

常见问题

2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战

关于 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战

1. 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战是什么活动？

2026 年“吃吃、喝喝、买买，保健大挑战”（The Eat, Drink, Shop Healthy Challenge）由新加坡保健促进局（HPB）主办，旨在鼓励个人在购买餐食、饮料、甜品和食品杂货时做出更健康的选择。您在每次购买符合条件的商品之后，即可获得数码印章和保健积分，用于之后兑换奖励。

2. 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战将在何时举行？

2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战将从 2026 年 1 月 1 日开始，到 2026 年 12 月 31 日结束。

参与活动

3. 参与 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战需要符合什么条件？

参与者必须拥有有效的 Healthy 365 帐户且年满 17 周岁。

如果参与者属于以下群体，则不得领取活动奖励：

- 保健促进局的员工和/或其直系亲属（即员工的配偶、子女、父母和/或兄弟姐妹）；
- 与这项活动直接或间接相关的任何保健促进局指定供应商（“保健促进局供应商”）的所有员工；
- 与这项活动直接相关的任何保健促进局供应商的分包商的员工，和/或
- 保健促进局对这项活动的支持品牌的所有员工。

请参阅网站 EatDrinkShopHealthy.gov.sg 所列的条款与条件以了解更多详情。

4. 如果我不想参与 2026 年吃吃喝喝买买·活出健康活动，要如何退出？

要退出这项活动，您可以拨打保健促进局的热线电话 1800 223 1313 或发送电邮至 hpb_mailbox@hpb.gov.sg 寻求协助。手机拨打 1800 服务热线需支付通话费用。

在指定线下商店赚取数码印章和保健积分

5. 我如何在指定的商店消费以赢取 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战的数码印章和保健积分？

在 Healthy 365 应用程序上报名参与 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战之后，即可前往指定商店购买符合条件的食物、饮料、甜品或食品杂货。

在指定商店购买每件符合条件的商品即可获得一张 QR 收据 (QR Receipt) 或 QR 小票 (QR Ticket)。使用 Healthy 365 应用程序扫描收据或活动券上的 QR 码即可获得 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战的数码印章和保健积分。

如果在参与活动的小贩中心购买符合条件的餐饮，您可以凭借收到的积分券前往吃吃、喝喝、买买，保健大挑战柜台兑换 QR 小票。请参阅问题 33 和 34 了解更多有关在小贩中心购买符合条件餐饮以获得奖励的信息。

活动期间，您可以在 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战护照 (Eat, Drink, Shop Healthy Challenge 2026 Passport) 页面查看每个星期购买食物、饮料和食品杂货所获得的印章记录。



6. QR 收据和 QR 小票有什么区别？

每购买一件符合条件的商品，您都会收到一张 QR 收据或 QR 小票。两者都印有 QR 码，可供您扫描并赚取相应的数码印章和奖励积分。

请参考以下表格了解更多详情：

	QR 收据	QR 小票
图样		
如何获得?	<p>QR 码直接印在收据上。</p> <p>扫描 QR 收据上的 QR 码即可获得您所购买的所有符合条件商品所对应的保健积分总数。</p> <p>参与者在指定商店购买符合条件的商品时可向收银员索取 QR 收据。</p>	<p>不同于收据的单独活动票券，上面印有 QR 码。</p> <p>每张 QR 小票仅对应购买一件符合条件商品时可获得的保健积分点数。如果您购买了 2 件符合条件的商品，您将收到 2 张 QR 小票。</p> <p>参与者在指定商店购买符合条件的商品时可向收银员索取 QR 小票。</p>

7. 要如何使用 Healthy 365 应用程序的扫码功能扫描 QR 收据或 QR 小票上的 QR 码?

