

# 103 年度臺北市 『看見自己』稿件徵選活動辦法

## 一、前言

你，是否也了解自己的價值所在？在挫折的過程中、在失敗的過程中、在不如意的過程中，是否發生過什麼樣的體悟讓您看見自己的存在價值？是否曾有人對您伸出援手讓您體驗到人生其實還有希望？不管是什麼樣的原因讓您對自己有更不一樣的認識與了解，進而看見自己的價值，有了不一樣的人生與未來，我們希望您能將那些故事告訴我們，給正在煩惱與苦悶的人們，學習與體悟如何走出陰霾迎向陽光。

臺北市政府自殺防治中心自成立以來，持續辦理徵文比賽，希望能聆聽更多人最心底的聲音，也藉此分享給所有網友及民眾，讓不一樣的故事敲響您心裡的共鳴，這一次，我們希望您能告訴我們讓您微笑的理由，不論是經過一番痛苦煎熬後的會心微笑、面對苦澀與無奈後的豁然開朗，或是保有正向積極態度面對各種逆境時的開懷大笑。或許，每個人在面對所處環境時，都有不為人知的故事，有些人可以突破逆境向前邁進，而有些人卻沒有勇氣往前邁步，希望向前邁進的你，能夠寫下那個故事與我們分享，讓還在迷惘或原地打轉的朋友們，能夠藉由你們的故事而有所不同。

二、主辦單位：臺北市政府自殺防治中心、臺北市政府衛生局

三、合辦單位：財團法人新光吳氏基金會、財團法人台北市新光吳火獅先生救難急救基金會、財團法人精神健康基金會、財團法人「張老師」基金會  
台北分事務所、中華心理衛生協會

四、參與對象：中華民國國民（設籍並實際居住於台灣地區）

五、撰稿主題：看見自己

六、收稿期間：即日起至 103 年 7 月 15 日止，郵戳為憑，逾期恕不受理。

七、活動辦法：

(一)撰稿主題：看見自己

(二)撰寫方向：內容可以是鼓舞自己的理由或鼓舞親友的理由，包括跨越生命關卡後的心情和想法、走過困境後的體悟、找尋生命出口的故事、破繭而出的領悟、溫暖動人或振奮人心的簡短詞句……。

(三)稿件規格：

1. 投稿組別：散文組（1000 字以內）；短文組（300 字以內）；金句組（20 字以內）。
2. 請於郵寄信封或電子郵件主旨註明參加散文組、短文組、金句組(各組可重複報名，惟同時投稿散文組與短文組之稿件撰寫內容不得相同；且每人每一組別投稿件數以一稿件為限)。
3. 投稿規格：A4 規格 word 檔紙本（字型：標楷體，字型大小：12）或手稿(手稿文字需清晰可辨)。
4. 投稿檔名請以參賽者姓名及投稿類別存檔，以利區分（例：散文組王小明）。
5. 投稿文件包含報名表、同意書、徵稿作品共三份【檔案下載請點選本網站首頁-最新訊息】，請將所有檔案請上官網上傳，或以書面資料（含報名表、同意書、徵稿作品各乙份）寄送至收件地點，投稿截止日以上傳日及郵戳為憑。
6. 投稿文件相關規定及表單下載請參考官網：「臺北市政府自殺防治中心-徵稿園地」，網址：<http://tspc.health.gov.tw/>

(四)收件方式：

1. 收稿期間：即日起至 103 年 7 月 15 日止，以郵戳為憑，逾期恕不受理。若親自送件，請於上班時間(每週一至週五 9:00 至 18:00)送至收件地址。
2. 收件地址：100 臺北市中正區金山南路 1 段 5 號 臺北市「看見自己徵文活動小組」收。
3. 聯絡電話：1999 轉分機 8858（臺北市）或 02-23212730 轉分機 20（外縣市），服務時間為每週一至週五 9:00 至 21:00。

