



# 香港戒毒會

THE SOCIETY FOR THE AID AND  
REHABILITATION OF DRUG ABUSERS

# 朝陽

2024年3月 第53期通訊

## 總幹事的話

### 愛心關懷回饋社會 康復員當義工CHILL出新境「戒」

闊別四年的香港戒毒會「喜耀成長晚會」，很榮幸得到衛生署署長林文健醫生，JP 親臨主禮，並在同事群策群力下，於1月8日圓滿舉行，為我們踏入2024年展開精彩的序幕。

「喜耀成長晚會」是香港戒毒會一年一度的盛事，目的是集合不同持分者，一同見證及嘉許成功戒毒康復成長、轉化生命的勵志故事，同場亦頒發義工服務嘉許狀，表達本會對不辭勞苦的義工們的謝意。

為了回饋社會，其實香港戒毒會一直積極鼓勵服務使用者參與各類型的義務工作，今期《朝陽》會介紹服務使用者參與：**照顧狗場狗隻的義務工作、關懷長者的義務工作、關懷無家者及美沙酮服藥人士的義務工作、關懷癌症病人的義務工作，以及提供維修水喉或油漆工程的義務工作**，亦可以分享他們當義工的心聲。

推動義務工作的目的，是要讓不同年齡的服務使用者也可貢獻社會。與此同時，戒毒會的服務使用者在參與義務工作的過程中，亦可認識到社會上不同群體的需要，不單學習表達對人、動物或事的關心和愛護，亦可從義工經驗中培養知足感恩的生活態度，就如今年「喜耀成長晚會」的主題，幫助戒毒康復學員突破受助者的身份，一齊「CHILL 出新境『戒』」。

## 委員動向

本會歡迎以下社會賢達加入香港戒毒會委員會團隊，為發展本會事務提供寶貴專業意見，包括：執行委員會委員黃志明博士及黃顯榮先生，MH、管理委員會委員區婉珊女士、研究委員會委員陳曦博士。

特別感謝任滿的執行委員會委員顧明仁博士，MH 及陳合權先生，MH，過去一直支持本會會務。

# 義務工作

義務工作是本會戒毒康復治療服務中重要的一環，透過服務社區其他有需要的群體，戒毒康復人士跳出昔日沉溺毒品的框框，以受助者的身份轉化為服務者，幫助社會上有需要的人和事，回饋社會。戒毒康復人士從不同的義工服務中獲得新體會，探索、發掘自己所長，提升溝通能力，學習感受他人的需要，經驗從助人歷程中得到不一樣的滿足。

## 照顧狗場狗隻

### @區貴雅修女紀念婦女康復中心

區貴雅修女紀念婦女康復中心與明愛貓空合辦，於粉嶺坪峯狗場進行義工服務。在活動中，學員首先認識被遺棄狗隻的背景及服務時注意事項，如有狗隻長期被關在籠裡作繁殖，直至沒有生育能力後即被遺棄；有狗隻長期捱餓等等。由於曾遭受長期虐待，狗隻多對人會有戒心。所以學員開始時要保持一定距離，待與狗隻熟稔些，才作近距離接觸。對於怕接觸人、比較畏縮的狗隻，學員要先呼叫狗隻名字，引起牠注意，再放下食物，待狗隻緩緩上前進食。學員除了協助餵食狗隻，還要幫忙清理「新鮮」的狗糞，那撲鼻的氣味著實教人「難忘」！

在服務中，學員努力照顧狗隻，有對狗隻抗拒的學員，亦嘗試克服和參與。學員在與狗隻互動玩耍中，幫助狗隻熟習與人接觸，減少對人的恐懼，有助於日後被領養。學員在當義工照顧狗隻的過程中，滿足感和快樂也提升不少呢！



## 義工心聲：

我硬一頭一兩位！我放開了，狗兒負責，牠們很乖，樂在其中。有服務，狗兒很乖，樂在其中。抗兒，見到牠們，嘗試讓牠們很乖，樂在其中。次，只有我嘗試讓牠們很乖，樂在其中。

雅

狗場收養了百多隻流浪狗兒，牠們都很可愛，見到我們來探訪，都很興奮雀躍，跳來跳去，與牠們互動放下煩憂，心情也變好了。

靜



非常欣賞照顧百多隻流浪狗的員工，讓牠們有一個有愛的家！Respect！

思



## 關懷癌症病人

### @區貴雅修女紀念婦女康復中心

區貴雅修女紀念婦女康復中心學員參加賽馬會眾心行善「病不孤單基金會」的義工活動，手繪聖誕咭為抗癌勇士打氣。學員用心繪畫設計，製作精美：有立體的、有貼上閃閃彩石的，為抗癌勇士送上驚喜。每張聖誕咭滿載了學員的心意及祝福，會放在基金會送予抗癌勇士的聖誕禮物包內。

Keep fighting! Live in the moment and stay happy till the end! Don't give up!  
Sasa

