

# RUN HONG KONG

# 2021

# 年度報告





# 共同創辦人信函

親愛的朋友：

回想2015年，初次與一小群的難民婦女健行，那天才跟她們剛認識，卻已令我（Virginie）頗有感觸。她們每個人獨特的故事，驅使我每週踏上步行徑，也推動我們小小的義工隊將一次又一次的遠足運動，演變成今天的RUN。

過去六年，不少難民和尋求庇護者透過計劃獲得協助，我們固然感到自豪，但RUN的發展從來不是為了追求數字，而是希望在每位參與者的人生中發揮更大作用。因此，年內能為各計劃參與者提供更切合個人需要的支援，足令我們引以為榮。誠如今年的年度報告所述，我們竭力提供不同的體育活動及廣泛的教育機會，務求切合參與者的需要和興趣，目標是透過計劃協助每位參與者加快過渡，盡快在香港以外開展安全又富尊嚴的新生活。

全賴有更多資源響應，我們才能達成上述目標，因此，我們摯誠歡迎今年加入團隊的五位新成員！他們分別是：

- Erin Brown－體育項目統籌
- Kennis Chow－辦公室行政人員
- Joice Sam－財務經理
- Jayne Schrantz－教育營運經理
- Nida Sophasarun－教育營運助理

各位新成員甫上任，隨即馬不停蹄地工作，大大提升了計劃內容和營運能力。



除了新成員加入團隊之外，我們還順利在現址同一大廈另租辦公空間。過去數年，RUN一直只租用一個開放式單位，讓參與者、員工和義工等所有人聚首一堂，為參與者營造像家一樣無拘無束的好地方。可是，我們的計劃和團隊都在不斷成長，所需要的空間亦隨之增大。正如下文提及，新辦公空間不單是用作學習的教室，還是參與者分享健康疑難的治療空間，更是我們團隊內部會面和工作的空間。

衷心感謝RUN社區令這一切變成可能。全賴你們給予支持，我們才可投放資源在必要的基礎設施上，為不同參與者提供所需服務，其中部分參與者的故事將於本報告下文述及。

去年，其中一位參與者JC在本港一個詩歌比賽中奪得冠軍，她的詩作「Woman, Arise」描寫一位女士在過去崛起的故事，優美的詩詞正正道出我們期望從每位參與者身上看到的蛻變。希望你在閱讀本報告時，看到的不僅是一連串的最新資訊和數字，也是每位參與者掙脫以往桎梏、為自己建構嶄新未來的生命故事。

衷心感激各位！

RUN香港共同創辦人Virginie和Brenda上

# Woman, Arise!

*A poem by a RUN participant, JC, which won first prize in a 2021 World Poetry Day competition*

They may have stripped you of your jewels and dimes  
Broke you or broken into you a thousand times  
They may have been happy to see your demise  
Who you are, they may not anymore recognize.

You may have lain among the pots  
Your blacks and bruises like dirty dots  
Been with you like birthmarks, or Dalmatian spots  
But are cleansed and washed by the LORD Jesus' touch.

For in you is a piece of the Divine  
A blueprint, in your being, intertwined  
Destined to rise, rise again after a fall  
Persist to your call though for a moment you crawled.

Crawled to the branches of your trees  
Fed on the greens as you felt the breeze  
And, hang on there, for it wasn't long  
Your wings are growing, you're being transformed.

You are no longer the lesser version of you  
"Old things are passed away, all things are become new."  
You have power over the demons that tried to shatter you  
For greater is He who is for you than he who is against you.

Break forth, Come forth, Arise!  
From your cocoon, from your cave, or your grave  
Like a silver-winged dove or a lovely butterfly  
Woman, you are His element of surprise.

