



香港精神康復者聯盟

Alliance of Ex-mentally Ill of Hong Kong

年度報告

2024 -

2025

目錄

1	關於我們	P.2-3
	機構介紹	2
	主席的話及未來展望	3
2	機構管治	P.4-6
	內部管理及財務報告	4-5
	組織架構	6
3	主要服務	P.7-16
	會員活動（興趣班/ 關懷探訪/ 走進社區）	7-10
	輔導服務及治療性小組	11
	公眾教育	12
	社區推廣與籌款活動	13-14
	第二期精神健康項目資助計劃 — 「家」添動力好心情同行計劃	15
	與國內合作項目	16
4	特別鳴謝	P.17-18



關於我們

機構介紹



香港精神康復者聯盟成立於1999年，為註冊的非牟利慈善團體，也是社聯的會員機構。多年來一直致力於服務精神病復元人士及其家屬，促進他們自助互助，推動復元人士積極參與有關精神健康的活動及社會事務。同時，本會積極推廣公眾精神健康教育，促進社會對精神病康復者處境的理解，消除歧視。（<http://aemi-hk.org>）

*本會為香港根據《稅務條例》第88條所規定而豁免繳稅的慈善團體，本會稅務局檔案編號：91/6818

宗旨



1. 促進精神康復者自助互助精神；
2. 反映康復者的需要及處境，保障他們的合理權益；
3. 推動康復者積極參與有關精神健康的活動及社會事務；
4. 推廣公眾精神健康教育，建立和諧共融社會。

發展歷程



一九九零年，社會福利署內部在復康服務的政策檢討時，衛生及福利科主辦了兩次諮詢會，召集了二百多位康復者，聽取他們的意見。會議結束後，服務機構的社工，感到難得有這機會，共同謀求康復者的福祉，所以決定維持聯繫，成立了服務使用者和工作人員小組。

一九九八年，社工與康復者們一同商量及籌組一個以康復者作主導的組織來服務康復者。

一九九九年七月三十一日，首個全港性的精神康復者之聯盟組織，「香港精神康復者聯盟」正式成立。

主要發展如下：

- 二零零三年開始獲社會福利署「殘疾人士自助組織計劃」撥款；
- 二零零四年成為社聯的會員；
- 二零零四年成為非牟利註冊團體；
- 二零零四年成為自助組織發展中心的會員；
- 二零零四年八月加入了「殘疾人士爭取交通半費優惠聯席」；經過九年時間，成功爭取了「合資格殘疾人士公共交通兩蚊優惠計劃」；
- 二零零五年加入自助組織發展中心的執委會。



關於我們

主席的話及未來展望

大家好。我是精盟現屆主席大茵。過去一年，精盟除却舉辦興趣班、節日慶祝、集體活動同講座外，亦積極參與各大嘉年華及市集，從而宣傳精盟理念，推廣實踐自助互助精神。特別感謝幫手睇檔的義工和製作在小檔義賣既小手作同精品既會員。

為了更深入了解最新精健資訊，我同其他執委恒常地出席各大交流會、論壇、聯席及醫管局會議，盡量試圖為復元人士發聲，保護及尋求福祉，以及關注精健生活動態。

好多謝各位對精盟既不離不棄。坦白說，精盟現時經濟狀況不穩定。我們團隊已經竭盡所能尋求機遇，但是回應都是不理想。所以同工們試圖搞盡腦汁嘗試各種方法籌款，例如賣物會、申請基金、去信各大私家精神科執業醫生宣傳精盟同呼籲捐款，以及開街站售賣復康券。

我現在恭請所有會員提供支持營運精盟的好方法。希望Brain Storm各位積極支援精盟運作。另外，明年2026年精盟便換屆。到時會選舉新執委會成員。我熱切招募及誠意邀請各位積極有心會員加入我們精盟執委會大家庭。讓我們一同為復元人士出心出力，勇敢面對挫折，鏗而不舍地邁向新世代。

最後，容我再次向大家講多次。我們的目標，即是：精盟要成為最具影響力的自助組織！這個初心遠景，矢志不渝！多謝各位！

第十四屆執行委員會主席
譚苑茵

機構管治

內部管理



本會多年來已建立有效的內部管理機制。執行委員會會議每月舉行，每次均有顧問代表列席，職員匯報機構會務進展，大家一起商議、檢討和作出決策。顧問代表在有需要時會分享專業技巧、管理和社福政政相關資訊，提升執委和職員的會務處理能力。憑著自助互助的宗旨，透過季度會訊和WhatsApp群組與維繫會員及推動會內同路人支援服務。

在財務管理上，機構主任須在每月例會上全面匯報財政收支情況，一起檢討及審視機構財務狀況。凡涉及重大的財政決策均由執行委員會成員共同決定。本會的財政透明，財政情況都會刊登在會員季度刊物上，並會在週年大會上匯報財務給會員知悉。

