

89  
期

2022年3月

# 生命交流

非賣品

## 關注非活躍 及隱蔽長者



The Samaritan Befrienders Hong Kong  
香港撒瑪利亞防止自殺會

Listen · Company · Care · Grow 聆聽 · 同行 · 關愛 · 成長

- 05 我的家無瓦遮頭
- 07 生命教育之你怕5怕
- 11 「休·整·樂」從音樂啟發及引導自我關顧

# 序

長者人口比例不斷攀升，人口老化已是香港要面對的問題。當我們活著，必然會有老去的時候，身體機能會隨着年齡增長而逐漸衰退，亦容易失去對新事物的好奇，心態大有不同。

在日新月異的時代中，不論男女老幼都害怕跟不上步伐，長者的學習能力和身體機能比不上年輕的時候，更害怕被人視為「負累」，不敢事事尋求協助，怕打擾他人。在徬徨不安和怕被世界遺忘下，慢慢開始隱蔽自己，淡出社會的圈子，活在自己的世界中，免受傷害。

筆者認為每位長者的經歷都包含着一些珍貴的經驗，但往往這些經歷亦影響了他們的行為，究竟他們是開放或封閉，社會整體及身邊人的態度，都有著直接的決定因素。

今期主要讓大家認識到非活躍及隱蔽長者，探討他們遠離圈子的成因和背後原因，希望大眾除在了解這個群體同時，更要引導他們重返社會，一同守護年長一輩。

總幹事 曾展國



隨著本港人口老化問題持續，有關獨居長者議題日益增加。在持久的疫情及移民潮打擊下，不但削弱獨居、非活躍及隱蔽長者與親友及社會之間的連繫，而長時間在家中獨處，也容易令長者感到被拋棄和無助，繼而引起抑鬱或增加輕生的風險。

現時，本港長者自殺率及孤獨死亡的數字呈現上升趨勢，一班非活躍及隱蔽長者亦開始備受社會關注。據死因裁判法庭報告統計，2020年自殺死亡數字為1,018宗，當中60歲以上長者自殺死亡數字為437宗，佔整體死亡數字四成多。同時，孤獨死的個案亦屢見不鮮，更顯關注非活躍及隱蔽長者和安老政策刻不容緩。

## 認識非活躍及隱蔽長者

非活躍及隱蔽長者泛指不論是獨居或非獨居，卻與社會脫節，與人關係疏離，不了解時下社會問題及情況，更不會主動尋求協助。這類長者大多欠缺家庭、朋輩或社區的關注，不愛與他人有過多的交流，鮮有與他人聯繫，更不會發展密切的溝通關係，導致缺乏正常的人際關係，與社會隔離。他們亦不了解社區的支援，不善於在有需要時主動尋求適當的社會服務協助，最終導致成為非活躍及隱蔽長者的局面。

由於非活躍及隱蔽長者除欠缺身邊人士的支援、沒有正常的



圖片來源：NOW新聞

# “關注非活躍及隱蔽長者”



社交生活外，亦是不為現有社區支援網絡所知悉的群組，不止令社會服務網絡根本無從接觸，亦令服務人員無從入手處理。這群長者與獨居長者一樣需要日常及安全生活的服務支援外，更需要與人保持社交接觸，與社會維持關係，減低非活躍及隱蔽長者潛藏的危機，繼而走出隱蔽圈子。

## 非活躍及隱蔽長者的類型及特徵

隱蔽長者主要有兩類：自願隱蔽和被迫隱蔽。據了解，普遍隱蔽長者大多出於自願性質。這類自願隱蔽長者主要成因有心靈方面，就算身體情況許可下，他們寧願在公園閒坐亦不願走入長者或社區中心參與活動。除了害怕中心的規範外，也就性格、語言等因素不太願意與人多言和交心。當中以男性長者為居多，而且在他們的自我概念中，認為自己是有能力處理或解決問題，為避免麻煩別人或保護自尊，而拒絕接受服務和支援。

另一方面，被迫隱蔽長者則因身體情況不樂觀，例如：不良於行，甚或須長期臥床。這類長者因受身體方面的限制，長期處於居室中，與外間接觸較少，無法獲得相關的服務資訊，以致無法利用社區服務，在尋找協助時，無從下手如何聯絡該部門或人士。亦有部分是因為社會的冷漠及忽視，而被迫

