



復元路上，一起走過，一起成長
四十周年誌慶特刊

四十周年誌慶特刊

走在精神健康最前線



利民會 Richmond Fellowship of Hong Kong ©2025

- 📍 香港北角百福道21號18樓1801室
- 📞 2529 1323
- 📞 2527 6855
- ✉️ enquiry@richmond.org.hk
- 🌐 www.richmond.org.hk

督印人：林莉君女士
蘇家寶女士



編者的話

走過的40年

在過去40年的足跡裡，我們見證香港社會經歷了無數的變化，有「飛躍」、有「轉營」、有「穩定」、也有「挑戰」的時刻，市民大眾的精神健康也隨著大環境而轉變。情緒困擾可能會發生在任何年齡、背景及職業的人士身上。而精神病的知識，也被大眾逐步認識及正視，從而令社會的服務需求越來越大。這些都教會內上下同工不斷反思、尋求有效模式、不斷重新調整策略，以更適切地滿足需要和迎合社會的變化。同時，我們堅持為精神復元人士發聲，幫助他們重回社區過著新的生活方式。

走進有需要的人群

我們深深明白復元人士在復康路上會經歷起伏並且持續一段時間，因此我們的服務不斷改革及推陳出新，照顧各方需要。利民會於2001年成立「利民卓業」，創辦社企及提供就業訓練，與商界攜手幫助精神復元人士重回社會職場；在2004年為支援照顧者及家屬而成立「聯心社」，現已網羅接近1,000位會員；在2008年推出《即時通》24小時精神健康熱線，是香港首個24小時真人接聽的情緒支援熱線，並在後來承辦了醫務衛生局「情緒通」18111精神健康支援熱線。我們更在2013年協助成立「利民社區網」，透過自助組織讓精神復元人士互相幫助，目前有300多名會員不時以個人經歷推廣精神健康；他們更在2023年成功申請為政府認可的慈善團體。從2020年開始，我們在本地推行美國耶魯大學的「復元公民」計劃，協助復元人士發展個人能力和優勢，幫助他們創造有價值的角色回饋社會。

走向未來

我們在香港的服務已40年，衷心感謝社會大眾多年來的大力支持，當中包括無私的義工、慷慨的捐助者及贊助機構、攜手合作的政府及非政府社福機構及社區組織、專業的顧問團隊、還有海外利民會，使我們一步一步穩健地成長。

香港社會還有很多不斷冒起的精神健康需要，而本會在未來還有很多有待營辦的發展計劃。我們將一如以往，不會忘記前輩們的初心，抱著愛心與真誠，支援有情緒健康需要的人。無論你是支持者、同行者或者是受助者，都感激沿途有您和我們走過40個寒暑高低，一起走進下一個40年。

目 錄

- 2 主席感言
- 5 總幹事回顧及前瞻
- 8 祝辭賀語

18 走過的40年

- 19 40年來成長的足跡

27 走進有需要的人群

- 28 中途宿舍服務 - 營造安全環境 協助重回社區
- 30 中途宿舍服務 - 首推行「社群式治療」 營造適切環境幫助溶入社會
- 32 社區精神健康支援 - 共建社區為本復元之旅
- 36 社會精神健康支援 - 24小時精神健康熱線 - 從《即時通》到《情緒通》的歷程
- 38 利民社區網 - 集結復元人士力量 深入社區分享精神健康
- 40 家屬及照顧者支援 - 互相支援 共築希望
- 42 職業復康服務 - 發揮自我價值 邁向人生新篇章
- 45 輔助就業服務 - 為社會提供人力資源 與僱主合作助融入職場
- 46 朋輩支援服務 - 朋輩同行 增強康復效果
- 47 「復元公民」計劃 - 引進外地復元模式 加強康復效果

50 40周年誌慶活動

- 51 尋根。再發現 - 倫敦及牛津交流學習團
- 55 「利民造星」才藝表演活動
- 58 亞太精神健康國際會議2023
- 60 五舍開放日
- 67 40周年慶典 暨 新翠實業社從「SUN」出發啓用禮

66 沿途有你

- 67 職員
- 60 復元人士
- 70 家屬/照顧者
- 72 義工
- 74 商界
- 75 合作夥伴
- 76 40周年宣傳活動

主席感言

利民會執行委員會主席
吳日嵐教授



在利民會成立四十周年之際，我謹代表執行委員會，向所有支持和信任我們的市民大眾、政商界友好、政府部門、非政府機構、服務使用者和家屬、義工及各員工，致以最誠摯的感謝。

四十年來，利民會從一個規模不大的精神健康服務院舍起步，專注於社區及群體支援，逐步發展成為今天這個多元化、專業化，並且主動創新並推動服務發展的社會服務機構。我們的服務範疇涵蓋精神健康的公眾教育及倡議、職業復康、住宿訓練、社區精神健康支援、家屬支援及朋輩支援等領域，致力於為社會上每一位有需要的市民提供最優質的精神健康服務。

作為利民會早期發展的倡議及推動者之一，我親身見證了機構在這些年的挑戰、機遇與成長。從最初只有數名員工的團隊，到今天擁有數百名專業同工的機構，這段歷程不僅反映了機構的蛻變，更是社會對精神健康關注逐步提升的見證。

在這四十年的發展道路上，我們經歷了無數的挑戰與機遇。回顧利民會的成長歷程，可以總結為以下幾個重點：

重視使用者參與，塑造服務特色

我們深信服務使用者的聲音是推動服務改進的最重要力量。早在1990年代，我們便成立「使用者意見交流機制」，讓服務使用者能定期與職員交流，提出建議。例如，在「屏山樓」的設計過程中，使用者提出希望宿舍能設有獨立空間以保障私隱，最終促成了單人房間的設計，成為日後中途宿舍對有需要的使用者，例如：獨立生活訓練，所提供的標準。其後，所有服務單位都透過使用者會議及諮詢委員會的設立，及收集意見的諮詢機制，收集他們的寶貴建議。部份單位，更動員了使用者參與人員的招聘和服務檢討。目前，我們邀請了服務使用者及家屬，參與諮詢及決策架構，包括執行委員會會議。

按照社會需要，創建服務

利民會一直緊貼社會脈搏，回應不同時期的精神健康挑戰。2008年，我們在香港首先推出《即時通》24小時情緒支援熱線，回應當時社會對情緒支援的迫切需求。這項服務至2024年中已接聽45萬次來電，成為無數人在情緒困擾時尋求安慰與協助的重要渠道。

引進先導理念，實踐及改進

我們不斷引入國際先進理念，並根據本地文化加以調整與實踐。例如，我們在1984年成立利民會時將社群治療模式運用於住宿訓練服務；2004年成立了聯心社，以家屬照顧者為對象推動學習及互助；2009年在九龍醫院的紅棉社採用會所模式推動服務使用者的參與和充權、2015年引入「復元為本」的服務模式，強調個人主導、優勢為本、希望導向的精神健康支援。自2016年起，又透過朋輩支援員的培訓與參與，讓服務使用者不再只是被動接受者，進一步成為同行者與鼓勵者，重建自信與生活目標。2023年底，我們更將發展多年的《即時通》24小時情緒支援熱線轉型，首次推出了醫務衛生局撥款的《情緒通》18111精神健康支援熱線，每天處理三百多個求助來電。

總幹事回顧及前瞻

融入社區，推動共融

我們相信精神健康不應是邊緣議題，而是社區整體福祉的一部分。因此，我們積極與地區團體合作，舉辦「精神健康月」、「社區共融嘉年華」等活動，讓市民在輕鬆氛圍中認識精神健康，消除標籤與偏見。在2023年獲醫務衛生局批准首辦的18111熱線，更是利民會與政府攜手推動全民精神健康的里程碑，從非政府機構和民間團體撥款的服務開發，發展到政府接手承擔服務的資助和推動角色，創造了官商民合作共同服務社會的成果。

每一個里程碑都見證了我們的成長與進步，也印證了我們「以人為本」的初心。展望未來，我們將繼續秉持「走在精神健康最前線」的宗旨，不斷創新和優化服務模式，回應社會不斷變化的需求。我們將加強與各界的合作，推動社會共融，為建設一個更美好的社會而努力。

最後，我要再次感謝所有員工、義工、服務使用者及其家屬的支持與信任。正是有了你們的共同努力和無私奉獻，利民會才能夠在過去四十年中不斷成長與發展。我們期待在未來的日子裡，繼續與大家攜手並進，共創輝煌。

敬祝安康

利民會總幹事(2024年)
馮祥添博士



2024年，利民會迎來成立四十周年的重要里程碑。作為任職超過16年的總幹事，我深感榮幸能在這個歷史節點上，與各位同工、服務使用者、家屬、義工、合作夥伴及社會各界一同回顧我們的成長歷程，並展望未來的方向。

四十年來，利民會始終秉持「以人為本，服務社會」的宗旨，在精神健康領域中不斷探索、創新與實踐。我們的發展並非偶然，而是建立在一套清晰而堅定的策略基礎之上，加上不同年代的前輩及同工共同努力的成果。以下五大策略，構成了利民會持續成長的核心支柱：

以發展為綱，提供多元服務

利民會的服務從最初的院舍照顧，逐步擴展至社區支援、職業復康、情緒支援熱線、朋輩支援、家屬輔導、公眾教育等多個層面。我們不斷回應社會需求，創建嶄新服務模式。例如，2008年推出的《即時通》24小時情緒支援熱線，填補了本港24小時不間斷情緒支援的空白；2023年獲政府批准營運的18111精神健康支援熱線，更標誌著我們在公共精神健康領域的角色日益重要。



引入新知識、深化實踐

利民會積極引入國際精神健康領域的新理念，如「社群式治療」、「會所模式」、「復元為本」、「優勢視角」、「創傷知情照顧」、「社區為中心」、「復元公民」等，並透過本地化實踐加以深化。

我們在2016年起推行「朋輩支援員計劃」，培訓曾經歷精神困擾的康復者成為支援者，讓他們以自身經驗協助他人，這不僅提升了服務的同理性，也促進了使用者的自我價值與社會參與。在2020年，利民會派出六人學習小組，前赴美國耶魯大學學習「復元公民」的介入手法，並融入本會各種服務中實踐，至今已作出多項服務檢討研究，在國際期刊、海外及本地會議中發表，並為此創建了桌上遊戲，推動業界及服務使用者對相關理念的認識及有效運用。

實證為本，研究與服務並重

我們深信，優質服務必須建立在科學與實證基礎之上。利民會設有專責研究委員會，與本地大學及醫療機構合作，進行服務成效評估、使用者滿意度調查及政策倡議研究。

例如，我們與香港大學合作進行的「情緒支援熱線使用者心理狀況研究」，不但提升了服務質素，也為政府制定精神健康政策提供了重要參考。其中較突出的研究成果，例如有關社區對復元公民和精神疾病的看法，及中文版公民測量表，已分別於2023年及2025年在國際期刊中登載。而本會的持續服務評估，提供了最新的服務數據，讓前線專業人員得以不斷改進服務手法。

