



報告年份 Year of Report

2023-2024

精神健康基金會

MENTAL HEALTH FOUNDATION LIMITED

www.hkmhf.org

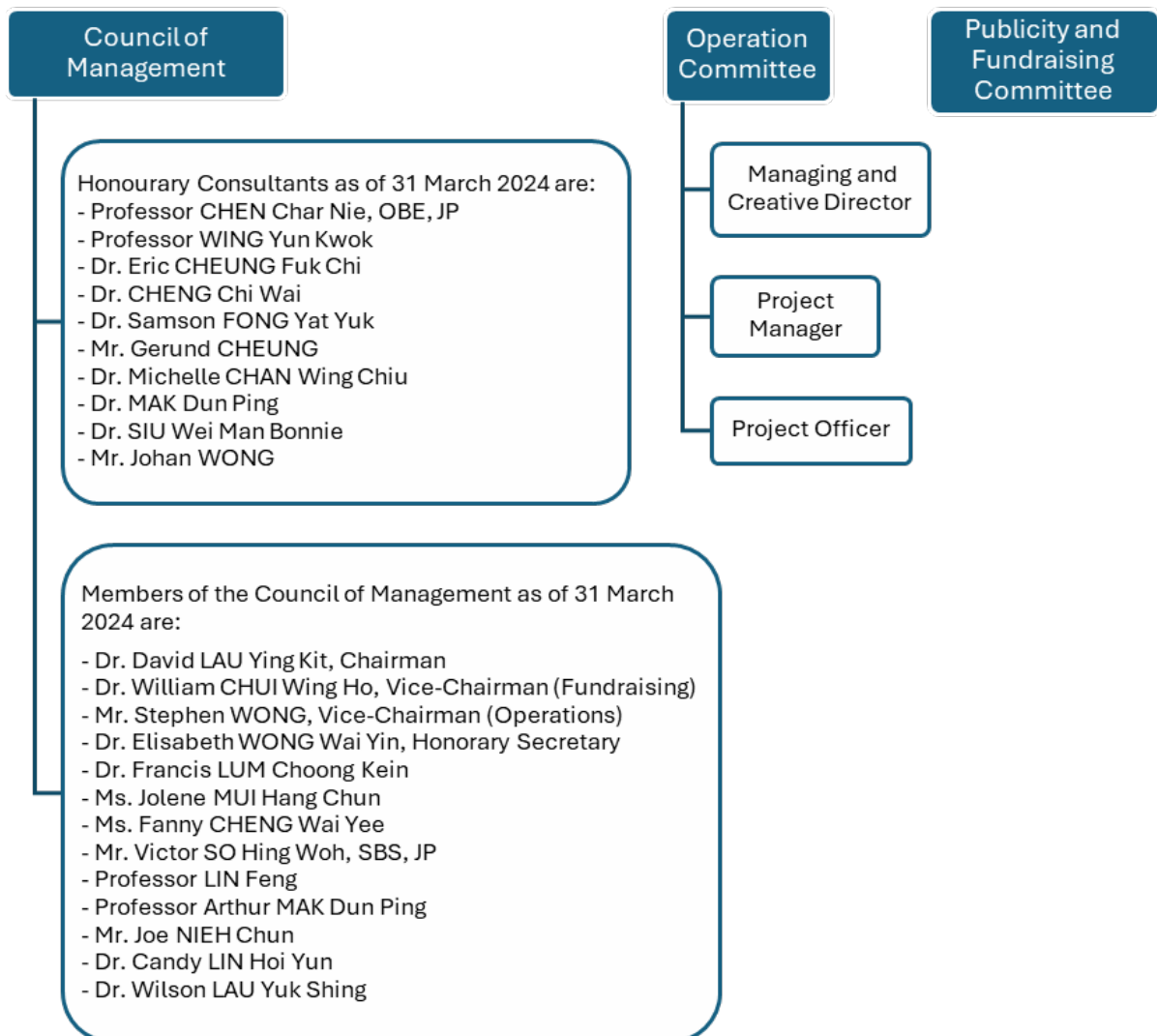


項目 Item	資料名稱 Field Name	內容 Contents	填寫資料提示 Explanatory Notes
1. 基本資料 Basic Information			
2.1	成立年份 Year of Establishment	2012	須根據正式註冊文件的紀錄 Should be based on records in official registration document(s)
2.2	註冊類別 Registration Type (註冊證書編號 Reference Number of the Certificate)	Registered under Companies Ordinance. Company Number: 1690838	請註明註冊登記的性質，例如「公司註冊」或「社團註冊」等 Please specify the nature of registration, e.g., Registered under Companies Ordinance or Societies Ordinance
2.3	是否獲豁免繳稅的慈善團體? Tax Exempted Charitable Institute?	Yes	依據香港稅務條例第 88 條，獲稅務局認可的慈善團體 Charitable institutes exempted from taxes under Section 88 of the Inland Revenue Ordinance
2.4	機構地址 Organization address	香港中環德輔道中 19 號環球大廈 626 室 Room 626, Worldwide House, 19 Des Voeux Road Central, Central, Hong Kong	
2.5	電話 Telephone No.	3705-2851	
2.5.1	傳真 Fax	3705-2852	
2.5.2	電郵 Email	info@hkmhf.org	
2.5.3	機構網址 Organization's Website	https://www.hkmhf.org	
2.6	服務中心/單位總數 No. of Service Centers/Units	/	如有；不包括總辦事處/總部 If any; excluding Head Office/Headquarter
2.7	員工總數 No. of Staff	Three full-time staff One part-time staff	如有；包括全職及兼職員工 If any; Full-time & Part-time to be included

3. 機構管治 Corporate Governance

3.1	<p>願景、使命、價值觀 Vision, Mission and Values</p>	<p><u>願景 Vision</u> 我們致力推動香港成為「精神健康城市」,消除社會對情緒及精神疾病的偏見。藉著我們的專業知識及善心人士捐贈的資源,我們會努力不懈,提升市民的精神健康。 Envisioning Hong Kong to be a mentally healthy and stigma-free city, we will invest our knowledge and resources to move the society forward in achieving mental wellness.</p> <p><u>使命 Mission</u> 凝聚社會資源; 匯集各方專業團隊; 促進優質精神健康服務。 To advance mental wellness for the people of Hong Kong as an impactful grantmaker and catalyst for change by advocating for a high quality mental health service in collaboration with different parties.</p> <p><u>價值觀 Values</u> 向大眾推廣精神健康及減少社會對精神病的歧視標籤化。 Promote mental wellness and fight mental health stigma.</p>																												
