

115 年高雄市政府衛生局

逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽 活動簡章

導言

對很多精神疾病患者來說，症狀出現後的生活，就像墜入了一個看不到盡頭的深淵，不知道應該如何逃離，才能重新看到希望，總是期待能夠有人來拉自己一把。幸好，不用等到英雄來拯救，每個人都擁有向上攀登的潛力，這份力量也許來自親友們的陪伴，或練習整理情緒的技巧，抑或是將壓力轉換成動力的堅定，帶領我們在逆境中看到自己未來的可能性，並為此規劃、努力著。

本次活動希望以圖文創作形式，並結合今年度心健月主題：心理韌性，邀請康復者構思一幅畫作，用生病以來支持自己的力量或信念為素材，探索在人生低潮期間，能夠讓自己不再沉浸於低落的情緒當中，重新站立起來的支柱。

請透過繪畫並輔以文字說明，分享改變你的超能力吧！

活動目的：分享曾在面臨困境時，讓自己重新出發的力量，正視已經發生的困頓，重新詮釋精神疾病或重大創傷帶來的影響，與如何調適負面情緒，進而重新拿回生活的主控權，也讓復元的旅程更加堅定。

主辦單位：高雄市政府衛生局

徵稿期間：即日起至 7 月 10 日(五)止(郵寄以郵戳日期為認定標準)

參賽資格：本市社區精神康復者、精神復健機構、康復之家學員

活動內容：

一、活動主題：

邀請參與成員用生病以來支持自己的力量或信念發想，探索在人生低潮期間，能夠讓自己不再沉浸於低落的情緒當中，重新站立起來的「超能力」。表現方式可以是他人的鼓勵與陪伴，或是對未來的期許，也可以是轉念的思維等，用畫作和文字的形式分享動人的生命故事。

二、參賽規格：

每一參賽者需提供一份作品，包含畫作及文字說明，每人限一件作品，須自行創作。畫作可為手繪或電腦繪圖，需附上 100-300

字的文字說明本次創作理念（附件 4），畫作規格如下：

（一）手繪紙張尺寸為 4 開（4K）圖畫紙（約 54.5cm x39.3cm）

（二）電腦繪圖規格為：jpg、jpeg 或 png 格式，解析度不可低於 300 dpi，不可使用 AI 繪圖。

三、繳交資料：

（一）徵稿比賽報名表（附件 1）

（二）參賽作品：含畫作及文字說明（附件 2），**手繪請以紙本繳交、電腦繪圖則繳交電子檔**

（三）徵稿比賽聲明書（附件 3）

（四）參賽作品授權書（附件 4）

（五）活動滿意度調查表及汙名感受量表（附件 5）

（六）肖像使用授權書（附件 6）

（七）相關證明文件，如身心障礙證明、重大傷病卡正反面影本、相關就醫、診斷證明、復健機構學/會員名冊（僅供本局驗證參賽資格使用，擇一提供即可）

（八）創作紀錄影音（單位繳交即可，僅供截稿後成果花絮使用）

四、報名方式：

（一）報名時間：即日起，至 7 月 10 日（五）截止

（二）報名方式：

1. 親送：將作品及繳交文件一併送至高雄市鳳山區鳳頂路 225 號 2 樓（高雄市政府衛生局鳳山區社區心衛中心）。

2. 郵寄：將作品及繳交文件，以掛號方式寄送至高雄市鳳山區鳳頂路 225 號 2 樓，並請註明「社區心衛中心王小姐收」；另電腦繪圖作品可將圖片及文件檔一併燒錄成光碟，並於碟片封面註明「圖文徵稿活動-參賽者姓名」掛號寄出。

3. 電子郵件寄送：將電子繪圖及繳交資料檔案一併寄送至 qing2233@kcg.gov.tw，並於信件主旨備註「圖文徵稿活動-參賽者姓名」。

五、評選標準及評選方式

（一）評選標準

1. 繪畫技巧、設計及創意(40%)
2. 主題關連性(30%)
3. 圖片作品與文字的一致性(30%)

