



你對精神健康素養 (Mental Health Literacy) 有多少認識？

林保照 (Mark)
HKPES 總幹事



在過去三年，香港面對社會大環境的急速轉變、疫情的打擊及移民潮的影響下，我們都要面對生活接踵而至的無常與不確定，深深影響大眾的精神和心理健康，情況令人關注。世界衛生組織（World Health Organization）於2022年的最新估計，在任何時間點上，平均有15%符合工作年齡的成年人會患有精神障礙或疾病。香港政府於2018年的一個調查顯示，每七位成人當中，就有一位受精神或情緒病困擾（14.28%），顯示香港成人普遍的精神和情緒健康處於極不理想的水平。加上職場上經常的變動和很多不受控的壓力源，產生越來越嚴重的壓力，使職場人士百上加斤，更感到無力及沮喪，產生很多焦慮，嚴重的更演變成抑鬱症，對員工的精神和情緒健康非常「不友善」！加上職場上無論僱主或員工普遍都對精神復元人士有不當的標籤，引至受精神或情緒困擾的人為了不想被污名化，都不敢在職場上透露自己的精神狀況。

就算有基督信仰的職場人士也不能倖免受大環境轉變的打擊、疫情和職場壓力的影響。引致精神病患的因素包括先天和後天環境各種複雜的因素，職場信徒可以如何關顧自己的精神健康？如何加強自己對精神疾病與屬靈狀況相關的信念？又如何去除精神病患的標籤，在職場營造一個對精神健康友善的環境，建立起支援的氛圍？

首先重要的是，我們很需要提高自身的精神健康素養（Mental Health Literacy）。精神健康素養被定義為有助於識別、管理及預防精神障礙的知識和信念。精神健康素養包括識別特定精神障礙的

能力、知道如何尋求精神和心理健康的信息、風險因素和原因的知識、自我治療和提供專業幫助的知識、自我認知和尋求適當幫助的態度，以及對其他受精神及情緒困擾者的接納。良好的精神健康素養能幫助我們變得有責任、有效地過充實和健康的生活。正如知道照顧好我們的身體對於保持身體強壯和健康很重要一樣，照顧好我們的精神和心理健康也同樣重要。精神和心理健康包括我們的情緒、心理、思維、人際關係、與神親密的關係，這各方面會影響我們的思考、感受和行為方式。精神健康素養的提高，有助我們確定如何處理職場及生活上的壓力、與他人的關係以及我們做出的選擇，也能讓我們學會如何更好地照顧自己、所愛的人、家庭、教會、職場和社區。

其次，僱主可以做多方面的工作來提高管理層和員工的精神健康素養，及減少員工在工作上的壓力。世界衛生組織（World Health Organization）建議僱主可以：

1. 實行預防及管控工作中可能引發精神健康風險的措施。僱主可以提供靈活的工作安排並修改工作量或工作時間表，以幫助員工實現工作與生活的平衡，也讓員工參與管理層對其工作的決策，並保護員工免受歧視和欺凌，確保員工了解甚麼是不可接受的行為及其發生後將被處理的方式。
2. 通過培養提高管理層支持員工的能力，保護和促進職場上的精神健康。

3. 支持有精神或心理健康問題的員工獲得及參與工作，並能在職場上發揮他們的才能。
4. 通過領導、投資、維護每個人都有充分和公平地參與工作的權利。
5. 建立績效指標來監測和評估管理層，是否有為保護員工的精神及心理健康而創造有利的環境。

此外，教會也極需要提高教牧和教會領袖們的精神健康素養。在2022年10月3日，中國神學研究院舉辦了一個「信徒群體精神健康的牧養」的公開講座，講員們分享他們近年就教會對精神健康的認識與態度的研究數據，發現香港的教牧非常缺乏相應的精神健康素養，亦難以讓教會成為精神復元人士求助的安全空間。講座也試圖破除教會針對精神健康問題所存在的迷思，並提供建議，讓教會各層面發展對精神健康認識的普及工作，以建立「精神健康友善的教會」。

