

談憂說愛攝影比賽頒獎典禮暨同樂日



再次恭喜各位得獎者和感謝各出席的嘉賓！

為配合二零一七年世界衛生日的主題「一起來聊抑鬱症」，本年度的精神健康月舉辦了談憂說愛攝影比賽，透過照片，表達以正面態度面對逆境時刻，鼓勵大家正視情緒問題，勇於向身邊人分享與表達感受，將愛與關懷融入社區。頒獎典禮暨同樂日於二零一八年一月二十日於鰂魚涌社區會堂順利舉行。當日活動由東區尤德夫人那打素醫院精神科、社區及病人資源部、職業治療部（精神科）、社會福利署醫務社會服務部（精神科）、浸信會愛羣社會服務處及利民會合辦。活動有幸邀得東區醫院精神科部門主管鄧麗華醫生致開幕辭。接著，麥永接醫生及社會福利署東區及灣仔區助理福利專員林綺梅女士分別分享了對攝影和是次活動的感受。頒獎典禮共頒發了十八個獎項，包括公開組、中學生組和家庭組的冠、亞、季軍及三個優異獎。不同組別的得獎者皆有上台分享他們的創作靈感和作品概念，讓觀眾一同感受他們的得獎喜悅。

不同的合辦機構和地區團體皆在場內舉辦了各個以精神健康為題的攤位。透過互動遊戲，參加者可以了解精神健康相關的資訊，寓遊戲於學習。活動有一個猜燈謎環節，通過回答與精神健康相關的有趣問題，參加者便可參與抽獎，感受與眾同樂的氣氛。其後，大會邀請到愛笑瑜珈導師顧華麗女士向在場的參加者教授愛笑瑜珈，讓在場觀眾練習大笑和感受快樂。活動在一片愉快輕鬆的氣氛下圓滿完成。