總分相同將依上述評分標準，依次選取單項高分排名。

- (二)評選方式：本局將邀請藝術類及精神科專業背景人員擔任評選委員，並召開會議進行評選。

六、獎勵方式

- (一)徵選作品依專業委員評選之成績，獎勵方式如下：

- 第1名：擇1名，核發禮券1,500元與獎狀乙紙；
- 第2名：擇1名，核發禮券1,200元與獎狀乙紙；
- 第3名：擇1名，核發禮券1,000元與獎狀乙紙；
- 優選：擇3名，核發禮券800元與獎狀乙紙；
- 佳作：擇10名，核發禮券500元與獎狀乙紙。

- (二)得獎者將公告於本局網站。另將採用得獎者之作品作為本局宣導品之圖案印製，並於辦理宣導活動時（如大型設攤宣導、網絡局處宣導等）進行發放，透過此方式加以宣導精神康復者的正面復元成果。

七、注意事項

- (一)請確實遵守本辦法之相關規定及繳件方式要求，方符合徵選資格得以評選；如資料不實或不符，視同放棄本活動相關權利。
- (二)凡徵選得獎作品，著作財產權歸主辦單位所有，創作者（著作人）須同意於得獎公布後，不行使著作人格權；主辦單位享有一切刪改、公開展示、重製、改作、編輯、印製、出租、散布、發行、以及推廣宣導等用途之權利，並可授權製作相關周邊商品以及安排各類型媒體宣傳發表、商品販售、成冊出版、自行再版及再授權他人等權利，均不另行通知及致酬。
- (三)參賽之作品必須為自行創作且未公開發表之版本，並無侵害他人著作權、專利權、智慧財產權、肖像權或涉及暴力、色情、毀謗等違反善良風俗等情事；若經查證違反屬實，參賽者須自負法律責任，概與主辦單位無關，主辦單位可取消其

- 比賽或得獎資格，並追回獎金(或禮券)、獎狀及相關所得。
- (四)凡參加本活動者，不得以非正當手段影響比賽進行與結果，如違反屬實，主辦單位可取消其比賽或得獎資格，並追回獎金(或禮券)、獎狀及相關所得。
- (五)所有參賽作品均不予退還，請自行備份並保留原始檔。
- (六)所有參賽者之參賽作品、創作理念等，均無償授權主辦單位擇優於相關活動發表使用。
- (七)如因作品未妥善包裝、郵寄時間延誤、郵資不足、遺失、失竊或其他非主辦單位之原因造成參賽作品遺失或損壞，主辦單位不負任何責任。
- (八)主辦單位對徵選活動所有文件、內容保有最終解釋權，若有未盡事宜，主辦單位得隨時修正，並公布於活動網站上，不另行通知。
- (九)有關本活動相關疑義，可於週一至週五上午 8:30~下午 17:00 洽詢本局鳳山區社區心理衛生中心王小姐，連絡電話：7928608#2035。

<h2 style="margin: 0;">高雄市政府衛生局</h2> <h3 style="margin: 0;">逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽</h3> <h3 style="margin: 0;">報名表</h3>			
編號：_____（主辦單位填寫）			
參賽者姓名		性 別	
連絡電話 或手機		出生年月日	
所屬單位 (無則免填)			
作品主題			
E-mail			
通訊地址	□□□		
繳件方式	<input type="checkbox"/> 親送(<input type="checkbox"/> 紙本作品； <input type="checkbox"/> 資料； <input type="checkbox"/> 光碟) <input type="checkbox"/> 郵寄(<input type="checkbox"/> 紙本作品； <input type="checkbox"/> 資料； <input type="checkbox"/> 光碟) <input type="checkbox"/> 電子郵件(請寄至： qing2233@kcg.gov.tw)		
文件檢核	<input type="checkbox"/> 徵選活動報名表(附件 1) <input type="checkbox"/> 參賽作品【作品+創作說明(附件 2)】 <input type="checkbox"/> 徵選活動聲明書(附件 3) <input type="checkbox"/> 參選作品授權同意書(附件 4) <input type="checkbox"/> 滿意度調查問卷+汙名感受量表(附件 5-1、5-2) <input type="checkbox"/> 肖像使用授權書(附件 6) <input type="checkbox"/> 相關證明文件 <input type="checkbox"/> 創作紀錄影音(單位繳交)		
*創作者如未滿 18 歲，須由創作者之監護人於簽名欄連帶簽名			

