继续勇攀高峰，再创辉煌！



L2分区总监 林政雯

比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.10.22)

冠军：章立

亚军：蓝生松

季军：周福祥

评论演说比赛

(2022.10.22)

冠军：章立

亚军：谢曼玉

季军：周福祥

备稿演讲比赛

(2023.04.16)

冠军：陈明川

亚军：谢曼玉

季军：闫函

即席演说比赛

(2023.04.16)

冠军：李兆辉

亚军：陈明川

季军：谢曼玉





会长 林政雯

友诺士华语讲演会已26岁了。这26载，在前辈们奠定的良好基础上，会友们众志成城，不断壮大团队，新鲜血液每年都在涌现。

身为本届会长的我，在各位执委的支持与无私奉献下，在例会与培训会友演讲技巧方面，力求创新与趣味性，达到学习与玩乐平衡的演讲氛围，吸引每位会友积极参加例会及各项活动。一些会友出席例会的次数增加了，他们的演讲技巧提高了，参加比赛更主动了……

这一年，我付出了时间和心血，收获了执委的信任和会友的热情。这一年，本会又一次获得“会长级卓越讲演会”的荣誉，并且吸引了14位新会友，我自己也提高了带领团队的能力和演讲技巧。

这一切必将深深地刻在我的记忆中，成为我演讲之路的美好一页。我会把友诺士讲演会的优良传统传承下去，让友诺士华语讲演会继续熠熠生辉！

执委名单

会长 林政雯
 文教副会长 迟秀芝
 会员副会长 谢曼玉
 公关副会长 符爱琳
 秘书长 邱永梅
 财务长 梁丽嫦
 礼宾司 陈保谕
 前会长 蓝生松

会内比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
(2022.09.21)	(2022.09.21)	(2023.03.15)	(2023.03.15)
冠军：蓝生松	冠军：谢曼玉	冠军：谢曼玉	冠军：洪明德
亚军：洪俊智	亚军：洪俊智	亚军：洪明德	亚军：谢曼玉
季军：凌秀凤	季军：李红燕	季军：凌秀凤	季军：凌秀凤



L2分区 榜鹅园民众俱乐部华语讲演会



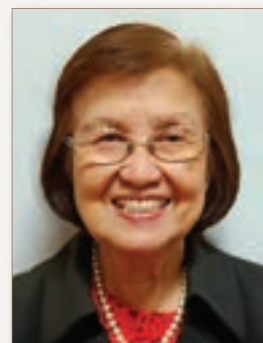
参加讲演会的目的，就是坚持不懈地学习，同时也了解到作为一名会员，必须分担责任。因此，我接受了会友的推选，扛起会长的重任。

本会会员偏少，增员是燃眉之急！

除了面对疫情的冲击，又因榜鹅园联络所已经拆除搬迁，本会还面临“会所”无着落的问题，幸好大家毫不气馁，每月坚持举行线上例会。特别令人振奋的是：L区与V区总决赛中，章立会友夺得幽默演讲亚军、评论季军。圣诞节前夕，本会租借福州会馆举行庆祝会，同时召开例会。

目前，梁氏公会已答应提供活动场地。

担任会长，与其说是考验一个人的领导能力，不如说是磨练一个人的处世待人之道。胡适说得好：“醉过才知酒浓”。我们应该不忘初心，做到胡适所说的“也想不相思，可免相思苦。几次细思量，情愿相思苦”。该负的责任，就该义不容辞地扛起！



会长 胡佛成

L2分区比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛
(2022.10.22)	(2022.10.22)
冠军：章立	冠军：章立

L区比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛
(2022.10.29)	(2022.10.29)
亚军：章立	冠军：章立

L区与V区总决赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛
(2022.11.12)	(2022.11.12)
亚军：章立	季军：章立

执委名单

会长	胡佛成
文教副会长	杨玉冰
会员副会长	李蓝芬
公关副会长	章立
秘书长	甘慕荣
财务长	倪梅慧
礼宾司	张迎祥
前会长	陈宝莲





L2分区 友诺士双语讲演会



会长 周爱娥

在国际讲演会80区域L区的讲演会里，友诺士双语讲演会是唯一一间中英文双语的特色分会。

今年我担任会长职务是非常有挑战的，因为我只会说华语而已，不过我愿意接受挑战。

很幸运的是今年招募到很多新会员加入，为分会注入了新鲜的血液，让分会有了新的生力军。

最关键的是2022-2023年度执委团和会员们的通力合作，大家同心协力，各施其职地鼎力支持与付出，今年能达到会长级卓越的目标，这一切的功劳归于每一位会员们的努力付出与支持，感谢您的支持与协助！

由于是唯一的双语分会，我们的目标就是培养更多想提高华语和英语两种演讲能力的会友们，希望各位会友们要坚持不懈、不忘初心，让你们的梦想和愿望能够实现！

最后，我要感谢创会会长沈来银的提携！对于我来说，这也是一个千载难逢学习的好时机。

执委名单

会 长	周爱娥
文教副会长	闫 函
会员副会长	蔡荔仔
公关副会长	周福祥
秘 书 长	梁伟荣
财 务 长	沈来银
礼 宾 司	杨志玲
前 会 长	林本华



L2分区比赛成绩

备稿演讲比赛

季军：闫 函

即席演说比赛

冠军：李兆辉



L2分区 新加坡华语演讲会

时光飞逝，今年感觉过得特别快，因为疫情好转了，我们在2022年9月份开启了线下例会活动。再一次可以和会友们面对面交流，感觉特别地珍惜每一次的例会活动。珍惜彼此之间的每一次会面！珍惜当下拥抱和会员们一起学习、一起玩乐的每一次快乐时光！

今年由于各种原因，在执委团的一致同意下，我们决定改为每个月一次例会，这让我们可以把更多的精力和资源聚集起来，把每一次的例会办得更丰富、更精彩！我们也将做定期的回顾和调整！

总的来说，今年是一个既忙碌又充实的一年，我们正在紧锣密鼓地筹备口才班，为比赛做准备以及为DCP分数做最后的冲刺！

新的年度即将来临，希望新加坡华语演讲会响应我们一路以来的宗旨。在有压力、有挑战的生活和工作环境中，演讲会是一个可以输出的平台、减压的平台，也是一个力求创新、玩乐学习的平台！所以我们坚信在执委团的带领和所有会员的共同努力下，新加坡华语演讲会可以继续力求创新、玩乐学习。



会长 陈瑾

执委名单

会 长	陈 瑾
文教副会长	杨永顺
会员副会长	陈明川
公关副会长	李玮玲
秘 书 长	陈海霞
财 务 长	林金河
礼 宾 司	黎文顺

L2分区比赛成绩

备稿演讲比赛

冠军：陈明川

即席演说比赛

亚军：陈明川





L3分区总监 邱宝玲

感

谢大家的信任推荐我担任L3分区总监，在2022-2023年度为L区服务。

能与7位分区总监在这一届一起共事，我深感无比荣幸也见识了人间的冷暖真谛。更发现我们8个分区总监们，无论是思想频率还是磁场都是非常接近的，所以在很多场合都合作愉快，携手共进。大家也都有大爱的精神，都是爱心满满的为团队付出。这一年飞逝如箭，特别在临近卸任的这两个月，四海八荒的比赛都看到八仙助阵！

L3分区的3个分会：

1.中华总商会华语讲演会

2.实乞纳心灵讲演会

3.ACCA华语讲演会

更是合作无间，在春节表演【最炫民族风】一起留下了美丽动人的风景，也留下了一起携手走过的足迹。

今年的8个分区总监，经历了这一年大家都更加且详细了解到国际讲演会有这样多的流程。真的是收获满满的一年，越复杂学得越多越快！感恩一切相遇！不能复制的这种难能可贵的学习旅程。

我们的团队在这一年里积极突破万难再创奇迹！为我们一起合作无间的默契感到骄傲！

感谢这一年里我们并肩作战！把L区的讲演会带向更高更强的领域，让更多人受益。为传承中华文化做出一份贡献。

比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.10.08)

冠军：胡福将

亚军：王光武

季军：叶静雯

评论演说比赛

(2022.10.08)

冠军：陈贤秀

亚军：周福祥

季军：叶静雯

备稿演讲比赛

(2023.04.15)

冠军：罗宝玉

亚军：周福祥

季军：叶秋凤

即席演说比赛

(2023.04.15)

冠军：罗宝玉

亚军：周福祥

季军：张 丹



亲 亲爱的会友们：

时光荏苒，我即将卸任主席。回首过去一年，我们面临了很多挑战，因为要从线上例会转到现场例会，也要从西部场地转到商会大厦，为了鼓励会员以积极的心态回到实体例会，我们团结一心、互相鼓励、共同努力，终于度过难关，重新回归商会大厦的怀抱，开始了全新的例会。

诚挚感谢每位会员的热情参与和积极反馈！更感谢大家的无私奉献！回家的感觉真好，我们在新的环境下一同感受到了家的温馨，在新的例会场地共度好时光、共同成长。

我即将卸任主席之职，我相信我们商会华语讲演会将会在新一届领导团队的带领下继续发展壮大。我们有优秀的、充满激情的会员，有尽职尽责，富有使命感的领导团队，有团结和融洽的俱乐部氛围，相信我们一定会携手创造出更多的精彩！

感谢讲演会平台，让我们结识了很多优秀的人才，也祝愿新加坡中华总商会华语讲演会越办越好！明天会更好！

感谢大家！



会长 叶秋凤

会内比赛成绩

幽默演讲比赛 (2022.09.14)	评论演说比赛 (2022.09.14)	备稿演讲比赛 (2023.03.22)	即席演说比赛 (2023.03.22)
冠军：王光武	冠军：胡福将	冠军：罗宝玉	冠军：罗宝玉
亚军：陈贤秀	亚军：汤丽珠	亚军：胡福将	亚军：叶秋凤
季军：叶秋凤	季军：费秀华	季军：叶秋凤	季军：傅淑翔

