



香港戒毒會
THE SOCIETY FOR THE AID AND
REHABILITATION OF DRUG ABUSERS

有戒無類

為非華裔人士提供全方位戒毒治療康復服務



這書記載了本會八位非華裔戒毒康復人士之真實故事，當中描述了他們歷盡艱辛的心路歷程，以及如何為改變而努力。

本會透過醫療、社工及各職員團隊，為他們提供戒毒治療及康復服務，藉著不同訓練及參與，提升他們自信及能力，協助他們融入社會，重塑健康有意義的人生，促進社會關愛共融。

主編簡介



譚紫樺太平紳士
香港戒毒會總幹事

參與戒毒會工作前，為太古集團高級行政人員，於香港，倫敦和曼谷等地從事行政管理近二十年。

譚女士為社會福利署「攜手扶弱基金」諮詢委員會委員，禁毒處禁毒基金評審委員會委員，食物環境衛生署牌照上訴委員會委員，監管釋囚委員會委員，獨立監察警方處理投訴委員會觀察員及大律師紀律審裁團成員。

譚女士畢業於香港中文大學社會科學院，其後取得美國麥芝根大學工商管理碩士，及香港大學文學碩士。此外，曾負笈日本國際基督教大學及法國歐洲工商管理學院 (INSEAD) 進修，並於2015年獲哈佛大學校友會獎學金到美國哈佛商學院修讀「非牟利機構發展及策略管理」。

譚女士曾為「晴報」撰寫「有戒無類」專欄近兩年，推動社會各界認識戒毒治療與康復以及禁毒預防教育與宣傳，並關注康復人士及其家庭的需要。

目錄

- 2 序一：保安局禁毒處禁毒專員陳詠雯女士，太平紳士
- 3 序二：衛生署副署長黎潔廉醫生，太平紳士
- 4 序三：社會福利署署長葉文娟女士
- 5 序四：平等機會委員會主席陳章明教授，SBS，太平紳士
- 6 序五：香港戒毒會執行委員會主席周偉淦先生，太平紳士
- 7 序六：香港戒毒會管理委員會主席李鋈麟博士，太平紳士
- 8 序七：香港戒毒會研究委員會主席張越華教授，PhD, MH，太平紳士
- 9 序八：臨床心理學家何念慈女士
- 10 編者的話：香港戒毒會總幹事譚紫樺女士，太平紳士

故事篇

- 14 故事 1：折翼的老鷹（英國）
- 24 故事 2：蛻變。化蝶（越南）
- 34 故事 3：踏上北斗星之路（尼泊爾）
- 44 故事 4：像火山爆發的尼泊爾男孩（尼泊爾）
- 54 故事 5：泰愛（中泰）
- 64 故事 6：活在不同的世界？不！（尼泊爾）
- 74 故事 7：Go Home and Love Your Family（尼泊爾）
- 84 故事 8：放過自己（尼泊爾）
- 94 「有戒無類」專欄輯錄

分享篇

- 98 社區義工：Ms. Tika Rana
- 100 社區義工：Mr. Chura Bahadur Thapa
- 102 香港戒毒會美沙酮治療計劃輔導服務：Nepalese Together
- 104 香港戒毒會善後輔導服務：少數族裔小組
- 106 相片分享 / 花絮

附錄

- 114 員工分享
- 116 結語：香港戒毒會總幹事譚紫樺女士，太平紳士
- 118 機構簡介

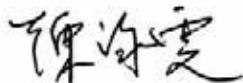
序一

香港是一個多元化的國際都會，吸引了不同背景、不同種族的人士在這裡工作和生活。而在香港建立一個健康的社會，讓人安居、發展，是重要的一環。

「抗毒」是促進社會健康發展不可或缺的工作。一直以來，不少服務機構都在社會各層面推動抗毒工作，當中包括為非華裔人士提供禁毒預防教育及戒毒治療康復服務。香港戒毒會正是其中的表表者，多年來不斷優化服務配套，例如聘請非華裔朋輩輔導員，幫助住院的非華裔戒毒者融入院內生活和各項活動，加強他們戒毒的動機和成效。近年，香港戒毒會更積極向非華裔社群進行禁毒外展及宣傳教育工作，透過有意義的活動和社福支援，向他們傳達遠離毒品的訊息，並識別受毒品問題困擾的人士，鼓勵他們接受戒毒治療。

「有戒無類」一書展示了香港戒毒會為非華裔人士開展抗毒服務而努力的成果。書中活生生的故事，真實地反映了八位非華裔朋友的戒毒康復心路歷程。他們在戒毒路途上雖曾面對種種困難和起跌，但透過香港戒毒會的專業協助，更重要的是憑藉自身的決心和堅守，最終跨越障礙，成功戒除毒癮，重過健康美好的人生。

我感謝香港戒毒會本著「有戒無類」的精神，為不同背景的人士提供戒毒治療和康復服務。作為讀者的你，我相信書中的故事總會觸動你的心靈，加深你對毒品禍害的了解；我亦希望有需要的朋友盡早踏上戒毒康復的道路，逆境重生！



禁毒專員
陳詠雯 太平紳士

“「抗毒」是
促進社會健康發展
不可或缺的工作”

序二

香港政府一向關注濫用藥物問題，多年來一直與志願機構攜手合作，在社區開展不同模式的抗毒措施，緩減毒害。香港戒毒會自一九六一年成立以來，一直為本地吸毒者提供綜合戒毒治療和康復服務，在抗毒工作上擔當舉足輕重的角色。

每名走上吸毒之路的人士背後，都有不同的故事和經歷。非華裔人士有其獨特文化，志願機構為他們提供戒毒治療和康復服務時，更要靈活變通，才能配合其需要。本書輯錄了八名非華裔人士由吸毒迷失自我，及至戒除毒癮的心路歷程。他們縱有不同的種族、國籍、文化、語言和信仰背景，但同樣憑着自省及堅強的意志，最終克服重重困難，脫離毒海，實在令人振奮！讀者從字裏行間，可深深感受到香港戒毒會上上下下對禁毒工作的熱誠和努力，以及戒毒者的親友對他們不離不棄的支持和鼓勵。

現今的毒品問題複雜多變，我深信讀者在細閱八名非華裔人士戒毒成功的經歷後，定能認清毒品對自身、家庭及社會的嚴重禍害，從而下定決心，堅決遠離毒品。我也期盼不幸染上毒癮的朋友可從書中的個案得到啟發，主動尋求協助，早日脫離毒害，重新融入社會。

多年來，香港戒毒會本着「有戒無類」的宗旨，悉力配合政府提供戒毒服務，謹此衷心致謝。我在此呼籲社會各界人士齊心關懷吸毒者，為他們打打氣，讓他們在關愛共融的環境中積極求變，重踏正途！



衛生署副署長
黎潔廉醫生,JP

“ 在關愛共融的環境中
積極求變
重踏正途 ”

序三

很高興能為香港戒毒會刊物《有戒無類》撰寫序言。多年來，香港戒毒會致力為本港自願戒毒者（包括少數族裔）提供多元戒毒治療和康復服務，協助他們遠離毒害，重投社會。

《有戒無類》一書輯錄了八位非華裔成功戒毒者的心聲。他們的背景各有不同，深陷毒網的因由不一，可見毒品禍害不受國籍、文化、職業或教育水平等因素所限。縱然他們曾在人生路上感到孤單迷失，在戒毒路途中也經歷多番起跌，但憑着堅毅不屈的信念，他們決意不再沉淪，最終從磨練中蛻變成長。書中每個成功例子都令人鼓舞，戒毒的歷練不單讓戒毒者尋回人生方向和自我價值，更可成為仍受毒品煎熬的一羣的一個啟迪和勉勵。

戒毒者的分享同時肯定了香港戒毒會的專業服務和各同工為非華裔戒毒者付出的努力，他們以關愛和包容的態度，積極鼓勵戒毒者完成戒毒治療，協助戒毒者重塑人生意義，改善家庭及人際關係，並且成功融入香港社會。此外，戒毒者的心聲也讓大家更加確信，家人和朋輩的支持對預防和擺脫毒害起著關鍵的作用。

在此，我祝願香港戒毒會各同工工作順利，繼續為戒毒者提供優質的服務，助他們重獲新生。



社會福利署署長
葉文娟

“ 戒毒的歷練不單讓戒毒者
尋回人生方向
和自我價值 ”

序四

人生難免遇到挫折與失落，我們有時會像遇溺者，彷徨無助之際只想找到一點倚靠。不幸地，有些不法之徒會利用無助者的心態，以糖衣包裹毒物，令人誤以為毒品可以幫助他們逃離現實生活中的苦況，結果只陷入更悲慘的深淵。

在香港，語言的障礙和文化的差異，令少數族裔更易受到忽略，更難尋求協助，萬一染上毒癮，試問如何走出困局？幸而香港戒毒會 56 年來孜孜不倦地帶領戒毒人士逆境重生，並秉持「有戒無類」的宗旨，努力地為少數族裔人士提供全方位戒毒治療康復服務。本書記載了多位不同族裔的戒毒康復人士的真實經歷與感受，令人從中明白到，尊重、關愛與共融，足以改寫他人一生。

有些人會對吸菓者予以標籤、排斥，甚至把他們隔離，令他們與外界失去聯繫；孤立無援的他們，只會更感絕望，更難擺脫毒品的引誘，即使短暫戒毒，日後也很易重蹈覆轍。反之，如果我們能夠放下歧視與偏見，讓迷失方向的人有機會透過輔導與支援重拾自信、融入社群，相信他們不但有望遠離毒害，日後亦定能各展所長、回饋社會。互相尊重與共融，是平等機會委員會一直致力倡議的價值觀，我們希望有更多人將這信念在生活中實踐。當你願意為別人的生命增添色彩，便會發覺自己的世界也變得更加繽紛。



平等機會委員會主席
陳章明教授，SBS, JP

“ 尊重、關愛與共融
足以改寫他人一生 ”

序五

半世紀抗毒關愛，五十六載春華秋實。今年正值香港戒毒會五十六周年。回首往歲，本會秉持「有戒無類」精神，為各類濫藥人士提供治療與康復服務並敏於社會要求，致力開拓以醫療及社會輔導模式為基礎的多元化服務，包括：四所戒毒康復院，四間社會服務中心，五間中途宿舍，以及美沙酮診所輔導服務等。這些服務多年來幫助了無數個案戒毒重生，讓眾多家庭脫苦重圓，當中有不少是非華裔個案。

從2011年9月1日開始，本會總幹事譚紫樺女士根據前線同事提供的實例資料，在晴報「有戒無類」專欄刊登了95篇戒毒自新的短文並獲廣泛回應，讓讀者了解香港戒毒會的工作，明白只要向這羣被毒品絆倒的人士包括少數族裔伸出援手，他們當會改過自新，由黑暗轉向光明並回饋社會。有些讀者更主動來電詢問本會服務。

今年本會再以「有戒無類」為書名，結集多篇記述一衆非華裔人士成功戒毒康復的真實故事，編輯成書。這些短文，訴說了他們被毒品昏染後迷失混沌，痛不欲生的悲苦。然而，他們沒讓生命就此萎靡不振；仗着頑強意志，扛下現實壓力，靠着社工輔助，或進修自強，奮發向上，或破鏡再圓，重建家庭，或助人自助，義務社區。他們各自於崎嶇不平的人生經歷中淬煉智慧和信念，再次燃亮生命之炬。

本人冀望透過這本書，把這些奮發自強的康復故事紀錄下來以示對他們勇於改變，努力自新的勵勉和尊敬，亦盼以提高整個社會對非華裔戒毒康復人士的諒解與接納以及推行抗毒預防教育。

周偉淦

香港戒毒會執行委員會主席

周偉淦 太平紳士

“要向這羣被毒品絆倒的人士
包括少數族裔
伸出援手”

序六

年少時，我與家人在龍蛇混雜的黃大仙下邨一帶居住，曾親眼目睹有街坊躲在樓梯間吸食白粉，也曾聽聞有些家庭因家人吸毒導致妻離子散。當時心想，他們為什麼要浪費人生呢？

多年前，我開始參與社會上不同的公益活動，更認識和接觸了香港戒毒會，並聽到更多有關於戒毒康復人士的故事（即本書內所敘述的故事一樣），亦對會內為不同年齡、性別及國籍有吸毒習慣人士及其家庭提供戒毒康復及相關服務有所了解，深受感動，亦讓我更深切明白毒品的禍害：一人吸毒，一家受罪；而一人康復，一家得益的道理。故此，香港戒毒會的工作在社會上的確是不能缺少的。

自 2011 年起，我加入香港戒毒會成為委員會成員，及後更擔任管理委員會主席，為本會在實務工作及籌募經費上貢獻力量。未來，我亦會繼續參與會內大小不同事務，更會親身拜訪社區人士，希望他們繼續支持本會服務。

我知道戒毒康復工作十分艱鉅，而這件極具意義的事情，亦很需要社區人士的支持。我與香港戒毒會的「緣」始於年少，也期望各界好友與本會結緣，行善積福。



香港戒毒會管理委員會主席

李鋈麟博士 太平紳士

“一人吸毒，
一家受罪；
而一人康復，
一家得益。”

序七

香港少數族裔人士在香港雖有很長歷史，但一向被主流社會忽略。他們在就業、子女教育及生活各方面都遇到不少困難，是邊緣化的一群。這十年、八年來，政府對少數族群的關注及資源投放有所增加，很多志願機構更積極幫助他們解決各樣困難，這是十分可喜的現象。在戒毒工作方面，一些治療康復機構近來開創為南亞裔吸毒人士服務的計劃。在這新興的服務範疇中，香港戒毒會是最早展開工作的機構之一。本書編者譚紫樺女士乃香港戒毒會總幹事，是推動會內非華裔戒毒康復服務的大旗手。在她領導之下，加上執行委員會的支持以及團隊的努力，香港戒毒會在這方面的表現有目共睹；而譚女士在戒毒事工的超卓表現，使她最近獲委任為太平紳士，可謂實至名歸。

譚女士除了是戒毒康復的專業工作者之外，還是一位感情洋溢的專欄作家。多年來她以平實溫婉的文筆與讀者分享所接觸的服務對象毒海浮沉的故事，當中無論是成功的或是失敗的個案，都流露出她對工作的熱誠，以及她那顆樂觀及真摯的心。這本由譚女士編寫的書，不是一般的戒毒康復故事，因為它代表著少數族裔戒毒服務的一個里程碑，鞏固了這方面工作的基礎。書的內容除了能觸動讀者心靈之外，所記載的故事，亦成為一次豐富的質性資料搜集，對研究工作甚有參考價值。

「有戒無類」，正是戒毒服務應有的價值。



香港樹仁大學社會系卓越教授及系主任

香港戒毒會執行委員及研究委員會主席

禁毒常務委員會委員

張越華教授 太平紳士

“這書代表著
少數族裔
戒毒服務的一個
里程碑”

序八

各位好，我先給各位讀者打個招呼，同時衷心感謝香港戒毒會的邀請，也感謝本書製作團隊的創新和專業精神。

人，與獸類不同，為萬物之靈。

既為靈，就有文明和道德責任去改進社會，並提升人的整個生存狀態。

這文明責任，這文明任務，看來像是空洞教條，可以說得漂亮文藝，卻同時和生活脫軌，潮流語稱之為「超離地」，又或是「堅離地」。

不過，文明的實踐其實都在日常時間，文明的味道該滲透在生活小事，這是高質素社會的特徵，人民在不知不覺間自然便表現出禮教和人性，沒有誰要來高聲提醒，也沒有誰趕著要自我表揚，一切是自然發生，如陽光在白天灑落大地人性般理所當然。