港島東區社會服務單位聚首一堂，參與精神健康推廣攤位！



齊來聽聽得獎者分享他的創作靈感和得獎感受！



嘉賓和台下觀眾一同參與愛笑瑜珈，呵！呵！哈哈！



同樂日攤位人山人海，熱鬧非常！





「天有不測風雲，人有旦夕禍福」活著就是精彩。人的一生有順境，當然也有逆境，用積極的態度去面對逆境「逆境自強、遇強越強」。

姓 名：**井川雪奈**
作品名稱：**逆境自強**
參賽組別：**中學生組 冠軍**



這照片是在童軍步操比賽中和隊友一同攝下的。
猶記當日漫天風雨，點點滴滴打在身上，
隊友似乎都顯得不能招架。

在風雨下，舉步維艱。
在風雨下，淋漓透徹。
在風雨下，踉踉蹌蹌。

逆境下選擇迎刃而上，破除逆關，
只因記得隊友疊起手許下的承諾。

姓 名：洪銘財
作品名稱：攜·破
參賽組別：中學生組 亞軍

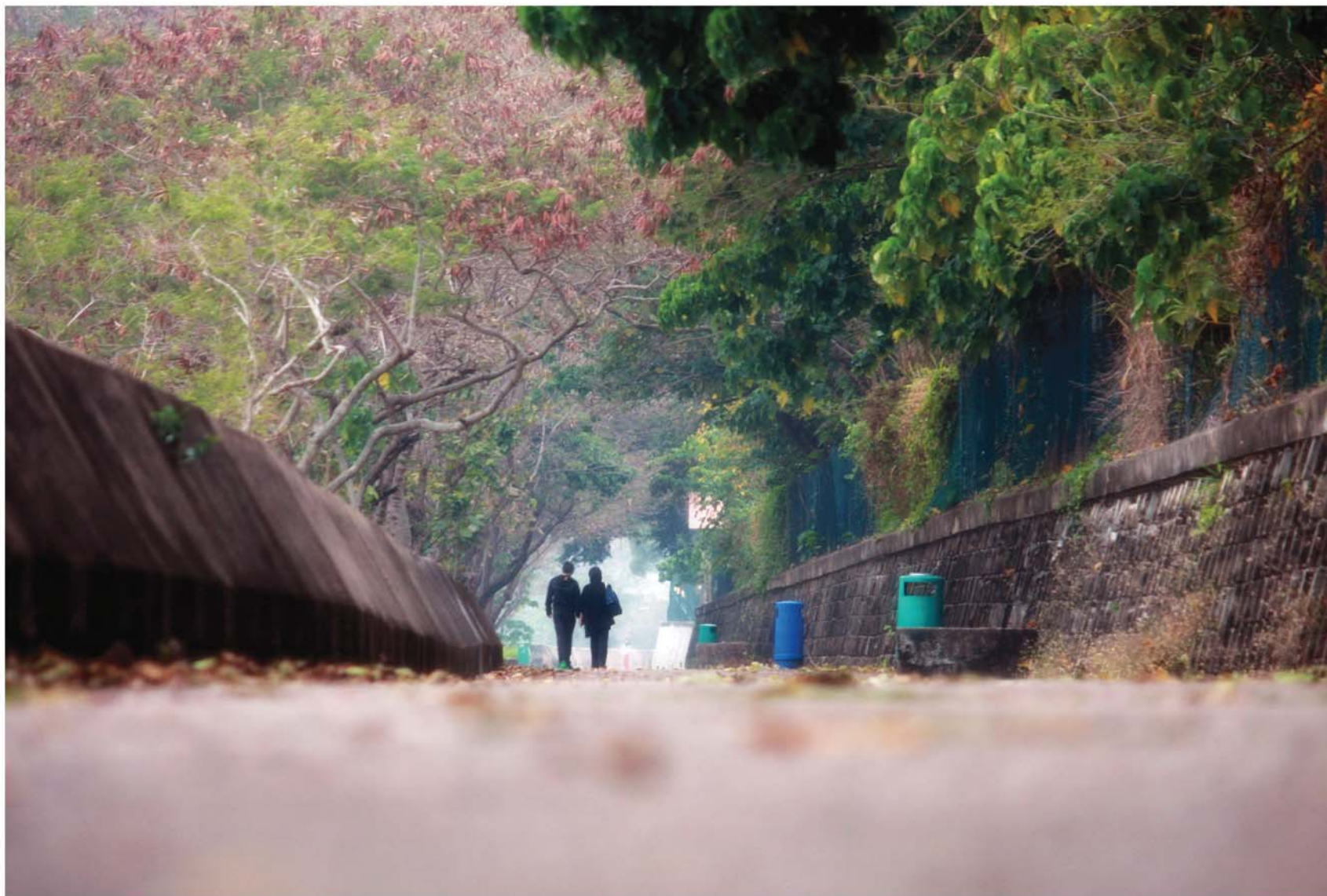