3.2	<p>董事局成員之姓名及其職銜 Name and Title of Members of Board of Directors</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>姓名 Name</th> <th>職銜 Title</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>劉英傑醫生</td> <td>主席</td> </tr> <tr> <td>崔永豪醫生</td> <td>副主席(籌款)</td> </tr> <tr> <td>黃敏信先生</td> <td>副主席(營運)</td> </tr> <tr> <td>樂錦壯先生</td> <td>榮譽司庫</td> </tr> <tr> <td>黃瑋妍醫生</td> <td>榮譽秘書</td> </tr> <tr> <td>林中鍵醫生</td> <td>理事會會員</td> </tr> <tr> <td>梅杏春女士</td> <td>理事會會員</td> </tr> <tr> <td>鄭慧儀女士</td> <td>理事會會員</td> </tr> <tr> <td>蘇慶和先生, SBS, JP</td> <td>理事會會員</td> </tr> <tr> <td>林峰教授</td> <td>理事會會員</td> </tr> <tr> <td>麥敦平教授</td> <td>理事會會員</td> </tr> <tr> <td>倪震先生</td> <td>理事會會員</td> </tr> </tbody> </table>	姓名 Name	職銜 Title	劉英傑醫生	主席	崔永豪醫生	副主席(籌款)	黃敏信先生	副主席(營運)	樂錦壯先生	榮譽司庫	黃瑋妍醫生	榮譽秘書	林中鍵醫生	理事會會員	梅杏春女士	理事會會員	鄭慧儀女士	理事會會員	蘇慶和先生, SBS, JP	理事會會員	林峰教授	理事會會員	麥敦平教授	理事會會員	倪震先生	理事會會員		<p>提供機構董事局成員資料有助讀者增進對機構背景及管治的瞭解 Provision of information of Members of Board of Directors/Executive Committee enhances readers' understanding of the background and governance of the organization</p>
姓名 Name	職銜 Title																													
劉英傑醫生	主席																													
崔永豪醫生	副主席(籌款)																													
黃敏信先生	副主席(營運)																													
樂錦壯先生	榮譽司庫																													
黃瑋妍醫生	榮譽秘書																													
林中鍵醫生	理事會會員																													
梅杏春女士	理事會會員																													
鄭慧儀女士	理事會會員																													
蘇慶和先生, SBS, JP	理事會會員																													
林峰教授	理事會會員																													
麥敦平教授	理事會會員																													
倪震先生	理事會會員																													

