



## 傅劉淑儀女士 香港心理衛生會總主任（服務）

傅劉淑儀為註冊社工，自 1994 年任職香港心理衛生會。除負責督導精神康復服務單位外，亦於 2000 年 4 月協助正式成立教育中心，為公眾提供專業及多元化的教育及心理健康推廣活動。過去多年，教育中心集中關注青少年及在職人士心理健康，提供 24 小時心理健康資訊熱線、輔導服務、心理健康專題出版、義工訓練、公眾教育及培訓活動、精神健康急救課程。傅劉淑儀於 2002 年成功向健康護理及促進基金申請資助「豐盛晚年 - 長者心理健康推廣計劃」，致力培訓職工，加強員工照顧長者心理需要的能力。亦於 2006 年成功申請健康紅企業計劃 - 目標為提倡工作間的精神健康和提昇僱員應付壓力的能力。

### 簡介

香港心理衛生會於 1954 年成立，為一間政府資助之社會服務機構，宗旨在推廣心理衛生教育及提供康復服務予弱智人士及精神病康復者。為了加強市民大眾對心理健康的認識，及促進社會人士關懷精神病患者，香港心理衛生會教育中心於 2000 年 4 月正式投入服務，為公眾提供專業及多元化的教育及心理健康推廣活動。

### 背景

本會教育中心乃非政府資助單位，大部份的行政、人手及辦公室開支主要來自籌款及收費，亦積極申請相關基金的短期撥款，配合中心的目標主題，以施行特定計劃或活動。2000 - 2003 年度集中中學生精神健康，申請優質教育基金「情緒管理流動教室」、「心靈空間」。近年來，致力於健康工作間及僱員培訓計劃，並成功申請健康護理及促進基金之撥款。

### 計劃

健康紅企業計劃 — 提倡工作間的精神健康

### 理念

眾多調查反映工作壓力除了影響個人的身心健康，對企業或社會的生產力亦造成損失。「健康紅企業計劃」旨在提倡工作間的精神健康和提昇僱員應付壓力的能力，對象為中小型企業僱主及僱員，參與的企業可享用本會提供的 RED 活動 - Relaxation, Exercise, Diet，並須要推薦一位行政人員成為「健康紅人」，專責在工作間推廣精神健康的訊息。

推行日期：2006 年 4 月至 2007 年 9 月

招募最少 20 個中小企業參與

內容：「企業紅人」訓練工作坊

- 安排同事參與「RED活動」
- 出版「健康紅字」
- 「健康紅企業」嘉許典禮

特色：— 強調僱主的參與和主動性

- 跨專業合作，提供全方位身心健康活動
- 計劃作為支援中小企提倡僱員精神健康的先導項目。如效果理想，鼓勵中小企自資引入相關服務，令計劃具延伸功能

成效：— 20 間企業參與活動，參與公司/機構及負責人員認同本計劃目的，感受同工所承受的壓力，亦很想構思方法協助員工舒解

- 大部份選擇「Relaxation」為重要主題
- 內容實用，能提升意識、加強自我檢視精神健康生活
- 僱員感受到僱主的關懷重視

困難：— 中小企面對人手、時間及資源上的困難

- 訓練內容必須是專門剪裁
- 必須推廣及宣傳，廣告費用昂貴
- 由上而下，主管身體力行更有效
- 訓練是僱主責任或是僱員責任
- 售後服務
- 全民全城推動