我已詳細閱讀、了解並同意接受高雄市政府衛生局**逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽**之各項規定及內容，並保證所有事項屬實。

簽名/蓋章：

中華民國 年 月 日

高雄市政府衛生局

逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽 創作說明表

參賽者姓名		所屬單位 (無則免填)	
聯絡電話		電子信箱	
作品主題			
創作理念 說明			

高雄市政府衛生局

逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽聲明書

本人已充分知曉並自願接受「高雄市政府衛生局**逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽**辦法」（以下簡稱「徵選辦法」），謹向主辦單位承諾如下：

- 一、本人保證為參加高雄市政府衛生局**逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽**作品的創作者，對作品擁有完整、排他的著作權。
- 二、本人保證徵選作品為原創作品，除參加本徵選活動外，未曾以任何形式發表過，也未曾以任何方式為公眾所知，也未有任何抄襲、模仿或剽竊他人作品之行為，若經發現有上述不法情事者之事實，除取消得獎資格、追回獎金外，法律責任由本人自負。
- 三、本人保證在全球範圍內未曾自行或授權他人對徵選作品進行任何形式的使用或開發。自徵選作品提交起至本徵選活動評選結果揭曉前，不會自行或授權他人對徵選作品進行任何形式的使用或開發。
- 四、本人確認，除主辦單位書面許可的情形外，無論何時何地，不以任何形式發表、宣傳和轉讓其徵選作品或宣傳其投稿行為。
- 五、本人確認，對於送達的徵選作品，主辦單位或其指定機構有權無償將作品的原件或複製件用於活動宣導、新聞宣傳、展覽、網路傳播或結集出版發行，而無需取得本人同意，也無需向本人支付報酬。
- 六、如徵選作品成為高雄市政府衛生局**逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽**得獎作品，該作品的一切著作財產權自始即歸主辦單位所有。主辦單位有權對作品進行任何形式的使用、開發、修改、授權、許可或保護等活動。本人除根據「徵選辦法」獲相應獎勵外，放棄任何權利主張。並配合主辦單位對獲選作品進行必要的重製、宣傳、翻譯，進行任何形式的使用、開發、修改、授權、許可或保護等的工作。
- 七、本人保證徵選作品未侵犯任何協力廠商的合法權益，如因本人的應徵作品侵犯協力廠商合法權益，或因而使主辦單位遭受任何名譽或經濟上的損失，主辦單位有權要求本人採取足夠而適當的措施，以保證免受上述損失。主辦單位同時保留向本人追究和索賠的權利。
- 八、本人保證聲明真實可靠，並善意履行。如有違反而導致主辦單位損害，本人將承擔相應法律責任。主辦單位同時保留取消本人徵選資格的權利。
- 九、本聲明書適用中華民國法律。
- 十、本聲明書自聲明人簽字或蓋章之日起生效。

姓名：

身份證字號：

聯絡電話：

簽字/蓋章：

中華民國 115 年 月 日

參選作品授權同意書

_____ (以下稱本人) 同意參加高雄市政府衛生局舉辦之「**逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽**」(以下稱本活動)，並配合下列事項：

- (一) 本人配合於收件截止日前完成報名手續，逾期未報名，主辦單位有權禁止參選。
- (二) 本人同意遵守主辦單位所規定之徵選辦法及評審委員會所決議之各項徵選公告、規則及徵選結果。
- (三) 主辦單位得視需要修改參選相關辦法，並公布於活動網頁；申請者應經常瀏覽網站公告，不得以未知悉為由提出異議。
- (四) 本人參選皆為原創作品並保證提供資料屬實，如有違反規定，願負一切法律責任，主辦單位並得逕行公告並取消其認證資格。

