東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

CROSS-Fitness- a community-based rehabilitation project
越峰運動會-為年輕成年人而設的續顧服務計劃

CROSS FITNESS

分享者：鄭振昌(計劃經理)
李晓玲(社會工作員)
陳澤杰(社會工作員)

為健康踏出第一步
戒毒從運動開始

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

CROSS FITNESS

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

計劃背景

- 毒齡增加
  - 2014年 5.2年 → 2015年 5.8年
  - 身體受傷害/風險增加
- 吸毒人仕大部份為青少年
  - 2015藥物濫用資料中央檔案室 (CRDA) → 超過一半首次被呈報個案為21至35歲
  - 50% 21歲或以上的吸毒人士為失業狀態
  - 12%的吸毒人士主要從事兼職或散工
- 就以上青少年半隱蔽或不能接觸的狀況下，構成社工或服務難以接觸有關吸毒人士。

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

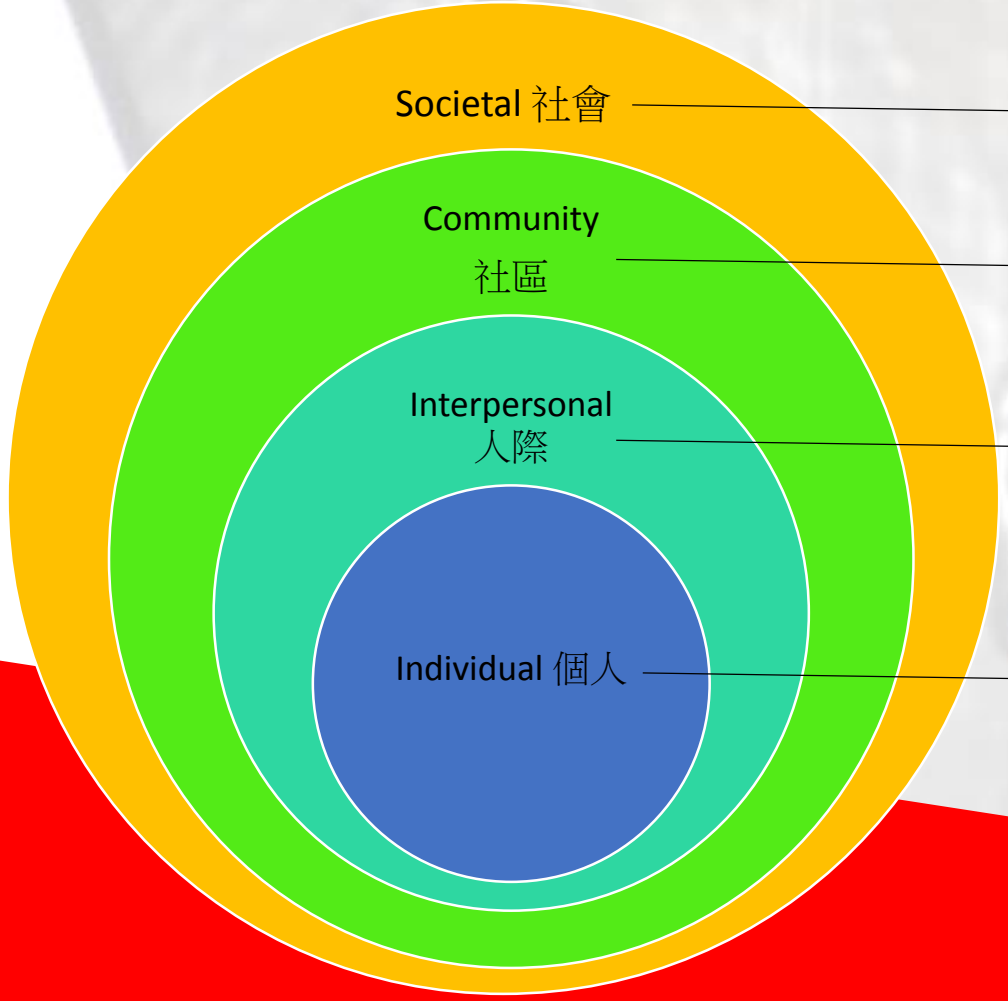
介入方法

- 人是追求有意義及完整的人生
  - 為戒毒人士發展健康生活模式
  - 為他們追求有意義及健康的生活
  - 共同塑造及強調正向人生觀(愛、工作、運動的過程)
  - 運動正向心理的方法可以促進長期恢復不復吸的目標 (Scharff, 2014)

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

贊助

介入方法 (Social-Ecological Model, McLaren, Lindsay; Hawe Penelope, 2005)



