附件2

“健康家·味道”优秀案例征集方案

一、征集范围

面向全国广大家庭征集合理膳食、健康美食视频、图文作品，倡导传统食养和健康餐饮新风尚，结合四个食养指南（2023年版），将现代营养学和中华传统食养有机结合，提高群众的健康饮食实践自觉，让合理膳食、避免浪费、科学食养、中医养生等健康生活理念惠及每个家庭、每个人。

二、案例要求

（一）参与活动的家庭利用各类食材，亲自制作创意健康美食，食材及烹饪方式不限，可以传统节日、家庭成员生日、重要纪念日等合家团圆的时刻为背景，展现家人的味道、家庭的味道、家乡的味道。

（二）案例要体现家庭健康饮食理念，如食物多样、营养均衡、节约精致、清淡饮食、减盐减油减糖、合理烹调、健康养生、因人因地因时食养、地域特色等。

（三）以视频或图片形式记录家庭餐桌上的健康菜品。视频作品应控制在10分钟之内，采用MP4格式，不大于50M；图片作品单张图片不小于800KB且不大于5MB；并随作品同步提交全家聚餐照片。

（四）需同步提交相关案例基本信息，包括但不限于：食材、菜单、烹调形式等，要求300字以内，展现健康饮食理念和健康好家风。

三、报送要求

个人和单位均可报送，在中国计生协官网或中国家庭报官微报名页面，下载并填写“健康家·味道”优秀案例报送表。将作品电子版材料（内含作品报送表word版、作品报送表个人签字或单位盖章扫描件以及相关视频或图片等）制成一个压缩包，于2023年10月20日前以电子邮件形式发送至中国家庭报社汇总（邮箱：syfz@cfnews.org.cn），邮件主题为“省份+作者姓名+案例名称”。

四、优秀案例确定

征集结束后，中国计生协将联合各主办单位邀请相关领域专家对报送案例进行评审，确定“健康家·味道”优秀作品案例。

五、宣传推广

中国计生协将联合各主办单位举办主题微直播活动（活动组织由中国家庭报社执行，具体安排适时在报名页面公布），通过知名互联网新媒体平台同步直播，展示各地特色健康饮食文化与家庭健康菜品，并以“嘉宾访谈+互动问答+直播连线”形式，邀请权威专家、营养师、家庭健康指导员、家庭代表等互动分享，让健康饮食生活方式融入新时代的家风实践。“健康家·味道”优秀案例征集活动成果将在2023年度中国家庭健康大会上集中展示。

“健康家·味道”优秀案例报送表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **报送单位基本资料（单位填写）** | | | | | |
| 报送单位 |  | | | | |
| 联系人 |  | 职 务 |  | 联系电话 |  |
| 联系地址 | （精确到门牌号） | | | | |
| **报送人员基本资料（个人填写）** | | | | | |
| 姓 名 |  | 性 别 |  | 出生年月 |  |
| 职 业 |  | | | 联系电话 |  |
| 联系地址 | （精确到门牌号） | | | | |
| 案例名称 |  | | | | |
| 案例类别 |  | | | | |
| 案例  概述 | （300字以内，可另附页） | | | | |
| 此处盖单位公章：（单位或机构）  签字（个人）： | | | | | |

**特别提示：**参加征集活动的作品必须为原创作品，投稿者必须是作品的合法拥有者，作品如侵犯肖像权、名誉权、隐私权、著作权、商标权及其他创作权益等，主办方有权取消其评选资格，涉及法律责任由作者承担。所提交的作品著作权归作者所有，主办方享有使用权和传播权。主办方有权在著作权存续期内，以复制、发行、展览、放映、信息网络传播等方式用于与主办方宣传相关的用途，不再支付费用。