

離島區議會
旅遊漁農、環境衛生及氣候變化委員會
文件 TAFEHCCC 63/2020 號

離島健康城市及長者友善社區工作小組
2020-2021 年度活動建議

目的

本文件旨在請旅遊漁農、環境衛生及氣候變化委員會(旅環會)委員考慮通過撥款合共 482,700 元，供離島健康城市及長者友善社區工作小組(工作小組)舉辦四項活動：「離島青年營 2020」、「東涌關懷行動『愛·在左右 疫境同行』」、「2020- 21 年度離島區健康社區推廣活動」及「『離島健康城市-面向社區行動』專屬網站的管理及運作」。

背景

2. 工作小組於本年 7 月 13 日的會議上通過 2020-2021 年度活動建議，現匯報詳細活動內容及預算開支如下：

(1) 離島青年營 2020

工作小組通過繼續與離島區青年活動委員會合辦「離島青年營 2020」，但礙於疫情發展，建議將本年度活動押後至 12 月舉行。活動計劃書及項目支出預算請參閱附件一。

(2) 東涌關懷行動「愛·在左右 疫境同行」

工作小組通過繼續舉辦「東涌關懷行動」及發信邀請區內非政府機構合作。秘書處於本年 7 月 27 日發信邀請離島區非政府機構合辦有關活動，並獲東涌安全健康城市回覆表示有意參與計劃。活動計劃書及項目支出預算請參閱附件二。

(3) 2020-21 年度離島區健康社區推廣活動

工作小組於本年 7 月 13 日的會議上通過撥款 70,000 元，以舉辦「2020- 21 年度離島區健康社區推廣活動」，並通過有關活動建議。

現邀請各位成員考慮及通過下列活動細節。

為推廣離島區居民自我保健以提高預防疾病的意識，工作小組計劃與專業醫療團體合作，在離島區籌辦共兩場健康社區推廣活動，詳情如下：

活動名稱	： 2020-21 年度離島區健康社區推廣活動
日期	： 2021 年 1 月至 2 月間，共兩天(星期六)
地點	： 東涌社區會堂及長洲海傍街體育館
主辦機構	： 離島健康城市及長者友善社區工作小組
活動內容及安排	： 活動內容包括健康宣傳展覽、派發健康資料及健康宣傳用品，以及健康檢查服務(檢查項目包括量度血壓、體重指數、脂肪比例、血糖及膽固醇等)
預算開支	： 70,000 元(詳見附件三)

(4) 「離島健康城市-面向社區行動」專屬網站的管理及運作

工作小組於本年 7 月 13 日的會議上通過撥款 5,000 元，以委託承辦商管理網站。

現請各位成員考慮及通過下列活動細節。

工作小組自 2010 年開始委託承辦商為小組專屬網站提供管理服務，以發布工作小組的最新動向及健康生活訊息。2019-20 年度的合約將於本年 10 月 31 日屆滿，為維持網站運作，工作小組建議繼續委託合適承辦商提供網頁寄存及管理服務，合約期為一年，由 2020 年 11 月 1 日至 2021 年 10 月 31 日，預算開支為 5,000 元，詳見附件四。

活動總開支

上述第二項活動，即東涌關懷行動「愛·在左右 疫境同行」原定預算開支為 90,000 元，但獲報價後的最新預算開支為 92,700 元，因此健康城市活動總開支為 482,700 元，超出原定區議會通過的 480,000 元撥款分配金額。現請各委員考慮是否原則上支持有關建議，如獲委員支持，會將上述建議提

交區議會，獲通過後才能推行。

除東涌關懷行動「愛·在左右 疫境同行」外，亦請各委員考慮支持其他三項活動建議。

工作小組的建議

3. 旅環會轄下工作小組於本年 8 月 20 日以傳閱文件方式，通過原則上支持東涌關懷行動「愛·在左右 疫境同行」建議，以及支持其他三項活動建議。現正就東涌關懷行動「愛·在左右 疫境同行」建議徵詢旅環會委員意見，如獲得通過會提交區議會，獲通過後才能推行。如所有建議獲得通過，工作小組將展開籌備工作及跟進活動事宜，並會定期向旅環會匯報工作進度。

文件提交

4. 為盡快展開籌備工作，現以傳閱文件方式，請委員考慮及通過上文第 3 段的建議，並於 **2020 年 8 月 31 日(星期一)中午 12 時或之前**把填妥的夾附回條交回離島區議會秘書處。

離島區議會秘書處

檔號：IDC 13/2/3/2 (6)