成為隱蔽長者。基於現有的社區支援網絡未完善，以上不為人知的情況，在沒有長者或身邊人士主動求助下，則無從接觸及入手處理，這也是服務人員面對的困境。

一般情況下，從下列8個特徵中可分析你身邊是否有隱蔽長者：

- 1 獨居或與家人同住但無力提供照顧
- 2 有經濟困難
- 3 社交網絡及圈子薄弱
- 4 自理能力及居住環境較差
- 5 對社區內的服務資訊不了解
- 6 身體健康欠佳
- 7 缺乏家人關懷且怕與別人溝通
- 8 有服務需要，但拒絕接受支援

## 政府的協助

現時本港是依靠受資助的非政府福利機構和坊間自願團體去接觸及發掘社區中的隱蔽長者，政府是有義務做好本港的隱蔽長者相關的統計和雙向了解的工作。在社區資源上，與本地醫院及福利機構共同合作加強地區支援，提供合適醫



圖片來源：HK01 長者屋

療及支援予長者，而非單靠有需要人士的主動求助；與教育機構一同加強外展服務的質素及提升服務人員的敏感度，完善現有的社區支援網絡；與本地校園一同推廣關懷長者的教育方針。

## 社會大眾的協助

現今社會發展迅速，長者無法跟上社會節奏，容易產生「老而無用」的自卑感，繼而隱蔽自己，進一步與社會隔絕。此時，大眾除多關懷及關注身邊長者，給予長者應有的尊重與呵護外，亦須加強整體社會敬老的文化。此舉非讓長者消極待老、養老或擁有傳統社會中的權威，而是讓社會通過打造社區長者參與平台或活動、開展民間長者組織，提供長者們可共同參與社會、發揮潛能的平台和機會。使長者們可融入現今社會中，並繼續發揮其自身作用和價值，從而建立和提升他們的自我認可、自尊及多層次的心靈需要。

## 個人的協助

個人、親友和義工可怎樣協助隱蔽長者呢？答案很簡單就是主動及熱心參與。社會的冷漠、年老的自卑感、親朋好友的離開、疫情等因素，都令長者步向隱蔽的道路。然而，我們的一些日常微細的主動行為，如見面時點頭打招呼、主動聯繫和接觸、陪伴及探訪等簡單的親善舉動，都能夠為隱蔽長者的內心點起一點光，讓他們感受到人間有情，減少恐懼和焦慮的影響。從而引導隱蔽長者踏出第一步，參與社區活動、與人交流及了解社區，減低與社會疏離感，並建立同輩群體中的網絡，使他們獲得更多的社會支持。

## 疫情及移民潮下，老友記的守護者

現時因應疫情的關係，大眾減少社交接觸和採取預防感染措施，部分安老院及義工亦實施有限度的探訪安排，措施目的雖好，卻削弱長者與他人之間的交流，亦令長者因不能與家人及朋友見面，而感到被拋棄和孤獨。然而，我們可以利用視像通話等技術進行互動，讓居住在安老院的長者或親人得悉他們沒有被遺忘。

另一方面，近年的移民潮影響下，有家庭決定只限成年子女和孫兒舉家移民，老人未能跟隨離港，此舉或會引發新一波獨居及隱蔽長者危機。據了解，長者因失去家庭成員及情感依附，易誘發負面情緒問題，產生被遺棄和孤寂的感覺，亦增加輕生的風險。作為家人，應與長者一同制定有規律及固定的視像會面，令長者能得到安慰，感到被尊重；作為鄰里，應提高警覺，主動留意同層中會否有經常足不出戶或獨居的長者，發揮守望相助精神。除積極拍門問安，以確保長者在內平安，閒時亦可短暫相聚了解長者有沒有其他需要。同時，多了解和善用社區網絡和資源，當身邊有長者需要時，即轉介他們接受專業幫助。



圖片來源：HK01



# 無家長者

圖片來源：HK01

## 何謂無家者？

提起無家者，大家對他們會有怎樣的印象？是可憐？無奈？老弱？失敗者？骯髒？這些都是我們在媒體上接收到的印象。

無家者並非全是露宿者，露宿者佔六成半，其他還有面臨無家可歸和那些住在惡劣居所的人士，他們無家可歸或缺乏一個適切的家。根據「全港無家者人口統計調查2021」結果研究顯示711份無家者問卷中，無家者主要為中年及老年為主，約有百分之三十為60歲-70歲。