启动并登入 Healthy 365 应用程序后，您可以点击主页下方的“扫描”图标，即可扫描 QR 码。



8. 我可以通过其他方式扫描 QR 收据或 QR 小票上的 QR 码吗？

您可以拍摄 QR 收据或 QR 小票的照片或截图，然后将图片上传至 Healthy 365 应用程序进行扫码。

首先开启 Healthy 365 的扫描功能，然后点按右上角的“图片”图标即可进入手机相册以选择要上传的图片。



9. QR 收据或 QR 小票上 QR 码的有效期有多久？

我们强烈建议您在购物后立即扫描 QR 收据或 QR 小票上的 QR 码。

QR 收据和 QR 小票上的 QR 码将在购物完成的次日后失效（例如，如果您在 2026 年 1 月 1 日完成一笔符合条件的消费，那么您获得的 QR 码将在 2026 年 1 月 2 日晚上 11 点 59 分后失效）。

QR 码一旦失效即视为作废，且无法获得补偿。

10. 每张 QR 收据或 QR 小票上的 QR 码可以扫描几次？

无论扫码成功与否，每张 QR 收据或 QR 小票上的 QR 码仅可扫描一次。扫码成功表明您成功获得相应的数码印章和保健积分，扫码失败的原因可能包括达到每周积分顶限或技术故障。

如果您在达到每周积分顶限之后扫描 QR 收据或 QR 小票上的 QR 码，则视为已获取奖励，同时该 QR 码将作废。在这种情况下，您将无法获得补偿或者将奖励转给其他参与者。

如果由于技术故障导致扫码失败未能获得相应奖励，可在消费当日起的 7 天内发送电邮至 hpb_mailbox@hpb.gov.sg 或拨打热线电话 1800 223 1313 联系我们的客服团队以寻求进一步协助。手机拨打 1800 服务热线需支付通话费用。

11. 如果我通过自助结账台、自助点餐机或第三方送餐平台购买符合条件的商品，我会收到 QR 收据或者 QR 小票吗？

您可在人工收银台以及自助结账台获得 QR 收据，以下交易除外：

- 如果您的 Healthy 365 应用程序已连接 FairPrice Group 应用程序，在 FairPrice 平价超市、Unity 以及 Kopitiam 消费时在收银台、自助结账台或通过 Scan & Go 使用

FairPrice Group 应用程序付款的交易。请参考问题 20 了解符合条件的数码印章和保健积分如何直接计入与应用程序关联的 Healthy 365 帐户。

- 在自助结账台完成且选择不打印收据和保健促进局 QR 码的交易。
- 在自助点餐机、Scan & Go (Healthy 365 应用程序未与 FairPrice Group 应用程序关联) 以及第三方送餐平台 (包括自取订单) 上完成的交易, 由相关商店自行决定是否发放 QR 收据。

对于发放 QR 小票的商店, QR 小票的发放仅适用于在收银台完成的交易, 而不适用于通过在线网站、手机应用程序和/或第三方送餐平台 (包括自取订单) 完成的交易, 由相关商店自行决定是否发放 QR 小票。

在指定线上伙伴平台赚取数码印章和保健积分

12. 我如何在指定线上伙伴的网站或手机应用程序上赚取数码印章和保健积分?

在 Healthy 365 应用程序上报名参加 2026 年吃吃、喝喝、买买, 保健大挑战后, 您需要将您的 Healthy 365 应用程序与指定的线上伙伴帐户进行关联。

当您收到在线订购的商品, 并且线上伙伴完成处理交易之后, 相应的保健积分以及数码印章将被记入关联的 Healthy 365 帐户。

13. 如何将我的 Healthy 365 应用程序与指定线上伙伴的应用程序进行关

联? 要将您的 Healthy 365 应用程序与指定线上伙伴的应用程序进行关

联:

- 登入您的 Healthy 365 应用程序
- 点按“探索”图标, 然后选择“伙伴”
- 选择您想要关联的伙伴应用程序
- 阅读并同意条款与条件。
- 登入指定伙伴的应用程序。

当您成功登录之后, 系统将提示“关联成功”, 即表明该伙伴的应用程序已经与您的 Healthy 365 应用程序关联。

请注意, 您在伙伴应用程序和/或在线网站上的所有消费相关数据都将与保健促进局共享, 以便后者对您的消费进行验证, 并在您购买符合条件的商品之后将数码印章和保健积分和/或奖励计入您的 Healthy 365 帐户。

14. 我如何查看已经与我的 Healthy 365 应用程序关联的所有指定线上伙伴?