# 世界各地及香港的難民

## 全球

(截至2021年6月)

- 有2,640萬名難民，當中約有一半是18歲以下
- 410萬名尋求庇護者
- 全球人口1%的人因衝突或迫害被逼離開家園

## 在香港

- 有12,868名尋求庇護者
- 只有0.52%的尋求庇護者的申請得到認可
- 難民和尋求庇護者每月僅獲得1,200港元的食物券和1,500港元的租金津貼
- 難民和尋求庇護者無權工作

## 在RUN的難民

UN為香港最脆弱的難民服務，其中包括許多遭受酷刑和性暴力侵害的人，遭受嚴重創傷的人以及獲得很少支援的人，特別是獨自一人或與獨自攜帶子女的婦女。

於2021年，我們為來自21個國家的131名難民和尋求庇護者提供服務，其中包括74名成人參加者，57名兒童和青少年。

(為了保護他們的身份，本報告中所有RUN參與者的名稱都已更改。)

## 難民問題全球契約

2018年12月17日，聯合國大會提出了一項計劃，以加強對難民及其收容國的國際支持。這項計劃被稱為「難民問題全球契約」，得到了聯合國所有193個成員國的肯定。RUN直接支持契約中概述的三個關鍵目標，以：

- 減輕對收容國的壓力
- 加強難民自力更生的能力
- 尋求更多讓難民安置至第三國的解決方案



# 我們帶來的影響

## 體育

體育項目是RUN的核心項目。我們支持參與者透過遠足、跑步和游泳等運動療愈創傷，同時提升身心健康，鍛鍊堅忍毅力。

2021年，我們為改進體育項目，特別因應參與者的不同體格和能力，精心調節運動課程以切合所需。每週舉辦女子「遠足治愈」及男女混合田徑訓練班，提供難易程度不一的遠足、跑步及游泳挑戰，讓參與者與水平相若的人一起集訓。此外，體育項目統籌亦定期與參與者單對單會面，訂立個人目標，協助參與者保持進度。

“

我從未想過自己會做得到，我只是堅持參加訓練，到了比賽當日，就真的做到了！我為此而自豪。下屆比賽，我可以取得更好成績！

— 來自布隆迪的Alice對於完成RUN香港越野挑戰賽的感言

雖然2021年有許多比賽未能如期舉辦，但參與者努力把握每次機會挑戰自我，其中包括：

- 1位女性參與者繼2019年首度挑戰「HK100 Flex」後，再度參賽並走畢全程。
- 2位參與者與T8組隊，參加由Asia Trail Girls舉辦的9日越野跑挑戰賽「Wonders of Asia Challenge」。
- 3位男性參與者參加香港元老田徑會5公里系列賽，在各自所屬的年齡組別分別排名首3位，其中1人更位列總排名首3位！
- 4位女性及6位男性參與者參加由BuffCo舉辦的田徑跑道系列賽，一連數週參加800米至5,000米不同距離的賽事。

“

現在，我連游泳都能學會，沒有甚麼做不到了！我覺得自己強壯有力，不過，上課學習可以做得更好。能夠這麼快就學會這項技能，令我感覺自己找到了目標。

- ZB

此外，我們亦在2021年秋季舉辦了我們的香港越野挑戰賽。12位女性參與者接受了三個月的培訓（每週兩次，風雨不改！），過程中展現出無比的勇氣和決心，令人深感敬佩。其中兩位女性參與者在十小時內跑畢全程50公里，其餘參與者則在5小時內跑畢半程25公里！

除了RUN的計劃外，部分參與者亦獲喜跑及BuffCo等本地跑步團體邀請，與其他跑步者同場訓練及競技。衷心感謝這些跑步團體歡迎RUN參與者加入，為他們提供更多機會挑戰自我，同時融入香港社群。



兒童項目每週一次，為參與者的子女提供體育活動及功課輔導。跟兒童參與者相處久了，我們意識到經常有小朋友因逃離自己祖國的傷痛及／或以難民身份在港生活而面對身心健康問題，因此，越來越需要開辦更有系統的計劃來協助這些難民兒童。很榮幸能夠夥同香港欖球總會，並在勞倫斯體育公益基金會的支持下，為在港難民兒童推出為期12週的欖球及心理健康計劃「SHINE」，而「SHINE」其實是運動、健康、共融、培育和情緒幸福感的英文首字母縮寫。計劃雖然仍處於起步階段，但已頗見成效，我們希望以此作為基礎，未來推出更多專為兒童而設的計劃。