針對風險管理，執行委員會和顧問團亦會評估大型活動可能面臨的潛在風險，通過提高預防意識，採取有效行動，確保每次活動在安全狀態下進行。本會設有投訴、監督、建議機制，當建議或投訴發生時，執行委員會會嚴肅跟進處理。本會以執行委員會為主導，顧問團提供建議，制定每年機構的工作規劃。對外宣傳，執行委員會的成員也是本會的形象大使，積極透過傳媒和新聞做倡導工作，引發社會關注精神健康問題，從中推廣本會理念和服務。

此外，本會官方網站都會定期更新會員季度刊物、機構最新消息、發放相關資訊等等。

財政報告



本年度主要經費來源的贊助機構繼續為社會福利署(14.48%)及醫務衛生局的第二期精神健康資助計劃的資助(65.6%)，社會善心捐助(6.3%)相對上年有所減少。過去一年，我們的財政狀況相對穩定，因這3年我們都成功申請了醫務衛生局的資助。本會本年度的總收入為HK\$863,001，較2023/24年度的HK\$1,648,238減少約5成。本年度的總支出為HK\$1,334,192，較2023/24年度的HK\$1,300,713大致相若，換句話說，本會的財務正處於入不敷出的情況。未來一年，本會的財政將面臨巨大挑戰，主要因為政府沒有繼續推出精神健康資助計劃，本會也暫時沒有申請到新的基金。因此，未來一年機構職員人手將縮減至1個全職和1個半職。我們正在全力申請基金和擴展新的網絡關係，希望能發展新服務和增加人手。令人驚喜方面，上年度本會開始和國內機構合作，為國內青少年提供服務，這部分為機構提供了額外的收入及增加收入的多樣性。

本會在財務管理方面，奉行量入為出的宗旨。執行委員會和顧問團每月開例會，監督每月的財政收支情況，定期進行內部檢討，從而提升機構管治。

最後，十分感謝我們的捐款者及贊助機構繼續慷慨支持本會推廣精神健康的工作，令本會的服務持續發展。

機構管治

核數報告

ALLIANCE OF EX-MENTALLY ILL OF HONG KONG INCOME STATEMENT FOR THE YEAR ENDED 30 SEPTEMBER 2024

	2024 HK\$	2023 HK\$
INCOME		
Donation income	54,924	60,164
Government subvention	125,000	375,000
Member subscription	9,300	10,845
Service income	96,218	55,440
「家」添動力·好心情同行計劃	565,759	875,191
政府保就業基金	-	6,000
秀清基金	-	124,200
精神健康計劃	-	140,161
一次性特別津貼	10,000	-
其它收入	1,800	1,237
	<u>863,001</u>	<u>1,648,238</u>
EXPENSES		
Activities expenses	160,719	117,949
Administrative expenses	39,638	25,300
Depreciation	6,457	7,362
Food and gift	16,383	-
Insurance	-	7,883
Lecturer fee	40,600	95,200
Local travelling	5,504	1,443
MPF contributions	87,863	86,037
Postage and stamp	3,910	4,472
Printing	11,903	19,869
Promotion fee	21,198	28,708
Rental expense	12,273	-
Salaries and allowances	904,153	854,962
Stationery	42	4,158
Sundry expenses	20,635	28,358
Telephone	540	2,509
Website design	2,374	-
賽馬會緊急援助基金回撥	-	16,353
賽馬會抗逆基金回撥	- ¹	150
	<u>(1,334,192)</u>	<u>(1,300,713)</u>
(DEFICIT)/SURPLUS FOR THE YEAR	(471,191)	347,525
ACCUMULATED SURPLUS AT THE BEGINNING OF YEAR	1,286,705	939,180
ACCUMULATED SURPLUS AT THE END OF YEAR	815,514	1,286,705

機構管治

組織架構

會員大會

第十四屆執行委員會名單 (2024 - 2026) (排名不分先後)

譚苑茵女士 主席
 王文臬先生 副主席
 阮家樂先生 副主席
 鄺志輝先生 財政
 莊玉芬女士 活動
 鍾詠雯女士 活動
 郭康盈女士 聯絡
 李耀龍先生 文書

服務發展主任 楊彥琳

職員 (排名不分先後)

張麗玲 活動助理
 林婉麗 項目幹事
 嚴敏儀 項目輔導員

第十四屆顧問名單 (排名不分先後)

程志剛先生 香港心理衛生會
 邱彪先生 香港心理衛生會
 陳裕娟博士 香港城市大學社會及行為科學系
 張富臨先生 明愛賽馬會荔景社會服務中心
 王錦洪先生 基督教愛協團契
 袁偉健先生 康柏會計師事務所有限公司
 張楚堅先生 個人
 林漢傑先生 個人
 何葉秀琴女士 家屬代表