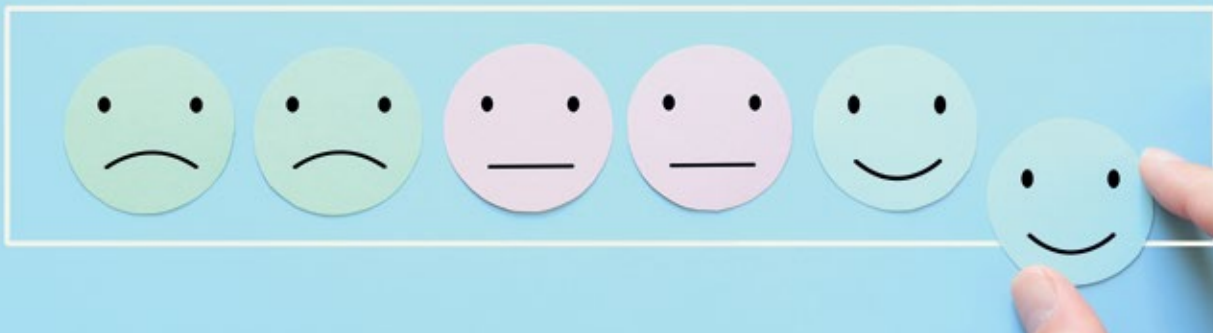
從信仰的角度看，聖經沒有明確談到精神和心理健康這個話題；然而，聖經確實有很多關於心靈、思想、精神破碎和靈魂狀況的說法。聖經其實很重視「心」，就是指精神和心理健康，因為「心」會影響我們整個人：「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效，是由心發出。」（箴言4:23）。

聖經有許多章節間接談到精神和心理健康。我們的神是更新心意（羅馬書12:2）和恢復靈魂（詩篇23:3）的那一位。神賜給了我們「一種不懼怕的精神，而是一種力量、愛和自我控制的精神」（提摩太後書1:7）。我們也有耶穌對平安（約翰福音14:27）和安息（馬太福音11:28）的應許。當然，聖經中有許多訓誡要「不要懼怕」並將我們的憂慮帶到神面前（以賽亞書41:10；馬太福音6:34；腓立比書4:6；彼得前書5:7）。

一個人的身體、心理、社交關係、靈性，都是構成一個人精神健康的重要因素。如果一個人的身

心社靈中的任何一方面出現困難，那麼一個人的精神狀態也會受到影響。舊約聖經中的以利亞是一位先知，他在生命中最困難的時期與自殺念頭作鬥爭。列王紀上19:4告訴我們以利亞的掙扎，「自己在曠野走了一天的路程，來到一棵羅騰樹下，就坐在那裏求死說：「耶和華啊，罷了！求你取我的性命，因為我不勝於我的列祖。」但神並沒有奪去以利亞的生命，而是賜予他繼續前行的力量。神通過為以利亞提供良好的睡眠和美食來幫助以利亞（列王紀上19:5-8）。以利亞吃飽睡好之後便恢復過來，準備繼續做神的工作。如果一個基督徒正在心理或精神上受到嚴重的困擾，甚至有自殺的念頭，最重要的是馬上懇切地向神祈禱，向神訴說自己的感受、苦況、任何的掙扎、情緒，祈求神的幫助，讓神堅固自己並對自己的精神健康產生益處。此外也需要盡快尋求醫療幫助、治療。我們不要懼怕向醫生、心理治療師或輔導員尋求幫助，因為是神將專業的醫生、心理治療師和諮詢師安置在他們的崗位上，為了祝福和提供幫助給有這方面需要的人。另外，背誦和默想聖經經文可以幫助你更親近神，讓你的思想和情感與神保持一致，並幫助你更好地戰勝焦慮、抑鬱、消極的自我形像。

最後，我們應避免使用「神經病」、「痴線」，帶有貶意和污名化的詞語，任何人都不應因患上精神或情緒疾病而被歧視、被標籤和被污名化，反而需要被關顧和幫助，因為每個人都是神的精心創造，神也可以使用精神復元人士，在他們的生活中見證出神的大能和大愛，過一種為神服務並回應召命的生活。即使精神復元人士的精神疾病在他們的一生中可能無法完全治癒，但神仍會與他們同在，賜下平安，與他們一起度過一切艱苦的經歷。HKPES明年將會向教會及社會推動「精神健康素養 Mental Health Literacy」運動，致力提高職場及教會對受精神及心理障礙困擾人士的認識及接納度，請大家留意及多多支持。