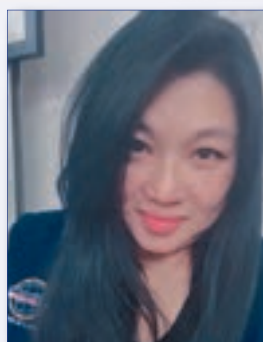
执委名单

主 席	叶秋凤
文教副主席	舒 姜
会员副主席	王光武
公关副主席	林源丰
秘 书 长	陈 刚
财 务 长	陈思敏
事 务 官	章 立
前 主 席	胡福将





会长 陈哲奇 DTM



会长 邱宝玲

执委名单

会长 陈哲奇 / 邱宝玲
 文教副会长 叶靖雯
 会员副会长 林宸如
 公关副会长 邱宝玲
 秘书长 景殿龙
 财务长 周福祥
 礼宾司 文传铭
 前会长 王薏铭



时光如白驹过隙，心灵华语讲演会已经走过8年，并已蜕变成【实乞纳心灵华语讲演会】！这一路走来充满着艰辛与奋斗。实乞纳心灵华语讲演会面临最大的挑战便是希望会友中有70%是属于实乞纳的居民，特别是如今实乞纳民众俱乐部已迁到新址，以全新的面貌、全新的建设来为邻近的居民服务。即便面临如此重大的挑战，执委们还是不屈不挠坚持下去！

要特别感谢前L区总监陈哲奇会友与前L3分区总监王薏铭会友这些年来一直给予实乞纳心灵华语讲演会的鼎力支持与协助。年初，哲奇会友更是忍着脚伤，挨家挨户到邻近组屋敲门，送上500张宣传单并亲自介绍讲演会，当时招收了16位新人，并在2月开办了口才训练班！

如今，峰回路转，实乞纳心灵华语讲演会越过了逆境，重新起航。我们拥有全新的景象，我期盼实乞纳心灵华语讲演会来年的辉煌。

最后，对于本届的执委与会友，以及所有帮助心灵华语讲演会成长的人士们，在此由衷感谢。

会内比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.09.29)

冠军：陈哲奇

亚军：叶静雯

季军：周福祥

评论演说比赛

(2022.09.29)

冠军：陈哲奇

亚军：王薏铭

季军：周福祥



L3分区 ACCA华语讲演会

诞生于2019年中期的ACCA华语讲演会应该是国际讲演会里最年轻的分会吧，他刚满半岁就不幸碰上了全球性疫情，讲演会都被迫转入线上举办例会活动，顽强地生存了下来。2022年6月因着会友们的“谬爱”选举我担任会长，虽然面临重重困难，诸如人员流失较多，会友们工作繁忙（主要都是会计师）无法固定参会，等等，我们还是努力坚持下来。

终于2022年开始恢复线下例会，并根据实际情况确定了小而精的办会风格，力求为会友们搭建一个锻炼口才和思维的平台。虽然我资历尚浅经验也不足，幸亏有执委和顾问林文诚及张丹会友的大力支持，每月例会能够定期举办，近期还吸收了一批新会友，实现了发展壮大的目标。

我相信只要众志成城不畏困难，我们ACCA华语讲演会一定能办出我们的特色，展示我们的实力，成为L区一颗璀璨的明珠！



会长 杨波

L3分区比赛成绩

即席演说比赛
(2023.04.15)
季军：张丹

执委名单

会 长	杨 波
文教副会长	章 立
会员副会长	姜晓英
公关副会长	梁 辉
秘 书 长	陈淑玲
财 务 长	黄莲姬
前 会 长	陈淑玲





L4分区总监 胡耀家

L4分区执委的团队分别由茂桥、大巴窑中、碧山和忠邦，4个分会的会长、文教和会员副会长所组成。

很庆幸能够担任22-23年度的L4分区总监，扮演着分会与L区之间的桥梁及提升分会会友之间凝聚力的角色。

今年刚好疫情开放，分会也纷纷回到实体例会！我便开始全力以赴地出席分会活动、比赛，并定期访会，还组织了L4和谐日活动。

一分耕耘，一分收获，在这段任期之内，我增强了自己的领导和协调能力，建立了与各分会会友的良好关系。团队成员一起协作，也都获得了个人的成长和发展。以L4和谐日龟咯岛（Kukup）两天一夜游为例，在顺喜、碧娟、璩因、慕荣和凯帝的精心策划和带动下，38位会员与家属度过了一段气氛和谐的美好时光，活动办得非常成功！

回顾过去一年的经历和成就，对每位团队成员带来的正面影响、付出及肯定，表示衷心感谢！



四平八稳队荣获即席PK赛殿军

比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
(2022.08.10)	(2022.08.10)	(2023.04.15)	(2023.04.15)
冠军：陈俊杰	冠军：黄国荣	冠军：许荔云	冠军：蔡顺喜
亚军：姚福清	亚军：伍慧琳	亚军：陈佩汕	亚军：陈俊杰
季军：黄国荣	季军：陈俊杰	季军：黄丽婷	季军：黄国荣



*许荔云会友代表L4分区参加LV备稿总决赛，荣获冠军



L4分区 大巴窑中民众俱乐部华语讲演会

成立于1995年2月1日的大巴窑中民众俱乐部华语讲演会已迈入第28个年头，感谢会员们的支持与陪伴！

虽然这届增员与惜员面临重重困难，但是无阻会友们追求卓越的信念！

恭喜陈梅英会友成功达成【精通演讲】级别3和4！

恭喜L4分区总监胡耀家会友成功达成【领导力培养】级别3、4和5，并且获颁“三连冠”荣衔！

恭喜陈俊杰会友获得L4分区的即席演讲比赛亚军！

恭喜黄丽婷会友获得L4分区备稿演讲比赛季军！

提升口才，迈向成功！

欢迎您也加入大巴窑中民众俱乐部华语讲演会，成为我们的一份子！



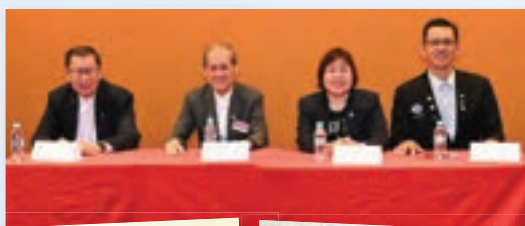
会长 卓凯帝DTM

会内比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲观摩赛	即席演说观摩赛
冠军：甘慕荣	冠军：甘慕荣	冠军：陈俊杰	冠军：黄国荣
亚军：陈俊杰	亚军：黄国荣	亚军：黄国荣	亚军：陈俊杰
季军：黄国荣	季军：伍慧箴	季军：曾祥光	季军：符之玮

执委名单

顾问	符之玮
会长	卓凯帝
文教副会长	伍慧箴
会员副会长	黄国荣
公关副会长	甘慕荣
秘书长	黄丽婷
财务长	曾祥光
礼宾司	陈惠榕
前会长	符之莉
理事	胡裕初
	陈玉兰





会长 卓凯帝 DTM

执委名单

会 长	卓凯帝
文教副会长	陈佩汕
会员副会长	蔡璿因
公关副会长	周思颖
秘 书 长	伍慧箴
财 务 长	许荔云
事 务 长	黎文顺
前 会 长	伍慧箴
创 会 会 长	黄国荣
理 事	黄国荣
	陈惠榕
	陈小萍

茂桥讲演会成立于2000年，目前共有33位学员，例会的活动逐渐回归线下，目前第2个星期三的例会保留综合型模式，第4个星期三的例会纯线下。

“有些事不是看到了希望才去坚持，而是因为坚持才会看到希望。”

今年的增员活动规模扩大，但口才班的询问度却异常冷清，幸好大家没有因此而感到气馁，反而越挫越勇。在执委和理事们的多方努力下，我们成功招募了9位新学员，以满分10分的佳绩获取会长级卓越讲演会荣衔。

今年我们举办2次会内比赛且成绩不俗，也获得会友们大力的支持。黄国荣会友荣获L4分区评论冠军；许荔云会友荣获L区与V区总决赛备稿冠军。茂桥凑齐4项演讲总决赛冠军杯，可喜可贺！

随着疫情解封，我们也恢复组团跨境交流的活动，希望在往后的日子里，会友们能继续大力的支持我会所举办的所有活动，群策群力，共建一个更理想的学习环境。

在此祝愿茂桥讲演会百尺竿头，更进一步！

会内比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
冠军：陈利福	冠军：黄国荣	冠军：许荔云	冠军：黄国荣
亚军：黄国荣	亚军：蔡璿因	亚军：蔡璿因	亚军：欧阳孜怡
季军：蔡璿因	季军：伍慧箴	季军：陈佩汕	季军：苏呈乐



L4分区 碧山华语讲演会

光 阴似箭，今年碧山讲演会已步入了第九年。

2019年我加入碧山讲演会。加入八个月后就参与执委团，担任秘书长。2020年我就担任文教副会长以及今年的会长。感谢张美梅前会长的推荐，让我有机会和执委团一起学习，并共同提升领导能力。

碧山连续六年获得卓越会长级分会的荣衔。我的第一个任务就是要和执委团队与会员们达成共识、设定目标、共同努力与奋斗。我们要百尺竿头，更进一步。要实现增员计划可不容易，要靠团队合作。感谢我的执委团队的合作精神和努力，尽心尽力的付出。虽然未能举办口才训练班增员，却让我们的新旧会员有机会完成三次口才培训课程。

下一届就是碧山讲演会的十周年。我祝愿我们齐心协力，薪火相传，飞越巅峰！



会长 林碧娟

L4 分区比赛成绩

幽默演讲比赛

亚军：姚福清

执委名单

会 长	林碧娟
文教副会长	李艳萍
会员副会长	姚福清
公关副会长	程春兰
秘 书 长	李艳萍
财 务 长	高素玉
礼 宾 司	鞠 路
前 会 长	张美梅





会长 胡耀家

执委名单

会 长	胡耀家
文教副会长	陈俊杰
会员副会长	陈春敏
公关副会长	黄金菊
秘 书 长	符之莉
财 务 长	王丽美
事 务 长	白玉芬
前 会 长	蔡顺喜

忠邦演讲会成立于2016年。我会一直都取得骄人的成绩，年年取得会长级卓越演讲会的荣衔。

2022年中，恰逢忠邦民众俱乐部拆迁重建，工程一直到2027年才竣工！在这段期间，我们借用养生村作为例会场所。

为了继续与忠邦民众俱乐部保持密切联系，身为会长的我、之莉、顺喜、俊杰和爱娥，应俱乐部管理层的邀请，于2022年11月30日，与他们分享忠邦演讲会的例会活动，讲演会的价值观和教育体系！很庆幸获得了管理层主席的欣赏与认同，立刻答应让我们继续在俱乐部举办例会，完成了我的心愿！