背靠祖國、放眼世界

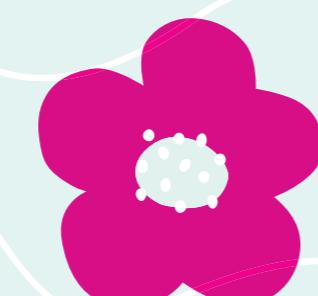
早在1990年代，利民會已經開始在內地推動建立精神健康服務，例如：在廣州金沙洲的民政精神病院捐建全國首座復康大樓、在廣州成立全國第一家利康家屬資源中心、在廣州市成立利民精神健康社會工作資源中心、在深圳協助成立惠民家屬資源及心理諮詢中心及羅湖慢性病醫院的會所；並在恩平市協助成立利康社會服務中心。近年，利民會積極參與粵港澳大灣區的精神健康合作項目，與內地機構交流經驗，推動跨境服務模式的創新與融合。

我們曾於2021年與深圳市精神衛生中心合辦「精神健康社區支援論壇」，促進兩地專業人員的互動與學習。同時，我們亦與英國、澳洲、新加坡等地的機構建立聯繫，參與國際會議，吸收全球最佳實踐。在2004年及2023年，利民會兩次在香港主辦利民會亞太論壇會議，邀得來自海外，內地及本港的學者專家就精神健康發展的最新議題進行研討。

展望未來

四十年既是一個階段，亦是一個新的起點。未來，我們將會面對世界及本地環境的急劇轉變，利民會需要承先啟後，繼續憑藉創新的動力，根據實證為基礎，以人為本，推動精神健康服務邁向更高層次。我們將加強數碼化轉型，提升服務可及性，讓有需要的市民都能迅速獲得合適的服務，並大力培養人才及專業技能；深化社區參與，促進社會共融；並積極倡議政策，為精神健康的創新建設發聲。

在此，我衷心感謝所有曾經與利民會同行的伙伴。你們的信任與支持，是我們不斷前行的力量。讓我們攜手邁向下一個四十年，為香港、為社會、為每一位有需要的人，創造更光明的未來。



祝辭賀語

服務發展小組委員會召集人
黎永開先生



自1984年以來，利民會一直走在精神健康的最前線，為無數需要支持的人士提供了適切貼心的服務。今天，我們不僅為過去的成就感恩，更展望未來的可能。

四十年來，我們共同見證了香港社會的變遷，並因應不同年代的挑戰與需求，調整和提升我們的服務。從成立首個24小時精神健康熱線，到推動社會企業與復元人士的職業培訓，利民會始終堅守初心，支持每一位精神復元人士的復康之路。

感謝所有與我們並肩作戰的好友，包括無私的義工、慷慨的捐助者及合作夥伴。正是因為有了你們的支持，利民會才能在這條路上不斷前行，40年來服務超過62萬名人士。

我們期望利民會持續以愛心與真誠，致力於發展更多創新計劃，滿足社會日益增多的精神健康需求。讓我們一起攜手，走向下個40年，繼續為社會貢獻力量，讓每一個生命綻放光彩。

祝福利民會，祝福每一位夥伴！

財務小組委員會召集人
林志輝先生



作為財務委員會的召集人，我深感榮幸能與大家一起為機構努力。自我加入的過去7年，本會面臨了許多挑戰，例如：2019年冠狀病毒期間須重新調配財務資源並處理30多個專款以作防疫之用、社會福利署削減2022-2028年度恒常撥款、因修訂雜項條例而動用儲備來增加院舍臨時人手好讓同工進修以符合法定要求、非社署津助服務作成本攤分、疏理項目現金流及相關財政事宜。每一位同事的辛勤付出，都是我們能夠克服困難的關鍵。在此，我想分享幾點感想：

● **團隊合作的重要性**：在財務管理的過程中，團隊的協作是不可或缺的。感謝每位同工的支持與配合，讓我們能夠掌握完整及正確資訊，並向執委會提供意見作出適當的決策。

● **持續改進的精神**：希望各層級同工繼續積極努力為本會內部監控把關，使本會正確及有效地運用公共資源。

在經濟轉營、社會老齡化、大眾對精神健康的關注及人工智能科技發展等多個因素影響下，預計將面臨更多的挑戰。我相信只要各層級同工能團結一致定必能夠把握新機遇持續蓬勃發展。願你們都能在工作中找到成就感與滿足感，並在個人專業上與機構一同成長。謝謝大家的努力！

人力資源小組委員會召集人 陳永佳先生



啊！利民會已屆40周年了。其實我在利民會草創的時期已認識利民會，那時利民會離我很遙遠。

但近年，我加入了利民會，更有幸成為人力資源小組的召集人，這是我的榮幸。

因為成為人事小組的召集人，有機會及需要處理會內的人事情況，因而對會內的事務更加瞭解，這是我的責任和榮幸。

也因為人事小組召集人的角色，更多瞭解在人事招募、培訓、升遷及調動時所面對的林林總總。但對我來說也是另一挑戰，但在委員及執委會眾多成員的協力下，我們一一迎刃而解，實在感恩。

在此謹祝利民會繼續走在精神健康的最前線，百尺竿頭，邁步前進。

住宿訓練服務諮詢委員會主席 郭初航醫生



作為利民會宿舍諮詢委員會主席，我有幸見證環翠之家、翠華之家、尚德之家、屏山樓、利康居等中途宿舍的發展歷程。這些宿舍不僅為復元人士提供過渡性居所，更透過專業團隊的輔導和支持，幫助他們逐步重建生活技能，為重返社區作好準備。

在參與服務的過程中，我深深體會到利民會「以人為本」的服務理念。每個宿舍都根據舍友需要，提供個人化的康復計劃，從生活自理訓練到職業技能培養，全方位支持復元人士的復元旅程。特別是看到許多舍友從最初的不適應，到後來能自信地參與社區活動，這種轉變令人感動。

香港的精神健康服務需求日益增加，利民會多年來始終站在服務最前線，不僅提供住宿照顧，更積極推動社區教育，消除公眾對精神健康的誤解。這種專業與熱忱，值得社會各界支持。

利民會各宿舍的團隊在過去幾年經歷疫情的挑戰、人力資源的限制、同工的急速流動；仍然能維持專業精神，上下同心，為精神復元人士提供高水平的精神復康服務，令人感動及欣賞。

衷心祝利民會在未來的日子裡，繼續以創新思維拓展服務，幫助更多有需要的人重拾希望。願這份關愛精神能感染更多人，共同建設更包容的社會。



宿舍服務加入園藝，讓服務使用者感受種植的樂趣。



宿舍又如一個大家庭，在節日時一起吃飯慶祝。

職業復康服務諮詢委員會主席 梁家文博士



在利民會成立40周年之際，我們衷心祝賀這一重要里程碑的到來！40年來，利民會不斷努力為殘疾人士提供多樣化的優質服務。我們專注於職業復康服務，幫助殘疾人士提升職業技能和社會適應能力，以實現公開就業的目標。同時，宿舍和社區服務也是利民會的重要發展項目，旨在全面支持精神復元人士，提升他們的自我照顧能力，讓他們能夠重返社區生活，減少社會對他們的偏見。

在過去的40年裡，我們亦根據社區的需求推出各種專項計劃，讓更多的服務使用者和社區人士受益。這些計劃不僅提升了公眾對精神健康的認識，也加強了社區的凝聚力。每一位參與者的努力，都是利民會使命重要的一環。

展望未來，期待利民會持續推動創新服務，與所有會員、家屬及社區人士攜手並進。再次祝賀利民會成立40周年，願未來的服務更上一層樓！



友樂坊服務諮詢委員會主席 盧慧芬醫生



欣聞利民會成立40周年慶典，本人謹代表友樂坊服務諮詢委員會，致以誠摯的祝賀與敬意。

自1984年在香港成立以來，利民會始終秉持國際Richmond Fellowship「以人為本」的精神，在香港精神健康服務領域樹立了重要標竿。40年來，從開創中途宿舍服務模式到推動地區為本的精神健康服務，為有精神健康需要人士及其家屬及照顧者提供社區支援和精神康復服務，利民會同工以專業與熱忱，為超過60萬名服務使用者點亮希望，這份堅持令人由衷敬佩。

作為精神健康服務的先驅之一，利民會不僅為精神及情緒受困擾人士提供支援及復康服務，也提供社區照顧和復康服務，更透過朋輩支援計劃促進社會共融，重視服務使用者參與，通過領導和創新的理念轉化為實際行動。這些成就，讓利民會成為香港社會服務界重要的引領者之一。

值此重要時刻，衷心祝願利民會繼往開來，在新的征程上再創佳績之餘，延續近年推動「精神健康普及化」的精神，為共同建設更包容、更共融的社區繼續努力。

最後，感謝所有同工40年來的辛勤付出，並祝願貴會會務蒸蒸日上，各位身體安康。讓我們共同見證利民會下一個40年的輝煌！



家屬支援服務諮詢委員會主席 王秀芳女士



既為家屬支援服務諮詢委員會的主席，我同時也是一位照顧者。15年前，我經醫院社工的介紹認識了利民會，發現他們提供的精神康復服務非常全面，服務範圍廣泛，包括社區精神健康支援、臨床心理服務、就業服務、宿舍和工場等。

利民會的服務單位有寬敞的空間，讓復元人士及家屬放鬆身心「抖抖氣」，並舉辦各種活動來促進身心靈的康復。利民會對照顧者和家屬也十分關心，經常舉辦各類課程和講座，讓家屬學到更多知識和應對困難的方法。此外，還有各種用藝術表達的減壓班，讓人受益良多。

家屬組織「聯心社」已成立超過20年，每月的聯心社聚會成為家屬之間聚會交流的平台。我們一眾家屬在會議中，會爭相積極發言，熱烈討論活動的成效，氣氛相當融洽。我們互相支持、鼓勵，分享經驗，建立了深厚的友情。

利民會亦邀請在家屬支援服務方面富有經驗和智慧的人士加入諮詢委員會，帶來新的思維和建議，幫助我們不斷進步和改善服務。

利民會已踏入40周年，我感到非常幸運能成為其中一份子，見證利民會的進步，服務日益成熟。祝願在所有同工的努力下，利民會能更好地服務社會，繼續成為精神復元人士的明燈！

內地社會服務發展計劃諮詢 委員會主席 蘇細清博士



熱烈祝賀利民會在精神健康服務上走過不凡的40周年。

14,600天愛心的奉獻，利民會開拓性發展社區精神健康支援服務、住宿訓練、職業復康及輔助就業、24小時精神健康熱線、以及多個不同類型的專項計劃，成績斐然。

利民會40周年扎根社區與基層，堅持為精神復元人士發聲，透過「利民社區網」和「復元公民」計劃，鼓勵他們走過社會排斥和刻板印象的世俗泥濘，協助復元人士發展個人能力和優勢，自主創造有尊嚴有價值的人生，回饋社會。

展望未來，預祝利民會繼續用愛在精神健康服務上再鑄新輝煌！

精神健康支援熱線諮詢委員會主席 馬錦華太平紳士



利民四十 「即情」通通

不知為何，最近連續多天，隔天便有學生、老師、夫婦及長者自尋短見，以最不期望的方式結束珍貴生命！

究竟是因為生活艱難、經濟壓力、關係破裂、或是發現被騙、感情受損、抑或是平時支持不夠，以致當面對個人未能處理的情況時，這是唯一的出路？

作為香港專注精神健康及壓力處理的社會服務機構，利民會一直都敏感地回應上述情況，為市民帶來因不同壓力而衍生的精神健康服務。

利民會常探討如何能即時讓市民在情緒，精神壓力爆煲時獲得支援和關心。因此，在2008年便自資開發24小時不停運作的精神健康熱線《展望熱線》，期後更因應市民面對經濟及生活壓力持續增加，將《展望熱線》全面升級，於2012年開辦《即時通》熱線服務。