"逆境" 就是人生的考驗，只要對自己有信心甚麼困難都可以跨過！
經過逆境洗禮的人更會懂得珍惜擁有的一切。

姓 名：井川龍一

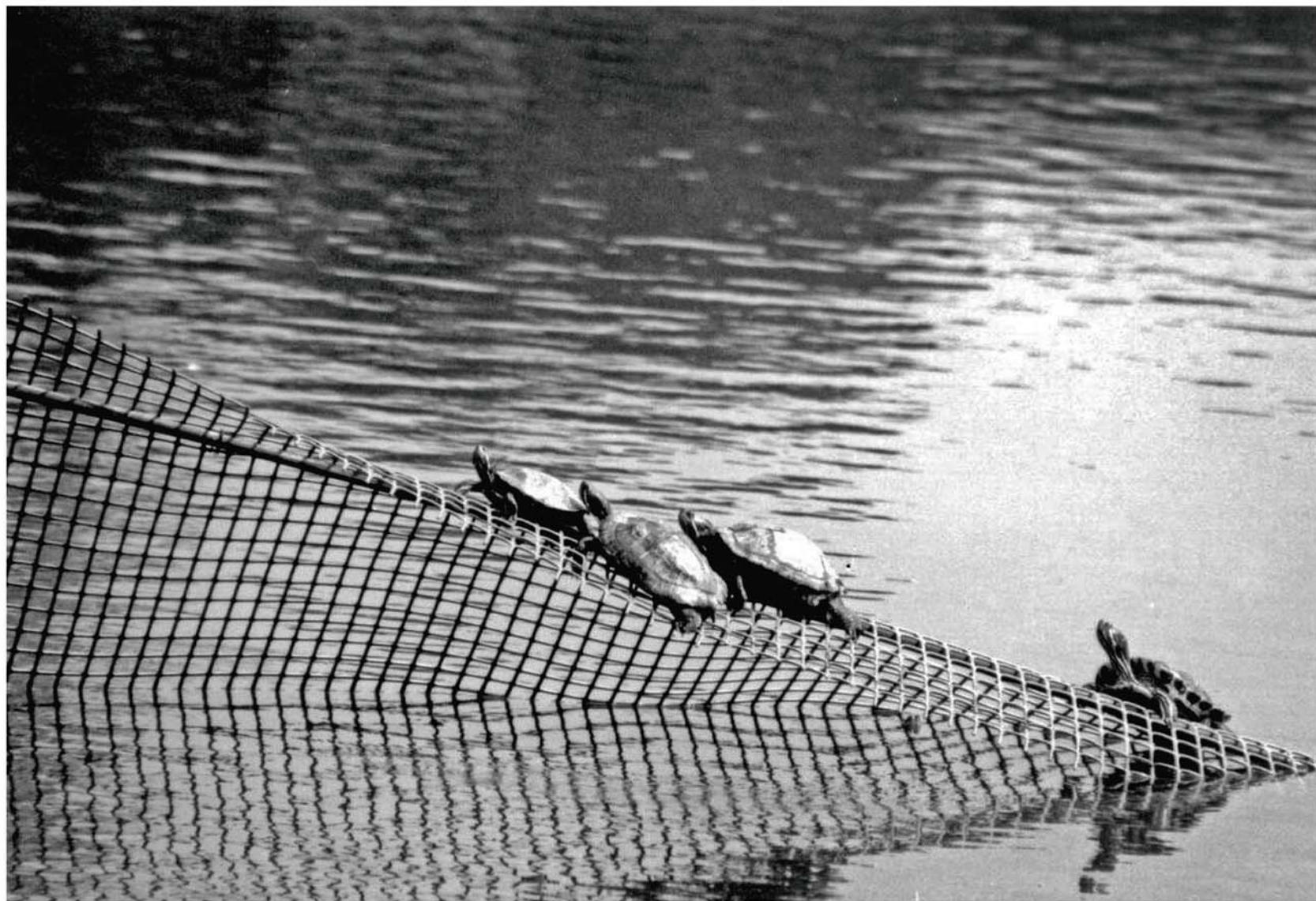
作品名稱：跨過難關

參賽組別：中學生組 季軍



要放鬆心情有適當的減壓方法，多與家人或身邊的人溝通。
愛你的人，一定會支持和陪你行出一條健康光明之路。

姓 名：**關貴榮**
作品名稱：**伴你同行**
參賽組別：**公開組 冠軍**



面對困境的時刻，要勇於面對，決心與身邊朋友齊以正面態度來抗逆。

姓 名：楊嘉龍

作品名稱：齊來抗逆境

參賽組別：公開組 亞軍



崇山峻嶺令人讚歎，大川江河美不勝收；夕陽雲彩變化萬千，月影星河觸不可及。
笑臉迎人強裝開懷，勉力發奮掩飾焦慮；封閉心靈疲憊不堪，日復一日了無盡期。
灰蝶黃菊平凡無奇，真摯笑容因它而起，忘卻憂愁片刻足爾，靈丹妙藥近在咫尺。