		連凱欣醫生	理事會會員
		劉育成醫生	理事會會員
		(如行數不敷，請自行加行) (Please add row if not enough space)	
3.3	機構主管姓名及職銜 Name and Title of Agency Head	黃敏信先生 Mr. Stephen Wong 副主席(營運) Vice-Chairman (Operations)	
3.4	機構組織架構說明 Description on Organizational Structure		建議採用圖示，如：組織架構圖 Graphic Presentation, such as an organization chart, is preferable



4. 年度主要會務及活動報告 Annual Report on Major Businesses & Activities

4.1	<p>主席及/或 機構主管工作報告 Report from Chairperson and/or Head of Organization</p>		<p>選填·建議提供 <i>Optional. Supply of information advisable</i></p> <p>在主席/機構主管的報提供年度內的主要會務簡介及服務回顧有助讀者明瞭機構在有關年度內的主要工作 Chairperson/Head' s Report on major business and service review of the year could help readers to know more about the works and missions of the organization</p>	
4.2 主要服務、計劃及活動簡報 Brief Description on Major Service, Events and Projects				
4.2.1 活動名稱 Name of the Events/Activities	4.2.2 活動目的 Objective	4.2.3 活動內容簡介 Content	4.2.4 主要對象 Major Targets	4.2.5 服務使用者 / 受惠人數 Number of Service Users/beneficiaries
<p>Mental Health Awards Ceremony 2023 「2023 年十大精神健康之星」嘉許典禮</p>	<p>為表揚不同界別熱心人士對推動精神健康的努力，藉此鼓勵大家關注同正視自己的精神健康，積極消除對精神問題的標籤和歧視</p>	<p>因應世界精神衛生日，基金會於 10 月 10 日在香港康得思酒店舉辦嘉許典禮，邀請到精神健康服務界的專業翹楚及社會知名人士親臨頒獎典禮，並頒發十大精神健康之星大獎。</p> <p>得獎名單：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 《知名人士 愛心大獎》姜麗文小姐 - 《醫護界人員 卓越醫護大獎》熊思方醫生 - 《社福界人員 社福界關愛大獎》麥穎思教授 - 《復元人士 結伴同行大獎》梁珮琪小姐、李清惠小姐 - 《商業/慈善機構 沿途有您大獎》周大福慈善基金 (由鄭家成先生代表) - 《照顧者 守護天使大獎》郭金玲女士、鄒聰慧女士、陳翠冰女士 - 《精神健康非凡成就獎》精神健康諮詢委員會 (由黃仁龍先生 GBM · SC · JP 代表) 	<p>公眾人士</p>	<p>總接觸人數超過 500 人</p>