- 義工服務，改變社區對戒毒人士的形象。
- 不同健身中心、拳擊中心、運動總會/協會、運動義工構成社區支持網絡。
- ⇧運動團隊的溝通、支持、合作精神。

- 不同運動方法均會提供，符合參加者的能力，⇧戒毒人士動機及興趣。

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

CROSS FITNESS

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

先導計劃

2011
- 成立第一支足球隊(筲箕灣)；
- 南區、中西區相計提供足球訓練予戒毒人仕；
- 不同運動如籃球隊均成立。

2012
- 吸毒人士及外展青少年隱閉化的出現；
- 運動組群出現斷層的情況；
- 外展服務對象的數量連續五年按季度錄得下跌。

2015
- 成立CROSS Boxing Club (上環)；
- 同年，運用網上媒體Facebook “CROSS Boxing Club’ 加強尋找隱閉吸毒人士；
- 推出獎勵計劃。

2016
- 與浸會大學首次嘗試進行量性及質性研究 (n=35人)；
- 嘗試申請禁毒基金「一般撥款計劃」。

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

計劃撮要

- 本計劃為一先導以社區為本的續顧復康服務，應用正向心理學理論於介入設計。
- 透過一系列的運動訓練及治療服務，提升戒毒者的戒毒動機及減低復吸的機會。
- 計劃專為全港40歲以下，特別針對21歲至35歲年輕成年戒毒組群而設。

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

CROSS FITNESS

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

服務對象

家人
Family Members

80名吸毒人士
80 Drug Abusers

運動義工
Volunteer mentors

高危青年
High-risk Youth

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

評估及激發動機階段
Assessment and Motivation Enhancement Stage

身體健康介入階段階段
Exercise-based Intervention Stage

鞏固經驗階段
Consolidation Stage

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

評估及激發動機階段
Assessment and Motivation Enhancement Stage

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

CROSS FITNESS

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

身體健康介入階段階段
Exercise-based Intervention Stage

CROSS BOXING CLUB

CROSS RUNNING

CROSSYOGA

CROSS

CROSS SHOOTING

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

鞏固經驗階段
Consolidation Stage

義工服務—長者拳擊班

義工服務—I run

Fun Day

Open Day

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

CROSS FITNESS

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

經驗分享

Key points to note during project implementation

評估及激發動機階段

1. 了解參加者的背景和喜好，建議相關的運動訓練項目
2. 了解參加者的身體狀況，建議不同運動強度訓練

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

經驗分享

Key points to note during project implementation

身體健康介入階段階段

1. 透過體適能測試和問卷，提升參加者關注個人健康意識
2. 提升家人的支援能力，與參加者共同參與運動
3. 恆常化運動小組，有助參加者持續參與，培養習慣
4. 獎勵計劃，每次參與都可以累積積分，換取運動禮物一份
5. 配合情緒支援小組進行，可以讓參加者對於自我有多一份認知
6. 配合義工團隊，以義工服務鼓勵參加者繼續參與

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

經驗分享

Key points to note during project implementation

鞏固經驗階段

1. 鼓勵參加者參與義工團隊，發揮所長，服務其他群體
2. 長期參與恆常訓練的參加者，可以協助教練教授新加入參加者，以提升其自我效能感，建立正面自我形象
3. 後測問卷讓參加者可以評估成長，肯定個人能力

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

經驗分享

Lesson learnt

1. 行政工作：定期更新， 以提交每半年報告
2. 前線工作：分配計劃書所需數字和財務，讓前線同工可以計劃小組工作和宣傳
3. 宣傳工作： 除了傳統滾雪球方式，亦可以進行網絡宣傳，以活動小組作為宣傳內容

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

現時服務數字及成效
Current service figures and effectiveness

個案數字	
共143人	
性別	人數
男	95
女	48

年齡比例	
年齡	人數
20歲或以下	28
21-34歲	91
35歲或以上	24

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

贊助

現時服務數字及成效
Current service figures and effectiveness

- 100% 參加者透過運動訓練成功在過去三個月內停止服務藥物(58.3%保持不變;41.7%戒除毒癮)；
- 93% 參加者有效提升持續進行運動訓練的生活習慣；
- 75% 參加者有效提升面對逆境時，維持正面樂觀的態度以處理問題；
- 91% 參加者的自我效能感有顯著改善，能避免對毒品的引誘，有效地預防重吸；
- 91.7% 參加者的家人透過運動介入的模式，提升對家人在處理毒品問題上的認知及支援能力

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

https://www.youtube.com/watch?v=xsnASZo6CO4

贊助

東華三院越峰成長中心

Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

東方日報 2018.06.04 星期一

尋回自信 迎接新挑戰

重拾正軌

「疆西哥城2018無家者世界盃」香港代表隊選拔賽昨於九龍城石鼓壁遊球場舉行，激戰過後「盃金量」最高的「街頭足球盃」由童軍知友社奪得，而越峰足球隊、Eagle FC、方舟足球隊則分獲「曙光盃」、「公義盃」及「仁愛盃」。發起人吳衛東希望藉着足球，讓無家者球員重拾自信迎接人生各樣挑戰，甚至可跟美斯及C朗等球星一樣，一圓屬於他們的「世盃夢」！

