

香港殘疾人士較關注的 《公約》條文 無障礙 (第9條)

殘疾人士有權獨立生活和充分參與個人與社會各個層面的生活，

為此，殘疾人士有權生活於一個無障礙的社會。無障礙的意義包括：

- (一) 無障礙的建築物、道路、交通和其他室內外設施 (包括學校、房屋、醫療和工作場所)；
- (二) 無障礙的資訊、通信和其他服務 (包括電子服務和緊急服務)。

為建設無障礙的社會，政府應當：

- (一) 擬訂無障礙設施和服務的最低標準和規定，並落實推行；
- (二) 確保各管業機構在其向公眾開放的建築物內，為殘疾人士提供無障礙的環境及設施，如引路徑、凸字標誌和易讀易懂標誌、手語翻譯、緊急訊息電子通告板等；
- (三) 就殘疾人士面對的無障礙問題向持份者提供培訓；
- (四) 提供適當的協助和資源，確保殘疾人士有機會獲得所需資訊及使用新的通信技術和電子媒體等系統；
- (五) 重視、推廣和實施「通用設計」(即指盡最大可能，令產品、環境、計劃和服務均可供所有人包括殘疾人士使用而無需作出調整或特別設計)。

以上資料參考自聯合國《殘疾人權利公約》普及版

http://www.disabilityconvention.org.hk/big5/Disabilities_Convention_popularization/Disabilities_Convention_popularization.asp



傳送正能量 展正向人生

編委：徐群燕 李國新 陳俊雄 陳千容 陳慧玲
美術及承印：創思公司
出版：扶康會康復中心
印數：3000份

扶康會總辦事處
地址：香港九龍深水埗
樂年花園 保安道2A地下
電話：2745 0424
傳真：2786 4097
網址：www.fuhong.org

扶康會
Fu Hong Society
南語 第七期 2014年02月
由余兆麒殘疾人士基金資助



自強不息 卓新力量

❖ 採訪：陳千容 ❖ 撰文：李曉均

卓新力量這個名字，對大家來說可能頗為陌生，但它代表著一班智障人士投身自我倡導運動的先驅，而且是一個實踐自主自立的好地方。

卓新力量是由一群智障人士自行成立的自助組織。卓新力量這個名稱的由來是：他們相信每一個人都有卓越的一面，每一個人都可以更新進步，團結一起便有力量。遠在1989年，一群智障朋友在香港弱智人士服務協進會的晨風健樂會相遇，除了享受餘暇康樂活動外，還遠赴加拿大出席國際殘疾人會議，認識國際智障人士的自我倡導運動，於是嘗試自己成立自我倡導組織。

該組織成立至今已20年，其主要發展和決策來自正式會員及附屬會員。正式會員是由智障人士及有特殊學習特色人士(如自閉特色)組成；而附屬會員則由家長、助理及社會人士組成。在組織中，正式會員擁有成為幹事的資格及投票權；而附屬會員則只有投票權，沒有參選提名權。換言之，卓新力量是由智障人士主導，他們決策會內的大小事務和活動，實踐自主自立能力、參與社會事務和社交能力。在卓新力量，其中一個不可或缺的人物就是助理，他們是協調組織與外間機構的溝通、聯繫和合作，並協助幹事推動及發展會務。

自己的事 由自己決定

卓新力量的理念是倡導人人平等，智障人士能夠自主、自立和自決，建立共融社會。當談及他們如何鼓勵各成員表達自己的想法及爭取人權時，主席坦言：「首先是要家長不要過分保護其智障的子女，所以教導家長放手，給更多參與、自決及充權的機會予其子女，讓孩子自己發聲由為重要。」

進入廿一世紀，現行的院舍服務仍沿用過時的集體管理模式，未能支援不同智障人士的獨特發展及個人選擇。其實他們經常向政府爭取人權及要過有質素的生活，並不需過分倚賴在宿舍居住及接受訓練，反而有適當的社區支援更重要。例如智障人士年老的時候，很多宿舍都無法應付到智障長者的需要，同時社區提供予長者的服務亦不涵蓋他們。現時他們大多都在庇護工場工作，他們應在社區過自己嚮往的生活。既然如此，他們覺得倒不如將興建宿舍的資源，轉為重新檢視現行各項社區資源，有否包括殘疾人士，符合「殘疾人權利公約」的原則。例如，所有社會服務作殘疾主流化，為社區居住的朋友提供24小時的平安鐘服務、外展社工和醫療服務等，這樣資源就會運用得更有價值和意義。



學會捨棄執著

梅拉妮·貝提 (Melanie Beattie)

在《無所執泥》一書中提醒大家：

「我們想要控制的東西，控制了我們的生命。」

當你學會捨棄執著，
不再緊抓不放或全力抗拒時，
你的生命就會開始流暢。
放棄每一個瞬間的執著，
心扉自然敞開。

轉載自<http://zensoul.org/index/ReadNews.asp?NewsID=3619>

其實社會上仍存有很多對智障人士不公平或不公義的地方。例如，在宿舍居住的智障人士很少機會與社會聯繫和講出他們的需要，往往都是由家長作為代表。當遇到不能解決的事情或問題時，智障人士很少機會走在一起參與討論及研究解決方案，通常只會找尋專業人士或家長協助和處理。智障人士真正的需要就不了了之，卓新力量的存在，是建立一個真正由智障人士成立和運作的組織，自己的事，由自己決定。



