



香港中華基督教青年會

沙田青少年外展社會工作隊

沙鷗 7/2018

香港中華基督教青年會
沙田青少年外展社會工作隊
Chinese YMCA of Hong Kong
Shatin Youth Outreaching Social Work Team

地址：大圍新翠邨新偉樓平台223-226號

電話：2693 5097

傳真：2693 0219

督導：梁錦玲

督印人：岑慧儀

編輯小組：鍾家明、彭靜妮、陳欣靈

封面設計：青蛙

印刷數量：500本

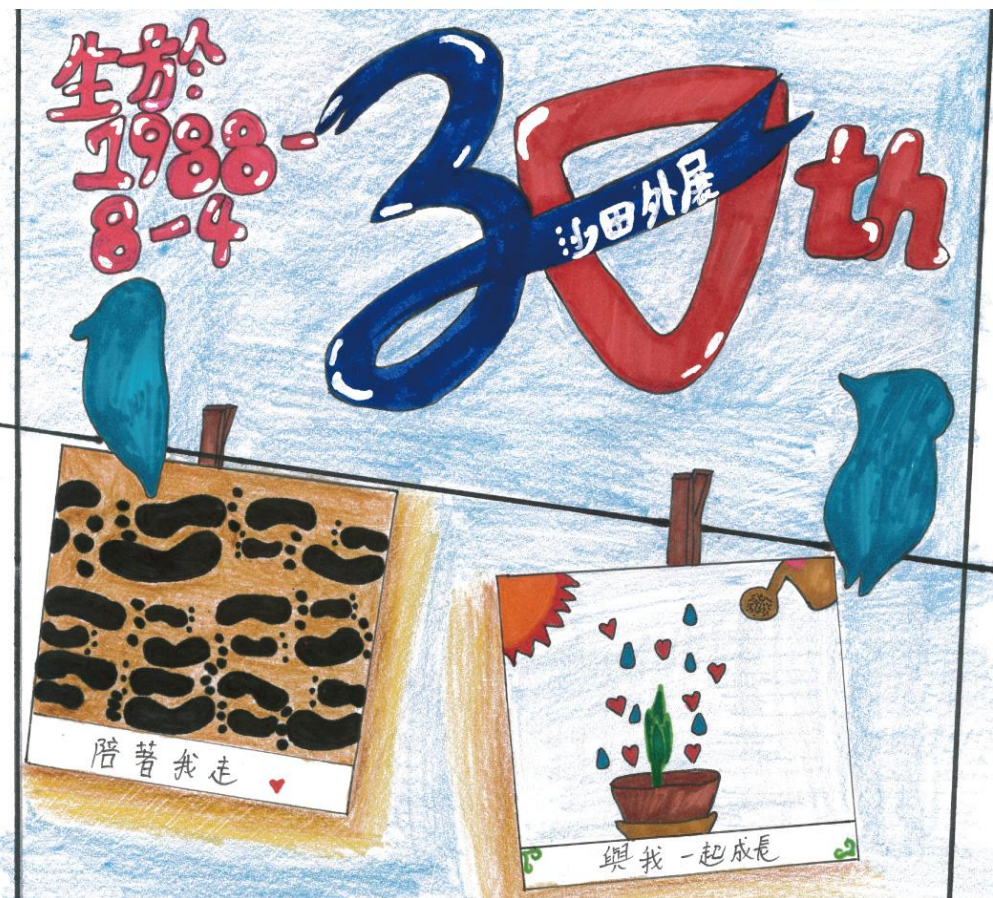
出版日期：7/2018



本隊Facebook



本隊網頁



中心

簡介

使命宣言

香港中華基督教青年會是全球基督教青年會運動的一員，又為一建基香港之基督教服務組織，本著「非以役人，乃役於人」之基督精神，聯合同道，推廣天國，致力倡導及培育青年肩負社會責任、關懷祖國、放眼世界；並通過多元化服務、全人發展、對弱群之承擔及推動從個人至社會修和；努力建設一個文明、有愛心的香港。

引言

本隊抱著「非以役人，乃役於人」的基督精神，誠意為處於危機的青少年提供多元化的優質服務，幫助他們建立積極人生，並致力培育服務對象在德、智、體、群四方面的全人發展，並於生活中付諸實行。

目標

1. 為有需要的青少年在教育、職業、家庭、社群或個人問題上提供指導、輔導及轉介服務；
2. 協助青少年發揮潛能，給予身心全面發展的機會；
3. 預防青少年受到不良的影響

工作手法

1. 個案輔導
透過面談和家訪等，協助青少年處理其在家庭、學業、就業、朋輩與情緒等各方面的困難，並於有需要時，聯絡或轉介其他有關專業人士。
2. 小組工作
由註冊社工主動接觸和介入自然結集的小組和群黨，為對象舉辦小組活動。
3. 社區工作
透過講座、調查研究、展覽、探訪等社區活動，聯同區內組織，讓有關人士關注青少年之問題和需要，協助服務的推展，加強服務成效，為青少年之健康成長，創造更理想的環境。

服務對象

年齡由 6 至 24 歲，經常在公眾場所（如球場、網吧、桌球室、遊戲機中心、快餐店、商場等）流連和聚集，且易受不良環境影響之青少年。

申請及退出使用服務方法

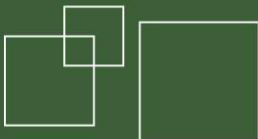
申請使用服務：
由註冊社工主動接觸的 6 至 24 歲青少年可豁免申請；本隊亦接受自我轉介、家長或合法監護人、社區人士或機構轉介。

退出使用服務：
註冊社工接服務對象之情況作出適當評估以終止服務；服務對象亦有權隨時提出申請退出服務。

服務範圍

大圍小隊：
新翠邨、隆亨邨、顯耀邨、顯徑邨、美林邨、美田邨及大圍市中心等

沙田及馬鞍山小隊：
秦石邨、豐盛苑、新田圍邨、禾輦邨、瀝源邨、豐和邨、沙田市中心、沙角邨、乙明邨、博康邨、水泉澳邨、穗禾苑、碩門邨、沙田第一城、愉翠苑、廣源邨、富安花園、錦泰苑、恆安邨、欣安邨、頌安邨等



P.2-3	中心簡介/目錄
P.4	督導的話
P.5	隊長的話
P.6-7	來懷念過去
P.8-10	一傳十、十傳百
P.11-18	主題：沙田外展30周年
P.19-20	人來人往
P.21-25	語重心長
P.26	國際及內地事工部宣傳
P.27	SQS