在前会长顺喜的协调之下，我们成功筹办了口才训练课程暨新秀观摩会，并取得不俗成绩，招收到八位新会员。会友们也发挥了同心协力的精神，相互扶持，一起学习成长，永闯巅峰！

会内比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
(2022.09.22)	(2022.09.22)	(2023.04.04)	(2023.04.04)
冠军：陈俊杰	冠军：陈俊杰	冠军：陈 珮	冠军：陈 珮
亚军：关洁明	亚军：韦 扬	亚军：蔡顺喜	亚军：蔡顺喜
季军：蔡顺喜	季军：关洁明	季军：关洁明	季军：韦 扬



居其位，安其职，尽其成而不逾其度。在担任L5分区总监的这一年里，我受益良多。从更宽广的角度学习。我看到很多会友在讲演会的无私付出。以铜为镜可以正衣冠；以人为镜可以明得失。别人就是自己的一面镜子，可以折射自己的不足。只有不断地觉察不足才能不断地完善自我，才能更好地为分区服务。

L5的四个分会都有各自的特色和各自需要加强的地方。我看到各分会的执委们都齐心协力地把各项会务做到最好。看到他们的无私付出，我觉得很感动。在这个平台里学习既有得到也有付出。无论你想要提升哪方面的能力，只要你积极主动地去承担责任，就一定会有许多意想不到的收获。

时光荏苒，一年的任期就这么过去了！感恩这一年的历练！

祝福所有的会友们都能在讲演会策马扬鞭，成为更好的自己！



L5分区总监 杨育琛

比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
(2022.10.07)	(2022.10.07)	(2023.04.23)	(2023.04.23)
冠军：张成明	冠军：张一伟	冠军：陈鸣骢	冠军：张一伟
亚军：李 卓	亚军：李 卓	亚军：张一伟	亚军：苏温雁
季军：杨合兴	季军：夏静华	季军：张成明	季军：陈鸣骢





会长 杨育琛

担任这一届会长，为本会做贡献，我感到“与有荣焉”。本会执委团的资深会友经验丰富，他们的协助让我倍感安心。潮安讲演会成立20年了，每项会务都在正确的轨道上有条不紊地前进。

面对挑战，只要抱着开放与学习的态度，没有解决不了的问题。令我感动和欣慰的是，资深会友们对我这“初生之犊”照顾有加。感谢执委团成员和会友们的付出！细节决定成败，会友们注重细节，拥有独到的眼光和宏大的格局。我们互助互补，共同营造更好的学习氛围，为会友们提供更好的支持。

会友们对潮安怀有非常特殊无法言传的情感，这就是凝聚力。我们把自我挑战、自我突破的精神发挥得淋漓尽致，并致力于帮助自己和会友们实现终身学习的目标。由衷感谢会友们的互相支持与携手合作，让我们一起在平凡的岁月里，留下五彩斑斓的足迹！

会内比赛成绩

执委名单

会长 杨育琛
 文教副会长 林俊玉
 会员副会长 洪楚叶
 公关副会长 张成明
 秘书长 余焕铭
 财务长 朱碧
 礼宾司 李静明
 前会长 陈贞霖

幽默演讲比赛

(2022.09.26)

冠军：张成明
 亚军：蔡钦华
 季军：刘艳芬

评论演说比赛

(2022.09.26)

冠军：张成明
 亚军：夏静华
 季军：黄德伟

备稿演讲比赛

(2023.03.27)

冠军：张成明
 亚军：陆添庆
 季军：林俊玉

即席演说比赛

(2023.03.27)

冠军：姚松家
 亚军：张成明
 季军：陆添庆



在一次偶然的情况下，认识了我的知己和蓉，她向我提起讲演会。我也不知道讲演会到底是在搞些什么，就这样糊里糊涂地安排在2016年的一天去观摩，结果让我爱上了讲演会。我就签下了报名表格，参加了我首间讲演会，也就是在裕廊西的。

后来由于住家方便，我就转去义顺南华语讲演会，也让我认识到原来义顺南是这么温馨！会友们都很有上进心、很爱做作业、很友善，是相敬如宾的一个讲演会，让我觉得在这里将是我最后一个讲演会，也不会再离开了。义顺南讲演会是一个没有教授、没有讲师、没有老师的平台，每位会友都是你的讲师，我也是别人的讲师，就是这样子，你学我、我学你，大家互相学习。因为每个会友都有每个会友的专长，那么无形中我们将学到更多，也学到外面学不到的知识，从而达到非常快的效果。只要你肯学习，知道你当初为什么进来讲演会；只要你不放弃，努力再努力，坚持再坚持，那么你一定会计看到你加入讲演会前后的不同与飞跃！

感恩讲演会！



会长 黄昌瑚

会内比赛成绩

幽默演讲比赛 (2022.09.22)	评论演说比赛 (2022.09.22)	备稿演讲比赛 (2023.04.04)	即席演说比赛 (2023.04.04)
冠军：张一伟	冠军：张一伟	冠军：张一伟	冠军：张一伟
亚军：李卓	亚军：李卓	亚军：王春珍	亚军：黄植辉
季军：陈向雪	季军：陈向雪	季军：陈向雪	季军：陈向雪

执委名单

会长	黄昌瑚
文教副会长	张一伟
会员副会长	陈向雪
公关副会长	李卓
秘书长	庄鲁珍
财务长	黄植辉
礼宾司	黄爱琴
前会长	王春珍





会长 陈国炎

我从2022年7月1日至2023年6月30日担任经禧华语讲演会会长职务，并于2022年7月18日主持本会第13届执委组织的第一次例会活动。这是现场例会，会员们都很兴奋！大家终于能够面对面交流，学习沟通技巧。

即使在新冠肺炎大流行期间，会员人数也没有因此而大幅度减少。这在很大程度上归功于我们讲演会执委的不懈努力和无私奉献。

使用网络平台继续在线讲演活动，我可以自豪地说，经禧华语讲演会无论是在学习经验还是社交互动方面，都是最好的分会之一，这也是会员选择继续保留成为会员的原因。

“讲演会计划”为会员提供终身学习基本技能和领导力发展的机会。无论在日常生活、工作中，还是社交互动中都能发挥作用。

我祝大家有一个美好的 2023 年和更多美好的瞬间！

执委名单

会长 陈国炎
 文教副会长 朱匪蓁
 会员副会长 王珮云
 公关副会长 陈鸣骢
 苏温雁
 秘书长 刘铭珍
 财务长 姚菲
 礼宾司 郭书娴
 前会长 周伟荣

会内比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
冠军：陈鸣骢	冠军：陈鸣骢	冠军：陈鸣骢	冠军：沈名坤
亚军：苏温雁	亚军：朱匪蓁	亚军：周伟荣	亚军：陈鸣骢
季军：郭书娴	季军：郭书娴	季军：沈名坤	季军：苏温雁



L5分区 新加坡揭阳会馆讲演会

今年是新加坡揭阳会馆讲演会的第三年头了。

我很荣幸当上本年度的主席，在会友们的合作下，揭阳会馆讲演会获得卓越讲演会的荣衔。我要感谢揭阳会馆会长林宝顺博士，署理会长许怀平，创会主席Dato Sri 洪静源PBM和前主席邹杰威的鼓励与支持，以及会友们的合作。

新加坡揭阳会馆讲演会创会至今不是一条平坦的道路。幸好我们遇到一班热心会友帮忙还有我们L区的领导们的看顾及指导，还有会友默默的耕耘。

在揭阳会馆讲演会，我们的例会活动除了一贯的备稿作业、即席演讲外，我们还会邀请各界资深讲员来分享他们的专业，如：金融投资、书画，还有潮州文化的讲座，这使我会更添色彩。揭阳会馆讲演会是以华语及潮语演讲，我们会有更多人加入一起来学习。

祝愿新加坡揭阳会馆讲演会的会友们同心协力，携手共进，共创辉煌！



主席 陆玉娥

执委名单

主 席	陆玉娥
文教副主席	陈松熙
会员副主席	杨合兴
公关副主席	谢赛英
秘 书 长	郑琇心
财 务 长	陈瀚威
事 务 长	郑赛玉
前 主 席	邹杰威





L6分区总监 陆瑛孜

时间过得很快！2022-2023年度已到了尾声。这一年我在杨厝港、榴梿园、永春和华族文化四位会长和执委的大力支持和帮助之下，完成了分区总监的任务。每个分会都尽了最大努力，取得了好成绩。从比赛到教育讲座，每一次活动中会友们积极主动、尽心尽责的态度都让我感动，也真正体会到演讲会成为“百年老店”离不开众多热心会友的支持。L6分区也在国家体育场附近举行了和谐日活动，不仅健身，也跳舞唱歌，让大家有温暖家庭的感觉。

总之，L6分区会一如既往，聚沙成塔、集腋成裘、志同道合、所向披靡！。

比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
(2022.09.26)	(2022.09.26)	(2023.03.27)	(2023.03.27)
冠军：潘念欣	冠军：韦新风	冠军：张玉珊	冠军：张玉珊
亚军：吴嘉玮	亚军：平晓原	亚军：云月菊	亚军：张贤桂
季军：张贤桂	季军：周银海	季军：谢瑞发	季军：许志慧



L6分区 杨厝港华语讲演会

讲演会是一个把我从惜字如金、胆小怯懦的女生锻炼成今天能够在台上从容不迫、侃侃而谈的领导者的地方。更是在杨厝港华语讲演会会友们的信任和现任执委团的支持与努力下，我才能有幸且不负众望地成为第23届的会长。

会友们来自四面八方，大家放下自己的身份和背景，在同一个环境里互相尊重并一起学习和成长是非常难能可贵的。讲演会大大小小的活动，比如说日常例会、会内比赛、户外活动和聚餐等。让我们对生活多了一份期待和热诚，也为往后的日子增添多几分故事。

