



沙田區家長教師會聯會有限公司(註冊非牟利團體認可慈善機構編號:91/13481)  
The Joint Council of Parent-Teacher Associations of The Shatin District Ltd.  
P.O. Box No. 637, Shatin Central Post Office  
Tel: 5627-8807, Fax: 3011-1170 Email: [ptashatin@gmail.com](mailto:ptashatin@gmail.com)

## 「珍·愛沙田」活動系列 2020

### 開開心心好“煮”意暨健康餐盒填色比賽(小學組)

敬啟者：

本會過去舉辦一系列不同形式「珍·愛沙田」活動，希望透過活動，好讓家長與學生們在過程中舒緩身心壓力，促進彼此關係，同時希望同學們透過活動，學懂「珍惜·愛護」自己及身邊人。

舉辦「開開心心好“煮”意暨健康餐盒填色比賽」，是次烹飪比賽環節，將以烹煮過程拍攝短片提交參賽，現在疫情令不同住的祖父母和外祖父母被隔絕，希望參加者能夠加入對老人家的關懷，及在短片中送上遙遠的問候和祝福。現定於 2020 年 9 月 26 日(星期六)上午 10 時至下午 2 時，假曾壁山中學舉行頒獎典禮。本會邀請家庭與學校合作事宜委員會合辦，並得沙田區中學校長會及香港沙田區小學校長會擔任支持機構，獲曾壁山中學協助。

烹飪比賽獎項獎品：

設：冠、亞、季、最佳合拍獎(各一名)

冠軍—獎杯、獎狀及禮券 \$800

亞軍—獎杯、獎狀及禮券 \$600

季軍—獎杯、獎狀及禮券 \$400

最佳合拍獎—獎杯、獎狀及禮券 \$200

報名方法：填妥參加表格(附件 3)，請於 2020 年 8 月 31 日(星期一)前

電郵：[ptashatin@gmail.com](mailto:ptashatin@gmail.com) 或傳真：3011 1170 遞交。

短片上載：請登入或掃描之 QRcode 報名。

<https://drive.google.com/drive/folders/1wmeetzvMEKxw7Nqgui4Jj2pMqgyxhRyL>



現誠邀 貴校學生和家長踴躍參加，拍攝烹飪短片進行比賽 詳情請參閱(附件 1)、健康餐盒填色比賽參閱(附件 2)，本會於 2020 年 9 月 11 日(星期五)前，以專人聯絡參加者。

如有任何查詢，可與本會 第二副會長 蔡振超先生聯絡(電話：9649 9966)  
或 秘書 陳敏兒女士聯絡(電話：6472 1230)

此致

沙田區小學 會員學校

沙田區家長教師會聯會有限公司  
會長 梁福厚 謹啟  
2020 年 8 月 8 日



沙田區家長教師會聯會有限公司(註冊非牟利團體認可慈善機構編號:91/13481)  
The Joint Council of Parent-Teacher Associations of The Shatin District Ltd.  
P.O. Box No. 637, Shatin Central Post Office  
Tel: 5627-8807, Fax: 3011-1170 Email: [ptashatin@gmail.com](mailto:ptashatin@gmail.com)

(附件 1)

## 「珍·愛沙田」活動系列 2020

### 開開心心好“煮”意暨健康餐盒填色比賽(小學組)

#### 拍攝烹飪短片比賽詳程：

比賽主題:	開開心心好“煮”意
截止報名日期:	2020年8月31日(星期一)
短片截止上載日期:	2020年9月11日(星期五)
頒獎典禮日期:	2020年9月26日(星期六) 留意備註:1
活動時間:	上午10:00 - 下午2:00 結束
活動地點:	曾璧山中學(新界沙田馬鞍山恆光街12號)
費用:	全免
獎項獎品:	設:冠、亞、季、最佳合拍獎(各一名) 冠軍-獎杯、獎狀及禮券\$800 亞軍-獎杯、獎狀及禮券\$600 季軍-獎杯、獎狀及禮券\$400 最佳合拍獎-獎杯、獎狀及禮券\$200
比賽名額:	名額:10隊 每隊參加組合:最少2人,不多於4人(組合可以:家長+學生、全家長,特別鼓勵祖孫一同參與)
評分標準:	以視覺感評分:觀感味道美味、令人垂涎的外觀、營養價值、創意、烹調技巧 (菜式以營養與健康,適合長幼更佳)
參加者須知:	1. 於頒獎典禮當天向各參加者發還材料費,每隊可獲\$150上限材料費用; 2. 大會將以實報實銷方式發還材料費(須交回正式單據); 3. 材料費用已包括所有調味料; 4. 參加者需要自行拍攝及剪輯比賽烹調菜式的短片; 5. 上菜碟和伴碟用的材料也是花心思的環節,從而突出菜式的風格; 6. 準備約5人份量,評分標準不會以材料價值為考量;