督導的話

梁錦玲姑娘

時光荏苒，本會沙田青少年外展社會工作隊由4.8.1988至今已服務沙田區青少年卅載。回想這卅載的變化亦好見証了青少年服務的轉化，也見証了不同時代青少年的問題的變化。起初踏入沙田區是一個新市鎮的初階，交通不發達，加上當時學校又缺乏，故以乘交通工具到區外讀書的需求甚殷，家長對子女在區內求學之呼聲不斷！記得那時還有八百伴(今沙田新城市廣場)地下有溜冰場，外展隊便以此為其中一個基點，那時便在此認識了一些個案，開始了一些群黨的輔導工作。沙田當時也是一個以公共屋邨為主的社區，在邨內休憩處和小型足球場便成了青少年活躍流連的地方，而外展隊組群和個案工作也以此為據點，而社團組織也入侵了這些屋邨。記得當時曾發生汽水飲管黨與白手套黨爭奪私人屋苑的銷售排隊爭籌而大打出手，當日更有組群因而被警方追下城門河四散竄去，部份更被繩之於法！自此警方加派人手針對幫派遂減低了社團的爭奪，自此青少年爭奪利益的犯案率也被控制下來。



隨着時日進步，政府在沙田區內大規模增加各項社區設施和服務，又加強區內交通運輸網絡，使沙田區便捷很多，社區私人和公共新屋苑大量落成，又不斷增加中小學數量，邊緣青少年服務需求大增，外展隊便與區內其它服務機構(包括外展隊、夜展和綜隊屬下的外展小隊)一同服務沙田區的青少年，邊緣青少年服務得以擴展。

今天青少年犯罪或涉及有組織的罪行數字已大大減低，但青少年犯罪以濫藥，吸毒問題卻是屢見不鮮，由校園吸毒盛行至青少年在社區內吸毒熾熱，及近期的隱蔽吸毒情況不斷上升均令人感到心痛！除吸毒外，十餘歲的青少年對性態度又日益隨便和開放，反映青少年對愛的渴求，在家裡既不能滿足被愛的需要便在異性中尋找卻帶來更多問題！至於青少年群黨也有不少變化，由昔日結構性的群黨轉化為低齡化非結構性烏合之眾的群黨，他們學習黑社會次文化、動輒便打架或生事，但年紀小只有十三、十四歲未至成熟，只能協助他們及家長經歷警方及法律程序，外展社工不斷陪伴他們成長，推動他們在家人的扶持下改變。這些問題只是眾多問題的冰山一角，反映了政府缺乏對青年發展的政策，而教育制度又僵化，缺乏予青年有多元學習機會和發展，結果製造了一批又一批教育制度下的失敗者，使他們苦無出路，看不到未來；加上樓價高企影響民生，青年人日後在住屋及就業方面均感迷惘和缺乏前景，更惶論要向上流！所以今天要予更多機會予青年人發揮和參與，鼓勵他們發揮創意、追求夢想和實踐理想！

欣喜從成個個案選單中表揚一些個案他們能在逆境中成長，雖然他們沒什麼大志願、大抱負，但能步出逆境找到存在空間和價值，能為自己籌算未來已是一個成就，外展隊的社工願意伴你們同行，聆聽你們縱使是微弱的呼聲，為你們創造適當的成長土壤，你們有一天終能步向康莊！

隊長的話

Shirley姑娘

我在2005年的盛夏開始加入沙田外展的大家庭，在這裡經歷過20周年、25周年、然後離開過幾年、輾轉之下現在又回來了。2018年8月正是沙田外展踏入第30個年頭，百般滋味在心頭，又驚又喜！驚就是地方依舊，但隨著時代的變遷，沙田區都有很多不同的轉變，水泉澳和碩門二期新屋邨的落成，以及沙田外展幾年人事幾翻新。喜就是見到本隊有很多新力軍同工的加入，使本隊的服務越來越年青化及多樣化，有以藝術發展為主題的藝動人生計劃、協助隱青擴闊生活圈子的擴NET工程、為邨內長者提供窩心的義剪和家居維修義工服務，甚至推動我們的年青人將愛心延展到關愛流浪動物的毛孩義工隊等。作為一個外展社工，我最欣慰的就是能見證著身邊的年青人有所成長，而我有幸亦能見證住沙田外展的這十幾年的成長。

還記得我初初做外展社工時，落區最常聽到的一句話說：「關你咩事，你係我邊個呀！你好煩呀！」當時總覺得我只不過想關心人，為何卻被人拒於千里，但我卻沒有放棄做一個外展社工的夢。我也忘記了幾時開始我的臉皮變厚了，每次落區，我繼續鍥而不捨地走到你們面前打招呼，不怕「食檸檬」，我與你們的關係就是在這一片又一片的檸檬上累積起來，漸漸地我也可以在球場上與你們捉膝而談，偶爾仍收到你們一句「你真係好煩呀！」的回禮，這時我會笑著回答你「由你認識我的第一天就知我煩架啦，不過這亦叫做「關心」！」。沒想過我一做就在沙田外展經歷了八年多有笑有淚的日子。

在這八年裡，我在不同的街角遇上你們，感謝你們的信任讓我走進你們的生命裡，讓我分擔你們的喜與悲，縱然我們每個人都有不完美的地方，能有勇氣經歷人生的起起跌跌，哪裡跌倒，哪裡起身，這才是人生最美的地方。我與



幸能見證著你們每一個的成長，如今你們各自都為了自己的夢想而努力，有的去Working Holiday見識這個世界，有的為自己消防員或舞蹈員的夢想努力不懈，有的繼續努力讀書去為自己前路打拼，有的已成家立室、為到自己的家不再吸毒。

今天若你仍然徘徊在十字路口，不要怕，只要相信夢定能飛，高與低、得與失即使無法躲避，你是你本身的傳奇，憑著你志氣會成大器，學會爭氣、未能放棄。我深信我們每一位沙田外展的社工都願意陪你走過人生裡的高山低谷。

在此衷心感謝阿菁、阿軒、胡椒粉、怪獸、靈及Osborn你們真情的分享，讓我們看見人間有情和當中的信望愛。同時亦感謝過去三十年來曾在這裡和現在為年青人真心真意付出過、努力過的同工們，因為你們不放棄的精神照亮了他們，讓他們有勇氣和信心走自己的路。我們一班充滿活力和熱血的沙田外展社會繼續努力，與區內青年人一齊邁向更多個周年！