為甚麼會有這麼多長者無家可歸？是香港基層的保障政策照顧不到嗎？

基督教關懷無家者協會的社工告訴我們，每位無家者的背後都承載著獨特的故事，有很多不只是溫飽的考慮，還有更多的考慮在內，讓我們更應該做的是尊重他們的選擇。

在社工的分享當中，我們透過錄像知道無家者們需要的不只是一個容身之所或一系列物資，部份無家者期望的是大眾看待「露宿者」這個身份時，不要向他們表露嫌棄的目

光，他們需要的是被尊重。印象特別深刻的是一位男長者曾說：「你俾物資我有咩用？我用得幾多？你當我正常人就得喇！」也許他們真正需要的不是被協助，反之是彼此間平等的對待。

**人各有志，各有所需**站在他們的角度想想，原來我們以為的需要，不一定就是別人的需要。



大家或者可以回想一下，我們幫助別人的時候，很多時候可能是由自己「覺得」作為出發點，「我覺得佢要幫手」、「我覺得佢應該應付唔到，所以要幫佢」，這些主動幫忙的想法大部份時候的確是幫上了忙，但不是所有情況都是我「覺得」就是正確。

協會社工告訴我們，有部份的無家者是有「上樓」機會，但他們最終沒有選擇「上樓」。在我們眼中也許會慨嘆他們浪費了機會，但在他們眼中，他們不一定會採取「我們覺得」的選擇，我們也要尊重他們「覺得」重要的選擇。

他們也許需要的是掌握在自己手中的選擇權，自己才是最清楚自己需要甚麼。

## 活出彩虹服務 - 國際自殺者親友關懷日

國際自殺者親友關懷日來源及背景本會活出彩虹服務於2004年成立，旨在關懷和支援自殺身故者親友，轉眼之間已有18年之久了！而每年11月在感恩節前的星期六，便是國際自殺者親友關懷日。大家可知道這個日子的由來嗎？

在1999年，美國參議員哈里·瑞德（Harry Reid）提倡，在美國感恩節的前一個週六訂為「國際自殺者親友關懷日（International Survivors of Suicide Loss Day）」，寄望引發更多人關注自殺身故者親友的需要，並鼓勵自殺者親友互相支持。據說，瑞德將「國際自殺者親友關懷日」訂立在感恩節前夕，是有其特別原因的。由於感恩節往往是團聚和歡樂的日子，但對於自殺身故者親友而言，當見到別人歡聚慶祝時，他們不但難以心存感恩，很多時更會觸景傷情。因此，瑞德認為他們在感恩節前夕特別需要陪伴、關懷和支持。

最近從網上媒體報導得悉，哈里·瑞德已於2021年12月28日因病去世。他的黨友形容他堅強如鐵，但卻充滿愛心和同理心，並願意為那些有需要幫助的人伸出援助之手。據悉，瑞德出身平凡，他的父親是一名酗酒礦工，最後更自殺身亡。身為自殺者的兒子，他深深感受到自殺身故者的親友的悲傷愁苦。他藉著訂立「自殺者親友關懷日」，提昇社會對自殺身故者親友的關注。



## 國際自殺者親友關懷日2021活動回顧

今年（2021年）的國際自殺者親友關懷日在11月20日，活出彩虹服務一如既往地舉辦了思親活動，主題為「從心出發·友你同行」，與一班自殺身故者的親友們在這天共聚，並一起進行戶外活動。在風和日麗的早上，各組員都精神抖擻，準時出發前往長洲。在活動中，親友們分享他們的故事，一起懷念逝去的親友，一同過渡喪親的哀痛，一路相互支持和鼓勵。



在這裡，誠心向哈里·瑞德先生致敬。是他凝聚了力量，讓更多人支持和關懷自殺者的親友，以助他們走過生命中的黑暗和低潮，邁向新生活。



# 生命教育之你怕5怕



不同的時候，我們有不同的「怕」，就如小時候我們會害怕痛楚、中學的時候會害怕「瘀」，擔心被身邊同學好友知道後，把他們笑得人仰馬翻，並時刻說出來嘲笑一翻。長大後，我們可能會害怕工作上的轉變。然而，這些「怕」常令我們卻步，少了一些體會、經歷與身長。