回顾起这一年的点点滴滴，我心中充满喜悦和感恩。

在此祝愿杨厝港讲演会继续发光发热，成为众人眼中那颗闪耀的钻石。

我们一定行！



会长 李昱雯

会内比赛成绩

幽默演讲比赛 (2022.09.30)	评论演说比赛 (2022.09.30)	备稿演讲比赛 (2023.04.14)	即席演说比赛 (2023.04.14)
冠军：吴嘉玮	冠军：平晓原	冠军：云月菊	冠军：曾华优
亚军：潘念欣	亚军：韦新凤	亚军：谢瑞发	亚军：李昱雯
季军：云月菊	季军：丁丽娟	季军：李昱雯	季军：张竣豪

执委名单

会 长	李昱雯
文教副会长	吴焕明
会员副会长	曾华优
公关副会长	韦新凤
秘 书 长	吴嘉玮
财 务 长	潘念欣
礼 宾 司	彭士嫣
前 会 长	邓丽蓉
理 事	陆瑛孜 谢瑞发





L6分区 榴槤园华语讲演会



会长 李丽明

我在2016年12月加入榴槤园讲演会，在当时只想提升自己的华语发音，以及克服上台演讲的恐惧。后来被鼓励参赛，并达到了胜任讲员的目标。

2019年新冠疫情爆发，所有的活动都在线上进行。我也忙于线上活动，从而完成了胜任领袖的目标。

我在讲演会学习了好多新知识，也对讲演会的运作更了解了。最大的成就，就是在L和V区的大小比赛中担任各种职务，让我从中学习并确认了每个职务的职责与要求，并看到了每项活动的全面部署和贯彻过程！

2022年10月15日，本会张贤桂荣获L6分区幽默演讲赛季军，可喜可贺！

受佩琳会友的推荐，我当了2022-2023年度会长，却面临了一个挑战：要继续在线上进行例会，还是线下实体例会，或者综合形式？最终，会友们决定恢复实体例会！虽然遇到不少挑战，但也一一克服了！

期望榴槤园讲演会不断向前迈进，再创另一高峰！

执委名单

会 长	李丽明
文教副会长	洪佩琳
会员副会长	张宝财
公关副会长	戴淑芳
秘 书 长	李会生
财 务 长	陈昱熹
礼 宾 司	辜燕娇
前 会 长	洪佩琳

L6分区比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.10.15)

季军：张贤桂

即席演说比赛

(2023.04.20)

季军：张贤桂



L6分区 永春会馆华语讲演会

初次加入永春会馆华语讲演会的时候，我留意到会友们抱着热衷的心情学习演讲。身为第五届的永春会馆华语讲演会会长，我知道自己的职责。很开心能找到志同道合的朋友，毅然决然地与大家借由这样的一个平台来提升自己的演讲技巧及沟通能力，一起让这股热情继续蔓延。

也希望借着永春讲演会的新口号“永怀初心，春情厚谊”，把永春华语讲演会办得越来越好！

在此，也衷心地感谢永春会馆提供了一个舒适宽敞的会议室，让大家如沐春风地学习演讲！

没有完美的个人，只有完美的团队。

感谢所有的执委，感谢你们这一年来的陪伴！你们就像家人一般，鼎力合作、无私奉献，照亮永春会馆讲演会，也让我的会长之路得以完美地落幕。

有你们真好！



会长 李蓝芬

会内比赛成绩

幽默演讲比赛

冠军：梁劭泽
亚军：张丽萍
季军：杨玉冰

评论演说比赛

冠军：周银海
亚军：杨玉冰
季军：张丽萍

备稿演讲比赛

冠军：张丽萍
亚军：林黎鹭
季军：戴锦德

即席演说比赛

冠军：林黎鹭
亚军：张丽萍
季军：徐德梅

执委名单

会 长	李蓝芬
文教副会长	张雪莉
会员副会长	钟丽璇
公关副会长	吴保桦
秘 书 长	杨玉冰
财 务 长	张丽萍
礼 宾 司	李鸣丽
前 会 长	张丽萍





会长 翁嘉鸿

尊敬的L区领导们各会友大家好！

光阴似箭，华族文化讲演俱乐部已经两岁了！我代表本会向友会的各位经验丰富的各区总监及资深前辈对本会的支持及协助，表示诚心感谢！有大家的支持和协助才能令本会过去一年办的例会活动获得广泛好评。

同时也感谢本会的各执委们在工作百忙中，抽出宝贵时间办好每场例会和每次活动！

希望本会的独特的定位及传承五千年中华文化、诸子百家的哲学思想及华族价值观等等的內容，让本会及友会会友除了学习讲演技巧及领导力之外，也学习了中华文化等的博大智慧。

再次感谢大家的支持，祝各位身体健康，事事如意。

执委名单

会长	翁嘉鸿
文教副会长	翁慧贞
会员副会长	丘曦厢
公关副会长	张玉珊
秘书长	许志慧
财务长	章立
礼宾司	严慧菱
前会长	翁嘉鸿
创会会长	翁嘉鸿
	翁慧贞

L6分区比赛成绩

备稿演讲比赛

(2023.04.20)

冠军：张玉珊

即席演说比赛

(2023.04.20)

冠军：张玉珊

季军：许志慧



作为为期一年的L7分区总监，我感到非常荣幸和自豪，这也是我在国际讲演会生涯中非常宝贵的经历。

这一年来，我真的学到了很多東西。作为分区总监，我必须负责照顾三个分会：汤申民众俱乐部华语讲演会、白桥闽南语讲演会和白桥正心讲演会。除了上传下达来自L区甚至80区域的讯息，我也必须时刻保持与所有分会执委团队成员的沟通，并确保他们了解我们的目标和动机。这需要我具备一定的领导能力，而我也必须学会如何与不同的人沟通，了解他们的需求并给与协助。我更必须学会如何解决问题，并在面对挑战时保持冷静和灵活。

我要感谢三个分会对我的信任和支持，没有他们的配合，我们无法完成这一届的任务。

总之，这一年对我来说是非常有价值的。我得到了许多重要的经验，并与很多优秀的人一起合作。我希望未来的日子里，我能够继续学习和成长，坚持追求卓越。

最后，再次感谢大家给我的支持，祝愿大家在未来的讲演道路上取得更大的成功和进步！



L7分区总监 李蓝芬

比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.10.16)

冠军：陈哲奇

亚军：罗志良

季军：陈利福

评论演说比赛

(2022.10.16)

冠军：陈哲奇

亚军：林月湄

季军：陈利福

备稿演讲比赛

(2023.04.29)

冠军：梁京华

亚军：罗志良

季军：胡福将

即席演说比赛

(2023.04.29)

冠军：罗志良

亚军：吴慧君

季军：胡福将





会长 温伟民

各位尊敬的讲演会会友们：

感谢会友们这一年来参与汤申华语演讲会的活动，在活动筹备过程中，会友们投入了大量的时间和精力，提供了无私的帮助，我们才能在这里收获无数的感动。非常感激所有为此付出的会友们。

我也要感谢我们的演讲嘉宾们，他们分享了非常宝贵的经验和见解，让我们更加深入地了解讲演会，感谢他们用智慧和经验为我们提供了如此精彩的演讲，帮助我们更好地了解了人生、事业和社会。

最后，我要感谢陈哲奇会友赞助我们例会的茶点，也要感谢帮忙筹办口才训练班的会友们，我们为此增添三位新会友！

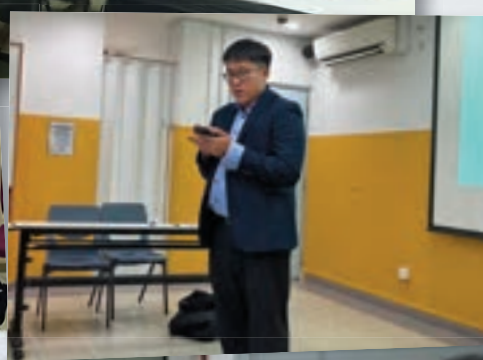
再次感谢大家的支持和付出！

执委名单

会 长	温伟民
文教副会长	陈国樑
会员副会长	关明强
公关副会长	罗志良
秘 书 长	王卫兵
财 务 长	温伟民
礼 宾 司	陈哲奇
前 会 长	陈哲奇

会内比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
冠军：罗志良	冠军：陈哲奇	冠军：罗志良	冠军：林月湄
亚军：陈哲奇	亚军：林月湄	亚军：王卫兵	亚军：罗志良
季军：陈国樑	季军：罗志良	季军：温伟民	季军：温伟民



L7分区 白桥闽南语讲演会

时光飞逝，白桥闽南语讲演会已经步入第5个年头，在这成长阶段，我们依旧面对许多挑战，尤其是在保留会友与招收新会友方面，纵然如此，闽南语讲演会依然招收到数名新会友。

与其他许多分会一样，白桥闽南语讲演会也因为疫情接近尾声而恢复到线下活动，终于在2022年11月我们全面恢复了线下的例会活动，会友们齐聚一堂，倍感亲切与温馨。

今年2月白桥闽南语配合V区的厦门公会举办闽南语口才班，这是一个全新的尝试，我会有数名会友协助了这次的口才班，希望它能成为往后我们举办口才班的宝贵经验。

最后，无论是例会会议或口才班的举办，白桥闽南语获得了许多会友的帮助，使得活动可以顺利进行并圆满结束，在此对参与的会友致以万二分的谢意。



会长 陈利福

L7分区比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.10.16)

季军：陈利福

评论演说比赛

(2022.10.16)

