



社團法人中華民國康復之友聯盟

第十九屆「健心盃」精神康復者社區才藝交流競賽

藝起復元～神采飛揚

【初賽活動簡章】

- 一、指導單位：衛生福利部
- 二、主辦單位：社團法人中華民國康復之友聯盟
- 三、承辦單位：社團法人臺中市心樂活關懷協會、社團法人高雄市心理復健協會
- 四、協辦單位：台北市政府衛生局、台中市政府衛生局、高雄市政府衛生局

☆☆☆☆ 健心盃主題介紹-『藝起復元～神采飛揚』 ☆☆☆☆

支持健心盃的朋友你們好～～健心盃競賽今年邁向第 19 個年頭，感謝所有支持的朋友夥伴們，即日起開放報名。

康盟致力推廣學習與疾病症狀共存的精神康復概念，提升社會大眾對精神康復者的認同及去汙名化，期待讓精神康復者透過歌唱才藝表演展現其優勢，提供一個機會讓社會大眾看見他們的復元歷程，提升對精神康復者的認同及去汙名化。

唱歌與才藝表演是一種自我表達、訴說心情故事的休閒方式，透過健心盃活動與社會大眾真實接觸交流，康復者同儕之間也能互動與了解，本次主題—『藝起復元～神采飛揚』，讓我們一起復元同行，您的幸福是我們的使命，你準備好了嗎，讓我們開始健心盃吧。





社團法人中華民國康復之友聯盟

2023 年第十九屆「健心盃」精神康復者社區才藝交流競賽，誠摯地邀請熱愛才藝表演創作的康復者們報名參與，在舞台綻放生命光彩！本屆透過預審通過後，將可晉級參與初賽(分南北區進行)，初賽勝出者，最後進入總決賽，活動簡章若有未竟之事，本聯盟隨時調整資訊並公告於官方網站及臉書粉絲專頁。

康復之友聯盟官方網站：[社團法人中華民國康復之友聯盟 \(tamiroc.org.tw\)](http://tamiroc.org.tw)

康復之友聯盟粉絲專業：[康復之友聯盟 - 首頁 | Facebook](#)

☆☆☆☆ 本屆健心盃「未來天團」表演主題說明 ☆☆☆☆

健心盃競賽項目「未來天團類」的演出，須以本屆主題【**藝起復元～神采飛揚**】為演出主軸。參賽團隊可運用音樂、舞蹈、戲劇或任何演出形式傳達精神康復者復元的故事，克服疾病的挑戰展現個人獨特具意義的復元旅程。

一、競賽類別

第十九屆「健心盃」精神康復者社區才藝交流競賽，競賽類別區分為天籟美聲、未來天團及明日之星等三類。其中，天籟美聲類又分設演唱組及合唱組。如下：

(一) 天籟美聲類

1. 演唱組：個人演唱 1-2 人
2. 合唱組：6 人以上-14

人(二) 明日之星類

(三) 未來天團類:3~12 人

2、競賽制度

(一)、賽制流程：第一階段預審 晉級第二階段初賽(北區、南區各 1 場) 晉級第三階段決賽





社團法人中華民國康復之友聯盟

(二)、賽制說明：

1. 第一階段預審採線上評選制。報名各類競賽項目之個人或團體，均需事先將參加本屆健心盃競賽之演出、演唱或才藝表演完整內容拍攝成影片檔，可上傳至 Youtube 影音網站產生連結(請於網路報名表中表演影音內容上傳欄位輸入連結位址)，供本聯盟進行評選。預審通過者，始得晉級初賽，初賽勝出者，最後進入總決賽。各項名單將公告於本聯盟官網與臉書粉專。
2. 第二階段初賽
 - 1)預審通過者將晉級初賽，並依報名時所屬之縣市別，分別參加北區或南區之初賽。
 - 2)各類競賽評分標準同預審，採現場評審。初賽比賽結果與晉級決賽名單將公告於本聯盟官網。
 - 3)參與初賽之各類競賽參賽者，除表演曲目需與預審曲目相同外，其餘服裝、造型、道具得自行調整。
3. 第三階段決賽
 - 1)第三階段決賽採現場評審制，並於當天頒獎。
 - 2)參與決賽之團體或個人，除未來天團類仍須以詮釋本屆主軸為基本內涵外，天籟美聲類及明日之星類皆得更換曲目或演出內容。請於決賽報名時自行變更。
- 4.各類競賽評分標準及晉級決賽名單於本聯盟網站公告。
- 5.各類競賽評分標準如下：
 - 天籟美聲類—演唱組：技巧 30%、歌曲詮釋 30%、舞台表現 20%、整體協調性 20%。
 - 天籟美聲類—合唱組：技巧 20%、歌曲詮釋 20%、舞台表現 20%、整體協調性 20%、演唱難度 20%
 - 未來天團類—主題詮釋 30%、創新性 20%、舞台表現 20%、整體協調性 20%、演繹難度 10%
 - 明日之星類—創新性 30%、技巧難度 30%、舞台表現 20%、整體協調性 20%
- 6.各類競賽項目錄取組數如下：