<p>World Mental Health Day Expo 2023 「世界精神衛生日」精神健康博覽會 2023</p>	<p>透過博覽會展示現時各機構的創新社區精神健康支援計劃，讓機構同工及服務使用者認識不同服務，互相交流及分享。</p>	<p>本會邀請了十多間機構，介紹其創新精神健康服務計劃。 參與機構名單：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 社會工作人員協會精神健康社工分會 - 中文大學賽馬會樂眠無憂計劃 - 香港心理衛生會 - 新生精神康復會 - 浸信會愛羣社會服務處 - 基督教家庭服務中心 - 小童群益會平行心間 - Mind HK 香港心聆 - 利民會 - 善導會 - 心影蒼 	<p>公眾人士</p>	<p>超過 200 人</p>
<p>World Mental Health Day Symposium 2023 「世界精神衛生日」研討會 2023</p>	<p>研討會將聚焦於當前精神健康服務的挑戰，並提供一個寶貴的交流平台，以促進專業知識的交流 and 分享。</p>	<p>研討會邀請不同專業人士於研討會分享。 研討會內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>精神健康社工專科專業勝任能力架構</u> 講者：吳兆文教授「精神健康社工專科專業勝任能力架構」專責工作小組，李婉芬女士（香港社會工作人員協會） 2. <u>在社區中推廣健康睡眠文化</u> 講者：陳銀燕博士（香港中文大學精神醫學系） 3. <u>協助重性精神復元人士融入社區</u> 講者：余健新先生（香港心理衛生會），林銘偉先生（新生精神康復會） 	<p>公眾人士</p>	<p>超過 300 人</p>
<p>Appreciation in Action 「欣賞說出來」運動</p>	<p>活動旨在推廣讚賞文化，鼓勵大眾向身邊人表達欣賞和感謝。</p>	<p>活動收集本港市民對別人讚賞或欣賞的說話，製作成欣賞獎狀，並郵寄予受讚賞的人，讓他發現自己的付出被他人欣賞，同時增進彼此的關係。</p>	<p>公眾人士</p>	<p>250 人參與</p>
<p>“Night to Light” Program 星曉行</p>	<p>計劃設計旨在為有需要的青年人提供互動，包容和正面支持，改善青年人對精神健康的認知和態度，並增強他們的心理穩定性和自信心。</p>	<p>活動內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 團體大自然行山或郊遊活動 2. 復元人士和精神科專科醫生分享 3. 6 節由心理治療師帶領的個人成長小組 	<p>18 至 35 歲人士</p>	<p>超過 100 人</p>