要查看已经与您的 Healthy 365 应用程序关联的线上伙伴列表, 请进入 Healthy 365 应用程序中的“个人资料”页面, 点按右上角的设置图标, 选择“查看关联伙伴帐户”。在这里您可以查看与您的 Healthy 365 应用程序关联的所有线上伙伴应用程序。

或者, 您也可以点击“探索”图标并打开“伙伴”页面, 查看已关联的线上伙伴应用程序列表。已关联的伙伴应用程序将显示绿色的“已关联”标签。

15. 如果我的 Healthy 365 应用程序与指定线上伙伴解除关联，我还能赚取数码印章和保健积分吗？

不能，如果要在网上伙伴购物时赚取数码印章和保健积分，该指定线上伙伴必须与您的 Healthy 365 应用程序进行关联。一旦解除关联，那么您在购买符合条件的商品之后将无法获得数码印章和保健积分。

16. 我的 Healthy 365 帐户可以与几个指定线上伙伴的应用程序进行关联？

您的 Healthy 365 帐户可以关联的指定线上伙伴应用程序数量没有限制。然而，每个线上伙伴应用程序仅可关联一个 Healthy 365 帐户。

17. 线上交易所赚取的数码印章和保健积分要多久才会计入我的 Healthy 365 帐户？

当您收到在线订购的商品，并且指定线上伙伴完成处理交易之后，相应的数码印章和保健积分将被自动计入您的 Healthy 365 帐户。

如果您启用了 Healthy 365 应用程序的推送通知，那么当您收到数码印章和保健积分时，您将会收到推送通知，您也可以查看交易记录以了解保健积分的更新情况。

18. 我可以在我的 Healthy 365 应用程序中关联哪些指定线上伙伴？

您可以点按 Healthy 365 应用程序中“探索”页面内的“伙伴”图标，以查看可以与 Healthy 365 应用程序关联的指定线上伙伴。

或者，您也可以登录 EatDrinkShopHealthy.gov.sg 并浏览“Places To Win”（赢奖场所）查看所有指定线上伙伴的列表。

19. 我已经在我的 Healthy 365 应用程序中关联了 FairPrice Group 应用程序，那么我是否可以在 FairPrice 平价超市、Unity 和 Kopitiam 购买符合条件的商品时赚取数码印章和保健积分？

您的 Healthy 365 应用程序与 FairPrice Group 应用程序关联之后，您在 FairPrice 平价超市、Unity 和 Kopitiam 购物时，只有在使用 FairPrice Group 应用程序付款，所赚取的数码印章和保健积分才会直接计入您的 Healthy 365 应用程序。

Scan & Go 的交易则不生成 QR 收据。使用其他付款方式将获得 QR 收据。

20. 我在 Healthy 365 应用程序中关联了 FairPrice Group 应用程序之后，可以在 FairPrice Online 在线购物时赚取数码印章和保健积分吗？

是的，您将 Healthy 365 应用程序与 FairPrice Group 应用程序关联之后，在 FairPrice Online 在线购买符合条件的商品时，数码印章和保健积分将计入您的 Healthy 365 帐户。

当您收到在线订购的商品，并且线上伙伴完成处理交易之后，相应的数码印章以及保健积分将被记入关联的 Healthy 365 帐户。

如果您启用了 Healthy 365 应用程序的推送通知，那么当您收到数码印章和保健积分时，您将会收到推送通知，您可以前往交易记录页面查看计入的奖励。

如果您没有将 Healthy 365 应用程序与 FairPrice Group 应用程序关联，那么您在线购物时将不会获得数码印章和保健积分。

数码印章和保健积分 - 计算方式以及每周顶限

21. 我从购物中赚取的数码印章和保健积分是如何计算的？每个帐户所获得的奖励是否有顶限？

从线下商店或线上伙伴处购买一件符合条件的更健康选择商品，即可在相应的护照中获得 1 个印章（购买 1 份食物将获得 1 个食物印章）
每个印章也附带相应的基准保健积分，该积分将计入您的帐户。

请参考下表了解详情：

类别	购买每件符合条件的商品时可获得的数码印章	各个类别下每个数码印章所附带的基准保健积分	每名参与者每周可获得的数码印章顶限*
 符合条件的食物	1	10	15
 符合条件的饮料	1	5	15
 符合条件的食品杂货	1	5	20