來懷念過去

毛孩義工隊



同一天空下，你和牠們一樣怕冷怕熱會肚餓會生病，但牠們更怕被遺棄，毛孩和各位青年人一樣，需要關心需要愛，感謝過去8次毛孩義工隊的努力，默默用汗水和

愛心建立他們安身之家，特別鳴謝沙律貓狗之家的協助，讓青年人學習照顧、清潔、餵食、執拾及擴建場地，保護更多的流浪動物，看到天真的毛孩和

青年人相處，其實彼此都一樣，需要愛亦有顆純真的心。(如果你都有興趣加入我們的行列，可與負責社工聯絡)



EMAC 我們這一家

有沒有想過自己可以做暖男，拎起電鑽幫公公婆婆維修？又或是在YM上演美女廚房？過去的一月至三月，我們舉辦了<EMAC我們這一家、新翠>，活動期間一眾年青義工分成兩個團隊，一方面透過學習家居維修方面的技巧，如裝鎖、駁電、運用玻璃膠，再上門為獨居的長者修補補；另一邊廂，另一班義工學習搓麵團、做酥皮，把愛心揉進可口的甜點，再親手送到新翠邨的孩童及長者手中。

雖然大家做的事不盡相同，但不變的是年青人們願意花時間、心血去為他人付出的心，希望下次再有類似的活動，會見到更多的你和妳！

擴NET工程 破網而出

人類一小步，月球一大步，同樣隱蔽青少年服務支援服務計劃中，每位年青人嘗試踏出的一小步，已經是生命改變的一大步，過去半年的時間，我們透過英雄聯盟比賽招募一群沉迷網上遊戲的青年人，把生活各層面重新注入他們的世界當中，有義工服務、興趣體驗、生涯規劃等，讓他們明白到平衡生活的重要性。另外，同時我們也積極支援隱蔽青年及其家人的輔導工作，除了策略性的介入外，耐心及聆聽隱蔽年青人的需要，漸漸把他們與我們擴NET(CONNECT 連結)起來，重投真實世界，另有家長分享會作加油站，讓他們和家人都不再孤單，一起破網而出。

來懷念過去

Cake出愛2018

日期：18/7/2018 - 22/8/2018(逢星期三)
地點：本中心、烏溪沙青年新村、沙田區
內容：甜品班(4堂)、義工服務(4次)
費用：免費!
名額：16人
負責社工：Chu Miss、伍姑娘



全SUM堅舟炎

全身暑假，投奔初夏，幻彩沙灘彷彿我的家~~
 夏日炎炎，最好梗係出海同陽光玩下遊戲啦！我地今次係用獨木舟出海！男仔既可以練下手臂既「老鼠仔」，女仔又可以減下手臂既「bye bye 肉」！除此之外，我地仲會睇下香港既海岸生態仲可以身體力行去清潔海洋添~咁精彩咁有意義既活動，真係無得輸呀！你又點可以錯過呀？名額有限，請用「疾走」既速度去搵你地既負責社工報名啦！

活動日期：7月下旬
活動內容：
 - 了解香港海岸及生態狀況
 - 獨木舟海上遊
 - 認識香港海洋污染問題及政策
 - 觀賞香港海岸面貌及清潔海洋

名額：16人
費用：\$50
負責社工：Wayness Miss、加菲Sir



「問世間情為何物，直教人生死相許」，但有時面對「男朋友唔理你」、「女朋友太煩太痴身」，有時都會想想為什麼戀愛，或者其實自己一個更開心。如果你曾經都面對咁嘅情況，咁依個活動就非常適合你啦。我地會係暑假舉辦一系列嘅戀愛補習班，俾個空間大家傾談兩性相處心得及教授提升拍拖質素嘅技巧，了解戀愛中雙方都有不同的需要，好讓“至情至性”的青年男女“拍得開心、愛得放心”，萬勿錯過!!!
 名額有限，想參加請向負責社工報名啦。

青年暗戀補習社“性教育工作坊”及“戀愛教育兩日一夜營會”

活動日期：7月下旬至8月旬
活動內容：
 - 簡介會
 - 兩日一夜戀愛教育營
 - 避孕套製作工作坊
 - 分享會

名額：15人
費用：\$70
負責社工：釘sir、彭姑娘、多多Miss



今個夏天至Hot嘅活動一定係峽谷挑戰，我地將會一齊行澗、跳潭、緣繩下降，沿途仲會欣賞到隱世絕景！Come on, Yama boys and girls，挑戰自己，成為至型至潮嘅年青人！仲可以考埋一級峽谷挑戰訓練證書！等你！

山系少男少女

活動日期：2018年8月12日(暫定)
名額：12人
費用：\$40
負責社工：Carol Miss、家明Sir、豐Sir

香港中華基督教會
 Chinese YMCA of Hong Kong
 山系少男少女外展社(上水區)
 Mountain Boys' Club (Upper Water)
 (Good Mark Tower)

飲品購買服務

經過大家投票選出3項我最喜愛的飲品，而堂中心可以買到呢3樣飲品喇！如需購買可找本中心職員。飲品如下：

- \$5 維他檸檬茶
- \$5 陽光檸檬茶
- \$5 維他蘋果綠茶

香港中華基督教會
 Chinese YMCA of Hong Kong
 山系少男少女外展社(上水區)
 Mountain Boys' Club (Upper Water)
 (Good Mark Tower)

破網而出-擴NET工程

計劃對象：居住沙田區12至24歲青少年

經常不出戶？
 經常無返屋？
 經常無返屋？
 甚少與人接觸？

本屆社工訂定服務以上情況的青少年，評估需要後作出適切的支持包括：
 探訪、輔導評估、團康人用室、義工服務、運動社區活動、
 我哋俾訓練、專業支援、協助青少年與社會建立正面關係(CONNECT)及與生、
 親朋好友建立關係、提供電話 2493 5097 專線
 區區品結綫、區區區區區、區區區區區、區區區區區

舊

同事心聲

Daphne Yeung

Hi, 我是DAPHNE YEUNG (楊栢英)沙田外展於1988年開始在沙田區投入服務, 而我有幸地由1991至1995年期間參與這個大家庭, 當時的沙田外展隊就似是3至7歲的小孩處於探索期, 可塑性非常高, 發展潛力好大, 想怎樣試都可以。而同工們更是活潑之餘又充滿能量, 合作期間雖時有火花但又能發揮團隊合作精神, 彼此合作無間。

