



東區尤德夫人那打素醫院

天空海闊家友站

會員通訊

二〇一〇年二月
第二期

家友站



東區醫院與港島東精神康復機構在過去數年，攜手推展「天空海闊」系列活動，目的是鼓勵患者及其照顧者積極參與精神康復活動。精神康復可能是一條順利的直路，但也可是一條起伏不平和充滿挑戰的彎路；中間的挫折和克服的經驗是辛苦的，也是甜美的；在安排康復計劃上，沒有人比患者及其照顧者有更有深刻的體會；而「天空海闊」系列正正是希望吸納他們的經驗，使之與其他服務使用者及服務計劃者分享，最終使有需要的人得到適切的服務。

每一個服務使用者的經歷，引出背後一個一個不平凡的故事，凸顯其每一個特別重要支援點的需要；「天空海闊家友站」是這理念的延伸，在這平台，患者及其照顧者不單只得到一般的支援，更進一步，他們的個別需要，亦都希望得到適切的關注及跟進；服務的計劃及推行亦應以此為參考。

「家友站」於去年剛剛起步，我衷心希望有需要的患者及其照顧者積極參與投入「家友站」的發展，多給意見，使服務配合他們；在康復路上，助人助己；把握機會，遠闖「天空海闊」，實踐美好人生。

「天空海闊家友站」督導委員會主席
東區尤德夫人那打素醫院精神科

楊位爽高級醫生

編者的話

各位會員：

踏入2010年，祝大家新年快樂！做個精神健康快樂人。在新的一年里，大家有什麼願望想達成？去旅行體驗不同地方的風土人情？搵份好工有穩定的收入？還是抽多些時間與家人相處……無論大家有什麼願望，都祝願各位心想事成！

為支持康復者及家屬，家友站會繼續舉辦多元化活動，包括：「家點力量」增加大家對精神健康及院內服務的認識、「家屬同行」提升家屬照顧康復者的技巧、「關愛大使」鼓勵會員參與義工服務，貢獻社會及肯定自我。

歡迎會員回來領取會員證，享用各項會員優惠。會員系統亦已正式投入服務，方便管理會員資料。家友站亦正計劃打造一個舒適寧靜的「小天地」予會員使用。

希望透過「家友站通訊」，讓大家掌握「家友站」最新服務發展，認識更多社區服務資訊。積極參與，邁向復康。

「天空海闊家友站」活動花絮

啟動禮



「天空海闊家友站」啟動禮已於09年6月17日在香港中央圖書館舉行，當日特別邀請了三位康復者及家屬會員「關愛大使」，分享從患病到康復的成功經驗。

雖然三位關愛大使都是第一次面對群眾分享，但真摯的對話感動了在場每一位嘉賓及參加者，帶出康復者及家屬同心同行，能促進康復的正面訊息。

當日更出版特刊，介紹「家友站」服務特色，特別感謝多位關愛大使協助當值及精心設計攤位遊戲，讓參加者能透過遊戲，了解康復者及家屬的復康過程。

「家點力量」會員迎新活動



由本院精神科復康服務專業人員介紹不同專題，增強會員及家屬對病人復康及「天空海闊家友站」服務的認識。



「家屬同行」社區融合活動

與精神健康服務機構合作，定期舉辦專題聚會，邀請家屬同路人義工與患者家屬分享照顧經驗。

- 鼓勵家屬積極面對患者的治療及康復過程，與患者多作溝通
- 提升家屬對社區資源及服務的認識，以減輕對康復前路之無助感
- 為病人家屬提供即時及適切的情緒支援



「家友站」會員新知

會員系統

「天空海闊家友站」會員系統已完成製作，能更有效管理會員資料及協助配對合適社會服務。



會員系統



入會申請表



會員證照片



會員證

會員請到本院東座一樓精神健康資源中心領取會員證，方便報名不同活動及享用會員優惠。

會員優惠

凡登記成為會員，可獲發會員證、迎新禮物及參與活動的現金優惠券、定期收取會員通訊，了解最新的社區活動資訊。

- 浸會愛羣社會服務處精神康復者家屬資源及服務中心
- 香港家連家精神健康倡導協會
- 利民家庭學社

感謝上述機構支持，鼓勵會員參與社區復康服務。

特別消息：

天空海闊家友站

東區尤德夫人那打素醫院「天空海闊」家友站是一個專為東區醫院精神康復者及家屬而設的服務。為鼓勵家屬善用社區資源，現凡持有「天空海闊」家友站**正本會員優惠券**之家屬，可享\$30活動折扣優惠。(每張優惠券只限1人報1項活動)
詳情請參閱優惠券背面所列的優惠細則