季军：陈利福

执委名单

会 长	陈利福
文教副会长	符之莉
会员副会长	张迎祥
公关副会长	谭秀芳
秘 书 长	庄露珍
财 务 长	张美梅
礼 宾 司	陈亚福
前 会 长	卓凯帝





会长 吴慧君

白桥正心华语讲演会的宗旨是：淡泊明志，宁静致远。

我们要学会把眼前的名利看得轻淡，内心宁静贯注地学习，这样就会有明确的志向和目标，才能走得长远。

在担任会长的过程中，让我体会到：“成事于和睦，力生于团结”。守护讲演会很不容易，有你们真好！

白桥正心华语讲演会最大的特点就是有很强的凝聚力。会友们默默地付出不求回报，遇到突发事件都会采取互帮互助的态度，对彼此非常信任，使团队变得更加团结。

一兵不能成将，独木不能成林。感谢这一年来支持和帮助正心的会友，有你们的支持，正心讲演会才能坚持到今天。让我们继续抱着这样的学习态度一起守护讲演会！

执委名单

会 长	吴慧君
文教副会长	小川匠
会员副会长	李佩德
公关副会长	张 露
秘 书 长	黄淑华
财 务 长	谭丽瑾
礼 宾 司	沈和坤
前 会 长	范君丽
创 会 会 长	梁京华

会内比赛成绩

备稿演讲比赛

(2023.03.20)

冠军：梁京华
亚军：胡福将
季军：甄炎玲

即席演说比赛

(2023.03.20)

冠军：胡福将
亚军：吴慧君
季军：甄炎玲



尊敬的L区讲演会会友们！大家好！

感谢平晓原以及杨玉冰两位辅导员的鼓励，让我有勇气接受挑战！其实内心是忐忑不安的！正所谓：书到用时方恨少，事非经过不知难。

L8分区有四个分会：多妮国际华语讲演会、哥本峇鲁华语演讲会、大巴窑东精进华语讲演会以及淡滨尼尚育华语演讲会，四个分会都各有特色。我想：不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香！

在这些日子里，感触也特别多，也许是感受到中华文化的传承。资深会友无私的奉献精神，非笔墨所能形容，让我深感敬佩。尤其是在大巴窑东精进讲演会里，会友们之间关系亲切，交流时笑声不断，像家人般地温暖。

总之，在讲演会里，如何发挥谁都无从模仿的独创性，如何去创新的领域，掀起新的浪潮，这正是睿智的流露，是所有的竞争上不断获胜的泉源。发现新奇的构想，汲取无穷的创意，它并非全靠“知识”产生出来的，与大家共勉之。



L8分区总监 钟丽琰

比赛成绩

幽默演讲比赛

(2022.10.09)

冠军：李明凌

亚军：黄素玫

季军：刘辉华

评论演说比赛

(2022.10.09)

冠军：李文俊

亚军：李明凌

季军：施 琪

备稿演讲比赛

(2023.04.09)

冠军：刘辉华

亚军：李文俊

季军：陈淼焱

即席演说比赛

(2023.04.09)

冠军：施 琪

亚军：刘辉华

季军：林明娟





L8分区 淡滨尼尚育华语讲演会



会长 罗国顺

加入讲演会五年多了，在这条漫长的演讲路上，我一直怯于登上讲台，每次上台演讲都是一次内心的煎熬。

然而一年又一年，一拖再拖，最终还是被推登上了会长宝座，也在会友们“会长长，会长短”的前呼后拥下迷失了自己，莫名地觉得自己真的很行了。然而，接踵而来的各种职务，却让平庸的我措手不及，瞬间被打回了原形，也因此压力重重，不知如何是好。

幸好讲演会的会友们不离不弃，陪我一路同行，默默地支持我，做我坚强的后盾，我才得以慢慢站稳脚跟，砥砺前行。衷心感谢尚育的会友们多年来的陪伴和支持。

让我们一起在讲演的道路上不断挑战、不断进取，尽情追逐自己的梦想。

愿大家百尺竿头，更进一步！

执委名单

会长	罗国顺
文教副会长	林俊杰
会员副会长	施 琪
公关副会长	李明凌
秘书长	李伟星
财务长	陈文喜
礼宾司	许三弟
前会长	李明凌

会内比赛成绩

幽默演讲比赛

冠军：李明凌
亚军：康振清
季军：李碧智

评论演说比赛

冠军：李明凌
亚军：康振清
季军：施 琪

备稿演讲比赛

冠军：康振清
亚军：施 琪
季军：李碧智

即席演说比赛

冠军：康振清
亚军：施 琪
季军：李伟星



L8分区 多妮国际华语讲演会

2022-2023年度，交棒接棒、交棒接棒，循环不息！接下圣旨走马上任，开卷细阅拟定远景，规划目标。

升堂商议、商议、再商议，共达六次，最终达成协议。正所谓不先商议，所谋无效，谋士众多，所谋乃成。感谢执委团、顾问和教练的辛劳付出。

从启蒙、幼儿、小学至初中的岁月，感激执委团与我共渡有惊无险的过山车。过程中，偶尔轻歌曼舞、凉风习习。突遇狂风，接着下起了倾盆大雨，雨过天晴的心情是愉悦的，不料晴朗的天空中，突然响起了雷声，令人措手不及，经过一番努力，最终躺在一片绿油油的草原上。

由衷感激友会会友的支持和鼓励。会友们积极地参与备稿作业和备稿演讲比赛，甚至脱颖而出代表L8分区进入L区大决赛。此外所拟定的其中三项规划也达成了作业目标获得“三连冠”的荣衔徽章，“增员成功”和向外观摩，担任职务等。这都是多妮国际讲演会家庭成员共同付出和努力的成果，我在这里发自内心地称赞，你们真棒！

七月的钟声即将响起，候任执委团来接棒，灿烂的朝阳迎接你们，让我们在讲演会中继续努力呈献最佳的表现。

会内比赛成绩

幽默演讲比赛	评论演说比赛	备稿演讲比赛	即席演说比赛
冠军：苏凯立	冠军：吴芳杏	冠军：李炳辉	冠军：李炳辉
亚军：刘辉华	亚军：刘辉华	亚军：刘辉华	亚军：刘辉华
季军：戴锦德	季军：苏凯立	季军：陈淼焱	季军：吴芳杏



会长 吴芳杏

执委名单

会 长	吴芳杏
文教副会长	钟丽璇
会员副会长	戴锦德
公关副会长	陈荣贵
秘 书 长	黄圆芳
财 务 长	黄稚璞
礼 宾 司	陈淼焱





L8分区 大巴窑东精进华语讲演会



会长 林俊杰

作为这届大巴窑东精进华语讲演会的会长，我深感责任重大，也深知自己还有很多需要学习和提升的地方。在这里，我想向所有支持和鼓励本会的会友们致以最真挚的谢意。正是因为有了你们一路来的支持，大家才能在这十年间走过漫漫讲演之路，迎来今天的圆满成果。

作为一名讲演者，我们的任务不仅仅是在台上表达自己，更重要的是通过讲演，为听众带来启迪和感悟。在今后的日子里，我和我的接任者们将不断地努力，打造更高水平的讲演会，为会友们提供更多优质的演讲资源。在这个过程中，我们也会不断地反思和总结，不断地寻找创新和突破，为大家呈现更加精彩的讲演内容。

最后，我想说的是，大巴窑东精进华语讲演会的未来是光明而又广阔的，我们将继续携手前行，共同创造更加辉煌的明天！

会内比赛成绩

执委名单

会长	林俊杰
文教副会长	卓凯帝
会员副会长	黄国荣
公关副会长	陈蕴梅
秘书长	李元济
财务长	林素璘
事务长	陈惠贞
前会长	卓凯帝

幽默演讲比赛

(2022.09.27)

冠军：甘慕荣
亚军：黄国荣
季军：凌秀凤

评论演说比赛

(2022.09.27)

冠军：张迎祥
亚军：陈蕴梅
季军：伍慧箴

备稿演讲比赛

(2023.03.28)

冠军：凌秀凤
亚军：张一伟
季军：甘慕荣

即席演说比赛

(2023.03.28)

冠军：张一伟
亚军：甘慕荣
季军：林明娟



林明娟代表精进晋级L8分区
获得即席演说季军



L8分区 哥本峇鲁华语讲演会

这一年，有12位新会员加入我们这个快乐的大家庭，大家把自己最优秀及擅长的一面在例会活动和比赛中充分地展现出来。大家积极参与、共同合作、相互支持、相互帮助，尽心尽力地付出。在L区总监和L8分区总监的陪伴、监督及带领下，大家在这个平台上共同学习、鼓励、成长。

随着讲演会的成长，会员的参与度和积极性提高了，各项制度和系统也逐步完善。资深会友们在各种活动中出钱、出人、出力，起了身先士卒的作用，带领大家积极参与其中并维护好它，同时也把这种情怀传递给来参加例会的友会会友。

我们的会训是：锐意创新，追求卓越。

成绩都是大家付出的成果。感谢大家的陪伴、支持和鼓励！

让我们展望新的一年，更上一层楼，吸引更多的优秀人士入会，在陪伴成长的路上，一路充满欢声笑语！

致以深深的谢意！



会长 卢景兰

会内比赛成绩

幽默演讲比赛

冠军：张一伟
亚军：黄素玫
季军：李文俊

评论演说比赛

冠军：张一伟
亚军：黄素玫
季军：李文俊

备稿演讲比赛

冠军：王 芳
亚军：李文俊
季军：于淑跃

即席演说比赛

冠军：李文俊
亚军：王 芳
季军：卢景兰

执委名单

会 长	卢景兰
文教副会长	徐 颖
会员副会长	谢瑞发
公关副会长	李文俊
秘 书 长	苏甘雅
财 务 长	李佳欣
礼 宾 司	甘慕荣
前 会 长	庄爱莲





陈鸣骢 DTM

《医生的话》

重点

- 股市上涨
 - 进入紧急室
 - 家人探病
 - 主治医生与病人沟通
1. 修补心脏的洞
 2. 手术的过程
 - A. 麻醉
 - B. 搏胸骨
 - C. 插管
 - D. 停心脏
 - E. 切开心脏
 3. 对医生的信心
 4. 感谢医生的分秒必争努力