當年除了輔導工作之外, 外展隊更提供了不同類型的活動, 例如招募義工, 幫年青人補習、又有功課輔導班, 足球比賽等, 而當年最深刻既活動就是「超越巔峰」, 我當時與同隊幾位同工合作, 親手一粘一粘地製作每個獨一無異的寶盒, 參加的青年人需完成一系列的活動, 如長者探訪、個人挑戰等, 每一次活動完結後, 我們都會邀請年青人將所學、所感化成為寶物, 放於寶盒內, 每一件物件代表著年青人的正面經驗與成長, 對於當時參與活動的青年人來說, 協助他們在茫茫人生中, 找尋人生方向, 肯定屬於個人重要的特質, 實是有重大意義。活動完結後的嘉許禮, 將一個一個寶盒交到年青人手上時, 我見到的是每個人的成長, 由自覺不被人重視, 迷失的小伙子到開始找到寶貴人生的契機, 我覺得一切已很值得。

猶記得當年其中一名年青人, 他是一名心地善良、孝順的男孩子, 因父早年拋妻棄子, 留下他與母相依為命, 眼看母親辛辛苦苦工作, 但生活仍不足見肘, 心中不期然產生怨恨, 不滿社會的不公平, 經過一段時間的輔導及參與活動後, 我見到這位年青人神奇的改變, 他不再自怨自艾, 而是積極地訓練自己, 用自己的實力去為未來打拼, 他參與功課輔導班, 恆常地做運動, 鍛鍊意志及體能, 終於多年努力後, 他成為了一名警察。作為外展社工, 最令我感到欣慰的時刻就是能見證年青人的成長。他們一個個的眼神都是我所珍貴的回憶。

欣見現任既年輕又充滿朝氣既同事, 願大家繼續努力, 為沙田區青少年發光引路!



Ken



Hi, 我是Ken Sir 陳鑑銘, 於1997加入沙田外展, 當時的外展隊就像一個孩子過渡到成人的脫變階段, 記得那年隨三隊外展隊推行全面優質管理(TQM), 大家透過實踐中探索, 在機構、同工及服務使用者三方面, 成立不同工作小組, 其時以「上下一心」、「顧客為本」和「持續改善」等為口號, 進行服務質素提升的反思和改善。另外在外展介入手法方面, 嘗試引入經驗學習法及歷奇為本的輔導, 以強化認知行為介入的動機改變, 為掌握及營造靈敏性和非常體驗, 同工不斷將理論以不同的處境作嘗試, 從中吸收和反思各項核心成功因素。這個過程為協助日後外展工作手法的多樣性和知識管理奠定基礎。展望外展工作未來的方向, 相信跟資訊科技帶來的虛擬空間有着密切關係, 而發展中的網上青年工作已擴闊外展的領域於虛擬空間, 而沉迷電競和網上賭博、網上欺凌和色情、新型物質濫用和電子煙等將會是更複雜的青少年問題, 需要同工在政策、研究、教育及輔導上作前瞻性的介入。最後祝賀服務能「承先啟後、出類拔萃」。



舊

同事心聲

Joyce

我是在2005年加入沙田外展, 上班第一天, 隊長與我說的第一句話是「你咁早既!」, 然後就開展了在這兒的生活。當年的我剛畢業了一年, 青春、活力且熱血, 不只是形容那時候的我, 也正是我記憶中的沙田外展。



我在工作中很多的第一次都是在外展生涯中發生; 我第一次在中心門外遇上「吹雞」打架; 第一次有個大男孩對住我喊; 第一次帶足球隊、籃球隊、BAND 隊和跳舞隊; 第一次因為個案哭; 第一次看著陪伴一個又一個的他和她走遍醫院、法庭和警署; 工作的每一天就是看著一個又一個的青年人成功、失敗、再成功, 起起跌跌, 看著他們成長的同時, 我自己也在成長。

當年毒品問題在青年人中開始火熱起來, 我和一班同事總是很努力地想在「毒海」中拉出一個又一個青年人。回想過來, 就是感覺好大阻力, 往往總是被毒品搶贏, 偶然有一兩次的勝利, 但是很快又走回頭路。那時候我常常帶着一個疑問「如果他們遇到的是個更有能力的社工, 生命會否不一樣?」隨著年月過去, 我知道這是一個很傻的提問, 也是一個很消極的想法。一個人的改變, 並不是三言兩語可以說得過, 這十年裡我偶然也會遇上當年的青年人, 有成家立室的、有已為人父母的、有達成夢想的……反正, 他們已各有成就。當然仍有一些徘徊在邊緣的, 但無論如何, 我知道也深信每一個也在為自己的生命而努力。

我離開了外展剛好十年, 過去的經歷, 促使我在不同的領域推展很多的服務, 這些動力, 也是當年每一位的青年人共同給我的。祝願相遇過的每一位, 無論當下生活如何, 也請帶著「不放棄」的精神, 一步一步繼續向前走, 或許有時候需要停一停, 甚至退後一步, 就讓自己嘗試用不同的角度和眼光, 重新認識自己的生命, 或許你會發現「出路」不遠。

最後期望沙田外展隊, 在同工的努力下, 繼續在區內與青年人一同成長!

Helen

恭喜!! 一所座落屋村平台之青少年中心, 齊慶祝三十歲生日, 經歷不同挑戰仍屹立不倒, 提供創新又多元化服務及活動, 成為青年人的聚腳點。

回顧過往一點一滴, 沙田外展確實有賴一班愛心爆棚社工們, 對青年人不離不棄, 最終都能苦盡甘來, 甜在心頭, 值得一讚。

在這個大家庭裡, 讓我遇上一班與眾不同的人, 有風趣幽默沒架子的, 盡責力求盡善盡美, 勤奮且最愛小動物, 笑哈哈兼亂中尋寶, 有膽識及語重心長, 運動健將及專寫英文, 身兼重任沒難度, 笑容甜美且勇於接受挑戰, 好動跳舞及堅毅不屈, 還有直率及人靚聲甜。。。大家能有緣相識, 最難忘莫過於生日定必齊齊慶祝一番。

服務沙田三十載, 造福更多青年人, 與你齊來共成長, 溫情洋溢頌歡欣!