日期：2020 年 8 月 25 日

「離島青年營 2020」活動計劃書

活動背景資料

自 2011 年起，工作小組每年暑假均與離島區青年活動委員合辦「離島青年營」，以培養區內青年的團隊精神及領導能力，並提供交流平台。各屆籌備委員會委員及組長都會參與前期準備工作及後續活動，充分展現薪火相傳的精神。「離島青年營」已成為區內的主要暑期活動，但礙於疫情發展，建議將本年度活動押後至 12 月舉行。

活動目的

- 鍛煉離島區青年的意志及鼓勵獨立思考
- 培養離島區青年的團隊精神及領導才能
- 提升離島區青年的解難及抗逆能力
- 提供平台讓區內青年交流

活動詳情

日期：2020 年 12 月(暫定)

地點：離島區的營地

對象：離島區中四至中六學生及區內青年

(除向區內中學及志願團體發邀請函外，亦會公開招募)

名額：120 人

活動安排及內容

宿營活動及歷奇訓練為期四日三夜，藉此提升參加者的抗逆和解難能力，以及協助他們培養團隊精神及領導才能，以期為同儕帶來正面影響。暫擬活動內容包括歷奇訓練、水上訓練、城市定向、小組討論等。

離島區青年聯會、水警海港區少年警訊、大嶼山區少年警訊、東涌青年會及離島區傑出學生會為歷屆「離島青年營」的支持機構，多次與工作小組及委員會合作，經驗豐富，而且服務網絡廣闊。香港迪士尼樂園度假區亦為歷屆「離島青年營」支持機構之一，曾免費提供樂園門票予參加者。現建議繼續邀請上述機構擔任「離島青年營 2020」的支持機構，協助招募參加者及籌辦活動。

預算開支

港幣 315,000 元

離島青年營 2020

項目支出預算

支出項目		預算金額
(1)	營費，包括：包營 120 人營費(三日)、日營營費(一日)、膳食費用、營內場地及器材費用等	128,000 元
(2)	營地活動，包括：水上活動及教練費用、歷奇活動及教練費用、原野烹飪及導師費用	55,000 元
(3)	迎新日及青年營各項活動物資，包括：音響設備、教材、學習用品、團隊訓練活動用品、運送物資及文具等	27,600 元
(4)	開幕禮及閉幕禮製作，包括：典禮儀式、嘉賓茶點、嘉賓演講津貼、典禮用品、嘉賓錦旗等	7,000 元
(5)	交通費用(租用三架旅遊巴由東涌前往營地)	7,500 元
(6)	營衣設計及製作 350 件(參加者/組長/籌委/義工/嘉賓每人兩件)	17,500 元
(7)	營刊、證書、橫額設計及製作	4,500 元
(8)	十周年紀念品設計及製作，包括：十周年紀念標誌、紀念 T 恤設計及製作(180 件)	12,000 元
(9)	緊急救傷用品及防疫物資，包括：口罩、酒精搓手液、濕紙巾、探熱器等	9,500 元
(10)	攝影、錄影、剪接及製作短片、製作 USB 儲存器等	36,000 元
(11)*	社區幹事費用 155 小時 x 62.1 元 x 1.05(強積金)	10,106.78 元
(12)*	雜項開支	293.22 元
總計：		315,000 元

*由於社區幹事的時薪已由 56.5 元上調至 62.1 元，現建議調整早前獲工作小組通過的社區幹事費用及雜項開支預算。

東涌關懷行動「愛·在左右 疫境同行」活動計劃書

活動背景資料

工作小組在過去兩年舉辦「東涌關懷行動」，訓練義工加強識別需要支援的鄰舍、家人及朋友，協助社區人士對長期病患者及有需要人士提高警覺，以及建立東涌關愛文化及社區互助精神；活動亦會接觸有需要人士，並按需要將個案轉介非政府機構跟進，以便有需要人士能及早獲得支援。

