香港精神健康促進會
Hong Kong Association for the Promotion of Mental Health

香港精神健康促進會20週年

從香港至大灣區 不忘推動精神健康

2022-2023雙年報 BI-ANNUAL REPORT

二十週年剪輯

【香港精神健康促進會】二十週年誌慶
健民富國
仁愛為懷
行政會議召集人
立法會議員
葉劉淑儀
大紫荊勳賢 GBM 太平紳士

香港精神健康促進會成立二十週年誌慶
集賢聚智
弘康護民
行政會議成員 SBS JP
林正財醫生

香港精神健康促進會成立二十周年 誌慶
力臻至善
愛德滿途
立法會議員 林哲玄醫生
二零二三年冬
敬賀

香港精神健康促進會
成立二十週年誌慶

促進精神健康，
提高居民素養，
荣做民族栋梁。

廣東省精神衛生中心主任
廣東省心理健康協會會長　賈福軍教授
2023年11月17日

香港精神健康促進會成立二十週年誌慶

集思廣益 羣策羣力
共建精神 健康社會

香港精神健康諮詢委員會主席
黃仁龍資深大律師　大紫荊勳章

香港精神健康促進會成立二十週年誌慶

服務社群
揚德展才

澳門精神衛生委員會主席
郭偉德醫生

香港精神健康促進會
成立二十週年誌慶

同心護真善美，
合力強精氣神。

中國社會心理學會會長
中山大學心理學系主任　佐斌教授

香港精神健康促進會成立二十週年誌慶

促進精神健康，
共塑美好人生！

中國社會心理學會副會長、
廣東省社會心理學會會長、
華南師範大學心理學院首任院長
張衛教授

香港精神健康促進會成立二十週年誌慶

弘揚精神健康
德澤延綿惠民

粵港澳大灣區香港社會服務專業聯盟主席
邱浩波金紫荊星章太平紳士

目 Contents

錄

P.3-5 題辭

P.7 關於本會

P.8 本會董事會成員名單

P.9 主席報告

P.10-25 活動摘要

P.26-29 香港精神健康促進會二十年剪影

P.30-39 我思我見

——粵港澳大灣區精神心理健康的專業/服務發展面面觀

粵港澳大灣區精神醫護工作

——陳佳鼎教授　香港中文大學醫學院精神科榮休教授

The Recovery Approach in Mental Health：

Challenges and Developments in Hong Kong and the Greater Bay Area

——謝樹基教授　香港大學學生事務長/心理健康教授

共建共用　粵港澳大灣區精神心理健康體系

——黎永開太平紳士　粵港澳大灣區香港社會服務專業聯盟副主席、
香港特別行政區政府精神健康諮詢委員會委員

精神心理健康與粵港澳大灣區

——楊建強先生　前青山醫院及小欖醫院護理總經理及前香港精神護理學院院長

精神健康是普世權利

——淩悅雯博士　前香港心理學會臨床心理學組副主席、香港心聆行政總裁

精神心理健康服務發展的意見

——鄭慧慈女士　香港職業治療學會主席

從復元人士角度看粵港澳大灣區精神心理健康的服務發展

——香港精神健康康復者聯盟

粵港澳大灣區精神心理健康發展

——周萬長先生　香港家連家精神健康倡導協會主席

體能活動為本的精神心理健康服務發展

——黃永森博士　中國香港體適能總會行政總監、註冊物理治療師

P.40 編者話

P.41-53 財務/審核報告

關於本會

簡　介

千禧年對許多香港人來說，無疑苦多樂少，困難重重。沙士、負資產、亞洲金融風暴等事件，對香港人都帶來直接或間接的影響。部份人甚至經受不了經濟、失業、生離死別等傷痛，選擇結束自己的性命。根據香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心的統計，本港自殺率由1995年的799宗上升至2003年的1,264宗。統計亦發現，經過1997的金融風暴，中年人士自殺率有上升的趨勢。此外，世界衛生組織估計，到二零二零年，抑鬱症僅次於心臟病，成為都市病的第二號殺手。新紀元伊始，本港社會氣氛差不多跌至谷底，大部份市民，無論是自己或身邊的人，都可能正在面對或曾經面對過一些生活壓力，導致精神困擾。

一群專業人士，包括精神科醫生、臨床心理學家、職業治療師、社會工作者、大學講師、行政人員、傳媒工作者等，於2003年成立香港精神健康促進會。他們深信全人健康是提升生活質素的基礎。面對當下的困境及無法預計的未來，香港人所感受到的壓力，自然不言而喻；但在逆境之際，我們往往忽略了身邊正面積極，又或是趣味雋然的事物。香港精神健康促進會深信預防勝於治療，致力宣傳及提升香港人的精神健康，鼓勵人們多欣賞周圍的事物，以幽默輕鬆的心情，將壓力化為動力。

本會使命

使　命

推動開心文化
促進香港人的精神健康
享受快樂人生

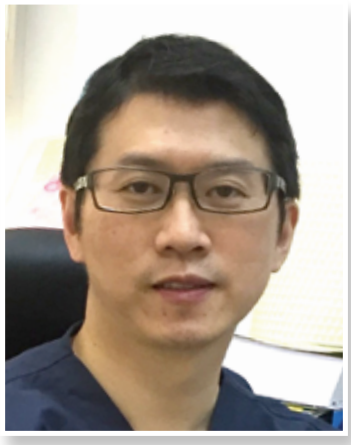
致力於

推行預防工作
舉辦提升生活質素的活動

本會董事會成員名單

Board of Directors

主席
Chairman
陳仲謀醫生
Dr. CHAN Chung Mau



副主席
Vice-chairman
張國威醫生
Dr. CHEUNG Alvin

副主席
Vice-chairman
張建森博士
Dr. CHEUNG KS Stephen

義務司庫
Honorary Treasurer
龐國本先生
Mr. PONG Kwok Boon

義務秘書長
Honorary Secretary
朱漢威先生
Mr. CHU Menza

義務法律顧問
Honorary Adviser
余彗敏女士
Ms YU Ifa

義務核數師
Honorary Auditor
梁梓綱先生
Mr. LEUNG Edmond

主席報告

光陰似箭，「香港精神健康促進會」轉眼間已經成立了20年。在2023年度，本會籌備了多項活動，以資紀念。

首先我們不忘初心，維持一貫宗旨，以推廣精神健康教育為核心職志，例如：提供給專業人士，包括醫生同工在內的有關講座，總計已舉辦了3次網上和實體的臨床研習訓練，作為針對普遍精神病（CMD，Common Mental Disorder）和抑鬱症的教育項目。其次是恆常在各種媒體宣傳精神健康教育，包括在報刊上的專欄文章、電台和電視台的訪問。

還有是舉行了「香港精神健康促進杯」的足球比賽，作為20周年誌慶活動之一。大會邀請了老牌足球會愉園的「愉園80」、香港醫學會、浸會醫院之友，加上我們的一隊，共四支球隊，在本年7月圓滿進行了這項促進友誼，喚醒市民注重精神健康的體育活動。另外，本會會員亦舉行了1次「關心照顧者」的身心健康活動。本會更為紀念20年前（2003），曾在新城電台播放整整一年多的教育節目——「香港强心針」：提振港人於SARS後的精神狀態，重新於該電台製作一連兩集相類節目，於11月尾播出，目的是促進市民目前精神健康。

20周年最重要的活動，當然是於本年11月3日，在香港舉行「粵港澳大灣區精神心理健康協作平台」的啟動禮，暨「香港精神健康促進會20周年專業論壇」。在這個規模盛大的會議舉辦之前，本會在5月時敦請了內地有關的專家學者，及本地各志願機構和學術團體的負責人或代表出席，以協商籌劃是次盛會。十一月初的活動是本會創會以來最具規模之盛事，粵港澳三地有關精神健康服務的持份者及專業人士，都有應邀出席，互相認識交流，期望能夠建立一個精神健康的協作平台，從中彼此取長補短，不但有益珠江三角洲地區，還展望可普及至於整個中國。

當日專才匯聚，濟濟一堂，大會榮幸邀得行政會議成員林正財醫生作為主禮嘉賓，會同粵港澳約150位有關的持份者及專業人士，一起見證這個重要時刻。本會配合這次深具「里程碑」意義的活動，特別刊行一本書籍，名為《逆時代身心掃描——從沙士到新冠二十年》，匯集了本人近年在《信報》的專欄文章，以作紀念。

現在步入2023年年終，回顧經歷3年的世紀疫情，今歲是復常的一年，但全球超過70億人之身心健康已經遭受嚴峻的蹂躪。 3年來的打擊，人類在各方面的損失都難以估計，恢復正常的步伐是緩慢而艱辛，本會定必秉承宗旨，繼續努力促進香港及周邊地區的精神健康服務，薪火相傳，希望有另外的一個20年，為人民的精神心理健康打拼。

最後，本人衷心感謝本會各位會員歷年努力不懈的工作，各友好團體組織的緊密協作，及各贊助人士和機構的大力支持。

陳仲謀醫生
香港精神健康促進會主席
2023年12月10日

活 動 摘 要

恒常在不同媒體和平台推廣精神健康的重要性

2022-2023 年在不同媒體推廣精神健康的報道達 40 多次

不同形式的有關精神健康的培訓工作

2023 香港精神健康促進盃

黎永開太平紳士（中）擔任主禮和開球禮嘉賓。

香港精神健康促進會主席陳仲謀醫生（中）及副主席張建森博士（左）與黎永開太平紳士（右）合照。

體育評述員鍾志光（中）和潘杰寧（右）擔任促進盃司儀。

實踐漣漪效應理念之計劃

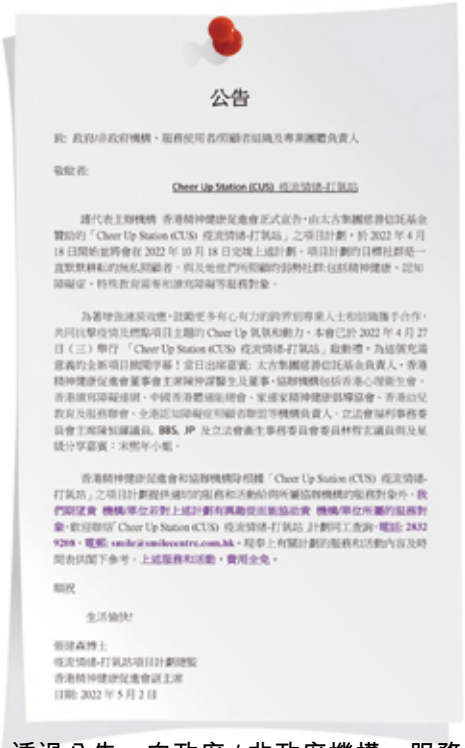
Cheer Up HK Station（CUS）疫流情緒 ——打氣站

計劃目標

疫流情緒——打氣站計劃目標是為遭受 2022 年第五波重創的弱勢群體及香港市民提供及時、直接的支持，並期望增強漣漪效應，鼓勵更多有心有力之跨界別專業人士和組織共同努力，提供有意義的計劃，以解決弱勢群體在如此嚴重的逆境中的相關問題。

計劃內容摘要

香港精神健康促進會正式宣告，由太古集團慈善信託基金贊助的「Cheer Up Station（CUS）疫流情緒 - 打氣站」項目計劃，於 2022 年 4 月 18 日開始並將會在 2022 年 10 月 18 日完竣。項目計劃的目標社群是一直默默耕耘的無私照顧者，以及他們所照顧的弱勢社群：包括精神健康、認知障礙症、特殊教育需要和讀寫障礙等服務對象。


公告

Cheer Up Station (CUS) 疫流情緒-打氣站

透過公告，向政府 / 非政府機構、服務使用者 / 照顧者組織及專業團體負責人宣傳有關「Cheer Up Station (CUS) 疫流情緒 - 打氣站」項目計劃。