在2021年，我們籌辦了：

**54個**

女子遠足課程

**46個**

男女混合田徑訓練班

**34個**

兒童項目課程



## 教育

我們的教育計劃透過教育幫助參與者重拾獨立和尊嚴，並向他們提供培訓為重返職場做好準備。雖然難民和尋求庇護者通常不被允許在港工作，但學習新技能和專業發展意味著他們會有更大機會，可以在未來的安置國找到穩定工作，最終為自己和家人創造更美好的未來。



其中一位參與者Glad在RUN的支持下，成功報讀Drewswork Workshop為期一個月的木工課程，獲德國木匠大師Ulli Drews授課指導。Glad本身是一名經驗豐富的木匠，我們希望支持他繼續提升自己喜歡又擅長的這門獨有手藝，進而把握未來的就業機會。Glad說：「我很喜歡這個課程，覺得可以一展所長。Ulli在教我怎樣不用釘子和膠水接合木材，做到天衣無縫的榫接效果。」

在2021年，我們根據順利重新安置的參與者及加拿大合作夥伴的回應，檢討了教育計劃的內容，著眼於工作準備及協助參與者在重新安置後盡快就業。透過內部提供的英語、電腦及數學等基本技能課程，幫助參與者掌握必要技能和知識，以便進一步取得專業發展，同時協助他們備考語言試，提高重新安置後成功就業的機會。我們擴大了電腦／IT課程的內容，加入簡歷和自薦信的寫作技巧、商務及專業溝通，以及全面的Google Suite谷歌套件使用技巧。跟體育項目一樣，教育計劃經理亦會與參與者單對單會面，幫助他們根據本身的教育、工作經驗及興趣，訂立適合自己的專業發展規劃。

年內，RUN位於淺水灣的花園出現問題需要修整，其中一位參與者Richard自告奮勇，率領另一位參與者一起徹底翻修花園，領導力強又自發主動。Richard現在協助管理RUN位於淺水灣及希慎廣場的兩個花園，園中所種的新鮮蔬菜生長茂盛，可定期採摘作為我們每週的午餐食材。Richard一面為RUN花園而努力，一面積極準備在香港以外開展新生活，在自己感興趣的領域上培養實用技能，希望在重新安置後順利找到工作。





2021年春末，我們有幸與創業難民網絡（The Entrepreneurial Refugee Network）合作，一起為RUN參與者開辦創業課程。幾位參考者經過數月的課堂學習後，了解到設立和經營公司的詳細流程，亦令他們的創業想法更加成熟。在2022年，我們計劃以此為基礎，支持參與者發展自己的創業理念。

去年下半年，我們在現址同一大廈另租辦公空間，提供安靜環境讓參與者專注學習，令教育課程及工作坊得以大幅提升。

在2021年：

我們為參與者取得  
Escapade Sports、  
PURE Fitness及  
Sylebra等公司

**6份**

僱傭合約

促成畢馬威、樂餉  
社、Christine Ritter  
及Sylebra等公司

**5個**

實習機會

支持

**5位**

參與者在大學攻讀設  
計、法律、人權法及心  
理學等全日制課程

參與者在Coursera.org  
及Alison.org等外界網  
絡平台取得逾

**40份**

證書

**9位**

參與者分別透過香港課  
程（5位參與者）或美國  
護理員課程（4位參與  
者）獲得護理員證書

**4位**

參與者在9月至12月參  
加了希慎廣場天台的  
城市耕作工作坊

**15位**

參與者完成了家長效  
能培訓



## 重置途徑

我們設立重置途徑計劃，目的是盡可能幫助更多參與者找到解決方案，在香港以外的地方重新開展生活。其中一個主要途徑就是透過社區贊助的重新安置，即是由加拿大當地社區贊助難民和尋求庇護者在社區中重新定居，並致力幫助他們在加拿大的首年融入新家園。

