



編輯小組：趙姑娘、張生、彪、志輝



### 編者的話

對精神康復者而言，近期最重要的進展莫如開始的 2 元乘車優惠計劃了！首階段於港鐵實施，今個 8 月擴展至九巴、城巴和新巴路線。有 98 萬長者、13 萬合資格殘疾人士使用指定八達通時，就可享車票優惠。殘疾人士多年來爭取（當然包括精盟持續不懈的努力），實在功不可沒！

其次，「元州街安安幼稚園」事件在 1982 年 6 月發生，令精神康復者的困難受到社會大眾和政府的高度關注，同時成為社區精神康復服務大發展的契機。大家還記得這事件嗎？今年是這事件的 30 週年紀念，近期有一大型活動紀念和反思這悲劇；不過，去年全港 19 區 24 間 ICCMW 的成立，起因卻幾乎與這事件相同，悲劇仍然重覆發生，真的令人感嘆！

精盟又如何呢？快看看活動花絮吧！想有所突破的會員，相信就會參加趙姑娘的「提升自我」小組了。精盟在 9 月舉辦兩次參觀「天際 100」，中午及晚上各有一次機會，適合未有工作和已有工作的會員參與。此外，我們在香港城市大學將有兩次公眾教育座談會，大家留心公佈啦！

好消息

## 新增設了一個 facebook 網上平台

精盟新增設 facebook 專頁帳戶，你快D加入讚好及成為精盟的朋友啦！

加入辦法很簡單，你只需在個人 facebook 內頂部位置 <搜尋人物、地點和事物>，打上「香港精神康復者聯盟」便搜尋到我啦啦！

我哋會將最新消息及活動放置在 facebook 內，如你想參加活動也可以在 facebook 中報名，方便又簡單。你亦可以利用此平台與大家分享文章及相片的。



# 我們需要真正關心精神病康復者的官員和議員

在第 33 期的文章中，我提到香港需要能幹的對行政長官和高級管治人才。轉眼新的候任行政長官已選出了，新的領導班子亦已準備就緒。

七月新政府上任後，相信初期需要讓新官員適應政府的運作。然後，新一屆的立法會選舉便會於九月進行。相信現在各黨派及政治團體已經開始緊密部署了。

在政治策略上，各「政客」或候選議員固然有其原則或政綱；康復者的福祉未必是他/她們的首要考慮，但是，在未當選前，每一張選票都是有價值的，這是康復者要掌握的好時機！以下是我的一些非專業意見：

(一) 康復者在社區中只佔少數，不少議員都寧可順應大多數選民的意願。我們明白不少市民對康復者是抱有歧見的。我們應盡力令市民相信，精神健康社區中心的存在，和康復者能在社區中治療，是對市民有益處的。即是說，康復者和一般市民是有共同利益的，我們要不斷尋找和強調這共同利益。

(二) 康復者需要有政治上的代言人，為他們組織、動員，及提出候選人會採納的政綱或精神健康議題。在這方面，如果能有傳媒朋友的幫助，可說是事半功倍。

這次立法會改選正值新政府上任不久，我認為是為康復者爭取發聲機會和權益的好時機。

## 介紹新合作伙伴



## City-Youth Empowerment Project- 城青優權計劃



城青優權計劃始於 2005 年，是香港城市大學的一項義工服務學習計劃。我們服務的宗旨是幫助社會上有需要的人士，例如是一些社會資源和財政資源不足的人士，如新來港低收入單親兒童及青少年；缺乏社會支持和受到社會歧視的傷殘團體；未能達致全面發展的群眾和未能融合香港社會與文化的族裔。我們利用大學作為平台和學生義工的付出及努力，來回應社會上資源的不足及弱勢社群的需要。



城青優權計劃推行 7 年，成效顯著：迄今已有義工逾 2,000 人，服務惠及 2,500 人，義工服務時間總計達 40,000 小時。這個計劃有助學生在義工服務中樹立「持續義工精神」，增強社會歸屬感，從而立志為社區的團結、和諧、穩定作貢獻。