「(CUS)疫流情緒 ——打氣站」啟動禮

為著增強漣漪效應，鼓勵更多有心有力的跨界別專業人士和組織攜手合作，共同抗擊疫情及燃點項目主題的 Cheer Up 氣氛和動力，本會已於 2022 年 4 月 27 日（三）舉行「Cheer Up Station（CUS）疫流情緒—打氣站」啟動禮，為這個充滿意義的全新項目揭開序幕！當日出席嘉賓：太古集團公益事務總監陳婷婷女士、香港精神健康促進會董事會主席陳仲謀醫生、大會負責人香港精神健康促進會董事會副主席張建森博士、協辦機構包括香港心理衛生會、香港讀寫障礙連網、中國香港體適能總會、家連家精神健康倡導協會、香港幼兒教育及服務聯會、全港認知障礙症照顧者聯盟等機構負責人、立法會福利事務委員會主席陳恒鑌議員，BBS, JP 及立法會衞生事務委員會委員林哲玄議員，以及星級分享嘉賓：宋熙年小姐。

「(CUS)疫流情緒 ——打氣站」計劃的內容

遙距專業心理輔導服務

由資深註冊臨床心理學家及輔導心理學家團隊主理，透過 Zoom 線上會面或電話傾談的方式，為情緒受困人士提供專業、及時的心理輔導及治療，減低案主輕生或自我傷害的風險，助案主即時紓緩焦慮及緊張情緒，及早識別及預防各類情緒障礙。

線上情緒疏導服務

為非緊急的情緒輕度受困人士，透過兩大即時通訊應用程式 WhatsApp 及 WeChat，提供心聲傾訴、情緒疏導、社區資源諮詢及疫情資訊講解等，有助案主紓解壓抑情緒、穩定身心，解決疫下常見問題。如遇緊急狀況，案主將獲轉介接受「遙距專業心理輔導及治療服務」。

Professional Video & Telephone Counselling Service (Cont'd)

SWIRE TRUST

WhatsApp messages to provide emotional support to the users of Online Chat System

臨床心理學家正為遙距專業心理輔導服務的參加者提供視訊輔導服務。

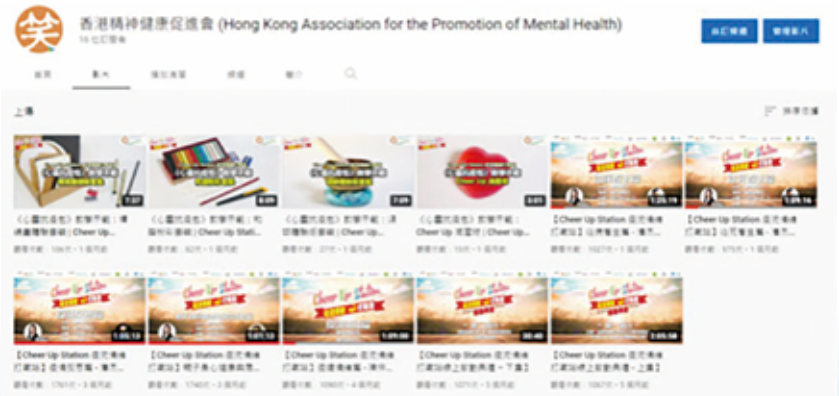
情緒健康物資包

為協助弱勢家庭在居家隔離或社區隔離設施的時期內，可持續進行精神健康練習，減輕面對未知的焦慮感，提高駕馭逆境的心理韌性，達致穩定情緒及調適心情，本活動將運送名為「心靈抗疫包」的情緒健康物資包予受影響家庭。「心靈抗疫包」內含靜觀工具、壓力抒發用品及創意藝術治療工具。同時，配合簡單易學的線上教學影片，方便使用者輕鬆掌握練習竅門及方法。

The promotion of Emotional Support Toolkit and the professional tutorial videos

Emotional Support Toolkit

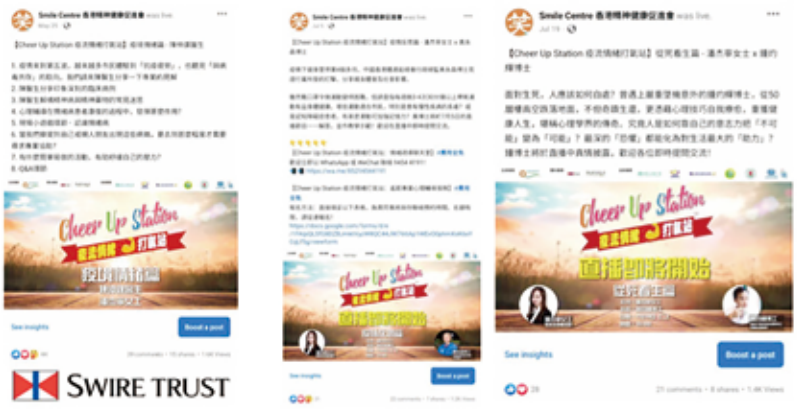
情緒健康物資包



「Cheer Up Platform」資訊平台

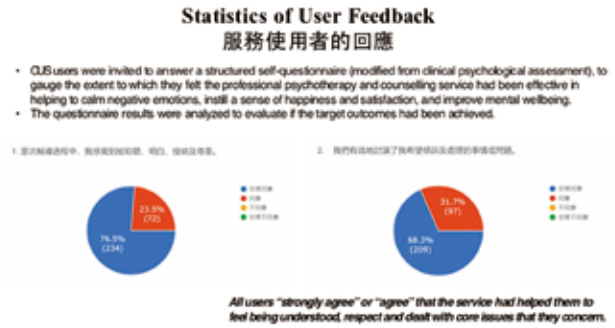
為促進情緒受困人士建立正向樂觀的心態、克服疫情的種種挑戰，本活動特成立「Cheer Up Platform」資訊平台，推動抗疫的精神健康，分享一系列情緒病的預防及治療資訊，亦設有跨界別身心社靈健康專家的訪談線上直播，暢談在「擔心」、「確診」、「哀傷」等不同情境下的應對心法，精彩題目包括生命教育、靜觀體驗、居家運動等，讓受疫情影響人士重拾生活信心。

Online Live Streaming of Educational Interviews

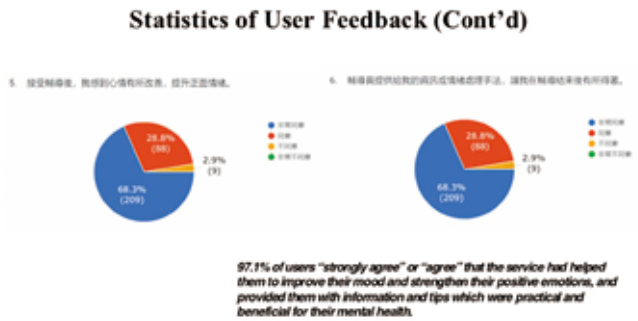


「(CUS)疫流情緒 ——打氣站」計劃成效

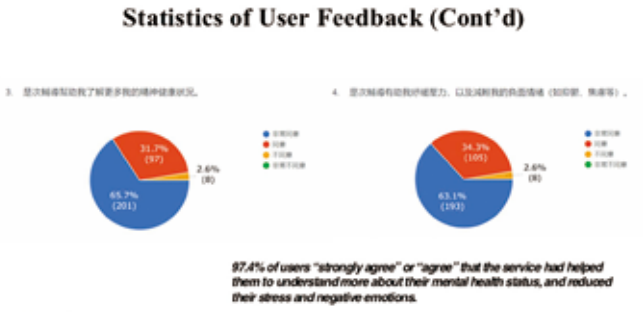
服務使用者被邀請回答結構化的自我問卷（根據臨床心理評估修改），以衡量他們認為專業心理治療和諮商服務在幫助平息負面情緒、灌輸幸福感和滿足感方面的有效程度，並改善心理健康。香港精神健康促進會對問卷結果進行分析，以評估是否達到了目標結果。



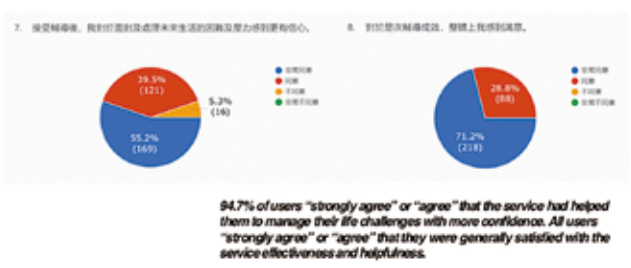
所有服務使用者都「強烈同意」或「同意」該服務幫助他們感到被理解、尊重並處理了他們關心的核心問題。



97.1% 的服務使用者「強烈同意」或「同意」該服務幫助他們改善情緒、增強正面情緒，並為他們提供了實用且有益於心理健康的資訊和提示。



97.4% 的服務使用者「強烈同意」或「同意」該服務幫助他們更了解自己的心理健康狀況，減輕了壓力和負面情緒。



94.7% 的服務使用者「強烈同意」或「同意」該服務幫助他們更有信心地應對生活挑戰。所有使用者「強烈同意」或「同意」他們對服務的有效性和幫助性總體感到滿意。

除透過太古集團慈善信託基金贊助的「Cheer Up Station (CUS) 疫流情緒 - 打氣站」項目計劃外，香港精神健康促進會運用自有的資源設立電話查詢服務，由受過訓練的義工團隊，包括退休社會工作教師及畢業社會工作學生，為受惠機構以外有需要的人士／ 團體提供專業支援，並得到協辦機構香港心理衞生會支持上述的電話查詢服務。

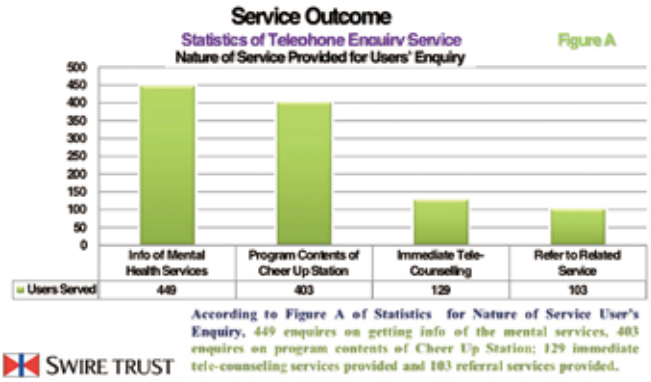
電話查詢服務的額外服務期望的：

A) 實踐漣漪效應理念

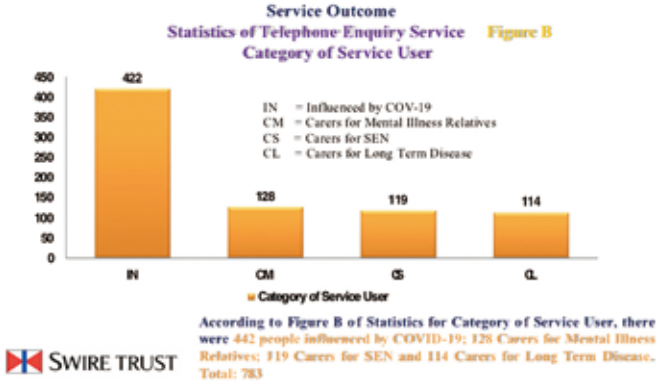
B) 隨著疫流情緒 —「加油站」宣傳的開展，除受惠機構的服務使用者，其他有需要的人士可亦可向「加油站」尋求支援服務。

服務期間：
2022年5月1日 - 2022年9月30日
服務時間：
週一至週六，10:00 -19:00

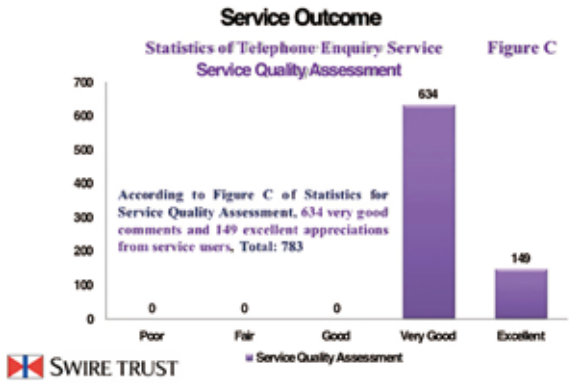
電話查詢服務成效



根據服務性質統計使用者諮詢圖 A，諮詢有關精神健康服務資訊 : 449 位，諮詢有關疫流情緒 - 加油站節目內容 :403 位；提供即時電話輔導服務 : 129 位和需要轉介相關服務 : 103 位。



根據服務使用者類別統計圖 B，受 2019 冠狀病毒 COVID-19 影響的人數為 442 人； 128 是精神病患者或復元人士之親屬或照顧者；119 名是特殊教育需要人士之照顧者和 114 名是長期疾病患者之照顧者。總計：783 位