E-learning Platform 精神健康資訊平台	基金會提供一個網上自學平台，目的內容旨在宣傳、教育、啟發和鼓勵人們對心理健康和福祉的認識和理解，並消除社會對情緒及精神疾病的偏見。	資訊平台透過文章、廣播、影片、信息圖表等多媒體向大眾提供不同精神健康資訊。當中包括邀請不同精神健康服務界的專業人士為大眾提供有關健康小貼士、放鬆技巧和個人故事的多媒體內容；同時亦邀請照顧者及復元人士分享他們的心路歷程。	公眾人士	內容及媒體推廣接觸超過 6 萬名市民
精神健康自學課程	基金會增設一個精神健康自學平台，透過不同網上課程加強大眾對精神健康及自我關懷的認識和理解，提升自我意識，建立更堅韌的心理素質。	課程設計以科學為基礎，結合實踐經驗，透過影片、練習、以及小測驗等教導大眾不同精神健康相關資訊和實用技巧。	公眾人士	超過 200 位學員
“Gatekeeper” School Education Programme 「守護者」學校教育計劃	此項目是針對青少年自殺日益增長的趨勢而量身定製的計劃。計劃旨在提高學生升中適應及抗逆力，以提升心理健康質素。	此計劃與學校合作，透過講座，由精神科專科醫生及臨床心理學家為學生講解升中常見適應問題，以及提升抗逆力和適應力的方法等精神健康教育資訊，並鼓勵大家在面對情緒壓力時勇敢求助。	中一學生	服務超過 550 位學生
“Whisper in Sunshine” 相由心生 - 靜心攝影小組	從靜心攝影學習重塑大腦正向思維的能力，破解大腦負面傾向，重新發現生活中微小而美好的事情。	活動以靜心攝影為主題，每個小組包括 6 節小組以及 2 節外出攝影活動，小組每節為 120 分鐘，外攝活動為 3 小時。	生活中感到壓力的女士 或 夫婦情侶	服務次數超過 20 節
Peer Counselling Workshop 朋輩輔導工作坊	工作坊旨在透過介紹精神健康相關知識，培養參加者成為有輔導能力的朋輩，在身邊親友面臨情緒困擾及精神健康挑戰時提供支持及幫助。	工作坊由精神科專科醫生及資深社工講解，分別介紹基本精神健康概念及常見情緒疾病，以及自我關顧及朋輩輔導技巧。	公眾人士	服務超過 60 人
身心健康工作坊 (網上講座)	網上工作坊旨在為大眾介紹精神健康相關知識，提升大眾對精神健康及自我關懷的關注和了解。	講座邀請不同專業人士，包括精神科專科醫生、臨床心理學家、營養師等，透過不同主題，包括：精神健康問題，飲食習慣與情緒管理等，向大眾推廣精神健康。	公眾人士	總接觸人數超過 1000 人

(可提供相關活動的照片作為輔助介紹 *Photos of respective activities may be supplied for illustration*)

4.2.6 服務/活動/計劃成效或影響 Outcome or Impact of Services/Events/Projects

請簡介機構的服務/活動/計劃(即 4.2 所描述之內容)對受惠者或對社會之裨益。(如有使用特定的成效評估工具或曾作出質性/量性研究，均可在此作出簡介)

Please describe the benefits of the organization's services/events/projects (i.e. Described in 4.2) to the beneficiaries or to the society. (If it is evaluated by a particular tool or assessed by qualitative/ quantitative study, please provide a brief introduction)

Mental Health Awards Ceremony 2024 「2024 年十大精神健康之星」嘉許典禮及

活動表揚了 10 位來自不同界別的熱心人士，活動中亦透過短片分享了得獎者的感受和個人經歷。嘉許典禮獲得多家媒體的報導，引起了公眾的廣泛關注。

「世界精神衛生日」研討會暨精神健康博覽會

- 89.3%滿意演講一：精神健康社工專科專業勝任能力架構的研討會。
- 96.4%滿意演講二：在社區中推廣健康睡眠文化的研討會。
- 88.1%滿意演講三：協助重性精神復元人士融入社區的研討會。
- 92.9%滿意這次精神健康博覽會。

Appreciation in Action 「欣賞說出來」運動

活動一共有 250 名市民參與，與此同時，基金會進行了問卷調查。約 200 位受訪者中：

- 86.3% 表示，當思考對方值得欣賞的地方時會感到快樂和幸福
- 94.4% 表示，更珍惜和對方的關係
- 90.9% 認同，從欣賞出發可讓他/她有更多能力發現生活中的美好

“Night to Light” Program 星曉行

計劃與香港自然基金會及語橋社合作，舉行不同行山、郊遊活動及個人成長小組，以下是參加者對活動的意見。

- 88.3%同意小組對管理情緒有幫助
- 84.6%對舒緩壓力有幫助
- 92.4%更認識自己的身心健康狀況
- 92.8%同意透過聆聽精神病復元人士的故事，能更了解患有精神病的人的心境，明白到接納及包容的態度能讓他們感到受關懷、體諒

“Gatekeeper” School Education Programme 「守護者」學校教育計劃

講座有助中一學生認識更多精神健康及適應困難，提升抗逆力。

- 91.4%同意講座加深了對精神健康的認識
- 91.4%同意講座讓我更有信心管理好自己的情緒和壓力
- 88.6%同意講座讓我了解自己的品格優點
- 87.7%同意講座讓我對中學的適應有更大的信心