活動詳情

項目名稱	東涌關懷行動「愛·在左右 疫境同行」
項目簡介	<p>東涌區內近年發生多宗墜樓事件，在 2019 年 1 月至 6 月期間，已發生六宗不幸事件，據悉原因大多是因患病或情緒困擾。鑑於自去年發生的社會事件及今年上半年的疫情影響，東涌居民飽受失業、開工不足、家庭關係不和、育兒管教、抗疫等問題困擾，以致身心疲累，更有部分人因而引發不同程度的焦慮症及精神健康隱患，情況令人憂慮。計劃旨在聯繫區內社福機構、地區團體、醫院和學校，一同籌辦「東涌關懷行動」，匯集社區不同專業人士及持份者共商對策，提升居民對自己精神健康的關注，並留意及關心鄰里，鼓勵大家在共同抗疫期間，放鬆心情，並透過不同機構推行的舒壓活動，為自己及身邊人打氣。</p> <p>計劃共分為四個項目，內容如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 「愛·動起來」舒壓小組 2. 「愛·笑常在」短片製作 3. 「愛·祝福再祝福」社區藝術裝置 4. 「愛·在左右」零距離閉幕禮 <p>由於新冠肺炎疫情持續，工作小組已與各機構和學校取得共識，如計劃推行期間受社交距離規定或限聚令所限，將改以網上模式授課，鼓勵服務使用者在家中參與。</p>
項目目的	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識和及早察覺自己情緒及精神健康狀況； 2. 加強識別及支援有需要的鄰舍或家人朋友；以及 3. 推動及提倡以正向、積極的態度共同面對疫境。
估算活動成效	<ul style="list-style-type: none"> ● 70%參加者認同參加活動後更認識自己的情緒狀態； ● 70%參加者認同參加活動後懂得以不同方式表達情緒； ● 70%參加者認同參加活動後能幫助自己舒壓；以及 ● 70%參加者認為自己較以往積極參與社區活動。
估算活動參與人數	<ul style="list-style-type: none"> ● 參與總人數約 1 680 人
開展日期	2020 年 9 月
完成日期	2021 年 1 月
活動地點	東涌

受惠人士類別	<ol style="list-style-type: none"> 1. 長者 2. 婦女 3. 青年 4. 兒童 5. 精神病康復者
協辦團體	<ol style="list-style-type: none"> 1. 鄰舍輔導會 2. 香港聖公會東涌綜合服務中心 3. 新生精神康復會安泰軒(離島) 4. 香港基督教女青年會中西區及離島青年外展社工作隊 5. 香港基督教青年會 6. 離島婦聯 7. 東涌青年會 8. 香港教育工作者聯會黃楚標中學 9. 港青基信書院 10. 東涌天主教學校 11. 創毅物業服務顧問有限公司 12. 中海物業集團有限公司 13. 靈美創意培育基金

活動安排及內容

項目一：「愛·動起來」舒壓小組

日期	2020年9月至12月
活動內容	<p>目的：1. 參加者認識自己情緒狀態，提升對自己精神健康的關注； 2. 透過不同減壓方式，幫助居民學習放鬆及活在當下；以及 3. 鼓勵與身邊人一同參與，以正面心情面對疫境。</p> <p>1. 快樂椅子舞 日期：2020年9月至12月 內容：「快樂椅子舞」為音樂運動小組，為不同身體狀態的服務對象提供安全及適量的運動，同時促進輕鬆的社交活動，務求寓運動於娛樂，以改善情緒及透過運動獲得自信及成功感，感受關愛及展現自我。 參與形式及地點：如疫情緩和，將以工作坊形式在學校或社區會堂進行。 預計參與人數：每組40人，共三組(120人) 節數：每組兩節，共六節 協辦機構：尊賢會</p> <p>2. 「靜觀其變」工作坊 日期：2020年9月至11月 內容：靜觀是指有意識地、不加批判地、留心當下此刻而升起的覺察力(卡巴金，2013)，透過靜觀練習，包括身體掃描、靜觀伸展、靜觀步行、靜坐等，讓參加者在壓迫的生活節奏下，可以有喘息的空間，以緩解情緒。</p>

	<p>參與形式及地點：如疫情緩和及限聚令放寬，可以工作坊形式在學校或社區會堂進行。</p> <p>預計參與人數：每組 15 人，共四組(60 人)</p> <p>節數：每組兩節，共八節</p> <p>協辦機構：新生精神康復會安泰軒(離島)</p> <p>3. 「情緒垃圾桶」工作坊</p> <p>日期：2020 年 9 月至 11 月</p> <p>內容：由專業社工及藝術師到訪學校，與同學分享如何以藝術表達情緒及製作「情緒垃圾桶」，鼓勵以正面方法表達情緒。</p> <p>預計參與人數：每組 15 人，共五組(75 人)</p> <p>對象：區內五間中小學校或機構</p> <p>節數：10 節，每節 1.5 小時</p> <p>協辦團體：靈美創意培育基金</p>
參加人數	255 人
活動地點	各參加學校/機構

項目二：「愛·笑常在」短片製作

日期	2020 年 10 月至 12 月
活動內容	<p>邀請機構及學校策動年輕人和學生拍攝及製作六段約一分鐘的抗疫打氣短片，宣揚同心抗疫、積極人生、樂於助人及分享等正向訊息。</p> <p>參與形式：設立「東涌關懷行動」頻道，於不同羣組發放，並與屋邨物管公司聯絡，安排在升降機大堂播放，讓居民可以在短時間內接收到正向訊息，亦可考慮透過學校網絡羣組，將短片發送給學生，以廣泛發放訊息。</p>
預計參與人數	100 人，觀賞人次：3 000 人