實踐文明，先了解人性，並時刻提醒自身別墮進人性的弱點。社會常見歧視，這是人性的脆弱，何解？

人皆有陰暗面，也有邪惡心。在心理成長的過程，人必須發掘自己最深藏的陰暗和邪惡，理解之，調和之，控制之。

人必須面對自己最髒的心性，方能超越，但這過程痛苦，很多人避之則吉。

這逃避心態，也可以說是自我保護心態，就是歧視的種子，給它澆水施肥。

陰暗和邪惡既然與自己切割了，它無處容身，常常被投射到身邊的弱勢者身上，弱勢者被看成是萬惡之本，甚麼壞事也算到他們頭上，他們要伸訴，沒有誰要聽！沒有誰回應！

本書卻是一個珍貴的機會，讓讀者去閱讀少數族裔的脫毒故事，讓讀者可以越過刻板印象，走近真相。

能檢視真相的人，更接近真理。

何念慈

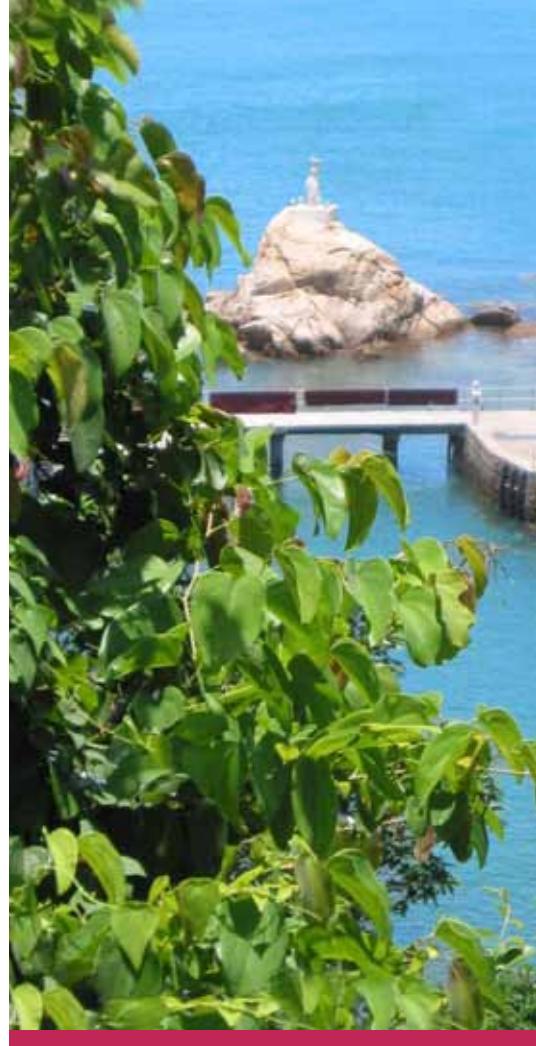
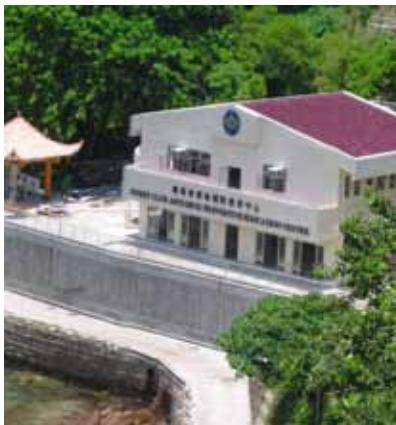
臨床心理學家
何念慈

“讓讀者可以越過
刻板印象
走近真相”

編者的話

我很感激晴報讓香港戒毒會自 2011 年起，每週與讀者分享戒毒康復的真實故事近兩年。以「有戒無類」為名，是要借用孔子主張「有教無類」的精神，不論任何年齡、性別、宗教或種族人士，均有接受戒毒治療、重建新生的機會。專欄刊登期間，獲社會各界人士、會內同工以及服務使用者積極回應，令我深受鼓舞，亦為本書的「面世」播下種子。

毒品問題影響香港社會每一階層。香港是一個多元化的城市，根據政府統計處公布 2016 年中期人口報告，香港約有 8% 非華裔人口，較十年前上升了 3%¹，而藥物濫用資料中央檔案室 2016 年數字顯示，被呈報的非華裔吸毒人士佔 10.8%，比較 2014 年佔 7.9%，即在短



短三年之間上升近 3%²。除服務本地戒毒康復者外，本會是香港少數為非華裔人士提供戒毒治療的機構。過去，本會曾為不同國籍人士提供服務，其中包括：尼泊爾、越南、泰國、菲律賓、馬來西亞、印尼、巴基斯坦、印度、斯里蘭卡、烏克蘭、英國及美國等。

¹ 2016 年政府統計處中期人口報告

² 2016 年保安局禁毒處藥物濫用資料中央檔案室



非華裔人士是弱勢社群中的小眾，他們的康復之路往往是更孤單，更無助。

「『有戒無類』 - 為非華裔人士提供全方位戒毒治療康復服務」一書，正希望透過介紹非華裔人士的個案，推動社會人士多關注非華裔戒毒康復人士的需要。為解決語言差異，我們訪問了八位

成功重返社會的非華裔人士，用中文以第一人稱撰寫，方便讀者容易理解他們的心路歷程。在此，我衷心感謝書中的主角作出真誠分享，以及編輯委員會的貢獻。

正值回歸二十周年，回顧香港社會縱面對不少改變與挑戰，港人一直積極面對，永不言敗。近年隱蔽吸毒、濫藥年輕化、危害精神毒品時尚化，以及非華裔吸毒趨勢上升等，所引起的禍害實在不容忽視。我們必須與政府、不同持份者齊心協力，面對挑戰，正如本書所輯錄的成功康復人士的經歷一樣，最終必能得著豐碩成果。

最後，我要感謝賜序的嘉賓及香港戒毒會各委員對我的指導和無償付出，政府各部門及社會人士的支持，還有每一位同工及義工的默默耕耘，發揮專業團隊精神，為着建設和諧健康的社會而努力。



香港戒毒會總幹事
譚紫樺 太平紳士



01

第一部

八位非華裔 戒毒康復人士的故事

從黑暗到光明，從孤單到同行，從未知到改變，
從放棄到學習，從受助到助人。
跨越挑戰，激動人心；改變生命，重獲新生。



故事

1

折翼的老鷹

經過一番筋疲力竭的掙扎，原來自己是可以飛得更高更遠的。

傳說老鷹年齡可達七十歲，但到四十歲時，牠的身體開始老化，本來是鋒利的爪變得笨拙，喙變得又長又彎，沉重的翅膀，令牠難以飛翔。老鷹需要抉擇：一是由得自己身體老化致死，一是飛到山崖上，孤獨地忍受痛苦的蛻變，脫去老化的喙、爪子及羽毛，靜待每一部分的重生，讓身體煥然一新，再次飛舞天際。

David (化名) 就是一頭老鷹，他是一個英國人，迷上了香港這個動感都市，決心留下來工作和發展，但遇上了毒品，徹底拆毀了他的夢想。他要選擇：要留下來戒毒，還是繼續沉淪，一走了之？他最後決定走進香港戒毒會石鼓洲康復院，在一個完全陌生的環境中，建立一個新的自己。





David (化名)
英國人
30歲

一切由冰毒開始

我對香港可謂一見鍾情，這是一個動感都市，亞熱帶的氣候和多姿多彩的生活，令我著迷。本來，我對工作，滿有熱誠，夢想可在這裡發展自己的生活。但我從來無想過冰毒令我變得如此可怕。

起初，吸食冰毒只是玩樂性質，我如常生活，如常工作。但日子久了，我的行為和情緒變得散漫又不穩定，承諾了的工作，沒有兌現，最後更被解僱，失

去經濟能力。但可怕是我並不覺得有問題，每日繼續吸食冰毒，如同呼吸一樣。毒癮發作時，滿腦都是負面思想和情緒，用盡方法威嚇家人和朋友要錢吸毒。我更千方百計結識不同的陌生人，目的只有一個：要騙取他們的金錢，甚至淪為偷竊。

我居然變成這樣不可靠、貪婪、自私，又沒有夢想的人。

按主要種族劃分的被呈報吸食毒品人士

種族 \ 年份	2014	%	2015	%	2016	%	2016 上半年	%	2017 上半年	%
華裔	8,327	92.1	7,937	90.9	7,175	89.2	4,609	88.7	3,546	89.0
非華裔	714	7.9	792	9.1	871	10.8	585	11.3	438	11.0
越南裔	189	2.1	190	2.2	202	2.5	151	2.9	103	2.6
尼泊爾裔	282	3.1	282	3.2	279	3.5	176	3.4	169	4.2
印度裔 / 巴基斯坦裔 / 孟加拉裔 / 斯里蘭卡裔	129	1.4	170	1.9	259	3.2	160	3.1	110	2.8
菲律賓裔	21	0.2	19	0.2	26	0.3	16	0.3	6	0.2
英國裔	12	0.1	14	0.2	11	0.1	10	0.2	6	0.2
其他	81	0.9	117	1.3	94	1.2	72	1.4	44	1.1
總計	9,041	100	8,729	100	8,046	100	5,194	100	3,984	100



兩個選擇：逃避還是面對

我知道要改變，但總覺無能為力，直到有次在網上看到香港戒毒會的資訊，我見到了一線曙光。心想也不妨試一試，於是就參加了石鼓洲康復院的「新德計劃」，這是一個專為吸食危害精神毒品的年輕成年男士而設的計劃。我一住就住了七個月。

事實上，起初日子並不易過，當時院內很少外國人，因為言語不通，我時常不知院內發生什麼事情，與其他院友也很少溝通，令我十分沮喪。當我反覆疑問自己應否離開時，記得社工問我：

「你不是很喜歡香港嗎？」

「你打算出院後繼續居住在香港嗎？」

「遇到困難就想逃避是你一貫的處事方式嗎？」

當然，答案我很清楚，我真的很渴望留在香港，重新開始，只是這個言語不通的地方，對我真是困難。這時，社工鼓勵我改變，嘗試新的想法和做法，要定下目標說服自己繼續留低，於是，我定了一個目標：好好學習廣東話。

Carman 打開了我的心，帶我走入華人的生活

接下來的日子，社工和其他職員伴我開拓了不同的溝通橋樑，讓我有更多機會與本地院友溝通，學習廣東話，記得最初的話題是由一些我最愛的地道美食說起。後來，職員安排我負責照料由 LAP (Lifelong Animal Protection Charity) 寄養院內的狗隻。我要照顧的是一隻欠缺安全感，且會咬新院友的黑色狗女 Carman。當時社工、其他職員和院友

給我很大的支持和幫助，後來大家都驚訝我是歷來最快可以親近 Carman 的院友，牠跟我形影不離。Carman 令我多了與人溝通，我也感受到別人對我的鼓勵和接納。我知道我已開始融入院內的生活了。



從未嘗試過的經驗， 發現自己更多的潛能

康復院給我很多新嘗試的機會，我參加了一系列由「新德計劃」舉辦的培訓課程和活動，包括具建造業訓練局認可資格的油漆培訓課程、樂隊和「奔向驕陽」長跑隊等。踏出了第一步，這些從未嘗試過的經驗，令我發現自己更多的潛能。我驚訝自己能夠堅持每日跟長跑隊練習，在短時間內大大提升了自己的體能；以前我對油漆一竅不通，但參加了油漆課程後，原來自己也能勝任；參加了樂隊的練習和表演，發覺原來自己是可以與其他院友打成一片，音樂也令我心靈舒暢，滿足我對藝術的興趣。

臨近離院，我被挑選參加由外展訓練學校舉辦為期十八日的外展訓練。對我來說，體能上的挑戰還是其次，更大的挑戰是言語溝通，這項挑戰就好像測試我過去六個月在康復院內學習到的耐性、謙遜和忍耐力。過程中，我重新建立自信，學習如何處理自己的問題和情緒，不再逃避。

回望在石鼓洲康復院這七個月的生活，的確遇上不少挑戰。在言語、生活習慣、成長背景和文化等差異下，促使我的思想、感受、心靈和言行，都不斷更新。我亦明白到能夠建立新的做人態度及價值觀，和改變舊有的生活模式才是保持操守*的關鍵。以前吸毒的日子，是我人生中挫折和失落的時刻，我得重新檢視自己幽暗的一面，承認過去的失敗，帶著勇氣和毅力，重整自己的人生。

有一次，社工陪我外出覆診，午飯時，她鼓勵我用廣東話點菜，我隨即便說：「唔該，雞肉沙律。」店員大讚我說得好。其實，我内心好清楚，我在石鼓洲所學到的，何止是廣東話呢！

*「操守」是指戒毒人士維持不再吸毒之狀況。



我能好像鷹一樣，振翅高飛嗎？

離開石鼓洲後，我入住香港戒毒會的中途宿舍。我很努力地適應新的生活，尋找工作，又主動跟舍友溝通。初時，我身無分文，只靠親人從外地匯來的四千元生活。我明白萬事起頭難，所以我必須忍耐，我得在未出糧前好好運用這些錢，當時，我節衣縮食，早餐也只吃一個麵包便上班。我好珍惜自己的工作，希望有穩定收入。回想自己以前為錢不擇手段，現在竟是判若兩人。另外，我也積極參與香港戒毒會社會服務中心的活動，尤其是樂隊練習，因為在音樂中，隊員之間的距離變得好近，大家彼此感染，都全情投入在音樂裡，我也找到了自信和活力，讓我知道：我是可以擺脫以往吸毒的枷鎖，重新振翅高飛，What a wonderful world !

我知道要走的操守路，仍很艱辛和漫長，在我身邊曾經亦出現過毒品的誘惑，但每次我想到在石鼓洲康復院所得

到的學習和成長，社工、職員和院友的支持和鼓勵，便不想再辜負關心過我的人了。我也很珍惜在中途宿舍的生活，它幫助我鞏固操守，讓我將來可以走得更遠。

結語

我們需要勇氣和堅持去重塑自己的人生，意味著我們要離開昔日熟悉的安舒區，走入不可知的未來。然後，經過一番筋疲力竭的掙扎，原來自己是可以飛得更高更遠的。

新德計劃

「新德計劃」是本會於 2010 年 8 月在石鼓洲康復院推行的嶄新服務。這是專為治療吸食危害精神毒品人士而設。本計劃為 18 歲或以上男性提供 6 個月至 12 個月的免費住院式治療服務。服務對象主要由社會福利署感化主任，濫用精神藥物者輔導中心和其他志願機構轉介。本計劃特點是通過 5 個康復發展階段包括 (1) 抗毒 (2) 康復 (3) 成長 (4) 蛻變 (5) 關愛，並用深入適切的個人輔導手法去提高服務對象自省能力和培養責任感，更鼓勵他們參與各種職業技能訓練課程，包括油漆及裝飾、木工和砌磚課程等。院方亦會安排院友報考由建造業議會舉辦的各項工藝測試，增加就業競爭力，協助他們重投社會生活。



故事

2



蛻變。化蝶

他經歷蛻變，找回自己的幸福，更用自己生命影響同鄉生命。

人到絕境，是否只有求死之路？他，長期吸食的阿勇，是如何走出陰霾，展開彩蝶的翅膀？

六年前的那一天，本應是阿勇人生的盡頭。痛失至親、家庭關係惡劣、吸食多年也未能戒除毒癮，都令他覺得生無可戀。他帶著大量的毒品，走上了一棟樓高四十層的大廈天台，計劃打過針後，便往下一跳……





我從哪裏來？

我是一名越南難民，當年的越戰令不少人因恐懼而逃亡。為了有安穩的生活，在70至80年代，大批越南人湧到香港，我就是其中一個。

1986年，我十九歲，偷渡來香港，憧憬著美好的未來。兩年後，我被甄別為政治難民，從禁閉式難民營轉到開放營居住，即在特定時間內可自由出入營區，到香港其他地方去。於是日間我到葵涌布廠工作，晚上便返回難民營。

由於我對廣東話仍一竅不通，根本不能融入香港人的生活，所以很少與外面的人接觸。營中的生活很封閉，很苦悶，又沒有甚麼娛樂。後來，我發現營內有人吸食白粉，看見他們一臉輕鬆舒暢，使我也好奇地嘗試了第一口。漸漸，我愛上了這種放鬆，又「好易過日晨」的感覺。