舊

同事心聲

細佬Sir

我於2008-2015年期間出現的細佬Sir，在這裡經歷的甚多，太多太多歡笑記憶，太多太多感人進迫，感激於這段時間出現的每個人，每個人的出現總有特定的意義，我深信無論我走到哪裡，哪都是我該走的地方，走自己屬於自己的一條路。

沙田外展服務發展漸趨多元國際化，服務新穎及切合社會議題，能提供不同的新體驗給青少年嘗試及經歷。

過去於沙田外展的日子，經歷了我該經歷的人和事，是我成長中的一段不可或缺的重要回憶，這些記憶我會永遠都停留在我心裡，閒時讓我可以想起懷緬一番。最深刻係外展25週年慶祝活動，籌備這個活動時，與同工互相協助及支持，同心合力，分工合作，互相補位與，一起經歷起伏，一起面對挑戰。

我期望沙田外展繼續為區內青少年發揮他們的無限潛能，提供不同類型的發展機會，積極關注及回應青少年之問題和需要，讓青少年創造一個屬於自己理想的新世代。



Jacky

在我工作期間的難忘回憶有好多，而其中令我難忘的工作係沙田外展同一班外展青少年一齊合作演一齣關於戒毒的舞臺劇，當中有不同的辛苦和困難，過程中有看見青少年為了舞臺劇而不斷努力，所以到演出嘞一刻，見到青少年可以成功完滿地演出整套舞臺劇，當時真係非常開心同有滿足感。

我好開心有機會可以係沙田外展工作，初初入職的時候，當時我係一個對好多事物都唔識的一位青年，但在沙田外展工作我可以學到平時自己好少接觸的事物，‘例如協助外展同事出外帶活動，學識整不同款式的蛋糕等等，仲有好多好多。最令我慶幸係認識到一班對我好的一班外展同事，好開心同佢地一齊工作一齊相處。^^

我盼望沙田外展繼續邁向更多個週年，繼續幫助不同的青少年成長。

舊

個案心聲



菁

我是中一(13歲)開始認識彭姑娘，當時佢成日同我班FD一齊，不停陪佢傾計，開頭我覺得呢個人好古怪，點解成日都跟住佢地，直到一次佢主動同我講野問我點解唔返學點解唔返屋企，我覺得關你咩事ar，但不停ge追問我真心覺得好煩，就走走。

原來彭姑娘早早就識我媽咪，仲好關心佢，我開始發現佢係好好心地，之後我都唔再覺得佢好煩，會主動搵佢傾計，好多時佢都陪我地，叫我都做人正面D。

我最難忘有一次我病左，ar媽/家姐/ar爸都唔係屋企，我燒到郁唔到屋企無野食，彭姑娘佢大住個肚拎住壹壺瑤柱白粥上我屋企比我，我真係好感動，一個無親無故ge人咁對我，重點係佢大住個肚六/七個月大。

我要好多謝彭姑娘，不停叫我自我增值，叫我去上展翅課程，之前一直只想學美甲但佢話而家有個化妝+指甲，我話唔學AR，又要咁早起，我又收得夜，但彭姑娘又要我上堂，佢就日日打俾我叫我起身，又要俾我鬧仲要堅持打俾我，最終我都係起身去上堂，係呢一次學習中我識到我人生中最愛既興趣，竟然係我覺得最唔會鍾意ge化妝，我上左第一堂之後已經鍾意左，仲認識了我的老師Bernie，就因為我有上堂，所以認識到現在既老師，就算讀完課程，老師都會帶我去工作有我從零到現在可以自己接化妝工作，我都好感恩當日彭姑娘ge堅持令我認識到我的興趣改寫我的人生，我由20歲到現在29歲仍然很熱愛我的化妝事業，參加了YMCA的活動改寫了我的一切。

最後好希望現在的青少年，只要動心聆聽別人的意見，可以改寫你一生，只要努力一定做到。

舊

個案心聲

阿軒

我2005年中一嘅時候，大概十三四歲，接觸ymca沙田外展，第一個接觸既係岑Miss。

係我最深刻嘅回憶裏面，就係我記得我有一次認為自己戒咗毒但係又再食番！當時我仍然同人自己講係我玩但唔係佢玩我！我將自己辛苦重新建立既野一次過摧毀晒！令我屋企人、我身邊嘅人、甚至連我自己都對自己徹底失望！但憑住社工岑Miss...我身邊嘅人！我又再一次浪子回頭

我現在會為自己嘅過失和浪費左嘅時間拼搏，結咗婚一段日子...為嘅已經唔再係自己，為太太同家人努力奮鬥當中！希望可以追番所錯失嘅光陰啦

我盼望我可以繼續協助沙田外展幫助更加多邊緣青少年，就好似當初帶住我咁帶住其他年輕人慢慢改變。

胡椒粉

我記得我11歲左右就開始接觸YMCA嘅社工，認識第一位姑娘係彭姑娘，後來14-15歲左右去咗美林玩，之後就轉左跟Chu Miss啦！

我仲好記得開頭細個咩野都唔識，一心就係玩，做咩野都係貪玩嘅心態，當時我初初認識Chu Miss，但當時好「林善」嫁！成日都比我地蝦嘅，哈哈！不過佢從來都有真正艷過我地，佢係我人生出現我覺得自己好好彩嫁！因為一直以來都好似冇人明我咁，但係一個同行者，見證住我人生裡面發生大大小小嘅事，佢都一路陪伴住我！我好想多謝Chu Miss好耐，但直頭係我救命恩人一樣，佢係我人生低谷時候拉番我上黎，佢一直係我身邊支持我，鼓勵我。佢影響我最深嘅係：我曾經去到一個自我放棄嘅地步，佢都從來冇放棄過我，一直都係我身邊支持我，就係佢嗰份耐性同唔放棄嘅精神感染到我，我都開始去改變，因為我唔想再行番以前條舊路。

我現在有自己的家庭，結了婚，生了小朋友，生活過得很幸福。感恩有Chu Miss的出現，佢就好似我最親嘅人一樣，希望我地嘅關係可以長存。

舊

個案心聲

怪獸 <十年>



十年前，我在美林邨認識Chu Miss，她是一個外展社工，當時我覺得多一個人可以傾計，所以便跟了她！我記得十年前的我經常逃學，不喜歡回家，與母親關係極差，經常在街頭飲酒聊天。