有人問，《即時通》真的是要這麼緊張嗎？縱觀過去5年不斷增加的上述社會悲劇，如照顧者殺害被照顧者後自尋短見，或是在街頭發生之突發性襲擊他人(2024年荷里活廣場事件)，及其他數不勝數的家庭關係爆煲個案，都在顯示港人正面對水深火熱的情況。為他們提供及時的支援，真是刻不容緩。感謝政府當局對《即時通》的認同，更讓利民會於2023年12月27日開展由政府資助之《情緒通》18111精神健康支援熱線。

醫務衛生局(醫衛局)局長盧寵茂教授在《情緒通》熱線啟動禮上致辭時說：「政府一直以全方位的策略去提升市民的精神健康。為了更及時向有情緒困擾或精神健康疑難的人士第一時間提供支援，政府首次全資設立這條精神健康支援熱線《情緒通》，統籌現有由政府和非政府機構提供的輔導服務，讓有需要人士撥通一個簡單易記的號碼便能得到協助。」(政府新聞處 - Dec 27, 2024)

《情緒通》年中無休，每日24小時由專人接聽電話，為來自任何背景，任何年齡的市民提供及時的支援及輔導，並因應個案性質，轉介求助者往最適切的服務機構。

《情緒通》更藉利民會統籌了約20間相關服務機構，為市民提供全方位，無間斷的精神支援服務。

雖然，因著不能抗預的原因，利民會營辦之《情緒通》於2025年6月26日結束（情緒通將由別家機構接辦），但期間已為數以萬計來電者提供適時、關愛、連接其他服務，讓他們不會孤單前行！

在利民會服務香港40年之際，讓我們繼續為香港提供無間斷、無條件之「即情」通通服務罷！

臨床諮詢委員顧問 趙芊嵐博士



婚姻中的第四個十年，以紅寶石為喻，代表「珍貴、難得及永恆」；利民會的第四個十年，也像紅寶石般，充滿珍貴的發展歷史及走過了不少關鍵的里程碑，難得有盡心盡力的同事，彼此持守著利民會「走在精神健康最前線」這個永恆的信念！

利民會的服務發展就像一顆璀璨的紅寶石，每一個服務項目都如紅寶石的每一個切面，精緻而獨特。精神健康服務尤如紅寶石的核心，利民會提供全面的社區為本精神健康服務，幫助精神復元人士及其家庭，讓他們重拾生活的希望。

如同紅寶石的堅韌，利民會的綜合職業康復服務中心「新翠實業社」在2023年世紀暴雨後迅速重建，為近200名復元人士提供職業訓練和復康活動。

利民會重視人才培訓，通過職務輪換和管理人員訓練，提升員工的管治和決策能力，打磨出紅寶石的光澤。

也如紅寶石色彩的多樣性，利民會主辦的亞太精神健康國際會議吸引了超過300位業內人士參加，促進了精神健康領域的國際交流。

此外，利民會亦推出了「元路上」精神健康求助平台，提供精神健康資訊和教育活動，就如紅寶石的創新切面，不斷精益求精，與時俱進。

在此，我謹代表所有支持和關心精神健康的人士，向利民會致以最誠摯的祝福。利民會，生日快樂！

走過的 40 年



40 年來成長的足跡

利民會是一間國際非牟利組織，致力推廣精神健康，於1984年在本港成立，服務發展至今已由一間康復宿舍《蔭苑》擴展至現時整全的精神健康服務，當中包括：社區精神健康支援服務、住宿訓練、職業復康及輔助就業、24小時精神健康熱線、以及多個不同類型的專項計劃。利民會的服務對象包括精神復元人士及照顧者、青少年及家長、在職人士以及長者。

40 年以來服務總人數

621,953 人

(直至2024年3月31日)

情緒/個案輔導
88,526 人次

興趣/聯誼活動
274,188 人次

心理教育活動
47,670 人次

社區精神健康教育活動
175,283 人次

情緒通18111
精神健康支援熱線
36,286 人次

重要里程

1984

「蔭苑」 - 利民會成立，開辦第一所自負盈虧宿舍

- 八十年代初，考慮到不懂中文的精神病康復者的需要，利民會獲得香港賽馬會資助，在新界汀九建立宿舍，接受以英語為溝通語言的服務對象入住，並引入英國社群式治療模式(therapeutic community)。



1987

「環翠之家」 - 開辦本會第一所由政府資助的中途宿舍

- 時任社會福利署署長黃錢其濂和英國利民會創辦人Elly Jansen主持環翠之家宿舍開幕儀式。



1990

「屏山樓」 - 開辦全港第一所由政府資助的特建中途宿舍

- 二次大戰期間，日軍為監視進出區域的車輛，於元朗舊理民府(今屏山樓)駐紮重兵，至大戰結束後才撤離。時至今日，不少遊人也會經過於此，停下腳步在大閘外細覽這座保護文物。
- 初期沒有避雷設施，遇到雷電交加的日子更有斷電和電擊的危機。至宿舍啟用初期，屏山樓宿舍諮詢委員會主席夏禮德博士為確保眾人安全，於一九九零年親自在天台裝置避雷針。



1991

「新翠實業社」 - 獲政府資助開辦庇護工場

- 1994年開辦「利民進業服務」，為港島、將軍澳、黃大仙、元朗區的精神復元人士提供輔助就業服務。
- 時任港督彭定康(1995)和時任社會福利署署長林鄭月娥(2000)均曾參觀新翠實業社。



1998

「尚德之家」 - 獲政府資助開辦本會第三所中途宿舍



1999

「廣州利康家屬資源中心」 - 獲嘉道理慈善基金資助，與廣州市殘疾人聯合會合作成立

- 1988年，利民會開始與廣州市民政局精神病院合作。至1999年，利民會與廣州市殘疾人聯合會達成合作協定，創辦為廣州市精神復元人士及家屬提供社工服務的機構。服務初期，先借用石室教堂開展活動，後租用朝天路76號三樓開展服務。
- 2001年，本會首次舉辦步行籌款，為推動國內精神康復服務籌募經費。其後數年亦經常舉辦穗港澳交流活動，以增進專業同工交流。



2001

「翠華之家」 - 開辦本會第四所中途宿舍

「利民卓業」 - 成立社會企業，其後獲「創業展才能基金」資助服務
開拓清潔服務



2002

「社區精神健康連網」 - 獲政府資助，分別於港島東、九龍城及黃大仙上邨、元朗提供服務

- 2003年起，開展「青年精神健康計劃」。
- 2004年成立精神復元人士家屬組織「聯心社」，支援照顧者及家屬需要。至2009年，因應家屬需要更多復元知識的裝備，再成立「利民家庭學社」，建構和教授「家倍有愛」精神健康教育課程。
- 分別於2005年獲政府資助開辦「社區精神健康照顧服務」和於2007年開辦「社區精神健康協作計劃」，服務港島區、九龍東、九龍西及新界西的精神復元人士和懷疑受精神困擾的人士。



2005

「利康居」 - 開辦自負盈虧輔助宿舍

- 前身為青山醫院醫生及護士宿舍，於2005年11月獲社會福利署批准以合約方式，租借予利民會營運。服務開展時共設有男女宿位30個，為具獨立生活能力的精神復元人士提供復康及住宿服務。



2010

「友樂坊」(黃大仙)及(港島東) - 重整服務為精神健康綜合社區中心



2012

「即時通」 - 開辦精神健康熱線支援服務

- 前身為24小時服務的「展望熱線」，在2008年起為因受金融海嘯打擊或其他問題而有情緒困擾的人士提供情緒支援。



2013

利民社區網 - 成立精神復元人士自助組織

- 目標為鼓勵精神復元人士發揮優勢，促進朋輩互相支持，實現社區復元。



2014

在本會各單位積極推行復元模式



2020

「復元公民」計劃 - 採納美國耶魯大學「復元公民」為服務的主體理念

- 「復元公民」計劃協助精神復元人士認識自己的權利(Rights)和責任(Responsibilities)，共享社區資源(Resources)，建立有價值的角色(Roles)及人際關係(Relationship)，通過這5R凝聚其歸屬感(Belonging)。



2023

「情緒通18111精神健康支援熱線」

- 《即時通》熱線服務正式成為政府資助服務項目，並改名為《情緒通》18111精神健康支援熱線，為全港市民服務，每天接聽來電超過300個，成效顯著。



走進 有需要的人群



中途宿舍服務 營造安全環境 協助重回社區

利民會在本港的精神健康服務由康復宿舍開始，發展至今已有4間資助中途宿舍及1間自資輔助宿舍，分別在1987年成立的「環翠之家」、1990年成立的「屏山樓」、1998年成立的「尚德之家」、2001年成立的「翠華之家」，以及2005年成立的「利康居」，位於港九新界不同地區。

宿舍生活通過營造安全且支持性的社區環境、建立規律的生活習慣、促進人際互動和社會支持，對精神復元人士提供了多層次、多角度的幫助，從而促使他們能夠更快地走向康復。主要在以下幾個方面體現：

1 去院舍化 — 社會支持與互助網絡

宿舍提供一個共同居住的空間，這種環境可降低孤獨感，增強個人的安全感。藉不同的活動建立起互相支持的氣氛，分享個人經歷與挑戰。這種直接的人際互動有助於建立起一個強大的互助網絡，使精神復元人士能夠獲得情感上的支持、理解和接納，這對心理健康的恢復至關重要。

2 規律和結構化的生產環境

宿舍生活通常伴隨著日常作息的規律性，如固定的起居時間、用餐時間等，這種結構化的安排有助於建立健康的生活習慣，從而減輕精神壓力，促進復原。

3 促進個人自主與責任感

通過參與宿舍內的管理和負責崗位，精神復元人士能夠培養自己對生活的掌控感和責任感，這有助於提高自我價值感，並逐步恢復對未來的信心。

4 提供專業支持與輔導機制

宿舍服務配合專業的心理輔導、治療及康復計劃，讓精神復元人士能夠在一個相對輕鬆的環境中獲得專業幫助。



利民會在本港的服務由一間康復宿舍《蔭苑》開始。



舍友也有權利發表意見，參與及制定服務單位內的事務或運作。

「宿舍服務」短片



中途宿舍服務 首推行「社群式治療」 營造適切環境幫助溶入社會

香港利民會傳承國際利民會的服務理念，運用「社群式治療」協助康復者在社區穩定生活。此模式重視以社區為本推動精神健康，強調服務使用者的參與和社區共融的服務方針；協助服務使用者發展個人優勢，以「能量為本、紮根社區」為綱領，將復元的成份以有尊嚴的方式帶到復元人士的生活中。

利民會是本港首個採用「社群式治療」(Therapeutic Community) 的精神復康服務機構。提供接近正常社區生活模式，讓服務使用者透過日常彼此接觸、從群體相處中學習。