為抗癌戰士手繪聖誕咭很有意義，我一筆一線設計都是我的祝福！

雯

## 義工心聲：

如果因為我一張手繪聖誕咭的祝福，能帶給抗癌勇士一點支持，這行動讓我很感動。

CY

我設計了立體的聖誕咭，希望他們打開時會笑逐顏開！

思



# 義務工作

## 關懷長者 @ 凹頭青少年中心

凹頭青少年中心學員與香港恒生大學學生到香港中華基督教青年會寶石湖長者鄰舍中心進行義工服務。服務從上午製作防蚊磚開始，下午浩浩蕩蕩到長者中心服務，義工帶遊戲「收買佬」、與長者一同製作多肉植物盆景，每位長者也有自己親手設計的植物及義工送上的手製防蚊磚。透過服務，學員學習與不同年齡的人溝通相處，發現自己也有能力幫助別人，而不單是受助的一群，有助發展個人潛能，提升自我效能感。



### 義工心聲：

初聽到要做義工服務時，我有些抗拒，但當與公婆玩了一個下午，感覺就過去了。原來有時快樂是很簡單。

阿鋒

參加了義工服務後，我很快約我的公婆飲茶，原來我一直忽略了他們。

阿恆



### 義工心聲：

甘心付出自己的時間和力量來幫助他人，盡力使有需要的人得到幫助，這不僅是令到公婆笑了，笑實是面在有意義了！

阿文

## 關懷長者 @ 成年婦女康復中心

成年婦女康復中心日前到基督教香港信義會善學慈善基金關宣卿愉翠長者鄰舍中心進行「婦女義工同賀聖誕」活動，學員準備了豐富的節目與「老友記」一同慶祝聖誕。除了唱歌表演、互動遊戲、健身操等活動外，還送上預先為他們編織的「溫暖牌」頸巾作禮物，讓「老友記」玩得開心之餘，還戴著「溫暖」回家！



### 義工心聲：

我覺得這次義工服務很有意義，由籌備到服務，大家都好齊心，每人做好自己的崗位，使活動順利進行，原來「老友記」很喜歡唱鄧麗君的歌呢。活動多了溝通，感情增進了不少。

Ah Lam

最初聽到要做義工服務時，既沒興趣，只抱著玩的心態，但最後卻讓我很激動。最深刻的是見到一個70多歲的婆婆推着90多歲的媽媽參加活動，心裡有莫多名的感動。嗯...這就是「家人」，現今勝過一切。感謝中心讓我參與這次服務，說話和承諾「家人」，珍惜以行動去陪伴。

Yan



## 維修水喉油漆工程

### @ 石鼓洲康復院

石鼓洲康復院為院友安排職業技能訓練：油漆裝飾和水管裝嵌班，院友完成後會安排到建造業議會接受中工工藝測試。為鼓勵院友回饋社會，院方安排畢業院友學以致用，到青年中心、護理安老院進行義務工作。



### 義工心聲：

到護理安老院修理水喉，雖然是簡單的維修工程，但能夠直接幫助有需要的人，為他們帶來生活的便利，讓我感到自豪之餘，更加關注社區的需求，樂於作出貢獻。我看到自己努力康復的成果，感到非常滿足；擔任義工，讓我知道自己可以成為社會上有價值的成員，我要更堅定保持健康的生活方式。

勇



## 關懷長者 @ 美沙酮輔導服務功課輔導班

美沙酮輔導服務功課輔導班的學生與家長日前到紅磡嘉友護老院進行義工服務，與長者玩音樂傳球、做手工和慶祝聖誕。長者在遊戲中積極投入玩耍，與義工打成一片，學生又彈奏小結他帶動氣氛，場面融洽。義工與長者互動分享彼此，學生當義工的同時，亦可學習成長，也許義工服務的精神正是如此。

我今天非常開心，過了很有意義的一天，因為媽媽和我一齊做義工探訪老人家，一起預祝聖誕，玩遊戲，與婆婆們做小手工！看見她們開心，我也很開心，而且今天我負責做司儀，很多婆婆讚我叻叻，我深刻的是呂婆婆，原來她是一位英文教師，臨走還一起合照，成為大家開心的美好回憶，希望下次再有機會去老人院與公公婆婆慶祝節日，唱歌，彈結他表演給他們看。

Kelly

## 關懷無家者及美沙酮服藥人士

### @ 東九龍社會服務中心

東九龍社會服務中心義工隊，在中秋節當日到深水埗及新蒲崗，為無家者和美沙酮服藥人士送上中秋心意禮包。有部分的戒毒康復義工，之前亦曾露宿街頭，他們以自身經歷鼓勵受助者，不要放棄，為自己勇於踏出改變的第一步。