關愛大使

「天空海闊家友站」

啟動禮



衷心感謝多位關愛大使的參與支持，協助多個大型活動的推行，及分享過來人經驗，讓家屬了解康復者心路歷程，歡迎更多會員加入成為關愛大使，分享助人自助的樂趣。

分享過來人經驗



活動推廣及文書工作



「職業復康路路通」就業服務博覽



活動廣場

誠意向各位會員推介參與
以下各項活動

「天空海闊· 家友同心」 精神健康 推廣日

內容 話劇表演、社區服務推廣攤位及參觀
日期 3/3/2010 (三)
時間 下午2:00-5:00
地點 本院東座地下
對象 精神病康復者、家屬及社區人士
查詢 2595 4008 (本中心)

「家點力量」會員迎新活動

主題／內容	日期	時間	地點	對象	查詢／報名
團年慶祝會 了解精神病類及處理	9/2 (二) 9/3 (二)	下午4:00-5:30	本院東座一樓 精神健康資源中心 活動室	天空海闊家友站會員、 本院精神病康復者 家屬	2595 4008 本中心

「家屬同行」社區融合活動

活動	日期	時間	地點	對象	查詢／報名
痊愈有你系列 (與利民家庭學社合辦)	29/1 (五) 30/3 (五) 23/4 (五)	下午4:00-5:30	本院東座一樓 精神健康資源中心 活動室	本院精神病 康復者家屬	2595 4008 本中心
復康路系列 (與香港家連家精神健康倡導協會合辦)	23/1 (六) 6/3 (六)				
關懷互助系列 (與浸會愛羣社會服務處精神康復者家屬資源 及服務中心合辦)	24/3 (三) 26/5 (三)				

關愛大使

「關愛大使」義工訓練 - 將於5月舉行，敬請密切留意。

家友推介

活動	日期	時間	地點	對象	活動內容	查詢／報名
「與躁鬱症共舞」專題講座	12/3/2010 (五)	晚上 7:30-9:30	浸會愛羣社會服務處 (長沙灣幸福街1號1樓)	精神康復者 家屬及社區 人士	由精神科專科醫生主講，認識躁鬱症的 徵狀及其治療	2560 0651 浸會愛羣 社會服務處
「同行風雨裡」藝術小組	26/2、5/3、 12/3、19/3及 26/3/2010 (五)	下午2:30-4:00 (最後一節為外 出活動，時間 為：上午10:00- 下午4:00)	浸會愛羣社會服務處 (灣仔愛群道36號701室)	家屬與 康復者	透過藝術創作及活動，讓家屬與康復者 共同發掘生活樂趣、互相交流及欣賞，學 習以積極的態度面對當下的困難與挑戰	
「精神告急——總有盼望」 如何協助有精神困擾的親友 治療與康復公開講座	5/3/2010 (五)	晚上 7:30-9:30	香港科學館演講廳 (香港九龍尖沙咀東部 科學館道2號)	精神復康者 家庭及社區 人士	由精神科專科醫生及臨床心理學家主講 講座	2558 8449 利民會
「我的奇幻世界——青少年 思覺失調的成因、徵狀與治療」	27/2/2010 (六)	下午2:30-4:30	香港青年協會大廈 7樓演講室 (北角百福道21號)	精神復康者 及其家屬、 公眾人士	由利民會臨床心理學家陳凱芝女士主講 講解常見青少年精神病——思覺失調的 成因、徵狀及治療	

*活動細節以主辦機構最後公佈為準，如有查詢，請直接聯絡相關機構。

「天空海闊家友站」通訊處

地址：柴灣樂民道3號 東座一樓 社區及病人資源部 精神健康資源中心 電話：2595 4008

為響應環保及方便會員，本通訊亦可以電郵形式寄發給會員，歡迎聯絡我們提供電郵地址。

編輯小組：黃敏櫻、鄧惠霞、陳達偉、鄭美莉、陳靜菊