Love 21 Foundation

年度報告

2022 - 2023

目錄

關於 Love 21	3
創辦人兼行政總裁致辭	6
董事會致辭	7
關於唐氏綜合症、自閉症、神經多樣性受助社群	8
Love 21 會員人口結構	9
全面支援框架 體育項目 非體育項目 特別活動 企業社會責任 賽馬會健樂人生體育及營養計劃 營養計劃框架	10
火劫重生	18
個案故事: 旭霖	19
未來計劃	20
財務摘要	21
Love 21 團隊	23
鳴謝	24

關於
LOVE 21

Love21是香港註冊慈善機構，旨在透過運動、營養及全面的支援計劃，協助唐氏綜合症和自閉症患者，以及神經多樣性受助社群自主地發揮潛能。

我們的理念是令每名會員更加強壯，為他們與其家人提供盡展潛能與所長的機會。

年度概覽

2022 四月
(至
2022 五月)

網上課程

在2022-2023剛開始的數個月，我們雖仍在適應新冠肺炎所帶來的改變，但我們堅持繼續在2022年4月至2022年5月間提供網上課程，讓會員及其家人們能參與體能活動。

2022 六月

推出就業及發展計劃

我們的中心在2022年6月起逐漸回復正常運作，並開始提供實體活動。中心亦在重開時推出就業及發展計劃，為會員提供在Love 21訓練及實習的機會。

2022 六月
至
2023 一月

增加會員數量及課程

在2022年6月至2023年1月期間，Love 21的計劃不斷進步，會員數量亦不斷增長。另外，隨著社交距離限制放寬，Love 21亦能與其他機構及協會有更緊密合作，舉辦更多在不同地方進行的課程。我們在最高峰時每月能為會員及其家人們開設逾350個課程及活動。

2023 二月
至
2023三月

重建中心

我們的中心在2023年1月不幸受到火災損毀，因此Love 21在2023年2月至3月期間正努力重回軌道。在合作夥伴及義工的幫助下，我們仍可提供有限度的體育、營養及全面支援計劃。我們的合作夥伴為當中的課程及活動提供暫時性活動場所，我們對此感到萬分感謝。而在段時間期間，我們亦在計劃重建新中心，努力在未來數月正式恢復正常。

截至2023年3月:

300+

個註冊家庭

50+

種活動選擇

2800+

場為2022-2023年度的會員
提供的活動及課程

17

位會員於我們的實習計劃中
完成訓練並成功實習

3000+

個義工時數

400+

一對一營養諮詢總時數

05

創辦人兼行政總裁致辭

首先，我希望向所有在過去5年一直支持Love21的大家道謝。這趟精彩的時光讓我更加確信本會正往正確的方向前進，為神經多樣性受助社群提供一個真正發揮潛能的機會。

正當大家以為新冠肺炎已完結，中心可以再次正常運作時，中心旁的貨倉不幸地遇到火災，更蔓延到本中心，導致嚴重損毀。

我們的Love 21中心是逾300個家庭的家，是一個讓他們感到安全、找到友情及受到接納的地方，也是一個為家人們提供休息空間、安全感及全面支援的地方。這個如此艱辛才建立起來的家，就這樣被一場火災損毀，實在令人心痛。但令這地方變得如此特別的，並不是中心本身，而是大家。

我們的社群團結一致地面對這個挑戰，確保Love 21及整個香港能在最後扭轉局勢，奪得勝利。我亦因此感到十分自豪。我們的員工、義工及數百位支持者一直努力不懈地維持本會運作，充滿愛地為會員繼續提供日常課堂及康體活動。

我一開始創辦Love 21時的目的是幫助這個社群能活得更長久、更健康、更快樂。運動與營養是我們一開始所重視的因素，但我們很快就明白到能讓我們的社群發聲，並提高大眾對他們的了解，才是最重要的一環。

失去了本會中心，我們唯有向香港不同機構和協會尋求協助，也讓我們把理念散播全港。我們的課堂改為在不同運動俱樂部、學校、辦公室及公園等地方進行。香港數千名市民均見證我們這個社群的力量與能力，也更明白到善良及包容的重要性。

我十分高興地宣布，本會的新中心即將啟用！

如上述所說，那場火災成了這一年的焦點。但令我感到十分自豪的是，我們的社群亦無因此停下腳步。雖然沒有了自家地方，我們的團隊亦在火災後租用了其他場地，成功在每星期平均舉辦了30堂課堂。另外在我們社群的幫助下，本會能持續提供營養計劃、輔導計劃及實習計劃。十分感謝我們的合作夥伴、教練、義工及所有充滿愛心的社群會員，在艱難的環境下仍能提供優良服務。

