

Aruna GURUNG:服務社區需先過「語言關」

反映基層聲音 促進油尖旺種族共融

區議會新風貌

雖然擁有一副外國人的面孔，但開口卻是流利的粵語，有20餘年服務社區經驗的油尖旺區區議員Aruna GURUNG向大公報記者分享她的故事。Aruna說，社會工作是她的興趣，現獲得政府委任，幫助反映基層尤其是少數族裔居民的聲音，對她來說是再好不過的事。「我在香港生活了50年，我很喜歡香港。」Aruna希望通過自己的力量，推動油尖旺地區的種族共融。

雖然語言溝通上沒有問題，但Aruna也表示，區議會工作促使她要在粵語上「下更多工夫」，而她自己同時已經學習了一年半的普通話。她真誠地向年輕人分享心得體會，「面對激烈的競爭，不應該因為一次失敗而氣餒。」

大公報記者 陸九如



▲Aruna表示作為區議員，會做好「上情下達，下情上報」的橋樑。 大公報記者黃洋攝



▲Aruna表示，希望通過自己的力量，推動油尖旺地區的種族共融。

Aruna過去在國泰及港龍工作超過30年，由往返世界各地的機務長，轉變為油尖旺區區議員，她表示服務社區時最難過的就是「語言關」。Aruna服務過油尖旺地區很多街坊，既有少數族裔人士，亦有本地居民，而服務基層和推動種族共融需要對香港各階層、種族的人群都有了解。Aruna坦言，例如平時在區議會開會討論時，使用的粵語僅靠日常生活積累是遠遠不夠的，她需要認真進行前期準備，提前熟悉會議討論的話題，力求清晰明確地在會上表達市民的訴求和自己的意見。「粵語需要多下功夫，才能看見進步。」

做少數族裔與政府的橋樑

2020年油麻地唐樓一間尼泊爾餐廳發生火警，造成八位尼泊爾人土死亡。Aruna告訴記者，這件事情給留下了深刻的印象，她反思如果有人

能向這些少數族裔宣傳防火信息，或許能夠減低悲劇發生的概率，甚至避免悲劇發生。

Aruna表示，當時有很多好心人捐助了防火物資，政府和社會各界也向火災受害者的家人們提供了必要的幫助，她亦因此加入地區防火委員會，希望能夠推動落實派發滅火器、防火毯，以及安裝火警偵測器等消防安全措施。作為區議員，Aruna說她會繼續向政府提出意見，希望政府能夠提供完善的場所和配套設施給少數族裔，讓他們能有一個管理規範的地方進行宗教儀式。

Aruna回憶起新冠疫情期間，油麻地部分社區被封控兩晚。由於當區有不少少數族裔居住，碰上突然封控，亦未有提前告知，於是她便請公務人員將政府文件翻譯為尼泊爾文和印度文，再派發給當區的少數族裔居民。Aruna又表示，油麻地有一些三

無大廈和劏房內有少數族裔居民居住，疫情期間她上門做解釋工作，由於使用相同的語言方便溝通，因此她能夠安撫那些少數族裔居民的情緒，讓他們意識到能夠獲得幫助。

勉年輕人從失敗吸取經驗

根據政府統計處2021年人口普查結果，少數族裔居民數量約佔總人口的8.4%，他們中不少已發展至二代或三代，希望能夠真正融入香港社會。對此，Aruna給出的建議是：「任何人想要留在香港這座城市工作生活，首先應該真正地，全心地喜歡這座城市，在這個基礎上，接受學習這裏的文化。」

Aruna坦言，找工作是一場競爭，年輕人應該盡力爭取。她參加講座時亦會告訴本地和少數族裔的年輕人，應該在失敗中不斷吸取經驗，然後落力去進步，提升自己。

國安教育要由小做起

身份認同

「對於基本法第23條立法，我認為香港社會需要。」Aruna對於23條立法有着非常樸素的解讀：「大家都應該知道香港是屬於中國的一個城市，我認為這個想法是從幼兒園開始就教給小朋友的。」Aruna指，加強教育是必要的，小朋友也好，大人也好，首先應培養一個正確的身份認知，熱愛香港這座城市的同時，也明白自己是中國的一分子。她表示全世界各個國家和地區都有保護自己國家安全的國安法，她不明白香港為什麼不能有。