能幫到其他兄弟，服務社會，自己很開心很滿足。那天見到露宿者們的狀態，想起自己以前也是這樣，我就提醒自已，不可以再重蹈覆轍，也希望他們會有改變好的一天。

驕陽



### 義工心聲：

露宿者們暫居的地方，隨着清場，這種不安的場面，好過。我們能在節日，自己時不時幫到他們一點點，自己覺得開心。

阿銘

我-之前也是他們的一份子，那時真的很慘，很辛苦。我明明白白他們的感受，現在我能成功操守，也希望同路人試一試去戒毒，一次不行，也要繼續，不要讓自己沉下去。如果未來還有兄弟或需要的人，記住找我！

DOAH



# 喜耀成長晚會 2024

本會一年一度的喜耀成長晚會已於1月8日在灣仔香港藝術中心壽臣劇院舉行。主禮嘉賓衛生署署長林文健醫生，JP 於致辭時，表示衛生署一直積極貫徹落實習近平總書記就全國的戒毒工作的重要指示精神，對畢業學員努力維持操守表達欣賞，並肯定及讚揚本會在戒毒康復服務的貢獻和重要性。晚會除了康復人士和家人外，有來自不同界別，包括政府部門、伙伴機構、商界及社區義工出席。本會向逾 700 位康復人士頒發 6 個月、12 個月、18 個月、35 年、40 年、50 年等長期操守優良證書，同場亦向義工頒發嘉許狀。

大會以「CHILL 出新境『戒』」為題，意指康復員透過接受本會提供的多元化戒毒康復服務，在康復路上學習以輕鬆自在的心情和知足感恩的生活態度，實踐個人成長，提升生活質素的新境界。

晚會由 5 位在本會不同服務單位成功戒毒的康復人士分享戒毒前後的心聲作為開始，亦有 SARDA 耀星兒童合唱團（由美沙酮服藥人士子女組成的兒童合唱團）及非華裔康復員，加入自製環保樂器彈奏及唱歌，進行綠色音樂表演。晚會的壓軸環節：「CHILL 深情分享」，由社工鄭明輝（輝 Sir）、康復學員仲良、盈及義工賢俊，分享各人如何突破自我、改變及成長的經歷。本會亦很高興邀得前港隊男子佩劍選手林衍聰先生（2023 年十大傑出青年）分享自身奮鬥故事，鼓勵康復員縱然在改變過程中未知成功與否，仍要繼續努力，向目標前進。

# 父親於本會成功戒毒康復後，擔任同輩輔導。

#8 歲時從內地來港，就讀小二，開始參加本會為美沙酮服藥人士子女舉辦的功課輔導班，得以適應香港教育制度及提升英語水平。

# 中三時，社工鼓勵擔任功課輔導班義工，協助班上年幼學童。

#2019 年  
入讀香港理工大學電子資訊副學士課程，2020 年轉讀學位課程，其間正式成為功課輔導班導師至今，現修讀大學四年級。

賢俊



“我好想好似我爸爸，他戒除毒癮後用自己的經歷幫其他人戒毒；我同樣用自己的經歷幫助他們的下一代。我覺得好開心，真的感受到我們服務的意義，就是協助這些孩子開拓人生。”



林衍聰先生

- 2023 年十大傑出青年  
- 前港隊男子佩劍選手

# CHILL 深情分享：人物放大鏡

# 年輕時沉迷各種毒品，致與家人關係破裂。

# 多次出入監獄和戒毒中心。

#2022 年

於成年婦女康復中心成功戒毒，並申請在中心擔任「駐院義工」；其後在中心安排下，完成「標準保安及物業管理基礎證書課程」，開始任職保安工作，其後更晉升為部門主管。

盈

#2003 年

完成石鼓洲康復院戒毒康復療程，康復後在石鼓洲康復院擔任義工，同年重返校園，由唸中三夜校開始，展開半工讀的生活。

#2012 年

經香港戒毒會提名，獲選為「香港精神大使」。

#2014 年

社會工作學士課程畢業，受聘為本會註冊社工至今。

鄭明輝 (輝 Sir)

#2017 年

入住石鼓洲康復院接受戒毒康復療程，加入石鼓洲「奔向驕陽長跑隊」，同年隨隊參加「雷利衛徑長征」賽事「越野日征-機構接力」組別奪冠。

#2018 年

隨石鼓洲「奔向驕陽長跑隊」往台灣參加「超野宜蘭」山野長跑賽。

#2019 年

考獲獅藝教練及獅藝裁判資格。

#2022 年

參加香港體適能及健美錦標賽，男子健體 174cm 以下得第四名；擁有健身教練資格，現職健身教練。

仲良



“我在成年婦女康復中心戒毒時，因為與家人關係破裂，父母未有來探望我，其實自己亦無面目見他們。直到我預備離開中心，開始計劃重返社會，爸爸跟我的社工說：「阿盈，明明有屋企，為何不返來住？」父親的一句話，讓我知道我是「有家可歸」的，原來他們沒有放棄我……我多年的心結解開了。”

“我曾經得到香港戒毒會的幫助，如果沒有戒毒會的幫助，和社會其他人士的支持和鼓勵，我可能走這麼遠，現在我都好想將這份同行互勉的精神傳承下去。”