(五)活動網址：<http://tspc.health.gov.tw/>

(六)作品評選：由主辦單位、本府心理健康委員會委員暨領域專家組成評審小組，評選結果公告時間以官網公布時間為準。

(七)獎項及各組別名額說明：

1. 散文組：首獎乙名(數位攝影機乙台)、貳獎乙名(數位相機乙台)、佳作三名(16G 隨身碟乙隻)暨獎狀乙紙。
2. 短文組：首獎乙名(輕巧筆電乙台)、貳獎乙名(數位相機乙台)、佳作三名(8G 隨身碟乙隻)暨獎狀乙紙。
3. 金句組：首獎乙名(數位相機乙台)、貳獎乙名(數位隨身聽乙台)、佳作三名(4G 隨身碟乙隻)暨獎狀乙紙。

(八)得獎公布：得獎名單暫定於 103 年 8 月 10 日前公布於活動網站，並以掛號函通知得獎者，請得獎者務必填寫可聯繫之電話及詳細地址。

(九)領獎方式：

1. 依中華民國稅法規定得獎金額超過新台幣 2 萬元者，得獎者需負擔 10%之稅金；得獎金額超過新台幣 1000 元(含)者，年度報稅時必須計入個人所得。
2. 領獎方式：
  - (1) 得獎者在接獲主辦單位通知得獎後，須於主辦單位指定期限內將相關資料，依主辦單位指定之方式送交主辦單位，經主辦單位核對無誤後由主辦單位將獎項發予得獎者。
  - (2) 若得獎者未滿 20 歲，得獎者在接獲主辦單位通知得獎後，須於主辦單位指定期限內將本人及其法定代理人(父母親或監護人)一同簽署之同意書紙本及相關資料，依主辦單位指定之方式送交主辦單位，經主辦單位核對無誤後由主辦單位將獎項發予得獎者。
  - (3) 得獎公布後一個月內無法取得聯繫時，將取消得獎資格，主辦單位不再提供補選名額。
  - (4) 頒獎時間及地點：辦理時間地點以網站最新公布訊息為準。
3. 得獎者之相關資料皆應正確並與報名資料相符，若得獎者所繳付之文件及資料有不全、偽造或不實者，或違反本活動辦法，或未在主辦單位指定時間內提出相關證明，或為其他影響本活動公平性行為即視為入選無效，主辦單位得以取消其入選資格。該得獎者除應負法律相關責任外，如已領取獎項，主辦單位有權向其追繳已領取之獎項。
4. 本活動獎項以公告之獎品或獎金為準，得獎者不得自行要求更換其他獎項或將其領獎之權利轉讓予第三人。

八、投稿相關說明：

- (一)投稿作品須符合活動主題及投件規格。違反者，不予評審。
- (二)投稿作品須依照報名表單之格式交件，並詳填各項報名資料。
- (三)投稿作品請依本活動規定投件，以利稿件順利收取。
- (四)投稿作品未達標準，獎項得從缺或減之。
- (五)本單位具有審核及修改文稿之權利。
- (六)投稿作品因郵遞或不可抗力致生損害，主辦單位不負賠償責任。
- (七)入選作品之著作財產權，得由主辦單位編修運用於宣傳、發表、出版、佈置、展覽、刊登報章雜誌或印製書冊等，不另致酬。前開所稱之著作財產權，依著作權法第三章第四節之規定。
- (八)經公布得獎之作品，得獎人不得要求取消得獎資格或更換獎項。

(九)投稿作品一律恕不退件（包含規格不符者），主辦單位不負保管之責。

(十)參賽作品參選作品經發現有下列情形之一者，主辦單位即取消其參選及得獎資格，及追回獎品，並保有法律追訴權：

1. 抄襲、翻譯他人作品或冒名頂替參加者。
2. 作品曾參賽並獲獎者、作品正在參加其他文學獎或即將刊登者。
3. 內容造假，不當影射他人造成不名譽事件者。
4. 投稿作品事涉違反善良風俗者。

