



2017精神健康月

「智Fit精神健康計劃2017 -

SMART · 心情新體驗」



「創意無限FUN」
產品設計比賽



「有心有營」
餐單設計比賽



「家庭遊戲大改造」
創作比賽



要體驗Smart心情，由生活開始！

歡迎各界人士參加以下的比賽：



	「有心有營」餐單設計比賽	「創意無限 FUN」產品設計比賽	「家庭遊戲大改造」創作比賽
對象	香港居民	中學/大專生(全日制)	幼稚園或小學學生及其家長
內容	「烹調」是不少人的減壓良方。除了享受烹煮的過程外，更愉快的是能與人分享成果並得到讚賞。透過運用不同的健康食材，自創符合「三低一高」，即低油、低鹽、低糖、高纖的有「營」餐單，向大眾分享健康餐單，達至身心健康。	從以下五大範疇，設計提升身心健康的產品：「家居生活」、「智能生活」、「悠閒生活」、「時尚生活」、「健康生活」	以親子形式進行，可選用任何材料製作簡單親子遊戲，以促進家庭精神健康、增進兩代互愛關係。
獎品	\$100 - \$1,000超市禮券、百貨公司禮券或書券		
截止日期	2017年10月9日(星期一)下午5時正		
參加方法	參賽者可於大會「精神健康月」指定網頁(www.facebook.com/mentalhealthmonth.hk)下載報名表及瀏覽比賽詳情。		
查詢	2332 5332 (香港善導會馮穎芬姑娘) 3521 1611 (基督教家庭服務中心黃慧妍姑娘)	3579 8045 (香港明愛陳文鏢先生) 3579 8044 (香港明愛戴希雅姑娘)	2478 6983 (利民會陳雪慧姑娘) 2518 3700 (扶康會胡偉雄先生)

「精神健康月」是一項全港性的精神健康公眾教育活動，旨在透過不同形式的公眾教育及推廣活動，向市民宣傳精神健康的重要性，並提高市民對精神病患者和康復者的認識及接納。

贊助：勞工及福利局

主辦機構：勞工及福利局、浸信會愛羣社會服務處、香港明愛、基督教家庭服務中心、扶康會、香港心理衛生會、新生精神康復會、利民會、香港神託會、香港聖公會福利協會有限公司、香港善導會、東華三院、教育局、醫院管理局、職業安全健康局、衛生署、民政事務總署、社會福利署、勞工處、政府新聞處、平等機會委員會、香港精神科醫學院、香港電台、心晴行動慈善基金