根據服務品質評估統計圖 C，獲服務使用者的非常好評 : 634 位，優異好評 149 位，總計：783 位

「(CUS)疫流情緒 ——打氣站」計劃的跟進工作

「Cheer Up Station (CUS) 疫流情緒 - 打氣站」計劃完竣後，我們向香港特別行政區行政長官李家超先生，提交了對精神健康政策制定的關注以及支持和熱線服務的需求。很感恩地在行政長官 2022 年施政報告第 40 頁第 86 條中，提到「將設立精神健康支援專線，提供即時支援和轉介服務」。

倡導工作

無論自然的居民流動，或是中央政府已定位「粵港澳大灣區」為國家級戰略，期望充分發揮三地綜合優勢，漸變成為國際的重要經濟多元發展的樞紐地位，而大灣區已達至 8,600 萬人口，我們深信大灣區居民是有著良好精神健康的社區的需要和期盼！欣逢粵港澳大灣區的蛻變期正值香港精神健康促進會踏入二十週年，我們董事會同仁期望再盡綿力倡導各持份者關注「粵港澳大灣區」居民的精神健康，促進大灣區居民共享幸福生活的機會。際此，我們以「粵港澳大灣區精神心理健康協作」為題，作為二十週年的倡導工作之導航概念。董事會感謝副主席張建森博士負責上述具影響力的二十週年活動之統籌和監製的工作。

從「粵港澳大灣區精神心理健康協作」的導航概念至探索及實踐過程之摘要

透過粵港專業互動，和有心有力的機構的支持和推薦及配合，香港精神健康促進會與廣東省社會心理學會攜手於 2023 年 5 月 31 日舉辦「大灣區精神心理健康協作」面談會，面談會目的除廣東省社會心理學會兩位核心理事和香港的跨專業機構代表初步認識和交流，以及建立專業工作關係，重要的是探索「大灣區精神心理健康協作」的路向。

來賓在輕鬆環境細聽面談會司儀道出面談會的目的和商談協作的可行性

有心有力的跨專業來實對精神健康協作挑戰和機遇表述專業的看法

路紅教授
常務理事長、中國社會心理學會
副會長、廣東省社會心理學會

袁榮親醫生
副會長、執行秘書長
廣東省社會心理學會

陳仲謀醫生
香港精神健康促進會主席

曾永康講座教授
康復治療科學系系主任
精神健康研究中心暫代主任
香港理工大學

張傳義博士臨床心理學家
香港心理學會副會長

朱世明行政總裁
新生精神康復會

陳雅文臨床心理學家
香港臨床心理學家協會副主席

黎永開太平紳士
粵港澳大灣區
香港社會服務專業聯盟

黃敏信助理總幹事
香港心理衞生會

彭淑玲助理總幹事
基督教家庭服務中心

林偉倫博士
香港專業戒癮輔導學會主席

感謝基督教家庭服務中心的支持，廣東省社會心理學會核心理事們參觀前線服務單位，與專業同工相互交流。

2023 年 5 月 31 日大灣區精神心理健康協作面談會成功舉辦，對我們二十週年籌辦的大灣區精精神心理健康協作平台和論壇，有著有意義的導航作用。

負責統籌和監製二十週年大灣區精神心理健康協作平台和專業論壇的本會董事會副主席張建森博士，於 7 及 8 月期間親善拜訪全國及廣東省社會心理學會理事會主席和成員，以及澳門精神衛生委員會主席；澳門社工局主責官員；澳門心理學會理事成員和澳門明愛總幹事，簡介本會理念和日常我們的核心工作。

副主席張建森博士 7 月及 8 月期間的親善拜訪獲得豐盛成果！廣東省社會心理學會理事會同意與本會合作成為「粵港澳大灣區精神心理健康協作平台啟動典禮」的主辦機構，而參與 2023 年 5 月 31 日舉辦「大灣區精神心理健康協作」面談會所出席的跨專業來賓樂意擔任二十週年大灣區精神心理健康協作平台和專業論壇的籌備委員會成員及所屬組織成為協辦機構。

主辦機構和協辦機構確立大會的活動名稱為「粵港澳大灣區精神心理健康協作平台啟動典禮」暨香港精神健康促進會二十週年專業論壇，大會的目標是促進粵港澳大灣區專業交流，服務發展和倡導政策及提昇優質心理健康社區等範疇，並訂定 2023 年 11 月 3 日星期五上午 10 時 30 分至下午 4 時正假香港康得思酒店星願亭舉行這個難得及有意義的活動。

透過籌備委員會的努力，我們深感榮幸確認廣東省精神衛生中心主任 / 廣東省心理健康協會會長賈福軍教授；香港精神健康諮詢委員會主席黃仁龍資深大律師；澳門精神衛生委員會主席郭偉德醫生；澳洲悉尼大學精神科高級顧問醫生艾倫．羅森教授；香港大學臨床醫學院精神醫學系陳友凱講座教授；香港理工大學康復治療科學系系主任曾永康講座教授；香港大學學生事務長 / 心理健康教授謝樹基教授；港澳心理衛生會理事會副理事長何志榮醫生；香港心理學會科學主任黃蔚澄博士；香港臨床心理學家協會淩悅雯博士及澳門利民會蘇景楊總幹事等專家 / 資深專業同工應允擔任上午啟動典禮 / 午間專業論壇之主講嘉賓及專業論壇回應環節嘉賓。三個專題分享，「大灣區 — 社區精神心理健康推行的政策和方向 — 挑戰與機遇」；「邁向精神健康照顧（保健）生態系統：對精神健康服務和改革委員會（公署）的實際影響」及「粵港澳大灣區精神心理服務實踐模式 / 方

籌備委員 / 協辦機構名單

李愛梅教授	候任會長 創會副會長 常務理事	廣東省社會心理學會 中國心理學會決策心理學分會 中國心理學會常務理事
路紅教授	常務理事 副會長 / 秘書長	中國社會心理學會 廣東省社會心理學會
袁榮親醫生	副會長 / 執行秘書長	廣東省社會心理學會
潘志明先生	總幹事	澳門明愛
李昇恆先生	理事長	澳門心理學會
曾永康教授	講座教授 康復治療科學系 系主任 精神健康研究中心 暫代主任	香港理工大學
張傳義博士 臨床心理學家	副會長	香港心理學會
陳雅文女士 臨床心理學家	副主席	香港臨床心理學家協會
黎永開 太平紳士	副主席	粵港澳大灣區香港社會服務專業聯盟 / 香港特區政府精神健康諮詢委員會委員
朱世明先生	行政總裁	新生精神康復會
程志剛先生 黃敏信先生	總幹事 助理總幹事	香港心理衛生會
梁少玲女士 彭淑玲女士	總幹事 助理總幹事	基督教家庭服務中心
林偉倫博士	主席	香港專業戒癮輔導學會
陸潔玲女士	康復服務總主任	香港明愛
陳仲謀醫生	主席	香港精神健康促進會
張建森博士	副主席	香港精神健康促進會 粵港澳大灣區精神心理健康協作平台啟動典禮聯繫人

法 — 反思與前瞻」等值得思索的課題。大會特別嘉賓中國社會心理學會會長佐斌教授；廣東省社會心理學會長張衛教授；香港社福界心連心大行動主席管浩鳴牧師，立法會議員 BBS，JP 及粵港澳大灣區香港社會服務專業聯盟主席邱浩波主席，GBS，MH 親臨大會，見證這個有意義的協作平台啟動。

至於為大會主禮和致辭的香港特區政府的官員或代表，原先大會邀請香港特區行政長官擔任 11 月 3 日的主禮和致辭嘉賓，並定時跟進特首辦確認的安排，可惜特首辦事處因應香港特區行政長官超級公務繁忙至距離大會舉行一星期前才確定不能出席及擔任主禮和致辭嘉賓。大會統籌工作小組不得以啟動應變計劃，邀請香港特別行政區行政會議成員林正財醫生 SBS JP 擔任大會主禮和致辭嘉賓。

粵港澳大灣區
精神心理健康協作平台啟動典禮

活動過程剪影

2023 年 11 月 3 日，由廣東省社會心理學會和香港精神健康促進會聯合主辦的粵港澳大灣區精神心理健康協作平台啟動典禮暨香港精神健康促進會二十週年專業論壇，於香港康得思酒店星願亭隆重舉行。來賓包括廣東省 20 多位學者和專家；澳門代表有澳門政府社會工作局、精神衞生委員會和 10 多個不同的非政府機構、專業組織與及香港的持份者包括行政會議成員、立法會議員、醫管局聯網服務總監、醫院管理局精神科統籌委員會主席代表、有關大學、學院的精神科學系、護理系、社工及行政學系教授、不同跨專業學會、照顧者、復元者組織、非政府機構及平機會等高層代表。大家共聚一堂，圍繞「社區精神心理健康推行的政策和方向 - 挑戰與機遇」、「邁向精神健康照顧（保健）生態系統：對精神健康服務和改革委員會（公署）的實際影響」及「粵港澳大灣區精神心理服務實踐模式、方法 - 反思與前瞻」 三個主題進行了深入的探討與交流，並期望粵港澳大灣區各持份者齊心「關注精神健康、共建幸福社區」。

粵港澳大灣區精神心理健康協作平台啟動典禮儀式

參與啟動儀式的粵港澳主禮和特別嘉賓及籌委會成員合照留念

部分來賓與林正財醫生、黃仁龍主席、賈福軍教授、佐斌教授、張衛教授、曾永康講座教授、陳仲謀醫生及張建森博士合照留念

部分來賓與黃仁龍主席、管浩鳴法政牧師、中聯辦社工部代表田桂雨先生合照留念

賈福軍教授、佐斌教授、張衛教授、路紅教授、袁榮棻醫生，廣東省社會心理學會理事會成員合照留念

黃子秉醫生、何志榮醫生、區宏添醫生、蘇景楊先生、李昇恆先生，澳門跨專業同工合照留念

贊助機構代表香港楊森大藥廠何仲賢女士和黃勤善先生與陳仲謀醫生及張建森博士合照留念

贊助機構暉致醫療管理有限公司王璐女士和同事與陳仲謀醫生及張建森博士合照留念

林正財醫生、管浩鳴法政牧師、張建森博士合照留念

贊助機構富衛香港及澳門首席產品總監余栢堅先生與張建森博士合照留念

※ 部分相片的文字描述是取自廣東省社會心理學會付桂芳教授的撰稿

香港特別行政區
行政會議成員
林正財醫生為啟動禮致辭

主禮嘉賓香港特別行政區行政會議成員林正財醫生為大會啟動禮致辭。他表示，非常開心看到這麼多來自大灣區的有心有力的專業人士聚首一堂，關心大灣區的精神健康議題，正說明了這個話題的重要性，也說明未來業界專家們可以為此做更多的實事。

中國社會心理學會會長
佐斌教授致辭

中國社會心理學會會長佐斌教授致歡迎辭。他強調粵港澳大灣區精神心理健康協作平台的成立意義重大，在大灣區精神心理健康發展史上具有載入史冊的里程碑意義；並期待粵港澳大灣區的相關專業人員要有心靈上的默契，在廣東省社會心理學會和香港精神健康促進會的牽頭下，發揚專業、人文、實幹、協作四種精神，切實讓大灣區民眾受益。

陳仲謀醫生
致歡迎辭

香港精神健康促進會董事會主席陳仲謀醫生致大會歡迎辭，他就香港精神健康的實際情況，總結了精神健康工作的一個原則(沒有精神健康就沒有健康)、兩大挑戰（精神問題和患者日益增多、成因複雜並需要多元化專業團隊和跨部門協作)、三大對策（做好預防和教育、制定前瞻性政策、設立有效的統籌機構)、本次會議獲得的四個目標(互相認識、合作、互傳、分享)。

主題演講環節(一):「社區精神心理健康推行的政策和方向——挑戰與機遇」

廣東省精神衛生中心主任
廣東省心理健康協會會長
賈福軍教授主題演講

福軍教授以廣東省社區精神心理健康的推行模式為主題，介紹了廣東省精神衛生醫療機構、基層、機關企事業心理服務網路、心理援助服務平台、社會心理服務機構、教育系統等基本情況；並指出了廣東省社區精神衛生工作的大好機遇，包括國家推進大灣區戰略、「精神融合三年行動計畫」、社會心理服務體系建設、心理健康促進行動、新時代心理健康工作專項行動的推進，以及廣東省前期先行所形成的優化模式等；也總結了廣東省精神心理健康實踐中的挑戰，比如康復機構缺乏多學科團隊、人員不足、缺乏長期性等。