“我最初入石鼓洲康復院的時，因為吸毒，身型好瘦，後來我參加了石鼓洲內不同的運動和訓練，開始鍛鍊變得健碩，之後我有幸被選往台灣參加長跑比賽，由那時起，我發現自己終於找回自信心，對我日後康復操守有很大幫助。”



# 石鼓洲康復院

## 2023年職業及品格訓練證書頒發典禮暨60周年鑽禧慶典

「石鼓洲康復院 2023 年職業及品格訓練證書頒發典禮暨 60 周年鑽禧慶典」已於日前順利舉行。今年主題是「鼓聲跨越六十載，浪潮前行創未來」，標誌著石鼓洲 60 年以來與時並進，積極回應各種毒品問題需要，為自願戒毒康復人士提供多元化的服務。

院方非常榮幸得保安局禁毒處禁毒專員李基舜先生，JP 蒞臨主禮。今年院友在職業技能訓練課程和品格訓練課程中獲得超過 320 份證書，涵蓋 15 個課程，每張證書都印證著院友堅毅及努力，典禮更設有「卓越學習獎」，嘉許全年獲得最多證書的院友，以表揚其積極參與學習，獎項代表著典禮上的最高殊榮。除了主禮嘉賓，逾 150 位來自不同界別的持分者、院友家屬出席見證院友在台上領受證書，場面感人。當日更有院友分享康復經驗，Tabata 活力操及樂隊表演，節目豐富且有意義。

當日亦有安排主禮及一眾嘉賓參觀新設的水上活動中心設施：獨木舟、立划板、龍舟等，院方計劃透過歷奇活動訓練學員，包括在石鼓洲康復院開辦有關的認證星章課程，讓院友在住院戒毒期間參與。之後更為經歷颱風「山竹」摧毀、由石鼓洲康復院職員及院友合力修葺的沿海重要通道：「鑽禧路」，進行簡單而隆重的揭幕儀式，並到「禮社」參觀，認識新增的「鼓浪計劃」，了解最新的服務發展。







成績：

梅窩小龍舟公開賽  
男子組銀碗賽 - 冠軍

## 石鼓洲康復院「鼓浪龍」

「鼓浪龍」的誕生，是源於一張照片。

石鼓洲副院長王偉民 (王 Sir) 有一天在照片庫中，見到一張漂亮的龍舟活動照片。「石鼓洲四面環海，得天獨厚，為什麼不舉辦水上活動呢？」這一個想法，燃起了他的小宇宙。要知道，在一個遠離都市的寧靜小島上，要找到符合安全要求、具能力的培訓人員去辦水上活動，並不容易。「前人在石鼓洲中做過無數的突破，才有今天具特色風格，獨一無二的戒毒福地石鼓洲，現在試一試做些未試過的事，又何妨？」

對運動科學有認識，又熱愛團隊競技的社工張思縈 (張姑娘) 也一起加入籌備，並連同院內職員阿佬、聰仔、文傑組成了「鼓浪五虎」，報讀及考取了獨木舟救生員資格，確保一個安全的水上環境去進行訓練，正式在2023年6月成立「鼓浪龍」龍舟隊。起初，一班被召集而來的參加者，對龍舟的概念就是端午節的餘慶節目。「為甚麼要訓練？」「為甚麼要找我？」「辛苦嗎？」懷著一堆問號的院友，大多只抱著試一試的心態。

最初幾次，大家都是帶著懷疑而來，但當與一班職員一起練習，一起下水，一起推龍、一起洗器材，晚上更一起在健身室鍛鍊體能，點點滴滴，互相互動及感染，隊員們不知不覺就愈來愈熱心，越來越投入。王 Sir 更邀請有賽龍舟經驗的社工曹振順一起協助訓練，希望龍舟隊能有更好的準備去迎接比賽。

除了在島內訓練，王 Sir 更安排了多次在長洲集訓，很多長洲的街坊也漸漸認得「鼓浪龍」，不時在旁邊打氣，讓院友深深感受到穿起隊衣的那份榮譽及歸屬感。

張姑娘憶述他們經歷數個月的訓練後，首次突破最佳時間的那一刻：「我一公佈時間，他們同時喝彩大叫，然後就攤在龍舟上喘著大氣。他們真的是拼盡了力量去突破自己。」隊員們那時滿心雀躍，期待龍舟比賽的來臨。

初試啼聲，卻遇到意外；第一場初賽因經驗不足出現了失誤，「鼓浪龍」的成績跌落淘汰的邊緣。那時王 Sir 和張姑娘都很錯愕，正擔心如何穩定軍心之際，大家得悉總幹事及院長會來打氣，立時軍心振奮，很快便重整過來，不單沒有抱怨什麼，反過來安慰王 Sir：「不用擔心，我們一定能進入決賽！」這衝擊讓「鼓浪龍」更團結一心，激發出更強的鬥志！