自此，毒品就好像施了魔法的鐵圈一樣，牢牢地箍住我，我逃不了……



按華裔 / 非華裔劃分的被呈報吸食海洛英和危害精神毒品人士

年份 種族	2014	%	2015	%	2016	%	2016 上半年	%	2017 上半年	%
海洛英										
華裔	4,048	88.2	3,793	86.3	3,408	84.9	2,187	84.6	1,926	85.3
非華裔	541	11.8	600	13.7	604	15.1	397	15.4	331	14.7
總計	4,589	100	4,393	100	4,012	100	2,584	100	2,257	100
危害精神毒品										
華裔	5,285	95.6	5,186	94.5	4,741	92.4	2,995	91.9	2,068	93
非華裔	244	4.4	299	5.5	391	7.6	265	8.1	156	7
總計	5,529	100	5,485	100	5,132	100	3,260	100	2,224	100

資料來源：藥物濫用資料中央檔案室



白粉伴我二十多年

在越南的時候，同鄉從外國寄來很多風景宜人的照片，使我有了「外國的月亮特別圓」的感覺。但現實是我在香港二十多年，我沒有到過甚麼地方，我的生活，只有白粉。為了毒品，我用盡非法手段獲取金錢。吸毒、犯法、坐牢、重吸，周而復始。除了難民營，我最常到之處，就是監獄和戒毒所。

直到結了婚，女兒出世，我才不做犯法的事，但仍然戒不掉毒癮。十多年裏，我出入自願戒毒中心 20 次，卻沒有一次能成功戒毒。我像《狼來了》故事的主角，每次跟太太說去自願戒毒，卻都沒有完成療程便離院。每次離院後，我又再次吸毒。我一次又一次令家人失望！

最絕望的一天

2011 年，我經歷了人生最低潮，差點踏上不歸路。

因為吸毒，我常常與太太爭吵，和女兒的關係也不好，白粉彷彿成為了家庭的第三者，一直破壞我們的關係。與太太一次激烈爭吵後，我搬走了。最難受的是，每次女兒在街上遇見我，總會垂下頭扮作陌路人。我很傷心，卻無力改變現實，心情愈差，我吸食毒品次數及分量便愈多，有時甚至將白粉和藍精靈混合一併注射，整個人更加混亂了。

母親的話

就在這最孤單的時候，我收到一個惡耗，妹妹在越南因病厭世，自殺死了。我急忙趕回越南，在葬禮後的晚上，八旬母親對我說：「阿勇，你是我唯一的兒子。我老了，可能很快也要走了。我很想你可以改變，那樣我才可瞑目，安心離開人世。」聽了母親的話，我心中充滿愧疚。

回港後，想起爸爸早逝，現在妹妹也死了，剩下母親和我，還要分隔兩地。一連串不愉快事，使我心灰意冷，頓覺人生沒有希望。我在天橋底漫無目的地生活了半年。直到那一天，我選擇放棄生命。我走到那棟樓高四十層的大廈天台上，注射了大量白粉，然後向前一躍……

因為注射了過量毒品，迷糊間，我反而向後暈倒地上。醒來時，我躺臥地上。仰望天空，我的腦海浮現出母親的身影，還有她對我說過的話。霎時，我好像清醒過來，我下一個決定：既然死不了，就要活下去。我要戒毒，是時候改變了。





第 21 次入石鼓洲康復院

2014 年，我第 21 次入住石鼓洲康復院。之前，我從沒完成過療程，這次一定要堅持下去。我很感激康復院再給我一次機會，即使我以往的表現不好，社工和院內職員仍然支持我，指導我。職員鼓勵我無論吸毒時日有多長，也不要放棄

可以改變的可能。他們還分享了自身的戒毒康復經過及現在成為職員的經歷，使我知道我可以由一個吸毒者變成功助人者。這次，我在石鼓洲康復院住了三個月，終於完成了整個戒毒康復療程。

中途宿舍改變了我

完成院內療程，社工鼓勵我入住中途宿舍。在那裏，我學習與人相處的技巧，認識正常的生活模式，並嘗試過自律自主的生活。在無毒的群體生活，除了能提醒我注意操守之外，也能幫助我準備重投社會。期間，社工鼓勵我參加中心的活動、Band 隊練習和義工服務。我開始有健康的個人興趣、新的社交圈子和正面的社交活動。我開始懂得關心別人，更感受到其他人也接納我這個越南人。這是我二十多年以來，第一次真正正融入香港社會。

因為我的改變，母親、女兒和前妻對我漸漸有了信心，接觸也多了。現在，我每個月都會跟女兒飲茶，見面時還會擁抱，而且我現在的女朋友對我也十分支持。早前，我更開始在美沙酮診所擔任兼職同輩輔導，為其他越南人作翻譯，協助社工了解他們的需要，並以過來人的身份幫助他們。



華裔與非華裔人士入住香港戒毒會四間院舍百分比

年份 種族	2014 %	2015 %	2016 %	2017 上半年 %
華裔	90.3	91.4	90.2	89.5
非華裔	9.7	8.6	9.8	10.5



沒有放棄 蛻變化蝶

那天站在四十樓的天台上，我是個一無所有的吸毒者；今天的我已擁有很多，我慶幸自己沒放棄生命。「珍惜眼前人，繼續努力。」是我的座右銘，我會為自己和身邊人的幸福，繼續努力。

結語

一人吸毒，一家受苦。由越南來港的阿勇，因為吸毒，家庭關係破裂，甚至想過放棄生命；然而因戒毒康復，重拾家人的諒解和信任。現在，他經歷蛻變，找回他的幸福，更用自己生命影響同鄉的生命。原來，只要不放棄，絕處也可以逢生。



華裔與非華裔人士接受香港戒毒會美沙酮輔導服務百分比

年份 種族	2014 %	2015 %	2016 %	2017 上半年
華裔	89.5	88.9	88.9	84
非華裔	10.5	11.1	11.1	16



故事

3

踏上北斗星之路

「土地需要辛勤耕耘，知識需要反覆探索。」

在明愛專上學院修讀社工高級文憑的 Kazy 是尼泊爾人，他一身褐色的肌膚，有著尼泊爾人得天獨厚的健碩體魄，憨厚與善良的特質，充滿陽光的笑容，令這位今年 38 歲，放下書包二十年後再重新上學的 Kazy，在一群二十出頭的本地同學中顯得特別矚目。

Kazy 起初是吸大麻，喝咳藥水，其後便吸食海洛英，結果不能自拔。他接受了香港戒毒會石鼓洲康復院的戒毒治療康復服務，走過了黑暗的人生低谷，踏上了重生的康復之路。



我的名字是 Basnet Pankaj (Kazy)，我是香港戒毒會同輩輔導，也是一名社工系一年級學生。在輟學二十年後，我才重拾書本選讀社工課程，我想在這裏和大家分享過去一段成長的故事。



沉淪之始

我在香港出生，爸爸是駐港唔喀兵。年少時，我一直不斷在香港和尼泊爾之間流轉，十六歲時才定居香港，在石崗軍營中接受教育。就在那年，我與學校中吸毒的同學走得很近，他們常說喝咳嗽水的好處，我的好奇心越來越強，就嘗試了，也試了大麻，其後，我也在朋友介紹下吸食海洛英。起初我只是試著玩玩吧，沒想過它們的破壞力是那麼強的，只消數月，我整個人都變了。毒癮令我難以離開海洛英，但卻疏遠了身邊的好朋友，甚至家人。

及後，我在工作中於同事和朋友前都盡量表現得很正常，但回到家中，我卻變成一個可怕的人，我變得很反叛。我知道我傷害了自己，也傷害了愛我的家人和朋友。毒品蠶食我的生命已經十四年了，我失去了靈魂，失去了希望，我在絕望中自悲自憐。2005 年，我決定向父母坦承自己的吸毒的問題。

石鼓洲康復院

服務任何年齡，主要吸食海洛英的男性；吸食危害精神毒品的男性可申請入住「新德計劃」；並有專為尼泊爾裔人士而設的服務。另由出院日起計，提供 12 個月的善後跟進輔導服務。



康復之路：首次入院戒毒

我開始面對問題，是因為得到香港戒毒會美沙酮治療計劃社工的鼓勵，使我鼓起身為唔啱後裔的勇氣，坦誠向父母講出我吸毒的情況。社工更向我父母轉述我內心的困境，讓他們明白我很需要他們的支持、關心與鼓勵。我很慶幸當時得到社工的協助，讓父母能聆聽我的問題，明白我想改變的心。社工其後轉介我入住石鼓洲康復院，接受自願式住院戒毒治療服務。那時我才知道，原來香港也有非宗教的住院式戒毒康復中心。

我在 2007 年首次入住石鼓洲康復院。初次入院，內心難免充滿恐懼，但石鼓洲恬靜的大自然環境，青蔥的樹木，遼闊的大海，安撫我不安的情緒。我在醫生及護士的悉心照料下完成斷癮期，其後入住了「機社」。我的社長也是過來人，懂得說英語，在入住「機社」的第一天，本地的院友煮了一鍋咖哩雞歡迎我，我心裏泛起一股暖意。在社內，我

可時常借閱英文書籍，本地的院友會教我說廣東話，認識中國文化。我與本地院友一同參與小組活動，一同到運動場踢足球，重拾昔日運動的樂趣。我們一同玩樂，一同參與工作治療，漸漸產生患難與共的友情。在社工的鼓勵下，我成功完成戒毒康復療程，並轉到中途宿舍繼續康復之路。離開石鼓洲時，院友及社長特別對我寄予祝福，我也信心滿滿地表示我定能成功康復。

石鼓洲康復院一般治療程序

脫癮期	1 至 3 星期
康復期	3 至 6 個月
中途宿舍	3 個月（完成基本療程可自由選擇）
善後輔導	12 個月（離院後 12 個月的善後跟進輔導服務）



失足，再次入康復院

很多事情非我所想那麼一帆風順。入住中途宿舍不久，我求職處處碰壁，排山倒海的壓力向我蜂湧而來。我一時受不住心魔誘惑，我瞞騙自己只吸食一次而已，不會再次上癮。可惜事與願違，很快我又徹底沉淪。想到父母失望痛苦的樣子，我深深地憎恨自己，再次放逐自我。流連街頭時，石鼓洲康復院的社工仍不厭其煩地鼓勵我，支持我，於是我也

決定返回康復院戒毒，重新振作。2011年，我回到石鼓洲康復院。這次，我更加信任社工及院內職員，並決心落實自己的康復計劃，以答謝他們接納我，及給予我的無私幫助。其後，我很小心走每一步，我也常常聽取社工的意見，我不想令父母再為我哭泣，因為我很愛他們。

生命的衝擊

2013年，我已康復近兩年，父母都心感欣慰。那時，一位親戚告訴我弟弟在美國吸食可卡因的情況越來越嚴重，我便隻身前往美國帶他回港。我苦口婆心地勸導弟弟要解決吸毒的問題，他口頭上答允，但是十天後，弟弟卻因吸毒過量而死亡。我悲慟不已，彷彿墮進深淵。我很自責沒能幫助他。那段期間，社工一直陪伴我，鼓勵我，我才能捱過傷痛。

弟弟被毒品奪去生命，使我重新思考生命的問題。父母只剩下我這個兒子，我一定要更努力地活著，打敗毒品，孝順父母，撫慰他們受傷的心靈。

堅持不再吸毒，這信念，我一直牢記在心。

“ GOD , AS I LAUGH TODAY
DON'T LET ME FORGET ONCE I CRYED
PAST IS MY BEST TEACHER ”



北斗星夢想

在 2013 年，我遇見了鄭明輝*。他與我一樣有黑暗的過去。戒毒康復後，他從中三讀起，還繼續進修社工學士學位課程。他的經歷鼓勵我，我其實也可以透過繼續進修，追求我的夢想。

我發覺社區內吸毒的少數族裔中，有很多像我以往一樣，沒法接觸到有關入院戒毒康復的資訊。另外，當時院內也只有少量少數族裔職員幫助他們。我覺得自己有一份使命感，就是要幫助尼泊爾族群戒毒。我居住在有「小尼泊爾」之稱的佐敦區，那裏有很多在尼泊爾完成中學後返回香港生活的新一代。在家鄉尼泊爾，他們是外人；但在香港，由於語言的隔閡，他們也很難融入主流社會。他們不知道自己屬於哪個地方，再加上與父母的關係疏離，心靈空虛，生活悶悶不樂，不知道今天怎麼過，也不知道明天又可有甚麼盼望，所以毒品很自然便成為這群年輕人心靈的安慰劑。

我希望我的經歷能給予同鄉改變的希望，我可以成為他們與社會的橋樑。現時，我是香港戒毒會同輩輔導，時常陪伴社工到尼泊爾族群出入的地方做外展服務，還會到各區中小學推行預防禁毒

教育工作，及陪伴尼泊爾同鄉尋求戒毒康復服務。為了提升自己的專業知識，我報讀社工高級文憑課程，決心秉承「助人自助」及「讓生命影響生命」的社工精神，幫助少數族裔人士及其家庭共同抗毒，燃點重生希望。

結語

戒毒康復是個艱難的過程，非華裔吸毒人士要挺過的路不容易。他們要衝破語言隔閡，跨越文化差異，路途縱使艱辛，但在社工及院舍職員的鼓勵和協助下，他們努力嘗試，部分更能成為指引同鄉的北斗星。這些成功的例子，印證生命充滿希望。

*鄭明輝從十四歲開始吸食十多年，多次出入監獄，及後經香港戒毒會美沙酮輔導服務社工輔導，入住石鼓洲康復院成功戒毒。鄭明輝因身同感受，立志成為社工幫助有需要的人，以二十六歲之齡從中三起半工讀，克服困難，成功考入理工大學修讀社工學位課程，四年內連續五次獲「傑出學生」獎學金。畢業後，受聘為香港戒毒會註冊社工。鄭明輝在 2012 年獲「香港精神大使」獎，他一直不遺餘力地走遍香港及國內，分享自身經歷，激勵年輕人反思生命，積極人生，宣揚禁毒訊息。

感化令

故事

4

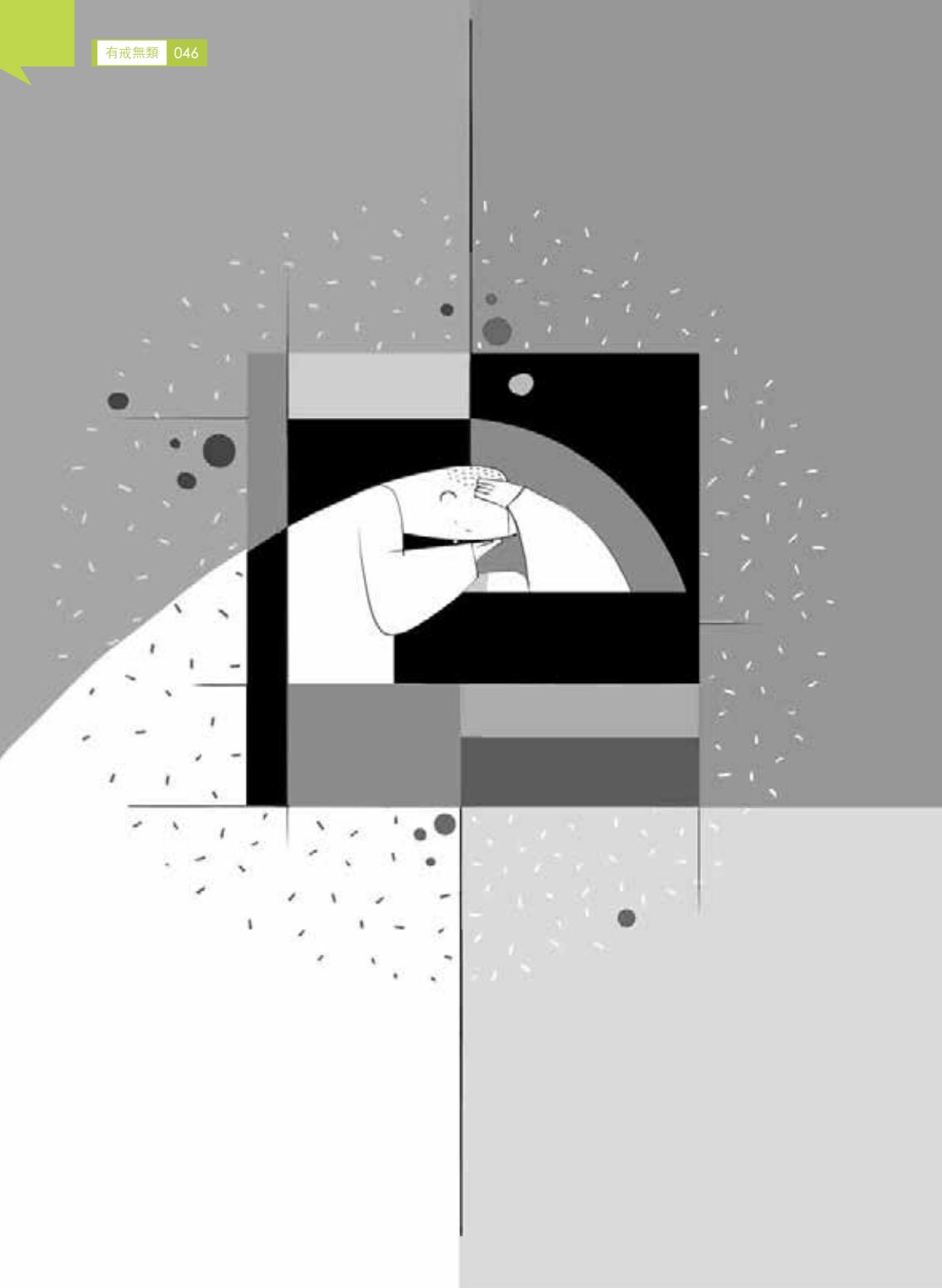
像火山爆發的尼泊爾男孩

我對自己說：「……要積極面對及學習，我要努力、加油！」

尼泊爾位於全球著名的歐亞地震帶，即地中海－喜馬拉雅地震帶。數年前，當地曾發生強烈地震，就像天神怒吼，死傷人數數以萬計。大自然發怒會造成人命傷亡，那麼人們內心的憤怒又會造成怎樣的傷害呢？