Aruna表示她在油尖旺區長大，而油尖旺區有9%少數族裔居民，據Aruna的了解，油尖旺區的居民都能夠和諧共處，她亦與本地NGO合作，推進語言授課項目，教少數族裔居民學習粵語和普通話。

Aruna坦言，如果希望真正融入香港社會，一定要學習廣東話，她還分享，她已經學習了一年半的普通話。

Aruna表示，香港是一個思想開放且包容的地方，她希望政府能夠為少數族裔居民提供社區中心，提供一些場地供少數族裔居民展示和慶祝自己的文化和節日，將香港少數族裔和本地居民凝聚在一起，推動種族共融。Aruna亦稱讚有少數族裔同事參加關愛隊，平時能夠為少數族裔居民提供幫助。

在採訪過程中，熱心市民林先生上前同Aruna搭話，Aruna熱心回答了他的問題，亦認真聽取林先生給特區政府關於盛事經濟提出的意見。Aruna表示，提振地區經濟是長期的目標，作為區議員，首要任務是聚精會神地完成自己的工作。

大公報記者陸九如



▲蕭澤頤（左）向得獎少訊成員頒發獎狀及獎章。

▲今屆最年輕的得獎者，是只有七歲的陳璋緯（左三），他獲得銀星章；而中日混血兒小侯佳靖（右一）則是最高分得獎者。

蕭澤頤：培養青少年守法意識

少訊頒獎禮 1094人獲星章獎勵

【大公報訊】記者古偉勳報導：少年警訊昨日（2日）舉辦2023年的獎勵計劃頒獎典禮，表揚積極參與各種少訊活動的會員，今年獲得金、銀、銅星章的少訊會員共有1094人，比去年增長了兩倍。有獲獎的少訊會員是中日混血兒，參加了少訊後性格由反叛變得守紀律，令他融入香港的生活，更有志於加入警隊並積極裝備自己。

警方於昨日舉行「少年警訊獎勵計劃2023頒獎典禮暨少年警訊50周年及耆樂警訊10周年啟動禮」，以表揚會員積極投入參與少訊活動。警務處處長蕭澤頤致辭時表揚及勉勵得獎的會員，他說今年是「少年警訊獎勵計劃」推出全新計劃模式的第二年，更有系統及全面地培育會員的正向思維、守法意識、紀律和團隊精神。今年是警隊成立180周年，亦是少訊成立50周年及耆樂警訊成立10周年，少訊及耆樂警訊將會推陳出新，成為警隊與青少年及長者聯繫的重要一環，一同宣傳防罪犯罪信息。

最年輕得獎者七歲

今屆「少年警訊獎勵計劃」的金、銀、銅星章得獎者達1094人，比去年增加近兩倍。獲得銀星章的陳璋緯（7歲）同學是今屆最年輕的得獎者，他與姐姐陳奕嘉（10歲）一同獲獎。他們從電視節目接觸到警察的職業並深感興趣，父母亦非常支持子女加入少訊，讓他們學習融入群體生活，團隊精神及領導才能亦有所提升。他們的媽媽說，子女參加少訊後令她認識到他們的另一面，例如姐姐平日表現安靜，弟弟比較膽小，但

參加少訊後從他們的前輩得知姐姐是最勇敢的同儕，爬繩索爬到最高，弟弟也敢玩繩索爬到最頂，樂於接受挑戰。

獲得少年領袖金星章的應屆DSE考生小侯佳靖是最高分得獎者，他是中日混血兒，在內地出生，幼稚園及小學分別在日本及福建就讀，中一隨家人來香港生活，他起初來到香港較難適應陌生的環境，除了不諳粵語的語言障礙，他在校園交朋結友亦遇到困難，在老師的鼓勵下加入了少年警訊，在加入少訊後變得樂意與人溝通，提升了粵語水平，認識了不少朋友，逐漸適應及喜歡在香港的生活。他其中一個改變是學會遵守紀律，他以前性格叛逆，不喜歡遵守紀律，起初加入少訊時最不喜歡步操訓練，但在加入少訊後逐漸喜歡上步操及升旗訓練，學會紀律、團隊合作精神及積極面對困難。小侯亦曾參加少訊的內地交流團，其中他在海南的交流團期間認識到中國航天科技的發展與進步，令他印象深刻及對國家感到自豪。他希望在大學畢業後加入警隊，在此之前會積極裝備自己。