澳門精神衛生委員會代主席
黃子秉醫生主題演講

黃子秉醫生介紹了澳門社區內所有相關提供體、社區精神健康專項服務、衛生中心、仁伯爵綜合醫院精神科等四級社區精神心理工作模式，以及自我關照為基礎的現代澳門精神健康服務提供模式。

香港精神健康諮詢委員會
主席黃仁龍大律師主旨演講

黃仁龍主席介紹了香港特區如何通過「陪我講 Shall We Talk 計劃」傳播全面的精神健康的資訊，透過精神健康職場約章建設一個互助尊重和正面的工作氛圍，以及香港優先處理兒童青少年精神健康的醫教社同心協作計劃。他還系統介紹了精神健康服務中心的轉移和延伸，同時建議在傳統醫療系統之外，拓展多元化的專業精神健康支援服務。

在主辦機構回應，廣東省社會心理學會會長張衛教授，香港精神健康促進會董事會主席陳仲謀醫生及港澳心理衛生會理事會副理事長何志榮醫生就「社區精神心理健康推行的政策和方向 — 挑戰與機遇」主題演講環節進行了心得分享和回應。

主題演講環節(二):「邁向精神健康照顧(保健)生態系統:對精神健康服務和改革委員會(公署)的實際影響」

澳洲悉尼大學 精神科高級顧問醫生 艾倫· 羅森教授以「精神衛生保健生態系統:以改革為導向的精神衛生公署的建立和持續之挑戰」為題作了線上專題演講。賈福軍教授、佐斌教授、曾永康講座教授及黃蔚澄博士共同回應羅森教授。

主題演講環節(三):「粵港澳大灣區精神心理服務實踐模式、方法——反思與前瞻」

廣東省社會心理學會路紅教授主講

香港大學臨床醫學院精神醫學系榮休講座教授、香港特別行政區醫務衛生局精神健康諮詢委員會委員陳友凱教授主講

澳門利民會蘇景楊總幹事主講

對於粵港澳大灣區精神心理服務實踐模式、方法的反思與前瞻環節,廣東省社會心理學會副會長、秘書長路紅教授、香港大學臨床醫學院精神醫學系榮休講座教授、香港特別行政區醫務衛生局精神健康諮詢委員會委員陳友凱教授、澳門利民會蘇景楊總幹事分別就廣東省、香港和澳門的精神心理服務模式、成就、不足和發展等進行了回顧和展望。

廣東省社會心理學會會長張衛教授,香港大學學生事務長、心理健康教授謝樹基教授及香港臨床心理學家協會凌悅雯博士就「粵港澳大灣區精神心理服務實踐模式、方法 — 反思與前瞻」主題演講作出專業和生動的回應。

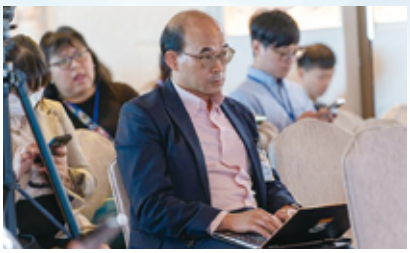
最後,香港精神健康促進會董事會副主席、粵港澳大灣區精神心理健康協作平台啟動禮聯繫人張建森博士,致閉幕辭,他對此次啟動禮和論壇的順利召開表示熱烈祝賀,感謝大家的積極參與,期待大家再次相聚、共謀發展。

活動點滴

方便大家專業交流，及讓主辦單位負責人和籌委聯繫和招呼各來賓。

午宴每席有主辦單位，籌委，澳門和香港大學及跨專業機構，照顧、復元人士組織等代表……

各嘉賓在大會的參與神態，便明白倡導粵港澳大灣區各持份者齊心「關注精神健康、共建幸福社區」是一個既有「挑戰與機遇」和值得「反思與前瞻」的專業發展歷程！



大會超預期圓滿成功結束，達到所訂的目標和效果，深信主辦機構和籌備委員會的辛勞不會白費！至於建立這個未來的粵港澳大灣區精神心理健康協作平台，只是初階，未有實體！剛剛 11 月 3 日大家先經歷令人讚歎的啟動禮和專業論壇，我們需要時間沉澱和反思，這些建構工作要起步穩健，才能聚集有心有力的機構人才和資源，並需要有骨幹成員或成立籌備委員會詳細研討才能考慮推行，欲速則不達。

曲終人散，香港精神健康促進會董事會成員、陳仲謀醫生、張建森博士及朱漢威、會員鄧秀慧、劉郁陶與司儀盧珺鈺和陳紫茵才有時間合照留念。

大會值得欣賞的人與事數不清楚，原來我們身邊有兩位優秀年輕司儀，嘉賓們讚不絕口！

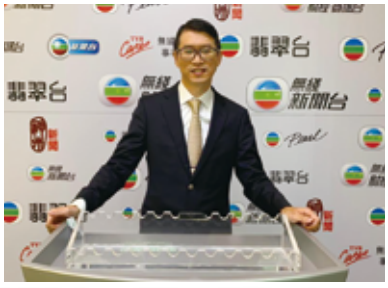
香港精神健康促進會二十年剪影

千禧年對許多香港人來說，無疑苦多樂少，困難重重。 沙士、負資產、亞洲金融風暴等事件，對香港人都帶來直接或間接的影響。 一群專業人士，於 2003 年成立香港精神健康促進會。我們深信全人健康是提升生活素質的基礎。我們也深信預防勝於治療，所以致力宣傳及提升香港人的精神健康。

時光流逝，轉眼已經 20 年，哈哈這班義務成員和會員個樣有冇變！

有影響力的公眾精神健康教育及宣傳活動

「2008 汶川大地震，本會盡綿力製作教育影帶支援提供專業輔導的前線機構」，【心靈復耕】助人工作者的一份叮嚀邀請關俊棠神父，分享他多年來在助人工作當中，如何「自保」和「保持活力」的心得和發現，並向專業同提供一些平易簡單的方法作參考。



在過去 20 年裡，香港精神健康促進會一直堅持不懈地努力，不僅為大眾提供有關精神健康的知識，還鼓勵人們積極參與精神健康工作。通過舉辦各種活動、研討會、教育專案和透過媒體廣泛地傳遞正面訊息。促進會一直在推動精神健康的認知，使更多人明白了精神健康對每個人的重要性。

2008 年香港精神健康促進會與香港城市大學張兆球博士舉行「運動與精神健」研究調查的傳媒發布會，當天中外傳媒爭相報導，其後香港其他大學；醫管局及相關專業組織都有跟進研究調查和積極的實務工作。

《思覺危情》成功於 2017 年在尖沙嘴中產階層戲院公影，微電影首映禮已於 2017 年 2 月 19 日隆重舉行盛況空前，傳遞正面的精神健康迅息，超乎預期效果！當日中英不同媒體的新聞報導，內容正向積極。

照顧者是一份吃力不討好的工作，我們也透過專業的網路聯同有心有力的機構推動政府檢討現時香港有關照顧者的政策和服務。我們邀請國際照顧者機構聯盟副主席來港拜訪相關機構作交流和分享，推動政府制定照顧者政策的心得。

透過燃點計劃為跨專業年青同工打氣，尋回從事專業工作的初衷。

邀請國際照顧者機構聯盟副主席，來港拜訪相關機構平機會和陳佳鼐教授交流推動政府制定照顧者政策的心得。

鼓勵照顧者組織參與香港節拍 Upbeat HK 社會音樂計劃，在疫情間為他們自己和市民打氣。

2009 年參與立法會有關精神健康政策之特別會議。

元州邨事件 30 周年紀念大會論壇。

2010 年 6 月成立香港改善精神病患者社區照顧專家小組。

跨專業界別力量從此起，2011 年 1 月 25 日與香港社會工作人員協會合辦「社區精神健康研討會：挑戰與創新」。

2011 年 10 月 26 日主辦「如何倡導政府檢討精神健康政策」之聯席會議。

精神健康發展一直是個嚴峻有具挑戰的問題，它不僅僅是個體問題，也涉及政策和社會結構。從 2010 年開始至今，我們一直致力於倡導政府和社會各界對精神健康政策的檢討和改善。我們堅信，只有通過更有效的政策和資源投入，才能夠創造更加優質的精神健康社區，所以我們定時凝聚包括政府有關官員及持份者的力量，共同合作探討、推動和改善香港精神健康政策的活動。

精神健康政策研討會 2014。

「精神科服務如何有效運用資源？」精神健康研討會 2015。

消除負面標籤——如何減低對精神病患者之歧視研討會 2015 年 8 月 15 日。

解構職場精神健康研討會 2015 年 12 月 15 日。

精神健康論壇改善精神健康政策：「機遇與挑戰」2016 年 5 月 13 日。

精神健康論壇改善精神健康政策：「機遇與挑戰」2016 年 5 月 13 日。

選舉擂台陣為精神健康政策吶喊 2016 年 8 月 27 日。

與行政立法會葉劉淑儀議員面談——推動健康政策設立公署可行性 2017 年 12 月 15 日。

「香港精神健康議會」成員與精神健康咨詢委員會主席黃仁龍資深大師，大紫荊勛賢檢討、討論改善香港精神健康政策 2018。

我們與 30 多個跨專業組織成立「香港精神健康議會」之平台，在此回顧了 2009-2018 年之有意義的倡導工作，並欣然看到香港政府分別於 2013 年成立精神健康檢討委員會，及 2017 年成立精神健康諮詢委員會。

我們一路走來，通過無數次的研討、座談和活動，不斷地推動精神健康領域的發展。今天，我們站在了一個嶄新的起點。我們深知許多有心有力的同工都渴望在大灣區提供高品質的服務，因此，今天我們聚在一起，借助這個平台積極互相交流，有序規劃，共同探討如何為大灣區的居民提供卓越的服務，確保每位市民都能享有精神健康、幸福愉快的生活，融入他們所在的社區。

我 思 我 見

粵港澳大灣區精神醫護工作：機遇與挑戰

陳佳鼐教授
香港中文大學醫學院精神科榮休教授 , OBE,JP

2017 年粵港澳三地政府在香港共同簽署《深化粵港澳合作：推進大灣區建設框架協議》。2019 年 2 月 18 日中央正式公佈《粵港澳大灣區発展規劃綱要》。這個大灣區包括港澳兩特別行政區及以廣州市與深圳市為首的九個珠三角城市，總面積達 5.6 平方公尺，人口約 7,000 萬人。這也是繼発展深圳市以後，中國全面開放的另一個區域性発展的新嘗試。其基本原則是本著「一國兩制」的方針，借粵港澳的綜合優勢，深化內地與港澳的相互合作，発展大灣區成為一個未來最具影響力的現代化區域。這可是天賜良機。

新興城市的機遇與挑戰

一個新興城市最大的亮點是容易找工作，而且種類繁多。因此也會吸引大批民眾聚集，特別是白領階層的年青人，但也無法避免有精神病潛在危機的年青人。反面說來，大城市的工作競爭性強，難度高，壓力也高。再加上有較高的購買力，吃喝玩樂的機會也多。工作糾紛、婚姻問題、情緒問題、吸煙濫藥行為、甚至暴力行為等等也可能接踵而來。所以新興城市雖然有優點，也有危機。如何讓市民分享其優點而減低其所附帶壓力的危機，尋求身心、人際關係的均衡發展。即使適應不良，產生情緒、行為或精神問題，精神醫護工作者就能隨時就地服務，間接協助他們繼續在新城市發展個人的才能。

精神醫護工作的系統

這可分兩方面同時進行。橫軸方面是培養不同但有關的專業醫護人員，如精神科專科醫師、精神科護理師，臨床心理學家、社會工作人員等等。直軸方面則由各專業各自培養所需專業人員，並建立健全的專業課程與考核制度。精神醫護工作也會牽涉其他人士，如父母親友、家庭醫師、家訪護理師、學校老師、學校心理學家、地區性社會工作人員等，必要時共同商量相互幫助病人最適宜的方法，以達事半功倍之療效。

一般精神醫護工作

現代精神醫護工作須要注重團隊[1]的組合與合作的精神。理想的日常工作是以精神專科主治（顧問）醫師為首的醫療團隊，但極須獲取當地行政機構之協助與相互合作。這類醫護工作可分預防、短期服務、長期服務三大類。預防在於防患其未然，主要是在社區內進行個人、學校、家庭之精神健康教育與健康生活習慣。

短期臨床工作主在確定診斷、安排處理治療方案包括醫院登記門診服務，全科醫院內轉介服務、日間或全天病房服務、急診處服務、慢性精神病患者突發事件緊急處理等等。

長期工作主在為慢性病患者作長期醫護服務。偶而可考慮間斷性讓長期住家病患者作短期住院服務，分擔長期照顧者家護之工作，使其有喘息的機會，避免產生心志衰竭（Burnout）的現象，導致悲劇。

參考資料：

1. 精神醫療團隊指日常一起運作的人員，包括精神專科顧問或主治醫師與在職訓練醫師、精神科護理師、精神科社會工作人員、臨床心理學家等。他們最常聚集的時候是每日 / 周的病房週診，或每月之個案討論會。

The Recovery Approach in Mental Health：Challenges and Developments in Hong Kong and the Greater Bay Area

謝樹基教授
香港大學學生事務長、精神健康學教授

Background:

The recovery approach has emerged as a widely adopted framework in mental health care, emphasizing the importance of empowerment, self-determination, and holistic support for individuals experiencing mental health challenges（Davidson, Rowe, DiLeo, Bellamy, & Delphin-Rittmon, 2021; Slade, Amering, Farkas, et al., 2014）.