雖然在2021年外遊特別困難，但我們繼續與加拿大資助協議持有者加強聯繫，努力確保有更多參與者可在旅遊限制解除後立即啟程。因此，我們提交新社區贊助申請的數目，以及離港開始新生活的參與者人數均刷新紀錄！

Tom在2020年透過私人社區贊助移居加拿大。在逐漸適應當地生活和接受過一些語言培訓後，Tom現時在一間集散倉庫工作。疫情期間，要結識朋友建立群體生活可謂難上加難，但他的贊助人一直支持他開展新生活。Tom最近告訴我們：「在加拿大最寶貴的一點，就是可以重返職場，做回一個有血有肉的人！」



我們在年內提供支援，協助埃及一個五人家庭重新安置。有關的重新安置申請由第三方安排，而我們則資助該家庭購買機票、提供法律支援，並支付出發／安家費用。女戶主Anne告訴我們：「對於舉家遷往[加拿大]，我有些緊張不安，但至少孩子將來有希望入讀多倫多大學。一切從頭開始絕非易事，不過，我會在多倫多為其他RUN參與者探路，屆時可以歡迎他們到來，幫助他們融入當地生活。」



“

在未加入RUN之前，我們感到孤單絕望，一切彷彿被黑暗籠罩；但加入RUN之後，我們一天比一天堅強。在RUN結識了一家好心人，他們改變了我們的人生，是我們永生不忘的家人——RUN是我們的父母、姊妹、兄弟、家人，也是我們的全部。全因有RUN，現在我們面上才會掛著笑容。我們會想念他們的愛心、關懷，和一張張親切的臉龐.....

—— 來自盧旺達的Aaron今年在我們的幫助下與家人移居加拿大

在2021年：

提交

**8份**

社區贊助申請，涉及  
合共32位參與者

**4份**

社區贊助申請獲批准，  
涉及合共10位參與者

**10位**

參與者前赴加拿大



## 醫療及必要服務

我們固然希望所有參與者最終都能在外地開展新生活，但當參與者還在港期間，最重要是為他們提供醫療及必要服務，確保所有參與者都能滿足基本需要，茁壯成長。透過提供食物、住房、醫療保健及托兒服務，我們全方位支援參與者的身心健康。