剛滿 18 歲的阿文（化名），外表是個尼泊爾人，卻能說流利的廣東話，懂得寫中文字。阿文因父母離異，從小入住不同的寄宿中心，在沒有家人的支援下成長。他因協助他人運送毒品被捕，被拘留在壁屋監獄候審。結果，他的成人禮，就是一道感化令。

由於阿文有吸食可卡因的習慣，感化主任轉介他到香港戒毒會凹頭青少年中心，接受自願住院式戒毒康復療程。面對這樣的安排，有人會擔心，有人會不滿意，阿文卻不置可否，似乎已經習慣了「接受現實」。然而，這個外表看似平靜的少年卻會在瞬間怒火中燒，他的內心世界到底是怎樣的？





不要理我！

早前，我曾在中心大聲叫囂：「唔好再信我！我完全不可信！我只會搞傷你哋！我只是一個無朋友、無家人、無錢嘅賊仔！我只會偷嘢、搶嘢！所以你哋根本可以唔使關心我！咁樣我會好過啲！大家都會好過啲！」這個就是我，我是一個經常動怒的人。

入住凹頭青少年中心初期，我有想過離開，但面對前路茫茫，我又完全沒有家人支援，根本沒有方向，所以，既然來到，就繼續試著留下吧。每到周末，中心裏的十多位學員都有家人來探望，唯獨我一個沒有……我什麼也沒有！為何

偏偏是我？為何我要走那麼難行的路？我越想越不開心，情緒變得更低落、更激動。漸漸，我什麼事都不想做，不想理，躲在自己黑暗的角落裏。

每次社工好意找我傾談，我都不願理睬，我知道自己的回應是多麼的負面，幸好社工沒有放棄，不斷平心靜氣地與我傾談，了解我的想法，了解我的關注，還引導我把內心的問題表達出來。後來，我終於向他吐出心聲，壓着心裏大石彷彿一下子不見了。



凹頭青少年中心

為 25 歲或以下濫藥男性，提供三至十二個月的自願住院戒毒治療及康復服務。另由出院日起計，提供 12 個月的善後跟進輔導服務。



別針對我！我很憤怒！

砰！大門玻璃碎滿一地！

自小我便在不同寄宿中心生活，總要與不同的人相處。我也曾期望有朋友，與友人說說笑笑，傾談心事，可是現實卻事與願違。我常因一些無心之失而與人爭吵，好像以往在其他地方住宿時，也曾因踢足球和舍友爭吵，我常覺得自己是被針對的對象，情緒往往一發不可收拾，看見誰就罵誰，學員、職員、社工，全都被我罵過了。

在凹頭青少年中心裏，我又因打乒乓球與一個新學員起爭執，對方竟然用粗言相對，我的情緒就來了。這一次明顯不是我的錯！獨處時，心中仍覺不忿，為什麼我要被針對？我氣憤得用拳頭打破了中心的玻璃大門發泄！

事後，社工與我整理不愉快的經驗，讓我了解我是因為以往的經歷，較容易誤解自己是被針對的對象，我的行為反映我被情緒主導，所以很難靜下心來去用另一個角度看事情。社工說其實關心我、想幫我的人一直都在我身邊，他鼓勵我克服以往的陰霾，教我如何與別人溝通，理解別人的用意，並學習管理自己的情緒，改變思想。

凹頭青少年中心治療程序

斷癒治療 提供個人輔導及 24 小時醫療照顧

康復治療 以「治療社區」為訓練模式，同時提供不同的興趣班，培養戒毒學員興趣；此外更提供不同的職業技能訓練，為鞏固操守決心及融入社會做好準備。





學習負責任

有一次，社工找我交學習功課。因之前發生了一些事，我在憤怒中撕毀了它，所以交不出來，但又不知從何說起。當社工再三追問我時，我的情緒又來了，之前學會要檢討的事，一下子又好像忘記了。

那時，社工平靜地問我：「你想做一個怎樣的人？你想不想改變？」

那一刻，我沉默不語，因為我好像已改變了一點，最後又好像返回原地。我仍然被情緒控制了一舉一動。自己做的事，自己要負責，我再次下定決心，學習面對自己感受，我不想再沉淪下去。

社工再次鼓勵我改變，不要只著眼自己，嘗試學習關心別人，或許想法和做法會有所不同。我努力嘗試，後來，中心舉辦了一次行山活動，由於許多學員都是第一次行山，不懂看地圖，而我從前曾學過，所以在行程中，我自然而然地教起別人來。負起這責任，感覺原來相當不錯！





沖奶茶，難！

入住中心幾個月後，社工推薦我學沖奶茶，當時我感到有點不高興，因為之前聽那位「金茶王」導師分享時，我已表示沒有興趣，為何還要選我參加？於是，我找了不少藉口去嘗試拒絕社工。社工卻與兩位學員一起鼓勵我說：「一起學吧，可能你會沖得好好飲呢！」盛意拳拳，我就姑且一試吧。

第一次沖奶茶時，我覺得步驟很簡單，只要水到沸點，一沖就完成，我還讓社工試飲，他表示不錯，問我：「有信心每次都保持這個水準嗎？」我滿有信心大聲回應：「當然可以！」

可是，問題卻出現了。之後再試沖的茶變青，味道質感與先前大不相同，口味是苦澀的，完全失敗。我一直沖，一直沖，試完又試，味道始終與第一次的不同……

但這次我並沒有生氣，也沒有放棄。看似簡單的事，要做好及維持水準原來並不易，我對自己說：「我要沉著應付，不要再找藉口逃避問題，要積極面對及學習，我要努力，加油！」

很高興，我現在已經能夠教其他學員沖奶茶了。

規劃人生

有沒有想過出院後會怎樣？有的，我有計劃將來。

完成凹頭青少年中心的康復療程，我需要找地方住宿，也有想過留在中心，再慢慢找工作儲錢。社工問我：「為何要儲錢？」我很認真地想過很多遍，我告訴他：「我不想自己的下一代走我走過的歪路，所以要嘗試去計劃及思考將來，我要有準備，所以想先儲錢……」

結語

人的憤怒，若不加以處理，或會好像火山爆發一樣摧毀一生。社工鼓勵阿文面對情緒源頭，改變思考方式，並持之以恆。他現在懂得計劃未來，尋找方向，有機會過另一種人生。



故事

5

泰愛

學會先愛惜自己，才有能力去愛人。

泰國除了四面佛，還有著名的愛神，是大部份泰國未婚男女朝聖之地，只要看看愛神像前遍地的玫瑰花瓣，就知道每天有多少人向愛神祈求得到愛。尋找愛與歸屬，就是她故事的開端。

年輕的樂樂（化名）是一位中泰混血兒，父親是香港人，母親是泰國人。樂樂的父親早逝，母親忙於謀生，早出晚歸，加上兄姐相繼成家立室，原本熱熱鬧鬧的家庭變得冷清清，驅使樂樂在朋友關係中尋找依附。

樂樂為人依賴，容易相信人，也容易投入感情，友情如是，愛情也如是。為得到朋輩的認同，她開始吸食氯胺酮；被朋友出賣時，她用毒品開解自己；當她失戀時，更會沉溺在毒品中麻醉自己。為了找到「情感依附」，她與毒品為「友」，身體卻反被「友」所摧殘。持續的膀胱劇痛終讓家人發現她吸毒的事實，家人心急如焚，於是鼓勵她到香港戒毒會區貴雅修女紀念婦女康復中心尋求幫助。





毒品摧殘 只餘32公斤

社工告訴我，第一次在中心「斷癮病房」看見我時真的嚇了一跳。她說 162 厘米高度的我竟然只得 32 公斤，瘦得就如薄紙一張。說話時臉色發青，雙手掩著腹部，弓著瘦削的身軀，看得出我正在受著嚴重膀胱痛的煎熬。

因為吸食氯胺酮，我的小腹和膀胱都很痛，每晚睡覺時，我都痛得捲曲著身體徹夜難眠。我有排尿困難，排尿時會刺痛，而且更會有血尿，我的身體變得一點力氣也沒有，我很辛苦，我還因此丢了工作，真的很害怕……

家人鼓勵 社工醫護齊支援

我的家人很愛我，知道我吸毒後很是驚訝，不斷勸我戒毒，他們曾想鎖著門不讓我外出，也計劃送我去泰國戒毒，但我一一拒絕。後來姊姊找到香港戒毒會區貴雅修女紀念婦女康復中心，便懇求我去接受治療，我心裏其實有點抗拒。「泰國人家庭是很團結的，我們一家會全力支持幫助她。」母親對社工說的一句話，讓我明白到家人對我的關懷，我

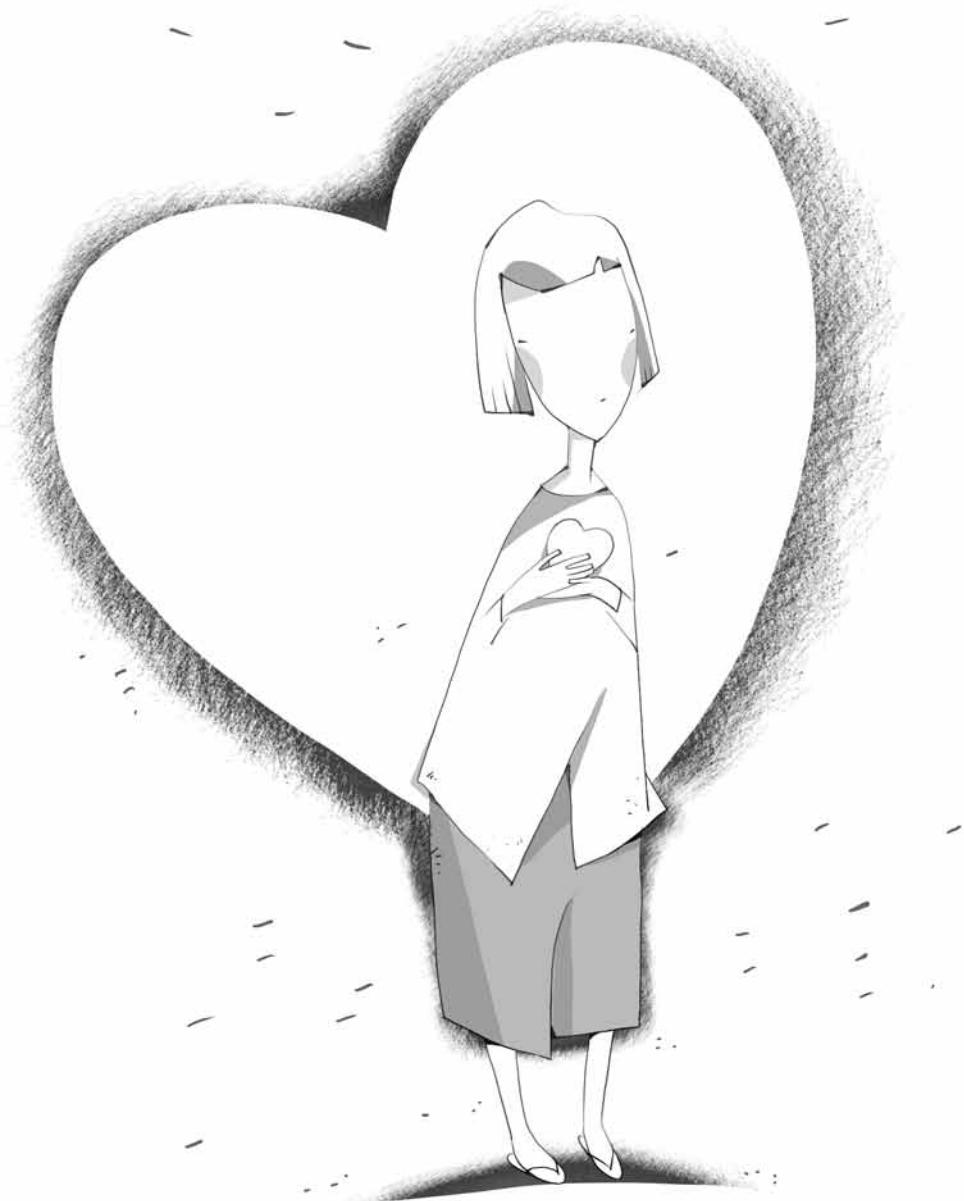
不能再讓他們擔心了，於是鼓起勇氣接受治療。

在病房中，社工、醫生、護士對我也照顧有加，除了嘗試用藥物減輕我的痛楚，還苦口婆心地勸導我要愛護自己身體，不要再吸食毒品，以免病況加劇。我體會到他們對我的關心。



區貴雅修女紀念婦女康復中心

為 29 歲或以下的濫藥女性，提供三至十二個月的自願住院戒毒治療及康復服務。另由出院日起計，提供 12 個月的善後跟進輔導服務。



懂得自愛 才能去愛

社工問我：「嘗試代入母親的角色，妳有什麼感受？」我想了好一陣子，回答說：「我好可憐我的母親，她比我更可憐！」父親早逝，母親獨力養大我們幾兄妹，已相當辛苦，我知道因為我吸毒摧殘身體，令她心力交瘁。社工安排了多次家庭會談，讓我與家人可以坦誠相對。家人知道我感到自卑內疚，了解令我自我放棄及與疏離他們的原因，而我也體會到家人對我的不離不棄。社工成為我和家人之間的一道橋樑，讓我與家人加深理解。

社工問我：「怎樣才是真正的朋友？」「在以往吸毒的朋友圈子裏，妳找到真心幫助妳的朋友嗎？」我是很重情義的人，只要朋友一開口，無論是金錢或行

動，我都會義無反顧地去幫助他們，因為我很渴望從中得到認同，覺得有朋友陪伴，生命才有價值。我認真思考社工提出的問題，才發現以往盲目地依附吸毒的朋友，結果也曾多次被出賣，這些都不是真正的朋友。

社工讓我反思以往吸毒生活的種種，如摧殘身體，內心矛盾，逃避與人溝通，愧對家人等等，這都是我從沒正面面對的問題。讓我知道在毒海中，我的身心都被摧殘，自己沒能力愛自己，更沒有能力去愛人。