若參選作品項入選為「**逆境微光：看見我的超能力**」-圖文徵稿比賽」活動，則本人或本單位同意配合下列事項：

- (一) 經徵選後，經高雄市政府衛生局「**逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽**」活動」審查通過之作品需同意配合主辦單位後續推廣作業，無償提供參選作品相關資料進行印製、影片剪輯、接受攝影等作為宣導品、成果手冊、宣傳影片於國內、外非營利使用，如獲選表揚之作品創作者無法提供相關服務資訊及連結，將視同放棄資格，並由後面名次往前遞補。
- (二) 經徵選後，經本局「**逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽專家委員**」審查通過之作品需為免費提供大眾使用。版權仍為原創作者所有，但必需授權高雄市政府衛生局相關網站刊載或公開展覽，以供醫療院所、衛生局所、教育學術、一般民眾瀏覽、下載及非營利使用。

此致 高雄市政府衛生局

本人簽署：

日期:115年____月____日

115 年高雄市政府衛生局

逆境微光：看見我的超能力-圖文徵稿比賽

滿意度調查

您好：

感謝您參與本次活動，希望活動內容能讓您有豐富的收穫。為使下一次活動更完美，請您提供寶貴建議及感想，將成為我們日後規劃與辦理活動之參考，再次謝謝您的合作！

基本資料

1. 生理性別：男女
2. 年齡：19歲（以下） 20-29歲 30-39歲 40-49歲 50-59歲
60歲（以上）
3. 教育程度：不識字 國小 國中 高中（職）大專（學）研究所
4. 職業：軍警 公務人員 教育 商 工 農 醫療 服務業
家管 學生 退休 無 其他：_____

滿意度（同意程度以 1 至 5 分標示，5 分代表非常同意，1 分代表非常不同意，請圈選適合的數字）

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 整體而言，我對本次活動非常滿意	5	4	3	2	1
2. 本次活動讓我收穫豐富	5	4	3	2	1
3. 我期待下次再參加類似的活動	5	4	3	2	1
4. 我會推薦親朋好友來參加類似的活動	5	4	3	2	1
5. 活動主題和內容相符	5	4	3	2	1
6. 活動時間安排的適切性	5	4	3	2	1

活動建議/回饋

1. 本次活動讓我最有收穫的內容是：_____
2. 我認為本次活動可以再增加的內容是：_____
3. 其他意見與建議：_____

～填妥後請一併寄回，謝謝您的參與～

精神疾病污名感受量表-短版

作答說明：請詳細閱讀每一句子，然後依據您自己的想法，勾選您對該題敘述的「同意程度」。每題有四個選項，分別是 1 到 4，其代表意義如下：

- 1：表示完全不同意
 2：表示有些不同意
 3：表示有些同意
 4：表示完全同意

完全
不同意
1

有些
不同意
2

有些
同意
3

完全
同意
4

- 1 別人若知道我在看精神科，那將會破壞我的人際關係。
- 2 若我有精神疾病且被人知道，那我的名譽將會受損。
- 3 如果我告訴別人我在看精神科，別人會無法接納。
- 4 把自己的精神問題告訴外人，會對自己不利。
- 5 如果我有精神疾病，沒有人會願意跟我結婚。
- 6 曾患過精神疾病的人，跟一般人比起來，較難找到合適的結婚對象。
- 7 我認為沒人願意跟精神有問題的人結婚。
- 8 如果我的家人有精神疾病，這會讓我無法找到合適的結婚對象。
- 9 若我得了精神疾病，我會覺得我比別人差勁。
- 10 有精神疾病的人是弱者。
- 11 去看精神科表示自己心理不健康。
- 12 去看精神科意味我是個心理不夠堅強的人。

基本資料

1. 姓名：_____（僅供防止重複統計使用）
2. 性別：女 男
3. 出生年份：_____年
4. 教育程度：不識字 國小 國中 高中職 專科 大學 碩士 博士
5. 宗教信仰：無 佛教 道教 一貫道 基督教 天主教 其他

肖像授權同意書

本人同意並授權高雄市政府衛生局拍攝、使用、修飾、公開展示本人之肖像、姓名、聲音於各種形式的著作載體及媒體，並可於日後為相關展示、廣告、出版等使用。

立同意書人：

身分證字號：

中華民國

年

月

日