



香港撒瑪利亞防止自殺會 Since 1960  
THE SAMARITAN BEFRIENDERS HONG KONG

今期主題

# 讓青少年的夢想飛翔

# 生命交流

第67期

2013年11月(非賣品)

## 目錄

序	1
<b>專題文章</b>	
專題：「狂舞派」導演黃修平－談夢想・挫折・奮鬥	2
訪談：世界虹吸咖啡師大賽冠軍的追夢故事	4
夢想的考量	6
<b>本會活動/報告</b>	
「拍你唔死」微電影拍攝比賽回顧	7
熱線中心	8
自殺危機處理中心	9
生命教育中心	10
專業培訓及發展中心	11
捐款表格	12

## 序

總幹事 曾展國

九月開學以來，已有多宗學生自殺之事件，由小學生到大學生都有，他們部份因學業煩惱而自殺。作為提供防止自殺服務的機構，我們十分關注此情況，並建議家長及教師多留意學童的心理狀況，及早識別他們有否自殺危機。

青年人在追求學業成績的同時，也應發掘多方面的興趣及能力，甚至在學習以外追尋夢想，使自己有其他可發揮的強項。追尋夢想，對很多人來說，似乎很不切實際，尤其是在香港這個較功利的城市，事事以即時回報為先，卻忘了夢想對人的重要性。青年人的學習動機，不在於家長們投放了多少時間與金錢，也不在於家長的嚴厲督責，乃在於他們有否對要學習的東西產生興趣及認同。而夢想，正正

就是他們有興趣及認同的學習目標，能使他們孜孜不倦地付出，培養他們的毅力及面對挫敗時的抵抗力，也是在辛勤的學習之下一個很好的減壓良方。很多研究也指出，有夢想的青年人比沒有夢想的更快樂及更有自信心。

家長適當的引導，甚至與子女一同發掘其他興趣，亦有助加強親子關係及相互間之溝通，到他們遇到人生困難時，也會願意與父母分享，使家庭能成為他們的避風港。

已故黑人民權領袖馬丁路得金成功不在於他的學歷，而是在於他有一個夢想，這反映在他的演說「我有一個夢想」(I have a dream)之中，歷代各國偉人也如是。讓年青人起飛，追尋你們的夢想罷！You can have a dream!

# 「狂舞派」導演黃修平 談夢想・挫折・奮鬥

電影「狂舞派」成為香港熱門話題，戲中講述一班很喜歡跳舞的青少年，為跳舞的夢想而奮鬥 — 「為了跳舞，你可以去到幾盡」，尤其獨腳的青年流暢完成地板街舞動作、腳傷女主角振作返回舞台等等，更讓人燃起心裡的那團「夢想」的火。那麼，導演黃修平又如何闡出他的導演夢呢？

## 找出自己的人生目標

黃修平選擇以導演為目標可以算是慢慢發掘篩選出來，「小時候很喜歡創作，畫畫、砌模型皆十分喜愛，慢慢潛移默化得好深，覺得創作係生活既一部分」。讀中學時，他與志同道合的朋友夾Band、跳舞，但很快發現自己的才華並非演奏音樂方面；同時，時間、金錢，也不可能樣樣兼顧，故此比較專注在storytelling及視覺上的創作。其後，欣賞了幾套震撼心靈的電影，於是決定從事拍電影的目標。當然，他亦提及他的會考成績不可能做醫生、建築師，導演正是他可以做而又喜歡的事情。

## 青少年時代的壓力與責任

雖然有人生的目標，但黃修平小時候並非毫無顧慮，他仍然有讀書壓力。記得中三時開始接觸藝術，好似投入舞台劇、畫畫，成績就開始下滑，心理上覺得好大的退步，所以都為自己形成好多壓力。當快要會考時，惟有取捨暫停了喜愛的話劇等課外活動，專注於會考上。完成會考後，再開始瘋狂地玩課外活動(笑)。