社團法人中華民國康復之友聯盟

天籟美聲類 演唱組，上限為 20 組。

天籟美聲類 合唱組，上限為 10 組。

未來天團類，上限為 10 組。

明日之星類，上限為 5 組。

- 各區報名人數不足各類上限組數時，則全額錄取。逾上限組數時，則由評審委員會依評分高低順序決定晉級初賽之團體或個人。

三、競賽期程

(一)報名與公告時間

(敬請參賽者上本聯盟官網及粉專查閱，本聯盟不另外以任何形式通知。)

1. 預審報名截止日期:即日起至 7 月 5 日(三)止。
2. 入選南北初賽名單公告日期:112 年 7 月 14 日(五)。
3. 南、北區初賽報名截止日期:至 7 月 25 日(二)止(晉級初賽者須再次報名)
5. 南、北區初賽名單流程公告日期:至 7 月 31 日(一)
6. 晉級決賽名單公告日期:至 9 月 5 日(二)止(晉級決賽者須再次報名)
7. 決賽報名截止日期:至 10 月 4 日(三)止
8. 決賽名單及流程公告:10 月 11 日(四)

(二)賽事:

1.北區初賽

- 1、**賽事日期：112 年 8 月 10 日(四) 08:30~17:00**





社團法人中華民國康復之友聯盟

2、賽事地點：台北市青少年發展暨家庭教育中心三樓演藝廳

(地址:台北市中正區仁愛路一段 17 號)

2.南區初賽

1、**賽事日期：112 年 8 月 18 日(五) 08:30~17:00**

2、賽事地點：高雄科學工藝博物館 南館演藝廳

(地址: 807 高雄市三民區九如一路 720 號)

3.決賽:

1、**賽事日期：112 年 10 月 19 日(四) 08:30~17:00**

2、賽事地點：台中市大墩文化中心演講廳

(地址: 臺中市西區英才路 600 號地下一樓)

四、流程表(預定)

序號	時間	進行內容
1	08:00~09:30	報到
2	09:30~09:50	介紹貴賓、評審、注意事項 說明
3	09:50~12:00	天籟美聲演唱組
4	12:00~13:00	中午休息
5	13:00~13:40	明日之星類
6	13:40-13:50	休息
7	13:50~14:50	天籟美聲 合唱組
8	14:50~15:00	休息
9	15:00~15:50	未來天團





社團法人中華民國康復之友聯盟

10	16:00-16:50	頒獎
11	17:00	賦歸

四、報名方式

(一) 報名注意事項：

1. 預審一律採取網路線上報名，請務必於線上報名系統完成報名程序。

本活動以機構為報名單位，請於線上報名系統確實填寫報名表與檢附**參賽者相關證件影本**、媒體拍攝訪問同意書。預審表演內容可上傳 Youtube 網站產生連結，請於網路報名表中「表演影音內容」輸入連結位址或上傳影片檔 mp4。

2、晉級初賽、決賽者須再次網路報名，參賽者須檢附身心障礙證明或重大傷病卡、媒體拍攝同意書，若機構工作人員 (或社區民眾) 參加競賽，請附身分證或相關有照片之證件影本。

3、晉級初賽、決賽者，請於網路報名表中「表演影音內容」上傳欄位輸入伴唱音樂連結位址或 Youtube 位址，會將儲存於聯盟雲端硬碟資料夾更新，並做如下說明:

(例如:檔名為機構名稱--參賽項目--參賽者姓名 (或隊伍名稱) --曲名)

(例如康盟--天籟美聲類演唱組--李小明--夜來香) 或

(例如康盟--明日之星--李大同—表演內容—伴奏音樂曲目)