■圖、文：陳振鏗

體育 SPORT

無家者借足球 一嘗世盃夢！

■每位無家者在球場上全心拚搏，重拾自信，相信是賽事發起人吳衛東（圖圖）最想看見的畫面。

發起人喜見球員進步

籌辦賽事、組織香港代表隊多年，「東哥」自言最深刻的是看見一眾球員進步：「唔單只係技術上，更重要係行為嘅進步，佢哋以往冇人生目標，甚至放棄自己，依家對自己多咗要求，仲建立到家嘅感覺，又有團隊精神，互相尊重、主動去鼓勵一啲球技冇咁好嘅隊友，去支援佢哋，對我嚟講，係好大嘅鼓舞！」

職業為社工的「東哥」幫助露宿者已多年，對他而言，足球便是露宿者的「扶手」：「我本身服務咗露宿者已經10年，見到佢哋都有不良嗜好，能夠透過運動去改變，對佢哋同社會都係一個正面影響，希望透過足球幫佢哋重生同重拾自信，因為當佢哋快倒，佢哋一定係放棄咗自己先會有咁唔良嗜好。」

重投社會作出貢獻

除踢球以外，「東哥」還為「無家者」多走一步，助佢們貢獻社會：「我哋會為佢哋提供職業培訓，鼓勵佢哋去考D級教練牌照，依家已經有球員做咗助教、除職業訓練，我哋亦有義工訓練，有啲球員去完外國比賽，會到中學做分享，另外亦有例子喺做咗社工，幫自己之前嘅無家朋友。」

街頭足球盃 冠軍：童軍知友社 亞軍：防治會 季軍：All for HK 殿軍：平和坊隊

仁愛盃 冠軍：方舟足球隊 亞軍：元朗外展隊 季軍：日出山莊

公義盃 冠軍：Eagle FC 亞軍：曙光足球隊 季軍：童愛足球隊

曙光盃 冠軍：越峰足球隊 亞軍：青心足球隊 季軍：明愛青年足球隊 殿軍：香港青少年領導會

香港01 港聞 觀點 娛樂 國際 體育 女生 中國 生活 社區 藝文格 更多 服務 登入

【毒男前傳】吸毒販毒碌假卡判監六年　獄中反問：何解走上這條路

社區專題

撰文：陳芷華　2019-02-16 19:00

最後更新日期：2019-02-16 19:00

Leo今年26歲，18歲時因為販毒被捕，小係學好嘅，他一直在學校會問自己「點解要想做毒販？在監獄裏面你所掙嘅錢，到頭來一場空，有啲係友人補習，覺得讀書冇用，一直朋友都話讀書好，一定要有一技傍身，將來出到社會所賺嘅錢，一定夠養活自己，但係佢中學時期已經開始接觸毒品，中學畢業後，佢同一班朋友開始食K仔，「有間廁所，海，家食下，食由「嚟到，一粒兩粒，一粒兩粒的吸，如唔便，我哋一齊拿人毒品，一齊分享，一齊開心，一齊快樂，呢種感覺，我諗我一生都追唔返。」

Leo今年4年，坐牢期間，曾經試過好多次戒毒，「一步一步，由細到大，一直都係用錯誤嘅方法去戒毒，例如話自己唔食，或者減少食，又或者轉食其他毒品，結果都係戒唔到，最後都係會重新吸毒，重新回到舊有嘅生活圈子，重新接觸舊有嘅朋友，重新去到舊有嘅地方，重新做返舊有嘅事情，所以一出獄，我就決定要離開香港，離開舊有嘅環境，離開舊有嘅朋友，離開舊有嘅地方，離開舊有嘅事情，重新開始。」

Leo在獄中反覆問自己：「其實一直以來，我想證明什麼？」

攝影：歐嘉樂

香港01 港聞 觀點 娛樂 國際 體育 女生 中國 生活 社區 藝文格 更多 服務 登入

【毒男後傳】脫毒後的渣馬人生：我們不需戒毒方法　要同行

社區專題

撰文：陳芷華　2019-02-16 19:00

最後更新日期：2019-02-16 21:05

Leo說：「中學時我體育科考過第一。」但那時沒有人在覺得這沒有感他，家因這個名，合共被關學，吸已監獄「半馬」賽事。

Leo說：「中學時我體育科考過第一。」但那時沒有人在覺得這沒有感他，家因這個名，合共被關學，吸已監獄「半馬」賽事。

是一個重點學生，成績好，妹妹老師都中一群同學，吸成升上「黑社會中學」，就連老師，加上其它同罪，台有上位讓到校，說相口，就被罰停學半年，他家，只校毒，被判監六年。

出獄後，他重返社會，在朋友介紹下參與東華三院越峰成長中心，以過來人身份成為義工導師，與戒毒中的年輕人同行，明天（17日）更一起參與渣打馬拉松「半馬」賽事。他說：「我在這裏找到自己的價值。」

攝影：歐嘉樂

Profit Accountin

Hong Kong Company, BVI Company Formation Taxation and Audit Se...

東華三院越峰成長中心
Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

禁毒基金 BEAT DRUGS FUND 贊助

謝謝
Thank You

支持機構，排名不分先後
Supporting Organization (in no particular order)