## 自己主動發掘機會，裝備自己

喜歡不等於有能力，想裝備自己也不一定容易達到，他沒有經濟條件可以直接到外國修讀電影，於是開始自己發掘機會，「記得大學二年級寫好多自薦信，好似港台(香港電台)、UFO(電影人製作有限公司)、無線(電視廣播有限公司)等等，睇下人地會唔會請實習或者暑期工」。雖然，回音不多，但誤打誤撞下港台找他做實習，總算是有個開始。

「那時，沒有專業器材拍不到戲的，不像現時簡單器材就可以，雖然嘗試好多土炮的方法去製作器材，花咁好多時間、精力及金錢但都唔成功」於是，就想起努力爭取交換生資格，去美國愛荷華大學做交換生，學習電影的課程、開始拍片，路就慢慢走出來。

## 挫折

導演夢絕非一帆風順，畢業後他找到一間發行公司的文職，看似跟電影有關，其實完全無關。「初初做頭一年，覺得同自己想做的事好違背，或者同事等身邊的人跟讀書時的文化、藝術朋友很不一樣，覺得好似另一個世界。那時候很失意、做得悶悶不樂」。

當然，現時的他很感恩自己曾經有過這段際遇，讓他有機會接觸到不同的人，並非只困在自己的圈子裡面，明白社會不是如此簡單，也豐富了他的人生。

## 認清目標，堅持下去

跌跌撞撞，好幾次都打算放棄導演的路，亦經常面對他人的眼光，但始終堅持。「要識得分有建設性(的批評)，值得去聽取；還是道不同不相為謀，有些意見不需要太介懷」。就如<狂舞派>中最大的衝突並非夢想與現實，而是一班追求夢想的人互相之間的笑罵。

「有時都會同人比較，明明之前一齊奮鬥，轉眼間他已經達到目標，比較起來心理上並不好受」。比較不一定負面，他會正面再思想自己的可能性、自己可以做些什麼、別人及自己從前的成功元素。再加上，機遇的到來…

## 有時…成功係需要醞釀

<狂舞派>開始籌備時因資金問題而中斷好幾年，「每次拎番劇本出嚟時仍然覺得興奮、仍然好觸動到我，即使沒有明星、題材又唔商業，至少我覺得係正，可能只是時機未到。結果，在一個自己都預計唔到嘅情況下，入選金馬創投會，然後積極去爭取機會、豐富故事內容、畫Storyboard、設計海報等，最後找到現時的投資者而終於拍成電影。」

## 認清目標，蓋過壓力

<狂舞派>的成功，令大家對<狂舞派>的續集有期望，對黃修平來說並沒有帶來壓力，主因是認清目標。「都會諗下(<狂舞派>的續集)套戲如何突破呢？係唔係拍好跳舞片段就可以呢？當沉思多一陣就會知道<狂舞派>觸及夢想時以單純的角度，但現實世界其實複雜好多，知道呢個方向是值得講，有清晰嘅目標時就不會再擔心有否突破，亦唔保證有冇突破，因為套戲都未出來。但至少我有心去突破、有個方向去突破。」

## 結語

黃修平的導演路充滿挫折及打擊，種種的挫折、失敗現時回想起來都只是微塵、甚至很感激曾有那些挫折，重要是他堅持為自己的目標奮鬥。夢想人人都可以擁有，不一定要有很高的學歷、很厚的家庭，重要是你願意為此奮鬥，夢想都可以成為你的事業。「為了\_\_\_\_，你可以去到幾盡？」請各位自行填充。

若想欣賞黃修平導演更多的訪問內容，歡迎瀏覽本會<自殺・自療・互助舍>：[www.help4suicide.com.hk](http://www.help4suicide.com.hk)

# 世界虹吸咖啡師 大賽冠軍的追夢故事

年青人緊張學業，無可厚非，但視升讀大學為唯一出路，以致過度受壓，卻未必是好事。本期訪問的梁海恩小姐（Pinky），年僅26歲，雖沒有高等學府的資歷，卻靠努力，追尋夢想，不僅連奪兩屆世界虹吸咖啡師大賽香港區決賽之冠軍，更代表香港，在剛舉行之世界虹吸咖啡師大賽，擊敗各國選手，贏得世界冠軍，為港爭光。原來，出路多得很，在乎我們如何把握。