沙田區家長教師會聯會有限公司(註冊非牟利團體認可慈善機構編號:91/13481)  
The Joint Council of Parent-Teacher Associations of The Shatin District Ltd.  
P.O. Box No. 637, Shatin Central Post Office  
Tel: 5627-8807, Fax: 3011-1170 Email: [ptashatin@gmail.com](mailto:ptashatin@gmail.com)

	<p>7. 提交拍攝烹煮比賽短片時間 (時限 10 分鐘內)，上載短片交由評審團評分。</p>
<b>比賽注意事項:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 頒獎禮當天參加者於上午 10:30 到接待處報到及報銷材料費；</li><li>2. 如報名人數超過限額，本會將以抽籤方式抽出 10 隊參加者(家長學生組優先)；</li><li>3. 所有參加者在遞交報名資料前，須詳閱章程並同意遵守比賽規則；</li><li>4. 主辦單位有權修改本章程或作補充解釋，不作另行通知；</li><li>8. 5. 主辦單位及評審團擁有本比賽最終解釋權及得獎結果的最終裁判權。</li></ol>
<b>短片上載 參賽規則:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 所有參賽作品必須是參賽者從未公開發表的原創作品，且不會侵犯任何版權或知識產權；</li><li>2. 比賽結果以評審團結果為準，參賽者不得異議；</li><li>3. 主辦機構保留修改比賽細則的權利，於合理情況及遵照比賽目的精神下，修訂上述所有規則或資料，恕不另行通告；</li><li>4. 所有已遞交的短片將自動授權本會作教育及宣傳用途，包括但不限於上載參賽短片於網上平台、編製入資源庫；</li><li>5. 若因參賽作品侵犯知識產權，而導致主辦單位或任何相關機構面對任何法律行動、要求、申索及開支，均由參賽者自行承擔，一概與主辦 / 協辦機構無關。</li><li>6. 一經遞交，所有參賽作品的版權均屬主辦機構所有，參賽者須同意主辦機構可隨時為任何目的展示、複印、複製、使用或修改其參賽作品，而主辦機構無須通知參賽者及向參賽者支付版權費用。</li><li>7. 主辦機構有權不接受任何不恰當或不符合比賽主題和規格的參賽作品，如懷疑參賽作品侵犯他人知識版權，有權取消其參賽或得獎資格；</li><li>8. 所有參賽者必須遵守本比賽的規則及參賽表格所列載的所有其他條款及細則。</li></ol>
<b>備註：</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>頒獎典禮視乎情況，若受任何不明情況影響，而未能預期舉行，本會再另行通知，敬請參加者留意；*</b></li><li>2. 沙田區家長教師會聯會有限公司對參加者在活動上所拍攝的相片，有任何形式的使用權，無須支付任何費用；</li><li>3. 如活動當日天氣變壞，天文台於早上八時發出黑色暴雨警告訊號或掛八號風球，活動取消；</li><li>4. 如天文台於早上八時發出紅色暴雨警告訊號或掛三號風球，本會將應當日情況，會聯絡各參加者，通知活動是否正常舉行；</li><li>5. 本會對是次活動，有權作任何更改，而無須作另行通知。</li></ol>



沙田區家長教師會聯會有限公司(註冊非牟利團體認可慈善機構編號:91/13481)  
The Joint Council of Parent-Teacher Associations of The Shatin District Ltd.  
P.O. Box No. 637, Shatin Central Post Office  
Tel: 5627-8807, Fax: 3011-1170 Email: [ptashatin@gmail.com](mailto:ptashatin@gmail.com)

(附件 2)

「珍·愛沙田」活動系列 2020

開開心心好“煮”意暨健康餐盒填色比賽 (小學組)

健康餐盒填色比賽詳程：

比賽主題:	開開心心好“煮”意暨健康餐盒填色比賽
截止報名日期:	2020年8月31日(星期一)
稿件收集日期:	2020年9月11日(星期五)
頒獎典禮日期:	2020年9月26日(星期六) 留意備註:1
活動時間:	上午10:00 - 下午2:00 結束
活動地點:	曾璧山中學(新界沙田馬鞍山恆光街12號)
費用:	全免
填色比賽組別:	初級組(一至三年級) 高級組(四至六年級)
獎品獎項:	初級組、高級組  各設:冠、亞、季、最具創意獎(各一名)、優異獎六名  冠軍-獎杯、獎狀及禮券\$500  亞軍-獎杯、獎狀及禮券\$400  季軍-獎杯、獎狀及禮券\$300  最具創意獎-獎杯、獎狀及禮券\$200  優異獎-獎杯、獎狀及禮券\$100
評分標準:	作品需切合主題:開開心心、構圖、創意、技巧