(例如康盟--天籟美聲類合唱組或未來天團--隊伍名稱—曲名)

4、如參賽團員，臨時因住院、病情不穩或其他狀況導致無法出賽，需更換參賽者，請先聯繫承辦單位，並補寄替換者之身分證明文件。

(二) 分區報名：





社團法人中華民國康復之友聯盟

預審及第二階段初賽採分區評選，請依所轄縣市報名。各報名項目以乙次為限，不得跨區報名與重複報名。

- 1.北區：宜蘭縣、基隆市、新北市、台北市、桃園市、新竹縣、新竹市、苗栗縣、花蓮縣、連江縣。
- 2.南區：台中市、南投縣、彰化縣、雲林縣、嘉義縣、嘉義市、台南市、高雄市、屏東縣、台東縣、澎湖縣、金門縣。

(二)報名步驟如下：



1.初賽報名 QR Code/連結：

<https://forms.gle/mySKiJpwCWwD8UNg6>

2.

3. 初賽報名截止日 **112/7/25(二)**

4. 初賽流程順序名單將於 **112/7/31(一)**公告，請各單位屆時準時抵達參賽會場。

5. 入決賽名單將於 **112/9/14(四)**公告，請各單位屆時至本聯盟官

網及粉專報名，若有新的伴奏(唱)連結檔請上傳報名表，更新

6. 報名完成後請來信或來電與本聯盟確認，以確保您的參加活動權益。

(三)受理報名窗口及活動洽詢

◆承辦單位承辦員：施熙怡、留臻怡、陳文躍

◆電話：02-2585-0810、02-2585-0811

◆聯絡電子信箱：tamiroc2022@gmail.com



台北市 110410 信義區忠孝東路五段 1-1 號 13 樓 TEL：02-2585-0811 FAX:02-2585-0812
E-mail：tamiroc2022@gmail.com 官方網站：<http://www.tamiroc.org.tw>



社團法人中華民國康復之友聯盟

◆ 收件人傳真：02-2585-0812

五、競賽規則 (請詳閱名額限制及各項目比賽規則)

- (一) **參賽資格**：領有精神疾病重大傷病卡或精神障礙證明者。
- (二) **名額限制**：名額限制：每機構之報名項目，天籟美聲類演唱組 2 人或 2 隊為限，天籟美聲類合唱組 1 隊為限，未來天團類 1 隊為限，明日之星類 1 人為限。
- (三) **競賽規則**：

1、天籟美聲類：分為演唱組及合唱組，自選曲一首，並以「唱歌」為主要評分標準。

■ **演唱組**：演唱長度每人(組)以 3 分鐘為限。(含主持人介紹、出場)

參賽者得以(1)個人歌唱、(2)二人對唱以上方式報名。

■ **合唱組**：6~14 人之間，歌曲長度以 5 分鐘為限。(含主持人介紹、出場)

■ **比賽規則**：

- ✓ 一律背譜、背稿
- ✓ 伴唱音檔 若有合音、人聲，經主辦單位通知後，未如期更換者，視同棄權。
- ✓ 合唱組(含指揮及伴奏)以分部合唱形式為主，工作人員(或社區民眾)可以參賽，與精神康復者的比例上限為 1:6。

2、未來天團類：主軸限定，以「愛在藝起，為心而讚」為本年度健心盃的主題。

在競賽項目「未來天團類」的演出，將限定參賽團隊須以「**藝起復元~神采飛揚**」為演出主軸(請參閱第一頁說明)。參賽團隊可運用音樂、舞蹈、戲劇或任何演出形式，展現機構鼓勵康復者在完成復元歷程。

■ **表演內容**：本競賽項目為複合式競賽，報名團隊需結合 2 種以上元素呈現精神康復者的熱情與才藝。元素包含音樂、樂器、道具、歌唱、舞蹈、戲劇等。

■ **比賽規則**：





社團法人中華民國康復之友聯盟

- ◆ 本類別僅提供 3~12 人所組成之團體報名。演出長度以 5 分鐘為限。(含主持人介紹及出場)
- ◆ 本項目請各參賽團隊以安全為第一要素，表演型式禁止高競技動作，如：疊羅漢等。
- ◆ 本項目工作人員(或社區民眾)得參賽，與精神康復者的比例上限為 1:5。

3、明日之星類：

為鼓勵精神康復者興趣培養及發揮長才，健心盃特別設立此類個人競賽項目，讓精神康復者展現自我才華!(註：個人歌唱不在此類別)