Chu Miss 曾經介紹我跳舞，當時我心野，經常缺席，後來我更退了學，因找不到別的學校而無所事事，越變越曳，在壞朋友的影響下開始吸毒。當年Chu Miss 介紹我參加一個改變我人生的活動：四川交流團做義工，因為四川是我的家鄉，所以我對此地方更有親切感。在做義工的過程看到當地小朋友好慘，但自己在香港卻身在福中不知福，經常吸毒實在太頹廢，我反問自己為何要過這種生活。返到香港後，我決心不再找以前的吸毒朋友，換了電話，決心戒毒。

Chu Miss 在這些年幫我解決過很多問題，改善我與家人的關係，引導我反思，令我學懂多角度思考，她又介紹我參加很多活動，令我生活十分充實，沒有時間再想起毒品。我慶幸自己有過往經歷，因為我多了人生閱歷，知道有什麼應該做，有什麼不應該做，但同時我都後悔沒有好好讀書。

我現在有穩定工作，找到自己的興趣：旋鏢，亦有參加跳舞課程，希望我的人生可以繼續充實。

靈

第一個接觸既係伍姑娘，第一次見咪喼乙明村OK便利店對開D座位，嗰時班死仔啄度賭錢，你就行埋來啦，傾傾下咪識囉，跟住咪比你抄咗牌囉！

我坐監時，你有keep住嚟探我，都無斷過，同埋之後2次話劇，微電影，你都好支持我，得著係你令我知道原來我未輸得晒，我就可以有路行，雖然我既執著都仲有，但我覺得你已經幫咗我好多架啦，多謝你！

依家有份正職返，我會盡力撐落去，係你令我開始接觸正行！未有咩目標，不過應該好快有，因為都唔細啦，好想有D諗法。

其實我個人比較自私，尤其是經歷咁多，都有咩可以分享，你地係好人嚟，希望你地幫多d邊緣少年啦！



舊

個案心聲

Osborn

「噢？你好嘍，你叫甚麼名字啊？」這是當時我和一群朋友到YMCA中心的時候，一位看起來十分友善的社工對我說的，還處於反叛期的我，身子矮小得像個矮人國的國民，頂著一個掩了右邊眼睛長流海，留了個雞尾似的髮尾，用沒被掩蓋的另一隻眼睛看著這位社工，用一個不屑的笑容，回了她「我叫Mini Boy」。

我從來對社工都不抱任何好的印象，每次見到社工都覺得只是一群會走路的虛擬人物，對白、行為舉止都是社福界早就設定好了的，為了「跑數」，我只是數字的填充物，所以從來不認為有甚麼好認識的，在混混惡惡的一段日子中，還是會見到那位十分善良的社工，有時閒話家常，有時被邀請參加一此活動，我都只是敷衍兩句便罷了。

一年多吧，我不幸碰釘子，不在社會中生活，再回到社會時，被朋友邀請到中心加入一支樂隊，於是每個星期都要到中心去練習貝司，常常都會和那位社工碰面，慢慢說話也多了，雖然如此，也只不過把她當作如街上碰到的朋友，打個招呼，又繼續自己的生活的步伐。後來中心舉辦了一個到蒙古和北京當義工的活動，我參與了，而該次的負責人正是她，也好的，大家也算是對彼此有所認識，也不會因聊不來而有所不歡，過了一系列的培訓和簡介後，接著出發到蒙古。

在一天晚上的會議中，我在把玩著遊戲機，她在眾多的團員面前訓斥我不專心討論，我攔不下面子，和她吵了起來，回房時，團員都勸我向她道歉，我脾氣倔強，不肯認錯，還說回到香港後大家只不過是過客而已，想不到這麼一句話令她哭了，自知過份的我在大家都回了房時，我才在她的房間外的小巷請了她出來。

面對面時，對不起三字我卻怎麼也說不出口，她卻友善的笑容著向我解釋為何要訓斥我，語氣還是如我當初認識她一樣，友善，溫柔，我不知為何向她道出了我的過去和家庭，以此解釋我的性格和脾氣的古怪，她便一直靜靜地聽著，我還記得當大漠的晚上冷得如被扔進冰箱冷藏櫃似的，但她還是靜靜地聽著，在那夜之後的早上，我留意到她手上拿了一杯熱茶和口袋裏有用過的紙巾，塞得滿滿的。

回到香港後，我每個月都會約她一日，在中心的會談室中，脫下表皮，分享我的點滴，慢慢地，我接受了她，接受這位社工，對我來說，她更像一位傳教士，一個生命的傳教士，在不同的人中，陪伴著他們成長，我雖然不曾去了解她的生活，她的生命，可是她的行為已經告訴我，她是一個很偉大的人。

現在她已經離開了中心，在新的地方用她的生命影響生命，最後一次在中心見面時，我由當初的迷你男，搖身一變，變成了一個在一所以藝術為主的學校中學習，每天想著如何能創作出佳品的人，而她給了我一封信，在回家的路上看了後，失色的回憶又如電影的畫面，一個又一個鏡頭在我腦中浮現，傷感和感慨混合起來，從眼角跳落到地上。

關懷和支持躲在信內的每字每句中，「Mini Boy，雖然你已改名叫作Osborn，但我還是覺得Mini Boy這個名字比較有親切感，每個名字都代表著過去的影子.....」這是信的開場白，也是最令人傷感的開場白，這個對我十分了解的人是要離開了，我們因為淚水建立關係，最後也是以淚水分別，過去的餘溫留在我們會面的房間，在每個開門和關門，從門口逃去無蹤。



「是麼？挺有趣的的名字嘍，我是這裡的職員，徐詩雅，可以叫我徐Miss。」



「藝動人生」計劃

藝術都在我們的生活之中，如圖片、音樂、舞蹈等等，跟我們息息相關。本隊於未來三年會舉行「藝動人生」計劃，讓年青人作藝術初探嘗試，包括話劇、手作、攝影等最後會選取編作劇場與一人一故劇場，讓年青人探索及認識自己更多，歡迎各年青人參加。

新增遊戲機

現在青年人玩意五花八門，如流行的電視或掌上遊戲，本隊也於今年新增PS4/Switch可供租借，在中心跳舞房使用，詳情請向負責社工查詢，一起來享受刺激好玩的娛樂活動吧！玩樂也不忘休息，尊重身邊的神/豬/對手/隊友，愛惜中心每一種設施物品，這裡都是大家共享的地方。

沙田外展與大家在沙田區走過了第30個年頭，當中經歷不同的挑戰及發展。人、事、物也許在變遷，但大家的共同回憶依舊在各人的心底裏，精神仍然長存在這裡。外展隊會繼續以真誠的態度，回應社區及年青人的需要。