我漸漸明白，懂得自愛，才有能力去愛人。



區貴雅修女紀念婦女康復中心治療程序

青苗計劃 為期 3 個月的斷癒治療及以「治療社區」為訓練模式

綠茵計劃* 為期 1 年，結合「治療社區」訓練模式，以及

為期 3 個月之中途宿舍服務

* 凡接受「感化令」或「照顧或保護令」監管者必須完成綠茵計劃



群體生活 學習相處

入住中心期間，我學會與人相處。中心裏除了康復員，還有社工、醫生、護士及院舍姑娘（指導員）等，大家一起生活，一起學習，各守崗位，就像一個大家庭。我也曾故意不守規矩，社工、職員及高階段康復員都會不斷勸解，不斷提醒我，尤其是社工，透過多次個人輔導，讓我明白什麼是「有責任的關懷」（即真正的朋友關係，是有責任去指出朋友錯誤，並且會不斷支持他，不會離棄他）。這個經驗與以往吸毒朋友圈中的很不同，那些朋友大多經不起考驗，有錢就有來往，沒利用價值便離我而去，不是真正的友誼。在這裏，我才感受到被接納和尊重。

社工也曾多次調停我與其他康復員的爭執。她對我說：「我感到很心痛，希望妳能改掉壞脾氣，這只是為妳好！」大家非親非故，她卻肯為我痛心，肯不厭其煩地提醒我，所以我會銘記社工的

話，每當我又想與其他康復員吵架時，便會想起她的話，努力控制情緒，提醒自己別衝動。社工知道後很欣慰，稱讚我：「這次妳能忍耐，控制力又進步了，我感到很開心，證明妳有聆聽意見並改變。」發脾氣只會令自己更不開心，我要改變，這是社工教我的。

我在中心裏學習到應怎樣與人相處，改變了我待人處事的方法。



成年婦女康復中心

為 30 歲以上的濫藥女性，提供三至十二個月的自願性住院式康復治療。中心也會安排服用低度數美沙酮及有志戒除毒癮之女性進行斷癒治療。此外，完成戒毒治療而需要住院式康復療程女性亦可申請。另由出院日起計，提供 12 個月的善後跟進輔導服務。



有您同行 成功戒毒

我在中心住了一年，接著入住中途宿舍。在中心及宿舍裏，我與社工及各職員建立互信，也有了深厚的感情。完成康復療程，回家居住的大半年後，我又因一次失戀情緒陷入低谷，再次吸毒。社工從母親口中得知我的情況，立即向我伸出援手，主動致電給我說：「你回來戒毒吧，不要再拖延！」得到家人及社工的支持，我知道我不能再逃避了。

再次入住中心，我開始學習處理負面情緒，更嘗試在中途宿舍內擔任義工，參與宿舍的日常工作，並與康復舍友分享自己戒毒、重吸、再戒毒的心路歷程。我想在擔任義工的大半年時間中，除加強了自己的操守能力，我也希望能回饋家人、社工及各職員對我的恩情。

及後，我在一所出入口成衣批發公司擔任文職工作，堅持無毒生活至今。我已學會小心處理朋友及感情關係，不會盲目投放情感，並與家人保持密切的關係。

現在我經常出席香港戒毒會婦女社會服務中心的義工團活動，閒時享受家庭樂，陪伴母親回泰國拜佛，以行動表達對母親感恩之心。

感謝在人生的路途上，有家人、社工及各職員一直與我並肩而行。我一定會繼續努力！

結語

「依附關係」是每個人成長中重要的元素，對女性濫藥者更甚。樂樂重新審視什麼才是真正的情誼，學會先愛惜自己，才有能力去愛人。她現在已真正找到屬於她的愛與歸屬了。





故事

6

活在不同的世界？不！

再沒有逃到另一個世界裏去。

擁有不同的膚色、語言及文化，人與人之間是否一定會築起一道牆？

尼泊爾裔的阿祖（化名）留學外國，回港工作後，一直只與尼泊爾朋友及外籍人士交往，妻子是印度人，生活中只有英語及尼泊爾話，一句廣東話也不懂，但似乎並沒有影響他的生活。

因為吸毒被捕，感化主任推薦他入住香港戒毒會凹頭青少年中心，接受自願住院式戒毒康復治療，與一群曾吸毒而不諳英語的香港青年一起生活，他們會否因為語言不同而形成深厚的隔膜呢？

Good morning everybody. Today, I am going to talk about...





我不想再犯同樣的過錯

“Good morning, everybody. Today, I am going to talk about……”

我是阿祖，今日我鼓起勇氣，嘗試在早會上，向各學員及中心職員分享自己的一些想法。曾經，我以為自己有能力去處理生活上的各種問題，也能夠為新婚妻子提供生活上的各種需要，但原來，這一切都是必然的。因為吸毒被捕，妻子及家人都為我傷心，為我的行為而羞愧，為我的前景感到憂慮，我內心感到很後悔。

如果再給我一個重新選擇的機會，我一定不會再犯同樣的過錯。這是我內心的吶喊。

我希望在凹頭青少年中心裏從頭學習，每一小步學習都能改變我舊有的態度和生活模式，我相信只要透過努力學習及堅守信念，在以後的日子裏，必定能創出新希望。

友 CHANCE 全方位戒毒治療外展服務

香港戒毒會自 2017 年發展「友 CHANCE 全方位戒毒治療外展服務」，服務內容包括：社區外展、個案危機輔導及短期跟進、舉辦以健康生活為主題活動、聯繫地區組織、配對及轉介個案至合適服務。



不善表達自己

以前常想，說話太多會否惹人煩厭？因為身邊也有朋友給我這種感覺，這個想法使我養成對人對事都保持緘默的習慣，我不會主動找別人，包括妻子，去傾訴自己的問題。凹頭青少年中心的主要學員是本地人，這令我感到忐忑不安，未知自己是否能適應裏面的生活，因為聽不懂別人的說話，我會否像活在另一個世界中？

幸好入住中心後，社工經常找我傾談。他問我為何會吸毒，我坦誠告訴他，自己之前根本沒想太多有關吸毒的後果，只是與朋友走在一起吸食大麻後，他們又介紹我吸食海洛英，慢慢便成為習

慣，每次聚首，也以吸毒為樂。可是，毒品漸漸蠶食我的生活，以前我喜歡踢足球，卻已有兩年沒有再找舊波友，加上工作的疲憊，毒品就漸漸成為我唯一的歸屬，將我與現實世界分離，我曾經想停止卻做不到，更不敢把自己的情況告訴妻子……

後來，社工鼓勵我學習與人溝通，要多表達自己的想法。好像之前我想戒毒，但獨自一人去面對，結果最後又走入死胡同，如果我早些向身邊關心自己的人表達困難，可能會更早找出方法面對。我很同意社工的說話，努力嘗試踏出第一步。

學習中文

我雖然一直在香港生活，但生活圈中都沒有華人，好像並不需要學習中文。在中心裏，身邊的學員、職員均說廣東話，用中文書寫，有時社工和職員會遷就我說英語，學員也會說些簡單的英文跟我溝通，縱使不太明白，但我也盡力去理解它。

為了作出改變，我嘗試學習廣東話，學習寫中文字，我需要用很多時間去練習。過去幾個月，我已學懂超過一百句廣東話句子，但是運用時原來仍相當困難。有時我多次重複說話，仍未能清楚表達意思，使我十分氣餒。社工鼓勵我

與本地學員溝通，多作練習。起初，當我跟他們說話時，他們總會露出疑惑的眼神，我想他們正猜我在說什麼吧，但我有信心透過不斷練習，一定會有進步。

有一次，中心帶我們出外打保齡球，我們進行分組比賽。我全力應戰，最後我組贏了。回到中心，職員還準備了神秘禮物鼓勵我們，我們都很開心。原來只要盡力去做，總會有一定的回報。現在，我和其他學員在言語上的溝通尚未算完全暢通無阻，但我們已能互相支持，一起努力。這種感覺，原來很好。



鼓勵與支持

我從來都不與人打架，並不是害怕受傷害，而是害怕傷害別人。故此，當社工鼓勵我在中心學習泰拳時，我感到很猶豫。後來，我想就先學習幾節課吧，當作健身運動也好，又可以消磨時間。我計劃上幾節課便不再繼續了。

課堂上，導師告訴我們學泰拳不是學打架，它是一種肌肉及體力的訓練，是鍛鍊意志的學習。那時，我才明白社工要我們學習泰拳的目的，就是要學懂堅持。

就好像我以往吸毒日子裏也曾想過戒毒，但自己卻沒有將想法持守，很快便放棄，所以不能成功。這次泰拳的學習，令我明白到人生需要堅持信念，才能成功的重要性。

上課時，我們不斷進行體能訓練，汗水不停地流，有時很疲累想放棄，身旁的學員便大聲叫：「六舊腹肌，老婆鍾意！」其實我並不太明白他們說什麼，但也感受到其他學員對我的鼓勵與支持，這一切，雖然說著不同的語言，也沒有阻隔彼此的溝通及關懷。





人生功課

「即使遇到困難嘅時候，都學會跟別人溝通表達自己想嘅意見。」

「不要總以不習慣做藉口，生活就是不斷在學習中謀求改變。」

「依家諗到嘅係要清楚咁樣先認識到自己，除左優點，缺點都要諗埋。因為咁樣先可以令自己進一步。」

「開放啲自己，嘗試去學更加多啲，同埋同其他人更加多嘅溝通。」

「我明白到家人或身邊一啲重要嘅人無可能永遠陪住係自己身邊，若果依家不珍惜同佢地相處嘅光陰，到失去嘅時候亦只能後悔，人總不能失去後先懂得後悔，現在應該趁還有時間，好好報答屋企人。」

結語

不同的膚色、語言及文化並不是令人與人之間產生隔膜的主因，令人與人有距離的是「毒品」。濫藥令阿祖拉遠了他與家人、工作以及社會之間的距離，獨自逃避到毒品的世界裏。在凹頭青少年中心生活，使他清醒過來，反思問題，面對真實的自我，再一次與人、與世界聯繫。他，現在再沒有活在另一個世界裏。





故事

7

Go Home and Love Your Family

在艱苦的鍛鍊中尋獲自己，重新出發，更立志幫助別人。

"What can you do to promote world peace?
Go home and love your family."

~Mother Teresa~

Thapa 在 18 歲來港，2005 年與在尼泊爾認識的女友結婚。婚後，太太把賺到的每分金錢都貢獻給家庭；他卻把大部分的薪金奉獻毒品。太太從埋怨到爭吵，但每次都原諒他、包容他。他很想擺脫毒品，入過一些戒毒中心，很快因不適應便離院。Thapa 的生命已沒有方向，沒有希望。他為自己行為羞愧，也愧對家人，他甚至認為他已沒資格成為家庭中的一份子。

直至 2012 年入住香港戒毒會轄下的石鼓洲康復院，院方鼓勵他參與不同訓練、比賽，如毅行者、公益金百萬泳等，獲得多個獎項。藉著這些經歷，協助他建立健康生活模式，磨練意志，也大大提升了他的自信。現在，Thapa 立志在院內幫助同鄉，由義工、同輩輔導，晉升為助理指導員，亦修補了與太太關係，育有兩個女兒，他……已經回家了。





從 Brown Sugar 到四號海洛英

我是一名尼泊爾人，名叫 Thapa，今年三十一歲。在我們家鄉，Brown Sugar 不是甜甜的糖，而是一種非常流行的毒品，它是一種純度和價格較低的海洛英。一般較富庶的地區，例如香港，則流行純度和價格較高的四號海洛英。十六歲那年，我在尼泊爾嘗試了人生第一口 Brown Sugar。曾有人問我，第一次吸食時是否不知道會上癮？這個我當然知道，但自負的我卻相信自己有能力控制它，直到對毒品的依賴越來越嚴重時，已無法自拔。我兩度在家鄉入住自願戒毒中心，但每次出來後不久，又會重拾吸毒的習慣。

2004 年，我來到香港與家人團聚，住在油麻地廟街。我們的族群性很強，鄉里都聚居在油麻地及佐敦一帶。經朋友介紹，開始在地盤工作。那時我沒有吸毒，以為可以重過正常生活，但後來發現身邊的朋友都吸食海洛英，在他們的影響下，也吸了第一口。每次吸食的分量不多，但它藥力強勁，我享受這種強烈的感覺，漸漸又被毒品控制住，每天用金錢購買毒品尋找「快樂」，但同時也為毒癮發作而受盡折磨。

像似海中浮沉 生命中沒有希望

2005 年我與女友在尼泊爾結婚了。我倆早在尼泊爾時已認識，她也知道我有吸食毒品之習慣，只是她以為我不是那種很嚴重的吸毒者，因此並沒有介懷。婚後，她來了香港，我們一起生活，兩人一起工作養家，她是一個很節儉的人，不介意工作辛苦，把賺到的一分一毫都貢獻給家庭；但我卻把賺到的大部分錢都貢獻給毒品。太太對此有很大埋怨，我們也會為此而爭吵，但每次她也會原諒我，包容我，支持我。後來到了

自己吸毒最瘋狂的日子，每日得花上八百元購買毒品，最終入不敷支，亦沒有顏面面對太太，我開始感到，帶給家人最多的只有傷痛、憎恨及後悔。後來，我嘗試找尋自願福音戒毒中心協助，但因為不適應所以在很短時間內便離開，先後兩次於不同機構戒毒最終亦告失敗。

那時，感覺自己好像在大海中浮沉，沒有希望，沒有方向。



在絕境中，我在油麻地美沙酮診所附近遇到香港戒毒會的外展登記社工，認識香港戒毒會石鼓洲康復院，知道原來院內有不少尼泊爾裔吸毒人士接受戒毒康復服務。2009年，我首次申請入石鼓

洲康復院，因信心不足提早離院，又再次沉淪。我很無奈，卻也很自私，自己躲在虛幻的世界中，逃避現實，家人卻為我一直受苦。

不可讓女兒有個吸毒的父親

女兒出生，是我改變的動力。

2012年，我們在香港生了第一個女兒，家庭經濟負擔增加，但因為吸毒，我能給她們的不多。那時，經常與太太爭吵，心裏很害怕她們會捨我而去，所以很想戒毒，但又怕再失敗。

太太鼓勵我再次尋求香港戒毒會的協助。那次，戒毒會社工引發我思考了很多關於女兒成長與未來的問題。他引導我道出對女兒的真實情感。我很愛她，但吸毒令我討厭自己，哪有資格去愛人？最後，還是下定決心向自己說：「不可以讓女兒有個吸毒的父親！」

被尊重的感覺

2014年，我再次進入石鼓洲康復院戒毒。熬過首三星期在醫院及新人家的美沙酮遞減脫癮療程後，我被編入了專為非華裔戒毒人士而設的「機社」。在家社中，社工常常與我傾談，在我心靈最脆弱時，一直給予鼓勵與支持，而且還挑戰我很多頑固的想法，幫助我面對以往的錯誤，重新計劃未來。由那時起，我開始相信自己有能力脫離毒海，重新振作。

「機社」就好像一個小社區，有尼泊爾人，也有小部分的本地人。以往因自我

保護意識很強，常常覺得我們被本地人標籤，會受到不平等對待，故甚少與本地人交往。在那裏，我們一起吃飯，一起工作，縱使語言不同，文化不同，但卻能通過包容而磨合，改變了我以往對本地人的印象。

職員會讓我們烹調家鄉小菜；樂隊練習會特別騰出時間，讓我們一起唱英文及尼泊爾歌曲；社工又會定期舉辦尼泊爾家舍會議，聆聽我們的聲音與需要。在這裏，我感到被重視、被尊重。



