



路德會青欣中心  
香港路德會社會服務處

Cheer Lutheran Centre  
Hong Kong Lutheran Social Service, LC-HKS





## 新冠肺炎下的家庭

2020年全球均受疫情氣氛所籠罩，不少家庭都無可避免地面對著各種困局。香港的家庭也無可奈何地在漩渦中掙扎求存，由早期搶購防疫物資，緊隨而至為兒女們停課期間作出學習上的安排，還有工作或經濟上的壓力，以及在家工作時，家人作息空間的重新規劃分配等一切一切，均導致家庭關係變得緊張。

過去數個月，不少個案的家庭問題同樣一一湧現。疫情之前，各人都忙於飾演自己工作或家庭的角色，麻醉了可能潛藏的家庭問題，或許尚可有喘息放鬆的空間；疫情底下，在家工作或停工停課的情況下，加上朋友聚會大大減少，家人長時間在斗室中日夜共對，各人的空間不斷減少甚或被迫融為一體。本來已緊張的關係，再加上各人內內外外的壓力，把原有的家庭問題如山洪暴發般引出，家人間的情緒狀態變得非常敏感。

## 家庭與毒品的糾纏



家庭是孕育每個生命的基石，讓我們知道和感受甚麼是愛，學習如何表達和接收愛。有著這份愛與信任，才能讓孩子面對成長路上的各樣挑戰。可惜不少吸毒個案的毒品問題，正正被其成長中的家庭問題捆绑在一起。個案與家人間往往從少欠缺有效的溝通，有些是欠缺父母或其他長輩的照顧，更多的是用錯了表達的方法，例如過度溺愛或過度嚴厲，或是傳統華人社會含蓄內斂的方式(重責備少稱讚)等等。這往往導致個案們從小感受不到何謂愛、關懷和信任，讓案主們容易產生消極情緒，如羞愧、恐懼和焦慮、被拒絕、被遺棄、自我形象低落、無助、孤獨和失望等等。

有些人從小在消極情緒下成長，空虛的內心難以面對成長中與人建立關係、學業、工作等各樣的挑戰與壓力。為了平衡內心的孤單，有些人會選擇透過正面的方式面對，例如尋找專業人士，宗教，靈性探索等方式處理。但部份人士或會因未能察覺這份空虛與欠缺，會不自覺間演化成各種各樣的物質成癮問題，例如暴飲暴食，瘋狂購物，沉迷賭博，上網或電子遊戲，酗酒等，或者如我們個案般，利用毒品填補內心失落了的那份空虛和孤單，放棄對自己生命的掌控。



永恆的出口

毒品問題從來都不單單是個案們不自愛，不思長進，被教壞或者懶惰所致。健康良好的家庭關係絕對能減少家庭成員被毒品問題困擾的機會。個案的問題絕非單一吸毒的行為問題，要處理吸毒問題，絕大部份都必須要同時處理其家庭關係問題，毒品方面的困擾與糾纏，才能透過愛與支持找到真正和永恆的出口。

疫情期間，家人共處一室，如能好好利用這契機，尋找專業人士共同處理這些深遠的家庭問題，期望家人間達到同喜同悲同分享，在看似困難重重的「倔頭路」中，開拓一條新出路。家人間互相療傷、互相照顧、互相關愛、易地而處，在逆境下互相陪伴，減少家人間相互的負面情緒所影響，在家庭中建立良好的空間，既能發揮獨立自我人生的同時，又能獲得家庭的愛與支持，共渡一切逆境與疫境。



# 健康校園計劃

「健康校園計劃」是學校為本、學生為主的多元化活動計劃，當中包含兩大元素：預防和禁毒教育及校園測檢。

校園測檢隊於測檢時亦同時為學生進行簡單的健康檢查，講解結果及提供健康資訊，例如以快速尿液測試檢查肝腎功能、量度血壓、手握力測試、填寫健康問卷調查等。

## 主要目的



### 預防

鞏固沒有吸食毒品的學生遠離毒品的決心。



### 幫助學生

觸發吸食毒品的學生求助和戒毒的動機，提供支援服務。



### 支援服務

為有需要及被辨識的學生提供輔導、戒毒治療康復及轉介等服務。



### 非懲罰為本

參與計劃的學生如在本計劃下被驗出曾吸食毒品或承認吸毒，將不會被控吸毒。



# WeCycle III 改變社輪

## 單車導賞員及義工訓練計劃

### 計劃簡介

路德會青欣中心「WeCycle III・改變社輪・單車導賞員及義工訓練計劃」是延續由2014年開始的WeCycle改變系列。此計劃為期三年，專為具有吸毒經歷及正在接受戒毒治療參加者而設的培訓項目。參加者經過一系列的相關導賞及義工訓練後會成為單車導賞員及單車義工，並結合自身的戒毒經歷，宣揚禁毒健康更生的訊息。本計劃更與香港教育大學整全成長發展中心合作，透過一系列實證為本的科學研究帶出單車運動與戒毒工作的正面成效，從而鞏固運動戒毒效能。