職場新常態下再思人生召命

風車

經歷了疫情一段長時間，出現了很多職場新常態，很多弟兄姊妹的人生被逼面對很多轉變，既有被逼轉換工作跑道，亦有經歷失業仍在等候向下一里路進發，有的失去自己多年經營的事業。相信此時此刻不少弟兄姊妹心底裡都會問自己如何去走人生的下一步，是否還可以在職場或人生崗位活出召命？

當我們要自己解答這些重要的人生問題，其實要先問自己究竟甚麼是召命？已故的前中國神學研究院老師楊錫鏘牧師曾清楚回答這個問題：人生的召命並非都是要到教會全職事奉，而是神放在每個人生命的負擔，亦是神為每個人度身訂造的禮物，因此每個人領受的負擔各有不同。我們是否可以在職場活出召命，關鍵是作為受造物的我們有沒有認真尋問或細察創造主對自己生命的心意，祂對我們有甚麼生命計劃？我們在當下的工作崗位有否回應從神領受的負擔？

筆者認識很多弟兄姊妹或朋友，他們一直過著自訂的人生，按自己的規劃一路走來。在旁人或自己的眼中曾經感覺很成功或豐足，然而午夜夢迴時才發現內心有很多深層的不滿足或是虛空，甚至有一刻因時勢改變被逼停下來，才發現自己其實一直過著不滿足的生活，也並非行在神的心意之中。就如筆者認識的一位好弟兄，他多年努力工作，成為部門的高管，內心其實常感虛空，卻因為薪金的豐厚，加上自覺的成就，一直做下去。然而多年來在他的心底裡，很清楚從神領受了一個新的工作方向：樹木管理。由於與多年的工作經驗無關，他一直把內心這份負擔壓下去。後來好景不常，他被逼離開原來的高管工作，靜下來反思自己的人生方向，神再次提醒他去嘗

試踏進樹木管理這個新的人生領域。他要重新進修，更要由低做起，甚至要由過去的文職工作轉為參與更多體力勞動。過程雖然很辛苦，卻有一份難以言喻的喜樂，既有更多機會近距離感受到神對大自然的創造，亦因著認識這個行業的一些新朋友，讓他對人生有很多新的體會，擴闊了他的疆界。這位弟兄的職場轉向，可能很多人從世俗的眼光認為他很不明智，筆者卻感受到他是迎向神賜予他的人生召命。

疫情中弟兄姊妹可能被逼靜下來，去思想前路，盼望大家可以多思想阿摩司這位先知。他曾提及「我原不是先知、也不是先知的門徒。我是牧人、又是修理桑樹的。耶和華選召我、使我不跟從羊群、對我說、你向我民以色列說豫言。」

（摩七14-15）阿摩司的回望，給予我們很重要的啟發。阿摩司很清楚他原本只是牧羊人和修理桑樹的人，這些都曾經是神放在他心裡面的負擔和人生召命。然而當他接到作先知的呼召，便按著新的負擔，到北國以色列宣講預言。很多時候，我們未必能馬上明白神的心意，但鼓勵大家多安靜下來，回望自己的人生過往，細察神過去對我們生命的預備，特別是祂賜予我們一些人生的經歷，慢慢塑造我們成為神心目中的人，可能是祂為我們下一里路的召命作好準備。就如阿摩司先知的轉變一樣。

今日當你有機會靜下來，盼望你可以珍惜這段寶貴時光，認真去尋問神過去有沒有賜予你一些

生命負擔，在職場的你一直未有回應？甚或神在此刻賜予你新的負擔，要你迎向下一階段的人生召命。關鍵是，迎向神賜予你的召命可能會對你現時的職場生涯帶來重大改變，你是否仍願意勇敢地回應神對你生命的心意？



嬰孩耶穌

葉沛森博士 (Dr. Sam Ip)

香港浸信會神學院基督教思想客座助理教授

(編者註：在耶穌降生的節期，讓我們重溫這篇文章，藉畫作再次體會上帝的護佑和超越性。)

「起來！帶著小孩子同他母親逃往埃及…… 因為希律必尋找小孩子，要除滅他」 (太二13)

