

Community Mental Health Care Services aim at helping those ex-mentally ill persons who are discharged from psychiatric hospitals to cope with their adjustment problems. The objectives are to prevent relapse and sustain their independent living in the community through arranging outreaching visits. The professional team which consists of social workers, nurses and occupational therapists will render counselling, rehabilitation service and timely support.

# 開展人生新一頁

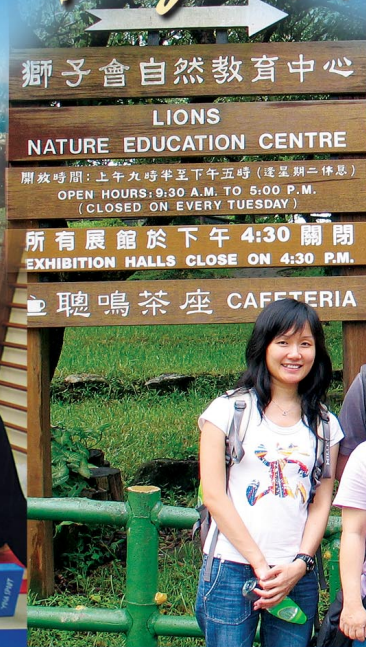
## TWGHs Lok Hong Community Mental Health Care Service



透過象棋活動，復康人士可訓練個人獨立思維及與人溝通技巧。  
Playing Chinese chess helps ex-mentally ill persons improve their analytical thinking and communication skills.



服務使用者可參與瑜伽訓練課程以提升身體素質。  
Yoga classes enhancing physical, psychological and spiritual conditions of the service users.



樂康服務不時舉辦參觀、旅遊活動，擴闊復康人士的社交圈子。  
Psycho-social programmes enriching the interpersonal network of the service users are frequently organized.



復康人士接受糕點製作訓練及溝通技巧訓練，學習建立工作習慣和技巧。  
Service users receiving dessert making and interpersonal skills training to build up their work habits and technical skills.



每個人或許曾經歷不同程度的逆境，如事業不如意、婚姻失敗、家庭問題、疾病等，都可將人推向壓力的邊緣；加上許多都市人都不善於處理情緒問題，又欠缺家人、朋友的支援，所以不自覺患上抑鬱症、精神分裂、思覺失調等精神病。

針對以上問題，東華的樂康社區精神健康照顧服務於二〇〇五年十月開始，透過外展探訪及各項支援服務，協助十五歲或以上剛離開醫院的精神病康復者，解決重投社區時所遇到的適應問題，並預防病情復發，使他們能重過正常獨立的新生活，開展人生新一頁。

### 外展性質 主動關懷

樂康社區精神健康照顧服務的最大特點是以外展形式主動接觸剛離院的精神病康復者。由於復康者普遍較為內向怕事，對陌生人抱懷疑、不信任的態度，社工需積極主動接觸這被動的一群，打開他們的心窗。我們當中有不少社工亦需多次主動聯絡和接觸復康人士和他們的家人，如送上慰問咭、陪同覆診等，才得以用誠意打動他們接受服務。

同時，樂康服務亦以高靈活度見稱，社工可因應服務使用者的需要和事件的緩急及嚴重性而安排探訪時間。樂康社工會在復康者有需要時採取密集式的探訪和輔導，務求他們在最無助及情緒低落時得到足夠的支援。

### 度身訂造治療策略 配合不同需要

為加強服務的成效，樂康服務實行靈活多變的方法，包括彈性探訪時間以及多項支援服務，以配合復康人士的不同需要。專業團隊亦會因應個別服務使用者的需要訂立針對性的策略，如為較年輕的服務使用者安排創意興趣班、運動項目等，以鼓勵這群他們走入社群，重建社會關係，以及重拾學習和生活的動力。對於因患病而失業的中年復康者，我們則安排他們參與職業治療訓練及培訓實習。過去多位樂康服務使用者曾先後到不同服務單位的辦公室擔任文書工作，協助處理文件及日常運作；另安排有志於餐飲業發展的復康者到「隨便坐」甜品屋及「樂聚亭」戶外咖啡店擔任實習店員，在真實的環境下學習，提升自信心和與人相處的技巧。服務推行不足一年，已有不少成功例子。他們在經過連串實習後，有些開始重新計劃自己的人生，有些更成功就業，擁有一分穩定的收入。

### 同途有心人

在繁忙的香港都市，我們每天都活在無盡的壓力當中，支持與關懷對每一個人的精神健康都十分重要。若不幸因壓力過大而患病，樂康社區精神健康照顧服務的專業團隊願意主動關顧您的需要，陪伴您走過這段復康路途，開展美好人生的新一頁。

### 服務資訊

- 服務對象**  
年齡為十五歲或以上，離開醫院不足一年的精神病康復者
- 服務範圍**  
香港區——中西及離島區、東區、灣仔區及南區  
九龍區——九龍城、深水埗、紅磡、土瓜灣及油尖旺
- 歡迎查詢**  
電話 2814 2838(李姑娘/葉姑娘)  
傳真 2518 3801  
電郵 cmhcs@tungwahcsd.org  
地址 香港黃竹坑黃竹坑徑二號東華三院黃竹坑服務綜合大樓地下