於2010至2012年期間舉行「健康人生愛運動」的運動會，將「健康人生愛運動」發揚光大。



「社群式治療」的平等、表達意見、共同參與及合作、寬容態度對待別人等因素，對舍友的成長有顯著成效。

社群式治療的四大原則

大同 (Communalism) - 重視平等及分享，職員或舍友均可自由表達其想法，強調相向溝通的重要性。

民主化 (Democratisation) - 不論職員或舍友均可以實踐權力，共同參與及訂定服務單位內的事務或運作，達至充權目標。

寬容 (Permissiveness) - 善用舍友大會或房間會議等渠道，推動舍友間彼此以寬容體諒的態度去對待他人，及與自己有異的作息或行為。

現實對質 (Reality Confrontation) - 以溫柔而堅定的態度，鼓勵成員面對和正視個人問題根源以尋求改變，避免以否認和逃避方式處理自身問題。

社群式治療改變職員與服務使用者的關係。職員擔當「使能者」的角色，在服務中尊重服務使用者的權利和意願，而服務使用者則漸漸提升「賦權」的意識，以掌握個人的康復旅程，埋下「復元」的種子。



2005年「同心互行」計劃中，邀請了青少年義工到宿舍和舍友「宿一宵·吹水夜」，辦公室瞬間變為睡房，讓社區人士體會舍友生活，相互學習，實踐共融。



1999年11月尚德之家成立典禮暨一周年開放日，得到街坊的支持，場面熱鬧，見證宿舍和尚德邨一同成長。

「宿舍服務」短片



精神健康綜合社區中心 共建社區為本復元之旅

與你同行 精神健康復元之路

15年來，友樂坊(黃大仙及港島東)精神健康綜合社區中心一直與社區並肩同行，陪伴精神復元人士及其家屬走過復元路上的高低起伏。自2010年10月1日成立以來，兩間中心由初期20多位同工，發展至現時超過80位跨專業團隊成員，涵蓋社工、職業治療師、精神科護士、臨床心理學家及支援同工，服務範疇亦隨社會需要不斷擴展。

① 服務里程碑

服務初期以支援精神復元人士為主，隨著社會對精神健康的關注日益提升，服務逐步擴展至成人家屬、朋輩支援、青少年及臨床心理服務等。以下是15年間的重要發展里程碑：

- 2010年10月** 友樂坊(黃大仙及港島東)兩區的精神健康綜合社區中心正式投入服務
- 2013年8月** 友樂坊(港島東)遷入環翠邨，提供更穩定的服務空間。
- 2013年12月** 友樂坊(黃大仙)遷入慈雲山慈樂邨，進一步紮根社區。
- 2014年4月** 增設黃大仙上邨耀善樓分址，擴展服務容量與活動空間。
- 2015年10月** 開展成人家屬支援服務，回應照顧者的照顧壓力。
- 2016年3月** 參與社署「朋輩支援服務先導計劃」，精神復元人士朋輩支援員投入服務。
- 2018年3月** 朋輩支援服務正式常規化，與受情緒困擾人士同行復元歷程。
- 2018年10月** 開展臨床心理服務，為服務使用者提供專業心理治療。
- 2018年10月** 開展小家屬支援服務，支援18歲以下精神復元人士子女的需要。
- 2020年4月** 服務擴展至初中學生，推動校園精神健康教育及早期介入。

② 疫情下的創新應變

在2020年數年疫情期間，中心迅速轉型，同工們努力不懈地為服務使用者及其家屬提供逾9,200次電話關顧，並派發超過5,500份防疫物資。透過申請基金，協助有需要人士獲得手提電話及數據服務，並邀請了不同界別的專業人士提供「在家身心抗疫系列」線上支援，舉辦超過700場網上活動，以支援社會大眾過渡難關。

同工們發揮創意與應變能力，製作九型人格短片與自助手冊，讓大眾了解疫情下的不同性格人士之不同應對方式：與廣受青少年歡迎之網絡媒體(Youtuber)合作，向大眾推廣關注身心健康之訊息，並組織社區音樂隊及廣播劇小組，為地區人士提供嶄新而互動的精神健康社區教育。

③ 危機中的社區支援

在2023年鑽石山荷里活廣場事件後，機構迅速啟動危機應變工作小組，並與社會福利署、綜合家庭服務中心、地區康健中心、商場及住戶管理處、教會等協調，推動多層面支援。我們舉辦情緒支援講座、街站派發服務資訊，並加強對求助者的電話及實體支援；同時為區內伙伴及服務使用者安排工作坊。員工支援方面，吳曰嵐教授及趙芊嵐博士提供心理創傷講座及EMDR訓練，高級經理分享面對創傷的接地技巧，臨床心理學家主持創傷知情解說會，並配合「危機事件壓力管理」及「心理急救」課程，提升專業應變能力。機構亦透過社交平台發布求助資訊，並舉辦網上精神健康講座予僱主及地區人士，協助社區減壓、去標籤，共建復元力量。





4 多元支援

中心以跨專業團隊為基礎，配合八大健康元素(身、心、社、靈、職、智、財、境)，推動全人健康發展，特別關注青少年、男士及照顧者等較少求助群體，建立身心健康支援網絡，為不同年齡及服務需要的服務使用者提供多元支援服務。

因應會員逐漸老齡化，中心積極引入「智能平衡步道」及「倍靈指環」等樂齡科技，協助長者提升身體平衡能力與睡眠質素，減低跌倒風險，讓他們在復元路上活得更健康、更有尊嚴與生活品質。

同時，中心亦致力為長者會員創造發揮潛能的機會，透過活動促進不同年齡層的同路人之間的交流與互動，建立跨代共融的社區氛圍，讓復元之路不分年齡，共同前行。

青少年方面，中心積極加強入校支援服務，協助學生提升情緒健康與抗壓能力，促進其在校園中的適應與成長。同時，我們亦關注在學及在職青少年的發展需要，透過社交技巧訓練、升學及就業支援，協助他們建立自信，規劃未來，邁向更穩健的人生階段。

在朋輩支援方面，中心積極推動「復元公民」課堂，鼓勵精神復元人士建立自我身份認同，積極參與社區事務，重拾社會角色與價值。同時，我們透過推廣精神復元人士參與義務工作，實踐「助人自助」的精神，讓他們在貢獻社會的過程中重建自信，發揮潛能。這不僅促進個人成長，也讓社區大眾有更多機會認識與接納精神復元人士，欣賞他們的獨特優勢與貢獻，推動共融文化的發展。

在家屬服務方面，中心透過「家倍有愛」課程及「愛家聯盟支援計劃」，致力提升照顧者的心理健康及對精神健康復元的認識。除了提供情緒支援與實用技巧訓練，更積極倡議照顧者的需要與其精神健康的重要性，透過建立互助網絡，照顧者能彼此交流經驗、互相扶持，共同面對挑戰，並在同行中找到力量與希望。

5 藝術復元之路

中心多年來透過申請社會福利署「殘疾人士藝術發展基金」，推動一系列多元藝術課程，讓精神復元人士在一人一故事劇場、論壇劇場、手鈴、銅舌鼓、沙畫、夏威夷小結他、非洲鼓、拇指琴、無伴奏合唱、戲劇訓練及唱歌興趣班等舞台上展現自我。這些活動不僅提升他們對藝術的興趣與參與度，更讓他們發揮表演藝術方面的潛能，重拾自信與成就感。

透過藝術作為溝通與表達的媒介，精神復元人士能逐步建立與外界聯繫的信心與能力，並透過藝術共融巡迴表演，讓社區大眾看見他們的故事與才華，從而改變對精神病的刻板印象，減少標籤與歧視，推動社會共融與理解。



6 展望未來

面對日益嚴峻的精神健康挑戰，中心將持續推動「復元公民」理念，鼓勵服務使用者積極參與社區，重建自我價值與社會角色。我們深信，復元不只是個人的旅程，更是社區共同的歷程。

未來，中心將進一步整合科技與社區資源，提升服務質素與覆蓋面，致力走在精神健康支援的最前線。我們相信結合「能耐為本」、「復元為本」與「社區為本」的介入模式，陪伴每一位精神復元人士走得更遠、更穩，在社區中活出希望與可能。

「精神健康綜合社區中心服務」短片



社區精神健康支援 24小時精神健康熱線 — 從《即時通》到《情緒通》的歷程

2008年，全球金融海嘯席捲而來，社區經濟陷入蕭條，利民會察覺到這場危機對市民精神健康的深遠影響。為此，利民會毅然自資成立《展望熱線》，旨在為受影響的市民提供情緒支援，協助他們渡過難關。在服務過程中，團隊發現許多求助者不僅面臨經濟壓力，更飽受其他精神健康問題的困擾，尤其在深夜時分，情緒最為低落，卻往往缺乏即時的支援。這一洞察促使利民會將《展望熱線》的服務模式進一步優化，並積極向各慈善基金分享理念，最終成功爭取支持，成立了持續營運12年的《即時通》。

《即時通》不僅提供全天候的電話支援服務，更引入會員系統，讓有持續支援需求的市民能夠獲得主動關顧。服務內容包括服藥提示、覆診提醒，甚至節日關懷，這些細緻的安排不僅讓復元人士感受到溫暖，也讓照顧者倍感安心。



「即時通」精神健康支援服務
啟動禮隆重開幕



熱線義工無間斷支援全天候
服務運作



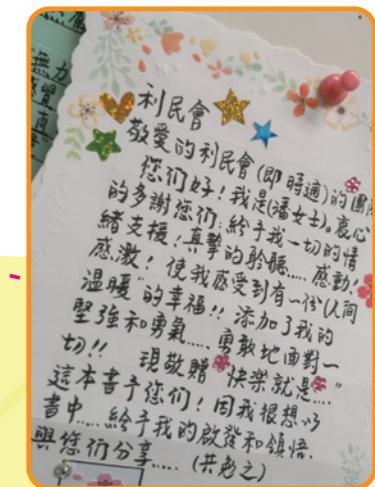
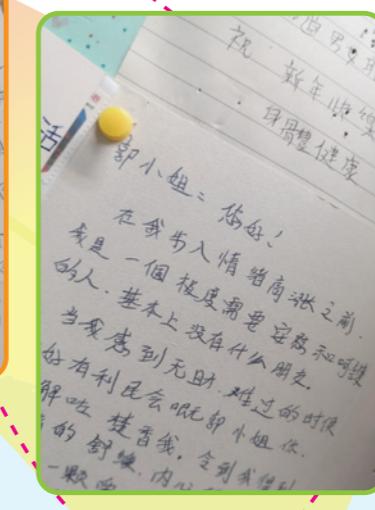
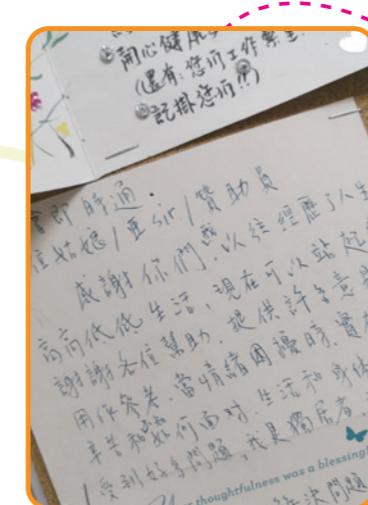
18111情緒通正式啟動