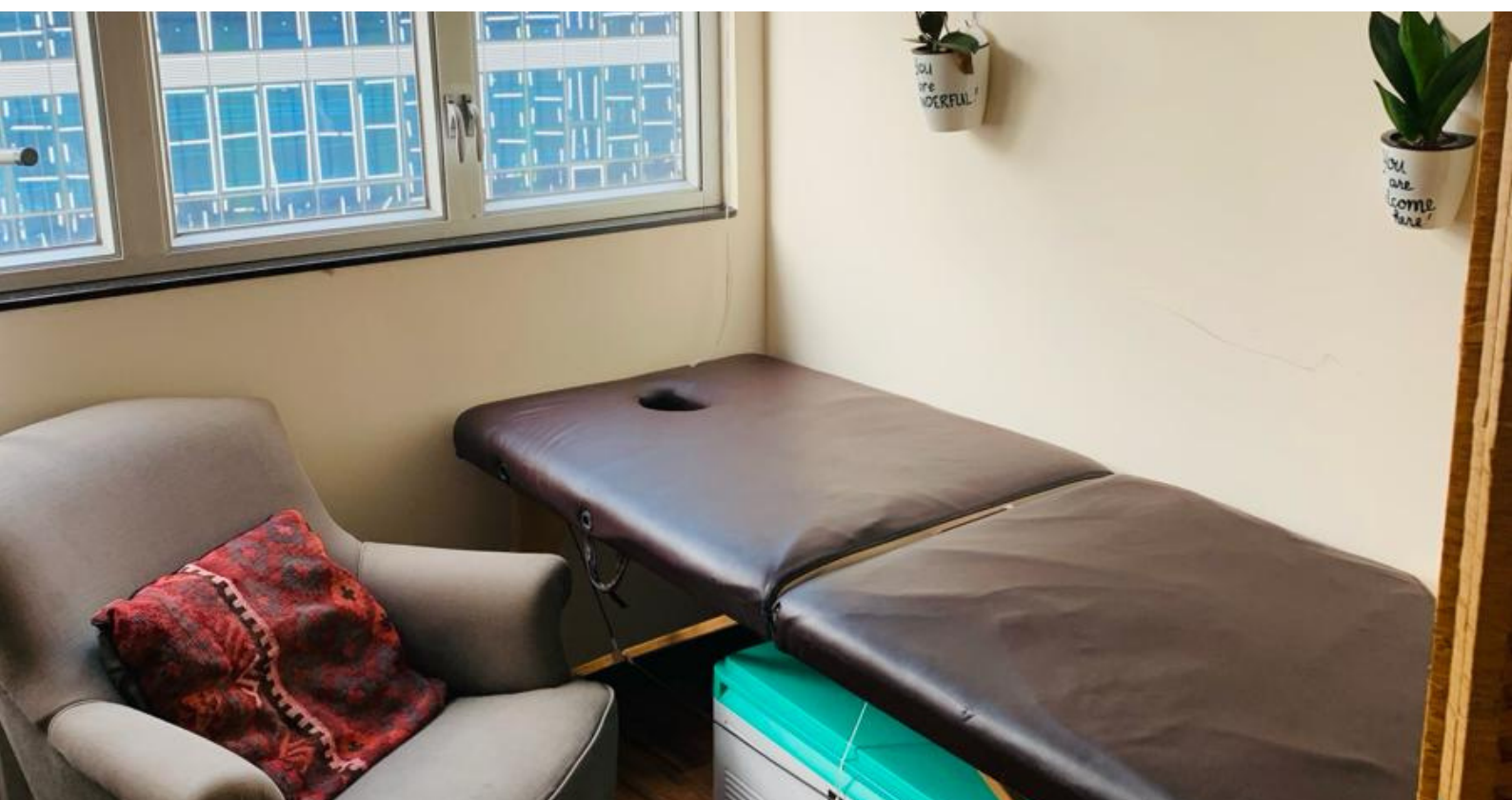
疫情最初在2020年爆發時，我們知道社區中一些最無助的弱勢群體、難民和尋求庇護者，顯然會受到嚴重影響。有見及此，我們開始供應更多基本物資，例如食物和衛生用品等。自此，便利店就成為了我們辦事處的恆常設置。有賴各熱心的社區合作夥伴，我們在便利店定期貯存主要食糧、家居用品及嬰兒物品，供有需要的參與者免費取用。

年內，其中一位參與者Swarna因癌症不幸辭世，我們深感悲痛。Swarna在2020年確診罹患癌症，在醫療保健義工、Charlotte醫生和Michelle護士的支持下，一直勇敢對抗癌病。Swarna有兩名孩子，為人勇敢堅強，在RUN社區廣受愛戴，我們謹此表達對她的深切懷念。



在義工醫療保健小組協助下，我們亦在新租用的辦事處內設立診療專區，讓參與者在安全自在的環境下談論自己關注的健康問題。除獲得醫生和心理學家義務支持之外，我們的義工醫療保健小組亦定期舉辦工作坊，內容特別著重女性健康議題，幫助參與者獲得適切的醫療服務、克服語言障礙，以及解決基本的醫療保健問題。

除了生理健康之外，我們亦安排專業精神科醫生以義務形式或非常優惠的費用，定期為參與者提供心理諮詢服務。在2021年，我們很高興有一位義工顧問新加入團隊，專門為兒童和青少年提供心理健康支援。