我們將在來年懷著希望、期待及感恩的心進駐我們全新的家。我們目標為提供多一倍的康體活動，並不斷改進我們的營養計劃及全面家庭照顧。我們亦會積極參與體育比賽，另繼續幫助我們的社群找到工作及目標。我們將盡全力讓全香港知道我們社群的優秀能力及了解多元及包容的重要性。

我們在來年的目標的確充滿野心。本會已走過了漫漫長路，但面對社會的龐大需求，我們也不能在此停下腳步。

本會如今的發展全賴大家的支持。我們希望閱讀至此的你，往後亦會繼續支持Love 21，幫助神經多樣性受助社群能像普羅大眾一樣，得到最好的機會，發揮最大的潛能。謝謝！

Jeff Rotmeyer
創辦人兼行政總裁

董事會致辭

Love 21 成功渡過新冠疫情的艱辛歲月，縱然傷痕累累，但亦因今次的經歷而變得更強大、更優秀。 我們滿懷熱切地盼望着兔年的到來， 我們擴充了我們的團隊，完善我們的計劃，並連結更多資源，使Love 21得以持續成長。

然而，1 月 28 日晚，我們驚悉我們位於新蒲崗的中心發生了火災， 該中心和幾乎所有設施在幾個小時內付之一炬， 團隊四年來苦心經營的成果轉眼間化為泡影。

有賴我們的管理層、團隊、會員和其家人的堅韌不屈、同心合力，我們不僅僅使Love 21盡復舊觀，而是使它更勝從前，猶如字面上的意思: 從灰燼中復活、變得比以前更強大。在火災發生後的數小時、數天中，我們的職員開始搶救從舊中心中可以回收利用的東西，並重新聯繫各處場地、連結各方資源，使我們能夠以類似在新冠疫情時期採取的方式繼續提供我們的服務。

董事會支持管理團隊的見解，認同應當設立一個比往昔更高水準的新活動中心，設置更好的設施，包括更大、更安全的活動空間、諮詢室、活動計劃室以及專供職員協調工作和活動的空間，以提高我們的服務水平。

董事會欣悉管理團隊透過向香港本地各界接洽，尋求社區資源建設我們的新活動中心。當我們的事跡獲媒體報導時，我們正與許多社區夥伴合作，建立新的活動中心及使 Love 21提供的服務更多元化。

在二月及三月期間，我們轉而在合作夥伴機構的場地提供250個課堂，以持續滿足會員的需要， 我們在此對這些合作夥伴、我們的導師、義工、職員和會員在這段期間的靈活合作致以由衷謝意。

董事會和管理團隊相信，經過這次考驗，Love 21會變得更勝從前。 我們已做好準備迎接新的挑戰，並誠邀您繼續支持我們的重建工作和使命。 請隨時直接與我或任何董事會成員聯繫，探尋您能給予的支持和援助，我們將不勝感激。

多謝各位!

何亦夫
Matthew Sander Hosford
董事會主席

關於

唐氏綜合症、自閉症、神經多樣性受助社群

根據美國疾病管制與預防中心所指，唐氏綜合症是其中一種最常見的遺傳病，全球每700名新生嬰兒中便有1名患者。天生患有唐氏綜合症的人擁有第三條21號染色體，所以唐氏綜合症也稱為「21三體綜合症」。本會名字Love 21也是由此而來。唐氏綜合症患者通常擁有典型的獨特面部特徵和特點，包括低於平均的肌肉張力，而且容易出現心臟病、痛風、糖尿病、身材矮小和發育遲緩。根據我們的經驗，唐氏綜合症患者只要接受適當訓練，從而得到發展培育和機會，同樣可以活出有影響力和滿足感的生命，為身邊的人帶來正能量。醫院管理局推算，香港在2021年約有3000名唐氏綜合症患者。

自閉症譜系障礙是一個統稱，用來描述患者與他人和環境互動交流時，如何受其發展及／或認知障礙影響。自閉症譜系障礙被稱為譜系障礙，因為患者的嚴重程度與需要都存在較大差異。專業人士經常使用《精神疾病診斷與統計手冊》（DSM-V）的定義來作為診斷框架，評估某人是否具有自閉症特徵，包括：