主要服務

活動情況

自2024年3月1日至2025年2月28日(12個月)期間，一共舉辦110次會員活動。會員參加人次達1232次。其中，互助分享小組達35次，關懷探訪活動達28次，興趣班35次。為了發揮會友潛能，提高個人能力，本會舉辦各種興趣班，類型十分多樣性，運動類有門球班、乒乓球、伸展班；技能興趣班有國語班、LEGO義工培訓班、桌球班；藝術類手工班有串珠班、水墨畫班、水拓畫班、紙雕燈班、水彩畫班、桌球班等。

	活動	活動次數	受惠會員人數
1	互助/分享小姐	35	222
2	關懷探訪	28	361
3	關懷電話	每月致電	270
4	興趣/運動班	35	266
5	社交及康樂活動	12	383
	合計	110	1502

發揮潛能 提高個人能力—興趣小組



門球班



伸展班



乒乓球

主要服務



LEGO義工培訓班



桌球班



國語班



水彩畫班



水墨畫班



串珠班



拓印班



紙雕燈班

主要服務

自助互助—會員關懷聚會

會員關懷聚會由主席帶領一班會員義工小組成員，每隔2個月舉辦一次。目的是發揮自助互助精神。活動由前期的策劃，物資採購，內容設計和當日執行，均由小組成員執行完成。每次活動必須包含學習、娛樂和美食等元素。美食均由由會友自家製作。



2024聖誕聯歡



2025新春團拜



復活節聚會



夏日麼麼茶聚會



2024中秋遊園會



卡拉OK

主要服務

走進社區

除了在中心進行活動外,我們也帶會友走進社區,連接社區。



M+博物館參觀



迪士尼開心遊



東莞遊



義剪

主要服務

輔導治療性小組

過去一年，我們分別同兩所大學：香港樹仁大學和香港大學輔導學系合作，他們的實習同學為本會會員提供輔導服務和輔導小組，輔導小組一共舉辦18節，為會員提供服務時數達300小時。



心靈「自」癒小組



負「輔」得正小組



表達藝術治療



心理學X電影小組

主要服務

公眾教育

過去一年，在推廣公眾教育「真人圖書館」活動中，共舉辦九次活動，真人圖書出場分享達27次，約256人次社區人士參加。分享的對象有中學生、在讀人力資源的大專生、精神科護士的大學生和社工學系的大學生和碩士生。



香港四邑商工總會
陳南昌紀念中學



香港理工大學
精神科護士學系



香港中文大學
人文科學學生會



香港科技大學



香港城市大學
社工學系



香港專上學院
人力資源學系

主要服務

社區推廣與籌款活動

此外，我們積極與其他機構合辦活動，期望透過機會，接觸市民，推廣我們的服務。舉辦九次活動，約2375人次社區人士參加。

「社聯」S+ 高峰會暨博覽「Star Avenue 星動大道」展覽

2024年5月，「精盟」參加了社聯舉辦的 S+ 高峰會暨博覽2024 中的「Star Avenue 星動大道」展覽，我們連同其餘 11 家自資營運社會服務機構一齊向大眾展示我們的服務。我們支援社會上容易被忽略的群體，為他們提供更多的關愛和支持。當日我們運用了砌 LEGO 的互動遊戲和公眾拉近距離，從而推廣精神健康和本會的服務理念。



慈善畫廊展覽及義賣

2024年9月 The Simbaland x 寵樂健康管理中心，提供善緣文化走廊，讓本會結善緣，更讓我們的會友有機會展示他們的藝術才華。12幅會友的藝術作品在他們的店面展出展覽並用作慈善義賣。



主要服務

社區推廣與籌款活動

華懋「開心大笪地」

2024年11月，我們參與了華懋集團呈獻：開心大笪地。我們的攤位向社區人士展示並出售我們康復者的手工藝作品，以及推廣精神健康。所得善款，將用於扶助復元人士融入社區的事工。



Auto Beauty慈善嘉年華

2024年11，精盟獲邀參與了 Auto beauty 呈獻：慈善嘉年華。當日精盟負責其中3個攤位遊戲，大會當天準備了1萬份獎品給市民贏翻屋企。藉助嘉年華的理念，精盟致力讓社會大眾深入認識不同的弱勢群體，實現社會共融的願景。當日，本會一班會友活力滿滿，接待來攤位玩的市民，向社會大眾推廣身心靈的知識。



主要服務

第二期精神健康項目資助計劃 「家」添動力好心情同行計劃

「家」添動力好心情同行計劃1.0成效報告-服務評價

感謝康復者的貼地分享及幫助陪伴者對病者的更多理解
 一位康復者人今成為朋輩輔導員的真人圖書，分享她的康復經歷，並怎樣幫助及拯救了困擾的同路人。她正申請成為防止自殺熱線的義工。她給我的感覺專業、自信、熱心和盡責，很羨慕分享自己的成長，與父母關係，危急時刻她的拯救過程，過往進出醫院多次，但積極或對助人工作的回饋真滿，欣賞她的笑容