在2021年：

我們每週平均派發

**500份**

膳食

醫療保健義工每週  
為參與者提供身心  
健康諮詢服務

有賴各合作夥伴和  
義工的支持，我們  
得以每週或隔週向  
有需要的成人及兒  
童參與者提供諮詢  
服務



## 社區參與

我們堅信人人都可一盡本份，齊心協力建立一個對難民和尋求庇護者更加包容的社區。我們矢志推動社區積極參與，發揮集體影響力。

2021年，我們繼續積極參與「關注難民網絡」（RCN），該組織是由個人和團體組成，他們為改善香港尋求庇護者和難民的生活而共同努力，並倡導他們的權利。我們與RCN成員及其他人士攜手合作，成功爭取給難民和尋求庇護者接種新冠肺炎疫苗，為難民社區帶來一次重大勝利，不少難民更表示希望盡自己所能，保護身邊社群，齊心抗疫。此外，為紀念世界難民日，我們舉辦名為「I Believe I Can Fly」的藝術展，展出來自RCN各成員團體合共22名難民兒童的藝術作品。共同創辦人兼常務董事Virginie Goethals擔任RCN首屆總召集人一職，在9月時任滿。

年末，我們舉辦了「大難民挑戰：假日版」互動小組活動，促進公眾了解全球及在港難民的生活狀況。是次活動反應熱烈，我們希望以此為基礎，推動社區更加關注難民問題。

在2021年：

我們的團隊在學校、企業及其他團體發表合共

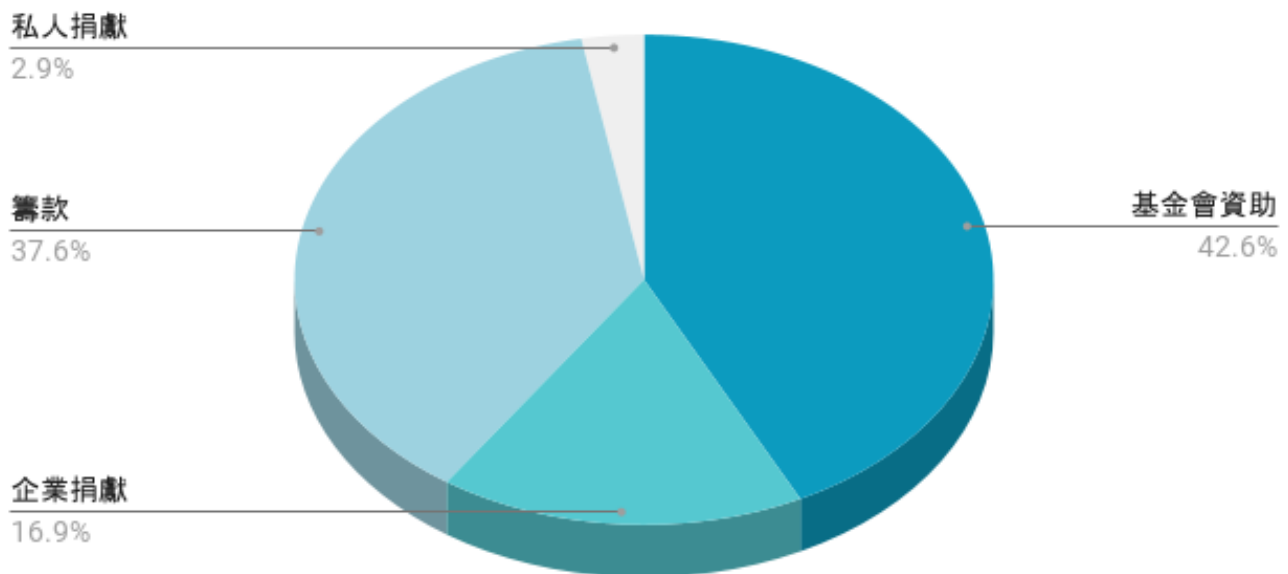
**10次**

演講，致力促進公眾對在港難民的了解

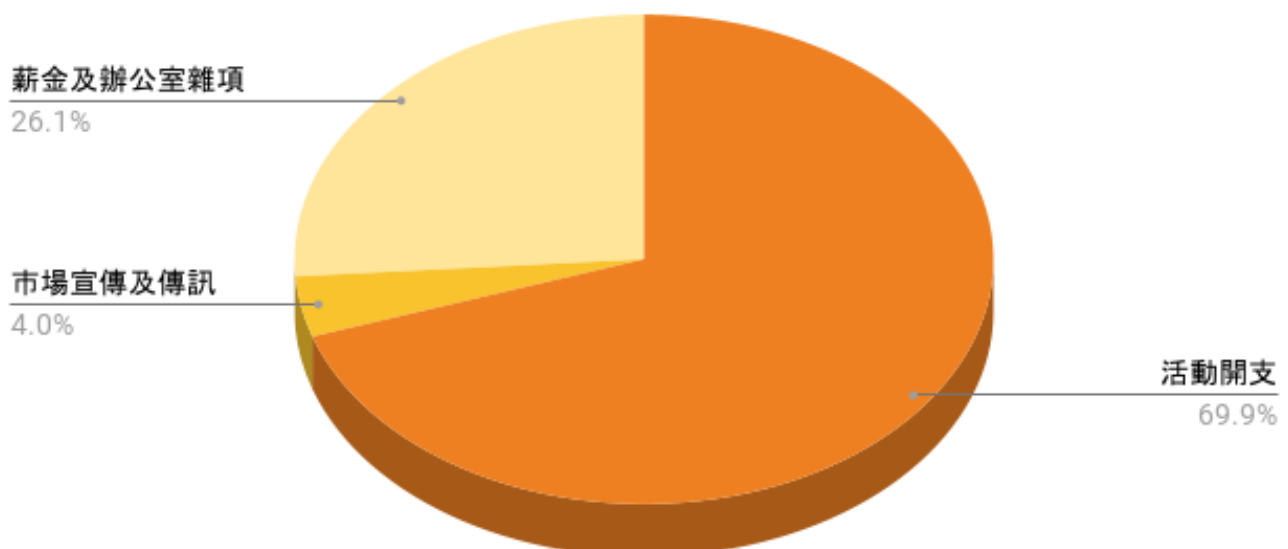
# 財政狀況

我們籌集的每一元，對參與者而言都意味著更美好的未來，這可以是通過我們的體育項目強健身心，通過教育計劃來發展技能，通過重置途徑計劃幫助難民重獲新生，或是通過醫療及必要服務滿足參與者的日常需要。