- 在社交溝通和社交互動上持續出現能力不足情況
- 在行為、興趣和活動上表現受侷限和重複
- 症狀會在社交、職業或其他現有機能範圍引發嚴重能力不足

具有自閉症特徵的人士與唐氏綜合症患者一樣，能透過適當培訓和適當機會全力發揮潛力。Love 21深信所有人都有權享受共融，換言之所有人都有權接受教育、有權得到適合的工作，以及有權憑著本我和對社會所作的貢獻而被接受。美國疾病管制與預防中心亦指出過去數十年，自閉症譜系障礙的病發率有所增加，部分因為診斷準則改變，但更重要的，是人們對自閉症的認知也有提升。也許因為大腦功能和路向上的差異，具有自閉症特徵人士可能會展現獨特的才能和興趣，而這點已越來越獲廣大社會認同。

LOVE 21
會員人口結構

75%
男性

25%
女性

3%
12歲或以下

40%
13-18歲

21%
19-24歲

17%
25-30歲

17%
31-36歲

2%
37+歲

全面支援框架

Love 21以全面的方針為會員和其家人提供最佳機會。

我們為受助家庭提供四大支援，從中改善會員和家庭的身心健康。

營養

體育

非體育

全面家庭支援

體育項目

在2022年4月及5月期間，我們因新冠肺炎未完全平息而持續提供線上課程。2022年6月起，我們逐漸恢復面對面課堂。

2022-2023年間，我們不斷增加運動項目選擇。2023年1月的挫折亦無阻我們繼續為會員及其家人們提供課堂。

我們現正組織不同運動代表隊伍，並會在不久的將來參加比賽。

- 拳擊
- 寶萊塢舞蹈
- 健身
- 爵士舞/嘻哈舞
- 雷鬼樂
- 體操
- 戶外欖球
- 瑜伽
- 現代舞
- 手球
- 家庭伸展
- 籃球
- 乒乓球
- 室內網球
- 戶外網球
- 西班牙甲級足球聯賽
- XP 健身
- 夏季/冬季營
- 與Splash合辦游泳
- 皮拉提斯拳擊
- 海灘活動/衝浪
- 室內草地滾球
- 力量訓練
- 小型曲棍球
- 韓國流行舞
- 划龍舟
- 草地滾球/硬地滾球

以及更多其他活動...

非體育項目

- 手語
- 手工藝
- 默劇
- 國畫
- 非洲鼓
- 與Lomfafa合辦天台種植
- 音樂治療
- 家庭音樂治療
- 粉彩畫
- 流體藝術
- 數學班
- 藝術治療

以及更多其他活動...

特別活動

- 浩海立方•探游館
- 九龍欖球會特別活動 3月25日
- Tigers Rugby俱樂部日
- AIA表演
- 包容性非政府組織表演
- 香港木球會藝術日
- 足球慈善活動
- 滾軸溜冰
- 香港木球會萬聖節電影夜
- 三軍會家庭日

以及更多其他活動...

企業社會責任

Certis Group
Odin
Rotary Club of Central
Credit Suisse
Cathay Pacific
Puma
Societe Generale
UBS
Abrdn
Allegis
Macquarie
HSBC
Bloomberg
Schneider Electric
Clifford Chance
Total Loyalty
BCG

營養計劃

今年香港賽馬會慈善基金仍大力支持賽馬會Love 21健樂人生體育及營養計劃，讓70名會員參與第二屆計劃，獲得合資格營養師為每個家庭提供度身訂製的支援。

營養計劃框架

1. 身體組成分析
2. 與營養師一對一諮詢，設定及檢討目標，回應關注及回答問題
3. 計劃前後的血液檢查
4. 每月烹飪工作坊、示範和講座

營養工作坊

食物金字塔

超級市場遊樂團

蛋白質工作坊

動手做小食工作坊

骨骼健康

膽固醇與脂肪工作坊

參與體育及體能活動

落實習慣和生活方式改變

營養計畫成果摘要

超過 80% 參與者因該計劃而成功改善了身體組成 (身體脂肪百分比降低、肌肉百分比增加、體重指數或其他指標有所改善）。

我們的會員在計劃結束後比參與計劃前每星期平均多做了 2.2 小時運動

每日食用多於兩份水果的會員由

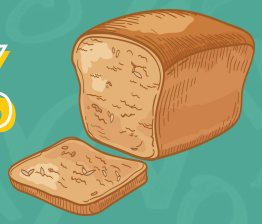
29% 增加至 54%

每日食用多於三份蔬菜的會員由

24% 增加至 67%

每日食用多於一份全穀類食物的會員由

15% 增加至 70%



每日食用多於一份乳製品的會員

45% 增加至 87%

每星期食用少於一份加工肉製品的會員由

69% 增加至 93%

全面支援計劃

除了為會員提供支援外，我們亦為家長設計了各類活動。
此外，我們會繼續與臨床心理學家合作，為有需要的家長提供輔導支援。

家長興趣班：

正念瑜伽
太極
尊巴舞
聲音療法
彈床

以及更多其他活動...