對自己的工作，  
充滿熱誠



有幸品嚐世界冠軍的咖啡  
香濃而帶果味，入口順滑



世界虹吸咖啡師大賽  
香港區決賽之冠軍獎牌

小記: Pinky，可否向讀者門分享你的入行經過？

Pinky:

我在IVE讀高級文憑秘書課程，畢業後當過文職工作一段時間，入行只有三年，開始的時候只是當一個侍應，後來接觸多了咖啡的資訊，又喜歡虹吸咖啡的沖煮方式，便開始鑽研，並參加比賽。

小記: 為何對這行業這麼有興趣？

Pinky:

其實我從小就對飲食業有興趣，只是畢業後找不到飲食業內一個長久的專業給自己投身進去，故未有勇氣踏入飲食業，而在家人期望下順理成章地做了文職工作。後來發覺咖啡行業也很專業，包括選取及烘焙咖啡豆、沖調咖啡的技巧，以致於對咖啡文化及品味的提升，及透過咖啡達致人與人之間的聯繫，這使我有信心在這行業發展。而我在這工作中所得到的滿足感，比我在文職工作上每天對著厚厚的訂單，實在有很大的分別。

小記: 在追逐你的夢想的過程中，有甚麼艱辛的經歷嗎？

Pinky:

最艱辛的是一方面要工作，另一方面預備比賽亦用上不少時間，而且比賽亦牽涉很龐大的開支，在這過程中要懂得取平衡。幸運的是，公司，以及有很多同事、朋友、客人在精神及金錢上的支持，使我能度過這艱難的時候。其實，我認為只要努力認真地做你夢想的事，漸漸地你會越來越多人幫助你，給你信心。

小記: 有沒有精神壓力？

Pinky:

當然有！我在2012的世界賽因超時而拉低分數，只得到第四名，這是一個遺憾。因對自己有要求，亦希望做好自己喜歡的事，再向前進，故到了2013年的香港區賽及世界賽，也實在很有壓力。再加上有這麼多人支持我，我真的不希望辜負他們，故時常想如何提升自己，整合朋友及客人的意見，並計劃如何展示自己所得的在評判面前，所以也真有點精神壓力。

小記: 你怎樣看有些年青人因學業問題而自殺？

Pinky:

人在不同階段都會有壓力，有時成年人會不明白年青人為何會因學業而有這麼大的壓力，但對於一些小朋友來說，他們的世界就是學業，若成績不理想，便覺得是問題的所有。成年人可給年青人多些引導，帶他們多看這世界，讓他們感受自己多一點，找出自己的未來。



Pinky沖煮咖啡時  
聚精匯神，一絲不苟



世界虹吸咖啡師大賽冠軍之襟針，  
獎盃還在日本未送到港

小記: 你所指找出自己的未來的意思是甚麼？

Pinky:

就是學業以外的一些夢想或喜愛的東西，學業是基本要做的，能支持年青人未來的發展，例如語言能力強對每一個職業都有幫助，能更好地發展夢想。但學業以外就可發展自己的興趣及夢想，以培養自信心及使自己快樂，找出自己的未來。

小記: 你現在在自己的事業上有甚麼計劃？

Pinky:

我計劃放時間在推廣咖啡文化及教學的工作，給更多香港人認識咖啡也如品酒或品茶一樣，是一門很專業的學問，提升香港咖啡文化及品味，加強咖啡喜好者之間的交流，也讓年青人有機會認識咖啡行業。

小記: 你剛才提到會放時間在咖啡教學的工作，  
你會培育年青人嗎？

Pinky:

我當然歡迎年青人來學習，我亦喜歡展示給他們看咖啡文化是甚麼。就算不談那麼嚴肅的事業，隨便一點，其實咖啡也可以是學生減壓的方法，好些學生放學後都會來這咖啡店呷一口咖啡，輕鬆一下。

小記: 多謝你今天的分享！

後記:

Pinky讓小記感覺到她對自己喜愛的事的追求，在學業以外找到能發揮她的方向，使她能全身投入。年青人實應放眼世界，擴闊自己的眼光，找尋自己的興趣及夢想，使自己有更多機會，有更多出路。

# 夢想感受

**夢想** 名詞：

「夢」希望將來能達到  
特定目標的想法

「想」對特定事件的  
看法或願望

**DREAM**

something that you  
want to happen very  
much but that is  
not very likely

點解追尋  
夢想？

因為人人都可以有權利、  
能力去追求，而追尋的過程  
是發自內心的快樂，每每  
達成時都是充滿滿足感的、  
是樂在其中的，因為「夢」  
是真心想得到，故此，縱使  
會面對困難，但相信會更  
有耐力去克服！

夢想其實未必牽涉成本、  
金錢，縱使你沒有金錢，  
亦可以達到。就如一班志同  
道合的朋友一手一脚通宵砌  
枱、砌舞台、鋪電線、調較  
燈光音響，最終建立一間  
*live house "Hidden Agenda"*，  
並且於2010年榮獲*Time Out Magazine (HK)* 評為本地最佳  
演出場地，他們也沒有\$，  
但有的是夢。

在擔心你，未必明白你的夢想。嘗試彼此保持溝通，努力  
地讓他們安心，慢慢帶領他們了解你的夢想！

你身邊可能已經有不少人站起來，朝自己的夢想、目標努力  
進發！人生不一定被規劃，讀書成功與否與你將來的發展  
未必有關連。人生有無數既可能性及出路，而你的可能性、  
將來就等待你自己勇敢發掘與創造！

關於夢想，還有很多很多…

**Beyond** 的歌曲「海闊天空」：

「多少次 迎著冷眼與嘲笑 從沒有放棄過心中的理想」

**Beyond** 的歌曲「不再猶豫」：

「縱有創傷不退避  
夢想有日達成找到心底夢想的世界 終可見」

**周星馳「少林足球」：**

「做人如果沒有夢想，那跟鹹魚有什麼分別？」

**九把刀語錄：**

「夢想不是掛在嘴邊炫耀的空氣，而是需要認真的實踐。  
等到對的風，我們展翅翱翔。沒有風，只要擁有足夠  
強壯的翅膀，我們照樣拔地飛行。人生最重要的，  
不是完成了什麼，而是如何完成它。天空見。」

十分感謝各嘉賓、團體及參加者踴躍支持！  
希望藉微電影以輕鬆、正面的手法，將熱愛生命、  
關懷身邊人的訊息帶給公眾，一同發放正能量。  
首先，分享當日頒獎禮的盛況！



▲ 活動開幕儀式，希望提醒大家一同  
「愛生命 活出精彩人生」

是次活動星級評判何緯豐  
導演跟參加者分享拍攝  
微電影的技巧及竅門



▲ 十分感謝廖創興企業有限公司  
冠名贊助是次活動，讓本會得以  
傳揚珍惜生命的訊息



▲ 香港撒瑪利亞防止自殺會副主席簡先生(右)，  
致送形象大使紀念座子影后惠英紅小姐(左)，  
感謝她擔任本會形象大使



▲ 「Dramatic English」兒童合唱團的小朋友  
為是次頒獎禮表演歌曲 - 「從今日起」  
鼓勵大家愛惜生命



▲ 再次感謝所有嘉賓、團體及參加者  
的蒞臨參與及支持！

再次感謝各支持公司、機構及組織支持及參與：  
(排名不分先後)

冠名贊助：



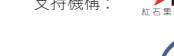
合辦機構：



協辦機構：



支持機構：



支持媒體：



特別鸣谢：



贊助機構：



協辦媒體：



特別鳴謝：



得獎片段可瀏覽香港撒瑪利亞防止自殺會facebook專頁：  
[www.facebook.com/sbhk.org](http://www.facebook.com/sbhk.org)

