

主辦單位：紀念“五·四”青年節系列活動籌備委員會

## 紀念“五四運動”一百零一周年系列活動

### 「五四齊運動」

#### 章程

**1. 宗旨：**

今年是五四運動的第一百零一周年，五四運動對於青年學生來說意義重大，這是青年學生登上歷史舞臺的首秀，體現了他們的愛國熱情。適逢新時代的到來，澳門青年在時代的巨輪下，在世界舞台上得到更多的發展機會，除了自身的努力外，亦有賴祖國的支持。此次活動目的是為了讓澳門學生也能感受得到愛國精神以及展現青年意志，並一同紀念這個日子。活動匯入了五四精神—「愛國、進步、民主、科學」，採用“全民運動”的理念，透過全民網上齊運動的參與形式，身體力行地將“愛祖國，興中華”的信念透過新穎的形式傳遞開去，紀念五四運動的同時亦展現了新時代青年的風采。

**2. 活動對象：**

持有澳門身份證之澳門居民或；  
持有澳門有效合法居留證明文件的人士

**3. 參加人數：**

不限

**4. 活動形式：**

- 活動以網上形式進行，參加者可自行選擇 Instagram 或 Facebook 社交媒體進行；  
參加者需拍攝一條完成五十四次運動動作的短片，拍攝完成後，通過 Instagram 或 Facebook 的 Messenger 功能將報名資料傳送到活動帳號以作審核，短片完成審核後將上傳到是次活動專頁；
- 凡符合要求的參加者可獲紀念品乙份並參加抽獎，另設人氣獎。

**5. 運動要求：**

參加者可選擇不同的運動，運動總次數為五十四次即可，建議可為深蹲、仰臥起坐、屈膝收腹、開合跳、掌上壓、弓箭步或高抬腿等。

**6. 活動日期：**

- 遞交影片時間：2020 年 4 月 23 日—2020 年 5 月 13 日；
- 人氣獎按讚日期：2020 年 4 月 24 日至 2020 年 5 月 14 日晚間 11 時 59 分；
- 抽獎結果公佈：2020 年 5 月 15 日。

## 7. 獎項：

- 凡短片符合要求之參加者均可得紀念品乙份（數量有限，送完即止）；
- 人氣獎：「五四青年」Instagram 及 Facebook 的專頁上分別獲讚最多的一名參加者；
- 幸運大抽獎：抽獎於公佈人氣獎前以直播形式進行，從符合要求的參加者中抽出十名幸運兒。

## 8. 短片要求：

- Instagram 及 Facebook 不能重複報名，一經發現將被取消資格；
- 參加者可選擇不同運動動作進行拍攝，拍攝形式不限，可選擇縮時攝影或普通錄像攝影；
- 短片內容不可包含任何粗言穢語或不當行為及字眼，違者可被取消資格。

## 9. 報名方法：

- Instagram：
  - 步驟 1：參加者需**關注**是次活動專頁；
  - 步驟 2：然後使用 Instagram **Messenger** 的功能將運動影片及中文全名發送到「mayfourth2020」的 Instagram 帳號以作審核，完成審核後大會將上傳影片到是次活動 Instagram 專頁；
  - 步驟 3：最後，參加者需於該影片留言區**標記**三名朋友，待收到工作人員確認回覆方完成報名手續。
- Facebook：
  - 步驟 1：參加者需**關注**是次活動專頁；
  - 步驟 2：然後使用 Facebook **Messenger** 的功能將運動影片及中文全名發送到「五四青年」的 Facebook 帳號以作審核，完成審核後大會將上傳影片到是次活動 Facebook 專頁；
  - 步驟 3：最後，參加者需於該影片留言區**標記**三名朋友，待收到工作人員確認回覆方完成報名手續。

## 10. 領獎地點：

- 收到確認回覆的參加者，請於指定日期辦公時間內攜帶身份證明文件前往蒼青中心領取紀念品乙份（領取紀念品後拍照上傳至任何社交網絡平台，即可獲得便攜式免洗搓手液一枝，數量有限，送完即止）；
- 人氣獎及抽獎得獎者於活動結束後由專人以 **Messenger** 方式通知。請攜帶身份證明文件於辦公時間內前往蒼青中心領取獎品。

## 11. 注意事項：

- 每日 17 時或之前遞交報名申請而符合資格的參加者，短片將於翌日 10 時發佈在活動專頁上；
- 收集個人資料聲明：1、在本次活動所提供的個人資料會用作處理「紀念“五四運動”一百零一周年系列活動—五四齊運動，挑戰 101」申請、統計及建立資料庫的用途；2、根據法律規定，當事人同意或要求通告的合辦機構為資料接受者；3、申請人有權根據第 8/2005 號法律《個人資料保護法》第 11 條規定申請查閱、更正或更新其存放於本會的上述資料。

12. 聯絡及查詢：

- 電話：2876 8118 姜小姐
- 辦公地址：澳門慕拉士大馬路 215 號飛通工業大廈第二座 1 樓 B 座
- 辦公時間：週一至週日：上午 9 時 30 分至晚上 8 時正
- 詳請可瀏覽澳門學聯網站 [www.aecm.org.mo](http://www.aecm.org.mo) 及  
五四青年 Facebook 專頁 <https://www.facebook.com/MayFourthMovement/>

**\*主辦單位保留對活動及此章程的最終解釋權**