(十一)獲獎獎項如遇缺貨等因素，主辦單位保有更換等值獎品之權利。

(十二)稿件如有任何因郵寄、運送、電腦、網路、技術或不可歸責於主辦單位之事由，而使得獎者所寄出之資料有遲延、遺失、錯誤、無法辨識或毀損之情況，主辦單位不負任何法律責任，投稿者亦不得因此異議。

(十三)投稿者視同認可並接受本簡章之各項規定，如有未盡事宜，主辦單位得隨時補充之。

九、備註：其他未盡事項請參考活動官網，網址：<http://tspc.health.gov.tw>

散文組

編號：A \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

## 103 年度臺北市

### 「看見自己」徵文活動報名表-散文組

姓名：\_\_\_\_\_ 連絡電話：(\_\_\_\_\_) \_\_\_\_\_ 行動電話：\_\_\_\_\_

聯絡人(指導老師或監護人)(無則免填)

姓名：\_\_\_\_\_ (關係：\_\_\_\_\_ ) 連絡電話：(\_\_\_\_\_) \_\_\_\_\_ 行動電話：\_\_\_\_\_

戶籍地址：\_\_\_\_\_ (請詳填)

通訊地址：\_\_\_\_\_ (請詳填)

E-mail：\_\_\_\_\_

題目(自訂)：\_\_\_\_\_

※以上資料為聯繫用，請詳填，得獎公布後一個月內無法取得聯繫時，將取消得獎資格，主辦單位不再提供補選名額。

※以上資料若造假者取消參選及得獎資格。

※檢附身份證正反面影本各乙份(浮貼於本表下方)，無身分證者請檢附戶口名簿或戶籍謄本影本(檢附戶口名簿或戶籍謄本影本者，可將非投稿者之同住戶資料塗刪即可)。

身分證正面影本

身分證反面影本

## 參賽同意書

- (一) 投稿作品須符合活動主題及投件規格。違反者，不予評審。
- (二) 投稿作品須依照本報名表單之格式交件，並詳填各項報名資料。
- (三) 投稿作品請依本活動規定投件，以利稿件順利收取。
- (四) 投稿作品未達標準，獎項得從缺或減之。
- (五) 本單位具有審核及修改文稿之權利。
- (六) 投稿作品因郵遞或不可抗力致生損害，主辦單位不負賠償責任。
- (七) 入選作品之著作財產權，得由主辦單位編修運用於宣傳、發表、出版、佈置、展覽、刊登報章雜誌或印製書冊等，不另致酬。前開所稱之著作財產權，依著作權法第三章第四節之規定。獲獎獎項依所得稅法相關規定辦理。
- (八) 經公布得獎之作品，得獎人不得要求取消得獎資格或更換獎項。
- (九) 投稿作品一律恕不退件（包含規格不符者），主辦單位不負保管之責。
- (十) 參賽作品參選作品經發現有下列情形之一者，主辦單位得取消投稿者參選及得獎資格，並追回獎狀及獎項，並保有法律追訴權：
1. 抄襲、翻譯他人作品或冒名頂替參加者。
  2. 作品曾參賽並獲獎者、作品正在參加其他文學獎或即將刊登者。
  3. 內容造假，不當影射他人造成不名譽事件者。
  4. 投稿作品事涉違反善良風俗者。
- (十一) 獲獎獎項如遇缺貨等因素，主辦單位保有更換等值獎品之權利。
- (十二) 稿件如有任何因郵寄、運送、電腦、網路、電話、技術或不可歸責於主辦單位之事由，而使所寄出之資料有遲延、遺失、錯誤、無法辨識或毀損之情況，主辦單位不負任何法律責任，投稿者亦不得因此異議。
- (十三) 若得獎者未滿 20 歲，得獎者在接獲主辦單位通知得獎後，須於主辦單位指定期限內將本人及其法定代理人(父母親或監護人)一同簽署之同意書紙本及相關資料，依主辦單位指定之方式送交主辦單位，經主辦單位核對無誤後由主辦單位將獎項發予得獎者。
- (十四) 投稿者視同認可並接受本簡章之各項規定，如有未盡事宜，主辦單位得隨時補充之。