“Recovery is a deeply personal, unique process of changing one's attitudes, values, feelings, and goals, skills, and/or role. It is a way of living a satisfying, hopeful, and contributing life even with the limitations caused by illness. Recovery involves the development of new meaning and purpose in one's life”（Anthony, 1993, p.15）.

In Hong Kong and perhaps beginning in the Greater Bay Area, this approach has gained considerable traction across various sectors, including needs assessment, healthcare, social welfare, and community support（Chang & Chen, 2022; Davidson & Tse, 2014; Siu & Sung, 2013; Tse, Siu, & Kan, 2013）. This brief article explores the key elements of the recovery approach, the challenges faced in its implementation, and the ongoing developments in the region.

Exciting Developments:

1. Addressing the Local Needs

The recovery approach in the mental health sector in Hong Kong and the Greater Bay Area recognizes the diverse needs of individuals and aims to provide person-centred care. It emphasizes collaborative decision-making and tailoring interventions to individual circumstances, service contexts, cultural backgrounds, and preferences. By considering the unique challenges faced by the local population, the recovery approach ensures that mental health services are culturally responsive and inclusive.

2. Workforce Training and Peer Support Workers

One of the crucial aspects of the recovery approach is the training and integration of a diverse mental health workforce. This includes equipping professionals with the knowledge and skills to support recovery-oriented practices. Additionally, peer support workers, who have lived experience with mental health challenges, play a vital role in providing empathetic and relatable support. Efforts need to be made to enhance training programmes and promote the inclusion of peer support workers within the mental health system.

3. Accumulating Localised Evidence

To advance the recovery approach, it is pivotal to accumulate localised evidence and research data. Hong Kong and the Greater Bay Area need to actively promote research initiatives to evaluate the effectiveness of recovery-oriented interventions and service models. This localised evidence helps inform policy decisions, shape service delivery, and enhance the overall quality of mental health care in the region.

4. System Transformation

The recovery approach calls for systemic transformations in institutional, community-based, and non-governmental organisation (NGO) sectors, as well as among various professional groups. This entails creating a supportive ecosystem where recovery-oriented practices are integrated into all levels of mental health services. Collaborative efforts between public and NGOs are being fostered to ensure a comprehensive and coordinated approach to mental health care.

Conclusion:

The recovery approach in mental health care has gained or begun to gain momentum in Hong Kong and the Greater Bay Area. By focusing on individual needs, workforce training, localised evidence, and system-wide transformations, this approach aims to provide holistic support and empower individuals on their recovery journey. While challenges persist, the ongoing developments in the region offer promise for a more inclusive and person-centred mental health system. By embracing the recovery approach, Hong Kong and the Greater Bay Area are taking significant strides towards enhancing the overall well-being of their communities.

References:

Anthony, W. A.(1993). Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990s. Psychosocial Rehabilitation Journal, 16(4), 11-23.

Chang, C. W., & Chen, F. P.(2022). Family social networks and personal recovery among Chinese people with mental illness in Hong Kong: The mediating effects of self-esteem and self-efficacy. Psychiatric Rehabilitation Journal, 45(3), 247—254.

Davidson, L., Rowe, M., DiLeo, P., Bellamy, C., & Delphin-Rittmon, M.(2021). Recovery-oriented systems of care: A perspective on the past, present, and future. Alcohol Research: Current Reviews, 41(1)(11 pages).

Davidson, L., & Tse, S.(2014). What will it take for recovery to flourish in Hong Kong?. East Asian Archives of Psychiatry, 24(3), 110-116.

Siu, B. W. M. & Sung, R.(2013). Promotion and implementation of recovery-oriented practice in a mental hospital in Hong Kong. Hong Kong Journal of Mental Health, 39(1), 13-19.

Slade, M., Amering, M., Farkas, M., Hamilton, B., O' Hagan, M., Panther, G., ... & Whitley, R.(2014). Uses and abuses of recovery: implementing recovery-oriented practices in mental health systems. World psychiatry, 13(1), 12-20.

Tse, S., Siu, B. W. M., & Kan, A.(2013).Can recovery-oriented mental health services be created in Hong Kong? Struggles and strategies. Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research, 40(3), 155-158.

共建共享—粵港澳大灣區精神心理健康體系

黎永開太平紳士

粵港澳大灣區香港社會服務專業聯盟副主席

粵港澳大灣區在國家發展大局中具有重要戰略地位。建設粵港澳大灣區，既是新時代推動形成全面開放新格局的新嘗試，也是推動「一國兩制」事業發展的新實踐。

粵港澳大灣區匯聚了廣東的九個城市、香港和澳門兩個特別行政區。在這個城市群內，精神心理健康問題日益受到重視，各地都在積極推動專業服務發展和相互合作，以應對不斷增加的需求。

首先，國家的十四五規劃任務之一是全面推進健康中國的建設，把保障人民健康放在優先發展的戰略位置，堅持預防為主的方針。粵港澳大灣區的精神心理健康服務也得到了政府的廣泛支持。各地政府已經制定了政策和法規，以確保精神心理健康服務的普及和提高。在廣東、香港和澳門，建立了各種機構

和醫療中心，提供心理精神治療、諮詢和心理健康教育。這些服務的普及有助於提高公眾對精神健康問題的認識，並減少了社會對精神疾病的污名化。

其次，粵港澳大灣區各城市之間積極開展了合作，共用資源和經驗。例如，香港的醫療專業人員可以與廣東的醫療機構合作，共同開展研究項目，交流治療方法，提高醫療水準。這種跨地區的合作有助於提高精神心理健康服務的品質和可及性，讓更多的人受益。

此外，粵港澳大灣區還鼓勵創新和科技在精神心理健康領域的應用。例如，虛擬實境技術被廣泛應用在評估和治療不同的心理和神經認知障礙，例如焦慮症、創傷後遺症、藥物濫用和異常性興趣等。 此技術亦用於醫護界的專業教育和培訓。，各地的專業人員可以共同探索這些新興技術的潛力，以提供更有效的治療方法。同時，電子健康記錄系統的建立也有助於不同地區的醫療機構更好地共用患者資訊，提高診斷和治療的效率。

然而，精神心理健康領域仍然面臨挑戰。首先，粵港澳大灣區需要加強對精神心理健康問題的社會認知，減少污名化和歧視。教育和宣傳活動可以幫助提高公眾對精神疾病的理解，從而鼓勵更多人主動尋求幫助。其中香港推動的「陪我講」社區宣傳及教育活動，尤值得向其他城市分享，以達至共建共享的目標。

精神心理健康的服務需要更多的專業人員和資源來滿足不斷增加的需求。培養和招募精神科醫生、社工、心理治療師和心理健康教育師等專業人員至關重要。此外，政府和非營利組織還應增加對精神心理健康服務及公眾教育的投入，以確保服務的可及性。

綜上所述，粵港澳大灣區在精神心理健康服務方面已經取得了一些積極的進展，但仍然需要持續努力。通過政府支援、跨地區合作、科技創新和社會教育，我們可以共同致力於提高這一領域的發展和服務品質，確保每個人都能獲得必要的精神心理健康支持。

精神心理健康與粵港澳大灣區

楊建強

前青山醫院及小欖醫院護理總經理及前香港精神護理學院院長

非常感謝香港精神健康促進會邀請我為二十週年年報撰稿。精神健康是一個關乎我們社會健康的關鍵議題，特別在粵港澳大灣區這樣快速發展的地區。在這篇文章中，我將探討精神心理健康專業和服務在粵港澳大灣區的發展，以及如何建立高質量的精神健康護理教育體系。精神健康不僅關係到個人的福祉，還關乎整個社區的健康和穩定。因此，我們需要投資於培訓有素的精神健康專業人員，並確保他們具備最新的知識和技能，以提供高質量的照顧。

精神心理健康在粵港澳大灣區的重要性

粵港澳大灣區是中國最具活力和發展潛力的地區之一，然而，這種快速的經濟發展也帶來了一系列精神健康挑戰。社會壓力、家庭壓力、職業壓力和經濟壓力都可能對個人的精神健康造成負面影響。此外，社會變革和文化衝突也可能導致情緒困擾和精神疾病的增加。因此，建立一個強大的精神心理健康專業和服務體系至關重要，以應對這些挑戰並提供支持。

精神健康不僅影響個體，還對整個社區和社會產生深遠影響。在一個健康的社會中，人們可以充分發揮潛力，貢獻社會，建立穩定的家庭，並享受高品質的生活。然而，當精神健康問題被忽視或未得到妥善處理時，它們可能導致疾病、殘疾、犯罪和家庭破裂等問題。

精神健康專業人員的關鍵角色

精神健康專業人員在精神心理健康服務體系中發揮著不可或缺的作用。他們是精神健康護理的主要提供者，扮演著多種角色，旨在幫助患者實現康復，提高生活質量，並提供持久的支持。以下是精神健康護士的主要角色和貢獻：

1. 護理評估和診斷
精神健康護士擁有專業的臨床技能，能夠評估和診斷各種精神健康疾病和疾病護理問題。他們使用標準化的工具和評估方法，以確定患者的病情和需要。

2. 治療和諮詢
精神健康護士提供一對一或小組治療，以幫助患者應對情緒、心理和行為問題。他們根據患者的需求和病情，使用不同的治療方法，包括心理治療、藥物治療和支持性諮詢。

3. 危機處理
在危機情況下，精神健康護士能夠提供迅速的幫助和支持，以應對自殺風險、暴力行為和其他急性情況。他們具備處理危機的技能和培訓，可以幫助患者安全度過困難時刻。