# 熱線中心

分享經驗，讓更多人掌握助人技巧

熱線中心在今年八月至明年一月為醫院管理局  
「心靈綠洲-個人成長及危機處理中心」  
舉辦一連七次的  
「危機處理及溝通技巧工作坊」

「心靈綠洲」為醫管局員工提供照顧心靈的服務，  
而是次工作坊是由熱線中心的資深導師分享及教授  
危機處理與溝通技巧，以加強他們的輔導技巧，  
使更有效用於助人工作中。教學形式以講授、體驗  
活動及個案研討為主。



## 小組討論

在工作坊內，小組分享及討論是不可或缺的部份，討論後作匯報使組員可互有裨益。



## 信心遊戲

透過蒙眼遊戲，讓組員體會助人歷程中要與當事人建立信心關係的重要性。



## 專注學習

大家留心導師講解及做練習。



# 《自殺・自療・互助舍》

[www.help4suicide.com.hk](http://www.help4suicide.com.hk)



你有沒有見過狗狗自殺？你知道曹探長是如何與企圖自殺者談判？  
你有沒有聽過蠢蠢的死法？還有更多以另類手法與年青人談自殺的素材，  
都可以在《自殺・自療・互助舍》找到，希望你也可以登入看看  
這個嶄新的網上防止自殺的網站。我們相信這裡能提倡正能量訊息，  
以抗衡網上負面自殺資訊；網站亦提供《真心話室》、《心靈信箱》等，  
為受困擾的網絡使用者提供適切的情緒支援。



我們《真心話室》的義工，就最近年青人自殺事故，也有一些感受想分享…

### 義工 — 殷浩廷

近日在新聞看到許多年青人在新學期開始時不敵壓力而自殺的事件，其中一位自殺者是我朋友的朋友。其實，萌生自殺念頭的人，心中一直受壓力所困，可能一直潛伏在你我左右；不過，隨時代轉變，許多年青人喜歡在網上找個陌生人聊聊天，希望得到支持。《真心話室》正好提供一個平台，讓這些疲累的人可以稍作休息，希望你們可以從與我們義工對話中，得到一點啟發，覓得繼續生活的勇氣和力量。我很喜歡現在的服務，因為一字一句，都有機會為身邊人播下改變的種子，各位義工共勉之！

### 義工 — 梁熾彪

近十年來，青少年以至兒童的自殺報導越來越多，內裡提及年青人與父母很少溝通，好像缺乏家人的關心和支持，有些甚至關係很差，面對壓力而又不懂處理……在孤立無助的情況下，終於走上自殺的絕路。

現在再細看這些事件，對於初為人父的我，亦有另一番體會……過去短短的一年多裡，看著孩子出生、成長，深切體會生命的寶貴之餘，亦開始明白父母對子女的愛，總是無條件的。

孩子於嬰孩時，對父母比較依賴；當到孩子長大後，他們變得獨立，要了解他們、開解他們，父母往往變得束手無策。

作為父親的我，很想鼓勵各位父母，自子女年少開始，與他們天天談談心，表達關心，保持良好的溝通，也讓子女知道，家庭總會是他們的避風塘；遇有問題，回家總有關心和支持，從而減低他們遇到困難時轉牛角尖、甚至放棄自己的機會。

我也立定決心，除了付出心血將孩子養大，也會多花時間，聽聽他們的心聲。希望父母們一起踏出一步，為防止自殺出多分力！

# 生命教育中心

## 生命劇場《青少年愛情事件簿》

為回應青少年自殺問題，推廣珍惜生命。承蒙香港鐵路有限公司贊助，本中心於7月14及20日舉行了兩場公開場，合共超過400位參與者出席。由於反應熱烈，生命劇場在10月19日加演多一場，當日約有190位師生參與。同學們對即場討論及互動即興的環節，尤其覺得是一個有趣和難得的體驗。



生命劇場《青少年愛情事件簿》



主持人在帶領大家進行討論環節



義工演員們傾力演出



觀眾們可選取其中的場景來代入角色重演



觀眾們投入其中，掌聲不絕



演出後和出席嘉賓觀眾的大合照

生命劇場以新穎、有趣的手法，向社會大眾提供生命教育，深受社會大眾歡迎。在10月19日的演出亦得到各學校及團體支持，因此生命劇場將在不久將來再度公演，亦可安排到校演出，有興趣的學校或團體，歡迎聯絡本會生命教育中心查詢安排(電話: 2319 1269)。