## 2021 收入 \$7,960,673港元



## 2021 支出 \$7,929,594港元





# 支持者

## 資助者與合作夥伴

感謝以下資助者和合作夥伴在2021年對RUN的工作發揮重要作用：

- Active Global Caregiver
- AllianceBernstein
- American Women's Association
- 亞太難民權利網絡
- 香港元老田徑會
- Baker McKenzie
- Central Health
- Clifford Chance
- 樂餉社
- 高盛
- 喜跑
- Health in Action
- 香港上海大酒店有限公司
- 香港游泳學校
- The Jadis Blurton Family Development Center
- Jewish Immigrant Aid Services Toronto
- Joint Dynamics
- Kering Foundation
- Keswick Foundation
- Lane Eight
- Lantau Basecamp
- Laureus
- Linklaters
- lululemon
- 麥格理
- Marshall Wace
- Permira
- Racebase
- 淺水灣有限公司
- Ronald & Rita McAulay Foundation
- Swire
- Telos
- WiFA
- 擇善基金會
- 10 x 10

## 義工

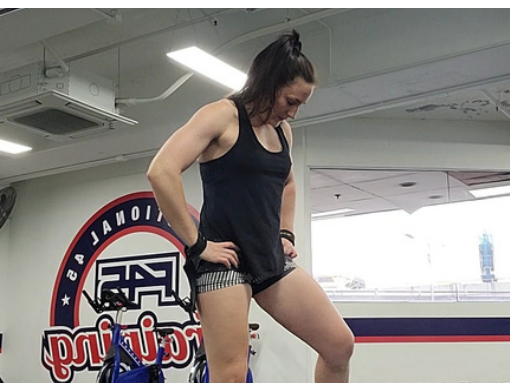
儘管靈活的資金對於維持我們的工作至關重要，但是如果沒有100多名定期義工投入他們的時間和精力，我們的項目和營運將無法繼續進行。

