

「樂齡餐盤來趣淘」電子遊戲比賽簡章

一、活動目的：

為推廣「我的餐盤」圖像知識，增加本市長者對於「我的餐盤」圖像之認知，提升均衡飲食識能，利用線上遊戲讓市民進行體驗，落實健康飲食觀念，藉由遊戲加深長者營養認知與活化腦部保持運作避免衰退。

二、主辦單位：臺中市政府衛生局

三、報名資格：

1. 個人組：本市 65 歲以上市民。
2. 團體組：本市社區關懷據點、巷弄長照站 C、伯公照護站、文化健康站、長青學苑及樂齡大學等單位。
3. 青銀組：全台中市高中、大專院校學生。

四、報名方式：採線上報名。

1. 個人組及團體組：連結「我的餐盤-聰明吃」系統)完成註冊。
2. 青銀組：以學校為單位組隊統一報名，需於線上表單填寫報名表，經確認後完成報名手續。線上報名表單網址：<https://forms.gle/LKV3iEbaHkAhgJV56>。



系統網頁 QR code



線上表單 QR code

五、競賽時間：109 年 3 月 1 日~109 年 4 月 30 日。

六、活動資訊：

1. 個人組競賽：競賽時間內，每一位參賽者可多次挑戰網頁線上遊戲，刷新自己最佳成績，活動結束後位於排行榜上 5 位參賽者，頒發獎狀(禮卷)以資鼓勵參與。
2. 團體組競賽：以社區關懷據點、長青學苑及樂齡大學為單位，統計每個

單位遊玩遊戲總次數，排名前 5 名之單位也將頒發獎狀(禮卷)以資鼓勵單位參與。

3. 青銀組競賽：藉由老少共學，促進世代之間互動，結合本市高中及大專院校，由學生組隊媒合社區關懷據點、巷弄長照站 C、伯公照護站、文化健康站、長青學苑及樂齡大學等單位，學生利用課餘時間至據點指導長輩使用「我的餐盤-聰明吃」線上遊戲教具，若學校輔導的社關懷據點/長青學苑/樂齡大學單位遊玩遊戲總次數為排名前 5 名，將頒發獎狀(禮卷)以鼓勵學校參與。

七、獎勵：

1. 個人獎及團體獎項如下：

	個人獎	團體獎
第一名	3,000	6,000
第二名	2,500	5,000
第三名	2,000	4,000
第四名	1,500	3,000
第五名	1,000	2,000
總計	10,000	20,000

2. 青銀組:學校輔導的據點獲得團體獎時，學校可獲得 3,000 元，若同時該據點長者也獲得個人獎時，再加發獎金 3,000 元，故學校最高可獲得 6,000 元。
3. 每月抽獎活動：3~5 月期間參與線上遊戲者，可獲得參加抽獎資格，每月將抽出 10 名幸運兒獲得精美禮品 1 份。
4. 成績公布:109 年 05 月 15 日於衛生局官網公布得獎名單。

八、聯絡資訊：

本活動相關訊息請至台中市政府衛生局官網 <https://www.health.taichung.gov.tw/> 查看。如需協助請洽台中市政府衛生局保健科 劉小姐，電話：(04)2526-5394 分機 3354，電子信箱：hbtcm01224@taichung.gov.tw