4. 康復支持
精神健康護士的目標是幫助患者實現康復，恢復正常生活。他們提供康復計劃、自主管理技能培訓，並鼓勵患者參與社會和家庭活動。

5. 教育和宣傳
精神健康護士參與精神健康教育和宣傳活動，提高公眾對精神健康的認識，減少精神健康問題的社會污名。

6. 多元文化能力
考慮到粵港澳大灣區的多樣性，精神健康護士需要具備跨地區和多語言能力，以更好地理解和支持不同文化背景的患者。

建立高質量的精神健康護理教育體系

要確保粵港澳大灣區的精神健康護士能夠提供高質量的服務，我們需要建立一個高水準的護理教育體系。以下是實現這一目標的關鍵步驟：

1. 制定標準化的課程
建立一套標準化的護理課程和課程標準，以確保學生獲得一致的教育和培訓。這些課程應該包括精神健康相關的核心科目和實踐經驗。

2. 建立專業認證和監管機構
創建一個獨立的認證和監管機構，負責審查和認證精神健康護理教育課程。該機構應該確保課程符合國際和國家標準，並監督教育機構的質量。

3. 培訓和支持教師
提供精神健康護理教育師資的培訓和支持，以確保教師具備最新的知識和教育技巧。這有助於提高教學質量。

4. 提供臨床實踐機會
建立合作伙伴關係，提供充實的實習和臨床實踐機會，以使學生獲得實踐經驗並應用所學知識。

5. 跨文化和多 地區方言教育
考慮到粵港澳大灣區的多樣性，護理教育應該包括跨文化和多語言培訓，以準備學生更好地理解和應對不同 地區文化和語言的需求。

6. 持續專業發展
精神健康護士需要持續學習和專業發展。提供持續的教育機會，以確保他們保持最新的知識和技能。

7. 鼓勵研究和創新
鼓勵護理教育機構參與精神健康領域的研究和創新項目，以推動該領域的發展並將最新的科學發現應用於實踐中。

8. 促進合作和知識分享
與國內外的護理教育機構建立合作夥伴關係，促進經驗交流和最佳實踐的分享。

通過以上措施，我們可以確保粵港澳大灣區的精神健康護士接受高質量的培訓，具備所需的知識和技能，並能夠提供優質的照顧。這對於促進粵港澳大灣區的精神心理健康非常重要，因為這有助於減輕精神健康問題對個體和社會的負面影響，並提高整個地區的健康和穩定水平。

結語：

精神健康是我們社會健康的不可或缺部分，特別在快速發展的地區如粵港澳大灣區。為了應對精神健康挑戰，我們需要確保有專業資格且有才能的精神健康護士，以提供高質量的護理和支持。同時，建立高質量的精神健康護理教育體系是關鍵所在，它將為培訓未來的精神健康專業人員奠定堅實的基礎。我們必須共同努力，投資於精神健康護理的教育和培訓，以確保粵港澳大灣區的居民可以獲得最佳的精神健康支持。

最後，我要再次感謝香港精神健康促進會邀請我參與這個重要的年報撰稿。精神健康不僅僅是一個個人問題，它關乎整個社會的健康和繁榮。我們的共同努力和投資將有助於建立一個更健康、更強大的粵港澳大灣區，讓每個人都能享受高品質的生活。

精神健康是普世權利

凌悅雯博士
香港心聆行政總裁、前香港心理學會臨床心理學組副主席

每年十月十日是世界精神健康日，今年由世界精神健康聯盟所訂定立的主題為「精神健康是普世權利」。精神健康與身體健康一樣重要，對生活質素的影響甚大。雖然在疫情期間社會對精神健康議題的關注度有所提升，但不論是全球或在粵港澳大灣區，大部分人都不能平等地接觸到精神健康服務。

精神健康方面的健康不公和不平等問題一直嚴重。因為生理因素和社會因素的影響，不同人從生命早期階段就有不同的機會獲得良好的精神健康或受到精神問題困擾，例如：男性比女性更有機會患有自閉症影響；少數族裔難以獲得具文化敏感度的精神健康服務。加上全球各地政府在醫務衛生方面的支出中只有 2% 用於精神健康，使得服務供應尤其緊張。

全球的精神健康專業人士極為短缺、私家服務昂貴、缺乏實證為本的心理治療指引等，這些問題導致兩個結構性的問題：一是，公營精神健康服務輪候時間過長，重量不重質；二是，服務側重於治療而非預防和早期介入，服務倚重於對嚴重病患者治療。在資源短缺的情況下，有很許多有受到輕微至中等焦慮和抑鬱困擾的人士卻無法獲得及時的支援，令到病情很有機會隨著時間惡化，進一步對醫療系統造成壓力。

要解決這個問題，我們需要創造一個有利於良好精神健康的社會環境，並尋求創新解決方案。首先我們必須向大眾推廣精神健康，提高自我意識，盡早識別自己及身邊的人的精神健康問題。第二，我們要減低對精神疾病的污名，讓有需要人士不會諱疾忌醫。第三，普及早期心理介入服務，讓大眾能夠容易獲得可負擔的精神健康支援。

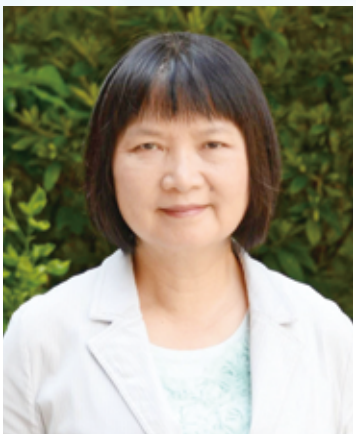
我們需要增加精神健康的從業員，包括培訓嶄新的心理健康人員，集中服務輕微情緒困擾的人士，以致精神科醫生及臨床心理學家這些專職人士可以集中處理較嚴重的人士，優化系統資源的使用。另外，我們需要着力將學術界的科研結果加以實踐，確保業界使用有實證為本的介入方法，讓最佳的實踐方式得以實施。最關鍵的是，我們需要培養一個友善精神健康的社會。

其實精神健康是每個人都需要關注的自身情況，我們的社會需要確保沒有人需要獨自面對精神健康的問題。讓我們在世界精神健康日提醒自己不論是個人、照顧者、或機構也將精神健康放在首位。

香港職業治療學會對粵港澳大灣區精神心理健康服務發展的意見

鄭慧慈女士
香港職業治療學會主席

職業治療提倡以日常生活為本的評估及介入，我們認為深入了解及分析人每天的生活，就能看到他們面對精神心理健康問題的原因，從而與他們一起規劃每天的生活及作出適當的調整，針對能力的不足，作出相對的訓練，就能提升他們面對精神心理健康問題的能力，減輕症狀，最終提升人的精神心理健康。



職業治療早於一九五零年初已為香港的精神病人提供服務，主要針對住在醫院的病人，透過不同的活動，使他們的生活有義意，提升他們的生活技能，使他們可以容易一點返回社區。在一九八一年，首批香港理工學院（現為香港理工大學）訓練的職業治療師投入服務，職業治療服務變得更多元化和個人化，漸漸地也發展不同年齡層的服務包括兒童及青少年、成人、老人，並在不同的階段如急症、短期、長期及離院提供服務。

二千年初，職業治療將引入新的概念如「會所模式」復康、精神健康自助課程、精神病自我管理及復元課程、樂天生活在五常等，與醫院團隊把這些加入精神心理健康服務中。醫院管理局港島西的「卓越之友」更成為全球第十一所「會所模式」復康訓練基地。職業治療師對這些療法進行成效研究，成績令人鼓舞！在二零零九年為嚴重精神病復康病人提供的個人化社區支援服務，職業治療也是其中主要元素之一。後來發展的精神健康綜合社區中心，亦有提供職業治療服務。針對常見精神健康疾病如失眠、焦慮、情緒抑鬱等，職業治療師也採取早期介入的服務模式。在疫情期間，我們更積極參與遠程心理健康服務的發展，利用科技擴闊治療模式的選擇，提高治療效益，包括設計手機應用程式來強化患者的自我管理概念、增設遙距互助小組，讓患者在家參與生活重整課程、認知訓練等。

香港政府非常重視的精神健康問題，二零一三年成立精神健康檢討委員會，並於二零一七年出版了檢討報告，職業治療學會對報告所提出針對不同年齡層、不同疾病種類的服務建議，十分認同和支持，面對服務增加，但治療師不足的情況，職業治療學會期望香港可以培訓更多職業治療師，以應付香港精神心理健康服務的需要。香港的職業治療比國內的作業治療發展得早一些，香港職業治療學會期望能與大灣區的作業治療同業有更多交流，使我們能貢獻專業所長，在發展我國的精神心理健康服務上出一分力！

從復元人士角度看粵港澳大灣區精神心理健康的服務發展

香港精神康復者聯盟

本會是由精神康復者(復元人士)在 1999 年成立的自助組織，回顧 24 年來，發現與國內相關服務甚少交流；在新形勢下，這的確有待加強。

查閱一下資料，發現中央政府已在 2020 年 12 月 28 日發佈《精神障礙社區康復服務工作規範》，給各省市自治區在發展相關服務時的指引。這份 36 頁的《工作規範》精簡地構建了一個與全國現有各層級政務系統相匹配的服務架構、服務內容、通用的調研及服務評估機制，機制包括第三方服務外包給精神復康專業的非政府機構。這《工作規範》體現了社會主義執政為民的施政理念，借鑒了香港及西方國家相關服務經驗，融入本國政務系統內，並展現出制度性的後發優勢。

一線城市如北京、上海、廣州、深圳等已開始落實行動，如上海在今年 9 月 1 日發佈了《上海市地方標準化指導性技術文件》作為《工作規範》的落實配套，開始正式實施；條件具備的城市將會陸續成立精神健康社區綜合服務中心和社區配套服務，全國都會陸續行動起來。

粵港澳大灣區精神心理健康的服務發展，在《工作規範》指導下相信亦會很快地開展起來。作為香港的康復者自助組織，我們對祖國精神障礙社區康復服務工作的迅猛發展，感到十分欣慰！我們嘗試提出 4 點看法，作為一點點燃料，希望促進未來的交流互鑒：

1、探討具有華夏文化特色的中西醫結合精神病評估、治療和社區復康新模式。隨著華夏文化復興，傳統中醫的治療理念、藥物和技巧應與西醫精神病治療及社區康復模式作有機的整合，逐步發展出具中國特色、更人性化、更有成效的全人復康新模式，作為醫療資源配置、專業人員培訓，和社區服務資源整合的參照架構。

2、大灣區各社區內已設有歷史悠久的社區黨群服務中心，其基層社區支援網路緊密到位，配合精神健康綜合服務中心，為社區內復元人士和照顧者提供更具體到位的支援。

3、設立復元人士朋輩支援服務，發揮朋輩橋樑角色，在醫院的相關服務中，充當醫生和病人的橋樑。在社區內，朋輩支援員在自助組織內亦可更充分發揮其橋樑角色的功能。

4、社區黨群服務中心亦可增設復元人士自助組織和家屬自助組織，促使其發揮獨特的優勢，以第一身角度在社區內推行消除誤解的社區教育活動，宣導和諧共融，幫助社區大眾消除對復原人士的偏見和歧視。

中國夢，當然包括粵港澳大灣區命運共同體的構建，精神心理健康是其中不可或缺的重要板塊，期待大灣區精神心理健康的服務發展，結合港澳經驗，將會穩步揭開具中國特色新的一頁。

香港精神康復者聯盟
Alliance of Ex-mentally Ill of Hong Kong

粵港澳大灣區精神心理健康發展

周萬長
香港家連家精神健康倡導協會有限公司主席

經歷了三年的新冠疫情下，全球社會民生習慣都起了很大的變化，特別是人的精神及情緒健康受到很大的衝擊，雖然疫後社會的運作與日常生活開始復常，但是由於經濟不景和一些政治環境的變化，以致香港人患抑鬱及焦慮等情緒病的個案激增，所以推動關注精神健康是刻不容緩。

「家連家」協會於 2018-2019 年期間，有幸接觸到內地的精神科部門，所以曾到廣州及武漢兩地舉辦過家屬教育課程，當中認識不少內地家屬朋友和一些精神病科醫護人士，所以對內地之治療方法、政策和服務都有少許認識，特別看到家屬們的需要和醫護人員積極照顧病人的態度，令我們更期望往後能多些到內地舉辦課程及推廣關注精神健康的工作。

近年香港政府致力推展粵港澳大灣區建設，相信也是一個好好的機遇讓香港服務精神健康的自願組織或 NGO 到大灣區發展，透過兩地交流，互補長短，得益的一定是廣大的市民。

有關發展的方向，期望香港政府能夠作為中間的橋樑，同時亦可透過開辦研討會及展覽會，讓兩地相關機構和部門能夠多加認識；而我覺得香港機構的優勢在於精神健康教育課程，無論對康復者或家屬 / 照顧者，都有很多有系統和整全的課程及訓練，讓各方持分者都得到適切的支援，同時香港的機構多年來與其他外國專家的交流和學習，在治療、藥物和復元慨念等範疇，得到了很多更新的知識和經驗，更有助粵港澳大灣區精神心理健康的專業及服務發展。

相信「朋輩支援」服務亦是在粵港澳大灣區推廣的項目之一，因為無論對康復者或是家屬 / 照顧者都是十分重要，而香港在這方面的發展亦是非常成熟，很多機構已培育出不少康復者或家屬的朋輩支援員，所以資源方面是十分充足。