-----@@@@@@@@-----

2020年10月的股市数据再次提醒了有上升，也因疫情感染病例减退，我和投资者进场“买入”，就开始谨慎注意股市的波动。

突然发现心脏有点儿上气不接下气。心跳不规律，血压升高，在医院的紧急室求救。经过心脏扫描，医生告诉我，心脏出现“房间隔缺损”就是心脏有个洞，我必须住院观察。

有个下午，太太到病房来探我，还切了苹果给我吃，我还没有咬一口，心脏外科手术主治医生与他的助手和麻醉师到我面前来。

医生：你的病情严重，必须要动心脏手术修补心脏的洞，不然心脏会膨胀衰弱。这是一个大手术，有巨大的风险。

太太：你会把他的心脏挖出来吗？

医生：我们会给他全身麻醉后，打开胸部，因人的心不正，心脏不在中间，而人也是偏心，所以是靠左边，我们会打开胸腔，显露心脏，连接心脏与人工心肺机的管道，将血液引入人工心肺机，借助于人工心肺机暂时代替人的心和肺维持生命，使心脏停跳。

我：那我不是死了！

医生：不会你只是先到下面潇洒走一回，我们会在手术台《等着你回来，我等着你回来》。接下来心内手术正式开始。。。

医生：您心脏就好像桌上的苹果，我先把它切割开来。哎呀！是一粒烂苹果和您的心脏一样有个洞，我就用一片Hansaplast贴布来补上您的心洞。再把心脏缝好，也算心脏手术操作完毕，用电动棒来刺激心脏肌肉恢复病人的心跳和呼吸。接下来就停止人工心肺机运转，拔除连接病人与人工心肺机的管道。

太太：万一心脏不跳，那怎么办呢！

医生：那就不好说了。只有《神》才知道。

我：为什么《神》才知道？

医生：我已经尽力了，只好听天由命！等着神迹出现！

我：您是高级顾问医生，您会有办法。。。

医生：你们要知道医生不是万能，但肯定尽一切能力。

医生：医院与新传媒在拍一部“连续剧”给公众知道《医生不是神》

我：今天我可以站在这里与大家分享，真得感谢医生们尽力，感谢神啊！保佑我这种发灾难财的人。

大家要好好照顾自己的身体，不要日夜拼命去赚钱却丢掉自己的生命是不值得。

区备稿冠军讲稿《放飞梦想！》- 罗宝玉

背包、护照、机票，都准备好了，人间天堂我来了！

“人间天堂尼泊尔冒险之旅”。等了20年，我高中时期的梦想终于实现了！

这可要感谢我的闺蜜，因为她说，再不冒险，我们就老了。

闺蜜果然最了解我，第一天就安排去跳降落伞！她知道我恐高呀！看到我苍白的脸，她笑着说：“战胜恐惧最好的方法，就是~面对恐惧！跳降落伞不是你一直以来的梦想吗？勇敢地面对吧！”

带着忐忑不安的心，我跟着闺蜜乘坐旅游小巴，一路颠簸，来到一座山顶，看到很多降落伞铺在地上，却没有看到小飞机，电视上看到的跳伞活动都是从小飞机跳下去的，不是吗？我怎么没有看到小飞机呢？

“这里是尼泊尔，没有小飞机的，我们要从山崖上跳下去。”

“从这里跳下去？”

这是~我梦想中潇洒的冒险之旅吗？这是跳楼吧！我不跳了，我不跳了！

正当我准备溜之大吉时，肩膀被人拍了一下，“别跑！我是你的教练。”哦！是一位身形健硕，有着结实胸大肌的韩国大叔，“教练，危险吗？”“不危险！”“会死吗？”“不会！我已经跳了30年了，没死，没死！”说着就把我绑到了降落伞上，我和教练之间只有一条安全扣连接着。他说只要安全扣没打开，我就没事。

“我说123，你就跳！明白吗？”

“1、2-----”

啊！双腿突然悬空，身子急速下降！完了完了，安全扣没扣好，我死定了！刹那间恐惧感渗透全身每一个细胞，我闭上眼睛。

突然，身子停止下坠，降落伞把我向上拉升，我鼓起勇气睁开眼睛，哇！蔚蓝的天空、连绵的群山、层层梯田，尼泊尔最美的费瓦湖就在脚下。而我就在梦想之上翱翔！刚才的恐惧、害怕都飞到了九霄云外。

这趟冒险之旅，让我直面恐惧，也让我意识到，我们一生当中因为恐惧因为害怕而错过了许多机会，不是能力不足，而是不敢而裹足不前。

战胜高空跳伞这经历，给了我勇气，我决定去做一件我一直想做却不敢去做的事。

2022年12月份，我飞到美国西北的尔若刚~进货，准备开拓孕妇及婴儿用品市场。

当闺蜜知道时，她睁大了眼睛，摸着我的头说：“你是跳伞跳到脑震荡了吗？你当了10多年的美容师，要创业，应该开间美容院呀，为什么涉足一个你不熟悉的行业呢？你不害怕吗？”看到闺蜜苍白的脸，我笑着说：“我当然害怕呀！但勇者带着恐惧前行的。勇敢地奔赴梦想，才有机会在高空欣赏美景。”

从那时起，婴儿用品商店、月子中心、妇产科中心、医院、诊所，不管日晒还是雨淋，我背着产品资料一家一家登门拜访。

每一次推开门之前，我的内心是恐惧的，是害怕的，我害怕失败，我害怕被拒绝。然后，我问自己，被拒绝会比跳降落伞更可怕吗？不会！我要勇敢地踏出这一步，我告诉自己：机会就在门后。去吧！你可以的。也许在门后迎接我的就是韩国大叔呢！

然而，现实是残酷的，结果如我所害怕的那样，我被各种理由拒绝了。

此刻的我，又站到了悬崖上，这次，没有后退之路。我只能硬着头皮，一次次被拒绝后，又一次次推门而入。就像雏鸟学飞，虽然跌跌撞撞，还是努力挥动着小小的翅膀，期待展翅高飞的一天。

不放弃，从失败中学习，继续前进！经过3个月的努力，我的产品上架了，不是1家，不是2家店，而是15家！

这虽然只是一个小小的成功，但我相信只要心怀梦想，有勇气在风雨中继续前行，一定会有展翅高飞的一天！

尼采说过：“人因梦想而伟大。梦想因努力而开花”。追逐梦想，要有冒险精神，更要有一颗坚持到底的决心。

会友们，你们的梦想是什么呢？是站在这个舞台上演讲吗？还是有更大的梦想呢？去实现它吧！也许你会害怕，但成功是带着恐惧前行的。勇敢地挥动翅膀，放飞梦想吧！让我们成为生活的勇者！



罗宝玉



2022-2023年度 L 区幽默演讲冠军感言

幽默的人，在社交过程中让人感到亲切，彼此气氛也没那么严肃。如果拥有幽默的力量、幽默的谈吐、幽默的内涵，掌握幽默口才和幽默技巧，我们也可以成为既有品位，又受欢迎的人。

我认为幽默可以展现不同的情感色彩：

- ♥ 灰色幽默展现内心苦恼和忧愁；
- ♥ 黑色幽默可以展现视荒谬人生为痛苦的心境；
- ♥ 黄色幽默带有色情的暗示；
- ♥ 玫瑰色幽默带有西方美学传统色彩；
- ♥ 蓝色幽默富有东方柔美的诗意。

我的这篇演讲稿是以《医生的话》为主题，从个人生活和工作的体验提取幽默的素材，通过灰色与黑色幽默来展现我以苦为乐、苦中作乐，乐在其中的人生态度。幽默可以应用于工作、生活和交往中的各个方面，它可以为别人带去无限的快乐。它是逗笑品，虽然不一定使人开怀大笑，但却能引发大家莞尔微笑。

用精彩有趣的故事展示的幽默演讲，会让演讲更富有感染力，幽默能使人际关系变得融洽，也让我们的生活充满乐趣。



L 区幽默演讲比赛冠军

陈鸣骢 DTM



2022-2023年度 L 区评论演说冠军感言



L 区评论演说比赛冠军

章立

从个人发展角度来看，我最近几年做得最正确且获益最多的一件事就是加入华语讲演会了。

这让我有机会学习和尝试很多不同类型与风格的演讲，结识很多志同道合且才华横溢的朋友，参与很多有趣又有意义的活动和项目。

对我而言，在比赛中获奖纯属一时侥幸，而能在华语讲演会这个温暖的大家庭中不断进步和成长才是真正值得庆幸的事！

2022-2023年度 L区备稿演讲冠军感言



今年挑战不一样的演说风格。

我的初心是“敢于做不同的尝试，学会不在意别人的眼光”。

这篇演讲的关键字是“冒险”和“敢”。生活中，我们往往因为不敢而错失了机会，因为没有拼尽全力，无法获得最大的成功；因为改变的决心不够坚定，我们无法突破自己。其实，只要比别人多一份勇气，就多一次机会，成功了是结果，失败了是成长。

演讲既是鼓励他人，也是激励自己，更给内心带来力量。所以，每一场演讲，都是一种成长。衷心感谢这一路上给予我支持的会友们，因为有你们的指导和鼓励才有今天的我。感恩遇见。



L区备稿演讲比赛冠军

罗宝玉

2022-2023年度 L区即席演说冠军感言



我加入讲演会近四年，连续四年都有参加即席比赛，三次打入L区决赛，分别获得季军、亚军和今年的冠军，成绩一年比一年进步。

我发现参加比赛可以让人快速成长，而且还会特别享受比赛过程。每次赛完，我都会有新的收获，然后用到下一次的比赛中。除了参加比赛，平时例会也要多做作业、多做评论、多讲即席，积累经验、快速进步。这四年我一共拿到三十多个最佳备稿、最佳评论和最佳即席。

要想即席比赛获得好成绩，光是临场表现还是不够的，平时也要多想、多讲、多记，贮备知识，在头脑中要有一个资料库，所谓“养兵千日，用兵一时”，这样在即席比赛时才有东西可讲。

我鼓励新会友们：平时多做作业、多讲即席、多贮备知识、多参加比赛，在享受比赛过程的同时，获得最快的进步。

张一伟

L区即席演说比赛冠军





许荔云 DTM

我是在一个没有父爱的家庭里成长。我跟爸爸没有互动。他的一些思想和行为，更是让我讨厌。2005年的初试啼声，我是这么说的，“哪一天爸爸走了，我也不会掉一滴眼泪。”不是我无情，而是我们之间一点感情都没有。