少訊於2021年推出「少年警訊新策略—IDEAS@JPC」，透過舉辦不同活動，例如歷奇訓練、創新科技大賽及中式升旗步操訓練等，培育會員成為社會的棟樑。會員參加活動後將獲取相應分數，達到指定分數要求將獲頒金、銀、銅星章及證書以作獎勵。少訊自開辦以來，包括已畢業的人數共超過16萬，現時活躍會員達4000多人。



掃一掃有片睇

調查：逾三成男士精神健康風險偏高

【大公報訊】記者鍾佩欣報導：男士容易因為「男兒有淚不輕彈」、「求助是脆弱表現」的心態，強裝硬硬強，當遇上情緒困擾也難以抒發。有社區服務團體表示，男性較難向社會袒露心聲，以為自己可以處理，成為社區隱形的情緒困擾一類，而朋輩支援工作員會以「同路人」身份舒解他人困擾，讓患者在康復路上並非自己一人，有人幫助有人陪伴，透過社工開解及藥物治療已真正幫助患者渡過難關。

去年施政報告提出加強朋輩支援服務，勞工及福利局局長孫玉菡昨日表示，家長／親屬資源中心數量將會增加，並會增設資深朋輩支援工作員職位，令大家知道朋輩支援是專業工作。

男士難越心理關口尋求協助

「男生情緒爆發的衝動，自殺率都會高一點。」浸信會愛群社會服務處朋輩支援工作員林偉昌表示，男士求助主動性較低，會因工作壓力大、退休後感覺自我價值降低、喪偶等不同因素，引發情緒問題，而男士在職場、家庭上等身份都有不同限制，不會容易向他人展露其弱點，會習慣性「收埋自己」，於是變成社區隱形的一群。

香港心理衛生會早前公布調查報告顯示，1800名受訪的18歲以上男士，逾三成人有中度至嚴重精神健康風險，約兩成人出現精神健康風險的徵狀，而過去因情緒自殺的個案中，男士較女士多，認為情況值得關注。

作為「過來人」的林偉昌說，受情緒困擾的男士，一般難以跨越心理關口尋求協助，他以自己為例，早年在製衣公司任職中層管理人員，在應付公司架構轉變、上司期望等壓力下，不知不覺出現精神困擾，「最誇張曾經失眠一個月，以為食安眠藥會無事，但原來是情緒問題」。他憶述當時覺得「求助是否代表我有很大的問題？」「我是否真的那麼軟弱？」直至有一次，他在街上經過浸信會街站，留下聯絡電話後，才開展他的復康之路。

去年施政報告提出，加強朋輩支援服務。孫玉菡昨日在「心連心」精神健康綜合社區中心聯合開放周啟動禮上表示，有朋輩支援工作員反映，政府應用好朋輩支援的工作，尤其是增加數量；另有人反映，「做來做去都是朋輩支援工作員，好像沒有晉升」，施政報告將增加資深朋輩支援工作員職位，「讓大家都覺得朋輩支援都是一份專業」。



▲勞福局局長孫玉菡昨日出席「心連心」精神健康綜合社區中心聯合開放周啟動禮。

24間精神健康中心辦聯合開放周

【大公報訊】記者鍾佩欣報導：由社會福利署資助的24間精神健康綜合社區中心，將於3月5至18日期間舉行聯合開放周，以介紹中心的服務及提升公眾對精神健康的關注，包括自我照顧工作坊、互動攤位、復原人士親歷經驗故事分享、精神健康講座等。

全港24間精神健康綜合社區中心，是由11間非政府機構營辦。昨日出席啟動禮主禮嘉賓的勞工及福利局局長孫玉菡表示會盡最大努力為社會的精神健康出一分力，他又表示市民可到就近

一間精神健康綜合社區中心傾訴、了解精神健康資訊等，期望精神健康綜合社區中心走入社區，發揮作用。

除了精神健康綜合社區中心外，市民抒發情緒方法有許多，包括情緒通18111熱線，每日24小時由專人接聽電話；明愛連線Teen地一網上青年支援隊、「輔負得正」手機應用程式等本地精神健康在線支援服務；專業診治；明愛向晴軒、醫院管理局、香港撒瑪利亞防止自殺會等緊急求助熱線。