本人 \_\_\_\_\_ (親簽) 同意以上說明無異

法定代理人(關係： \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_ (親簽) 同意以上說明無異(無則免填)

散文組

編號：A\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

## 散文組作品

作品題目：

作者（獲獎時轉載用，可用真名或筆名，請務必填寫）：

作品內容：以下請直接輸入內容(字數 1000 字以內，縱向、橫書、標楷體 12 號字體)



短文組

編號：編號：B \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

103 年度臺北市  
「看見自己」徵文活動報名表-短文組

姓名：\_\_\_\_\_ 連絡電話：\_\_\_\_\_ 行動電話：\_\_\_\_\_

聯絡人（指導老師或監護人）姓名：\_\_\_\_\_ 連絡電話：\_\_\_\_\_（無則免填）

戶籍地址：\_\_\_\_\_（請詳填）

通訊地址：\_\_\_\_\_（請詳填）

E-mail：\_\_\_\_\_

題目（自訂）：\_\_\_\_\_

※以上資料為聯繫用，請詳填，得獎公布後一個月內無法取得聯繫時，將取消得獎資格，主辦單位不再提供補選名額。

※以上資料若造假者取消參選及得獎資格。

※檢附身份證正反面影本各乙份（浮貼），無身份證者請檢附戶口名簿或戶籍謄本影本（檢附戶口名簿或戶籍謄本影本者，可將非投稿者之同住戶資料塗刪即可）。

身分證正面影本

身分證反面影本

## 參賽同意書

- (一)投稿作品須符合活動主題及投件規格。違反者，不予評審。
- (二)投稿作品須依照本報名表單之格式交件，並詳填各項報名資料。
- (三)投稿作品請依本活動規定投件，以利稿件順利收取。
- (四)投稿作品未達標準，獎項得從缺或減之。
- (五)本單位具有審核及修改文稿之權利。
- (六)投稿作品因郵遞或不可抗力致生損害，主辦單位不負賠償責任。
- (七)入選作品之著作財產權，得由主辦單位編修運用於宣傳、發表、出版、佈置、展覽、刊登報章雜誌或印製書冊等，不另致酬。前開所稱之著作財產權，依著作權法第三章第四節之規定。獲獎獎項依所得稅法相關規定辦理。
- (八)經公布得獎之作品，得獎人不得要求取消得獎資格或更換獎項。
- (九)投稿作品一律恕不退件（包含規格不符者），主辦單位不負保管之責。
- (十)參賽作品參選作品經發現有下列情形之一者，主辦單位得取消投稿者參選及得獎資格，並追回獎狀及獎項，並保有法律追訴權：
1. 抄襲、翻譯他人作品或冒名頂替參加者。
  2. 作品曾參賽並獲獎者、作品正在參加其他文學獎或即將刊登者。
  3. 內容造假，不當影射他人造成不名譽事件者。
  4. 投稿作品事涉違反善良風俗者。
- (十一)獲獎獎項如遇缺貨等因素，主辦單位保有更換等值獎品之權利。
- (十二)稿件如有任何因郵寄、電腦、網路、電話、技術或不可歸責於主辦單位之事由，而使得獎者所寄出之資料有遲延、遺失、錯誤、無法辨識或毀損之情況，主辦單位不負任何法律責任，得獎者亦不得因此異議。
- (十三)若得獎者未滿 20 歲，得獎者在接獲主辦單位通知得獎後，須於主辦單位指定期限內將本人及其法定代理人(父母親或監護人)一同簽署之同意書紙本及相關資料，依主辦單位指定之方式送交主辦單位，經主辦單位核對無誤後由主辦單位將獎項發予得獎者。
- (十四)投稿者視同認可並接受本簡章之各項規定，如有未盡事宜，主辦單位得隨時補充之。

本人\_\_\_\_\_ (親簽) 同意以上說明無異

法定代理人(關係：\_\_\_\_\_) (親簽) 同意以上說明無異(無則免填)