沙田區家長教師會聯會有限公司(註冊非牟利團體認可慈善機構編號:91/13481)  
The Joint Council of Parent-Teacher Associations of The Shatin District Ltd.  
P.O. Box No. 637, Shatin Central Post Office  
Tel: 5627-8807, Fax: 3011-1170 Email: [ptashatin@gmail.com](mailto:ptashatin@gmail.com)

<b>參加者須知:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 每位參加者只限遞交一份作品；</li><li>• 可自行選擇繪畫顏料，於圖畫填上顏色及添加其他設計，以表達主題訊息（如：彩紙、飾物.....等）；</li><li>• 參賽作品畫面上，不可顯示學生姓名、學校名稱等記號。</li><li>• 參加者姓名、級別、學校名稱，聯絡電話，請填寫在作品背面；</li><li>• 拍攝參賽作品正面及背面的相片，於 2020 年 9 月 11 日 或以前遞交，相片上載：請登入或掃描之 QRcode 報名。 <a href="https://drive.google.com/drive/folders/1wmeetzvMEKxw7Nqgui4Jj2pMqayxhRyL">https://drive.google.com/drive/folders/1wmeetzvMEKxw7Nqgui4Jj2pMqayxhRyL</a></li><li>• 每組會選出 20 幅作品於 9 月 26 日總評審；</li><li>• 入圍作品的同學將會有專人通知，出席 9 月 26 日總評審，並於當天公佈比賽結果及頒發獎項。</li></ul>
<b>比賽注意事項:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 已通知入圍參加者，必須準時上午 11:00 到接待處報到；</li><li>2. 參賽作品，如發現盜用任何其他商業或非商業版權，將被取消資格，而引起侵犯版權之版權問題，均與主辦機構無關。</li><li>3. 本會不會退回作品，如有需要，請自行留底稿</li><li>4. 所有不符合比賽規則的參賽作品將會被取消資格；</li><li>5. 參加者在遞交報名資料前，須詳閱章程並同意遵守比賽規則；</li><li>6. 主辦單位有權修改本章程或作補充解釋，不作另行通知；</li><li>7. 主辦單位及評審團擁有本比賽最終解釋權及得獎結果的最終裁判權。</li></ol>
<b>備註：</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>頒獎典禮視乎情況，若受任何不明情況影響，而未能預期舉行，本會再另行通知，敬請參加者留意；*</b></li><li>2. 沙田區家長教師會聯會有限公司對參加者在活動上所拍攝的相片，有任何形式的使用權，無須支付任何費用；</li><li>3. 如活動當日天氣變壞，天文台於早上八時發出黑色暴雨警告訊號或掛八號風球，活動取消；</li><li>4. 如天文台於早上八時發出紅色暴雨警告訊號或掛三號風球，本會將應當日情況，會聯絡各參加者，通知活動是否正常舉行；</li><li>5. 本會對是次活動，有權作任何更改，而無須作另行通知。</li></ol>



沙田區家長教師會聯會有限公司(註冊非牟利團體認可慈善機構編號:91/13481)  
The Joint Council of Parent-Teacher Associations of The Shatin District Ltd.  
P.O. Box No. 637, Shatin Central Post Office  
Tel: 5627-8807, Fax: 3011-1170 Email: [ptashatin@gmail.com](mailto:ptashatin@gmail.com)

(附件 3)

「珍·愛沙田」活動系列 2020  
開開心心好“煮”意暨健康餐盒填色比賽  
小學組 參加回條

敬覆者：

本校 將會參加 2020「開開心心好“煮”意暨健康餐盒填色比賽」活動。

本校 將參與以下項目 (可選多項)：

報名參加拍攝烹飪短片比賽 (詳情請參閱 附件 1)

參賽菜式名稱：\_\_\_\_\_

1. 參加者姓名：\_\_\_\_\_ (家長 / 學生)

2. 參加者姓名：\_\_\_\_\_ (家長 / 學生)

3. 參加者姓名：\_\_\_\_\_ (家長 / 學生)

4. 參加者姓名：\_\_\_\_\_ (家長 / 學生)

報名參加健康餐盒填色比賽 (詳情請參閱 附件 2)

- 參賽作品於 2020 年 9 月 11 日 或以前遞交

- 同學參賽作品相片上載：請登入或掃描之 QRcode 報名。

<https://drive.google.com/drive/folders/1wmeetzvMEKxw7Nqgui4Jj2pMqyqxhRyL>

學校名稱：\_\_\_\_\_

負責人姓名：\_\_\_\_\_ (老師 / 家長) 聯絡電話：\_\_\_\_\_

電郵：\_\_\_\_\_ 傳真：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

填妥參加表格，請於2020年8月31日或以前，傳真至本會  
傳真號碼：3011-1170 或電郵：[ptashatin@gmail.com](mailto:ptashatin@gmail.com) 遞交

(刪去不適用者)