耶穌降生通常讓人聯想到靜夜、星光和安睡的嬰孩。但不論是馬太或路加福音，主降生的故事皆是以危險，威脅和籠罩心靈的陰影作為結束。西緬的預言，指出這孩子要叫許多人跌倒，又要作毀謗的話柄，並將顯露人心幽暗的意念；而馬利亞的心要如被刀穿透（路二34）。馬太則記述東方的智者繞道逃回波斯，而希律殺戮伯利恆四境男孩的瘋狂行徑亦隨即展開。專橫的政權或政治不穩引發流徙，無辜的人為保命被迫逃離家園，成為難民。同樣的情況今天仍不斷發生：伴隨著阿拉伯之春之後數年的歐洲移民危機，羅興亞人危機，委內瑞拉和哥倫比亞的移民浪潮等，是數之不盡的悲慘故事。

耶穌雖是「拯救者」（路二11），但遭遇逼迫時的無力卻無異於其他人，祂落難的經歷與嬰孩摩西呼應，同樣在殺嬰的風暴中僅僅逃脫，日後卻成為以色列的拯救者。孩童耶穌逃避大希律，他成年以後對抗另一個希律（Herod Antipas）。路十三章記載法利賽人來對耶穌說：「離開這裡去罷，因為希律想要殺你。」祂卻回答：「你們去告訴那個狐狸說：今天、明天我趕鬼治病，第三天我的事就成全了… 今天、明天、後天，我必須前行，因為先知在耶路撒冷之外喪命是不能的」。而跟隨耶穌的人在往後的日子與希律的政權（Herod Agrippa I）繼續周旋，「希律王下手苦害教會中幾個人，用刀殺了約翰的哥哥雅各… 又去捉拿彼得」（徒十二1-2），然而「神的道日見興旺，越發廣傳」（徒十二24）。對於伯利恆的殺嬰事件，福音書沒有探究「神義論」或回答「上帝為何容許嬰兒被殺戮？」然而聖經並非沉默，聖經記述約瑟和馬利亞，耶穌和後來的門徒，在一個拉闊的時空和更寬廣的視野中，實踐



Landscape with the rest on the Flight into Egypt (Noon)

Claude Lorrain (1666), 116 cm x 159.6 cm, Hermitage Museum

圖片來源：https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Claude_Lorrain_-_Landscape_with_the_Rest_on_the_Flight_into_Egypt_-_WGA05010.jpg

他們從上帝面前領受的吩咐。

歷來有不少以「逃往埃及」（flight into Egypt）為題的繪畫作品。以洛林（Claude Lorrain）的 *Landscape with the rest on the Flight into Egypt*（1666）為例，耶穌家庭和天使只佔右下方一小角，畫面大部份用來描繪明媚的風景（雖然沒有半點巴勒斯坦或西奈半島的味道），彷彿要指出即使在流徙的焦慮中，在無理的迫害甚至死亡面前，上帝所創造的世界裏頭仍然可以找到秩序，寧謐和美善。遠處近處的橋樑，象徵人正穿越不同境界，是地域上的界限，也是文化和語言上的習慣。適應這些轉變耗費心力，因此人要依靠上帝的供應，天使的出現正說明這點。雖然聖經沒有描寫旅程中有天使顯現，但主的使者在不同階段三次夢中指示約瑟（太二13，19，22），大概可以合理地引申為上帝藉天使的供應和保護，在旅程中沒有間斷停歇。值得留意是天

使身量高大，翅膀充滿力量，與嬰孩耶穌成強烈對比，在這令人不安的旅程中，天使的強壯表示上主的護佑可靠穩當。

另一位畫家Bottani（1717-84），曾分別繪畫「逃往埃及」和「從埃及歸回」（The Return from Egypt），兩畫湊成一對，現為英國王室所有（見下連結）。兩畫中的天使形象分別很大，下埃及的旅程中，大力的天使在前方領路，高張翅膀作保護；相反，在歸回的路上耶穌已成長了不少，攜

著父母手，因為威脅解除三人輕鬆前行，也不需要騎驢子，有兩位赤著身的小天使以花朵鋪滿前頭的路徑。雖然是出於畫師的想像，但也帶來啟發——成了肉身的聖道經歷成長，朝向耶路撒冷和祂的使命，縱然加害者使祂的道途充滿了危險，耶穌對天父的順服讓祂完成救贖的工作。🙏