爸爸是做生意的，经常新加坡和中国两地跑。所以很少在家。有时一通电话说他会在中国多呆几个星期才回来，然后就匆匆挂了电话。妈妈快崩溃了，不是什么相思难耐，而是家里正等着钱买米买菜呢！我们的生活顿时陷入了困境。我很讨厌这种不负责任的行为！

爸爸在家时，也是他忙他的，我玩我的。可我这个胖子跑起来就像一只小笨象穿上妈妈的高跟鞋（kikok kikok）吵死了。正在做账的爸爸瞪着我。DIAM! Diam 是福建话，安静的意思。我们父女俩就像梁志强拍的那部电影 Diam Diam Era，沉默的年代，说不上几句话，有也只是我挨骂。

长大一点，我就不玩了。干脆躲进房间里 diam diam 地做功课。口渴时，难免要去厨房喝杯水。正在客厅看报纸的爸爸听到了我的脚步声，头也不抬，就朝我的方向丢出一个空的香烟盒。这是明示他要一包新的香烟。我很讨厌烟味，曾经说过“香烟致癌”这4个字，而被骂得狗血淋头。从此，我就再也不敢吭声了。

勤奋好学的我考上了大学。妈妈每次伸手跟爸爸拿钱缴学费时，他每一次都这么说，“女孩子，读这么多书做什么，有什么用！”我很讨厌他看不起女孩子，我很想上前跟他理论。可妈妈暗示我diam，又是叫我安静。她还时常提醒我要尊敬长辈。妈妈为了我，几番波折，讨了一期又一期的学费，让我顺利毕业。

找到工作，领到薪水，我自然只给妈妈家用和零花钱，从来不给爸爸。有一天，妈妈建议我买件衬衫给爸爸。什么？我有没有听错？他不是有钱自己买，为什么要我买？真是匪夷所思。可我始终是个听妈妈话的好孩子：“那要买怎样的衬衫？”妈妈拿着爸爸的一件旧衬衫说：“就买这个，鳄鱼牌，14号半。”你知道我找这只“小鳄鱼”找得多辛苦吗？！我好不容易找到一间商店有卖鳄鱼牌衬衫，14号、15号、16号，14号半在哪里？妈呀！您还真是给我出了一道难题啊！还好，皇天不负苦心人，我终于买到了一件14号半鳄鱼牌衬衫，拿回去给妈妈转交。

农历新年，爸爸穿上了我买的衬衫。有人说，有线条的，好看。他骄傲地回答：“我女儿买的！”我恍然大悟，原来爸爸知道那是我买的衬衫，他看似有在意我买衬衫给他。我的心里是有一点感触的！

照这么看来，我跟爸爸之间不是没有感情，也不是没有爱。而是没有用正确的爱语来表达爱。查普曼博士说了：“每个人接收爱的语言是不一样的。我们要用对方的主要爱语来表达爱，否则对方是永远收不到的。”

我是通过肯定的言语来接收爱的。可爸爸从来没有跟我聊天说话，没有关心的话，没有鼓励的话，更糟的是，我们竟然diam diam了二十多年！所以我从来没有感受到父爱。可是通过那件衬衫，我意外发现爸爸的主要爱语是“礼物”。他收到了我的衬衫“礼物”有所感触。

查普曼博士书上还这么说呢，如果想要收到我渴望的爱，我可以先付出，让对方先感受到我对他的关爱。这个说法不难理解，我学以致用，派上用场。接下来每逢过年过节我都买礼物送给爸爸，只可惜，我不知道他还喜欢什么东西，所以我每次都买同样的。。。鳄鱼牌衬衫，14号半！

爸爸一而再地收到我的礼物，果然打开话匣子了！他依然不苟言笑，“天气太热了，下次买短袖的。”“蓝色太多了，下次买别的颜色。”“不用买这么多件，浪费钱。”原来爸爸期待穿上我买的不同颜色、不同款式的衬衫！他收到了我的爱，居然还关心起我。。。的口袋呢！简单的几句话，对我来说，就像一串珍珠是多么的珍贵啊！我的付出换来了一份，小小份、渴望已久的父爱，尺码不大，就只有。。。14号半。不急，慢慢来，我跟老板预定了几件不同颜色的短袖衬衫，我要继续买衬衫，我要继续送礼物，我要亲自为这份爱加码。16、17，甚至更大的尺码。

可惜，没机会了。我为爱加码的计划泡汤了。老板那几件14号半的衬衫我等到了，可是爸爸，没有等到。他患上肺癌，很快就过世了。爸爸走的时候，我不只掉眼泪了，我还泪流成河。因为我好不容易收到的父爱，再也无法加码，我此生收到的父爱它永远永远就只有14号半！

（唱）后来，我们总算学会了如何去爱，可惜。。。你已不在。

我在这里鼓励大家，即刻就为你和你的伴侣、父母、子女，甚至是兄弟姐妹之间的爱加码，千万不要让你们的爱停留在。。。14号半。

2022-2023年度 L区&V区备稿演讲比赛总冠军感言



糟了！被拍到了！还有人录了一个短视频。明显记录我上台领奖前擦眼泪的画面！这个稿子开始写的时候流了很多泪。比赛时强忍，成绩揭晓时，终于忍不住了。

3月1日星期三会内比赛，我周末还在找灵感。到底要讲什么？记得会友分析过，历年得奖作品不是激励篇就是赚泪篇。当时一听，很多心酸往事浮现脑海，一想到就心痛，怎么能搬上讲台呢？后来决定写与我感情最淡的爸爸，却在拟草稿时哭了两天两夜！所以会内比赛时，我根本没有一份完整的稿。只有大纲！比赛结束后，我这个冠军得主才回家彻夜把比赛稿写下来！

这是我第一次参加华语备稿比赛，想不到会一路杀进总决赛，还夺冠！这要归功于很多会友给予宝贵的点评，让我能把情感拿捏好。这篇稿并没有很多美言佳句，只有以往的生活点滴，我也只是用心演说。恰巧很多观众朋友感同身受，还落泪了。一份演讲稿能引起共鸣，对我来说就算成功了！



L区&V区备稿演讲比赛总冠军
许荔云 DTM

2022-2023年度 L区&V区即席演说比赛总冠军感言



四年磨一剑，非常开心今年终于夺得了L区与V区总决赛冠军。这四年我都有参加即席比赛，三次打入总决赛，一次未获成绩，一次亚军和今年的总冠军。

我发现参加即席比赛真的是有技巧的：首先要理解题意，要明白比赛题目是讲给谁听的。例如今年的比赛题目“天生我才必有用”，这道题不是讲给自己听的，不是讲给观众听的，是讲给那些对生活、工作失去信心的人听的，要鼓励他们重拾希望，这样你就知道如何讲了。

其次，比赛时间的掌控也非常重要：开头、中间、结尾时间都要拿捏好，这样才有时间做总结。最好有一个个人的故事，讲一分钟就可以了，然后讲道理30秒，最后用20秒总结、收尾，争取在红灯亮之前就结束演讲，这样才能做到从容不迫。

最后，一定要好好收尾，要有总结，才能扣题。

其实经验都是在比赛中积累的，多多参加比赛，你会进步很快，快速积累经验，下一个冠军就是你！



L区&V区即席演说比赛总冠军
张一伟



翁嘉鴻



翁慧貞 DTM

华族文化讲演俱乐部 联合创办人

“ 欢迎您出席
每个月第三个星期四
晚上七点正例会活动 ”

场地赞助
新加坡华族文化中心
SINGAPORE CHINESE CULTURAL CENTRE
1 Straits Boulevard Singapore 018906



祖传三代老招牌

蘭葉香肉粽是祖传三代的老招牌，从40年代的甘榜在住家延续到90年代。经过时代的变迁后，1990年在加东一带创立了蘭葉香肉粽。店铺里所制作生产的粽子究竟是怎样的好吃？胜在够香、糯米够有弹性，吃起来回味无穷。剥开层层裹叶，现出玉洁粽身，每种口味馅料酥化入味，香溢绵糯，不油不腻。採用大号班蘭葉包裹成的娘惹粽子，更是绰头十足，班蘭香味四溢，成为肉粽店里的活招牌。在目前的欧大，更得到曾老师的指点，便出现了一对名联：“粽香扑鼻漫天下！唯独寻找蘭葉香！”



Main Branch 总店

3 Guillemard Road, Singapore 399684

Tel: 6841 4312 Fax: 63441476 Email: daunpandan@hotmail.com

Branch 分销店

AMK Hub Branch: AMK Hub #B2-40

Bishan Branch: Junction 8 Shopping Ctr #B1-K3

Hougang Branch: Hougang Mall #B1-K6

IMM Branch: IMM Building #01-K04

Sembawang Branch: Sun Plaza #B1-35

White Sands Branch: White Sands Shopping Centre #B1-08

Tel: 8189 9622

Tel: 6356 6123

Tel: 6385 1197

Tel: 6561 2913

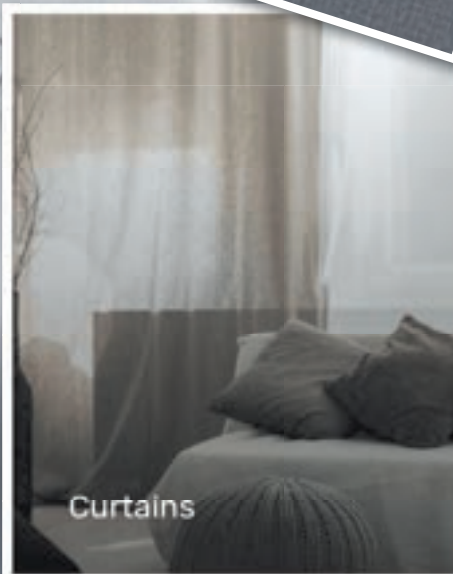
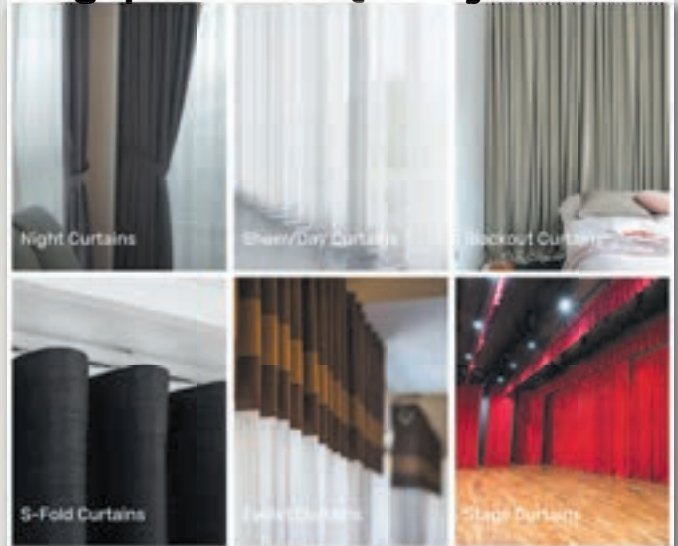
Tel: 6481 3529