與香港電台分
享熱線帶來的
社會效益

2020年，新冠疫情爆發，經濟低迷加劇了市民的焦慮與不安。「即時通」接獲的求助電話數量急劇上升，然而，社交距離限制卻對服務的動員能力造成挑戰。面對這一困境，《即時通》迅速調整策略，積極推動專才義工招募計劃，並研發「在家熱線支援」模式，讓義工能夠在家中遙距接聽來電，確保服務不間斷。這一創新舉措不僅紓緩了疫情期間的社會服務難題，更因此而獲得慈善基金的關注與支持，為《即時通》提供了額外資金，用於優化義工訓練模式及完善遙距支援系統。這些改進讓義工在有限的來電者資料接觸下，也能藉著系統的輔助下高效運作，既保障了服務使用者的隱私，又提升了整體服務效率。

利民會在逆境中不斷創新、堅守使命的決心，不僅得到來電者的廣泛認可，更贏得政府對本會營運熱線服務的高度信任。2023年12月27日，利民會正式成為醫務衛生局設立的熱線《情緒通》18111精神健康支援熱線營運機構，讓本會的熱線服務能夠惠及更多有需要的市民。熱線成立以來，每天接聽來電平均達331個，18個月的總來電次數近15萬，成效顯著，也成為無數市民在情緒低谷中能即時求助的服務。



利民社區網

集結復元人士力量 深入社區分享精神健康

利民社區網為成立了11年的自助組織，致力鼓勵受情緒困擾的復元人士和家屬發揮優勢，促進朋輩互相支持，共建復元友善社區。起初群體都是九龍醫院紅棉社會所的會員，但因醫管局收回地方，群體需要遷出；後得利民會借出臨時場地作會址，直到如今。利民社區網現時已連繫超過300名會員，並在2023年5月正式成為認可獲豁免繳稅的慈善機構，見證眾會員和社區伙伴付出的成果。



感激沿路有你，用心支持利民社區網！



從紅棉社會所到自助組織，一步一步發展向前



同心同行、結集力量、攜手共進

由於精神健康綜合服務中心只服務居住在該地區的復元人士，故此自助組織便發揮互補作用，接納不同地區的會員，善用朋輩網絡以幫助會員走出社區。同時，社區網亦會舉行課程和活動，鼓勵復元人士作導師和同行者，建立有價值角色，令康復者不覺得自己是一個「病人」，反而可以走出來幫助其他人。

近年，利民社區網積極走進各大院校和社區，尋求與各界團體合作，共同推廣精神健康訊息。會員在「真人圖書館」的分享中講解精神病患者的困難和經歷，從而使公眾人士更明白復元人士的需要，將來能以同理心與身邊人同行。核心成員更一直學習精神健康和組織管理的知識，主動回應會員的實際需要。

玉霞(主席)：

「希望會員薪火相傳，發光發熱，幫助更多受情緒困擾的復元人士，與他們同行。我們希望陪伴一些受情緒困擾的人士，也提供多一個渠道給他們參與活動，增強自信。這是我們的目的。」



健康活力，人人有份



家屬及照顧者支援 互相支援，共築希望

精神復元人士的照顧者和家屬往往承受著巨大的壓力與挑戰。他們不僅要承擔家人病情的重擔，還需面對社會對精神復康的誤解與歧視。「互助互勵同互勉，愛心恆心齊關心」不僅是聯心社的口號，更是利民會與每位家屬共同的信念。讓我們繼續以愛心與恆心，攜手前行，為更多家庭帶來光明與希望。

利民會一直關注照顧者和家屬的需要，以不同方式提供支援。在聯心社成立之前，利民會已透過個別家屬小組，為家屬提供交流與互助的機會。自2004年4月起，「聯心社」(Heart to Heart Club)的成立為這些默默奉獻的家屬創造了一個互助的平台。聯心社聚集了眾多家屬，促進互助與支持，並以愛心與恆心相互關懷。聯心社不僅促進家屬之間的聯繫，還組織身心健康及休閒活動，幫助他們在繁重的照顧工作中找到放鬆與快樂。



家屬們共同享受
創意藝術活動



2009年，利民會進一步設立了「利民家庭學社」，每年為家屬及社區人士提供多元化的精神健康教育活動，提升家屬對精神健康的認識與應對能力。2015年，社會福利署正式將家屬服務納入精神健康綜合社區中心(ICCMW)的資助項目之一，為服務的穩定發展奠定基礎。在醫務衛生局精神健康諮詢委員會的資助下，利民會還致力於發展照顧者朋輩員支援服務。在2022年至2024年間推出了為期兩年的《愛家聯盟》照顧者支援計劃，針對不同階段的照顧者提供貼心支持。無論是剛踏入照顧角色的新入，還是面對困境多年的家屬，皆能在這裡找到合適的幫助與陪伴。此計劃已培訓了一批熱心的照顧者朋輩員，他們以同路人的身份，真誠地幫助其他照顧者。

截至2024年，聯心社的會員人數已接近1,000人，成為家屬支援服務中不可或缺的力量。展望未來，聯心社將繼續以互助互勵的精神，為更多家屬及復元人士提供溫暖的支持與專業的服務。我們堅信，透過持續的努力與創新，聯心社將成為更多家庭在復元路上的堅強後盾，為社區精神健康服務開創更美好的未來。



頌鉢減壓活動，關注
身心靈的全面照顧



家屬復元講座，聚焦社
區倡導，關心每位照顧
者的需求



家屬參觀藝展，
互相交流與關心

職業復康服務 發揮自我價值，邁向人生新篇章

回望利民會走過的40年歲月，充滿感恩與自豪。在這段旅程中，職業復康服務作為利民會的核心服務之一，為精神復元人士及各種殘疾類別人士提供了超過30多年的支持，成為無數人重拾自我價值的起點。這服務不僅是給予服務使用者一次就業的機會，更是一段讓人生重拾希望、活出精彩的成長過程。

職業復康服務的核心在於其階梯式的服務模式，前期的工場訓練服務，為服務使用者建立了穩固的基礎。從產品加工、分類、包裝到手工藝製作，甚至餐飲、零售、物流及清潔，每一項訓練都是為裝備服務使用者走向就業而鋪路。然而，不論是否最終成功就業，這段訓練歷程的價值卻無可取代——它讓服務使用者發掘自身潛能，建立自信，重新定義自我價值。



服務使用者在工場學習使用不同機器



工場的加工生產為服務使用者提供基礎工作訓練

我們於2014年創立的自家品牌「可來兒手作雜貨」是一個觸動人心的例子。這品牌不單是手工藝品的結晶，更是服務使用者用心創造的藝術。服務使用者透過手工藝品的生產與銷售，逐步掌握技能，建立與外界的聯繫，更得到了被欣賞與認同的喜悅。曾經有一位患精神分裂症及焦慮症的服務使用者，參與了手工藝製作多年。她以細膩的心思完成一件件作品，在工場30周年時，她更親手繪製了一幅充滿感情的作品送給工場，以感謝這裡給予她的支持與成長。

除了手工藝製作，工場的廚務訓練亦是職業復康服務中的一大亮點。這裡不但能學習廚藝，更是一個讓服務使用者建立自律、團隊協作與時間管理的平台。曾經有一位患有輕度智障並罹患抑鬱症的服務使用者，在參與廚務訓練後，逐步學會如何面對生活中的挑戰。經過一段時間的努力，她成功找到一份穩定的工作，至今已在崗位上堅持了5年之久。她閒時更會返回中心，探望昔日一起訓練的同伴，鼓勵他們繼續努力，嘗試不同挑戰。她的故事告訴我們，就業前的訓練不只能培養技能，更重拾對未來的信心。



本會曾於維多利亞公園營運小食亭，為服務使用者提供零售及簡單餐飲訓練



汽車美容訓練是進階訓練之一，讓服務使用者學習專業洗車及打蠟技術



透過承辦各類清潔工作，為服務使用者提供進階職業訓練



「輔助就業服務」短片



這些成功的例子背後，是職業復康服務紮實的階梯式培訓模式。從工場的工作訓練到後期的輔助就業服務，利民會不斷陪伴服務使用者跨越一個又一個挑戰。過去30多年來，我們成功協助接近700位服務使用者穩定就業，這數字背後承載的是一個又一個感人至深的故事。

職業復康服務的意義並不僅僅在於就業結果，我們更重視的是讓服務使用者感受到自己是有價值的，是被世界需要的，這種自我價值的建立，是邁向復元的關鍵一步。

在回顧過去的同時，利民會也滿懷盼望地展望未來。我們將繼續在職業復康服務上努力創新，為服務使用者提供更多元化的訓練與支援，讓他們透過創作與工作展現才能，與社會接軌，迎接人生的新篇章。



本會每年均會於工展會參展，讓服務使用者的手工藝創作展現於公眾眼前



可來兒產品：

「可來兒」簡介

「可來兒 · Coloré」於2012年由利民會新翠實業社創立，是一個為殘疾人士提供支持性工作環境的手工藝品牌。透過模擬公開就業的訓練，品牌為服務使用者提供長期工作機會，協助他們提升技能、增加收入、建立自信，並促進與社區的互動，幫助他們重新融入社會，實現獨立生活。品牌名稱「Coloré」源自法文，寓意以七彩繽紛的手工禮品傳遞快樂與正面訊息。

在專業導師的指導下，服務使用者根據能力製作布藝、刺繡、花藝、黏土及蝶古巴特木盒等手工藝品。品牌積極參與展銷活動及工作坊，服務使用者透過向顧客展示產品及分享製作過程，增強自信並建立與社區的聯繫。

輔助就業服務 為社會提供人力資源 與僱主合作助融入職場

得以繼續在職場上佔一席位，是精神復元人士的基本權利。工作既為生活添上意義，使人不至終日聚焦在病況上，更可以透過就業而不斷與外界接觸，自然地跟他人或外在資源連繫在一起，保持身體和精神健康。

利民會輔助就業服務在過去廿多年來藉著跨專業團隊，包括職業治療師、社工和導師對復元人士的恆常評估；為精神復元人士安排切合他們學歷、工作經驗和身心需要的職前訓練，以提升其自信、工作習慣和技能，令他們銜接到就業市場。

當復元人士的身心狀態一旦就緒，最後還需一個「伯樂」。因此本服務一向以不同方式推動共融就業；鼓勵僱主聘用精神復元人士，例如提供共融概念講座、單位參觀、籌辦招聘會、安排工作見習和推薦在職試用等。幫助僱主了解精神復元人士的狀況及如何共事。多年來我們都得到僱主們的肯定，只要他們願意給予復元人士平等就業機會，就會請到一班既可靠又勤奮的好同事。

精神復元人士一旦找到接納自己的僱主更會珍惜，復元路上可以如普羅市民同樣貢獻社會，讓人看見他們的才華確實令人雀躍。有些復元人士更是到達退休之齡才離開崗位，工作能力獲得僱主一再嘉許。



多年合作僱主之一：恒毅環衛服務有限公司，為一眾復元人士送上節慶禮物

朋輩支援服務 朋輩同行 增強康復效果

在現代社會，精神健康問題日益受到關注，而朋輩支援服務則顯得格外重要。

朋輩支援員利用自身經歷，為其他復元人士提供支援和指導，不僅在情感上給予安慰，也能增強復元人士的信心和復元效果。

朋輩支援服務的核心在於平等與互助。同為復元人士，朋輩支援員更能理解服務使用者的經歷，提供更具針對性和有效的支持。通過分享復元故事，朋輩支援員展示了在困難中也能實現復元和自我成長，從而激勵復元人士積極面對自己的復元過程。本會的朋輩支援員亦會協助帶領「復元公民」小組，透過小組的互相支持，令組員更有信心去面對復元路上的各種挑戰。

