

■ 附件一：「2026 戒菸就贏比賽」簡介

「Quit & Win」自 1994 年由芬蘭衛生部首度主辦以來，世界各國紛紛加入參與，2000 年起獲得世界衛生組織(WHO)公開支持與肯定；Quit & Win 每兩年舉辦一次，至多曾串連全球 80 個國家、70 萬組人次共同參與。

2002 年由董氏基金會前執行長、也是前衛生署署長的葉金川教授帶領，臺灣成功加入國際 Quit & Win「戒菸就贏比賽」計畫以來，我們每屆都不缺席。兩年一次的「戒菸就贏比賽」，歷屆一年後的戒菸成功率達三成五，顯示「戒菸就贏比賽」，確實達到積極助人戒菸的目的。12 屆來超過 25 萬組人報名戒菸。

「2026 戒菸就贏比賽」除像歷屆活動啟動全面的宣傳激勵、提供獎金獎勵、創造歡樂且持續的社會支持機制外，再加碼警務人員(包含警大及警專的學生)專屬「成功戒菸特別獎(8 萬元 2 組)」，以及將醫事人員列入獎勵對象，鼓勵報名戒菸比賽者到全國 2700 個醫院、診所、衛生所、藥局等「戒菸服務合約醫事機構」去戒菸，並填上一名醫事人員擔任「戒菸關懷人」，只要成功戒菸且抽中獎金組(10 組)，其「戒菸關懷人」都可加獲 1 萬元獎金。

【活動辦法】

吸菸的「參賽者」與不吸菸的「見證人」兩人一組，於今(2026)年 4 月底前完成報名，比賽期間不使用任何菸品、類菸品，成功戒菸組即可參加抽獎。

報名戒菸比賽者，請趕快到全國戒菸服務合約醫事機構(包含醫院、診所、藥局及衛生所)戒菸，並填上一名醫事人員擔任「戒菸關懷人」，只要成功戒菸且抽中獎金組，其「戒菸關懷人」可加獲 1 萬元獎金。(可回溯自 2026 年 1 月起之戒菸療程)

【比賽期間】

2026 年 5 月 2 日至 5 月 29 日，連續四週完全不吸菸，且不使用其他任何菸品、類菸品。

【報名資格】

- 吸菸的「參賽者」：報名截止前須年滿 20 歲、具中華民國國籍或在國內連續居住一年以上，報名前吸菸至少一年(含加熱菸使用者)，且有意嘗試戒菸者。
- 不吸菸的「見證人」：須年滿 7 歲，未曾吸菸或已戒菸(不使用菸品、類菸品)一年以上，為參賽者之家人、師長、朋友、同學、同事、共同生活或其他經常相處，願意支持並見證參賽者完全戒菸之人。
- 「戒菸關懷人」：須為戒菸服務合約醫事機構的醫事人員，願意支持協助參賽者戒菸。(不得同時擔任見證人)

【報名方式】

- 採線上報名：活動開跑後請上「華文戒菸網」www.e-quit.org 報名。

【活動獎勵】

- 成功戒菸獎八組：參賽者與見證人共得新台幣八萬元(各得四萬元)。
- 戒菸關懷人獎：成功戒菸得獎組之戒菸關懷人，可得新台幣一萬元。

【特別獎勵】

- 警務人員成功戒菸獎二組：參賽者與見證人共得新台幣八萬元(各得四萬元)。
- 警務人員成功戒菸得獎組之戒菸關懷人，可得新台幣一萬元。

【戒菸就贏比歷屆成效】

| 年代 | 2002 | 2004 | 2006 | 2008 | 2010 | 2012 | 2014 | 2016 | 2018 | 2020 | 2022 | 2024 |
|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|-------------|
| 參賽人數 | 23,096 組 | 30,967 組 | 17,060 組 | 18,741 組 | 25,405 組 | 29,720 組 | 27,427 組 | 25,252 組 | 21,323 組 | 11,702 組 | 8,559 組 | 12,397 組 |
| 戒菸率 (1 個月) | 75.4% | 68.79% | 65.53% | 74.4% | 75.2% | 75.1% | 79.5% | 76.7% | 70.1% | 未調查 | 未調查 | 未調查 |
| 戒菸率 (1 年) | 37.20% | 35.40% | 35.84% | 36.3% | 34.4% | 37.8% | 38.7% | 34.4% | 37.4% | 未調查 | 未調查 | 未調查 |

■ 附件二：宣導品建議使用方式、配送數量表、相關連結

(一) 宣導品建議使用方式：

| 文宣 | 建議使用方式 |
|-------------------------|--|
| 1.海報、布條 | 請張貼或懸掛在出入口及人潮處。 |
| 2.傳單 | 主動提供給民眾。 |
| 3.口罩 | 辦理宣導活動使用。 |
| 4.30秒公益廣告 | 下載供各公播系統及各項活動使用。 |
| 5.6分鐘短片 | 下載供各公播系統及各項活動，長期使用。 |
| 6.公益廣播(國台語) | 下載供各公播系統及各項活動使用。 |
| 7.網站連結 | 請機構網站首頁連結「華文戒菸網」(www.e-quit.org) |
| 8.LINE@圖 (建議文字) | <p>🔊為愛行動快樂戒菸 🚫</p> <p>吸菸+不吸菸=2人一組，報名「2026戒菸就贏比賽」，成功戒菸組就有機會可抽獎金8萬元，有8組喔!🎉</p> <p>▶報名請上「華文戒菸網」http://www.e-quit.org/</p> <p>*不定期密集推出新貼圖，請至文宣下載處下載使用</p> |
| 9.跑馬燈文字 (建議：即日起~5/1) | 現在快上「華文戒菸網」報名「戒菸就贏比賽」，成功戒菸就有機會抽中獎金8萬元8組! |
| 10 戒菸就贏 APP | 鼓勵下載，可找最便利的戒菸門診、設定戒菸日等。 |

(二) 配送數量表：

| 單位 | 內容 | 數量 |
|-----|-------------------------|------|
| 衛生局 | 1.傳單 (A4) | 100份 |
| | 2.活動海報 (76cm x 52cm) | 5張 |
| | 3.彩色大型布條 (360cm x 90cm) | 3條 |
| | 4.拒菸口罩(5片一包) | 2包 |

(三) 相關連結：

| | | | |
|---|---|---|--|
| 戒菸就贏比賽報名 http://www.quitwin.org.tw/ | 戒菸就贏文宣下載 https://bit.ly/49V5iWm | 衛生單位暨醫事機構 成果照片與展現 雲端資料庫 https://bit.ly/4t0cAks | 戒菸就贏 APP https://bit.ly/3MJZyHL |
|  線上報名 |  公益廣告與海報等 文宣下載 |  衛生單位暨醫事機構 宣導成果分享 |  戒菸就贏APP |