

我的學習歷程是

登記成為學生

訂立個人學習計劃

開始復元學習歷程

學習復元和身心靈健康的知識 (基本課程)

深化學習和成長(進階課程)

定期回顧,更新學習計劃

畢業或繼續下一個學習目標

就業、義務工作發展、朋輩工作、持續進修、社區生活...



我可以參加思健學院嗎?

歡迎任何年滿 15 歲或以上、不論學歷、關注精神健康及有志持續學習的朋友，均可報名參加學院課程
我如果想申請入學...

填妥入學登記表，親身或以郵寄方式向個別分校提交表格

學院聯絡



香港心理衛生會

賽馬會恆健坊(觀塘南)

九龍觀塘茶果嶺道81號茜草灣鄰里社區中心四樓

電話:2346 3798

恆樂坊(觀塘北)

九龍觀塘樂華北邨

欣華樓地下101-108室

電話:2116 0503

賽馬會恆悅坊(大埔)

新界大埔廣福邨廣智樓A翼

地下101-108室

電話:2651 8132

香港明愛

明愛全樂軒

新界荃灣西樓角路1-17號

新領域廣場13樓1315室

電話:3105 5337

明愛樂晴軒

新界粉嶺雍盛苑雅華閣B翼地下

電話:2278 1016

浸信會愛羣社會服務處

灣仔校址

香港灣仔愛群道36號8樓

電話:3413 1641

筲箕灣校址

香港筲箕灣筲箕灣道361號

利嘉中心11樓

電話:2967 0902

青衣校址

新界青衣長亨邨亨緻樓地下7-14號

電話:2434 4569

新生精神康復會

新生精神康復會思健學院總辦事處

九龍南昌街332號 新生會大樓

電話:3552 5290

安泰軒(屯門)

新界屯門湖景邨湖翠樓9-15號

電話:2450 2172

合辦機構:



■ 思健學院是一個創新及具前瞻性的教育平台，得到思健資助，由四間社會服務機構包括香港心理衛生會、香港明愛、浸信會愛羣社會服務處及新生精神康復會聯合籌辦。思健學院是全港精神健康服務中，唯一以「共建」模式提供「復元為本」之培訓及課程的計劃，課程內容多元化及以「教學相長」及個人成長為首要目標。

■ 思健學院在香港各區成立分校，亦設有學分制度，為復元人士、照顧者、精神健康服務從業員及所有關注精神健康人士提供復元為本的課程和工作坊。

有關「思健」

「思健」是怡和集團成立的慈善組織，致力貢獻社群，積極推動精神健康。「思健」計劃由集團年青行政人員所組成的「怡和親善大使」帶領及推動，旨在加強市民大眾對精神健康的關注及理解，從而改變他們對精神病患者及康復者的態度，並直接支援有關活動。



學院有什麼特色？

- ✓ 提供復元為本的培訓
- ✓ 全方位課程，適合不同需要的學生
- ✓ 復元人士與專業導師共建課程，互相學習
- ✓ 設定個人學習計劃，透過課程發掘潛能
- ✓ 平等參與，認識其他同行者

學院的願景

平等參與，促進成長
提升希望，共建復元

課程內容概括了什麼？

自我倡導

學習善用資源和表達需要，實踐自主的人生

建立生活

學習面對困擾和挑戰，建立正面的生活方式、人際關係和社會角色

保持身心康泰的生活

建立整全的人生，過着健康、豐盛的生活

朋輩發展

學習實踐朋輩支援，並在日常接觸或於工作角色中加以發揮

復元

體會跨越精神困擾和生活挑戰的經驗智慧，發掘優勢和能力

家屬/照顧者支援

加強對精神健康的認識及相關處理，提升關係質素