

【無齡世代-樂活宣導計畫】免費開放申請中！

董氏基金會為呼籲大眾盡早建立良好習慣，活出健康快樂的晚年生活，特辦理「無齡世代-樂活宣導計畫」，提供教具、文宣禮贈品、講師等資源，以協助有需要的單位推動樂齡族教育和宣導工作。

一、主辦單位：董氏基金會 食品營養中心

二、申請對象：全台醫療院所、樂齡中心、老人/社區大學、銀髮照護相關科系等，有樂齡族宣導需求的單位皆可申請（請以機構為單位）。

三、申請時間：即日起至 114 年 4 月 30 日（使用日期不在此限）。

四、申請內容：

方式	資源索取	合作計畫
說明	各項資源有一定的索取數量限制，適合需求較低的單位。	可申請較大量的資源，申請須提供計畫書，格式請見下方說明 3。
提供資源	<ul style="list-style-type: none">• 數位資源• 宣導單張• 文宣禮贈品• 營養教具	<ul style="list-style-type: none">• 數位資源• 運動教具• 宣導單張• 講師• 文宣禮贈品• 營養教具

1. 各項資源說明：

- **【數位資源】**：提供多款影片與宣導簡報，透過圖文與短片傳遞正確飲食觀念，幫助民眾及早建立良好習慣，累積健康資本。
- **【宣導單張】**：提供無齡世代「健康力 / 食力 / 肌力 / 腦力」、多吃蔬果、減鹽增健康、得舒飲食等多款單張，資訊豐富，可用於推廣發送。
- **【文宣禮贈品】**：可用於相關宣導活動，為參與者提供精美且實用的禮贈品並給予鼓勵。
- **【營養教具】**：含多種飲食份量參考工具，採實用的 L 夾設計。款式涵蓋「健康蛋白質食物」、「蔬菜類」、「水果類」、「穀物雜糧」、「均衡飲食」，幫助民眾掌握正確的飲食份量及均衡原則。
- **【運動教具】**：提供多種教具如彈力繩、瑜珈墊、按摩球、扭力棒、六角反應球、平衡墊等，以促進運動推廣，鼓勵民眾培養運動習慣、強化肌力。
- **【講師】**：提供專業營養師協助舉辦講座與推廣活動，請至少於活動日 2 個月前提出申請，董氏將視活動內容及時間來評估是否承接。

本活動由全家便利商店零錢捐贊助支持

~ 更多資訊請搜尋董氏基金會食品營養中心「無齡世代銀髮專區」 ~

2. 各資源詳細內容請見官網 (<https://www.nutri.jtf.org.tw/Article/Info/5204>)

3. 欲申請合作計畫者，請先下載合作計畫書 (<https://reurl.cc/WAokM7>)，內容填寫詳細為佳，以利合作評估。

五、申請方法：

請先加入官方 LINE (<https://lin.ee/6uOmctr>) 並點擊選單，即可開始申請 / 繳交合作計畫書。



加入LINE



進入聊天室，點擊選單



- 若無法點擊選單，請直接傳訊告知欲申請本活動。
- 完成申請不代表索取成功！因資源有限，主辦單位保有斟酌分配之權利，並以 LINE 通知申請結果。

六、**成果提供**：申請成功單位，請務必在使用資源後，於官方 LINE 回傳至少 5 張成果照片。

若有問題請洽 02-2776-6133 分機 303 賴專員，或聯繫主辦單位[官方 LINE](#)。

本活動由全家便利商店零錢捐贊助支持

~ 更多資訊請搜尋董氏基金會食品營養中心「無齡世代銀髮專區」~