Tel: 6581 1316

Curtains & Blinds

hm[®]
H M GALLERY

Singapore No.1 Quality Curtains



Curtains



Blinds



Ziptrak®

LOCATIONS

IMM Outlet Mall

2 Jurong East Street 21, #02-59, Singapore 609601

Marina Square

6 Raffles Blvd, #02-06, Marina Square Singapore 039584

Ubi Vertex

33 Ubi Ave 3, #01-38, Vertex Singapore 408868

CONTACT US

(+65) 9794 6060

enquiry@hmworldgroup.com

11am - 9pm (Retail Operating Hour)



KMY 電器機械工程私人有限公司
ELECTRICAL ENGINEERING PTE LTD

甘慕榮 Alan Kam

Managing Director

EMA Electrical Licence Contractor 3/63385

LEW Licence Electrical Worker 7/102161



CERT No. 70452

Blk 1002 Toa Payoh Ind.Park
#03-1415 Singapore 319074

Off : +65 6258 7565

Fax : +65 6258 7011

Hp : +65 9760 2781

E-mail:kmyeepl@singnet.com.sg

TP

張迎祥

Teo Ging Siang

Managing Director

Hp: (65) 9626 3303

Email: gsteo@tp.com.sg



*Mechanical And Electrical Works
Renovation Works / Interior Design
Manufacturing of Electrical / Electronic Parts
Import And Export*

*biz*SAFE₃



TP PTE LTD 錦業私人有限公司

Block 1002 Toa Payoh Industrial Park Lorong 8, #05 - 1427 Singapore 319074

Tel: 6352 3303, 6356 6749 Fax: 6250 3303

Email: tppteltd@singnet.com.sg



Commercial Renovation

- Office
- Retail
- Food & Beverage
- Hospitality



QUAN MEI DESIGN & CONSTRUCTION PTE LTD
全美设计与建筑私人有限公司
Trusted Builder Since 1984

Tel : +65 6764 1233 (3 lines)
Website : www.quanmei.com.sg

热烈恭贺

**国际讲演会80区域L区
2022/2023年度年刊
成功发行**



信隆食品有限公司

Sing Long Foodstuffs Trading Co Pte Ltd

12 Woodlands Link Singapore 738740

Tel (65) 6284 5254

Website : www.singlong.com

FaceBook: facebook.com/singlong.foodstuff



赢心专业瘦身美容 YS BEAUTY SALON

More than 28 years
of experience have been
dedicated in beauty.

**已有超过28年的经验
专注于美丽美容界。**



Welcome to YS Beauty Salon, is your
One-Stop Solution to Beauty. From Face to
Foot, all in one beauty & relaxing solution.

**欢迎来到赢心专业美容沙龙,这是您的一
站式美容解决方案。从脸部到脚部,所有
美容和放松解决方案都融合在一起**

Visit & Call Us

Blk 320 Clementi Ave 4 #01-17/19 Singapore 120320
Tel: 6779 4331 / 67794220

Blk 164 Bukit Batok St 11 #01-136 Singapore 650164
Tel: 6896 1511/ 6563 7477

Blk 233 Bukit Batok East Ave 5 #01-41 Singapore 650233
Tel: 6569 4044 / 6569 4844

L/ME/000608/2020
Business Reg No. 51028500 K





净地风水

JING DI FENG SHUI

新加坡国大硕士

紫微斗数，风水玄学，命理堪舆，心理辅导

天，地，人，磁场能量调整，二十载净物以慧，载德如地
承载中华传统文化，惠己及人，愿为人师

服务项目

- 居家风水 Geomancy (Feng Shui)
- 紫微论命 Emperor Star Astrology
- 姓名学 Science of Naming
- 择日 Auspicious Date Selection
- 塔罗 Tarot Reading
- 流年运程 Life Fortune For The Year
- 问事 Character Reading
- 生命灵数 Numerology

紫微斗数论命配套

\$88/单人 \$128/双人

本杂志读者
看命扣\$20，风水扣\$100
(在原价基础上折扣)

净地风水 Jing Di Feng Shui Pte Ltd

Yishun: 18 Yishun Ave 9 #01-10, Junction 9, Singapore 768897

Citygate: 371 Beach Road #B1-64B, Citygate, Singapore 199597

电话: 8112 1597 / 6265 0323

张一伟

高级风水师

从国立大学走出来的命理风水师



净地风水

JING DI FENG SHUI

林俊贤 风水师

风水乃天地人五行的结合与验证，
传授精简课程，让您受益无穷，
林俊贤为您解析风水真谛。

Yishun:

18 Yishun Ave 9 #01-10, Junction 9, Singapore 768897

Citygate:

371 Beach Road #B1-64B, Citygate, Singapore 199597

电话: 9387 4414 / 6758 4414





藝興印刷私人有限公司 Ngai Heng Pte Ltd

Ngai Heng

Address : 705 Sim Dr. #04-04 Singapore 387384

Tel: 6748 1355 | www.ngaiheng.com.sg | enquiries@ngaiheng.com.sg

OFFSET/ DIGITAL PRINTING, LARGE FORMAT PRINTING, PREMIUM GIFT & LOGISTIC SERVICE

All in one Marketing Solution Provider

Our in house capabilities

- Offset, large format & digital printing
- Events and booth design & setup
- POS and visual merchandising design & fabrication
- Festive decorations
- Indoor & Outdoor advertising
- Premium gift sourcing
- Events management
- Creative & 3D design
- Variable data management
- Interactive Media





PROGRESSIVE AQUATIC

前进游泳学校

ACRA Reg No: 53380233



Owen Gian 严伟慷
Founder/Swimming Coach
Swimsafer Assessor
B.Eng(Hons),ASTA,NROC,Austswim

Contact No: 98785591

Email:owengian81@hotmail.com

Office Address: 10 Anson Road #26-04

International Plaza Singapore 079903

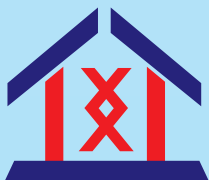


Types of Classes: Group/ Pte classes for toddlers/ kids/adults
Survival swimming, Stroke corrections,
Competitive Swimming



Like us on Facebook

Or visit: <https://progressive-aquaticswim.com>



XULIN CONSTRUCTION & ENGINEERING PTE LTD

ISO 9001 : 2015 & BCA REGISTERED COMPANY

Tel: 6251 0435

Fax: 6251 0436

Email: xulin.con@gmail.com

7 MANDAI LINK #08-34

MANDAI CONNECTION

Singapore 728653

bizSAFE₃



CERT. NO. FS 97562
ISO 9001 : 2015





热烈恭贺

国际讲演会80区域L区
2022-2023 年度年刊
成功发行

坚持不懈 迈向卓越



韦伟
L1分区总监



邱宝玲
L3分区总监



林政雯
L2分区总监



胡耀家
L4分区总监



陈绍珠
L区总监



杨育琛
L5分区总监



陆瑛孜
L6分区总监



李蓝芬
L7分区总监



钟丽琰
L8分区总监

八仙过海 各显神通
2022-2023 L区总监暨八位分区总监
同敬贺



HUA HNG TRADING CO PTE LTD
華園貿易私人有限公司
WORLD FARM CO PTE LTD
世界農場私人有限公司
Nursery and Wholesale Garden Centre

CHUA KING WAH, PBM
蔡钦华

Managing Director
HP: 9636 4378

Email benny@huahng.com.sg

2 Jurong Gateway Road, #01-01 Singapore 608512
65 Sungei Tengah Road, Singapore 699000

Email: info@huahng.com.sg

Tel: 6275 3155 / 6752 0500

Website: worldfarm.com.sg

Facebook: [@worldfarmsg](https://www.facebook.com/worldfarmsg)



年刊工委团



筹委顾问
陈绍珠



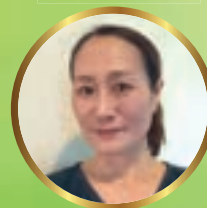
筹委主席
胡耀家



筹委顾问
林俊杰



筹委顾问
杨玉冰



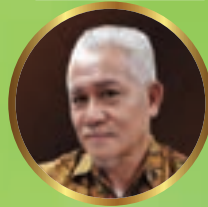
主编
费秀华



编委
丘曦厢



编委
伍慧蓀



编委
周福祥



广告主任
蔡顺喜



广告副主任
林政雯



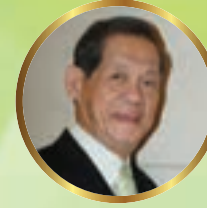
财政
王丽美



秘书
周爱娥



编辑校对主任
洪佩琳



校对员
黄国荣



校对员
林日均



校对员
平晓原



校对员
李卓



校对员
陈利福



校对员
杨育琛



校对员
张迎祥



校对员
谭秀芳



校对员
夏静华

疫下依现演讲风采 疫去续展舞台魅力



历经两年多冠病疫情后，2022年3月24日，新加坡政府宣布取消口罩令，国际演讲会也开始从线上例会转回到现场例会，同时为了鼓励更多会友参与比赛，也将演讲比赛改为在线与现场相结合的方式！国际讲演会新加坡的分会也将在线和现场结合的方式运营到例会！这不仅是讲演会从疫情时期的完全在线例会回归到正常现场例会的成功过度，也打破了时间和距离给会友及广大演讲爱好者带来的限制，成功吸引更多人感受演讲快乐，加入讲演会。