在2021年，我們估計  
RUN的義工共奉獻了

**900+**  
**小時**

## 籌款人

我們亦衷心感謝各籌款人於2021年選擇敢於挑戰而奉獻給RUN，藉此幫助我們籌集資金，繼續推行有關計劃。





# 展望未來

對於2021年所取得的成績，我們固然感到自豪，但仍一如既往精益求精，期望能為在港難民和尋求庇護者提供更大幫助。過去一年，我們在Lighthouse Partnerships的協助下嚴格評估各項計劃，希望從中收集到的真知灼見有助進一步加強計劃。下文概述RUN將於2022年採取的行動：

- 為目標對象度身定造更多體育活動 – 我們將在2022年成立全新的「Get Active」小組，專責照顧剛加入RUN的參與者及／或運動新手，結合不同方法令他們多做運動，達成強身健體的目標。我們希望成立小組，令體魄最弱的參與者也能輕易地享受運動，確保他們透過各項計劃獲得最大裨益。此外，我們有意拓展「SHINE」計劃，為難民兒童提供更多切合所需的支援，包括由淺入深的體育活動及心理健康教育等。
- 加強工作準備培訓 – 我們計劃再度舉辦模擬招聘會（於2019年首度舉辦），使參與者有機會加強面試技巧，以及聽取真實僱主的寶貴意見。我們亦會借助創業課程的成功經驗，幫助參與者整理出更具體的想法，並讓他們吸收創業的實踐經驗。
- 參與者建立新生活的其他途徑：我們與加拿大的合作夥伴緊密協調，致力增加可通過社區贊助重新安置的參與者人數。此外，我們亦探索其他重置途徑，包括加拿大政府新推出的經濟流動途徑試行計劃（Economic Mobility Pathways Pilot），該計劃協助技術難民通過現行的經濟類移民計劃移居加拿大，以支持當地勞工市場的需求。

除上述的新增計劃內容外，我們亦在此欣然宣布，大家期待已久的素食食譜將於2022年正式面世！繼2020年首次出版RUN Cookbook後，我們的參與者一直努力鑽研，多番烹調試味不斷改良家鄉食譜，如今急不及待希望很快可以跟大家分享這份美味。

# 齊來參與



## 成為月供捐助人

我們仍然需要籌集今年預算的1/3資金，以滿足參與者的需求。您每月的捐款可為我們提供可靠而靈活的資金來源，從而對我們的參與者帶來重大改變，以便我們可以為未來做計劃，抓住機遇並回應參與者的需求。詳情請瀏覽[www.runhk.org/donate](http://www.runhk.org/donate)或使用QR碼。



## 為RUN 籌款

將您的下一項挑戰獻給RUN，您可以為香港的難民和尋求庇護者帶來改變。無論您想參加比賽，進行義賣或舉辦電影之夜，您都可以藉此機會向您的朋友和家人介紹在港難民面臨的情況，並代表RUN籌款。詳情請瀏覽[www.runhk.org/fundraise](http://www.runhk.org/fundraise) 或使用QR碼。

## 聘請難民

雖然難民通常不獲允許在香港工作，但可以按個別情況申請授權工作。我們已經成功為許多參與者配對得到有薪工作，這些機會將大大有助於難民的職業發展並增強他們自力更生的能力。如果你得悉任何就業機會，或者你的公司可能有意聘請難民，請通過[info@runhk.org](mailto:info@runhk.org)與我們聯繫！

## 裝備知識

對香港和世界各地的難民來說，您可以做的最好的事情之一就是為自己和周圍的人裝備有關知識。請確保您有在Facebook，Instagram和LinkedIn上關注我們，我們會在那些平台分享有關難民的最新消息和其他內容，或者更好的是，邀請我們在您的公司/學校演講！



RUN is a Hong Kong-based nonprofit that supports vulnerable refugees, particularly women, to build resilience and nurture self-reliance for a more hopeful future. With sports as the springboard and education as the foundation, we help refugees to create a life of safety and dignity, in Hong Kong and beyond.

📍 Suite 502, 5/F, Sun Hing Industrial Bldg  
46 Wong Chuk Hang Rd, Aberdeen

🌐 [www.runhk.org](http://www.runhk.org)

✉ [info@runhk.org](mailto:info@runhk.org)