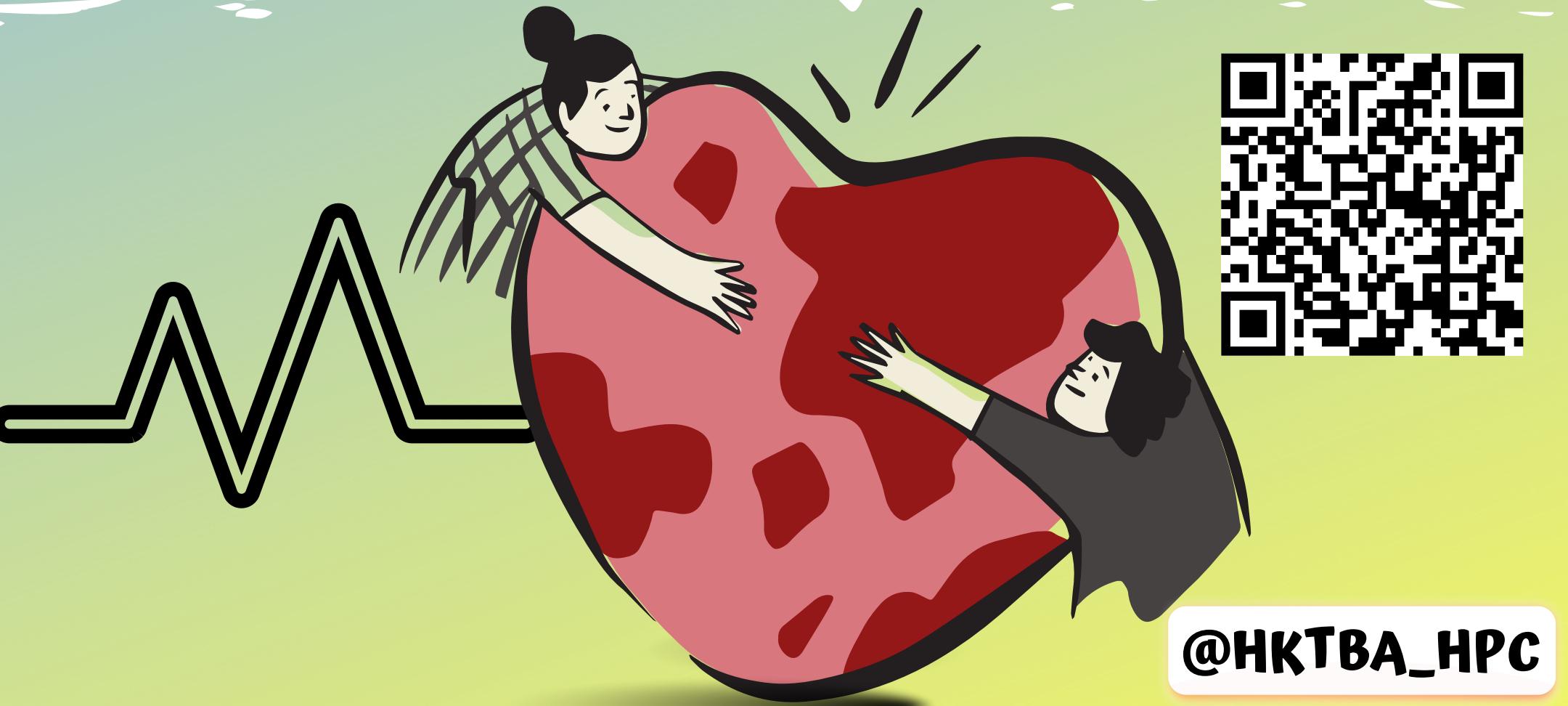


# HKTBA 防癆護心IG有獎遊戲

February 14-MARCH 18



@HKTBA\_HPC

# 簡介及規則

## 目的

加強市民認識結核病及心臟病的危險因素及預防方法

## 參賽資格

市民大眾

## 活動主題

參加者須參考本會在YouTube上發佈有關防癆及心臟健康小貼士的短片(廣東話)。參賽作品應基於其中一個短片主題。

### 防癆

- 1.藥物篇
- 2.運動篇
- 3.營養篇
- 4.我的「癆程」篇
- 5.運動預防結核病篇

### 心臟健康

- 1.膽固醇篇
- 2.血壓
- 3.壓力管理
- 4.運動
- 5.戒煙
- 6.酗酒

## 評審準則

評審委員會將由香港防癆心臟及胸病協會健康推廣委員會主席-劉少懷醫生、律敦治及鄧肇堅醫院營養部主管-李奕嫻營養師和衛生署胸肺科服務-陳婉霞高級護士長組成，評審標準將考慮參賽作品的主題內容 [40%]、圖像設計 [40%]、創意 [15%] 及受歡迎程度 (按讚數量) [5%]。

# 作品規格及參賽細則

1. 參加者須以Instagram參與活動，並追蹤本會之官方Instagram帳戶（@hktba\_hpc）。在截止遞交作品日期之前未追蹤或取消追蹤本會之官方Instagram帳戶的參賽者將被視為放棄參賽資格。
2. 每位參加者只能使用一個設置為公開的Instagram帳戶參賽，並且只能提交一份參賽作品。
3. 參賽作品應以貼文（Post）形式上傳到 Instagram。活動不接受任何其他上傳格式，包括但不限於限時動態（Story）、Instagram直播和IGTV。
4. 參賽作品一經遞交，均不能再作修改及調換。
5. 同一參加者最多只可獲卓越、優異、安慰獎其中一項。
6. 所有評審結果以評審委員會的最後決定為準。如有任何爭議，本會擁有最終決定權。
7. 參賽作品須由兩部分組成—照片和內文（caption）。內文須包含以下內容：
  - 所選的主題
  - 以中文或英文書寫的防癆/心臟健康小貼士（50 - 100字）
  - 提及本會的官方Instagram帳戶（@hktba\_hpc）
  - 活動的標籤 #hktbachallenge
  - 標註3位朋友

## **獎項**

活動設卓越2名、優異4名及安慰獎4名。

卓越獎:\$500現金禮券

優異獎:\$200現金禮券

安慰獎:\$50現金禮券

## **作品收集方法**

所有參加者須以Instagram私訊功能（Direct Message）發送其參賽作品（即其Instagram 貼文）至本會之官方Instagram帳戶。參加者亦須遞交以下資料：

-參加者全名（如香港身份證所示）

-聯繫電話

-聯繫電子郵件

若參加者未能按以上要求遞交作品，將會當作自動放棄參賽處理。

## **活動時間表**

### **「防癆護心」Instagram有獎遊戲**

開始接收參賽作品 2022年2月14日

截止遞交作品 2022年3月18日 下午4時

評審工作 2022年3月21至23日

公佈結果 2022年3月24日

獎項分發 2022年3月25日至4月8日



**FOLLOW  
SUBSCRIBE &  
SHARE  
@HKTBA\_HPC**