## 分享生命訊息 恒常外展服務

到訪全港不同中、小學、大專院校及社區團體，推行生命教育及預防自殺訓練。本年4月至本年8月期間，生命教育中心共舉行18場講座、4次工作坊及4節小組活動，總服務人數為2,867人。

聖公會阮鄭夢芹小學  
「解決問題的技巧」講座保良局黃祐祥紀念耆暉中心  
「跳出框框看窘境」講座可藝中學  
「徘徊死亡的邊緣」生死教育活動

# 專業培訓及發展中心

## 2013年11月至12月份證書課程/短期課程/工作坊

### 精神分析心理治療基礎理論與技巧 證書課程 (CC12235)

**內容:** 此課程將會由淺入深地介紹精神分析心理治療。除了基本的理論概覽外，課程亦會囊括個案分析、介入、評估及治療等實用技巧。導師亦會安排多次分組實踐練習，讓學員將所學融會貫通。

**日期:** 待定 共8節  
19:00 - 22:00

**導師:** 輔導心理學家萬家輝先生

**費用:** \$2,890 (早報優惠: \$2,790)

### 音頻療癒法體驗課程 (CC12240)

**內容:** 此課程以體驗為主，以第一身經歷學習音頻療癒法，讓您感受聆聽、練習呼吸、手指舞、同唱共舞等活動，從自己開始發現當中好處，由此可藉以取其技巧協助他人，又或為自己帶來新的體驗。

**日期:** 2/12/2013 - 20/1/2014  
(逢星期一) 共6節  
19:00-21:30

**導師:** 專業音樂人黃耀光先生

**費用:** \$2,400  
(早報優惠: \$2,300)

### 成人戀愛顧問培訓課程 (CC12236)

**內容:** 此課程的重點不在於如何吸引心儀的對象，而是在於如何維繫一段關係和令一段感情關係更深入更美滿。相信您總能透過此課程在建立與維繫感情關係方面得到多方面重要的啟示，從而增加自己或你的個案案主在愛情路上的幸福感和減少不必要的傷痛與分離。

**日期:** 25/11/2013 - 24/2/2014 (逢星期一) 共8節  
19:00 - 22:00

**導師:** 臨床心理學家林皓明先生

**費用:** \$2,890 (早報優惠: \$2,790)

### 混合藝術媒介活動體驗 與應用證書課程 — 個人探索與成長 (CC12242)

**內容:** 此課程主要讓參加者透過參與投入混合藝術媒介創作活動，從第一身角度體驗藝術活動在個人成長中及情緒舒緩上所帶來的效果。亦希望藉此幫助參加者應用於相關技巧於助人行業中。

**日期:** 13/12/2013 - 24/1/2014  
(逢星期五) 共6節  
19:15-21:45

**導師:** 社工兼藝術工作者廖國康先生

**費用:** \$2,710  
(早報優惠: \$2,610)

### 特殊學習需要進階課程 — 家長輔導工作 (CC12237)

**內容:** 此課程透過分析家長的憂慮和日常所遇到的困難和按步就班地介紹各種輔導技巧與步驟，再配合個案討論及角色扮演，讓學員能在日後遇到下列的情況下以個別輔導或小組輔導的形式給予家長適切的支援。

**日期:** 26/11/2013 - 25/2/2014 (逢星期二) 共8節  
19:00 - 22:00

**導師:** 臨床心理學家林皓明先生

**費用:** \$2,890 (早報優惠: \$2,790)

如欲了解更多課程內容及下載報名表格，歡迎致電2319 1269 或瀏覽本會專業培訓及發展中心網頁<http://www.sbhk.org.hk/training>。您亦可以發電郵到[training@sbhk.org.hk](mailto:training@sbhk.org.hk)申請成為網絡會員，以便定期收到最新的課程資訊。