朋輩支援員透過分享自己復元故事，幫助他人提升希望感，重建有意義的生活。



朋輩支援員也經歷過起伏的復元路，尋找到新方向。

朋輩支援員日常工作包括帶領小組、電話關顧、社區推廣教育等。



社會福利署於2016年起聘請復元人士，透過課程及實務培訓，裝備他們擔任朋輩支援員工作。



「復元公民」計劃 引進外地復元模式 加強康復效果

本會自2020年引進美國耶魯大學精神醫學院復元和社區健康計劃(Yale-PRCH)，並以復元和社區融入為服務基礎。在社區中協助精神復元人士認識並行使自己的權利(Rights)和責任(Responsibilities)，共享社區資源(Resources)，建立有價值的角色(Roles)及人際關係(Relationships)，透過5R凝聚歸屬感(Sense of Belonging)。



職員在2020年初赴美國Yale-PRCH培訓



全體職員參與「復元公民」On the way桌上遊戲



亞太精神健康國際會議
2023分享復元公民最新知識



利民會實踐復元理念的里程碑

「復元公民」小組著重精神復元人士個人經歷成長及優勢發展，透過家屬、朋輩及職員的參與，由自我認識到接納，提升希望和促進成長，協助精神復元人士發揮有價值角色，回饋社會，從而獲得歸屬感，並獲得對自己和他人的肯定和承認。

迄今為止，此計劃已培訓超過70名小組畢業生，他們正為計劃進行不同程度的參與和宣傳。此計劃將繼續發展，以使更多人受益並得到社區的認同。



- 尚德之家是首間以復元概念導向的單位
- 舍友成功向區議員申請宿舍附近安裝一部升降機

- 邀請香港大學謝樹基教授及前資深職員吳柱剛先生分享他們在復元工作的經驗。同時，為所有職員對復元的認識及實踐進行了研究。

2012

2013

2014

2015

- 復元工作小組開展。並同時評估精神健康服務員工對復元為導向服務的知識和態度，蒐集基準數據，以支持推行復元為導向的培訓。

- 邀請兩名美國堪薩斯大學(University of Kansas)的培訓員為職員提供「優勢模式」個案管理訓練，利民會職員其後將理論付諸實踐。

2016

2017

2018

- 每個單位，當中包括職業復康、社區及住宿服務，均需提交一份復元模式實踐計劃。

- 經我們決定採用以社會為基礎，促進社區歸屬感的復元公民(RC)計劃，並在機構內實行。

- 工作小組討論多種實證為本的復元方法，當中包括正向心理學、敘事治療、靜觀、Well-focus、Refocus、復元公民(RC)等。

- 成立聚焦小組討論職員對復元公民投入服務的看法
- 公民測量表(中文版)的本地化應用及驗證
- 職員在2020年遠赴美國Yale-PRCH培訓

- 參與亞太精神健康國際網上研討會2022
- 研製「復元公民」On the way桌上遊戲
- 開展帶領員訓練工作坊及製作帶領員手冊

2019

2020

2022

2023

- 復元公民小組開展
- 社區知識與態度電話調查訪問

- 將復元公民概念融入個案管理中
- 在香港舉辦亞太精神健康國際會議2023

40周年誌慶活動



「尋根·再發現」— 倫敦及牛津交流學習團



回歸根源 數算恩典日子 · 整合經驗 擴張服務境界

利民會在香港服務40年，期間面對過無數風浪和挑戰，至今一直懷著初衷，站穩遠曠，致力走在精神健康最前線。在迎接各項慶典活動之際，本會籌備主題為「尋根·再發現」的海外培訓，期望與同工一起踏足英國倫敦，訪尋創辦人和英國利民會總部，重塑當年創立本會的軌跡；並了解當今英國的精神健康服務發展和社會狀況，從中比對和借鏡，以豐富本會之服務經驗，繼往開來讓更多同工的創新服務意念得以凝聚。

主要行程（學習範疇）

英國利民會總部與總幹事對話（英國精神健康服務之營運）
英國利民會聖喬治宿舍（宿舍服務運作）

與利民會創辦人Ms. Elly Jansen 訪談（創辦人之服務理念）
英國利民會國際社會心理基金會（RPFI）（社群化治療模式）

Rethink Mental Illness（英國精神健康服務前瞻及行業生態）
陶爾哈姆萊茨咖啡館（社區介入手法）

中部及西北部倫敦復元學院（復元學院）
英國照顧者組織（Carers UK）（照顧者支援）

牛津焦慮症和創傷中心教授Prof. David M Clark主題分享
(政策與分析)





從過去尋根，到未來，再發現

於2023年8月，2位執委會成員及11位來自不同服務及專職團隊的同工，踏上前往英國倫敦及牛津的學習團。談到此行最深刻的學習經歷，必定是與創辦人Ms. Elly Jansen 訪談及參觀其建立的第一間宿舍。當年Ms. Elly Jansen看到街上有很多精神復元人士無家可歸，便毅然將自己名下的一間物業改建成一個專門收容精神復元人士之宿舍 -- 「白之家」(White House)，這也是整個國際利民會服務的開始。當時英國政府十分欣賞Ms. Elly Jansen之做法，「白之家」亦成功申請合法經營。

後來繼承這份精神的人不斷出現，並在世界不同地方成立利民會。現在國際利民會乃世界性之連繫網絡，由抱有推動精神健康、社區照顧等共同目標之非牟利機構組成。分佈於香港、廣洲、澳門、英國、蘇格蘭、澳洲、紐西蘭、斯里蘭卡、尼泊爾及印度等地。

服務理念同根同源

「白之家」的服務定位以「long-term care in community」為服務理念，近似香港利民會利康居作為輔助宿舍的定位。我們亦從「白之家」看到很多香港利民會住宿服務理念的影子，例如香港利民會中途宿舍大部份都以「XX之家」作命名，希望服務使用者能有一個家的感覺。

利民會創辦人Ms. Elly Jansen分享，她認為真正的治療是發生在小組中，這成效遠

大於個體。每人都有自己的思想，但如果在小組中精神復元人士感到其他人有同樣問題，他們便有所共鳴，能互相幫助和學懂接納；這便是「社群治療模式」理念之起始。



拜訪英國利民會總部並與總幹事合照



與行民會創辦人Ms. Elly Jansen訪談，並送上服務使用者親手製作的禮物

重視服務使用者參與

我們能從「白之家」看待服務使用者之態度，感受到宿舍非常尊重服務使用者的獨特性。經理與我們分享日常個案工作文件，每一個個案的首頁都有一份服務使用者簡介，強調一切從服務使用者出發。讓人感受他們重視服務使用者的全人，非單單是服務使用者的病歷或問題。

「白之家」給予舍友非常多的機會參與宿舍運作和給予意見，也看見舍友與同工之間有良好的信任關係，讓服務和溝通變得更直接。這些都與香港利民會的機構信念如出一轍。

強調與社區融合

「白之家」會定期與附近的鄰舍進行聯誼活動，例如邀請他們到宿舍參加燒烤活動。鄰舍亦時有製作不同食物，與宿舍及舍友分享作回禮，就像普通鄰舍般日常活動。這對於推擴精神復元人士去標籤化，鼓勵融入社區有極大作用。

「白之家」也會進行「Gardening for emotional ventilation」，為舍友創造一個治療性的空間，利用自然環境成為治療的一部份。這讓我們回想起香港利民會利康居、屏山樓及翠華之家，也在其宿舍範圍內，建立花園、農莊及魚菜共生，並鼓勵社區人士到宿舍內參與構建，強調與社區融合。



到訪英國利民會聖喬治宿舍



到訪英國利民會國際社會心理基金會 - 「白之家」



參與成員代表分享

執委會副主席蕭玉珠女士

「我有幸參與『尋根·再發現』之旅，第一站是訪問英國利民會創辦人Elly女士，她雖然已經年屆94歲，但仍然精神奕奕，相當健談，表示非常盼望見到我們。這次行程令我印象相對深刻的是Rethink Mental Illness的一位女士，她講述怎樣向相關機構申請津助，他們首要是做好服務記錄，讓有關當局清楚了解服務的重要性。這點也許與我們機構有相同之處，例如《即時通》24小時電話熱線服務，我們也是艱苦營運10多個年頭才成為政府資助項目。」



到訪英國照顧者組織(Carer UK)



到訪Rethink Mental Illness

朋輩支援員周秀蘭小姐

「是次學習之旅開啟了我的眼界，作為朋輩支援員，我十分期待可以和當地的朋輩支援員直接交流，可以如願以償，所以十分興奮。Ade是宿舍的半職朋輩支援員，她會負責舍友的日間活動，包括煮食小組、手工藝小組、園藝小組，亦負責燒烤活動、協調義工，十分多才多藝。也會與護士商量舍友情況，參與照顧計劃。」

在復元學院，我認識了朋輩導師Miriam，她負責活動、通訊及行政工作。她自信滿滿的介紹復元學院的課程。在香港，服務使用者對專業同工的意見比較容易接納，當地朋輩讓我明白，朋輩支援員可以活出我們的權利、責任和強項，鼓勵了我跟隨學習、充實及裝備好自己，與服務使用者同行。



編織服務網絡連絡業界

「利民造星」才藝表演活動

突破界限 發揮才華

「多謝婆婆一直沒有放棄我!!」 — 「全場人氣獎」得主伴隨淚水的一番得獎感言帶出了「利民造星」活動最深層的渴求 — 看見人與人之間的連結與復和。

「利民造星」是一項全機構參與的才藝表演活動，透過藝術媒介及「優勢為本」理念，發掘服務使用者的潛能，提升自信，並增強復元路上的抗逆力和促進服務間的聯繫與交流。



利民造星一班台前幕後的工作人員



現場及網上轉播超過200人出席，氣氛熾熱！！

表演形式多元化，包括唱歌、樂器、舞蹈、魔術、話劇等，並分個人、組合或團體參賽。比賽獎項設有「最佳演繹獎」、「最具台風獎」、「最富娛樂性獎」及「全場人氣獎」，以鼓勵及肯定創意與才華。活動於2023年9月24日假油尖旺多元文化活動中心舉行，舍友、家屬及職員一起參與，並請來全民造星歌手管鋈先生及腦作劇團藝術總監張希賢先生，場面十分熱鬧。

評判團勞苦工高(由左開始)：
腦作劇團藝術總監張希賢先生、
利民會總幹事馮祥添博士、
歌手@全民造星20強管鋈先生



作為機構40周年慶典的頭炮，本活動吸引來自不同單位30名參加者，經歷5次ZOOM預演、2次訓練日營及正式比賽。參加者積極投入，面對挑戰亦能克服，比賽當日現場及網上直播觀眾超過200人。透過導師、同工、朋輩和觀眾的肯定，提升了自信心和肯定了自我才能，同一時間亦讓他們更明白機構的運作和花在服務上的心思。