*一周是指从星期一至星期日。

22. 为什么我上周赚取的印章没有出现在我的护照上？

食物、饮料和食品杂货护照上的印章将在每个星期一午夜 00:00 刷新。尽管护照每周刷新一次，您之前获取的数码印章仍在被系统处理的过程中。

您可以参考印章位置对应的数字了解您当前的印章数量。该数字应当等同于您目前已经获取的印章数量。



“多赢日”（WINS-DAYS）优惠和额外奖励

23. 什么是“多赢日”？

“多赢日”是在活动期间选定的特别日子，在多赢日从指定商店或线上伙伴平台购物时所获得的每一个印章都将附带比平常更多倍数的保健积分。

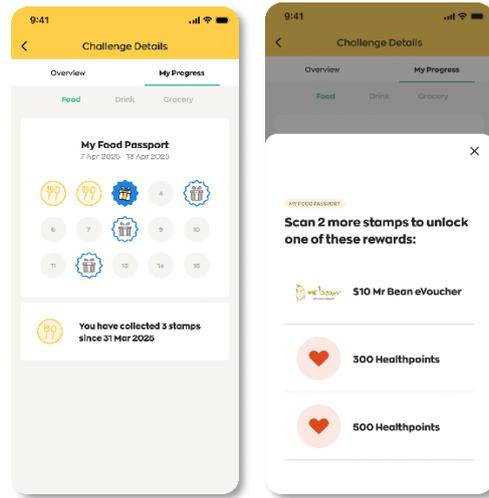
“多赢日”的倍数仅适用于每个类别的基准积分，而不适用于额外获得的保健积分奖励。要查看最新的“多赢日”日期，请参考 EatDrinkShopHealthy.gov.sg。

24. 当我的护照中奖励图标被点亮时，我能获得什么奖励？

在整个活动期间，随着您在吃吃、喝喝、买买，保健大挑战护照中不断增加新的印章，某些特定位置被点亮时除了让您获得每个印章附带的基准保健积分，还将解锁额外奖励。

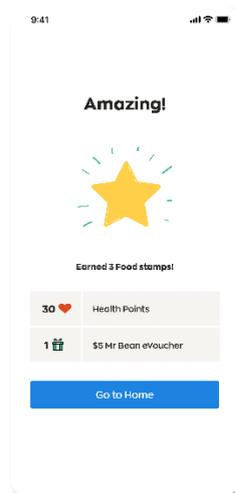
护照中这些印章位置都标注着奖励图标，点亮这些图标您可能赢取的额外奖励包括奖品、电子礼券、额外保健积分或者保健贴士。不同的印章位置所提供的奖励各不相同。

要了解您可以赢得的奖励，点按带有奖励图标的数码印章查看列表。如果列出的奖励不止一项，那么您将随机赢取其中一项奖励。

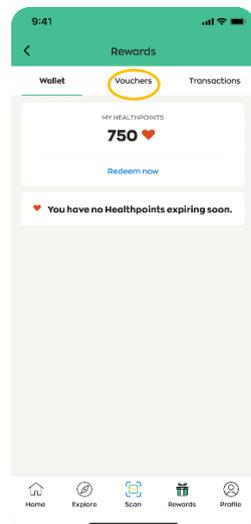


25. 如果我在购物后点亮了奖励图标，那么我可以在哪里查看我赢得的额外奖励？

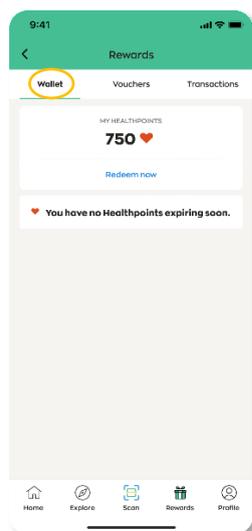
对于线下购物，扫描 QR 收据或 QR 小票上的 QR 码，您将获得的全部奖励将会显示在应用程序的界面。