我可以為同鄉做什麼？

在石鼓洲生活的那段日子裏，我看見很多同鄉像過往的我一樣，反覆進出康復院。每次看到有人中途放棄，均感到十分惋惜，常常想自己可以為同鄉做些甚麼？

有一天，社工邀請了一位成功戒毒康復的同鄉 Kazy 來石鼓洲，分享他戒毒後幫助人的經歷。那次我有很深刻的體會，原來只要多走一步，可以透過自身

的經歷去感染別人，幫助別人。於是，我決定完成康復療程後，參與石鼓洲的義工計劃，以過來人的身分和經歷，協助同鄉解決入住石鼓洲的適應問題。

我跟社工說：「我知道還有很多同鄉因吸毒品令他們沒有錢，失去家人，甚至要睡在街上，我很想幫助他們。我想成為他們榜樣，所以我必需裝備自己，至少能堅持操守才行……」

公開比賽獲獎無數 磨練我心

為了鍛鍊意志，我參加石鼓洲康復院「奔向驕陽」長跑訓練計劃及多項外間賽事，協助我建立健康生活模式。我至今已參加過各式各樣的活動，例如：「百仁基金」長跑活動、「捐水一戰」、「地貌大搜查」比賽、「樂施毅行者」、「會德豐百萬泳」及「18日外展訓練計劃」等，當中更曾獲得數個獎項。過程中，我十分感謝各職員對我的鼓勵，因著他們支持，陪同我參與比賽，我才看見自己原來是可以做得更多更好，吸毒品後從未想過人生中再有希望，真心感謝院方給予我重生的機會。現在，我不再像身處大海中般浮沉，因為我肯定知道，自己已充滿愛與支持，人生已有明確的目標與方向。

我們跑步隊口號是：「唔使跑得快，最緊要跑晒！」，意思是說我們參與比賽，目的並不是要爭取任何獎項；而是要我們學習完成的精神，盡力完成每項賽事，是對自己交待，磨練意志，學習堅持，不退縮。這好比我們行走戒毒康復路，需要付出努力，學習抗拒毒品，堅持自己操守路一樣。事實上，藉著這些鍛鍊及經歷，真的大大提升了我的自信，以對抗毒品的引誘。

完成戒毒療程後，我順利返回石鼓洲擔任義工，社工以及很多職員協助我調節角色的轉變，投入新的職責，以助我達到幫助同鄉的個人願望。皇天不負有心人，我的努力並沒有白費，在 2015 年我獲石鼓洲聘用為同輩輔導，正式成為全職職員，在 2017 年更晉升為助理指導員。



感謝太太 令我擁有一切

感謝太太一直守候及支持我。尤其是在院內戒毒到擔任義工期間，太太肩負着照顧女兒與養家的重任。那時，太太在地盤擔任雜工，即使多辛苦也毫無怨言。每次想到她在烈日當空下，汗流浹背，做些連男人也感到吃力的工作時，我内心十分歉疚。這推動我要堅持完成在石鼓洲的康復療程，努力學習。

現在我有喜愛的工作，有穩定的收入，更可以為同鄉作出貢獻。太太不用再到地盤工作，第二個女兒也剛出生。我真正能擔起當丈夫和父親的責任，使家庭重回正軌。我已回家了，是家庭的一份子，內心充滿著愛及支持。

我已擁有一切，因為我擁有他們(家人)。

我的希望

我希望繼續感染身邊的人，也會努力在石鼓洲協助少數族裔同鄉戒除毒癮，重返社區。我相信：在同一天空下，無論任何膚色、任何國籍，只要「用心」，都可以參與創造出一個無毒社區。

結語

一個為毒品失去自己、失去方向的人，在艱苦的鍛鍊中尋獲自己，重新出發，更立志幫助別人。這些轉變，一切都是從愛家人開始。

"Family is where life begins and love never ends."



故事

8

放過自己

Kia 不再是他吸毒的理由，卻是他人生中美好的回憶。

我們改變不了已發生的事，卻可以改變自己去重新審視事情。

人的經歷各有不同，有喜有悲。快樂的日子總會令人懷念，悲痛的時間卻也是刻骨銘心。傷口即使已經結痂，亦難免留下疤痕。的確，遺忘不易，放下更是困難。在成長的過程裡，人必須接受一些人和事會成為過去式，若不放開，被過去捆綁，就抹殺了將來。

Peter (化名) 曾經被傷痕捆綁，無力解開心結，選擇用白粉去麻醉自己，逃避現實。幸而，他之後願意嘗試改變，接受香港戒毒會的協助，以門診式的美沙酮治療計劃成功戒除毒癮，重獲新生。





Peter (化名)
尼泊爾裔
24歲

為愛沉溺

我是一個尼泊爾人，十七歲那年跟家人移民到香港，香港對我來說是既陌生又新奇，對每件事物我都躍躍欲試。我很快便在一間酒吧找到調酒師的工作，似乎一切都來得很順利，我也十分滿意。

Kia (化名) 是我在故鄉相識的女朋友，我們一直發展得很好，即使我們相隔兩地，感情卻沒有因距離轉淡，經常通訊，總盼望著將來見面的日子。直到有一

天，朋友從尼泊爾傳來消息，Kia 遇上車禍死了，實在太突然，我真的不能接受。之後，自己也好像隨 Kia 離開了這個世界一樣，困在自責、遺憾和失落中。為什麼她離開時我不在她身邊呢？為什麼連最後一面也不能見？最後一句說話也沒法講？滿腦子問題，但我只能知道的是，我已永遠永遠失去她了。

用酒精忘憂，使我墮入另一個深淵

我不願意向別人透露自己的悲傷，獨自承受這個痛苦。事實上，在香港我亦找不到人可以傾訴，這是我心底的秘密，我需要借助其他物質去忘記憾事。那時我在酒吧工作，因利乘便，開始用酒精麻醉自己，終日與酒為伴。不久之後，

我發覺自己單靠酒不能洗走空虛，這個時候，有一位在酒吧裡認識的同鄉看見我的情況，「善意」的介紹我去用另一種更「有效力」的東西去逃避問題。

這是我第一次接觸白粉。



我要繼續這樣下去嗎？

事實上，第一口的白粉並不好受，有嘔吐、感噁心。之後持續吸食，卻令我出奇地暢快和舒服，慢慢，吸食白粉成為我指定動作，分量也漸漸增多。若果有一天找不到白粉，我的身體就會感到莫名的難受，流鼻水、抽搐、失眠……而心裡也會感到很不自在，總覺得有事情該做但卻未完成似的。接著兩年，我用盡了積蓄吸毒，因經常借錢，朋友遠離我，每天與一班吸毒的同鄉度過。

吸毒的日子令我孤單、內疚，更加空虛。Kia 走了，這兩年，我的朋友也走了，我要看著家人也離開我嗎？於是，有一天，我終於鼓起勇氣向家人坦白我吸毒的問題，希望他們接納我、相信我會去戒毒。

父母跟我一起尋找戒毒服務，最後，走到油麻地美沙酮診所，我參與美沙酮治療計劃的戒毒治療，用美沙酮代替白粉，嘗試由先停止吸毒開始。

我的服藥計劃

起初，我對美沙酮半信半疑，疑問它是否可以止住毒癮發作的痛苦，特別在服藥初期，每次遇見一齊吸毒的同鄉，內心都很掙扎。但很感激那時診所的社工和同輩輔導對我的鼓勵，悉心引導我認識治療過程，解我心中疑慮。到了開始減藥的階段，面對引誘、沮喪、焦慮及身體不適，社工教我怎樣循序漸進減藥，並改變生活習慣。於是，我更改了電話號碼，斷絕與吸毒的朋友來往；努力工作，又主動接觸其他朋友，打發時間。

更重要是社工亦幫助我的父母及弟弟了解美沙酮治療計劃。父母雖然對我選擇戒毒萬分支持，但對用美沙酮作治療卻不太認同。他們認為美沙酮亦是屬於毒品的一種，若持續服用必定會有很壞的影響，所以曾逼迫我用最短的時間戒毒及盡早停止服用美沙酮。這些無形的壓力對我的戒毒治療做成阻力。我有時也會感到沮喪，甚至曾有放棄戒毒的念頭。幸好，社工向我家人解釋美沙酮治療計劃。



美沙酮治療計劃輔導服務

香港戒毒會自 1993 年與衛生署合作，為美沙酮服藥人士提供輔導服務。凡年齡在 21 歲以下的青少年吸毒者、初次申請美沙酮治療的人士和女性吸毒者，均會優先接受服務。其他服藥人士則可以透過自行申請、經醫生轉介或經本會社工的邀請而獲得輔導服務。



社工告知家人美沙酮治療並非一朝一夕的事，而戒毒最重要的除了毒癮戒除外還要預防重吸，若然過於急進，一旦重吸就會前功盡廢，故此循循善誘，穩定使用美沙酮在美沙酮治療計劃裡是必須的。經過社工耐心的解釋，家人終於了解我戒除毒癮實在需要時間，故此亦願意給予空間，讓我在沒有壓力的情況下

繼續療程。家人對我的支持和信任，成為我日後能成功減藥的強心針。

當我減藥至最後 2.5 毫克，是最艱難的時候，何時我可以完全停藥呢？我可以忍受身體的不適嗎？我會重吸嗎？戒了酒精、戒了白粉，假若連少少的美沙酮也沒有，我真的可以正常生活了。

最後一杯美沙酮

在社工和家人的支持和陪伴下，我決定停藥，終於，我喝下最後一口 2.5 毫克美沙酮，雖然之後有四個星期我睡眠不好和感到疲倦，但我知道康復路，不能單靠藥物。社工鼓勵我重新融入香港的

生活，我積極參加由香港戒毒會舉辦的泰拳訓練班、義工服務和少數族裔的樂隊。慢慢，我感到自己已重拾初到香港時那份好奇心，再次願意嘗試不同的事物，擴闊生活圈子。



美沙酮治療計劃：代用治療及戒毒計劃

美沙酮診所提供的兩種治療計劃：

1. 美沙酮代用治療 - 在有需要的期間，病人每日都服用適當劑量的美沙酮，療程並無時間限制。
2. 美沙酮戒毒計劃 - 對於有決心的病人，在一段時間內逐漸減少美沙酮的服量，直至毋須繼續治療為止。

接受美沙酮代用治療的病人可隨時轉入戒毒計劃。美沙酮服用的劑量會逐漸減少，直至不須服用為止，只要病人以後不再吸食海洛英或鴉片，便可從此戒除毒癮。醫生或社工都會按個別病人的情況定出治療方法和作出彈性安排，幫助病人轉入戒毒計劃。^{*}

社工則會於心理輔導及康復等方面著手，以協助服務使用者解決日常生活面對的不同問題，好讓他在戒毒過程中除了戒除毒癮，還能建立正確的價值觀及人生觀，再度融入社會，重過正常的生活。

* 資料來源：衛生署 緩害網頁



打開心扉 突破言語障礙

事實上我走過整條戒毒路上相對是困難的。我是一個尼泊爾人，從小不在香港長大，生活圈子狹窄，人際網絡有限，故此當面對困難時實在不容易找到解決的方法以及可以傾訴的對象，尤其我是一個吸毒人士，有時候甚至會受到別人的指摘、歧視及冷眼。

一開始在美沙酮診所見到社工，我對她起初也有一點忌諱，未能對她完全解開心扉。但在我減藥戒毒時，社工除了定

期在美沙酮診所見我外，她亦會常常用電話聯絡我和我的家人，了解我的日常生活。除此之外，社工也介紹我參加香港戒毒會舉辦的不同活動，如泰拳訓練班和義工團隊，讓我有機會認識不同的人，不再被膚色限制，可以更容易融入香港社會。而社工知道我對音樂有濃厚興趣後，特意推薦我參加少數族裔的樂隊，讓我能嘗試不同事物，擴闊生活圈子。

重回正軌 心結打開

我現在有穩定的工作，亦繼續參與香港戒毒會的活動，社工更邀請我與少數族裔的戒毒人士分享自己的服藥戒毒經驗，協助他們更懂得用美沙酮幫助自己。我在美沙酮診所接觸到很多想戒毒的同鄉，他們在香港吸毒，生活更加孤立無援，我很希望告訴他們，要遠離吸毒的朋友，接受社工和家人的協助，我們可重過新生的。

我後來向社工透露了自己心底一直埋藏著的秘密。「我一直放不下自己對Kia的歉疚，這是我的錯，我對不起她……。」我滿臉罪疚，社工細心聆聽，拍著我的肩，讓我盡情抒發情感。回望吸毒的日子，好像一場惡夢，夢醒過來，原來Kia仍留在我心中的一角，凝視著那個吸毒時自咎無奈的我，我很感激香港戒毒會的社工協助我康復之餘，更為

我打開這多年來的心結，讓我不再逃避內心的感受。

我期望自己的故事可以鼓勵吸毒人士為自己踏前一步。我可以，你們也可以！

結語

當面對困難痛苦時，有人會利用毒品去暫時逃避現實。然而，毒品卻會令人陷入更深的痛苦中；反而積極面對，才是最有效的解決方法。現在，Peter 仍然改變不了失去Kia的事實，但他選擇改變自己去重新思考，感激Kia伴他度過那充滿陽光和歡愉的日子，Kia不再是他的理由，卻是他人生中美好的回憶。

「有戒無類」專欄輯錄

自2011年9月1日起，本會總幹事譚紫樺女士獲「晴報」邀請撰寫「有戒無類」專欄，譚女士以真人真事講述成功戒毒的康復故事，合共刊登了95篇勵志感人的短文，得到社會廣泛認同與支持。

晴報 06 | 新聞 2011年10月27日 星期四



人在異鄉

「流落異鄉已經夠衰啦！仲學人吸毒，真係無鬼用！」這是一個本地人向一位尼泊爾裔人士在美沙酮診所排隊起爭執時，罵出的一句話，差點演變成流血事件。

SURYA是回歸後，選擇留港定居的前外籍英軍（俗稱呢喀兵）的後代，父母現居尼泊爾。尼泊爾中學畢業後，他一心來港賺錢回鄉。可惜因語言不通及學歷不獲認受，實在很難在香港找到一份穩定工作。最後他只好跟幾位同鄉租住一間少於一百呎的板間房。

人在異鄉，強烈感受到孤單及挫敗，遇上同住的人有毒癮，久而久之，為了得到認同，SURYA竟也成了他們的一員。自此，意志逐漸被消磨：自我價值日漸低落，甚至想隱藏自己，完全失去動力，自覺無面目面對家人。

他知道吸毒是人生中最錯的抉擇，現在變得既不屬於香港，也不屬於尼泊爾。如果可以讓時光倒流，他絕對不會吸毒。

面對尼泊爾裔吸毒人士的獨特需要，前線同工會多走一步。透過尼泊爾裔工作人員的幫忙，以及與他們的同鄉夥伴接觸，打開有成癮問題人士的心扉，及早處理問題。

(本欄逢周四刊登)

晴報 06 | 新聞 9月1日 星期四



重生的約會

「有戒無類」這個詞源自《論語》，意指不管甚麼人都應有機會接受教育。本欄名為「有戒無類」就是要秉承有教無類的精神，借此專欄與讀者分享成功戒除毒癮和奮發圖強的故事，鼓勵大家珍惜人生，活出健康生活。

去年9月，一對父母帶着17歲兒子來到本會的凹頭青少年中心，接受為期半年的戒毒康復治療。

他們三人很用心聆聽職員簡介。瘦削的父親在整個過程中不發一言，面上卻流

露着對兒子的叮囑和冀盼。母親多次提醒兒子要惦記與父親的「約會」。說到動情處，眼一紅，別過臉，不禁潸然淚下。其實，在兒子入住中心翌日，其父也打算到石鼓洲接受戒毒康復治療。父吸食白粉經年，兒子憤懣，多次離家出走，更吸食X仔。整個家幾乎散了，父在本會駐美沙酮診所的社工鼓勵下，決心戒毒。父子兩人就誓言要在農曆新年重聚。

香港戒毒會自1981年成立以來，致力向不同性別、年歲、宗教背景和不同國籍人士，提供醫療及社會心理輔導服務。我們堅信那些談論毒網的、心底裏深愛着自己和家人。只要我們伸出援手，他們終有一天改變自己，重建新生。

(本欄逢周四刊登)

2012年3月22日

有戒無類

香港戒毒會總幹事 譚紫樺

再生人

Rai的噩夢始於1996年。

父親是個呢啞兵，為了生計，舉家來港定居。那年Rai剛好21歲，他努力嘗試融入社會，可是由於語言的隔閡和文化上的差異，未能適應香港的生活。被捕、入獄、吸毒、婚姻失敗、家庭關係破裂，這些都並不是噩夢的結束，更糟的事情陸續有來。

Rai不是沒有計劃過自己的將來，無奈每一次都敵不過毒品的誘惑，更因貪圖方便，與朋友共用針具注射毒品，2008年被確診感染愛滋病病毒。正值壯年卻要面對死亡的威脅，他感到晴天霹靂，整個人也崩潰了。