粵港澳大灣區各地的文化及生活習慣都有不同，所以在發展精神心理健康的過程，都需要互相包容、磨合和體諒，進度不能太急，要明白香港人與內地人的步伐都有很大差異，但相信時間是可以讓大家更加了解和認識，最後必能並享成果。

體能活動為本的精神心理健康服務發展

黃永森博士
中國香港體適能總會 行政總監
註冊物理治療師

體能活動指引

體能活動（Physical activity）是指任何因骨骼肌收縮所產生的身體活動，而該等身體活動會令身體消耗相應的能量。[1] 根據世界衛生組織 2020 年發表的指引，成年人每星期需要進行 150 至 300 分鐘中等強度或 75 至 150 分鐘劇烈強度有氧性質的體能活動，又或者進行相應時數、混合了中等和劇烈強度的活動。至於兒童及青少年方面，他們應每天進行 60 分鐘中等至劇烈強度的有氧體能活動，以獲得顯著的健康效益。上述指引強調，不同年齡人士恆常地（每星期兩至三次）進行肌肉鍛練活動（muscle-strengthening activity）的重要性，並指出在日常生活中減少靜態行為（sedentary behaviours）的必要性。[2] 他們亦強調體能活動對提升抑鬱症、思覺失調和認知障礙症患者的生活質素起了重大作用。[3]

體能活動有益於心理困擾

心理困擾（Psychological distress）是指以抑鬱、焦慮為主要特徵的一種情緒狀態，有時候會伴隨著一些身體徵狀。[4] 抑鬱徵狀包括失去興趣、不快和絕望；焦慮徵狀則指不安和緊張。心理困擾所產生的身體徵狀包括失眠、頭痛和疲倦。當人長時間活在心理困擾狀態中，便會逐漸形成心身疾病（psychosomatic diseases），影響心肺、腸胃、肌肉及皮膚系統的功能，產生知覺、情緒及行為問題，繼而惡性循環加劇，進一步干擾思想、情緒、態度和行為與人體生理狀況存在互動的關係。

抑鬱症、思覺失調和認知障礙症患者可說是被受心理困擾折騰的社群。綜合了過去十多年的臨床科研證據，體能活動對抑鬱症、思覺失調和認知障礙症患者帶來以下的健康及體適能效益：

1. 改善情緒
2. 延緩認知能力衰退
3. 延緩其他疾病發病時間
4. 增強肌力
5. 改善整體體適能狀況
6. 幫助控制現有非傳染性疾病病情
7. 減少患上其他非傳染性疾病（例如糖尿病、肥胖症）的機率

對於兒童及青少年，成長階段往往都會面對不少心理困擾。一直以來，藥物治療和心理治療對患有精神疾患的兒童及青少年功效並非十分顯著，而中等至劇烈強度的體能活動卻被證實能夠有效地減少他們的抑鬱徵狀。[6] 外國有研究顯示，體能活動能夠改善兒童及青少年的認知功能和精神健康狀況，同時亦會提升他們的身體自覺能力（physical self-perception），從而建立良好的自尊（self-esteem）。[7]

在職人士在工作中同樣地面對來自四面八方的壓力，造成不同程度的心理困擾。研究指出，個人化的職場體能活動（例如瑜伽練習）能夠大幅減少在職人士的抑鬱及焦慮徵狀。因此，僱主應該關注員工的身心健康狀況，將職場體能活動或瑜伽練習納入工作日程和公司政策之中。[8]

體能活動是未來精神心理健康專業服務的載體

對於不同年齡和病歷背景的人士而言，體能活動都是有益於緩解心理困擾，促進身心整合（mind-body integration）的。社會各界在摸索精神心理健康專業服務的未來發展路徑時，不妨多重視體能活動及系統性運動訓練對精神心理疾患復元過程的重要性。中國及港澳精英運動員在國際大型運動賽事中屢獲殊榮，為內地及粵港澳大灣區社會注入正能量，正好印證了體育的社會功能。

體適能專業、體育運動專業及物理治療專業需要團結起來，為粵港澳大灣區精神心理健康的專業服務發展盡一分力。未來精神心理健康專業服務發展可以更多地利用體能活動、運動訓練及體育運動作為載體，為精神心理疾患康復群眾注入正能量，提供更具活力及動力的服務類別。

參考資料：

1. *中國香港體適能總會。(2017)。體適能導師綜合理論。香港：中國香港體適能總會。*
2. *Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., Carty, C., Chaput, J. P., Chastin, S., Chou, R., Dempsey, P. C., DiPietro, L., Ekelund, U., Firth, J., Friedenreich, C. M., Garcia, L., Gichu, M., Jago, R., Katzmarzyk, P. T., Lambert, E.,… Willumsen, J. F.(2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. British journal of sports medicine, 54(24), 1451—1462. https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955*
3. *World Health Organization.(2020). WHO Guideline on Physical Activity and Sedentary Behaviour. Geneva: World Health Organization.*
4. *L'Abate, L.(2011). Mental Illnesses — Understanding, Prediction and Control. Rijeka, Intech.*
5. *World Health Organization, Regional Office for Europe.(2019). Motion for your mind: Physical activity for mental health promotion, protection and care. Copenhagen: World Health Organization.*
6. *Pascoe, M.C., Bailey, A.P., Craike, M., et al.(2020). Exercise interventions for mental disorders in young people: a scoping review. BMJ Open Sport & Exercise Medicine, 6, e000678. doi: 10.1136/bmjsem-2019-000678*
7. *Lubans, F., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M., Nilsson, M., Kelly, P., Smith, J., Raine, L., & Biddle, S. (2016). Physical Activity for Cognitive and Mental Health in Youth: A Systematic Review of Mechanisms. Pediatrics, 138(3), e20161642. DOI: 10.1542/peds.2016-1642*
8. *Chu, A. H., Koh, D., Moy, F. M., & Müller-Riemenschneider, F.(2014). Do workplace physical activity interventions improve mental health outcomes?. Occupational medicine(Oxford, England), 64(4), 235—245. https://doi.org/10.1093/occmed/kqu045*

編者話

欣逢香港精神健康促進會二十週年，有幸義工們能蒐集多年的活動剪影，並在粵港澳大灣區精神心理健康協作平台啟動典禮午宴期間播放，質素令來賓讚歎，並欣賞本會在沒有政府任何資助下能定期為社會提供教育和促進精神健康的活動；實踐漣漪效應的項目和令人驚訝的、倡導政府和相關持份者制訂精神健康政策和建立粵港澳大灣區精神心理健康協作平台的基礎工作。

而然，閱畢這份內容豐富的 20 週年雙年報，香港精神健康促進會須招攬更多有心有力的人士特別是專業年青才俊，加入本會的義務工作行列，我們的使命和所訂定的實踐理念和方法，才能更發揚光大！

財 務 報 告

HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED

香 港 精 神 健 康 促 進 會 有 限 公 司

(Company limited by guarantee and not having a share capital)

REPORTS AND FINANCIAL STATEMENTS

FOR THE YEAR ENDED

31ST DECEMBER, 2022

HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED

香港精神健康促進會有限公司

(Company limited by guarantee and not having a share capital)

DIRECTORS' REPORT

The directors present herewith their annual report together with the audited financial statements of the association for the year ended 31st December, 2022.

Principal activities

The principal activities of the association are to promote the knowledge of mental, psychological and emotional health to the public.

Financial position and financial performance

The financial position and financial performance of the association are set out in the annexed financial statements.

Fixed assets

Movements in fixed assets during the year are shown in note 3 to the financial statements.

Directors

The following are the current directors of the association, having served throughout the year, except as indicated:

CHAN Chung Mau	
Chu Hon Wai	
Cheung Kin Sum	
CHEUNG Kwok Wai, Alvin	
PONG Kwok Boon	(appointed on 20th March, 2023)
LAM Yuk Kit, Angus	(resigned on 20th March, 2023)

In accordance with Article 36 of the association's Articles of Association, the current directors shall retire from office at the forthcoming annual general meeting and, being eligible, offer themselves for re-election.

Interests in contracts

The association falls within the reporting exemption for the financial year. It is exempted from disclosing material interests of the directors of the association, either during the year or at the end thereof, in any significant transaction, arrangement or contract to which the association was a party.

Management contracts

No contract concerning the management and administration of the association was entered into or existed during the year.

Business review

The association falls within the reporting exemption for the financial year. It is exempted from preparing a business review pursuant to Section 388(3)(a) of the Hong Kong Companies Ordinance.

Equity-linked arrangements

No equity-linked arrangement was entered into or existed during the year.

Permitted indemnity provisions

There existed in Article 60 of the association's Articles of Association certain permitted indemnity provisions, being in force for the benefit of one or more directors during the year and at the time of approval of this report.

Auditors

The financial statements have been audited by Messrs. Chang Leung Hui & Li C.P.A. Limited, Certified Public Accountants, who retire and, being eligible, offer themselves for re-appointment.

On behalf of the Board

CHAN Chung Mau
Chairman

Chang Leung Hui & Li C.P.A. Limited

CERTIFIED PUBLIC ACCOUNTANTS
12TH FLOOR, NO. 3 LOCKHART ROAD,
WANCHAI, HONG KONG
TELEPHONE: **(852) 2527 5306**
FACSIMILE: **(852) 2527 6015**
E-MAIL: **info@clhlcpa.com**
WEBSITE: **www.clhlcpa.com**

DIRECTORS
LESLIE S. C. CHANG FCA, CTA, CPA (Practising)
TERENCE C. K. LEUNG FCA, FCCA, ACG, CTA, CPA (Practising)
BILLY S. LI BA, CA (CANADA), CTA, CPA (Practising)
EDMOND C. K. LEUNG FCCA, ACG, CTA, CPA (Practising)
PAUL C. Y. TSI BSC, CA, ACA, CTA, CPA (Practising)
JASPER K. M. MA AAIA, ACG, MPAcc, CPA (Practising)

張梁許李
會計師事務所有限公司
香港灣仔駱克道三號十二樓
電　話：二五二七　五三〇六
圖文傳真：二五二七　六〇一五
電子郵箱：info@clhlcpa.com
網　址：www.clhlcpa.com

INDEPENDENT AUDITORS' REPORT
TO THE MEMBERS OF HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED
香港精神健康促進會有限公司
(Company limited by guarantee and not having a share capital)

Opinion

We have audited the financial statements of HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED ("the Association") set out on pages 6 to 13, which comprise the statement of financial position as at 31 December 2022, and the statement of income and retained earnings and statement of cash flows for the year then ended, and notes to the financial statements, including a summary of significant accounting policies.

In our opinion, the financial statements give a true and fair view of the financial position of the Association as at 31 December 2022, and of its financial performance and its cash flows for the year then ended in accordance with Hong Kong Financial Reporting Standard for Private Entities ("HKFRS for Private Entities") issued by the Hong Kong Institute of Certified Public Accountants ("HKICPA") and have been properly prepared in compliance with the Hong Kong Companies Ordinance.

Basis for opinion

We conducted our audit in accordance with Hong Kong Standards on Auditing ("HKSAs") issued by the HKICPA. Our responsibilities under those standards are further described in the *Auditors' responsibilities for the audit of the financial statements* section of our report. We are independent of the Association in accordance with the HKICPA's *Code of Ethics for Professional Accountants* ("the Code"), and we have fulfilled our other ethical responsibilities in accordance with the Code. We believe that the audit evidence we have obtained is sufficient and appropriate to provide a basis for our opinion.

Information other than the financial statements and auditors' report thereon

The directors are responsible for the other information. The other information represents the directors' report, but does not include the financial statements and our auditors' report thereon.

Our opinion on the financial statements does not cover the other information and we do not express any form of assurance conclusion thereon.

In connection with our audit of the financial statements, our responsibility is to read the other information and, in doing so, consider whether the other information is materially inconsistent with the financial statements or our knowledge obtained in the audit or otherwise appears to be materially misstated. If, based on the work we have performed, we conclude that there is a material misstatement of this other information, we are required to report that fact. We have nothing to report in this regard.