■表演內容：競賽項目包含樂器、默劇、模仿、舞蹈、功夫或其他獨立展現之才藝。

■建議方向：鼓勵參賽者透過表演呈現自身的復元故事。

■比賽規則：

- ◆ 一律背譜、背稿
- ◆ 本類別僅提供單人報名。演出長度以 4 分鐘為限。(含主持人介紹、出場)
- ◆ 請各參賽者以安全為第一要素，表演型式禁止高危險性動作，如胸口碎大石等。

六、注意事項 (請務必詳閱並遵守，以確保參賽者權益)

(一)、第一階段預審賽所需之影音檔案或 YOUTUBE 連結：

- 1、請務必更改檔名為**機構名稱--參賽項目--參賽者姓名 (或隊伍名稱) --曲名**。例
如康盟--天籟美聲類演唱組--李小明--夜來香。
- 2、錄製格式附檔名須為「.mpeg」、「.mp4」、「.mov」或「.wmv」。
- 3、錄製解析度須至少 720*480 以上。(以手機拍攝者請以橫式錄製)
- 4、影音錄製時請盡量避免雜音干擾。天籟美聲類以伴唱帶搭唱者，請關閉原唱人聲。
如因雜音過多或出現伴唱人聲以致無法辨識參賽者演唱水準時，則不予評分。
- 5、非參賽人員請勿入鏡或發聲。
- 6、以網路上傳影音檔案者，請參考網路上有關如何上傳影片至 youtube 之相關介





社團法人中華民國康復之友聯盟

- 紹。(二)、本屆不提供金嗓點播系統，需請參賽者提供音樂伴奏影音檔，請以「.wav」、「.mp3」、「.cda」格式錄製的伴奏音樂，避免播放音樂錯誤，請以 1 檔案錄製 1 首歌曲
- (三)、本屆不提供鋼琴伴奏。需現場伴奏者，請自備樂器，並於報名表中填妥伴奏樂器
- (四)、天籟美聲合唱類及未來天團類之表演者得加入單位的工作人員 (或社區民眾)，然若經主辦單位發現超過上述規定比例，將取消該項目比賽資格。
- (五)、本次活動不提供差旅費、餐費及任何活動之補助。
- (六)、請參賽之團體或個人密切注意競賽期程所訂之各項公告時間，本聯盟不再以任何形式通知，敬請上本聯盟官方網站及臉書粉專查閱。
- (七)、本簡章如有未竟事宜，本聯盟得隨時公告之。



2023 第十九屆「健心盃」精神康復者社區才藝交流競
「藝起復元～神采飛揚」檢具參賽者相關證件影本」

單位名稱			
參賽人員	<input type="checkbox"/> 精神康復者_____人 <input type="checkbox"/> 工作人員(含民眾)_____人	初賽影音	<input type="checkbox"/> 光碟_____片 <input type="checkbox"/> youtube 上傳
參賽者相關證明影本，請依序浮貼於此頁，若不敷使用，請自行複印，謝謝。			

**2023 第十九屆「健心盃」精神康復者社區才藝交流競
「藝起復元～神采飛揚」媒體拍攝訪問同意書**

※ 參加並同意活動中接受媒體拍攝、訪問、由主持人宣讀本人之基本資料及相關公益用之媒體文宣製作。

單位名稱：				
1	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途。	本人親簽	
2	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途	本人親簽	
3	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途	本人親簽	
4	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途	本人親簽	
5	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途	本人親簽	
6	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途	本人親簽	
7	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途	本人親簽	
8	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途	本人親簽	
9	姓名	本人同意於健心盃活動中接受媒體拍攝或訪問，由主持人宣讀個人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途	本人親簽	

附表二

2023 第十九屆「健心盃」精神康復者社區才藝交流競

		人相關資料，媒體文宣僅作公益及宣導用途，不另作其他用途		
備註事項	<p>1. 本表若不敷使用，請自行影印，編號不足請自行增加編碼。</p> <p>2. 「參賽者證明文件、媒體拍攝同意書、預審光碟(以燒錄光碟參與預審者方備妥此項)」一併以郵寄方式寄本聯盟，方視同報名成功。預審光碟如缺件、損毀，經主辦單位通知之後未如期補件，將視同棄權。</p> <p>3. 報名後請與各區承辦單位聯繫，以確保您的參加活動權益。</p>			