姓 名：C.HO

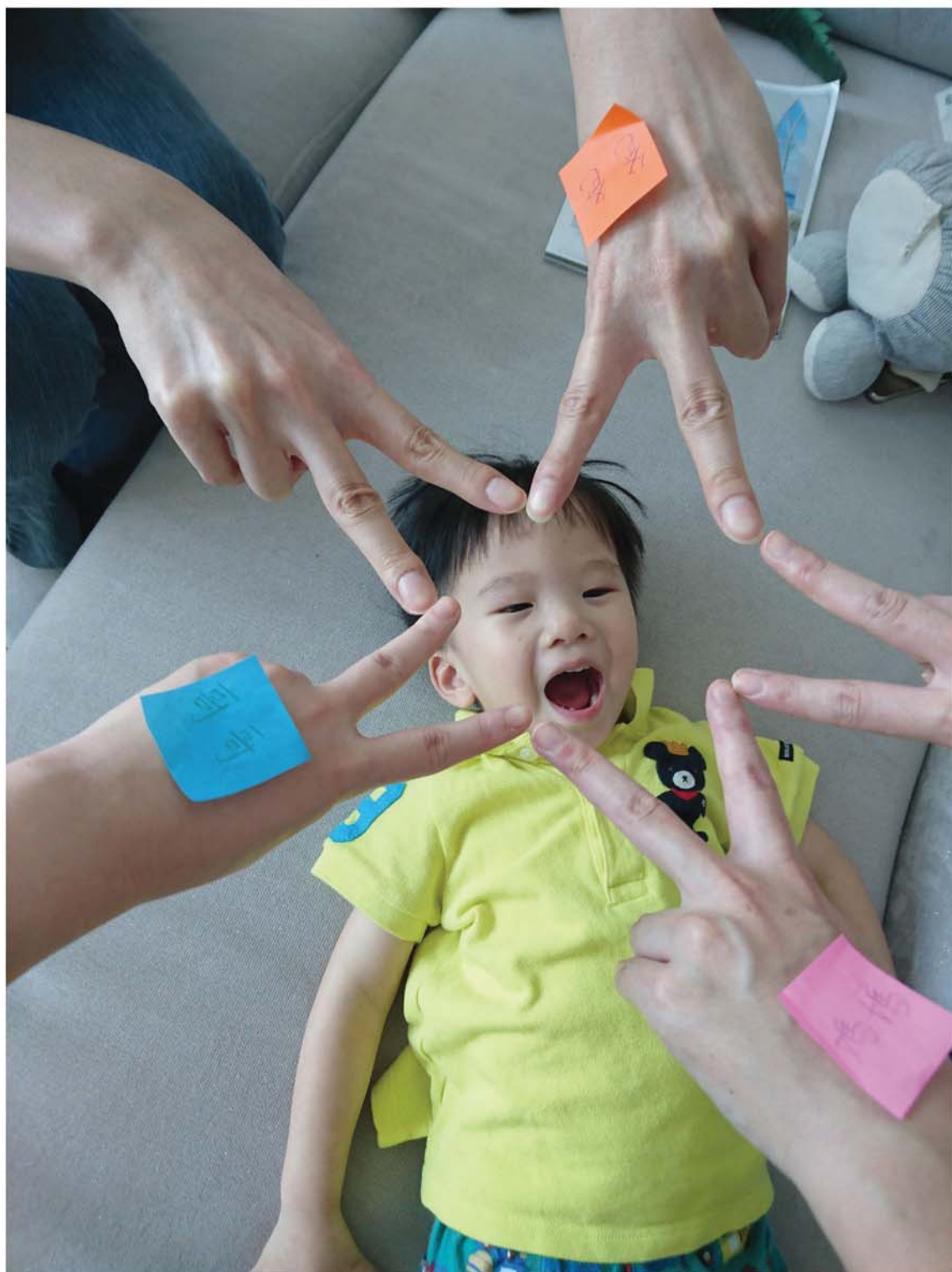
作品名稱：近在咫尺

參賽組別：公開組 季軍



台灣小村落的人說這是村內的一片爛地，在我們遊客的眼中卻是一片不可多得的好風景，媲美不少「天空之鏡」。無論順境逆境，千萬別忘記細心體會生命中的小事，或許會是能激勵自己的美好風景啊！

姓 名：**潘紅、潘志強**
作品名稱：**不一樣的天空之鏡**
參賽組別：**家庭組 冠軍**



愛，是讓抑鬱患者情緒的天秤不再失衡的真正砝碼。家人的愛與關懷就是這病的「四診」療方。

- 望：觀察身邊人的精神形態
- 聞：多聆聽身邊人傾訴，以心感受他的心理狀況
- 問：多關心分享身邊人的所見所聞
- 切：簡單一個搭肩或擁抱，為對方心靈帶來觸動

姓 名：唐健麟、徐苡樺、韓瑞儀

作品名稱：愛●回家

參賽組別：家庭組 亞軍



我家的女兒不但臉上常掛着笑容，而且還很懂事。她叫我幫她影這張照片，她說要分享她的愛給其他人及用心帶給人快樂。因此，每當親友情緒出現問題，我都即時向他們發送這張照片，讓他們感受到「開心小天使」的愛，並給予他們正能量。

姓 名：**黃靖喬**

作品名稱：**開心小天使**

參賽組別：**家庭組 季軍**