

113 年度臺東縣衛生局-心理健康月

《心靈映像》心理健康創意短影音競賽

活動簡章

壹、活動目的

透過這場競賽，我們希望提供臺東縣民一個創意表現和交流的機會，鼓勵民眾通過影像創作來表達對心理健康的理解和感受。

透過短影音的網路社群傳播力量，可有效觸及網路使用頻繁的青少年族群，提升其對心理健康的認知。青少年時期是心理健康問題初現的階段，我們希望藉此活動啟發年輕人探索和關心自身心理健康，並學會有效面對生活中的挑戰。

我們相信，創作過程本身具有增能及療癒的力量，能夠幫助參與者探索內在自我，進一步啟發更多民眾關注和重視心理健康議題。因此，誠摯邀請大家以心理健康為主題，用鏡頭記錄並分享個人的心靈探索。

貳、主辦單位：臺東縣衛生局-社區心理衛生中心。

參、活動流程

一、收件日期：即日起至 113 年 9 月 20 日止

二、報名方式：

1. 參賽資格：設籍或居住於臺東縣之民眾，不限年齡皆可參加。

(提供身分證、本地就學或就業等相關證明)

2. 參賽者僅能擇一選擇「個人報名」或「團隊報名」，不可兩組皆報名，報名規範如下：

◆個人報名：

投稿件數以 1 件為限。請勿將相同內容影片重複上傳，若發現重複上傳，將以最後上傳的作品視為有效件，其餘相同內容影片皆列為審核不通過。

◆團隊報名：

團隊參加成員至多 3 名，並推舉一位代表填寫報名表單。

同一人不得跨隊伍報名參加。每隊投稿件數以 1 件為限。

三、報名注意事項

1. 採用線上 google 表單投稿方式。報名網址：

<https://forms.gle/JLsTKgqxvs8YHQw7>



2. 以上傳時間為憑，逾期恕不受理，不接受重複上傳修訂，且收件截止後稿件恕不予變更。
3. 作品報名即不得以任何理由退賽。
4. 每位參賽者限投 1 部作品。
5. 進入決賽作品之參賽隊伍所有成員皆需親簽並上傳以下資料：個資蒐集同意書及著作權轉讓同意書。
6. 未滿 18 歲參賽者需法定代理人簽署同意書。
7. 倘有作品雷同，取最早投稿者。

四、作品投件規範

1. 作品名稱：作品名稱-113 年臺東縣心理健康月創意短影音競賽
2. 影片長度：30-60 秒。
3. 主題：以「心理健康」為主題，影片表現形式不拘，可透過創意發想呈現心理健康促進概念，但不得涉及特定商業宣傳。

◆請附上 100 字以內的概念說明。

4. 規格說明

(1) 影片格式：1080 x 1920 像素，長寬比為 9：16 之等比例規格影片

(Ex：2160 x 3840 像素之影片亦可)，以可支援 Youtube 或 Youtube Shorts 平台上傳的檔案格式為主（含 mov、mp4）。

(2) 作品形式不拘，可用平板電腦、手機、相機、攝影機等拍攝短片，亦可以動畫形式呈現，作品須為作者原創，不得以 AI 藝術生成軟件製作，但不禁止使用 AI 智能創作物為影音輔助素材。

(3) 影片中（含片尾的 ROLL Card）不得出現參賽者、製作團隊、感謝名單之姓名資料。

(4) 影片中不得出現剪輯軟體浮水印或團隊 LOGO。

(5) 拍攝地點限於臺灣（包含澎湖、金門、馬祖等離島地區）。

影音內容（無論是整部或局部作品片段）皆不得重複投稿參賽，例如：已獲得國內、外獎項之作品，或該作品正參與其他之競賽、已授權與其他單位者，均不得參賽。若為政府部門補助經費製作之影片（包括自製、委製、外製），亦不得報名參賽。