最佳演繹大獎

利民會友樂坊(黃大仙)董麗珍及陳思梨：
得獎歌曲《祝福》

得獎者心聲：

希望藉著《祝福》這首歌帶給大家祝福，借歌詞「叮囑清風 奉上衷心 祝福千串 拜託清風 奉上衷心 祝福千串」祝福大家身體健康及生活平安快樂。



最佳台風大獎

利民會友樂坊(港島東)黎月明(Billy)：
得獎歌曲《夢醒》

得獎者心聲：

想提升自信心，而且活動免費又有豐富獎品



全場人氣大獎

利民會翠華之家何芷珊：
得獎歌曲《分分鐘需要你》

得獎者心聲：

我揀選唱《分分鐘需要你》是因為歌詞內容好有意思，在唱這首歌時讓我想起我的婆婆及過往與她相處時快樂的畫面。希望大家都留意歌詞。



最富娛樂性大獎

利民會尚德之家話劇團：
得獎劇目《西遊記之復元經》

得獎者心聲：

透過輕鬆話劇鼓勵大家在逆境時互相支持及善用所擁有的資源，終能收回我們的健康、快樂、關係及價值等。



亞太精神健康國際會議2023

以往每相隔約兩年，亞太論壇都會舉辦一次亞太會議，讓來自香港、昆士蘭、坎培拉、印度和斯里蘭卡等地的利民會代表聚首一堂，以分享他們在精神健康服務方面的經驗和發展。上一次在香港舉行由利民會主辦的亞太會議已經是2004年了。是次亞太精神健康國際會議2023於12月7日至9日在香港舉行，除了作為推動精神健康復元公民理念的關鍵平台，亦是慶祝利民會成立40周年的一項重要慶典。會議以「精神健康：復元公民」為主題，副題著重於「關顧、協作、公民權」三大核心範疇。



主禮嘉賓在會議開幕儀式上來張大合照

大會吸引了來自香港、美國、新西蘭、中國、印度及澳門等地的眾多講者及嘉賓參與。在首兩天分別約有230人和180人參加會議，包括社福和醫療服務提供者、服務使用者和照顧者、學者和職員。會議首日，由時任平等機會委員會主席朱敏健先生發表開幕專題講座，為會議揭開序幕。會議亦邀請了三位專題演講者，包括耶魯大學Michael Rowe教授、香港大學謝樹基教授以及新西蘭國際社會企業PeerZone創辦人Mary O'Hagan女士，剖析與探討復元公民、優勢為本以及夥伴關係等重點議題。



來自各界的與會者坐滿會議廳互相分享經驗



香港大學謝樹基教授在專題演講中發表「優勢為本關顧與復元公民」的演說

作為亞洲首個將「復元公民」概念實踐於精神健康服務的非政府服務機構，利民會在會議中分享了其於社區服務中的經驗及成果。同時參加者在會議分組研討中亦以口頭報告形式介紹了相關的計劃和研究項目。為了推動社區共融和鼓勵復元人士積極參與，特別安排利民會的服務使用者以戲劇、鋼舌鼓及饒舌表演彰顯其才華及有價值角色。在最後一天的會議，特別安排了耶魯大學的導師主持復元公民工作坊，以及復元公民座談會暨公民計劃畢業典禮。

是次會議加深了業界對復元公民的認識，特別是服務使用者和照顧者。會議擴大了復元公民計劃，參與的精神復元人士不限於本會內。此外，與會者也探討了持續復元公民計劃的發展方向，並討論了加強協作的可能性。這些討論對推動復元公民計劃的進一步發展及促進更廣泛的參與和合作具有重要意義。

在最後一天的會議，特別安排了耶魯大學的導師主持復元公民工作坊，以及復元公民座談會暨公民計劃畢業典禮。在3天的會議中，與會者深入交流、互享經驗，令會議得以圓滿舉辦。



精神健康機構代表、朋輩及照顧者與耶魯大學的學者在座談會分享對復元公民的看法

五舍開放日

與社區聯繫 增加對精神病的認識

中途宿舍一般不會對外開放，讓外界人士進入參觀，因此常常給人一種神秘的感覺。為慶祝機構40周年，位於黃大仙的「翠華之家」作為主場，聯合利民會其他四間宿舍、職業復康服務、及精神健康綜合社區中心「友樂坊」一同舉辦「PERMA幸福轉捩點 — 五舍開放日」。此次活動的目的是與社區人士建立聯繫，並介紹機構的各類服務。

活動以正向心理學的5個幸福元素為主題，由職員及服務使用者共同構思各攤位及工作坊的內容，這不僅發掘了大家的創意，還展現了個人的能力及優勢。活動相當成功，吸引了許多住在附近的社區人士前來參加，使他們更加了解利民會的不同服務。



「翠華之家」準備就緒，迎接「五舍開放日」



公眾人士一家大小參與攤位遊戲認識精神健康的重要性



區內人士在宿舍享用美食外，了解宿舍的運作

參與的舍友及服務使用者都感到非常開心和滿足。他們在各自的崗位上展示了最佳的一面，並獲得了正面的回饋與肯定。大家都期待下次的開放日，能與更多的社區人士分享快樂及共聚時光。



小朋友認真聆聽，希望在遊戲中贏取獎品



母親與女兒一起玩遊戲，學習情緒需要



親子活動中，家長陪同子女寫感謝卡



大會準備了豐富禮物，增加攤位遊戲的吸引力



同工在宿舍內向參觀者介紹精神健康的知識

40周年慶典 暨 新翠實業社從「SUN」出發啓用禮

新翠實業社致力於為殘疾人士提供職業復康服務，旨在提升他們的職業技能和社會適應能力。然而，在2023年9月8日，新翠實業社遭遇了百年一遇的嚴重水災，導致中心內所有設施受到嚴重損壞，影響了正常運作和訓練安排。面對這一艱巨的挑戰，我們啟動了「新翠實業社—從SUN出發」計劃，旨在迅速恢復運作，改善整體環境設施，並為會員創造更安全、更舒適的工作和培訓環境，幫助他們從新出發。

新翠實業社與其他服務單位攜手於2024年6月1日，當天正好是利民會40周年的紀念日，舉辦了40周年慶典 暨 新翠實業社從「SUN」出發啓用禮，慶祝周年慶的同時，標誌著新翠實業社完成歷時大半年的復修工程，中心可以重啟服務。



一眾員工齊聚新翠實業社啓用禮，
慶祝「從SUN出發」



左起：臨床諮詢委員顧問趙芊嵐博士、總幹事馮祥添博士、社會福利署東區及灣仔區福利專員胡美卿女士、執行委員會主席吳日嵐教授、助理總幹事李智仁先生、及助理總幹事黃建隆博士



社會福利署東區及灣仔區福利專員胡美卿女士(中)，聯同總幹事馮祥添博士(右二)、執行委員會主席吳日嵐教授(左二)、及服務使用者代表主持亮燈儀式



嘉賓參觀全面翻新的新工場之餘，也從「回憶走廊」中了解2023年9月百年一遇的暴雨，帶來災難性的破壞



嘉賓欣賞由復元人士
製作的手工藝品

活動中的「SUN」由三個英文字母字頭所組成，分別代表：Smile(微笑)、Unity(團結)和New(創新)，期望中心的服務能夠讓職員和會員開心工作、上下一心，並實現服務創新的三個目標。

啓用禮展示了中心的服務、整個復修進程及中心未來的發展方向。同時邀請政府部門官員、會員、家屬及社區人士參與，共同慶祝這一里程碑，也強調社區關係的重要性。當日的活動獲得重大成功，除了讓地區人士更加認識利民會及在職業復康服務在過去40年的發展之餘，同時亦獲得社署和地區人士等高度讚賞，迅速回復服務和大幅度改善設施。而會員在啓用禮後兩天也開始重返新翠實業社進行職業復康訓練工作。對於可以回歸中心，他們均表示雀躍，也感謝利民會一直以來提供的服務和對他們的支持。





走在精神健康最前線 沿途有你

職員

新翠實業社利民會員工
陳炳康



讓希望變為事實

加入利民會工作快將踏入22周年，回顧機構過往推行復康服務發展至今，確實有很多值得分享的回憶。談到跟會員相處的點滴，我想藉著這機會跟大家分享一件讓我至今十分難忘的事情。

大約15年前一位從內地來港定居並患上思覺失調的一位會員，他加入了新翠工場接受服務。當時他派到我負責的組別，讓我跟進工作訓練。由於說話帶鄉音，對粵語溝通不靈光，驅使他不願表達自己內心感受，同時害怕與別人交往，所以沉默寡言。

最讓我感動的是，無論是現今或過去曾一起共事的同事，也會努力不懈地為這位會員定出不同的學習目標，尤其是所屬個案社工與導師們想出的方案，落實在這位會員的個人發展身上，經過不同階段的學習，他漸漸學會了廣東話跟同組會員溝通，適應了香港的都市生活節奏；日常的包裝訓練工作也得心應手，個人的自信心也逐步提升起來。

我最難忘在一年前他跟我分享了一件事情，他表達最希望增加訓練津貼收入，我問他的原因為何有如此想法？會員道出想邀請家人外出酒樓晚膳，目的要讓家人知悉和認同自己是家中的一份子。過去一年他被挑選參與中心運輸組工作訓練，每周接受三個半天的外出訓練，這段期間他表達訓練津貼收入較從前多，同時也實現了他訂下已久的目標與願望，席間對話的表情跟笑容也比從前多起來。

以上成功的個案例子，我衷心盼望在未來的機構服務發展上，同事們跟服務使用者皆可努力同行，讓更多的希望和笑容都變為事實。



精神復元人士

友樂坊(港島東)服務使用者 阿欣

感受支持 積極向前

我在柴灣居住多年，直至2024年5月因情緒問題困擾，經東區醫院社工轉介，認識利民會友樂坊(港島東)，開始接受輔導服務。

社工除了提供情緒支援外，同時為家居囤積問題提供轉介服務，與我一同面對及解決問題，減輕我的焦慮與不安。另外，從每季通訊得知「友樂坊」有很多不同活動、小組及健康講座，非常多元化，當中包括「做個攝影師」、「活動身心齊放鬆」及「乒乓球比賽」等，我對此類活動感到非常有興趣而主動報名，希望除參與興趣知識班組活動外，同時認識更多朋友，擴闊社交圈子。

往後的日子我計劃參加中心義務工作，例如「愛心理髮店2025」等義工服務，期望能為社區出一分力。



友樂坊(港島東)利民會員工 陳嘉敏

傳達愛因為感受愛

我在利民會工作已十四年，非常感恩！

利民會是一個充滿愛的機構，重視員工，與時並進。不僅能提供相當合理的薪酬待遇，也有醫療福利、不少年假等，亦在不同年代，推行多種員工表現獎金獎勵計劃，我也是受惠者之一。

職員會每年舉辦不同性質的活動，例如咖啡拉花，而職員聚餐的抽獎禮物相當豐富，讓我們輕鬆歡樂地享受一個晚上。此外，職員會亦常為我們爭取福利，寬頻上網優惠便是其中之一。

還記得新冠疫情期間，機構每周提供不同種類的新鮮水果送到各單位，亦送贈防疫物資，鼓勵員工關注身體健康，使我感到很窩心。現在機構仍繼續每周提供津貼購買零食，讓我們在繁忙的工作中共享，輕鬆一會。