## 第1怕：小學期的怕痛

如果身體受了傷，我們都會細心護理，止血、消毒、貼上膠布，嚴重的要縫針，更會小心呵護傷口，免得再次受傷。可是，心靈上的痛與受傷，我們很多時只是塗上了厚厚的遮瑕膏，把它狠狠的遮蓋，讓自己看不見那傷口，那就以為沒事了，但一觸碰了，發現原來傷口還會痛，而且痛得在淌淚。在真正處理之前，我們可能還避免觸及內心的傷口而畏首畏尾，或許這令我們錯過了展現真正自己的機會。

## 第2怕：中學期的怕瘀

我們在中學時期，很在意他人的目光，介意在別人眼中留下壞印象，尤其是在自己的朋輩面前，如果做了「瘀」事，真的會被人笑一輩子，所以大家都很循規蹈矩，不會有很多新嘗試。

「瘀」只是一時的，一兩日後可能已無人記得。因怕「瘀」而退縮的性格，可能令自己缺少了一些做瘋狂事的回憶。



## 第3怕：成年期的怕後悔

相比起「瘀」，後悔似乎是一種更加痛苦的感覺。「後悔」包含著一種自責、懊惱、對自己的怨恨，而且後悔者，不可修補也，是一種只可追憶到，想追也不到的無力感。

我們去看一些名人的專訪時，會看到當他們談到自己以往的「瘀」事時，往往一笑置之，與主持人一起笑著當時自己所出的洋相，自嘲一番。但當談到後悔的事時，往往訪問對象大多都不能釋懷，哭成淚人，彷彿心中永遠有條刺一般，令其遺憾萬分。

懂得悔恨當初無知的自己，才能成就未來了不起的你。





#### 第4怕：事業期的怕改變

不知道你們是否認同自己腦海內幻想的「改變」往往比現實中的「改變」更為恐怖，這令我們作出改變時，往往都花很多時間自我掙扎。害怕改變，因為改變往往要付出比以往更多的時間、心力、精神，甚至要為改變後的結果擔憂及不安。

不過請記住，只要你願意，決定「改變」的選擇權永遠在你手，由你掌握。還有，「改變」，也許沒有你想像中的可怕。

#### 第5怕：老年期的怕死

我們都怕死亡，更加害怕自己重視之人的死亡。生命有限，才顯得每人每日的二十四小時珍貴無比。有人選擇浪費，有人選擇善用；有人選擇陪伴家人，有人選擇勤於工作，但無論你的選擇如何，與你重視之人分離的日子終會到來。不是你先行，就是他們先走。

我們都沒權阻止命裡的聚散，卻有能力把握現在，不怕「瘀」地盡力實現那宏大的夢想、不讓自己後悔地向雙親表達關懷及陪伴、不怕改變的去踏出舒適圈作出嘗試。之前探討的各種「怕」，在生命計時器面前，似乎變得微不足道。我們也許不是害怕死亡，而是不想帶著遺憾的離開這個世界。



如果想觀看《總幹事•多事幹》及《Kids Talk》  
的影片，可以到以下網頁及社交媒體瀏覽：

Lifetube網上生命教育平台：<https://lifetube.hk>

Facebook：Lifetube生命偶遇

Instagram：lifetube\_sbhk

MeWe：Lifetube生命偶遇



## 活動報導



### 機構全新網頁·全新體驗

香港撒瑪利亞防止自殺會全新網頁現已登場! 全新的網頁 (sbhk.org.hk) 實有賴不同單位的配合及支持, 不但設計簡約, 豐富內容, 更具自動調節設計介面, 方便各位於不同瀏覽器中使用。網站已整合舊有網頁之內容, 另會不時更新, 務求為大眾提供更多最新的動向及生命資訊。如連結到新網頁出現問題, 請嘗試清除歷史瀏覽記錄, 並重新進入網站。另外, 本會的舊有網頁 (w1.sbhk.org.hk) 將繼續保留最少3個月, 及後停止更新。

