**報名表格**

**「食得喜」樂齡美食烹飪大賽2023**

**家居照顧者專場**

**報名截止日期:** **8月17日（星期四）下午5時正**

**遞交方法: 電郵至** **goodlife@hkcss.org.hk**

**（電郵主旨請註明：「食得喜」樂齡美食烹飪大賽2023）**

*\*主辦機構將於收到報名表後3個工作天內以電郵向聯絡人發出確認通知。如屆時未收到通知或有任何疑問，請致電2876 2498 / 2876 2439查詢。*

***入圍通知日期： 9月1日（星期五） 決賽日期：10月28日 （星期六）***

***「食得喜」樂齡美食烹飪大賽頒獎典禮：預定11月下旬舉行***

**第一部份 – 參賽者資料**

姓名：（中文）\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_（英文\*）\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

電話號碼：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 電郵地址：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*\*請用正楷填寫資料*

**第二部份 – 參賽食譜資料**  （*如空格橫線不敷應用，請自行加附頁填)寫）*

1. 菜式名稱：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. 食物及配料（請列明所有食材的名稱和數量/單位）

食材：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 名稱 | 數量/單位 |  | 名稱 | 數量/單位 |
| 1 |  |  | 5 |  |  |
| 2 |  |  | 6 |  |  |
| 3 |  |  | 7 |  |  |
| 4 |  |  | 8 |  |  |

調味料/醬汁：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 名稱 | 數量/單位 |  | 名稱 | 數量/單位 |
| 1 |  |  | 7 |  |  |
| 2 |  |  | 8 |  |  |
| 3 |  |  | 9 |  |  |
| 4 |  |  | 10 |  |  |
| 5 |  |  | 11 |  |  |
| 6 |  |  | 12 |  |  |

*\*決賽入圍者需沿用現時所提交的食譜，惟可於參與賽前練習後因應菜式要求而調整食材及配料份量，以及其烹調方法。*

1. 烹調步驟 (請點列)

**第三部份 – 菜式設計理念及故事** *（如空格橫線不敷應用，請自行加附頁填寫）*

1. 設計理念及故事

(II) 作品相片或短片簡介

1. 相片 – 可以附件方式連同此表格電郵至**goodlife@hkcss.org.hk**，上限5張

圖像類別: JPEG/PNG彩色清晰照片，檔案大小: 每張2MB或以下

檔案名稱必須包括參賽者姓名及菜式名稱 （範例:「參賽者姓名\_菜式名稱」）

**或是**

1. 短片 – 可拍攝不多於3分鐘的短片並上傳到雲端硬碟，並將影片存取權設為可供所有擁有連結的人觀看後，將連結連同此表格電郵至**goodlife@hkcss.org.hk**

影片格式: MP4, WMV, MOV

1. 照顧技巧

*註：可分享平日照顧吞嚥困難人士的心得*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. 問卷調查
2. 您對照護食的認識有多少？(10分為最高分)



1. 您認為照護食標準指引對您有幫助嗎？：

☐ 很大幫助 ☐ 少許幫助 ☐ 一般 ☐沒有幫助 ☐ 未有機會了解

1. 對是次比賽的期望：（選填）

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. 您從甚麼渠道得悉是次比賽？：

☐ 社聯宣傳平台 ☐ 社福機構 ☐ 言語治療師/營養師 ☐照顧者平台/群組

☐ 食品供應商 ☐ 其他(請列明)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*\*不包括於評分項目*

**第四部份 – 心得分享\***  *（如空格橫線不敷應用，請自行加附頁填寫）*

1. 如本人遞交的食譜、相片及短片（如有）違反版權條例，本人接受被取消參賽資格，並承擔一切法律責任，與主辦機構無關。
2. 報名表格內一切資料及有關文件確實無誤及完整，若有錯漏，主辦機構毋須負責。
3. 本人明白並接受主辦機構蒐集、處理及使用個人資料，以及所有遞交的作品資料，作是次活動聯絡、宣傳及推廣之用。
4. 本人接受主辦機構安排有關比賽的拍攝或錄影，並用於有關平台宣傳，亦願意在決賽和獲獎後接受有關是次比賽的拍攝及宣傳活動。
5. 本人同意在任何情況下，主辦機構不需就任何因「食得喜」樂齡美食烹飪大賽2023而引起的任何申索，不論為財產或其他損失、受傷、死亡或其他性質之申索，向本人負責（無論是以彌償、分擔款項或其他形式負責），不論該申索是否因主辦機構或其僱員、代理、承辦機構及/或次承辦機構故意失責或疏忽而導致。
6. 本人同意並接受以電郵形式接收社聯的資訊。（如不同意，可於下列拒收資訊一欄的空格加上「」號）

☐本人拒絕以電郵形式接收社聯的資訊#。

**第五部份 – 參賽者聲明**

*#請在適當的☐內打✓*

**第六部份 – 條款及細則**  *(必須於此欄簽署，否則參賽申請將不予受理)*

1. 每名參賽者只能遞交一份報名表格，重覆遞交的申請將不獲受理。
2. 參賽申請截止日期為2023年8月17日（星期四）下午5時正，逾期者將不會獲入圍資格。填妥的表格請以電郵遞交至goodlife@hkcss.org.hk，社聯將於9月1日（星期五）公布入圍決賽名單。
3. 參賽者必須遵守所有參賽規則、注意事項、聲明及主辦機構的任何要求，若有違反者，主辦機構有權取消其參賽及得獎資格。
4. 如有發現任何抄襲及侵權行為，主辦機構有權取消其參賽及得獎資格，參賽者亦須自行承擔所有法律責任，一概與主辦機構無關。
5. 主辦機構有權使用及發佈所有遞交的作品資料（包括食譜、圖片或短片等），並在任何媒體作宣傳及推廣之用，而無須事先取得參賽者同意。
6. 所有決賽入圍者須參加賽前備戰活動，如有無故缺席者，主辦機構會一律視作放棄參賽資格。
7. 所有得獎者必須參加「食得喜」樂齡美食烹飪大賽頒獎典禮，缺席者須向大會交代合理原因，主辦機構有權更改任何獎項安排。
8. 如發現其他參賽者有任何違規行為或比賽過程中有不公正的事，必須在現場立即向主辦機構或評審舉報，或在賽事結束後七天內向主辦機構附上相關證明作檢舉，其餘一律不予受理；被證實違規者，將即時被取消參賽及得獎資格。
9. 對於所有賽事規則及未盡事宜，主辦機構保留最終解釋、更改和變動之權利。

參賽者簽署: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_