在戒毒會的支持下，Rai終於作出了改變。他準時覆診，依時服藥，有效控制了愛滋病毒的數量，後期更降至不可被偵測的水平。現在Rai不單有一份穩定的工作，亦於兩年前成功戒除毒癮，持守至今。

愛滋病雖被視為「世紀絕症」，如能積極面對，一樣可以活出新天地。
(本欄逢周四刊登)



2011年11月3日 星期四

有戒無類

香港戒毒會總幹事

譚紫樺

關懷原是無疆界

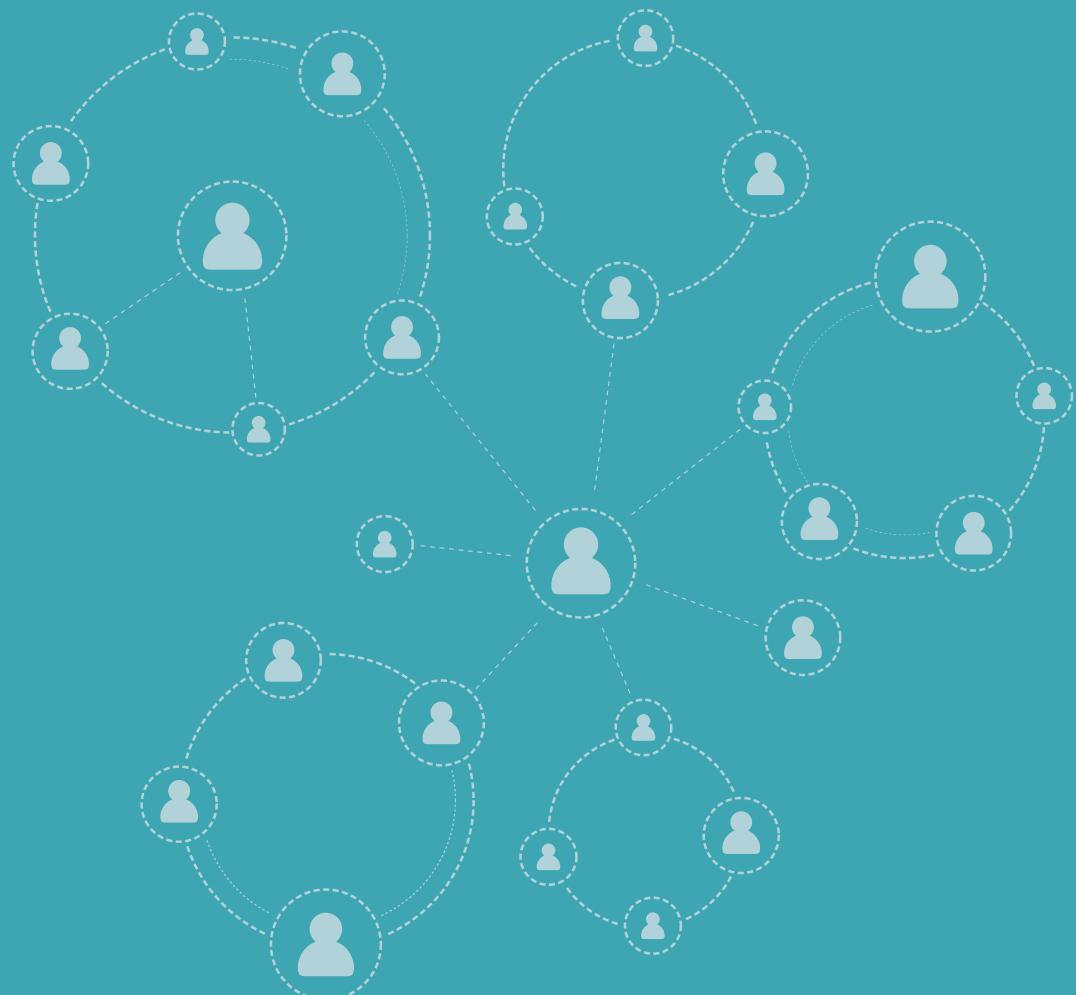
去年，我們一間康復院已幫助了過百位非中國裔人士接受治療，當中包括越南、尼泊爾和菲律賓等。他們住在同一個院舍，自行煮食，我們亦尊重他們本身的宗教信仰。由簡單的英語和廣東話開始，加上身體語言，這種文化交流亦有助日後適應居港的生活。

我們又會主動做一些窩心的非語言溝通。同事會在返工途中拿免費英文報紙給他們閱讀；其他院友則播放一些外語片或一起看有字幕的英語節目。院內的膳食較清淡，學員不時煮些咖喱給少數族裔的朋友品嚐。雖然資源有限，但這份關愛正是最好的調味料。

在學習職業技能及進修方面，8月初便有一位尼泊爾籍的青年不單完成了專人教授的「個人成長」系列，還學懂電腦文書和「狗隻護理」，更獲得建造業議會簽發的工藝測試證明書，其家人還出席了頒獎典禮。

事在人為，多點關懷，將心比己，是幫助少數族裔融入社區的不二法門。

(本欄逢周四刊登)



02

第二部

關懷無疆界

多謝我們團隊的努力，為有需要的非華裔人士
及其家人提供服務，改善他們的生活

社區義工

我是尼泊爾「Di Di」姐姐 म एक नेपाली दिदि हुँ ।

我是一位尼泊爾裔的大學生，曾在香港中文大學那打素護理學院一個專為南亞裔人士而設的愛滋病毒及愛滋病相關項目內擔任義工。在一個會議上接觸到香港戒毒會，認識了他們的工作。

在 2014 年尾，我加入香港戒毒會「全方位協助尼泊爾吸毒者計劃」(HRCC Project for Nepalese Drug Users)，希望透過這個機會可為在香港的南亞裔人士服務。會方安排我在美沙酮診所內工作，這是一個很好的機會讓我真正了解香港吸毒實況，認識美沙酮治療計劃輔導服務的工作，以及接觸生活在香港的尼泊爾裔吸毒者。我很驚訝原來尼泊爾裔吸毒者的人數相當多。從我觀察，大部份尼泊爾裔吸毒者的年齡屬 50 歲以下，而當中有不少吸毒者都是年輕人。

在計劃中，社工定期會為美沙酮診所內尼泊爾服藥人士，舉辦的不同康樂活動、健康教育講座、語文訓練及文化交流等活動，我均從旁協助。在這期間，我與一班尼泊爾服藥人士有著緊密的接

觸，因著大家都是同鄉，他們會毫無顧慮的說出他們的憂慮及感受，也很樂意分享他們吸毒經驗，以及吸毒原因，如缺乏健康教育、受朋輩影響、文化習俗、沒有正常工作、語文能力及教育程度偏低、缺乏家庭支援等。而更甚者是他們在社會上背負著「吸毒者」這個污名的遭遇和不愉快經歷。

我最深刻的是接觸到一位 20 歲尼泊爾吸年青人，他經常稱呼我為「Di Di」(尼泊爾語意指大姐姐)，他是一個很活躍及喜歡助人的男孩子，他告訴我早在尼泊爾已跟朋友一起吸毒。來港之後因未能適應生活，便開始回憶起過往在尼泊爾吸毒的片段，結果他開始四出尋找毒品。最後，他認識了有吸毒習慣的尼泊爾朋友，再次沾上毒癮。而每當他想停止吸毒的時候，他發覺自己已被毒品控制，難以戒除。慶幸，現在他已踏出戒毒的第一步，選擇在油麻地美沙酮診所接受治療，及社工的輔導服務。





Ms. Tika Rana

Tika Rana 現為香港中文大學研究助理，
並在香港理工大學修讀碩士課程

透過參與這計劃，我有很深感受，我們可以為尼泊爾裔吸毒人士做什麼？事實上，此計劃可以給予他們支援及鼓勵，締造一個合宜的環境，使他們能夠重新開始，並且有尊嚴地生活。我希望他們能相信自己是有戒除毒癮的能力，盡力擺脫毒品的誘惑，認清毒品對身心所造成的禍害。



慶祝新年



聖誕聯歡

最後藉著這個機會，我想多謝香港戒毒會一直致力為少數族裔吸毒人士及其家人提供服務，我感到很榮幸能參與此工作，多謝各位社工及團隊們的努力，為一班尼泊爾有需要人士及其家人提供服務，改善他們的生活。



語文訓練：中文班

努力為未來

उज्जवल भविष्यको लागि प्रयास

我本身是一位教育工作者，多年來在香港不同學校內教導少數族裔的學生。最初，有一位尼泊爾裔女義工向我介紹香港戒毒會的服務，當我知道有很多尼泊爾年青人染上毒癮時，我真是感到非常難過和傷心。透過這位尼泊爾裔女義工，我認識到香港戒毒會，該會一直盡心盡力協助有吸毒習慣人士戒除毒癮，讓他們重返正途，更為一班被社會邊緣

化的組群帶來新的生活，其工作實在令我感動，因此，我對香港戒毒會留下非常深刻的印象。因緣巧合，其後我參與了香港戒毒會的工作，一起協助染上毒癮的青年。

我開始多聽了有吸毒習慣的尼泊爾裔人士分享的故事，他們因為吸毒或者犯了事，感到被社會、甚至家人都當他們不像人般的對待。事實上，他們從一開始

社區義工



Mr. Chura
Bahadur Thapa

Saptahik Sandesh Nepali Radio (RTHK),
HK Nepali Channel 主持人，
香港大學教育系博士生

吸毒，也會想過擺脫毒品，但正因他們感到被歧視及沒有支援，最終無法戒掉吸毒行為。

我為他們染上毒癮感到可惜，但我認為他們是可以為自己的未來做得更好。

或許，社會將他們定為反社會份子，這更證明他們是需要完善的戒毒治療才可改變。我相信如果我們能夠有適切的戒毒治療，他們是會較易脫離毒癮。我希望有吸毒習慣的人士，能學習抵抗各種不同的誘惑，如果你遇上問題或困難，以及受到不公平對待或被社會標籤，更需要學習抵抗這些社會定型及標籤，努力為你的生活及未來打拼。

正是這樣，我認為香港戒毒會的工作真是不可或缺的。



總幹事譚紫輝（右二）和 CHURA（左一）

Nepalese Together



香港戒毒會美沙酮治療計劃輔導服務

Nepalese Together

(尼泊爾小組)

美沙酮治療計劃輔導服務 Nepalese Together (尼泊爾小組) 自 2005 年開始成立，一直為尼泊爾美沙酮服藥人士提供小組輔導服務。近年，本會專注發展不同活動，除期望釐清他們對美沙酮治療的謬誤，鼓勵他們穩定服藥，以及提供預防愛滋病資訊外，也希望為他們發展正常康樂活動，重投正常生活。

小組活動是逢星期二晚上在油麻地美沙酮診所舉行，活動包括 Carromboard (尼泊爾傳統遊戲) 和康樂棋等。本會也會在診所附近的空地，或附近的社區中心進行活動，例如：樂隊訓練、桌球、籃球活動等；以吸引更多尼泊爾裔服藥人士參加。在每月最後的星期二晚上也會舉行特別活動，如農曆新年時，舉行新年派對，與他們一同製作農曆新年的傳統手工藝品，讓他們認識香港的節日文化；而每年四月亦慶祝尼泊爾新年，更預備了不少尼泊爾小食，讓大家一齊分享等，以助了解彼此的文化。

本會也成立了尼泊爾義工小組，透過尼泊爾康復人士協助有需要的同鄉。所以，義工組會定期到訪美沙酮診所，認識尼泊爾美沙酮服藥人士，以及宣傳不同戒毒治療和康復服務資訊，藉此協助他們。

近期，透過每月主題的活動，本會向尼泊爾服藥人士提供更多有關社會資源，醫療服務，公共交通等實用性的資訊，以協助他們使用公共服務，促進融入社區。

NepaleSe Group



香港戒毒會 善後輔導服務：少數族裔小組

石鼓洲康復院一直致力為男性吸毒人士提供多元化的戒毒及康復服務，近年來更多了尼泊爾裔人士申請有關服務。本會十分關注這些少數族裔人士在香港處理吸毒品問題的需要，為協助他們完成本會的戒毒及康復療程後，透過善後輔導及支援服務，繼續鞏固操守。在 2015 年 10 月開始，本會於轄下北九龍社會服務中心，首先為一班離院的尼泊爾裔戒毒康復人士舉辦了一系列的「尼泊爾小組之夜」活動，鼓勵他們參與中心活動，加強對毒品說「不」的能力，及了解社區資訊，重新融入社會。活動包括「音樂交流之夜」、「攝影之夜」、「聖誕 Party」、「遊戲活動」及「義工探訪」等，均深受組員歡迎。

近期，更有越南裔的戒毒康復人士加入，小組亦正式命名為「少數族裔小組」，在每月最後一個星期三聚會，本會期望服務可伸展至不同少數族裔人士，為他們提供更全面的禁毒及戒毒康復治療。

NepaleSe
Group



We
CARE



活出新天地

香港戒毒會： 全方位戒毒康復策略

本會採用多元及關懷態度服務非華裔戒毒人士，尊重及接納不同文化信仰；以醫護及專業社工團隊，為他們提供戒毒治療康復機會；以提升自信及能力訓練，幫助他們融入社會；為他們帶來希望，返回健康有意義的人生。

We C.A.R.E.

C : Cultural diversity 尊重多元文化

A : Acceptance & Care 接納與關懷

R : Resilience 回復生命力

E : Evolving hope & Meaningfulness 帶來希望及意義



18 日外展訓練計劃

非華裔人士 戒毒治療康復服務

外展服務



社區外展工作



非華裔同輩輔導



社工為非華裔康復員而設輔導小組



醫護照顧

醫護，社工及
非華裔同輩輔導



舉辦課程及訓練 參與各項公開比賽

1. 雷利衛徑長征
2. 指水一戰
3. 公益金會德豐百萬泳
4. 樂施毅行者
5. 音樂培訓班
6. 奶茶沖調職業培訓課程
7. 泰拳健身教練證書課程
8. 基礎中文班語書課程
9. 18日外展訓練計劃
10. 石鼓洲職業技能訓練課程證書頒發典禮
11. 犬隻訓練員課程
12. 飛躍足球訓練班



尼泊爾樂隊訓練



善後輔導



尼泊爾樂隊街頭表演



慶祝尼泊爾新年



少數族裔小組





中秋關懷行動



西九龍種族共融無毒滅罪嘉年華



全方位協助尼泊爾吸食者計劃

關懷社區 融入社群



喜慶成長晚會



維港星 Sing 音樂會 - 滅罪禁毒
助更新 @ 油尖旺



03

第三部

無毒共融、美好社區

超過半世紀為受吸菸問題困擾人士及家庭，
提供優質服務，讓香港成為一個健康無毒的城市。

前線員工分享

我想說……

毒品的禍害，殃及全人類，因此，康復與治療是無分國界，無分種族，無分信仰的。石鼓洲康復院乃國籍、種族、信仰兼容的機構，我很樂意幫助有需要的人士得到重生機會。



石鼓洲康復院
醫務院長
李福基醫生

人生是一個不斷選擇取捨的過程。有些朋友一不留神濫藥，幸好社會仍給他們脫離毒品的機會。無論是甚麼背景、國籍的朋友，我也希望藉著香港戒毒會提供的戒毒及康復服務，幫助他們重回正軌。



區貴雅修女紀念婦女康復中心
醫務院長
劉家業醫生

看到非華裔院友一步步的改變，對我而言毫無疑問是一種鼓舞，也像似一種無聲的叮嚀，叮囑著我要每分每秒察覺別人所需，為他們提供協助與支持。



指導員
劉俊明

不少人以為戒毒只是個人意志問題，但我認為不能忽略環境因素的影響。首先接受對方，遇有生活上的差異，少計較，多包容，尊重和理解其族裔文化，互相關心互相提點（提點並非捉錯），少一分責備多一分笑容，公平公正地處理和化解他們在生活上任何小節上的問題，讓非華裔戒毒者能有安全感地去融入戒毒生活。



