

分享邁入銀齡後的「展心生活」，
高額獎金等你拿!!

銀髮生活，如何安排生活會感到幸福、充滿正能量？
年輕朋友們看見身邊長者最自在快樂是什麼樣子呢？
從事志工、學習新知、種植花草？
或唱歌跳舞、郊遊踏青？

志在樂齡

照片、短文徵件活動

即日起至 2024

8/16

10月下旬公告評審結果



總獎金超過
120,000元

參與對象：
13歲以上民眾

投稿方式：
1. 線上投稿



2. 下載報名表



填妥後寄至wawa@jtf.org.tw或郵寄至
105台北市松山區復興北路57號12樓之3
董氏基金會心理衛生中心志在樂齡活動小組



投稿辦法

以短文或照片，分享自在樂齡的模樣，如何安排生活、覺察自我、累積正向能量(如運動、享受美食、親友相處…等)，讓自己或身邊長者充滿幸福感，過得自在充實。

1. 照片

上傳符合主題之照片，附上約20字之說明，不論是興趣嗜好、個性、行為或生活，都能分享喔!

注意：照片中務必含至少一位55歲以上中高齡者入鏡(投稿者本人或親友之肖像)。

2. 短文

撰寫約100~300字，分享自己或夢想中自在樂齡的模樣，以及這些生活中的美好對樂齡生活的影響。

青年組 13~29 歲、壯年組 30~54歲

主題內容：

分享自己夢想中或身邊長者自在樂齡的模樣。

短文主題參考方向：

「我夢想中的樂齡生活是……」。

「我看見，×××(長者)_____的時候，也讓我好期待規劃自己的樂齡生活……」。

樂齡組 55歲以上

主題內容：

分享自己在樂齡生活中感到幸福的事物。

短文主題參考方向：

「我喜歡我現在的生活……」。

「當我_____感到充實與幸福！」

注意事項：1. 參賽者不限制各項目參加次數，但若同個參賽者有兩件以上不同作品得獎，則取價值較高獎項為得獎內容。2. 嚴禁抄襲與仿冒，且不得引用有版權糾紛之圖片、文章。參賽作品，若經檢舉或告發而涉及著作權、專利權及其他權利之侵害情事，參賽者應自負一切法律責任，概與主辦單位無關。3. 參賽作品若涉及或影射淫、穢、色情、暴力或影響社會善良風俗等內容，或惡意造成主辦單位形象、聲譽等有價或無價之損失，主辦單位有權不另行通知參賽者，即可取消該作品參賽資格，並保留法律追訴權，若造成主辦單位受有損害者應自負民事或刑事上賠償之責任。4. 參賽作品將授權於董氏基金會所有，應用於相關活動及其他經路平台。

詳情請洽：董氏基金會心理衛生中心 02-27766133 #203 張小姐



財團法人 寶佳公益慈善基金會

董氏基金會

志在樂齡 照片、短文 徵件活動

以照片或短文，分享自己、身邊長者或心目中「展心」自在的樂齡生活，如何安排生活、覺察自我、累積正向能量(如學習新知、運動、享受美食、親友相處…等)。

-投稿者報名資訊-

姓名		生日(年/月/日)	
電話/手機		電子郵件信箱	
聯繫地址			
組別	<input type="checkbox"/> 青年組 13-29 歲	<input type="checkbox"/> 壯年組 30-54 歲	<input type="checkbox"/> 樂齡組 55 歲以上
投稿類別	<input type="checkbox"/> 短文 <input type="checkbox"/> 照片 (可擇一或複選)	生理性別	<input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 男

若非投稿者本人親自投稿，請協助者填妥下方資訊，作為得獎聯繫方式

姓名		與投稿者之關係	
電話/手機		電子郵件信箱	

照片投稿區

上傳符合主題之照片，附上約 20 字說明。

※ 照片中務必含至少一位 55 歲以上之中高齡者(投稿者本人或親友之肖像)。

◎ 作品說明(約 20 字)：

◎ 請於下方空白處貼上照片



短文投稿區

- 撰寫短文，可參考以下主題範例

青年組 13 歲-29 歲 壯年組 30 歲-54 歲

「我夢想中的樂齡生活是_____...」

「我看見 XXX(長者) 做/展現_____的時候，也讓我好期待規劃自己的樂齡生活...」

樂齡組 55 歲以上

「我喜歡現在的樂齡生活，做著_____，讓我覺得很幸福...」

「當我(做/參與)_____，讓我感到充實與幸福！...」

- 100~300 字短文



感謝您的參與，歡迎多邀請親友參加投稿喔!!

可將本報名資料郵寄掛號至

「105 台北市復興北路 57 號 12 樓之 3 董氏基金會心理衛生中心」，

或寄 e-mail 至 wawa@jtf.org.tw。

◎詳情請洽 02-2776-6133#203 張小姐



↑ 也可直接掃描 ↑
於線上投稿喔