果然，在第二場初賽和決賽中，「鼓浪龍」發揮超水準表現，擲下「銀碗賽」冠軍 (梅窩鄉事委員會舉辦的梅窩小龍舟公開賽)，更刷新了「鼓浪龍」的記錄。張姑娘喜道：「我們決賽所做的時間，跟很多傳統勁旅不遑多讓。現場不少隊伍也詫異我們首次參賽，只短短訓練四個多月就能創出如此佳績！」「鼓浪龍」收到許多來自各界的鼓勵、恭賀與祝福，過往所付出過一切的汗水與努力，都是值得的。張姑娘笑說：「比賽後，我實在忍不住『爆喊』。」「鼓浪五虎」一直克盡己任，各盡其職地照顧院友成長，有苦有樂；院友們由不肯定到逐漸投入，學習付出，學習相信，學習有目標，走過高山低谷，最後在比賽中能夠獲得佳績與肯定。「這就是『鼓起勇氣，迎接風浪』的精神！」

最後，問王 Sir 和張姑娘還有甚麼補充？他們笑說：「你留點篇幅給他們吧，他們的心聲，你再多給兩三頁，應該都不夠寫呢。」





很感恩能讓我參加今次的龍舟活動。起初，我只抱著玩的心態，但當中的很多很多的愛、關心和喜樂，令我愈來愈想改變。對我來說，這不只是一場比賽，更改變了我做人的想法、態度，令我有了目標，好想去改好，讓人知道我是可以的！

為甚麼王 Sir 和姑娘可以這份熱誠去幫我們？出錢又出力，花了很多私人時間，和我們同進退。龍舟隊的阿 Sir 姑娘，隊友兄弟，多謝！這會成為我的生命，去影響更多同路人！



美社肥龍

有兩件事比較深刻：第一，龍舟比賽時覺得自己面對生活當團共是一班人。在戒除毒癮後，能堅持下去，這是我最大的成就。在戒除毒癮後，能堅持下去，這是我最大的成就。在戒除毒癮後，能堅持下去，這是我最大的成就。

禮社子樂

I am glad to be a volunteer in SKC and joined the dragon boat team. There are so many opportunities provided for me to enhance my confidence and self-efficacy. I was a bit worried about the language problem at the very beginning, but I was happy that the staff as well as the patients in the dragon boat team were so supportive and encouraging. They would explain and translate to me whenever I didn't understand. Now I could even know a bit Cantonese. During the first heat round, we left behind due to some misunderstandings. Although we were a bit frustrated and upset, under the support and encouragement of colleagues and patients, we all concentrated again and strived for our best to finish the second heat and final! The moment we arrived destination, I didn't even recognize we won as I highly focused on the race. We were extremely happy as we did try our very best.

In the recovery path, I thank for SKC and colleagues' support. No matter what races I am, Nepalese or Chinese, they all provided me with care and concern. The language difference is no longer my barrier right now and I enjoy working in SKC. I will join more sports events and keep my life free from drug!

尼泊爾籍義工 Kumar

還記得剛入石鼓洲康復院之初，王 Sir 邀請我加入龍舟隊，雖然我也想鍛鍊身體，不過從沒有想過可以成為龍舟運動員，當時只是禮貌地回應便拋諸腦後。

往後，在很多機緣巧合下，我參與了龍舟隊的訓練。隊伍中 95% 的成員都未接觸過這項運動，從頭學起。當時大家沒想過真的要贏取甚麼獎項，只是開始了堅持下去，過程中，更慢慢學會如何規律自己，挑戰自己，相信自己。

比賽當天，雖然第一場初賽有些誤會發生，面臨被淘汰邊緣。當時我見到每一個隊友表現不甘心的神情，而不是以往自暴自棄，怨天尤人的心態。我意識到我們在不斷的磨鍊中，慢慢從核心改變自己。第二場初賽和決賽，我們順利調整心態，做出超越自己的成績，最終有幸獲得冠軍！

我非常感恩可以遇上鼓浪龍舟隊，感恩遇上王 Sir、張姑娘、曹生幾位領隊。我相信這次寶貴的經驗會成為我人生中的一個里程碑。雖然辛苦，但再讓我選擇一次，我還是會選擇加入。我亦非常相信，只要我保持在龍舟隊鍛鍊出的心態，我必定能夠操守成功，真真正正過自己想過的人生！



敬社湊仔

以前聽別人說「因為堅持，才會看到希望」，我最初不太明白，沒希望為甚麼要堅持？在以前吸毒的日子裡，為了毒品，人生的希望早就消失不見，更不用談甚麼堅持了。但很慶幸，我參加了石鼓洲康復院的龍舟隊，儘管訓練過程很艱辛，我也有很多埋怨。但日子一天天過，我們隊伍也在一天天進步，到最後更在比賽中奪冠。真的感謝你們讓我學懂「因為堅持，才會看到希望」。