The Flight into Egypt, Giuseppe Bottani (1763-4)

<https://www.rct.uk/collection/search#/7/collection/403554/the-flight-into-egypt>

The Return from Egypt, Giuseppe Bottani (1763-4)

<https://www.rct.uk/collection/search#/9/collection/403556/the-return-from-egypt>

【作者保留版權】

畫與信仰會遇

謝麗婷

HKPES Associate Partner

過去有機會與Sam合作，深感他對基督教藝術的學養非淺，在《圖像折射信仰》的課堂中，他透過不同畫家的作品闡釋聖經的信息，從中豐富我們的想像，由文字平面的認識走向更立體的領悟。

他曾經以畫家羅希爾•范德魏登（Rogier van der weyden, 1400-1464）的畫作The Descent from the Cross（圖片可從這網站瀏覽：https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/1/1a/Weyden_Deposition.jpg）去描繪畫中人物因耶穌的死而悲傷和流淚，他這樣表達：「心中感謝畫師的提醒：畫中人的淚表達他們的身份，並他們與亡者的連屬。當摯愛的人在酷刑之下氣絕；當親密的關係在死亡掠奪人的過程中被撕斷，淚水是承受痛楚的反應。相反，心裏只把人子耶穌約化為一筆贖金的人，即使如何把這想法浪漫化，企圖為十字架事件哭得心碎，其實都是沒有理由的，因為能夠端出來的只是矯情的藉口。」

他的分享也讓我有所反省：究竟我與上帝之間的關係是止於頭腦的認知，只視耶穌的死為等價贖金嗎？還是有情感的聯繫，祂的死活像我失去所親愛的人一般麼？當我凝視畫中馬利亞和撒羅米的眼淚時，我不禁地投入畫中人物的情感世界，淚下……耶穌的死不再是抽離於我的經驗以外，而是我與祂的關係因這淚水而連接。

優質的基督教藝術和畫像，確實能讓觀畫者潤添一個視覺向度和層面與作畫者和畫中人物會遇，並理解其中聖經蘊藏的信息。🙏



英國視覺默觀之旅~~ 走一趟崇敬、順服和信仰整合之路 (2023.5.18 - 6.1)

香港經歷重大的轉變，信徒在上帝看似沉默中，如何拓闊視野看見祂的榮耀，在歷史中仍掌權，以致我們仍能踏實地活在世上，與此同時在各自崗位中彰顯永恆的國度？

英國以基督宗教為主，對於基督教的藝術、宏偉而莊嚴的教堂建築物，以及歷史古藏，有着重要的觀賞和參照價值。2023年5月我們將遠赴英倫，走訪不同的地方，以默觀的角度看畫，從中觀照自己的屬靈生命。亦透過這面棱鏡，讓信徒重塑聖經故事，並在具體的神聖空間，與那位神聖的主相遇，重建「我—祂」的關係和身份。

行程及報名請瀏覽 www.hkpes.com



減壓不成的三個反思

潘文偉 (Derek)
HKPES 事工主任

工作壓力問題非常普遍，對某些人來說壓力可能是提高工作質量的動力，但如果長期面對壓力而處理不當，卻會對健康做成傷害（例如，焦慮、失眠、高血壓、頭痛、胃痛、注意力不集中、情緒和食慾問題等¹）。網上有很多資訊談論如何做壓力管理，當中主要包括要保持積極心態，多做運動，保持工作與生活平衡，多與人交談，重新安排工作優次，更好的計劃去解決問題等等。儘管這些都是很好的建議，但要實踐出來卻不容易，原因何在？

管理壓力 從心出發

很多壓力管理的方法都很理性，不過壓力和焦慮不是來自理性思考，而是來自內心的感受。想像一個壓力快要爆煲，在周末還要工作趕deadlines的人，若你建議他約朋友輕鬆一下，保持工作與生活的平衡，他們會怎麼反應？或者叫一個被同事排擠的人，保持積極心態並多些與同事交談，他會有甚麼感受？一些人對壓力管理的建議難以接受或實行，可能因為他們的感受未先得到體諒。所以，管理壓力須從心出發，可以的話，找一個禱伴聆聽自己的感受、同心禱告交託，回到平靜安穩中便會得力。

