

樂繫校園獎勵計劃
2025/26 學年中學生精神健康攤位比賽
參賽須知

A. 比賽簡介

近年來，香港青少年的精神健康狀況備受關注，樂繫校園獎勵計劃自 2018 年起一直致力在校園內推廣有連繫感的校園文化，以提升學生的精神健康。為配合教育局推出的《4Rs 精神健康約章》，本計劃將推出中學生精神健康攤位比賽，旨在推動由學生主導向大眾推廣精神健康的風氣。

B. 比賽詳情

(一) 初賽 (提交計劃書)

形式

- 由教師或輔導人員帶領 3 至 5 位中學生組成隊伍，設計一個與 4Rs 相關的精神健康推廣攤位活動，並提交不多於三頁的計劃書 (請使用提供的範本)，以及兩塊 A1 大小的展板，一塊為規則展板 (介紹攤位的玩法和步驟)，另一塊為推廣展板 (吸引來賓遊玩的元素，額外可包括活動解說和精神健康知識)。
- 展示攤位時長約 1 至 1.5 小時，來賓將以自由形式參加攤位，並在短時間內完成攤位活動。大會將提供桌子、椅子及展板架。
- 有關 4Rs 四個元素 (Rest、Relationship、Relaxation、Resilience) 的介紹，請參閱教育局的網頁：
<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/promotion-at-the-universal-level/promotional-resources-for-schools/121.html>



遞交計劃書日期

- 即日起至 2025 年 10 月 24 日 (五)

評審準則

- 內容 (40%)：計劃書清晰顯示活動的主題和目的，攤位設計切合特定對象的需要，亦有預期的效用。
- 吸引力 (20%)：活動設計有趣、有創意，展板視覺設計切合特定對象的視覺語言，能吸引特定對象遊玩。
- 可行性 (20%)：活動能切實根據計劃書執行，並符合預算，遊玩時間合適和適合特定對象遊玩。
- 持續性 (20%)：攤位活動的資源或概念能讓學校重複使用，或其成效能間接影響更多的人。

獎項及獎品

- 分數最高的 10 個隊伍將晉級決賽 (晉級隊伍必須出席決賽精神健康推廣日活動，否則晉級席位將順延予其他隊伍)
- 其餘隊伍每位參與學生獲得參賽證書

參賽辦法

- 填妥網上提交表格以提交以下項目：
 - 報名表格 (PDF 檔)
 - 攤位活動計劃書 (PDF 檔)
 - 展板兩塊 (JPG 檔)
- 展板將會以 A1 (59.5cm × 84.1cm) 直向印刷，電子檔需要最少 300dpi (7020 × 9930 像素)，以 CMYK 模式儲存，並預留四邊各 3mm 的出血位。
- 報名表格、攤位活動計劃書範本和網上提交表格的連結可以在以下網頁連結找到：<https://www.hi5.bokss.org.hk/booth-competition>



結果公佈

- 初賽結果將於 2025 年 12 月下旬發送到聯絡人的電郵信箱。

(二) 決賽 (精神健康攤廣日)

形式

- 一眾晉身決賽的隊伍根據計劃書的內容，設置互動攤位，向公眾展示攤位的设计，為時約 1 至 1.5 小時。
- 當日同時亦會舉辦頒獎典禮，連同攤位活動時間，總時長約 2 小時。
- 活動將提供港幣\$500 元籌辦攤位津貼，將會在活動後以實報實銷的形式發放。

活動詳情

- 日期：2026 年 3 月 20 日 (暫定)
- 時間：下午 (待定)
- 地點：灣仔區 (待定)

獎項及獎品

- 每位學生獲得價值\$100 禮券及優異證書
- 每個隊伍獲得獎座一個

C. 參賽資格及規則

- 比賽以學校隊伍為單位，每隊由 3 至 5 名中學生及一名領隊教師或輔導人員組成 (每間學校可派出隊伍數量不限)。
- 參賽學生必須為 2025 至 2026 學年仍然就讀中學的全日制學生。
- 每隊參賽隊伍只可提交一份參賽作品。
- 活動必須與《4Rs 精神健康約章》中四個元素的其中一個有關。
- 活動計劃書必須為原創，並且未曾參與過其他同類型比賽。
- 遞交計劃書時，即表示參賽隊伍同意大會有關權利使用、修改、複製和傳播作品內容到任何媒體渠道的權利。
- 大會保留隨時修訂比賽規則、條款、內容及安排的權利，而無須事先通知參賽者。如有任何爭議，大會保留最終決定權。

D. 計劃日程 (暫定)

日期	流程
即日起至 2025 年 10 月 24 日 (五)	遞交報名表格及攤位活動計劃書
2025 年 11 至 12 月	評審工作
2025 年 12 月下旬	公佈初賽結果
2026 年 1 月	公佈精神健康攤廣日安排
2026 年 3 月 20 日 (暫定)	精神健康攤廣日暨頒獎典禮

E. 查詢

如有任何查詢，請聯絡 Kayla 李小姐 (電話：5605 5984 或 電郵: hi5@bokss.org.hk) 或 Frankie 麥先生 (電話：2386 1717)。