敬社達仔

吸毒令我身體變差，練習龍舟時覺得很辛苦，但這是值得的，付出多少，收穫就有多少！這次參加的都是過來人，比賽完成一刻，令我覺得正常人做到的，我們都可以！我能找回因為吸毒而失去的自信，令我相信自己可以繼續操守下去！



德社安仔



# 石鼓洲康復院「奔向驕陽」長跑隊

不經不覺，「奔向驕陽」長跑隊已踏入第十二個年頭。經歷過三年疫情的衝擊，「奔向驕陽」仍是懷著信念，抱著堅持，齊心跨越逆(疫)境。疫情後，「奔向驕陽」重啟有規律之訓練，積極鍛鍊，培養隊員堅毅意志、團隊及共融精神，參加不同活動和比賽，屢獲佳績。

## 世界心臟日 2023 健心跑



### 成績：

- 10公里隊際組 - 亞軍
- 10公里女子先進組季軍
- 參加親子組別賽事

健心跑 10公里隊際組 亞軍

很榮幸可以參與這次的比賽，與「奔向驕陽」長跑隊贏到第二名。跑步真的改變我好多年，長期服用毒品損害身體，跑步幫助我的身體慢慢恢復健康。此外，跑步也增強我的意志力和自控能力，培養積極的心態，避免回到毒癮的陷阱，保持健康生活方式。

Laurence (10公里隊際參加者)

我很開心能夠加入「奔向驕陽」長跑隊，認識一班喜歡跑步的朋友。跑步改變了我的人生，讓我變得更加堅強和自信，學會如何面對人生中的困難，更重要的是讓我尋回真實的自己，那個樂觀和充滿能量的我。多謝「奔向驕陽」長跑隊。

阿俊 (10公里參加者)



## OUTOPIA 香港狂野 50

### 成績：

- 28公里男子4人隊際亞軍 (全尼泊爾籍隊員組成男子4人隊)
- 28公里男女2人混合隊際季軍 (首次組成)



This is my 1st time to join running competition in 28K. I had never tried to partake in any sports event, and so in the mid of the race, I was so exhausted and I thought of giving up. Our teammates' support is of paramount importance. When I felt tired, they motivated and encouraged me a lot. I finally could complete it! I am not proud of myself concerning the completion of competition but I'm grateful that I feel like a normal person enjoying the normal stuff. That was a brand new experience to me. I am thankful to have rehabilitation in SKC and have the chance of joining the activities that I've never experienced before.

Gurung (28公里男子4人隊際參加者)



參加「奔向驕陽」長跑隊不經不覺已經五年了，跟社工一起參加越野長跑隊制賽卻是第一次；28公里對於我來說真是一個莫大挑戰，竟意外地獲獎，喜悅之情不言而喻！我由參加「奔向驕陽」開始接觸跑步，從中我領悟到人生要學習自律。這個過程一點也不容易，但與隊員一起努力，學習跨越自我，當做到後，會更有能力走往後的人生路。

阿進 (28公里男女2人混合隊際參加者)

# SARDA @ Love Our Life - LOL Party 2023

## 凹頭青少年中心樂隊參加大型禁毒展覽



獲香港警務處毒品調查科邀請，凹頭青少年中心學員組成樂隊於警方舉辦的大型禁毒展覽「Love Our Life - LOL Party 2023」中演出。學員均是首次站台表演，在演出前花了整整一個月時間努力練習，為求做到盡善盡美。有學員在練習過程中因為緊張要面對觀眾而一度想過放棄，經過社工鼓勵和眾人的努力，終於建立了對演出的自信。凹頭青少年中心樂隊終順利在「Love Our Life - LOL Party 2023」開幕禮中演出，學員在過程中以堅毅不屈的精神，突破個人界限，不僅在音樂上有精彩的演出，在學習維持操守上更上了寶貴的一課。



## 《Joy 滿幸福》正向分享

本會中途宿舍舍監甄明亮應香港警務處毒品調查科邀請，出席「Love Our Life - LOL Party 2023」中《Joy 滿幸福》正向分享會，聯同心理學家及禁毒領袖學院大學學員，透過探討青少年應如何面對困難及壓力的課題，分享成功戒毒康復經驗，拆解「吸毒可以減壓」的迷思，鼓勵大家要遠離毒品，活出載滿幸福的人生。



# 員工培訓



國安法簡介與實務工作注意事項



美沙酮治療計劃職員工作坊



自我同情心訓練



心安自在生活禪 - 同工靜觀修習日



舉辦康體活動的法律責任



辨識及處理懷疑虐兒事件工作坊



International Seminar: Prevention "Drug and Alcohol"



Family United Programme Training Course

# 匯豐香港社區節 2023



「匯豐香港社區節 2023」日前中環遮打道行人專用區舉行。本會美沙酮輔導服務功課輔導班學生及義工組成的耀星兒童合唱團以音樂傳達愛心，在台上演奏樂器，唱出歌曲「問我」，亦聯同官立嘉道理爵士中學的非華裔學生表演歌曲「Sunroof」和「Best Day of My Life」。活動當天，共有14名學生、導師、義工及非華裔學生出席參與表演。