男女大不同活動

計劃的一些活動：

- 男女大不同-社交禮儀工作坊，香港精神康復者聯盟
- 創意藝術及音樂工作坊，香港小童群益會賽馬會大圍青少年綜合服務中心、香港基督教服務處觀塘樂 Teen 會
- 綠色生活環保營，香港基督教服務處 深水埗中青少年綜合服務 (深中樂天會)



1

今年4月21日的第十三屆周年大會在歡樂的氣氛中完成了！再次多謝梁耀忠議員親臨與我們分享病人權益及聆聽康復者的需要。當日出席人數有99位，並修訂會章之<執委雙程車資津貼>投票，結果有39票贊成，1票反對。



2

## 復元課程

復元課程有15位會員出席，程小姐很有教學技巧，她用音樂和繪畫帶領學員投入分享表達之中，整個上堂氣氛愉快又和諧。



3

## 男女大不同

有12位會員藉此興趣班彼此認識，更可貴是會員與「城青優權計劃」的一班城大學生有好的接觸、認識和交流，雙方都分享到今次活動中學習不少共融、彼此接納與欣賞。再次鳴謝香港城市大學「城青優權計劃」。





4

# 活動花絮

## 應邀數碼電台訪問

我們好榮幸能接觸到數碼電台，應邀請出席他們的節目訪問，當日有主席鄺志輝和執委成員謝建業參與之外，還有會員黃永龍及兩位家屬在大氣電波中與聽眾分享人生經歷與體驗。



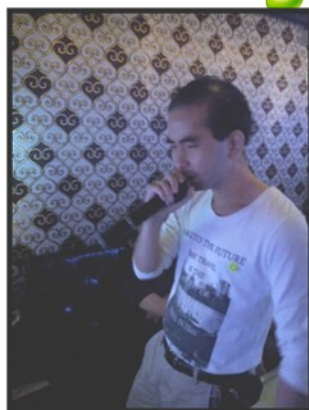
節目主持梓豪



5

## 第四屆贈粽獻溫情LUNCH卡拉OK

6月23日(六)卡拉OK活動有89位會員參與，大家一演歌喉，有如歌皇、歌后同台表演一樣，大家玩樂無窮！更開心有贈粽子應端午佳節。鳴謝東方慈善基金送贈300粽子，讓我們在佳節中感受到溫馨與關懷。



6

## 倡導精神健康政策 「元州三十」 你我齊參與

「如何倡導政府檢討香港精神健康政策聯席」在6月24日(日)首次舉辦悼念30年前安安幼稚園不幸慘案，藉此提倡香港市民認知精神健康，以及病患者的需要，冀望政府修改有關不足又落伍的政策，提升緊貼病人的需要，讓社會傷健共融。





## 活動花絮

7

# 生活英文會話班

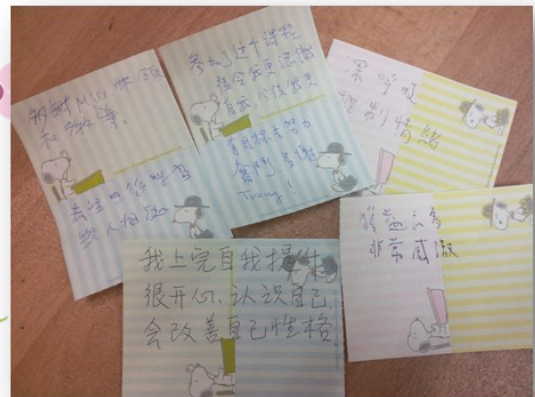
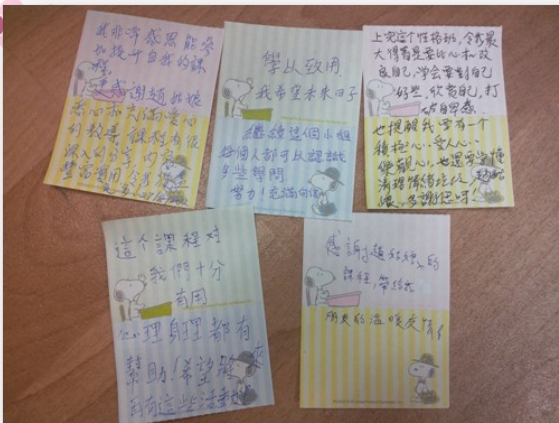
會員非常滿意英文老師馬Sir的教學態度和方法，各會員極之投入上課又踴躍提問和交流，馬Sir很欣賞各會員的學習態度和有禮。大家期望馬Sir繼續開英文班，需有待年底的時間，到時敬請留意！



