

## ■ 「2024 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。即使在 2008 年以後 WHO 已經停止國際的獎勵與串聯舉辦，但臺灣在衛福部國民健康署的大力支持下，仍一枝獨秀繼續舉辦兩年一次的全國戒菸就贏比賽，也創下每屆的一年後戒菸成功率皆超過三成的傲人成績，顯示臺灣「戒菸就贏比賽」的舉辦，確實達到積極助人戒菸的目的，與營造戒菸嘉年華會的社會氛圍，成功鼓動吸菸者與家人的互動與參與，共同報名與嘗試戒菸，11 屆來幫助超過 24 萬組家庭。

### 【活動辦法】

吸菸的「參賽者」與不吸菸的「見證人」兩人一組，於 **2024 年 4 月底前完成報名手續**；在比賽期間完全不吸菸，成功戒菸組即有機會參加抽獎。

### 【比賽期間】

**2024 年 5 月 2 日至 5 月 29 日**，連續四週完全不吸菸。

### 【報名資格】

- 吸菸的「參賽者」：年滿 20 歲、具中華民國國籍或在國內連續居住一年以上，且過去一年持續吸菸者。
- 不吸菸的「見證人」：年滿 7 歲，未曾吸菸或已戒菸一年以上，且為參賽者之家人、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。

### 【報名方式】

- 網路報名：活動開跑後請上「華文戒菸網」[www.e-quit.org](http://www.e-quit.org)，進行線上報名。
- 郵寄報名：填妥報名表，4 月 30 日前(郵戳為憑)逕寄 105404 臺北市松山區復興北路 57 號 12 樓之 3 「董氏基金會」收。
- 傳真報名：報名表 傳真至(02)2752-7247。

### 【活動獎勵】

- 成功戒菸首獎：參賽者與見證人共得新台幣三十萬整(各得十五萬)-1 組。
- 成功戒菸貳獎：參賽者與見證人共得新台幣六萬元整(各得三萬)-6 組。

### 【戒菸就贏比賽 歷屆成效】

年代	2002	2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022
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
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
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