個人得著

此外，幹事們表示參與卓新力量的會務後獲益良多，因為有很多機會學習不同的事物。例如，到外國交流、出席不同的會議、在社區以戲劇的方式向公眾倡導智障人士的理想，參與事務，及其自決的能力、聯繫不同的國際組織及匯報工作等。「成為了卓新力量的幹事，最大的得著就是欣賞自己，當然包括近期認識了「殘疾人權利公約」，知道自己作為智障人士權利！我們做人的態度及思想都成熟了，自信心亦增強了。」

未來，卓新力量會繼續推動「殘疾人權利公約」，爭取所有殘疾人士及尚未殘疾人士應享有的權利！祈望更多人參與自我倡導運動，欣賞自己的特色、尊重他人的不同！

**註：自我倡導已包括「為自己發聲」

小人物故事

從復康走進社區

受訪者：媽梅

採訪：陳慧玲 撰文：李曉均

在社會上仍有很多人對精神病康復者存有偏見，認為他們與一般人是有所分別的，也沒有能力對社會作出貢獻。一向有閱讀南語的你，當然會知道這是其他人對他們的誤解，但是為了讓更多人，能真正認識到精神病康復者的積極生活態度及能力，且讓大家以媽梅的故事，一同進入康復者的世界，嘗試了解他們的想法，這樣，大家就可以在他們艱難的康復路上，給予多點體諒、支持和鼓勵。

媽梅年紀很少時便跟隨母親移民到澳洲，在陌生的環境下生活、成長及結婚生子，日子似乎很美滿，豈料在生了第三名孩子後卻患了產後抑鬱症，加上多年來累積了的壓力，其情緒變得十分不穩定。媽梅回想起「當時覺得有很多東西捆綁著自己，每天都在街上漫無目的地走至深宵，不想回家」。由於當時丈夫不諒解她的狀況，故後來她便獨自回流香港生活。

回到香港後，家人在不清楚媽梅的病況下，各自給予了不同的意見。一方認為媽梅根本並沒有患病，只須好好安頓自己的情緒便可；另一方則認為她需要尋求醫生的協助。媽梅說：「當時自己是六神無主的，家人亦不主動先跟我商量，就用自己的方法嘗試協助我解決困難，所以我唯有在兩方的意見中來回走。」媽梅曾經被送往青山醫院接受治療，亦曾入住過其他醫院，最後在醫護人員的轉介下，入住了中途宿舍，幾經波折，病情在有規律的生活，以及姑娘的定期跟進下而開始穩定過來。

媽梅在患病時已經開始接觸義務工作，究竟是什麼原因推動她以義工的身份貢獻社會呢？「其實一開始是大哥鼓勵我的，那時候在西營盤義務發展局當義工，做了一段時間後，發現自己很開心，而且很有滿足感，原來體驗到自己也可把歡樂帶給別人，當看到別人快樂時，自己也感受到這份喜悅的氣氛！」

在復康的路上，媽梅坦言地說：「除了靠自己的努力外，最功不可沒的必定是家人。」她明白家人沒有遇過跟自己相似的經歷，故難以理解自己的狀況也是人之常情。其實一家人可以偶爾相聚見面和通電話，互相慰問及關心，已經是對彼此最大的支持和鼓勵。到現在，媽梅能重返社區生活，並擁有一個穩定的家庭，而她最大的鼓勵和支持力量也是來自她的家人。

媽梅自覺過了半輩子了，人生已擁有相當的滿足感，現在三位子女都已成才，生活也比以前穩定得多。對未來的展望，她希望一直能繼續當義工，因別人對自己所做的義工服務感到認同和讚賞，是她快樂的來源，既能充實其生活又可幫助到別人，何樂而不為呢？



蒲點好去處



香港懲教博物館 Hong Kong Correctional Services Museum

旅遊無障礙指標：♿♿♿♿♿

香港懲教博物館是位於赤柱懲教署職員訓練院操場側，面積約有480平方米的香港懲教博物館，內裡收藏的展品多達六百餘件，館內共設有十間展覽室，一座模擬絞刑台和兩間模擬囚室，而博物館旁的副展館是介紹有關懲教及更生計劃，並展示在囚人士所造的手工藝品。此外，在博物館的副展館外，還有一個面積達200平方米的觀景平台，供參觀人士觀賞大潭灣的海光山色。作為歷史愛好者或各地的遊客，到博物館參觀後，將會感到不枉此行，而且博物館是免費入場的。此外，懲教博物館是無障礙的旅遊景點，特別為輪椅使用者建造了人工斜坡、寬闊的通道，在館內還設有傷殘人士洗手間。



地址：香港赤柱東頭灣道45號
電話：2147 3199
開放時間：星期二至日，上午10時至下午5時
逢星期一及公眾假期休息
網站：http://www.csd.gov.hk/emuseum/index_tc.html#ad-image-0
入場費：免費