# 香港戒毒會與惠氏營養品伴你美麗人生講座 2023



香港戒毒會與惠氏營養品伴你美麗人生講座自疫情肆虐以來，一直以線上形式舉行；今年的講座終可回歸在白田社區會堂舉行，讓美沙酮服藥人士以實體形式參加。

是次講座主題為「慢性患者的營養須知」。當日講者惠氏營養品集團醫務及合規事務經理曾玉婷女士向在座人士詳細講解慢性患者的飲食謬誤，及飲食上對營養需注意的地方，鼓勵大家走進健康生活。

# 國際獅子總會中國港澳303區 青年拓展及禁毒警覺委員會

## 中秋關懷行動

由國際獅子總會中國港澳303區青年拓展及禁毒警覺委員會 (YODAC) 主辦的「中秋關懷行動2023」服務，已於日前完成。本會由衷感謝 YODAC 多年來與本會攜手推行禁毒警覺活動，動員社會人士關心接納戒毒康復人士，推廣抗毒訊息，更透過探訪服務，送上歡樂與祝福，對重返社會的戒毒康復人士表達支持。



# 濃情暖意賀新年 2024

踏入 2024 年，國際獅子總會中國港澳 303 區青年拓展及禁毒警覺委員會 (YODAC) 率先為石鼓洲康復院舉行「濃情暖意賀新年」服務，一方面透過遊戲活動、歌曲勉勵及贊助院友 BBQ 午膳，與戒毒院友互動交流，表達關懷、鼓勵與同行；另一方面亦透過獅友的積極參與及推廣，介紹本會戒毒康復服務，向社會上不同持分者宣傳毒品禍害。



## 一分支持 萬分感謝



本會衷心感謝以下團體及公司積極回饋社會，惠澤社群，致送月餅、蘿蔔糕及賀節物資予本會，包括：葵涌扶輪社、國際獅子總會中國港澳 303 區青年拓展及禁毒警覺委員會、香港百俊獅子會、樂餉社、民社服務中心、LoveXpress、FOOD-CO；讓本會服務對象及其家人在佳節中感受到社會人士的關愛與接納，不勝銘感。



# 經驗交流



耀陽公益基金會與禁毒專業聯盟到訪區貴雅修女紀念婦女康復中心，認識本會戒毒康復治療服務及青少年濫藥問題，並分享「過來人」成功戒毒康復經驗。



總幹事譚紫樺應邀擔任香港中文大學崇基學院青年領袖獎領袖演講系列的演講嘉賓 (CUHK Chung Chi College x UOB Young Leaders Award)，與獲獎青年領袖對談及作出指導。



社會福利署與濫用精神藥物者輔導中心社工到訪區貴雅修女紀念婦女康復中心進行經驗交流，認識本會為濫藥婦女提供的自願式住院戒毒治療康復服務，並由一位「非常媽媽」(過來人) 分享成功戒毒後重建親子關係的經驗。



社會福利署員工發展及訓練組帶領社工到訪區貴雅修女紀念婦女康復中心，認識本會為濫藥婦女提供的自願式住院戒毒治療康復服務，並由成功戒毒康復學員現身說法，分享戒毒康復經驗。



北九龍區域服務總監李國亮率本會不同服務單位同工到訪慈悲香港 (MercyHK)，為開拓進深合作空間進行商討。



北九龍社會服務中心活動助理黃智恆，日前應香港壽臣山獅子會邀請出席於香港知專設計學院舉行的《無毒一生、燦爛人生》2024 全港青少年抗毒意識宣傳及講座活動，分享成功戒毒康復經驗及宣傳會務。



醫院管理局 55 位精神科護士到訪區貴雅修女紀念婦女康復中心，與本會醫護人員及社工進行經驗交流，認識本會為濫藥婦女提供的自願式住院戒毒治療康復服務，並由成功戒毒康復學員現身說法，分享戒毒期間身體、情緒及心理的康復進程。



凹頭青少年中心應香港警務處毒品調查科邀請，帶領成功戒毒康復學員到香港浸會大學與學生進行交流，介紹本會為戒毒青少年提供的服務，分享「過來人」成功戒毒康復經驗。

# 香港戒毒會第20屆員工周年聯歡晚宴

香港戒毒會第20屆員工周年聯歡晚宴暨第18屆「職員子女助學金」、第15屆「家暉舍子女助學金」、「長期優良服務獎」及「總幹事嘉許獎」頒獎典禮已於2023年12月舉行。走過疫情陰霾，嘉賓、員工在聯歡晚宴再次聚首一堂，倍感可貴，無論是遊戲、抽獎，以及研究委員會主席張越華教授的壓軸歌唱表演，大家都盡興投入，享受其中，本會感謝委員贊助支持及參與，讓晚宴及頒獎禮生色不少。