高級指導員
俞茂榮

見證著非華裔人士在戒毒路上付出的努力，我深深被打動。其中有昔日的服務對象成了我今天的工作伙伴，更教我的心感欣慰。「戒毒難，堅持操守更難」，SARDA 團隊衷心希望與非華裔戒毒人士同行，支持他們同走前面的路。



註冊社工
李國亮

非華裔戒毒人士要挺過的路實在不易：面對文化差異、語言不同、支持網絡不足等，確實是他們在尋求改變上，要額外面對「不一樣困難」。當每一次看到他們成功，真感到生命就是希望。



註冊社工
葉齊芬

見到好多同鄉因吸毒而失去家庭，居無定所，我好想透過自己在石鼓洲能成功康復的經驗，作為他們的榜樣。所以我決定在石鼓洲內工作，協助他們，尋回自己，尋回家庭，像我一樣。



尼泊爾助理指導員
THAPA

接觸非華裔人士，溝通是一個大挑戰，有時候只能以身體語言配合，雖然在宿舍內大家的飲食文化也不一樣，但是只要互相尊重，互相關心，付出的誠意是可以感受得到的。



中途宿舍助理舍監
甄明亮

我接觸的非華裔舍員多以越南裔為主，他們甚少表達自己，我發覺只要多點主動關心，相處中不難發覺他們性情率真，以及做事拼搏的優點。



中途宿舍助理舍監
馬錫勤

結語

從「有戒無類」專欄，到「有戒無類—為非華裔人士提供全方位戒毒治療康復服務」一書的面世，見證著本會積極實踐「有戒無類」及全人康復之理念，為不同種族、性別、年齡，受毒品困擾人士及其家庭提供服務。

根據本港藥物濫用資料中央檔案室在 2016 年全年的數據，被呈報吸食毒品的非華裔人數已升至 871 人，當中 279 人為尼泊爾裔，202 人為越南裔，餘下 390 人為其他國籍人士；在 2017 年上半年，被呈報吸食毒品的非華裔人數已有 438 人，情況也令人關注。

面對這群非華裔人士的需要，本會石鼓洲康復院聘請兩位全職尼泊爾裔職員專為尼泊爾戒毒人士服務；在院內更開辦了多元化的職業技能訓練課程，包括油漆班、木工班、砌



傳班及展台建造及佈置證書課程等，並參與由建造業議會舉辦的各種認證測試，這些課程均能協助非華裔個案在完成戒毒康復後，提升他們重新投入社會的能力。去年，共有143位非華裔人士入住本會轄下四間戒毒治療及康復中心；在2017上半年，本會已為75位非華裔人士提供戒毒治療及康復服務。截至本年6月，並且有311位非華裔人士接受本會美沙酮治療計劃輔導服務。

本會於2016年下旬推行了一項「滋訊你要知」計劃，此計劃由「紅絲帶動力」愛滋病教育資助計劃的贊助，以外展方式為100位越南裔吸毒人士提供愛滋病預防教育。

為主動向非華裔的青年人提供適切服務，於今年7月起，本會獲禁毒基金資助推行「無毒共融、美好社區」。此計劃以外展服務形式，走進社區為非華裔高危青年等人士，提供預防教育及培養良好興趣的服務，協助非華裔吸毒人士即場登記及轉介至戒毒治療中心，達至共同建立社區抗毒的氣氛。

此外，本會同時在較多少數族裔群集之油麻地區，以香港培康聯會（油麻地）中心為非華裔人士提供各類活動及服務。

面對持續吸毒隱蔽化的形勢，本會將承先啟後，努力與政府和社會各界人士攜手合作，為受吸毒問題困擾人士及家庭，提供支援，促進香港成為一個健康和諧無毒的城市。最後，我為每位在香港戒毒會接受服務的人士打氣，並期望社區各界人士能支持、接納及給予他們機會，讓他們重投社群，貢獻社會，共建健康和諧社會。



香港戒毒會總幹事
譚紫樺 太平紳士

機 構 簡 介

香港戒毒會 (SARDA) 於 1961 年成立，是全港最大型的志願戒毒機構，以醫療及社會心理輔導模式，免費為自願人士提供多元化的戒毒治療及康復服務。

本會轄下有四間戒毒及康復院舍、四間社會服務中心及五間中途宿舍，提供善後輔導及支援服務。而在石鼓洲康復院推行的「新德計劃」則為吸食危害精神毒品的年青成年男士提供全面的治療。此外，本會在衛生署轄下的美沙酮診所提供的輔導服務，致力為不同年齡、性別、宗教和種族人士提供適切的全人康復。

香港戒毒會的服務與時並進，積極回應不斷變化的服務需求，以追求無毒社會。本會積極與政府部門及各持份者攜手推動禁毒預防教育工作。香港戒毒會致力協助受濫藥困擾人士康復，促進他們重新融入社會。本會的貢獻得到社會各界的充分肯定，並曾獲香港精神大使「提名機構」獎、「卓越實踐在社福獎勵計劃十大卓越服務獎」、「觸動社會慈善嘉許大獎」及「同心共融機構獎」等殊榮。

總辦事處	香港灣仔軒尼詩道 15 號溫莎公爵社會服務大廈 3 字樓		
行政部	電話 : 2527 7723	傳真 : 2865 2056	
社會服務部	電話 : 2527 7726	傳真 : 2865 5455	
電郵 : sarda@sarda.org.hk		網站 : www.sarda.org.hk	

SARDA 諮詢熱線	電話	: 2574 3300
友 CHANCE 全方位戒毒治療外展服務	電話及 WhatsApp	: 5264 4716
少數族裔高危青年禁毒預防外展教育	電話及 WhatsApp	: 5547 3501
新德計劃	電話及 WhatsApp	: 9667 9027
賽馬會家社護聯網服務專線	電話及 WhatsApp	: 6994 7009
「非常照顧 · 非常媽媽」懷孕女性住院戒毒康復計劃	電話	: 2574 2311

男性戒毒及康復服務中心	電話
石鼓洲康復院（入院登記）	
- 港島社會服務中心	香港灣仔軒尼詩道 130 號修頓中心 15 字樓 2838 2323
- 東九龍社會服務中心	九龍紅磡馬頭圍道 37-39 號紅磡商業中心 A 座 4 字樓 405 室 2356 2663
- 北九龍社會服務中心	九龍深水埗福華街 45-51 號鴻福大樓 2 字樓 2776 8271
凹頭青少年中心	新界青山公路元朗段 2C 號 2478 7026

女性戒毒及康復服務中心	電話
區貴雅修女紀念婦女康復中心	香港灣仔軒尼詩道 290-294 號德華大廈 13 字樓 2574 2311
成年婦女康復中心	沙田新翠邨新明樓 2-3, 5-8 號地下及 1-8 號 2 字樓 2699 9936

美沙酮治療計劃輔導服務	港島及離島 電話 : 2838 2323	九龍北及新界西 電話 : 2776 8271	九龍東及新界北 電話 : 2356 2663
-------------	-------------------------	---------------------------	---------------------------

Corporate Introduction

The Society for the Aid and Rehabilitation of Drug Abusers (SARDA), established in 1961, is the largest provider of voluntary drug treatment and rehabilitation services in Hong Kong. SARDA adopts medical psycho-social counselling model, with the principal aim of providing free and diversified drug treatment and rehabilitation services to all drug abusers on a voluntary basis.

SARDA comprises four residential drug treatment centres, four social service centres and five halfway houses which provide aftercare and supporting services. Furthermore, "Project SARDA" at Shek Kwu Chau Treatment and Rehabilitation Centre provides comprehensive treatment for young male adults with psychotropic substance abuse. In addition, SARDA joins hands with Department of Health to provide counselling services in all methadone clinics. Using Whole Person Recovery approach, SARDA endeavours to provide treatment and rehabilitation services for all drug abusers regardless of age, sex, religion and race.

SARDA stays ahead in the pursuit of a drug-free society and responds proactively to the changing service demands. SARDA actively collaborates with Government departments and various stakeholders to promote anti-drug preventive education. SARDA endeavours to help drug abusers recover and facilitate their social reintegration. SARDA has gained awards and recognition including "Nominator of Hong Kong Spirit Ambassador", "Top Ten Best Practice Social Services Projects by HK Council of Social Service", "Touching CSR Award of the Association of Distinguished Corporation" and "Partnering Inclusive Organisation".

Head Office	3/F, Duke of Windsor Social Service Building, 15 Hennessy Road, Wanchai, Hong Kong		
Administration Department	Tel : 2527 7723	Fax : 2865 2056	
Social Service Department	Tel : 2527 7726	Fax : 2865 5455	
E-mail : sarda@sarda.org.hk		Website : www.sarda.org.hk	

SARDA Hotline	Tel	: 2574 3300
YOU GOT CHANCE Integrative Holistic Drugs Treatment Outreaching Service	Tel & WhatsApp	: 5264 4716
Reaching Out Drug Prevention and Intervention for High-Risk Non-Chinese Ethnic Youth	Tel & WhatsApp	: 5547 3501
Project SARDA	Tel & WhatsApp	: 9667 9027
Jockey Club Family-Social Protective Network	Tel & WhatsApp	: 6994 7009
"Special Care for the Special Mothers" Residential Detoxification and Rehabilitation Project for Pregnant Women	Tel	: 2574 2311

Male Treatment and Rehabilitation Centre	Tel
Shek Kwu Chau Treatment and Rehabilitation Centre (Intake Service)	
- Hong Kong Social Service Centre	15/F, Southorn Centre, 130 Hennessy Road, Wanchai, Hong Kong
- East Kowloon Social Service Centre	Rm 405, Tower A, Hung Hom Commercial Centre, 37-39 Ma Tau Wai Rd., Kln.
- North Kowloon Social Service Centre	2/F, Hung Fuk House, 45-51 Fuk Wa St., Sham Shui Po, Kln.

Au Tau Youth Centre	2C Castle Peak Road, Yuen Long, N.T.	2478 7026
---------------------	--------------------------------------	-----------

Female Treatment and Rehabilitation Centre	Tel
Sister Aquinas Memorial Women's Treatment Centre	13/F, Tak Wah Mansion, 290-294 Hennessy Road, Wanchai, Hong Kong
Adult Female Rehabilitation Centre	No. 2-3, 5-8, G/F, & No. 1-8, 2/F, Sun Ming House, Sun Chui Estate, Shatin, N.T.

Methadone Treatment Programme Counselling Service	
Hong Kong Island and Outlying Island	Tel: 2838 2323
North Kowloon and West New Territories	Tel: 2776 8271
East Kowloon and North New Territories	Tel: 2356 2663

捐款通知書



香港戒毒會
THE SOCIETY FOR THE AID AND
REHABILITATION OF DRUG ABUSERS

致：香港戒毒會

香港灣仔軒尼詩道 15 號溫莎公爵社會服務大廈 3 字樓

電話：2527 7723 傳真：2865 2056

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：

港幣 HK\$300 元 港幣 HK\$500 元 港幣 HK\$1,000 元

其他金額 (多少無拘)：港幣 HK\$ 元 (請註明)

- 請以銀行劃線支票捐款，抬頭人請寫「香港戒毒會」，連同此通知書直接寄交本會上述地址收。
- 正式收據將會寄回您提供的通訊地址。
- 一年內累積捐款達港幣 100 元或以上可憑收據在香港申請減稅。

注意事項：

香港戒毒會盡力遵守《個人資料（私隱）條例》（條例）中所列載的規定，確保儲存的個人資料準確無誤，及有妥善的儲存方法。為保障資料當事人的利益，本會只收集當事人提供的個人資料作有關捐款事宜、簽發收據及活動報名用途，並只依照上述所說明的用途以及為推廣（見下文）使用該等資料。

香港戒毒會可能運用您的個人資料（包括你的姓名、電話、傳真、電郵及郵寄地址），以便本會日後與您通訊、籌款、作活動 / 培訓課程邀請或收集意見的推廣用途。倘本會未得到您的同意之前，本會不可以使用您的個人資料作推廣之用途。您亦可以要求本會停止使用您的個人資料作上述推廣之用途，費用全免。日後查閱或更新個人資料，請致電 2527 7723。

本人同意香港戒毒會使用我提供的個人資料作上述推廣之用途。

本人不同意香港戒毒會使用我提供的個人資料作上述推廣之用途。

簽署：..... 聯絡電話：.....

姓名：..... 傳真：.....

日期：..... 電郵：.....

通訊地址：.....

謝謝！

DONATION SLIP



香港戒毒會
THE SOCIETY FOR THE AID AND
REHABILITATION OF DRUG ABUSERS

To: The Society for the Aid and Rehabilitation of Drug Abusers (SARDA)
3/F., Duke of Windsor Social Service Building,
15 Hennessy Road, Wanchai, Hong Kong
Tel: 2527 7723 Fax: 2865 2056

I would like to make a donation to SARDA for non-government subvented activities:

- HK\$300 HK\$500 HK\$1,000
 Others (Any amount will help) : HK\$ (please specify)

- Please cross the cheque in favour of the "SARDA" and send it with this slip to the Society.
- An official receipt in acknowledgement of your donation will be sent to your correspondence address.
- Accumulated donations of HK\$100 or above per annum are tax deductible in Hong Kong.

NOTE:

SARDA undertakes to comply with the requirements of the Personal Data (Privacy) Ordinance to ensure that personal data kept are accurate and securely kept. To safeguard interest of our data subject, SARDA collects personal data from you for the purposes of handling donations, issuing receipts, and registration, and will only use your personal data for such purposes and promotion purposes (as defined below).

SARDA may use your personal data (name, telephone number, fax number, email and mailing addresses) for the purposes of providing you with information of SARDA, fundraising appeal, activities invitation as well as for feedback collection and related promotion purposes. However, we cannot use your personal data unless we have received your consent. Upon your request at any time and at no charge, we will cease to use your personal data for promotion purposes. You may contact us at 2527 7723 for enquiry or the updating of your personal data.

- I agree to the proposed use of my personal data for the above-mentioned promotion purposes.
 I object to the proposed use of my personal data for the above-mentioned promotion purposes.

Signature: Contact Tel No:

Name: Fax:

Date: Email:

Correspondence Address:

Thank you!



有戒無類

— 為非華裔人士提供全方位戒毒治療康復服務

出版	香港戒毒會
主編 / 督印	a. 譚紫樺
編委會成員	b. 曹美華 c. 楊旭 d. 張詠詩 e. 葉小冰 f. 張文慧 g. 李靖媛 h. 鄭明輝 i. 余穎妍 j. 廖權昌 k. 覃慧心
設計	傳達傳播有限公司
插畫	野人
出版日期	二零一七年十一月（第一版）
ISBN	978-962-85177-8-7

版權所有 翻印必究



總辦事處：香港灣仔軒尼詩道 15 號溫莎公爵社會服務大廈 3 樓

電話：2527 7723 傳真：2865 2056

電郵：sarda@sarda.org.hk 網址：www.sarda.org.hk

SARDA 諮詢熱線 2574 3300



友CHANCE 全方位戒毒治療外展服務 : 5264 4716

友CHANCE全方位戒毒治療外展服務
YOU GOT CHANCE: Integrative Holistic Drug Treatment Outreaching Service

Tel & WhatsApp : 5264 4716
Email: chance_orteam@sarda.org.hk

(設有專為非華裔人士的服務)
(Specified services for Non-Chinese people)

SARDA 諮詢熱線 | 2574 3300

香港戒毒會 (SARDA) 於1961年成立，致力為不同年齡、性別、宗教和種族人士提供適切的全人康復服務。熱線由專業註冊社工接聽，為受毒品問題困擾的人士及家長提供情緒支援和疏導、吸毒品問題解答及戒毒服務轉介等。

SARDA Hotline | 2574 3300

The Society for the Aid and Rehabilitation of Drug Abusers (SARDA), established in 1961, endeavours to provide treatment and rehabilitation services for all drug abusers regardless of age, sex, religion and race with whole person recovery approach. The Hotline is answered by registered social workers who offer emotional support, respond to inquiries on substance abuse problems and provide drug treatment referral services for the people in need and their parents.



| <http://www.sarda.org.hk>

<http://www.sarda.org.hk>



9 789628 517787