釘sir

Hello大家好，我係剛入職嘅社工Dennis，人稱釘sir。我本身係籃球教練出身，特別鍾情在球場與青少年切磋球技，如果你係沙田區球場見到我，不妨一齊打打波，傾下計，交流下心得；如果你喜歡戶外活動，遊山玩水，咁我哋一定要一齊走返轉，經歷下炎夏上三尖、寒冬去露營嘅滋味，挑戰下自己的能力。期待與你們一起漫步人生路，讓青春不能遺憾。



Shirley

大家好，我係新隊長Shirley。好開心又回來沙田外展這個大家庭！期望未來的日子能夠與大家傾下計，聽下大家尋夢的故事。



Yan |

好開心係呢段日子認識到唔少好同事，佢地對服務都好有熱誠又為人隨和，希望各位年青人係佢地協助及正面影響下，可讓各自生命繼續發光發亮，為自己寫下更美好的故事



Miss |

感激我遇見

我常鼓勵您們勇敢踏出安舒區
在29+1之年 我要鼓勵我自己了
鼓起勇氣離開熟悉的環境
尋找新挑戰 Be a better me.
縱使充滿不捨 還望您們支持
亦盼望迷茫的您們知道
我們其實一樣 一樣軟弱但一樣努力為生命奮鬥。

決定別離的一刻開始 不斷憶起舊日片段
如果要為外展寫上一個形容詞 那是浪漫
您們給了我太多
陪伴您們上court 去警署 去醫院 去探監...
不會忘記 在夜下 在陽光照耀下 在面談室裡盛載過多少讓人扎心的故事
然後
走到最後的這一個月
從前屈我請食飯的 現在自動掏腰包請我食飯
從前放飛機遲到有影的 現在都乖乖應約
懂得感恩的孩子 願更多人見到您的良善

走到這裡 願我們一起經歷的 都化成種子 在您內心發芽 擁抱著我們曾經一起發掘過的信念 帶自己走更遠的路

來日再遇 願您安好 喜歡自己 活得快樂

#在地平線上也有我為你打氣

語重心長 ...



Chu Miss

Start group: 願我們的愛繼續傳遞到世界的盡頭!

肥旭、咸魚: 大步攬過, 機會唔係成日都有架, 要好好珍惜喇!

YoYo: 經一事長一智, 知道你是個聰明的女孩, 行返條舒服的路吧!

Sam: 有時候付出與收穫可能不成正比, 其實過程也是一種學習, 我們可以經一事長一智, 下次就會做得更好! 記得好好愛惜自己, 陪你走過黑暗, 抬頭吧就是晨曦!

YoYo: 路係人行出來嘅, 既然踏上人生另一旅途, 就要好好努力, 讓自己無悔地盡力做一次, 支持你!!

細彤: 機會係留俾有準備嘅人! 有充足預備都係成功嘅關鍵之一, 今次錯過咗唔緊要, 下次記得抓緊啦!

慧伶: 多謝你對我嘅信任, 願意同我一齊走出安舒區, 探索自己更多可能性, 精彩嘅人生等緊我地一齊去發掘喔!!

伍姑娘



釘 Sir



天驕：成長就是要學懂為自己選擇，然後堅持自己的決定，努力奔走。我相信你能做到的，俾D勇氣自己，你可以的，我會支持你！

汶滔：係時候發揮你的文韜武略，唔好再訓啦！其實你幾醒目，只要你願意嘗試，一定會搵到屬於自己的地方。我最喜歡看到的就是你在球場認真專注的態度同不服輸的鬥心！

靚仔進：人生是一場經歷的過程，總會面對非自己所願的人和事，有時的確會無奈與氣憤。不論你最後選擇離開中學或是有何打算，依場人生的比賽我一定會陪你打落去！

Jacky, Rocky：仔寶兄弟，球場是我們友誼的見證，是你們奮戰成長的地方，不論做任何事，堅持與努力都非常重要的，來為自己訂立目標志向，追逐自己人生的冠軍，我會為你們打氣加油的！

青檸：知道你最近都忙於排球訓練，有時甚至練到好夜。好欣賞你呢份毅力，亦令我諗起當年我為咗讀書每日由學校來回屋企要五個鐘既回憶。最後我行完個條路啦，亦因為咁而來到呢到遇上你。我相信你都會行到，而我亦會陪你一齊行！最後，唔同崗位既人會有唔同既體會，加油呀執波仔，你得架！

迦熙：當日見到你對手，真係又心疼但又覺得好安慰。雖然「夢想這條路踏上了，跪著也要走完。」，但係亦要好好照顧自己身體，特別係你雙手。你知我會支持你架，未來髮型師！

Apple阿琪：知道你地一直以來有好多唔同既經歷，每段經歷都刻骨銘心、好不容易，亦有曾經想放棄既念頭。但人生好似你地當日去到狗場門口咁，雖然好熱好辛苦，但你地都選擇繼續留低。「堅持到底，實有野睇！」，唔知你地睇到咩，但我睇到既係一份勇氣和堅持。撐你地呀！！

欣欣：你比其他人更明白用心去認識別人的重要性，希望你給予自己及世界多一點信心，因為你值得被欣賞而這個世界亦有很多像你一樣會用心去認識別人的人，包括我！

小雲：知道你內心有好多「不安」，但我唔想逼你或者俾到壓力你，只係想同你講：「我願意陪你去找答案」。我等你！



Way Miss

加菲



番簡：唔好再留O係屋企做廢青，還記得當天暑假遊學回來的你嗎？好好計劃一下自己，我想再看到展翅高飛的你，又唔係又發霉又頹的你？俾D信心自己，諗唔通就搵我啦！

軍賢：感謝你的信任，其實我好明白留在安舒區（屋企或打機狀態）係好爽，亦係好安全，但你都知呢個狀態係唔可以一世，而且好開心見到你慢慢願意踏出你的第一步，放心，未來我一定會陪你走落去！

世哲：我真係恭喜你啊！考到咖啡證書課程，如果有機會都想試O下你手勢，搵日同你慶祝O下先。照顧O下身體啦，有時見你瘦到營養不良咁，乖啦，早D休息，唔好咁多夜生活，！

PAUL LING：本身有好多說話想講，但想到唔想增加你的壓力，你知道我看到之前崩潰的你，我有多難過嗎？有時當我們以為個天雲密布，其實太陽一直都在，只是我們飛得不夠高，你累了可以休息，卻不可以永遠停留，逃避幫唔到你，你想飛我們願意承接你！