短文組

編號：編號：B \_\_\_\_\_

## 短文組作品

作品題目：

作者（獲獎時轉載用，可用真名或筆名，請務必填寫）：

作品內容：以下請直接輸入內容(字數 300 字以內，縱向、橫書、標楷體 12 號字體)



金句組

編號：C \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ :

103 年度臺北市  
「看見自己」徵文活動報名表-金句組

姓名：\_\_\_\_\_ 連絡電話：\_\_\_\_\_ 行動電話：\_\_\_\_\_

聯絡人(指導老師或監護人)姓名：\_\_\_\_\_ 連絡電話：\_\_\_\_\_ (無則免填)

戶籍地址：\_\_\_\_\_ (請詳填)

通訊地址：\_\_\_\_\_ (請詳填)

E-mail：\_\_\_\_\_

題目(自訂)：\_\_\_\_\_

※以上資料為聯繫用，請詳填，得獎公布後一個月內無法取得聯繫時，將取消得獎資格，主辦單位不再提供補選名額。

※以上資料若造假者取消參選及得獎資格。

檢附身份證正反面影本各乙份(浮貼)，無身分證者請檢附戶口名簿或戶籍謄本影本(檢附戶口名簿或戶籍謄本影本者，可將非投稿者之同住戶資料塗刪即可)。

身分證正面影本

身分證反面影本

## 參賽同意書

- (一) 投稿作品須符合活動主題及投件規格。違反者，不予評審。
- (二) 投稿作品須依照本報名表單之格式交件，並詳填各項報名資料。
- (三) 投稿作品請依本活動規定投件，以利稿件順利收取。
- (四) 投稿作品未達標準，獎項得從缺或減之。
- (五) 本單位具有審核及修改文稿之權利。
- (六) 投稿作品因郵遞或不可抗力致生損害，主辦單位不負賠償責任。
- (七) 入選作品之著作財產權，得由主辦單位編修運用於宣傳、發表、出版、佈置、展覽、刊登報章雜誌或印製書冊等，不另致酬。前開所稱之著作財產權，依著作權法第三章第四節之規定。獲獎獎項依所得稅法相關規定辦理。
- (八) 經公布得獎之作品，得獎人不得要求取消得獎資格或更換獎項。
- (九) 投稿作品一律恕不退件（包含規格不符者），主辦單位不負保管之責。
- (十) 參賽作品參選作品經發現有下列情形之一者，主辦單位得取消投稿者參選及得獎資格，並追回獎狀及獎項，並保有法律追訴權：
1. 抄襲、翻譯他人作品或冒名頂替參加者。
  2. 作品曾參賽並獲獎者、作品正在參加其他文學獎或即將刊登者。
  3. 內容造假，不當影射他人造成不名譽事件者。
  4. 投稿作品事涉違反善良風俗者。
- (十一) 獲獎獎項如遇缺貨等因素，主辦單位保有更換等值獎品之權利。
- (十二) 稿件如有任何因郵寄、運送、電腦、網路、電話、技術或不可歸責於主辦單位之事由，而使所寄出之資料有遲延、遺失、錯誤、無法辨識或毀損之情況，主辦單位不負任何法律責任，投稿者亦不得因此異議。
- (十三) 若得獎者未滿 20 歲，得獎者在接獲主辦單位通知得獎後，須於主辦單位指定期限內將本人及其法定代理人(父母親或監護人)一同簽署之同意書紙本及相關資料，依主辦單位指定之方式送交主辦單位，經主辦單位核對無誤後由主辦單位將獎項發予得獎者。
- (十四) 投稿者視同認可並接受本簡章之各項規定，如有未盡事宜，主辦單位得隨時補充之。

本人 \_\_\_\_\_ (親簽) 同意以上說明無異

法定代理人(關係： \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_ (親簽) 同意以上說明無異(無則免填)

金句組

編號：C\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_：

## 金句組作品

作品題目：

作者（獲獎時轉載用，可用真名或筆名，請務必填寫）：

作品內容：以下請直接輸入內容(字數 20 字以內，縱向、橫書、標楷體 12 號字體)