項目三：「愛·祝福再祝福」社區藝術裝置

日期	2020 年 10 月至 12 月
活動內容	<p>1. 「愛·祝福再祝福」鋁罐藝術裝置</p> <p>內容：由社工帶領「生活甜味」工作坊，細味疫境中值得珍惜及欣賞的片段；並由藝術師帶領參加者利用鋁罐製作「祝福圖案」，製成品將於東涌公眾地方展出，讓東涌居民一同欣賞共同製作的藝術裝置。</p> <p>預計參與人數：1 000 人</p> <p>對象：區內 10 間中小學校或機構</p> <p>節數：10 節，每節 1.5 小時</p> <p>協辦團體：靈美創意培育基金</p>
預計服務人數	1 000 人
活動地點	東涌安東街

項目四：「愛·在左右」零距離閉幕禮

日期	2021 年 1 月
活動內容	目的：匯報計劃成果及向參加者頒發證書，並為大型藝術裝置舉行開幕禮。 內容：快樂椅子舞、播放短片、證書頒發、為大型藝術裝置舉行開幕禮。 如屆時仍受限聚令所限，活動將以網上直播形式舉行，現場只安排機構或義工代表參與。
預計參加人數	300 人
活動地點	安東街臨時足球場

預算開支

港幣 92,700 元

東涌關懷行動「愛·在左右 疫境同行」
項目支出預算

支出項目		預算金額(元)
(1)	「愛·動起來」舒壓小組	30,950
(2)	「愛·笑常在」短片製作	19,350
(3)	「愛·祝福再祝福」社區藝術裝置	22,900
(4)	「愛·在左右」零距離閉幕禮	14,500
(5)	審計費	5,000
	總計：	92,700

項目詳情

項目一：「愛·動起來」舒壓小組

活動開支	開支項目	單價(元)	數目	金額(元)
	「快樂椅子舞」導師費	1,000	6	6,000
	「靜觀其變」導師費	800	8	6,400
	「情緒垃圾桶」導師費 (兩位藝術家)	1,600	10	16,000
	宣傳： 橫額三幅(設計連製作)	350	3	1,050
	活動物資 (卡紙、顏色、文具)	1,500	1	1,500
			小計	30,950

項目二：「愛·笑常在」短片製作

活動開支	開支項目	單價(元)	數目	金額(元)
	拍片及剪片支援	3,000	6	18,000
	道具物資	650	1	650
	義工主持公共交通開支	35	20	700
			小計	19,350

項目三：「愛·祝福再祝福」社區藝術裝置

活動開支	開支項目	單價(元)	數目	金額(元)
	「生活甜味」工作坊導師費(社工)	600	10	6,000
	「祝福再祝福」鋁罐藝術裝置後期製作費(五位藝術家)	2,000	5	10,000
	活動物資費(顏色筆、畫紙、剪刀、鐵線)	4,500	1	4,500
	運輸費	1,000	1	1,000
	宣傳橫額(設計連製作)	350	4	1,400
			小計	22,900

項目四：「愛·在左右」零距離閉幕禮

活動開支	開支項目	單價(元)	數目	金額(元)
	背幕、舞台	5,000	1	12,000
	音響	4,000	1	
	椅子租借	10	300	
	活動開支(證書卡紙、相架)	800	1	800
	飲品	5	200	1,000
	攝影費	700	1	700
			小計	14,500

雜項：審計費

活動開支	開支項目	單價(元)	數目	金額(元)
	審計費	5,000	1	5,000
			小計	5,000

2020-21 年度離島區健康社區推廣活動預算開支

支出項目			預算金額 (元)
(1)	健康檢查服務費用(包括醫護人員專業評估及諮詢)	健康檢查項目包括量度血壓、體重指數、脂肪比例、血糖及膽固醇等	35,000
(2)	場地佈置、製作橫額、租用活動設備、採購活動物資及相關運送費用	-	14,000
(3)	健康宣傳用品採購及運送費用	品牌沐浴露(香港行貨) (容量不少於 600 毫升) 共 500 支	14,000
(4)	幹事費用	100 小時 x62.1 元 x1.05(強積金)	6,520.5
(5)	雜費	郵費及所需文具等費用	479.5
總額：			70,000

*最終提供的健康檢查項目將視乎實際報價及場地情況而定。

附件四

「離島健康城市-面向社區行動」專屬網站的管理及運作預算開支

支出項目		預算金額 (元)
(1)	維持網頁運作費用 (包括網頁寄存及管理服務)	4,500
(2)	幹事費用 (六小時 x 62.1 元 x 1.05 (強積金))	391.23
(3)	雜費 (包括文具及郵費等)	108.77
總額：		5,000