Carol Miss

阿欣：遇到困難唔好氣餒，我相信總有辦法去面對，緊記要好好照顧自己狀況，才可以追尋更美好的目標，建立屬於自己的生活，愛己愛人，快樂就係咁簡單！

高佬：「自古成功在嘗試」，經過不斷的嘗試和堅持，相信你可以尋找合適自己的路，一條可以走很遠的路，加油！

洋洋：唔好俾日後嘅你埋怨今日嘅自己，好好規劃下生活，你可以有無限嘅潛能與發展！

彭Dog：經一事，長一智，要知道一時錯失都可以有深遠的影響。但欣賞你即使面對眼前的難關，都沒有放棄自己，仍會努力做好本份！記住身邊有不少人支持你，加油呀！

哈密瓜：所有嘅經歷都會令你成長，做最真實、最自信的你，你就是你最好的後盾，相信前面將有更美好的事物等待著你！

大瀟：人生中總會遇上後悔的時候，後悔到心在淌血，別忘愛你的人都只想你快樂、平安，都會與你常在，希望你能放下、釋然，不要活在遺憾中。



JENNY

愉：現在的工作真的很具挑戰性，又多又煩瑣，需要很大的力氣和專注力，今天的你一直在努力中，過程中雖有不如意的地方，學懂了，就會了，記住每天都在進步中。

求：休息是為了走更遠的路，勿忘記身邊有人默默地支持你。

可怡：跳出安舒區需要很大勇氣和努力，但要改變就要有行動，你是可以的。

D.E.E義工組：很開心見到你們又聚在一起，長大了，人生去到另一階段，彼此各有各忙，有的為理想打拼，有的為生活而戰，但無論如何，在你們精彩的人生中，都想同你們一起分享當中喜與悲，感謝你們願意到來，抽空為社會服務。

傻豹、五尺：知你們都是重情的人，徐MISS的離職或令你們很不安，人生短短幾十年，總要遇上幾個令你掛念的人，但記住家人還在你身邊。



家明sir



陳陳，輝輝：遇到人生中一個大挑戰，不要放棄自己，換個角度看看，有家人支持，陪伴你們走下去，過去既有的選擇並不代表支配將來的一切，你們可以重新出發，試試讓自己掌握自己的人生吧！

嵐：過去可能有嘗試過很多不同興趣，我見到的，並由你自我肯定的，飛鏢是你現在的寄託，欣賞你對這運動的堅持及付出，祝福你在飛鏢的路程上振翅高飛！

喬，龍：人生路上很多選擇，這期間，你們也許選擇了斷捨離：斷絕不需要的東西；捨去多餘的事物；脫離對物品的執着。對吧，放開雙手，拋下負擔，才讓自己擁抱未來，飛得更高。

細細蕙，皓皓，禧：兩日一夜的塔門露營，是青春的回憶，是成長的歷練，是友誼的見證。繼續互相鼓勵，扶持大家，下一個挑戰等待你們唷！

豐 Sir

Leo Lai：當我進到社會裡工作，遇到很多困難和挑戰，第一份要學習的功課是自我管理，例如做事要有責任感、適當的情緒表達、金錢管理等等。原來要別人尊重我和欣賞我，首先就要好好管理自己。我對你好有信心！

珈俊：若有人明知山有虎，偏向虎山行，最後他會遇上的是什麼？明白嗎？

英傑：規劃自己的志向是不容易的事，過程需要自我認識、勇敢嘗試和堅持探索，當你開始認真思考這個問題，已是一個好開始。

古仔：成長，就是經一事，長一智。我見到你正漸漸改變，邁向成長。我知道作出改變很困難，若真要堅持所改變的路，就更困難，但我知道，你不會讓真正愛你的人失望。你的身上，擁有成長的印記。

方仔：你比我想像中強，你的意志很強，一份全職工作維持超過半年實在是。下一站，讓我們一同探索如何活得更充實和滿足。

俊星：型呀！鍛鍊自己的身體，同時也鍛鍊自己的意志，見到你每日做運動時的那一份熱血，我也不敢怠慢，期待我們努力後的成果。



The Netherlands and its orange pride

The Netherlands is a monarchic European country with a population that almost doubles the number of Hong Kong. The country also has some unique and very intriguing particularities, such as its tulip fields, the windmills and its fascination with the orange color.

For many it might be unknown how a country that could be represented by none of the colors on its national flag (red, white and blue, respectively) instead has chosen the color orange as its unofficial “flag”. Not to go any further, its national football team and fans most likely wear the traditional orange jersey, or at the national celebrations an ‘orange wave’ of people will always be present.



The appearance of the orange influence comes from the 16th century, when Willem van Oranje (William of Orange) led the Dutch revolution against the Spanish Habsburgs, a movement which led to Dutch independence in 1581. Born in the House of Nassau, Willem became Prince of Orange in 1544. He then founded and renamed the Royal house as ‘Oranje-Nassau’ taking orange as its representative color from both the name and his coat of arms.



According to some historians, the middle stripe of the Dutch flag was originally orange, but orange dye was too unstable and turned red after flags were made. Some others say the change to the color red was due to the French influence on the Netherlands in the 18th century. Regardless of what history you want to believe, orange is the official color of the Dutch royal family and it has become a symbol of pride and unity for the whole nation.

服務質素標準

SQS

為使大家能清楚了解SQS內容，本隊列出每項標準的細則俾大家參考，如果有任何疑問，歡迎大家詢問本隊職員。

標準1：

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

標準2：

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面政策和程序。

標準3：

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄

標準4：

所有職員、管理人員、管理委員會和/或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

標準5：

服務單位實施有效職員招聘、發展、訓練、評核及調派守則。

標準6：

服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓受助人、職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。

標準7：

服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

標準8：

服務單位遵守一切有關法律責任及專業精神。

標準9：

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和受助人處身於安全的環境。

標準10：

服務單位確保受助人獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

標準11：

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足受助人的需要。（不論受助對象是個人、家庭、團體或社區）。

標準12：

尊重服務使用者對所得服務作出知情的選擇。

標準13：

服務單位尊重受助人的私人財產權利。

標準14：

服務單位尊重受助人保護私隱和保密權利。

標準15：

每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴應得到處理。

標準16：

服務單位採取一切合理步驟，確保受助人免受侵犯。