遺善最樂  
forevergift.hk

### 遺善最樂

香港撒瑪利亞防止自殺會與遺產捐贈平台「遺善最樂」合作, 提供足不出戶的訂立遺囑服務, 讓大眾能為慈善機構留下一份最後的禮物。不論大小, 都能為世界帶來改變及有助實踐更多有意義的計劃, 幫助更多有需要人士。「遺善最樂」是與香港的慈善機構及律師事務所合作, 推出免費遺囑製作服務的平台, 藉此鼓勵更多人透過簡單三步曲, 在遺囑中以捐贈形式, 延續個人的慈善意願, 詳情可參閱「遺善最樂」網址。有關訂立遺囑詳情, 建議先諮詢閣下的律師或瀏覽香港律師會網頁尋求相關協助。當訂立遺囑後, 也請讓家人知道閣下之意願, 讓他們了解您回饋社會這份心意並實行; 若您能預早告知本會有關您的遺產安排意願, 我們便能預早了解您的需要, 並作出妥善安排。

本會於「遺善最樂」網頁: <https://www.forevergift.hk/sbhk>



### Run Around 網上虛擬慈善跑

香港撒瑪利亞防止自殺會獲邀成為 RunAround: Round 2 虛擬跑比賽受惠機構! RunAround 將 Round 2 虛擬跑比賽的300個慈善名額之報名費用 (不扣除成本開支) 全數撥捐本會作預防自殺及推廣生命教育工作之用。感謝各位參與人士在運動的同時, 亦為慈善出一分力! 我們將所得的款項用於優化本會的生命教育和支持防止自殺服務的運作, 可持續的向大眾宣揚珍惜生命。





## 捐OK齊齊印e印仔 做慈善

有沒有想過e印仔除了可換購禮品或優惠外，更可以作慈善用途？OK便利店推出全新「捐贈e印仔」平台，由即日起至3月31日，每當您捐出一個OK便利店e印仔，OK便利店即代您捐出 \$1 \*做慈善。簡單4個步驟即完成一個善舉！

跟著下列步驟行動啦：

### 步驟：

1. 登入「OK齊齊印/ OK Stamp IT」應用程式
2. 按「分享e印仔」
3. 選擇受惠機構 - 香港撒瑪利亞防止自殺會
4. 按確定

為善最樂，在購物同時亦可做慈善，一舉兩得，不妨鼓勵身邊的親朋好友們齊齊行動啦！

\*受條款及細則約束，詳情請參閱：<https://bit.ly/309h19Y>



## 九龍區 賣旗日2022

香港撒瑪利亞防止自殺會本年度九龍區賣旗日已於2022年2月26日(星期六)圓滿結束。近年因應疫情，本會的大型籌款活動被迫取消及擱置，而九龍區賣旗日由實體活動改為線上賣旗。

感謝各位善長慷慨解囊！是次活動善長的捐款將全數用於加強本會生命教育及支持防止自殺服務的運作，以繼續向大眾宣揚  
珍惜生命。



越嶺專業培訓及發展中心  
Professional Training &  
Development Centre

# 『休·整·樂』從音樂啟發 以及引導自我關顧 工作坊回顧

撰文：導師楊文婷小姐

## 音樂治療簡介

音樂在我們生活中扮演著不同的角色：教育、娛樂、陶冶性情等等。「樂」和「藥」兩字的相連，自古而來，音樂的「樂」是被視為如同「藥」一樣的存在。現代的音樂治療亦有實證證明能夠幫助提升生理機能，以及在心理層面幫助受助者舒緩壓力，提升生活質素。

音樂治療的形式，包括即興合奏音樂、編寫詞曲、聆聽音樂與想像、聆聽及討論喜歡的曲目、音樂舞動、透過聲樂連接內在的情感、透過樂器扮演不同角色，從不同角度了解自己與人際關係的互動。參加者即使完全不懂音樂，也能夠參與音樂治療。只要有一份好奇以及開放的心，就能夠擁有一個「低技巧，高敏感度」的音樂探索過程。即使是長哼一個音，只要是真情的表達，內在的感受都得以彰顯，以及被聆聽、被瞭解。

## 工作坊回顧

11月進行的「休·整·樂」從音樂啟發以及引導自我關顧工作坊，「休」，期望參加者能夠有一個滋養的空間休息；「整」，是透過音樂的啟發，接觸以及梳理內在的想法以及感受；「樂」，是能夠苦中作樂，在困難時刻中給予自己一點慰藉。當日參與的朋友，有中學生，有社工，也有老師和成年人。

