



《關顧自己齊集氣 —— 圖像、鼓勵說話創作比賽》

題目：當你唔開心、情緒低落嘅時候，有咩圖像、說話會成為你的鼓勵，令你心情好轉呢？

方法：將圖像、說話，以攝影、繪畫、文字等方式製成作品。

比賽目的：鼓勵多關顧自己及身邊人，透過作品互相打氣，為生命注入正能量。

獎項：冠軍 \$1000 書券/超市禮券及證書

亞軍 \$800 書券/超市禮券及證書

季軍 \$500 書券/超市禮券及證書

得獎作品將有機會被印刷成心意卡公開派發。

評審方式：所有作品經評審團進行評審，選出 10 個入圍作品，然後於網上公開投票，獲最高票數的首三名為冠、亞、季軍。

評審標準：主題表達 40%；整體構圖 30%；創意 30%

作品要求：

- 作品大小為 A5 (148mm x 210mm)，橫直度均可，可手繪或以電子繪畫方式完成作品。提交作品只限 jpg 或 pdf 格式，解像度不得低於 300dpi；檔案不得大於 5MB。
- 可使用任何繪畫工具、材料完成創作，亦可另紙以不多於 100 字介紹作品。
- 作品必須為參加者原創設計，不接受人工智能生成之作品。
- 作品底部必須標示參賽者的中文姓名。

比賽日程：即日起至 2025 年 7 月 31 日提交作品，2025 年 8 月 11 至 31 日於網上公開投票。

賽果將於 2025 年 9 月 10 日於「生命熱線」網頁公佈，將另函通知安排領獎。

遞交作品方法：1) 郵寄至「生命熱線」九龍協調道郵政信箱 83350 號 或

2) 電郵至 admin@sps.org.hk

查詢：2382 2007



《關顧自己齊集氣 —— 圖像、鼓勵說話創作比賽》

比賽細則

- 1) 所有參賽作品內容須回應是次比賽的題目，參賽者須保證其參賽作品屬原創。
- 2) 參賽者只可提交一份參賽作品。
- 3) 為確保是次比賽評選的公正性，參賽作品及版面上不得出現作者姓名（包括英文或拼音縮寫）或與作者身份有關的任何標誌、圖形等個人資料。
- 4) 比賽結果以評審團及主辦單位的決定為依據，參賽者不得異議，比賽亦不設上訴機制。
- 5) 所有主辦單位之工作人員、評審團成員及其直系親屬均不得參加此項比賽。

版權

- 1) 參賽者須遵守相關版權法。如發現參賽者侵犯版權或其他相關罪行，當中包括但不限於遞交借用、轉載、複製及假冒的參賽作品等，其參賽資格將被取消。參賽者應當自行承擔法律責任，任何法律糾紛一概與主辦單位無關。
- 2) 參賽者必須同意主辦單位保留權利，可複製、使用、修飾、展示、刊登及發放所提交的作品，或於任何媒體發放，作宣傳或教育之用，不另致酬及另行通知。
- 3) 參賽者在完成報名後，即代表參賽者同意上述所有條款及規則，並無保留下解除任何主辦單位因刊登其作品的任何法律責任及同意賠償所違章而引起主辦單位的損失。

個人資料收集聲明

個人資料是由參賽者自願提供，有關資料只會用作參與《關顧自己齊集氣——圖像、鼓勵說話創作比賽》有關活動之用。資料只會提供處理參賽申請的人員參閱，作為審批、聯絡及相關的用途。參賽者如需要查詢或修改所提供的個人資料，請以電郵方式 (admin@sps.org.hk) 向「生命熱線」職員查詢。參賽者如未能提供足夠、正確和清楚的資料，本會可能未能處理有關申請。

===== 《參賽表格》 =====

參賽者姓名：_____ (中文) _____ (英文)

電郵地址：_____ 聯絡電話：_____

本人已閱讀及同意上述比賽細則、版權及個人資料收集聲明。

參賽者 / 家長 / 監護人簽名：_____ 日期：_____

註：18 歲以下參賽者必須由家長/監護人同意參賽。