

# SELF:ME

新聞資料

即時發佈

## SELF:ME 企劃正式啟動

用即影即有的真實 重新擁抱「真實的你 足夠的美」

限量推出 SELF:ME 慈善特別版套裝 收益全數撥捐社福機構 攜手推廣青少年精神健康



SELF:ME 企劃正式啟動

【香港 · 2026 年 4 月 24 日】

在社交媒體已深度融入今天的今天，不少年輕人透過影像分享生活、建立連結，也在不知不覺間，承受來自濾鏡文化與網絡審美標準的壓力。當修圖與理想形象逐漸變成日常，原本自然的自己容易被放大成不足；容貌焦慮與自我懷疑的累積，便可能影響青少年的情緒及精神健康。面對這份需要被理解的情緒，SELF:ME 企劃想做的不只是倡議，而是提供一個更溫柔、更能被擁抱的重新開始：把擁抱真實的理念帶進生活。

由香港情緒健康學會（The Hong Kong Mental Wellness Association）主辦、FUJIFILM instax 冠名贊助的「SELF:ME」企劃正式啟動。企劃以「真實的你 足夠的美」為核心主旨，期望透過面向公眾、尤其年輕世代的活動與互動，重新引導社會思考美的定義：不是追逐單一標準，而是接納個人獨特；不是把自己修飾到看似完美，而是學會欣賞未經修飾的自然模樣。企劃亦希望透過正面的訊息與更貼近生活的互動方式，鼓勵年輕人以更自在、更有力量態度面對自我認同，同時提升社會對青少年自我形象及心理健康的關注，建立更正向、更包容的成長環境。

# SELF:ME

instax  
FUJIFILM

在攝影形式上，SELF:ME 將 FUJIFILM instax 即影即有的核心概念帶入溫暖的陪伴之中，強調「即時呈現、真實保留、無法修改」。因為不能被改寫的真實，才更能成為一份可靠的見證：記錄當下的陽光與真實表情，也提醒自己今天的樣子同樣值得被看見。透過影像記錄與分享，SELF:ME 企劃希望引導年輕人重新看見自己、建立正向價值觀，並在交流與支持中，慢慢把自我的肯定找回來。

為進一步把關懷轉化為實際行動，FUJIFILM instax 同步推出「**SELF:ME Kit (慈善特別版)**」套裝——(限量發售 500 套、售價為 HK\$980)。慈善特別版內含 instax mini 12 即影即有相機、SELF:ME 鏡子連 minifilm 鎖匙扣、SELF:ME 特製濾鏡片及萬用筆，讓大眾一入手就能立即展開屬於自己的即影即有旅程。

同時，每一份購買都承載著暖意與窩心回饋。SELF:ME Kit 的收益於扣除成本後，將全數撥捐至香港情緒健康學會及協助推廣 SELF:ME 活動的社福機構，讓資源更有效投入青少年支援與正向訊息傳遞。



是次企劃獲香港情緒健康學會 (The Hong Kong Mental Wellness Association) 及另外七間本地社福機構鼎力支持，共同關注青少年的身心健康發展，並積極促進家庭、學校與社區之間的連結，攜手推動更全面、延續性的青年支援。FUJIFILM instax 誠摯邀請各界共同參與，亦懇請新聞媒體鼎力支持報道與轉發，讓更多人看見「真實的你 足夠的美」——在被看見的同時，也把支持傳遞出去。

參與支持機構包括（排名不分先後）：

- 浸信會愛羣社會服務處 Baptist Oi Kwan Social Service
- 明愛青少年及社區服務 Caritas Hong Kong
- 利民會 Richmond Fellowship of Hong Kong
- 聖雅各福群會 St. James' Settlement
- 香港小童群益會 The Boys' and Girls' Clubs Association of Hong Kong
- 香港青年協會 The Hong Kong Federation of Youth Groups
- 香港心理衛生會 The Mental Health Association of Hong Kong

未來，SELF:ME 企劃將陸續推出更多線上及線下活動，邀請公眾一同參與這場關於真實、自信與自我探索的旅程。真正動人的，從來不是被精心修飾過的樣子，而是每一個人忠於自己的真實模樣。

立即行動吧！支持 SELF:ME，一起擁抱真實之美：<https://selfme.hk/>