由邀請參加者回顧自己的「自我關顧」及意義作為開始，透過藝術方式例如樂器、舞動，啟發聯想，藉此整理一下自己生活現正遇上的挑戰。「整理」是實踐自我關顧最重要一環，參加者透過整理，慢慢建立自我覺察，並意識到自己需要改變。亦可從自己的創作中感受到自己的內在力量，從而讓自己為自己負責，為自己的生活尋求改變。過程中，參加者需要以慈悲待己，照顧好自己的內在，疼愛自己，願意原諒自己的「過錯」、「遺憾」、「未能完成的事」，放開介懷，並擁抱真實的自我。

結合音樂及藝術方式，好處是輕易啟迪參加者的內在小孩、創造力及好奇心，利用蘊含隱喻的象徵 (symbol) 以及非言語的表達方式，安全地將一些難以言表的感受抒發出來。最後，在「樂」的部分，參加者透過呼吸練習，在一個放鬆的狀態下聆聽寧靜和美妙的古典音樂，體驗溫暖、慈愛、被滋養等。及後，利用水彩混色表達自己對未來的一些期盼。

越嶺專業培訓及發展中心提供更多輔導及

心理治療課程，詳情請參閱

網頁：[www.sbhk.org.hk/ur-link](http://www.sbhk.org.hk/ur-link)

Facebook專頁：[www.facebook.com/UrLinkPTDC/](https://www.facebook.com/UrLinkPTDC/)

如有查詢，歡迎與中心職員聯絡

電話：2790 9022

WhatsApp：6446 7749

電郵：[Ur-link@sbhk.org.hk](mailto:Ur-link@sbhk.org.hk)

# 香港撒瑪利亞防止自殺會 捐款表格

預防勝於補救，推廣珍惜生命極為重要。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缺乏面對逆境的能力及關心。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。

## 捐款資料

- 我願意每月定額捐款  HK\$500  HK\$300  HK\$150  其他 HK\$ \_\_\_\_\_  
 我願意一次性捐款  HK\$3,000  HK\$1,500  HK\$500  其他 HK\$ \_\_\_\_\_

## 捐款者資料

英文姓名 \_\_\_\_\_ (Mr. / Ms. / Miss) 中文姓名 \_\_\_\_\_ (先生 / 女士 / 小姐)  
身份證號碼 \_\_\_\_\_ 地址 \_\_\_\_\_  
聯絡電話 \_\_\_\_\_ 電郵 \_\_\_\_\_

## 捐款方法

- 信用卡  
 Visa  Master  
信用卡號碼 \_\_\_\_\_  
有效期至 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 年 (最少兩個月有效期)  
持卡人姓名 \_\_\_\_\_  
持卡人簽署 \_\_\_\_\_
- 銀行自動轉賬 (授權書於稍後寄上) 【每月定額捐款主要方法】  
 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)  
注意：每個繳費靈戶口每天捐款上限為港幣五千元正。  
 網上捐款：<https://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 CSW」(免郵費)。  
如你希望每月定額捐款，亦可把填妥之表格傳真至 3016 9970。  
捐款港幣 \$100 元以上，可憑收據申請扣稅。(稅局編號：91/1498)

「生命交流」已上載至網站 <http://www.sbhk.org.hk/>  
(如不欲收到印刷版本，請電郵至 [care@sbhk.org.hk](mailto:care@sbhk.org.hk))

E	POSTAGE PAID HONG KONG CHINA 中國香港 郵資已付	Permit No. 06470
---	--	------------------------



## 感謝您的支持！

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準則

- 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。

### 查閱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閱、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：九龍白田鄺瑞田樓 B 座 3 樓 1 室  
電話：2319 2688  
傳真：3016 9970  
電郵：[care@sbhk.org.hk](mailto:care@sbhk.org.hk)

24 小時情緒支援熱線：2389 2222

英語情緒支援熱線：2389 2223

本會網站：<https://www.sbhk.org.hk>

Chat 窿 (網上聊天服務)：<https://chatpoint.org.hk>

Lifetube (網上生命教育平台)：<https://lifetube.hk>

本會推廣及宣傳專頁：[www.facebook.com/sbhk.org](http://www.facebook.com/sbhk.org)