### 計劃特色

單車 × 抗毒 × 導賞 × 義工 × 研究

「單車×抗毒×導賞×義工×研究」是本計劃的特色之處。以單車作為媒介，透過運動，導賞，義工及研究等元素。把社區和戒毒人士連結起來，增加社會凝聚力的同時強化戒毒人士拒絕毒品的決心及扭轉社會大眾對他們的誤解及標籤。建立新的身份，回饋社會，並加強學術界在研究工作對戒毒成效的了解。

### 2021年重點活動包括:

第7屆單車導賞員訓練課程

第6屆單車義工訓練課程

2021年樂施會毅行者比賽



# 防『毒』小先鋒

計劃對象 新界東(包括北區、大埔區及沙田區) 小三至小六學生

計劃費用 全免



## 計劃背景

計劃透過與多專業的合作，包括社工、註冊護士、中醫師、臨床心理學家、歷奇教練等專業人材，為小學生設計適合其成長及具互動性的禁毒教育活動。

計劃亦照顧老師及家長之需要，會提供支援配套項目，讓老師及家長能更快捷及準確掌握區內最新的濫藥情況及趨勢，以致及早識別的技巧。

為配合小學生的特性，計劃舉行不同的多媒體互動活動，包括體驗式遊戲、與過來人對話、身體檢查、出外參觀、不同的競技及創作比賽等，讓學生們有更多的探索，對毒品有更全面的認識，亦可提高其參與度及投入感。

## 計劃目標

- 提升小學生對毒品的相關知識，包括常用毒品種類、特性及禍害等。
- 提升小學生對毒品的警覺，並瞭解與毒品相關的刑罪及後果。
- 加強小學生獨立思考的能力，學習抗拒毒品的技巧及訓練正面面對朋輩壓力，倡議健康的生活方式。
- 提升小學生解難能力，認清及早求助的重要性，以及求助的方法。
- 於學校及社區宣揚抗毒訊息。



## 計劃內容

活動項目	項目名稱	對象	時間	內容	形式
1	防毒大全	小三至小六	35分鐘至1小時	跨專業禁毒講座: 由社工講解吸食毒品對身體的影響，揭示吸毒對心理以至社交層面的不良影響。 按學校需要，講座亦會邀請其他專業，如中醫或精神科護士等，為同學作分享。	講座(級際) 網上版適用
2	防毒至叻星	小三至小六	1小時	在校內推行多元智能活動及比賽，宣揚禁毒訊息: 活動可包括 禁毒問答遊戲 禁毒填色設計比賽 身體檢查午間活動 禁毒攤位活動 以更彈性時間提供給學校 (歡迎與負責同事討論活動形式)	午間或 課後活動
3	防毒旅程	小五至小六	1小時 30分鐘	參觀藥物資訊天地及戒毒輔導中心等，以定向追蹤遊戲形式讓學生經驗互動電影及不同場區對吸毒禍害之剖析，從而提升其對吸毒之認識及拒絕毒品之意識。	出外參觀活動
4	防毒建人生: 健康價值觀講座	小三至小六	35分鐘至1小時	透過社工生動寫實的講解，配以毒品過來人的分享，協助學生培養正面的價值觀及情緒智商，提升自控力以拒絕不良的生活習慣。	講座(級際) 網上版適用
5 <sup>^</sup>	專業培訓	教師	1小時	為學校提供禁毒知識培訓，加強老師掌握吸毒最新資訊和及早辨識技巧。	工作坊 網上版適用
6 <sup>^</sup>	家長活動	學生家長	1小時	大型家長講座活動，讓家長了解青少年的高危行為，並加強對吸毒徵兆之掌握，以提升及早辨識技巧，向家庭分享最新藥物資訊。	講座 網上版適用

<sup>^</sup> 項目5-6為支援配套項目，可因應學校之需要而提供服務

如對計劃有任何查詢，歡迎與本中心社工林先生聯絡，謝謝。

# 家庭及信仰事工



## ZOOM多FUN-網上親子活動

目的: 透過多元活動, 促進親子關係

日期: 2021年1-5月 星期五 (每月一次)

時間: 7-8pm

對象: 中心個案

費用全免, 並以郵寄或親自送上活動材料予參加者

負責社工: 關玉君姑娘, 鄭栩楹姑娘

## 雯姐和你TALK

目的: 透過定期發放不同育兒資訊, 提升家長育兒知識及技巧

內容: 文字摘要, 短片教學, 實用網上發放育兒資訊等

參與方式: 參加者只需在手機內新增以下手機號碼 98692871, 便可定期收到有關資訊

對象: 中心個案

費用全免

負責職員: 中心陪月員雯姐, 關玉君姑娘



## 媽媽互助組

目的: 建構互助支援的平台, 提供育兒及親子互動時間

日期: 每月一次, 時間待定

對象: 中心個案

活動形式: 設計多元戶外/室內活動, 鼓勵家長帶同不同年齡孩子共同參與各項活動。



每節主題不同, 詳情可參閱中心海報

負責社工: 關玉君姑娘,

鄭栩楹姑娘

## 家人及照顧者互助小組

一個互助 互愛 互勉的小組

目的: 提供互相支持及鼓勵平台, 鼓勵彼此分享生活及面對家人戒毒歷程中的各種壓力

日期: 逢每月2及4週之星期三晚

時間: 晚上7時30分

對象: 大埔及北區吸毒者家人

每節主題不同, 詳情可參閱中心海報

負責社工: 關玉君姑娘

## 家人信仰小組

目的: 以信仰的力量, 協助家人面對抗毒之路及生活的各種壓力

日期: 逢每月最後一週之星期五晚

時間: 晚上7時30分

對象: 大埔及北區吸毒者家人

活動形式:

鼓勵參加者帶同孩子出席,  
並設計不同活動讓孩子參與

主要形式:

1. 詩歌分享
2. 認識福音
3. 主題活動
4. 彼此代禱



每節主題不同, 詳情可參閱中心海報

負責社工: 關玉君姑娘,

鄭栩楹姑娘

以上活動詳情請留意中心最新消息, 如有任何查詢, 可聯絡負責社工。

# 新同工介紹



阿蚊

大家好,  
我係社工文綺彤姑娘,可以叫我阿蚊🐜我  
平時中意睇書聽歌,同埋周(圍)去旅行,亦都  
好鍾意動物,特別係狗,希望未來有更加多  
嘅機會認識你地😊



雯姐

Hello大家好!  
我係YO7的陪月員雯姐,好開心加入路德  
會青欣中心呢個大家庭,盼望有更多機  
會認識大家,願意陪伴你們走過高低  
日子,齊加油!



思慧

Hello 大家好!  
我係青欣中心大家庭嘅思慧姑娘,平時  
最鍾意就係去唔同地方飲下咖  
啡,享受一下屬於自己嘅時間,希望未來可以  
認識你地更加多,聆聽及感受屬於你  
地嘅故事,一齊面對同埋走過大大小小  
嘅挑戰!



Milly

大家好~  
我係程序工作員Milly(張姑娘),好  
開心可以加入青欣中心呢個大家庭,  
希望可以係未來日子裡認識大家,  
同大家有更多嘅交流啦~  
(願各位在亂流下平安)



Simon

大家好呀!  
我係林sir,又可以叫我Simon👨,平時鍾  
意睇戲聽歌玩音樂,呢年好多風雨,有  
煩惱就搵朋友輕鬆吓!行街睇戲食下  
飯,疫情唔方便出街可以傾吓電話,視  
訊乜都好,但毒品絕對幫唔倒你,唔好  
同朋友食毒品,食飯好啲!😊

## 伴我同行信仰小組

透過小組讓服務對象認識信仰及建立正向人生，堅守無毒生活。

日期：每月第二、第四個星期二

時間：晚上8:00-9:30

地點：中心活動室

負責社工：關玉君姑娘及鄭栩楹姑娘

歡迎對信仰有興趣或正探索人生方向的中心服務使用者參加。

## 樂器小組

透過學習不同的樂器，在夾Band 中合作彈奏歌曲，不但培養參加者對音樂的興趣，又能建立健康的生活。

日期：逢星期二晚

時間：晚上7:45-9:30

地點：中心Band房

負責社工：李嘉琳姑娘、林志續先生

歡迎初學者。

## 青欣大家庭

每月不同主題，在組內分享日常大小不同的趣事，認識同路人。

日期：逢星期三晚

時間：晚上7:45-9:30

地點：中心活動室

負責社工：鄧惠馨姑娘

歡迎不同朋友參加。

## 服務使用者意見收集

為確保中心能為服務使用者提供優良之服務，本中心制定十六項服務質素標準，訂明中心必須實施的政策、程序與常規。為使有關政策、程序與常規能因新的需要與轉變而作出適時的修訂。本中心現正就2021年至2022年度服務收集意見，以便本中心作出檢討，讓我們可以持續改善及發展服務。

歡迎服務使用者對本中心的服務質素標準發表意見，意見可透過傳真至2662 0444、郵寄至本中心或交予你的負責社工。如有任何查詢，敬請致電2660 0400與當值社工聯絡。

## 中心開放時間

中心開放時間 (10/2020起更新)

	一	二	三	四	五	六
9:30am-1:00pm	◎	◎	◎	◎	◎	◇
2:00pm-5:30pm	◎	◎	◎	◎	◎	
6:30pm-9:30pm		◇	◇	◎	◇	

◎ 開放時間：中心會提供電話及偶到諮詢服務，開放時間內會有社工當值及即時接見求助人士

◇ 可提供預約面談服務及小組活動

### 星期日及公眾假期休息

#### 中心資料

地址：上水清河邨清頌樓地下

電話：2660 0400

傳真：2662 0444

網址：<http://cheer-ccpsa.hklss.hk/>

Facebook：<https://zh-hk.facebook.com/hklssccheer/>

電郵：[y07@hklss.hk](mailto:y07@hklss.hk)

如對本中心服務有任何意見，歡迎向職員口頭或書面反映

#### 出版資料

發行日期：2020年12月

印刷數量：1000份

督印人：行政總裁雷慧靈博士，JP