(6) 另於得獎公告後，參賽者需繳交影片格式為.MP4 或.MOV 之作品予主辦單位。

5. 音樂素材

(1) 自行創作。

(2) 自創用 CC (Creative Commons, creativecommons.org.tw) 全球分享網站 (Common Content, commoncontent.org)，依授權方式與標示方法下載使用。

(3) 取得合法授權之音樂。

6. 人物素材

不限，如使用名人為影片之主角影像，均需獲當事人肖像之授權。

7. 注意事項

(1) 請勿將相同內容影片重複上傳，若發現重複上傳時，將以最後上傳的作品視為有效件。

(2) 採線上報名，僅接受於競賽網頁投稿，需填寫報名表，並注意發布之 YouTube 帳號權限須設為「公開」。

(3) 拍攝作品於 YouTube 發布，影片權限需設為「不公開」，並保留至 113 年 9 月 30 日(公布得獎前不得公布)，條件不符者將失去參賽資格。

(4) 作品命名範例：

「『作品名稱』_113 年臺東縣心理健康月創意短影音競賽」。

『』內文字以 10 字數限制

(5) 影片說明欄內文中需加入指定 Hashtag 『#113 年臺東縣心理健康月#心靈映像』。

(6) YouTube 影片簡介、文字說明欄不得出現參賽者、製作團隊、感謝名單之姓名資料。

(7) 須保留原始拍攝影片檔案，以利主辦單位確認是否真實拍攝或原創製作。

- (8) 由於本競賽屬非營利且具有教育性質，符合著作權法第六十五條「著作之合理使用，不構成著作財產權之侵害」。但為尊重著作權，請參賽者使用非原創素材時，須註明使用之素材來源，包括圖像（含 AI 生成工具與平台）、圖片（註明圖像光碟出版者、圖庫版權商、攝影者、出版商等）、音樂（註明音樂詞、曲作者、編曲者、演唱人、歌名及唱片發行公司）等相關資料。
- (9) 投稿後將進行資料審查，若檢閱對投稿作品及相關簽署文件有疑慮，將會以 E-mail 聯繫參賽者進行二次確認與溝通；若無法於主辦單位要求之期限提供完整且符合規範之文件，將視為無效稿件。
- (10) 獲選入圍本次競賽的作品，需將入圍作品至 YouTube 設為「公開瀏覽」及於個人 Instagram 分享，並可提供主辦方分享傳播該入圍作品。
- (11) 主辦單位有權使用獲獎之作品進行改作及編輯相關權利。
- (12) 參與本競賽即同意接受本競賽規則與注意事項等規範。
- (13) 若投稿作品不符本競賽辦法規範，主辦單位有權取消該參賽者入選或得獎資格並追回獎金及獎狀

六、評選方式

1. 評選專家邀請對象：媒體代表 2 位，學界代表 1 位，行政單位代表 2 位。
2. 評選過程

(1) 資格審查:

依「電影片分級處理辦法」及本活動之相關規定，對參賽作品進行資格審核，淘汰屬於限制級或具誹謗、人身攻擊之參賽作品。

(2) 依評選標準選出 10 個入圍作品，再依序排名。

- A. 符合心理健康促進主題且內容完整(25%)，
- B. 視覺表現(25%)，C. 創意表現(25%)，D. 傳播性(25%)

七、得獎公告：113 年 9 月 30 日止

八、頒獎日期：113 年 10 月（詳情另訂）

1. 獎勵辦法

第一名 1 名，獎金 3 萬元等值禮卷，獎狀一紙。

第二名 1 名，獎金 2 萬元等值禮卷，獎狀一紙。

第三名 1 名，獎金 1 萬元等值禮卷，獎狀一紙。

佳作 2 名 獎金 5 千元等值禮卷，獎狀一紙。

2. 第一名至第三名須出席實體頒獎典禮，於現場簽署領據獎金領取文件及領取獎狀；獎金將於頒獎典禮結束後，完成匯款作業。

3. 得獎者須按照規定申報並簽領相關單據。

九、投稿事宜洽詢：臺東市社區心理衛生中心-林先生

(089) 230598 分機 502， E-mail：phb0086@ttshb.taitung.gov.tw