港島東「友樂坊」是一個充滿愛的單位，同事間會互相幫助、分享工作的苦與樂、也會彼此關心、分享生活細節、及互相支持。我們曾共同經歷很多快樂、感動及難忘的時刻。

盼望機構能繼續愛護員工，造福更多有需要的人。



家屬／照顧者

聯心社委員
李淑貞女士

陪伴人生高低谷

時間過得好快，今年利民會踏入第40年頭，而我認識利民會亦有14年了。當初，我是因為尋求幫助而認識利民會。初時接觸利民會，感覺機構架構比較簡單，好容易直接獲得服務。但當時職員人數較少，工作相對忙碌，分工尚未很精細。

隨著時間的推移，2010年兩間精神健康綜合社區中心「友樂坊」的落成，令利民會整體踏上另一個台階，社會上更多人認識，增加了家屬及復元人士之間的凝聚點，而我們聯心社聚會或興趣班等活動，都不用四處找地方。這令利民會整體跨進一大步，而職員更明顯增多，分工更精細。

我希望在利民會所有職員的共同努力下，能為需要精神復康服務的市民提供更好的服務。在我認識利民會的14年間，經過利民會的培養，我在許多人際關係及處事上都有了成長，在利民會認識了一班同路人，建立了多段純潔的友誼，在人生高低谷，有無限的關心及共同分享，這些收穫都是沒法預計到的，希望能繼續參與義工服務，與利民會一起向50周年邁進！



聯心社委員
李少霞女士

讓我們一起成長

為了追求知識，在學校就讀各項科目；為了應付工作，必要在職培訓相關技能；原來為了和復元人士的家人建立良好關係，需要認識精神健康和實踐照顧者的角色。

對我來說，利民會除了是兩度頒授給我照顧者朋輩支援員畢業證書的「精神健康大學」之外，亦在我遇到情緒困擾的時候，社工職員很專業地耐心輔導和發出提問，令我反思核心問題，自我找出適當方案的「情緒支援中心」。

利民會提供持續學習機會，例如溝通技巧，使我學懂包容和同理心，和家人溝通關係改善，情緒漸趨穩定和正面；也配合實習機會，善用電話關顧技巧，慰問家屬會員，進行適當的情緒支援，達致我的「助人自助」期望；性格特質課堂則探討自己的優勢，把握「關愛自己」的重要性。

更加重要的是，認識了一群發揮個人強項，帶領活動小組的「朋輩家屬」；也為十多位熱心的義務「聯心社委員」記錄會議事項。大家同路人積極地一邊學習、一邊實踐，感覺絕不孤單，利民會讓我們一起成長！



義工

18111情緒通義工 Kate Chow

貼近需要 感受更深

參與情緒通18111服務，我深刻體會到精神健康支援熱線的意義與影響。透過義工身份，我能以更貼近的方式與他們交流，並融合不同的心理諮詢技巧，提供更全面的支持。

每次提供情緒支援、輔導和社區轉介時，我都能感受到來自求助者的信任與脆弱，這讓我更加珍惜這份責任。

義務工作不單讓我對心理健康和本地社區資源有了更深的理解，也激勵我在未來繼續投入精神健康和臨床心理的工作。



18111情緒通義工 Frances Yeung

體會感受 適切支持

早前我對朋友訴說感到沮喪，她立即回應道：「保持正向啦！」我頓時感到生氣和孤單，自問一直努力應對困難，但難免偶爾洩氣，你可以先聽聽我的感受嗎？這令我想起許多來電者提及，不知道還可以向誰傾訴鬱結，因為身邊人往往不懂得如何，甚至拒絕理解他們的心情，而情緒通成為他們的重要支持。能夠擔任情緒通義務關顧員，與人分享同理心這份珍貴的禮物，我感到非常榮幸！一起成長！



商界

明途聯繫有限公司

轉眼間我們和利民會合作已經兩年了。每周一、三、五一起工作的時光都非常順利，真的很感謝你們的支持。

還記得一開始學員們不太習慣工作流程，但在你們導師的耐心指導下，大家進步很大！現在他們已經能熟練又安全地處理貨物運輸，效率越來越高，還能主動注意工作安全，這些改變讓我們非常感動。

另外，今年正好是利民會成立40周年，我們也想特別說聲感謝！這些年來你們一直默默為社區精神健康付出，提供各種創新支援，真的幫助了很多人。
祝利民會未來發展更加順利，繼續陪伴更多復原朋友迎接下一個40年！
再次感謝你們的合作與用心，期待未來繼續攜手努力！

合作夥伴

強生(香港)公司

跨界別合作 相得益彰

強生(香港)公司與利民會合作，展開了一連串公眾教育活動，提升大眾對抑鬱症等精神健康的意識，同時讓更多人明白抑鬱症患者的心聲，藉此減低對抑鬱症的誤解或偏見，鼓勵有需要人士及早尋求專業協助及治療。

強生(香港)公司代表感謝利民會的協助，「通過『靜音說故事』及抑鬱症專題活動，邀請了多個精神復元人士分享復元路上的經歷，述說他們怎樣克服抑鬱症，以至頑治性抑鬱帶來的困擾，在病情起伏中不斷努力向前。」一個又一個真實故事分別在不同平台，透過文字、聲音或影片製作成特輯，讓大眾對抑鬱症及精神復元人士有更深入的認識。

「感謝利民會上下同工，多年來努力不懈地推動本港精神健康，幫助及陪伴精神復元人士及其照顧者走過高高低低的復元路。祝願利民會每一步腳印都成階梯，走向更多元化發展，造福香港市民。」



40周年宣傳活動

為慶祝40周年，本會除了舉行了一連串充滿意義的慶祝活動外，也同時安排了別出心裁宣傳活動，帶出利民會一直以來在精神健康服務的發展及領域。

郵票套裝

利民會在走過的40年中，曾遇上不同的復元故事，感恩能夠陪伴這些故事的主角走過低谷，尋找生命中的出路。我們特別設計了一套「會說故事」的郵票套裝，藉著6個真實故事及6幅復元人士親筆畫作，將抑鬱症患者的經歷及內心世界以聲音述說出來。只要掃描郵票套裝內的QR code，便可聆聽他們的故事。

6個復元故事包括：

- Feeling not OK, but OK
- Say goodbye to regrets
- 我累了，可以嗎？
- 我該怎樣說有抑鬱症
- 怎可走出情緒黑洞
- 停下來的勇氣



本會非資助服務需要你的支持，歡迎掃描以下QR code捐款



捐款表格 Donation Form

請支持利民會工作 Please support RFHK

我願意 I want to make 每月捐款 a monthly donation of: 作一次性捐款 a one-off donation of:
 港幣 HKD 100 200 300 500 1000 其他金額 Other amount: _____

請用正楷填寫。並於適當方格內加上「✓」號及 * 刪去不適用者。Please fill in with block letters. '✓' or * delete as appropriate.

捐款人資料 Donor Information

通訊語言 Language: 中文 English

姓名 Name: (英文 English) _____ (中文 Chinese) _____ *先生 Mr / 女士 Ms
 Given Name Surname

聯絡地址 Address: _____

聯絡電話 Telephone: _____ 電郵 Email: _____ 傳真 Fax: _____

捐款方法 Donation Method

信用卡 Credit Card (每月捐款 Monthly Donation) 信用卡號碼 Card no.

持卡人姓名 Name of the cardholder: _____

VISA Master 有效期至 Expiry date: 月 Month / 年 Year

持卡人簽署 Cardholder's signature 日期 Date: / /

本人現授權利民會由本人之信用卡賬戶定期扣除上述款項，直至另行通知為止。本人同意此授權書於本人之信用卡有效期屆滿後及獲續發新卡時繼續生效，無需另行填寫授權書。(如需要取消或更改本授權書，請於取消或更改生效日期七個工作天前通知利民會。) I hereby authorize Richmond Fellowship of Hong Kong (RFHK) to charge my credit card account for the amount specified in a regular manner as agreed upon by me and RFHK until further notice. I agree the validity of this agreement will continue before or after the expiry date of my credit card account. (Notice of cancellation or variation of this authorization shall be given to RFHK seven working days before the date on which such cancellation or variation takes effect.)

劃線支票 Crossed cheque (抬頭人請寫“利民會” Payable to “Richmond Fellowship of Hong Kong”)

銀行名稱 Bank: _____ 支票號碼 Cheque no.: _____

現金捐款存入本會銀行戶口 Deposit directly to our bank account (利民會 / Richmond Fellowship of Hong Kong)
 中國銀行 BOCHK 012-787-00048140 或 東亞銀行 BEA 015-162-40-03393-3

PPS繳費靈 (商戶編號 Merchant code: 9849) 付款編號 Payment Reference No.: _____

PayMe by HSBC PayPal



於以下便利店現金捐款 Cash
Donation via convenient store



7-ELEVEN
7-11 (HSBC)



3880 1002 5291 3231 8

Circle K VNGO



999935000252913236

個人資料收集聲明 Personal Information Collection Statement

利民會按照《個人資料（私隱）條例》的規定處理及儲存您的個人資料，絕不會向第三方出售及/或提供您的個人資料。利民會擬使用您的個人資料（姓名、地址、電話、電郵及傳真）以作日後聯絡、籌款、宣傳活動/訓練課程或收集意見等推廣用途。未經您的同意，利民會不會將您的個人資料用於上述用途。如非獲得您的同意或應法令要求，我們將不會把您的個人資料提供予任何外界單位。如您不同意，請在以下空格內加上「✓」號。您有權隨時向利民會查詢、更改或要求停止使用您的個人資料作上述推廣用途，費用全免。請於辦公時間致電 (852) 2529 1323。RFHK shall comply with the Personal Data (Privacy) Ordinance in handling and keeping your personal data. RFHK will not sell and/or provide your personal data to any third party. RFHK intends to use your personal data (name, address, telephone no., email and fax no.) for future correspondences, fund-raising appeals, promotional activities, training courses, conducting survey, or other related promotional purposes. RFHK will not use your personal data for the above purposes unless you give your consent. RFHK will not disclose your personal information to any external parties unless otherwise stated or with your prior consent or required to do so by law. If you do not agree to the use of your personal data for the above purposes, please indicate by putting a '✓' in the box below. You have the right to access, correct and request RFHK to stop using your personal data for the above purposes at any time and at no charge by calling (852) 25291323 during office hours.

本人反對利民會使用我的個人資料作上述推廣用途。I object to the use of my personal data by RFHK for the above promotional purposes.

本人已閱讀，了解及接納利民會有關收集、使用及提供個人資料的通知。I have read, understood and accepted the statement regarding the collection, use and provision of personal data by RFHK.

簽名 Signature

日期 Date: _____

備註 Remarks

1. 請將支票或銀行入數紙正本連同此表格一併寄回本會，以便發出正式收據(如需要者)。Please send the cheque or bank-in slip together with this form to RFHK for issuance of donation receipt, if required. 2. 港幣\$100 或以上的捐款可申請減稅。每月捐款的正式收據將於每年四月寄奉。Donation of HK\$100 or above is tax deductible. For monthly donations, an official receipt will be issued in April annually. 3. 本會成功收到「PayMe from HSBC」或「PayPal」交易紀錄後，將依照捐者的訊息在七個工作天內發出正式收據。(港幣\$100 或以上的捐款) After successfully received the transaction on PayPal or PayMe from HSBC, an official receipt will be issued according to the donor's message within seven working days (for Donation over HKD 100).