今年度「職員子女助學金」及「家暉舍子女助學金」各有7位同學獲獎；此外，有20位同工獲頒「長期優良服務獎」及20位同工獲頒「總幹事嘉許獎」。



# 香港培康聯會56周年會慶



香港培康聯會於1967年成立，以促進戒毒康復人士彼此自助與互助，確保建立健康新生為目標。培康聯會56周年會慶已於2023年10月舉行，當晚筵開32席，近370人出席晚宴。嘉賓及會友濟濟一堂，疫情過後再次在會慶中見面，忙不迭互相問好，場面既熱鬧又溫馨。當晚亦頒發了第19屆「郭志良教授紀念助學金」，期望鼓勵培康聯會會友注重家庭生活，關愛子女的學業和身心發展。本屆有8位會友子女獲獎。



# 香港戒毒會捐款表格

## 捐款者資料

(請在適當方格內填上「✓」號；\*請刪去不適用者。)

姓名 \_\_\_\_\_ \*先生 /女士 /小姐 聯絡電話 \_\_\_\_\_  
電郵 \_\_\_\_\_ 傳真 \_\_\_\_\_  
地址 \_\_\_\_\_

## 捐款資料

我願意支持香港戒毒會的非政府恒常資助活動，以愛轉化生命，現捐助：  
 HK\$300  HK\$500  
 HK\$1,000  HK\$ \_\_\_\_\_

請以銀行劃線支票捐款，抬頭人請寫「香港戒毒會」，並連同此表格寄回，「香港灣仔軒尼詩道15號溫莎公爵社會服務大廈3樓」以便發出正式收據。

## 個人資料收集聲明

香港戒毒會（「本會」）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。本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，本會不會將您的個人資料用於上述用途。如您不同意，請在以下空格內加上「✓」號。您有權隨時向本會查詢、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2527 7723。

本人反對香港戒毒會使用我的個人資料作上述推廣用途。

本人已閱讀，了解及接納香港戒毒會有關收集、使用及提供個人資料的通知。

簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

## 網上捐款



轉數快識別碼 (FPS ID): **160750436** 顯示名稱：  
**The Society for the Aid & Rehabilitation of Drug Abusers**



**PayMe** 顯示名稱：  
**香港戒毒會 (SARDA)**

捐款達港幣 \$100元或以上，可憑收據在香港申請扣稅。

如需要「扣稅收據」，請提供您的：(1)姓名、(2)聯絡電話、(3)捐款記錄之截圖，透過以下其中一個方式通知本會：

✉ [donation@sarda.org.hk](mailto:donation@sarda.org.hk) 或 📞 6012 7053

我們會按您通知本會的相同方式發送電子收據給您，如需以其他方式收取，請註明。

SARDA 諮詢熱線：2574 3300 友 CHANCE 全方位戒毒治療外展服務：5264 4716 📞  
電話：2527 7723 傳真：2865 2056 電郵：[sarda@sarda.org.hk](mailto:sarda@sarda.org.hk)  
網址：[www.sarda.org.hk](http://www.sarda.org.hk) 地址：香港灣仔軒尼詩道 15 號溫莎公爵社會服務大廈 3 樓



顧問：周偉淦主席太平紳士 李樹輝副主席太平紳士 譚紫樺總幹事太平紳士 督印人：鄭妙娜社會福利總監  
編委會：莫寶玲（主編） 葉小冰（執行編輯） 余穎妍 林小冰 郭美珊 排版設計：陳浩境

## 男性戒毒及康復服務中心

石鼓洲康復院 (申請服務)

- 港島社會服務中心 ☎ 2838 2323  
香港灣仔軒尼詩道 130 號修頓中心 15 樓
- 東九龍社會服務中心 ☎ 2356 2663  
九龍紅磡馬頭圍道 37-39 號紅磡商業中心 A 座 4 樓 405 室
- 北九龍社會服務中心 ☎ 2776 8271  
九龍深水埗福華街 45-51 號鴻福大樓 2 字樓
- 新德計劃 / 鼓浪計劃 查詢熱線 📞☎ 9667 9027

凹頭青少年中心 ☎ 2478 7026  
新界青山公路元朗段 2C 號 📞☎ 9150 2504

## 女性戒毒及康復服務中心

區貴雅修女紀念婦女康復中心 (申請服務)

- 婦女社會服務中心 ☎ 2574 2311  
香港灣仔軒尼詩道 290-294 號德華大廈 13 字樓 📞☎ 6764 6711
- 成年婦女康復中心 ☎ 2699 9936  
沙田新翠邨新明樓 2-3,5-8 號地下及 1-8 號 2 樓 📞☎ 6212 9592

## 美沙酮治療計劃輔導服務

港島及離島 ☎ 2838 2323  
九龍北及新界西 ☎ 2776 8271  
九龍東及新界北 ☎ 2356 2663