實習及培訓計劃

在愛心聖誕大行動及社創基金的共同支持下，Love 21於2022年6月推出了就業與培訓計劃。在計劃中，Love 21會員會獲得培訓和工作機會，協助Love 21的營運，我們為會員提供了各類崗位相關的培訓，尤其是接待員、體育助理、營養助理和行政助理等。

截至 2023 年 3 月，我們的實習及培訓計劃成功:

培訓並聘請了

17 名

Love 21會員

提供了超過

100 小時

的培訓時數

提供了超過

1200 小時

的工作實習時數

火劫重生

2023年1月28日凌晨，Love 21 中心旁的電子零件倉庫發生三級大火，火勢蔓延迅速，一共需要出動300多名消防員，70輛消防車，歷時18小時才撲滅。我們的中心受到大火，濃煙和灑水波及而受到嚴重損毀，因而無法使用。慶幸的是，由於火警在凌晨發生，未有Love 21的成員因而受傷，但我們卻痛失了過去三年半以來視為家園的中心。

有賴各位持分人的支持，我們的團隊得以重新集合，找到臨時場地，以繼續我們的支援服務。截至 2023 年 3 月，我們已經能夠有限度舉辦課程和活動。在我們的新中心全面投入營運之前，我們會繼續租用或借用外部場地來舉辦課程，為我們的家庭提供不間斷的支援。

個案故事
旭霖

對於現時31歲的旭霖和旭霖媽媽來說，Love 21不僅是一個參加活動的地方。「我會用「家」字來形容Love 21」，旭霖媽媽說。「Love 21的每一個教練和職員會像兄弟姐妹一樣對待旭霖」。

旭霖自2020年加入Love 21後，一直積極參與Love 21的各項活動。旭霖最喜歡的活動包括跳舞，足球和手工藝。即使入會時受到疫情影響而未能參與實體活動，Love 21當時每天提供的網上跳舞和健身活動仍能為旭霖提供了保持活動的機會。到2022年中，疫情放緩，Love 21中心逐步開放，也成為旭霖每個星期必到兩三次的地方。

Love 21給旭霖媽媽最深刻的印象是機構一班充滿熱誠和愛心的導師、助教、義工及職員。正因如此，在參加Love 21活動後，旭霖媽媽察覺到旭霖比起以前明顯地增加了自信心。「Love 21的導師和職員相當有耐性，在活動時會給會員很多鼓勵。雖然會員可能未能跳出完美的舞步或者做出標準的動作，但是一眾導師和職員會通過讚賞和正面的鼓勵來肯定會員的努力。這種來自別人的肯定為旭霖，以及其他有特殊需要的朋友提供了極大的動力和支持，令他們有興趣持續參與不同的活動」。

2023年一月底，Love 21中心不幸受到隔壁火災波及而燒毀，Love 21因此無法使用原先的中心舉行活動。然而，多得Love 21的贊助商和合作機構的協助，仍然能夠通過租借場地來為會員和家庭舉辦活動。這段時間當中，其中一樣令旭霖印象深刻的經歷是在中環AIA嘉年華中上台表演跳舞。期間，雖然舞蹈團要頻撲走訪不同場地練習和綵排，有賴導師和會員的努力，該次演出相當成功，旭霖對自己的演出也感到滿意和自豪。

旭霖和媽媽都十分期待Love 21的新中心在2023年第四季開幕，到時Love 21的場地會比以前更寬敞，舉辦的活動也會更多樣化，適合興趣不同的會員參加。旭霖媽媽總結：「很感恩支持Love 21的善長和贊助商，令機構能為一班有特殊需要的孩子提供發揮所長的機會。希望新的中心可以為更多唐氏綜合症和自閉症的孩子和他們的家庭提供多姿多彩的活動，為他們的生活添加色彩」。