A member of
msi Global Alliance
Independent legal & accounting firms

INDEPENDENT AUDITORS' REPORT
TO THE MEMBERS OF HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED
香港精神健康促進會有限公司
(Company limited by guarantee and not having a share capital)

Responsibilities of the directors for the financial statements

The directors are responsible for the preparation of the financial statements that give a true and fair view in accordance with HKFRS for Private Entities issued by the HKICPA and the Hong Kong Companies Ordinance, and for such internal control as the directors determine is necessary to enable the preparation of financial statements that are free from material misstatement, whether due to fraud or error.

In preparing the financial statements, the directors are responsible for assessing the Association's ability to continue as a going concern, disclosing, as applicable, matters related to going concern and using the going concern basis of accounting unless the directors either intend to liquidate the Association or to cease operations, or have no realistic alternative but to do so.

The directors are responsible for overseeing the Association's financial reporting process.

Auditors' responsibilities for the audit of the financial statements

Our objectives are to obtain reasonable assurance about whether the financial statements as a whole are free from material misstatement, whether due to fraud or error, and to issue an auditors' report that includes our opinion. This report is made solely to you, as a body, in accordance with section 405 of the Hong Kong Companies Ordinance, and for no other purpose. We do not assume responsibility towards or accept liability to any other person for the contents of this report.

Reasonable assurance is a high level of assurance, but is not a guarantee that an audit conducted in accordance with HKSAs will always detect a material misstatement when it exists. Misstatements can arise from fraud or error and are considered material if, individually or in the aggregate, they could reasonably be expected to influence the economic decisions of users taken on the basis of these financial statements.

As part of an audit in accordance with HKSAs, we exercise professional judgment and maintain professional skepticism throughout the audit. We also :

- Identify and assess the risks of material misstatement of the financial statements, whether due to fraud or error, design and perform audit procedures responsive to those risks, and obtain audit evidence that is sufficient and appropriate to provide a basis for our opinion. The risk of not detecting a material misstatement resulting from fraud is higher than for one resulting from error, as fraud may involve collusion, forgery, intentional omissions, misrepresentations, or the override of internal control.

- Obtain an understanding of internal control relevant to the audit in order to design audit procedures that are appropriate in the circumstances, but not for the purpose of expressing an opinion on the effectiveness of the Association's internal control.

- Evaluate the appropriateness of accounting policies used and the reasonableness of accounting estimates and related disclosures made by the directors.

INDEPENDENT AUDITORS' REPORT
TO THE MEMBERS OF HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED
香港精神健康促進會有限公司
(Company limited by guarantee and not having a share capital)

Auditors' responsibilities for the audit of the financial statements (continued)

- Conclude on the appropriateness of the directors' use of the going concern basis of accounting and, based on the audit evidence obtained, whether a material uncertainty exists related to events or conditions that may cast significant doubt on the Association's ability to continue as a going concern. If we conclude that a material uncertainty exists, we are required to draw attention in our auditors' report to the related disclosures in the financial statements or, if such disclosures are inadequate, to modify our opinion. Our conclusions are based on the audit evidence obtained up to the date of our auditors' report. However, future events or conditions may cause the Association to cease to continue as a going concern.

- Evaluate the overall presentation, structure and content of the financial statements, including the disclosures, and whether the financial statements represent the underlying transactions and events in a manner that achieves fair presentation.

We communicate with the directors regarding, among other matters, the planned scope and timing of the audit and significant audit findings, including any significant deficiencies in internal control that we identify during our audit.

CHANG LEUNG HUI & LI C.P.A. LIMITED
Certified Public Accountants

Edmond Chi Kong Leung
Practising Certificate Number P1353

HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED

香港精神健康促進會有限公司

(Company limited by guarantee and not having a share capital)

STATEMENT OF FINANCIAL POSITION
AS AT 31ST DECEMBER, 2022

	Note	2022 HK$	2021 HK$
Non-current assets			
Fixed assets	3	660	1,167
Current assets			
Accounts receivable		115,000	-
Bank balances		30,418	70,318
		145,418	70,318
Less : Current liabilities			
Due to directors	4	20,100	35,100
Accruals		2,738	436
		22,838	35,536
Net current assets		122,580	34,782
Net assets		123,240	35,949
Reserve			
Accumulated surplus		123,240	35,949

Approved and authorised for issue by
the board of directors on 27 JUN 2023

CHAN Chung Mau
Director

CHEUNG Kin Sum
Director

HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED

香港精神健康促進會有限公司

(Company limited by guarantee and not having a share capital)

STATEMENT OF INCOME AND RETAINED EARNINGS FOR THE YEAR ENDED 31ST DECEMBER, 2022

	Note	2022 HK$	2021 HK$
Income			
Grants		355,500	-
Sponsorship		20,000	66,000
Bank interest		18	-
		375,518	66,000
Expenditure			
Advertising and promotion		-	14,910
Bank charges		792	3,211
Depreciation	2(b) & 3	507	2,585
Entertainment		780	-
Function and project expenses		280,740	1,675
Membership fee		585	585
Multidisciplinary expert meeting expenses		-	1,000
Postage		-	100
Printing and stationery		154	1,075
Repairs and maintenance		-	950
Sundry expenses		2,210	3,301
Telecommunications		2,459	1,770
		288,227	31,162
Surplus for the year		87,291	34,838
Accumulated surplus at start of year		35,949	1,111
Accumulated surplus at end of year		123,240	35,949

HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED

香港精神健康促進會有限公司

(Company limited by guarantee and not having a share capital)

STATEMENT OF CASH FLOWS
FOR THE YEAR ENDED 31ST DECEMBER, 2022

	2022	2021
	HK$	HK$
Cash flows from operating activities		
Surplus for the year	87,291	34,838
Adjustments for :		
Bank interest income	(18)	-
Depreciation	507	2,585
	87,780	37,423
(Increase)/Decrease in :		
Deposit paid	-	20,000
Accounts receivable	(115,000)	29,320
Increase/(Decrease) in :		
Amounts due to directors	(15,000)	-
Accruals	2,302	(24,764)
Net cash (used in)/generated from operating activities	(39,918)	61,979
Cash flows from investing activities		
Bank interest income	18	-
Purchases of fixed assets	-	(1,100)
Net cash generated from/(used in) investing activities	18	(1,100)
(Decrease)/Increase in cash and cash equivalents	(39,900)	60,879
Cash and cash equivalents at beginning of year	70,318	9,439
Cash and cash equivalents at end of year	30,418	70,318
Analysis of the balances of cash and cash equivalents		
Bank balances	30,418	70,318

HONG KONG ASSOCIATION FOR THE PROMOTION OF MENTAL HEALTH LIMITED

香港精神健康促進會有限公司

(Company limited by guarantee and not having a share capital)

NOTES TO FINANCIAL STATEMENTS
FOR THE YEAR ENDED 31ST DECEMBER, 2022

1. Association information

The association is incorporated in Hong Kong and is limited by guarantee. It is a charitable institution registered in Hong Kong. The registered office of the association is located at Room 703, 7/F., Kelly Commercial Centre, 570-572 Nathan Road, Kowloon, Hong Kong.

The principal activities of the association are to promote the knowledge of mental, psychological and emotional health to the public.

2. Basis of preparation and accounting policies

These financial statements have been prepared in accordance with Hong Kong Financial Reporting Standard for Private Entities (HKFRS for Private Entities) issued by the Hong Kong Institute of Certified Public Accountants and the requirements of the Hong Kong Companies Ordinance. They have been prepared under historical cost convention except for certain assets and liabilities which are measured at fair value.

The preparation of financial statements in conformity with HKFRS for Private Entities requires management to make judgments, estimates and assumptions that affect the application of policies and reported amounts of assets, liabilities, income and expenditure. The estimates and associated assumptions are based on historical experience and various other factors that are believed to be reasonable under the circumstances, the results of which form the basis of making the judgments about carrying values of assets and liabilities that are not readily apparent from other sources. Actual results may differ from these estimates.

The estimates and underlying assumptions are reviewed on an ongoing basis. Revisions to accounting estimates are recognised in the period in which the estimate is revised if the revision affects only that period, or in the period of the revision and future periods if the revision affects both current and future periods.

(a) Revenue recognition

Revenue arising from transactions and events is recognised in the financial statements when it is probable that the economic benefits will flow to the association and when the revenue can be measured reliably, on the following bases :

i) Service fees income is recognised upon the completion of the rendering of the relevant services.

ii) Grants are recognised when there is reasonable assurance that they will be received and that the association will comply with the conditions in relation thereto.

iii) Sponsorship income is recognised upon the receipt of such sponsorship.

iv) Interest income is recognised on a time proportion basis, based on the principal amounts outstanding and at the applicable interest rates.

2. **Basis of preparation and accounting policies** (continued)

(b) **Fixed assets**

Fixed assets are stated at cost less accumulated depreciation and impairment losses, if any.

Depreciation is provided to write off the costs of fixed assets over their estimated useful lives on a straight line basis at the rate of 20% per annum.

(c) **Taxation**

The association is a charitable body and is exempted from Hong Kong Taxation by virtue of Section 88 of the Inland Revenue Ordinance.

(d) **Related parties**

For the purpose of these financial statements, related party includes a person and entity as defined below :

(a) A person or a close member of that person's family is related to the association if that person:

(i) is a member of the key management personnel of the association or of a parent of the association;

(ii) has control over the association; or

(iii) has joint control or significant influence over the reporting entity or has significant voting power in it.

2. **Basis of preparation and accounting policies** (continued)

(d) **Related parties** (continued)

(b) An entity is related to the association if any of the following conditions applies :

(i) the entity and the association are members of the same group (which means that each parent, subsidiary and fellow subsidiary is related to the others).

(ii) either entity is an associate or joint venture of the other entity (or of a member of a group of which the other entity is a member).

(iii) both entities are joint ventures of a third entity.

(iv) either entity is a joint venture of a third entity and the other entity is an associate of the third entity.

(v) the entity is a post-employment benefit plan for the benefit of employees of either the association or an entity related to the association. If the association is itself such a plan, the sponsoring employers are also related to the plan.

(vi) the entity is controlled or jointly controlled by a person identified in (a).

(vii) a person identified in (a)(i) has significant voting power in the entity.

(viii) a person identified in (a)(ii) has significant influence over the entity or significant voting power in it.

(ix) a person or a close member of that person's family has both significant influence over the entity or significant voting power in it and joint control over the association.

(x) a member of the key management personnel of the entity or of a parent of the entity, or a close member of that member's family, has control or joint control over the association or has significant voting power in it.

Close members of the family of a person are those family members who may be expected to influence, or be influenced by, that person in their dealings with the entity.

3. Fixed assets

	Office equipment	Furniture and fixtures	Total
	HK$	HK$	HK$
Cost			
At 1.1.2022 and 31.12.2022	52,991	9,440	62,431
Accumulated depreciation			
At 1.1.2022	51,824	9,440	61,264
Charge for the year	507	-	507
At 31.12.2022	52,331	9,440	61,771
Net book value			
At 31.12.2022	660	-	660
At 31.12.2021	1,167	-	1,167

4. Due to directors

The amounts are of the nature of current accounts, unsecured, interest free and repayable on demand.

5. Directors' emoluments

	2022	2021
	HK$	HK$
Fees	-	-
Mandatory provident fund contributions	-	-
Others	-	-

6. Related party transactions

During the year, the association had the following related party transactions :

		2022	2021
		HK$	HK$
a)	Amounts due to directors	20,100	35,100
	Details of the amounts are shown in note 4.		
b)	Function and project expenses paid to related companies	251,240	-
c)	Compensation of key management personnel		
	Emoluments paid to directors	-	-

7. Accounting estimates and judgements

There is no critical accounting judgement in applying the association's accounting policies except those disclosed in the financial statements elsewhere.

香港精神健康促進會
Hong Kong Association for the Promotion of Mental Health

歡迎各界人士參與本會活動和義務工作，如蒙捐助，不勝感激！

有意請聯絡我們。

郵寄地址：九龍中央郵政信箱72992號
Box 72992, Central Post Office, Kowloon.
查詢電話 TEL：2832 9208　電郵：smile@smilecentre.com.hk
網址 WEBSITE：www.smilecentre.com.hk
本會地址：九龍彌敦道570-572號基利商業大廈7樓703室
Room 703, 7/F, Kelly Commercial Centre, 570-572 Nathan Road, Mong Kok, Kowloon

編印日期：2023年12月

2022-2023雙年報 BI-ANNUAL REPORT
二十週年剪輯

封面設計贊助：亞迪方案有限公司