# 攜手支持拯救生命的工作

預防勝於補救，推廣珍惜生命是極為重要。激發自殺的念頭或許很多，但導致自殺的其中一個因素可能包括面對逆境的能力及缺乏關心，希望您能支持我們的工作，讓我們加強對珍惜生命、關懷身邊人訊息的推廣，及提供適切的關懷以預防自殺。



## 1. 請支持 香港撒瑪利亞防止自殺會 Since 1960 THE SAMARITAN BEFRIENDERS HONG KONG 拯救更多珍貴的性命

我願意成為「生命同行者」，每月定額捐款： HK\$300  HK\$150  其他 \$\_\_\_\_\_  
或 我願意一次過捐款  HK\$3,000  HK\$1,500  HK\$500  其他 \$\_\_\_\_\_

## 2. 捐款者資料

英文姓名 \_\_\_\_\_ 中文姓名 \_\_\_\_\_  
身份證號碼 \_\_\_\_\_  
地址 \_\_\_\_\_  
聯絡電話 \_\_\_\_\_ 電郵 \_\_\_\_\_

## 3. 捐款方法

- 銀行自動轉賬（授權書於稍後寄上）【「生命同行者」捐款主要方法】  
 劃線支票（抬頭請寫：香港撒瑪利亞防止自殺會）  
 直接存入本會銀行戶口：(中國銀行戶口：012-758-100-14680)  
 繳費靈：18033，本會商戶編號 9412  
 便利店捐款： 7-Eleven  Circle K   
 網上捐款：<http://donation.sbhk.org.hk>

請將填妥之表格連同捐款支票 / 銀行入數紙寄往本會，信封面寫「香港撒瑪利亞防止自殺會簡便回郵 51 號」(免郵票)。

如申請成為「生命同行者」，亦可把填妥之表格傳真 3016 9970。

捐款港幣 100 元以上，可憑收據申請扣稅。

「生命交流」已上載網站 <http://www.sbhk.org.hk/>  
(如不欲收到印刷版本，請電郵 prsky@sbhk.org.hk )



會籍：  
(a) 國際防止自殺會 (IASP)  
(b) 香港社會服務聯會  
(c) 香港公益金

編輯委員會成員  
梁碧茵 廖素芬 林慕華 陳鳳明  
尹艷明 黃桂香 郭明生 蘇健欣

## 謝謝你的支持！



優惠級

香港撒瑪利亞防止自殺會個人資料使用守則

香港撒瑪利亞防止自殺會盡力遵守及執行《個人資料（私隱）條例》中所列載的規定，確保儲存的個人私隱及個人資料處理得到充份保護，準確無誤，及有妥善的儲存方法。為確保閣下能充分了解向本會收集個人資料的準則，請細閱本守則。

收集資料目的及使用原則

- 香港撒瑪利亞防止自殺會將依照在收集資料時所說明之目的去使用該等資料。
- 向本會提供個人資料純屬自願，如 閣下未能提供足夠個人資料，本會可能無法有效處理你的申請或提供有關服務。
- 本會可能使用 閣下的個人資料(包括你的姓名、電話、傳真、電郵、郵寄地址、所屬機構/公司/學校)，以便本會日後與 閣下通訊及向 閣下提供服務、發出收據，或作本會研究/分析/統計、籌款、收集意見、活動及訓練之課程邀請、推廣，及其他項目事宜有關之用途。

查詢及更新個人資料及申請停止使用個人資料作推廣之用途

除了《個人資料（私隱）條例》規定的豁免範圍外，閣下有權就香港撒瑪利亞防止自殺會備存有關 閣下的個人資料作出查詢、更改及停止使用你的個人資料作推廣用途的要求，惟已達成使用目的後而刪除的個人資料除外。

如 閣下不欲本會使用你的個人資料作上述用途，請向本會發出 [拒收通知書]，提供 閣下之姓名、電郵地址及日期，以郵寄/傳真/電郵形式交回本會，費用全免。

名稱：香港撒瑪利亞防止自殺會

地址：香港九龍白田邨第三座207-214室

電話：2319 2688

傳真：3016 9970

電郵：[info@sbhk.org.hk](mailto:info@sbhk.org.hk)