謝謝你們讓我們有機會去實踐，學以致用，建立與家人的關係真是大學問。

謝謝你們，教導我們如何去分享，了解自己和他人的感受和需要，我們會繼續好好相處，建立良好關係，這是一生的功課。

多謝你們一直關心我

感謝在我困難日子陪伴走過，希望你們可以繼續幫忙有需要的人

謝謝姑娘你們的安排這次活動，家屬很得益

昨晚兩位講者的經驗及內容十分重要。令我覺得十分感動及正能量。對精神病人的內心世界更加開明及接受。多謝各位。

課程好有意義，好有用。

多謝姑娘，鼓出了好大勇氣約媽媽出街食飯，踏出了第一步

好到沒建議。

感謝姑娘，我會想推介比朋友

姑娘，深深感激今日的活動，令我生活添加色彩！祝福妳及各工作人員！身體健康！工作順利！

今日嘅活動超正。感謝導師悉心安排設計今日嘅活動，同一首音樂想像去到唔同嘅場景有唔同嘅玩法真係好。

多謝導師詳盡、活潑，分享，並舉很多實際例子。

感謝各位同工努力付出，為各位服務者照顧者得益不少，為照顧自己及病者開出一條可行的方法、生活、成長、雙贏局面。



「家」添動力好心情同行計劃將於2023年3月15日至2025年3月14日推行，家庭是我們的幸福和動力的來源，每位家庭成員都為整個家庭帶來不同的影響。如何為自己的家庭帶出正向能量，提升家庭的幸福感？計劃為參加計劃的人士提供一系列的「家」添動力課程。我們亦會有一對一的服務（Go Goal Plan）幫助每位參加者訂立家庭目標及跟進情況，協助改善家庭氣氛及關係，實現全家好心情的目標。

在開展「家」添動力好心情同行計劃的24個月，我們完成了「家」添動力8個單元的培訓，內容包括認識家文化、欣賞文化、識別和化解情緒危機、抗壓放鬆的方法、認識壓力和減壓技巧、學習家庭溝通聆聽技巧等。課程共招募了139位市民參加，一共有27堂課（共64小時）。

課程期間，我們支援參加者完成家課一共455次。114個家庭訂立了自己的家庭目標。此外，已完成344次Go Goal Plan加家好心情計劃進度回顧跟進和60次的情緒輔導工作。最後，已完成15次家庭日活動，共254人參加。進行41次朋輩支援服務。

主要服務

與國內合作項目



2024年精盟發展了新服務，受國內教育機構「青麟實踐平台」邀請，設計了精神健康服務項目，為國內的青少年講解香港的精神科服務發展。短短幾日的交流，讓精盟的會友有機會接觸國內的青少年，互相交流，發生碰撞，進行深入討論，不但開闊了會員的視野，深入了解國情，更展現香港本土復元人士健康、積極的一面。

此外，我們也聯合平台，推出線上粵普語伴同行項目，開展一系列語言類課程，促進兩個不同團體的交流，互相學習，互相討論。

特別鳴謝

(排名不分先後)

社會福利署 殘疾人士／病人自助組織資助計劃
醫務衛生局精神健康諮詢委員會
香港心理衛生會
香港城市大學社會及行為科學系
香港理工大學護理學院
明愛賽馬會荔景社會服務中心
康栢會計師事務所有限公司
南山居民服務協會
香港專業教育學院學生發展處
Rainbow德寶文具店
億京慈善基金有限公司
新旺餐飲集團
新家園協會少數族裔人士支援服務中心(油尖旺)
善導會導航計劃
香港浸會大學中醫藥學院臨床部
香港傷健桌球協會
The Simbaland × 寵樂健康管理中心
摯同導合攝制隊

感謝

特別鳴謝

程志剛先生

邱彪先生

張楚堅先生

陳裕娟博士

林漢傑先生

王錦洪先生

張富臨先生

葉秀琴女士

周生

夏禮德先生

鄧克明女士

元潔心女士

DATAMATIC CNC ENGINEERING CO LTD

練國先生

黃寶琮女士

陳志華先生

李輝女士

湯志明先生

Mr Ng Chi To Graham

Leung Sze Hing



香港精神康復者聯盟
Alliance of Ex-mentally Ill of Hong Kong

電話：3586-0567/ 6229-5924

地址：九龍深水埗南山邨南逸樓3-10號地下

電郵：aemihk@yahoo.com.hk

網址：www.aemi-hk.org 如欲想了解更多詳情，歡迎瀏覽Facebook



香港精神康復者聯盟