靈巧像蛇 馴良像鴿

壓力管理告訴我們，為免接受過多的工作量，要懂得拒絕一些額外的工作請求。然而由於自尊心、上司壓力或害怕不被同事接受等原因，有些人會很難開口"say no"。如果這種情況出現，我們

可能要先學會"say yes"，但要真誠地分享你面對的限制，並提出創造性的建議。例如，可否在未完成手頭的緊急項目後才開始新工作；或是否可在你指導下讓其他同事做新的工作等等。這些建議可未必能解決所有問題，卻有助於準備你與上司就工作量問題進行更靈活的溝通。當然我們也要馴良像鴿，清楚知道自己目的並非為了逃避責任。

合乎中道 放下自己

無論壓力的大小或壓力管理的成效，都與個人做事風格息息相關。對一個樂觀的人來說，失去工作可能意味著將有機會從事自己所喜歡的新任務，而不是悲觀的人所認為的災難。同樣地，一個完美主義者可能會試圖用更多的計劃來減少工作中的不確定性，以達到減壓的效果，但過度的計劃及期望反而會產生更多更大的壓力。因此壓力管理也需要兼顧外在及內在兩方面的因素。如果在自我反思的過程中意識到，自己固有的個人風格可能是導致壓力的源頭之一，那麼便是時候放下自己，想想可以作出甚麼調節。

最後一提，壓力管理並不單只是一種短期處理壓力的手法，因壓力在各種情況下也可能會反覆地出現；所以有效的壓力管理更似是一種長期習慣，例如積極心態或優次排序等，需要通過經驗累積和重複實踐來建立的態度。只有把這些習慣和態度培養起來，才可以用身、心、靈一致的方式來管理好我們的壓力。

1. 職業安全健康局網頁





CBD職涯規劃師專業證書課程 (第五屆 2022年7月-11月)

我們特別真摯地鳴謝以下各位 HKPES 職涯規劃師專業證書課程的歷屆畢業同學，過去一年擔當義務職涯規劃導師，服侍年青人及精神復元人士，感謝你們的付出，彰顯出主的大愛！

李綺薇、林寶儀、鄭小芬、張瑞美、張嫻文、黎翠容、鄧時陞、陳沛豪、莊永傑、麥振杰、石致雯、陳俊儀、曾麗賢、潘文偉。（排名不分先後）

財政報告

2022 年 9-11 月收支報告收支報告

收入	HK\$
奉獻	150,039.00
職場培訓	64,385.00
其他	35,130.50
	249,554.50

支出	HK\$
同工薪酬及福利	292,078.25
行政費用	72,572.02
事工拓展	11,402.31
職場培訓	39,717.51
	415,770.09

不敷	:(HK\$166,215.59)
2022~2023 年度累積不敷 *	:(HK\$340,544.63)

* 此數目未經核數師核對

《一路瞳行》電影欣賞暨籌款晚會

今年的年終聚會，HKPES 藉透過《一路瞳行》（電影改編自新晉導演朱鳳嫻的原生家庭故事）這個殘障人士及信耶穌的家庭的艱辛成長歷程，見證神的作為、大愛、大能。電影播放完畢後，更邀請到導演朱鳳嫻及司徒永富博士蒞臨分享及對話。

- 日期：2022 年 12 月 29 日（星期四）
- 放映時間：晚上 7:15
- 地點：旺角朗豪坊戲院 House 4
- 費用：自由奉獻以支持 HKPES 經費需要



索取門票

職涯規劃體驗Lab

學習和體驗職涯規劃原則及技巧；認識不同職志發展工具，並職場內外的資訊，幫助學員認識自己職場位置。

1) Lab

- 日期：2023 年 1 月 5、12、19 日及 2 月 2 日（星期四，共 4 堂）
- 時間：晚上 7:30-9:30

2) 1 次 1 小時單對單職涯規劃諮詢 (日期及時間另作安排)