“Whisper in Sunshine” 相由心生 - 靜心攝影小組

小組有助提升參與者對負面情緒的覺察和接納，亦加強情緒管理、社交技巧及解難能力。

- 90% 我留意到我的感受如何影響身體的感受
- 95% 我察覺到自己的想法會影響自己的行為
- 100% 當遇到問題時，我有能力從不同角度思考
- 90% 當我面對困難處境，我可以專注在它的潛在機會

Peer Counselling Workshop 朋輩輔導工作坊

- 62.5% 非常同意 · 37.5%同意工作坊加深了解身心健康和壓力問題。
- 50% 非常同意 · 37.5%同意工作坊增進了對朋輩輔導技巧的認識
- 25%非常同意 · 75%同意更有信心去照顧自己或身邊人的身心需要

身心健康工作坊 (網上講座)

- 透過不同主題的工作坊，令大眾對於相關內容有更多認識，同時提升大眾對於精神健康及自我關懷的關注。

4. 未來計劃及發展 Future Plans and Development

簡述機構未來計劃及發展可展示機構的可持續性及創新思維。

Future plans and development could reflect the sustainability and innovation of the organization.

提升心理健康意識：

- 透過網上平台及社交媒體，以及世界精神衛生日活動等，加強對心理健康的宣傳與教育，以提高大眾對心理健康的認識。

康復者分享經驗：

- 為康復者及照顧者提供平台，以不同方式向大眾分享他們的故事，促進社群支持與理解。

擴展心理治療服務：

- 持續擴展心理治療支持服務，滿足不同年齡和心理健康需求的群體。

發展自然中的心理健康活動：

- 以星曉行 “Night to Light” program 為基礎，計劃更多與自然結合的心理健康活動，促進人們在自然環境中提升心理健康與幸福感。

促進親子關係與兩代相處：

- 舉辦針對親子關係和代間相處的活動及工作坊，促進家庭之間的溝通與理解。

5. 財務狀況(參考機構提供最近年度的經核實之周年帳目或財務報告。)

Financial Situation (Refer to the latest available audited Annual Accounts or Financial Statements)

有關財務資料提供的說明：

為讓公眾進一步瞭解本機構的會務及服務營運情況，本機構謹提供以下資料，以增進讀者對本機構財務狀況的認識。

Note on provision of financial information

To enable readers to better understand the service and operation of this Organization, the below information is provided for easy access to disclosed financial information of this Organization.

6.1 機構最新經核實之周年財務報表覆蓋年度：

Period covered by the latest available audited Annual Financial Statements

_2023_年(year) _4_月(month) 至 to _2024_年(year) _3_月(month)

6.2 機構的年度收入為 The Annual Income of the organization is \$HKD__2,667,476.00__

機構的年度支出為 The Annual Expenditure of the organization is \$HKD__1,879,660.00__

6.3 機構最新的周年財務報表，包括核數師報告及董事報告已向公司註冊處提交。

The latest annual financial statements including the report of the auditors and the report of the directors have been submitted to Companies Registry.

是 yes 否 No 不適用 Not applicable



6.4 機構最新經核實之周年財務報表是否有向公眾披露？

Are the latest available audited Financial Statements publicly disclosed?

是 yes 否 No

6.5 如是，可透過以下方法閱覽： If yes, the latest audited Financial Statements could be accessible via:

網頁 Website: https://hkmhf.org/wp-content/uploads/2025/08/2024-MHF_Audited-Financial-Statement.pdf

機構主管姓名 Name of Head of Organization	WONG Stephen	
機構名稱 Name of Organization	Mental Health Foundation	
職位 Position	Vice Chairman (Operations)	 機構印章 Organization Chop
簽署 Signature		
日期 Date	22 July 2025	

(完 End)