8

## 提升自我課程

會員完成了此課程後寫下感想和得著，會員不單投入在上課中，趙姑娘更欣賞大家的坦承分享，藉此彼此加深認識。大家期望可繼續這類的課程，敬請留意！



9

## 創意藝術及非洲鼓

8月25日(六)應邀城大「城青優權計劃」學生義工，我們會員與新來港小朋友一齊玩非洲鼓和繪畫，這首次參與，大家感到樂也融融，歡聚愉快的一天！



# 未來活動

1

## 參觀天際100觀景台

鳴謝天際100香港觀景台慈善贊助非牟行機構/團體免費門票，本會獲得日間及晚間門票，晚間門票特別為在職會員而設，希望他們在工餘享受舒暢心身的活動。

只限會員，乘車自付  
人數有限，先報先得

### 日間參觀

日期：2012年9月10日(一)

時間：下午3:00 — 4:30

集合時間及地點：  
下午2:45在地鐵九龍站C出口

☺致電趙姑娘報名便可(6229-5924)

### 晚間參觀

在職會員優先

日期：2012年9月13日(四)

時間：晚上7:00 — 8:30

集合時間及地點：  
晚上6:45在地鐵九龍站C出口

## 2 第四屆「歡聚無間」齊慶中秋

鳴謝蘋果日報慈善基金今年第四屆捐贈月餅給本會，定於參觀天際100當日贈送給大家。齊享歡樂溫馨的佳節。





精盟與「城青優權計劃」學生義工合作，組成「探訪義工隊」在10月至11月份舉行。目的是透過服務社群、促進傷健共融。計劃在深水埗區服務精神病康復者的私院，獻出愛心與關懷。歡迎個人會員及附屬會員(家屬)參與，若你有興趣請致電6229-5924向趙姑娘報名及查詢詳情。施比受更為有福！請獻出您的一顆愛心！



## 4 你我齊認識 生活添樂趣

我們很高興能夠與「城青優權計劃」一起合辦社區活動，定於10月7日(日)假座香港城市大學學生宿舍禮堂舉行，承蒙 苗延琮醫生(精神科專科醫生)親臨專題講座。



內容：

2:00—2:30 入場

2:30—3:00 共融話劇 (茶杯裡的小風波)

3:00—4:00 苗延琮醫生專題講座

4:00—4:20 茶點

4:20—5:00 參觀城大宿舍 (非常難得，切密錯過！)

費用全免，乘車自付  
人數有限，先報先得

☎ 只需致電6229-5924向趙姑娘報名便可。

## 財務報告



001 精盟儲蓄戶口結餘： HK\$85,611.75 (30/8/2012止)

001 精盟往來戶口結餘： HK\$7,615.40 (31/7/2012止)

002 社署撥款戶口結餘： HK\$25,013.45 (31/7/2012止)

# 捐款方法

閣下的捐款將有助本會推動康復者之互助及自強等事工，多謝支持！

捐款方法如下：

- (1) 直接存入本會銀行戶口：恒生銀行 280-0-442-622
- (2) 戶口名稱：(中文) 香港精神康復者聯盟  
(英文) Alliance of Ex-mentally of Hong Kong
- (3) 請將銀行收據連同捐款回條寄回本會

## 捐款回條

捐款人姓名：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

通訊地址：\_\_\_\_\_



香港精神康復者聯盟  
ALLIANCE OF EX-MENTALLY ILL OF HONG KONG



印刷品

九龍深水埗南山邨南逸樓3-10號地下

Unit 3-10, G/F., Nam Yat House, Nam Shan Estate, Kowloon.

職員手機：6229-5924

辦事處電話：3586-0567 / 3586-0569

傳真：2301-3412

E-mail: aemihk@yahoo.com.hk