未來計劃

重新安置Love 21中心

有賴我們的企業和慈善合作夥伴，以及資助人、支持者和Love21 會員的支持，我們計劃把 Love 21 的活動中心遷往他處。我們發起了眾籌活動，以為建立新活動中心籌集足夠的資金。得益於香港社會各界的大力支持，我們得以超額完成籌款目標。活動籌得的捐款確保我們未來的活動中心能持續暢順地運作，而搬遷計劃亦迅即展開。截至 2023 年 3 月，在 Blue Stone Management、CBRE、Gensler、TCG、S&Techs 等合作夥伴的幫助下，我們已經在新蒲崗覓得一個合適的地點。我們期待在未來提供比現在更好的支援服務，為我們的會員及其家人提供更多機會。

為會員提供訓練和比賽機會

我們目前正在研究為我們的會員組建競技運動隊伍的可行性。我們的競技運動團隊計劃專為有興趣提升在該項運動上的能力的會員而設，參與該計劃的會員將接受更嚴格的訓練，並有機會代表Love 21參加會內和對外的比賽。

財務摘要

收入	2022-2023 (港元，捨入至最接近的百位數)	2021-2022 (港元，捨入至最接近的百位數)
捐款收入	8,920,700	4,442,600
銀行利息	4,700	-
政府資助	144,000	-
其他實物捐贈	23,800	-
總收入	9,093,200	4,442,600

開支	2022-2023 (港元，捨入至最接近的百位數)	2021-2022 (港元，捨入至最接近的百位數)
活動開支	1,817,100	1,226,400
□□□□□ (□□)	2,474,100	1,148,100
租金	580,000	696,000
折舊	65,600	157,400
□□□□□ (□□)	694,300	518,100
行政開支	390,500	175,500
總開支	6,021,600	3,921,500
盈餘/(虧損)	3,071,600	521,100

資金來源	%
企業	17.10%
信託/基金	33.70%
個人/籌款活動	14.80%
重建捐款	33.70%
其他（例如各家會所）	0.60%

LOVE 21 團隊

Jeff Rotmeyer
創辦人/行政總監

Carmel Armstrong
營運總監

Alfred Wong
社工（助理社會工作主任）

Kenneth Chan
項目經理

Matthew Fung
營養師

Ricky Fung
體育統籌

Karis Fung
行政助理

Kurt Wong
社工（助理社會工作主任）

Milicent Kong
行政主任

董事會成員

Matthew Hosford
董事會主席

Carol Chan
董事

Kevin Wong
董事

Harry De Pree
董事

Lobo Cheung
董事

Jeffry Sayed
董事

Dan Maley
董事

鳴謝

我們在此向在中心火災後，所有樂意分享場地和空間給我們的學校、企業和非政府組織合作夥伴，致以衷心的感謝和讚賞。如果沒有他們的支持，我們便無法在這段過渡期間繼續實行我們的支援計劃。

本會捐款人、贊助人和資助人
他們的慷慨資助，使本會得以開展各類課程、活動和支援計劃。

本會義工和導師
他們無私地獻出時間和精力，為我們籌辦和舉行多項活動和課程。

本會營養師團隊
他們以強烈的責任感，時刻提供專業知識，使賽馬會健樂人生體育及營養計劃得以順利實行。

本會臨床心理學家團隊
他們以無限的愛心和同理心，為有需要的家庭提供支援。

本會董事會
他們獻出寶貴的時間和專業知識，使Love 21得以穩定營運。

本會優秀的會員和其家人
他們的支持和回饋，對於 Love 21 而言永遠是不可或缺的鼓舞。

齊來參與

如你有興趣捐款給Love 21，你可以通過我們的網址，並做出一次性或者每月捐款。你慷慨的捐款將會令Love 21能夠持續發展。

除此之外，Love 21可為其企業合作夥伴提供互動性高且有意義的企業社會責任活動。在我們的企業社會責任活動中，義工將會與我們的會員一同參與一節互動性高的體育活動。這些活動所籌得的捐款將幫助我們籌辦活動，使我們的會員及其家人能免費參與所有課程。如果您和您的企業有興趣與我們一起籌辦企業社會責任活動，請透過電郵或致電與我們聯繫。

如果你有興趣成為義工的話，Love 21 現正與 HandsOnHongKong 及 Time Auction 合作，定期在兩個義工平台上發布義工服務機會，供有興趣的義工報名參與。

聯絡我們

網址： www.love21foundation.com
電郵：kenneth@love21foundation.com

香港公益金 THE COMMUNITY CHEST 會員機構 MEMBER AGENCY

HKCSS 社聯 機構會員 AGENCY MEMBER