- 費用：HK\$1,200（12 月 23 日或前報名及完成繳費，可享早鳥優惠：\$990）
- 地點：CBD 職繫點

CBD職涯規劃師專業證書課程2023

本課程專為那些有志了解及運用職涯規劃的相關理念、知識及技巧去幫助別人重尋工作方向及意義的領袖而設。

A) 面授課：

- 日期：2023 年 2 月 4、11、18、25 日；3 月 4、11、18、25 日（星期四，共 4 堂）
- 時間：上午 9:30 - 下午 1:00
- 地點：CBD 職繫點

B) 團體個案導引 (Group Case Mentoring)：

由導師導引，引導小組個案演練、綜合演練

- 日期：4 月 1、15、22、29 日（星期六，共 4 次）
- 時間：早上 9:30 - 中午 12:30
- 地點：CBD 職繫點

B) 單對單個案導引 (One-to-one Case Mentoring)：

兩次單對單個案導引，每次 1 小時通過 Zoom，學員個別與導師約時間

- 費用：HK\$9,900



CBD 職繫點

九龍觀塘成業街 10 號
電訊一代廣場 19 樓 D1 室

報名及詳情：請瀏覽 www.hkpes.com

- ☎ 2314 3331
- ✉ admin@hkpes.com
- ☎ 9432 4600
- 📘 Facebook/HKPES



Hong Kong Professional &
Educational Services Ltd
香港專業人才服務機構

HKPES

建立職場信徒

見證道在人間

2022
12

第三期

1-2 職涯內外

你對精神健康素養 (Mental Health Literacy)
有多少認識?

3 坐井觀天

職場新常態下再思人生召命

4-5 道在井旁

嬰孩耶穌

6 飲於井內

減壓不成的三個

7 活動精華・已然未然・財政報告

8 大隱於市

1991・職場牧養・非牟利機構

職報乃季刊，免費贈閱，歡迎致電本機構或上網登記訂閱。

地址：九龍觀塘成業街10號電訊一代廣場19樓D1室
電話：2314 3331 傳真：2314 8896
網址：www.hkpes.com 電郵：admin@hkpes.com
設計：GOD-Platform 主要平台

董事會成員：司徒永富博士、鄧有信先生、吳倬文先生、
鄧諾文先生、蔣慧瑜女士
機構隊工：林保照先生、梁淑儀小姐、陳謝麗婷女士、
潘文偉先生、蔣錦華先生

大隱於市

✦ 蔣錦華 (Harry) 弟兄於 12 月初加入 HKPES 成為關顧幹事。他從事審計、合規和管理行業多年，也有十多年營商的經驗。他擁有會計及財務學士、基餐教研究碩士及輔導學碩士，也是一名資深註冊特許會計師。加入 HKPES 前，他從事精神復元人士的輔導和關顧工作。在 HKPES，他除了會支援 HKPES 的核心服務外，也會協助精神復元人士發揮潛能和重投職場。願主祝福 Harry 在 HKPES 發揮他的恩賜，服侍更多在職信徒和精神復元人的需要。

✦ 最近，HKPES 為了回應更多上帝的 Calling，擴大了對弱勢社群的服事，新事工包括提供職涯規劃諮詢及職涯教練服務給精神復元的年青人，及將會向教會推動「精神健康素養 Mental Health Literacy」運動，致力提高職場及教會對受精神及心理障礙困擾人士的認識及接納度。由於這些服務的對象多是低下階層的人士，我們極需要各位朋友奉獻支持 HKPES 去提供這些服務，並請代禱記念 HKPES 的財政需要（本年度截止 11 月底的不敷已逾 34 萬）。

同行有你

HKPES 的行政費用全賴信徒及教會的奉獻，若你認同我們的事工，並有感動支持我們，請化作禱告及奉獻，奉獻可用劃線支票，抬頭請寫 Hong Kong Professional & Educational Services Ltd. 或「香港專業人才服務機構有限公司」；或以轉數快 (FPS ID: 161971866)；直接存入恆生銀行存款戶口 295-7-054311 或匯豐銀行戶口 484-300223-838，並將資料 / 存款收據寄回，以便發出正式收據；或以銀行自動轉賬，表格可於網頁下載。奉獻滿港幣 100 元或以上，可作為香港特別行政區政府認可慈善免稅捐款。

Hong Kong Professional &
Educational Services Ltd



匯豐銀行戶口號碼
484-300223-838

請登入
www.hkpes.com/support/
支持我們