要查看您获得的电子礼券，请点按“奖励”页面的“礼券”。



要查看您的保健积分，请点按“奖励”页面的“钱包”。



识别指定线下商店、线上伙伴和符合条件的商品

26. 怎么知道可以在哪些线下商店和线上伙伴平台赚取数码印章和保健积分？

2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战允许参与者从指定的线下商店和线上伙伴平台购买符合条件的商品以赚取数码印章和保健积分。

请浏览 EatDrinkShopHealthy.gov.sg 查看所有指定线下商店和线上伙伴平台的完整列表。

只有从这些指定的线下商店和线上伙伴平台购买符合条件的商品才有资格获得数码印章和保健积分。

27. 我要如何识别符合条件的食物、饮料/甜品和食品杂货？

从指定线下商店和线上伙伴平台购买符合条件的商品即可赚取数码印章和保健积分。

符合条件的食物、饮料、甜品和食品杂货的定义如下：

- (i) 符合条件的食物是指在指定的餐厅、咖啡店、食阁、小贩中心摊位、咖啡馆、食物售卖亭和快餐店，或在指定线上伙伴的网站或手机应用程序上售卖且标有任一保健促进局“较健康饮食计划”标签的任何食物。请参考下方标签的示例。不同商店出售的符合条件的食物可能有所差异。



(ii) 符合条件的饮料是指在指定的餐厅、咖啡店、食阁、小贩中心摊位、咖啡馆、食物售卖亭和快餐店，或在指定线上伙伴的网站或手机应用程序上售卖的以下饮料：

- a. 瓶装水/自来水/气泡或蒸馏瓶装水
- b. 带有较健康选择标签的盒装/罐装饮料
- c. 不加奶和糖的薏米水、仙草饮料、中国茶、日本茶、韩国茶、纯花茶和纯叶茶
- d. 不加奶和糖的咖啡或茶（例如，无糖咖啡乌、无糖茶乌）
- e. 不加奶和糖的浓缩和美式咖啡
- f. 不加糖和糖浆的新鲜豆浆/牛奶（仅适用于指定的小贩中心和咖啡店）

提供上述饮料的指定伙伴将在店面前方张贴以下至少一种保健促进局“较健康饮食计划”标签。



- g. 不包括在上述 a 至 f 项的经认可饮料（例如，珍珠奶茶、冰柠檬茶等）需标有以下至少一种保健促进局“较健康饮食计划”标签。



注意：所有美禄饮料（包括不加糖和奶的美禄、加淡奶的美禄及少糖的美禄）均不符合条件，不能获得 QR 收据或 QR 小票。

(iii) 符合条件的甜品指的是在指定餐饮场所，或在指定线上伙伴的网站或手机应用程序上售卖的任何低糖且富含膳食纤维的甜品，并标有以下“较健康饮食计划”标签。



(iv) 符合条件的食品杂货是指在指定超市、加油站商店和便利店，或在指定线上伙伴的网站或手机应用程序上售卖且带有较健康选择标签的任何产品。



Eat All Foods in Moderation

包赢幸运转盘 (WHEEL OF SURE WINS) 现场活动

28. 什么是包赢幸运转盘 (WHEEL OF SURE WINS) 活动?

包赢幸运转盘是现场转盘游戏，符合条件的参与者可以旋转幸运转盘以赢取奖品，并当场领奖。

29. 包赢幸运转盘活动会在哪里举行?

该活动会在整个活动期间于全岛不同地点举办。要查看活动地点和时间请浏览 EatDrinkShopHealthy.gov.sg

30. 我要满足什么条件才能参加包赢幸运转盘活动?

要参加包赢幸运转盘活动，您必须持有有效的 Healthy 365 帐户，且已经报名参加 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战。

您可转动转盘的次数取决于活动当天您通过参加 2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战赚取的保健积分，每 15 点积分即可转动幸运转盘一次。您可以将不同商店的消费所赚取的积分合并计算，但每天最多仅可转动幸运转盘 3 次。在每次转动转盘前，您都需要扫描现场工作人员提供的 QR 码以进行验证。例如，如果您符合条件转动转盘 3 次，那么您需要在转动转盘前扫描 QR 码 3 次。

保健积分点数	转动次数	在活动柜台扫描 QR 码的次数
15	1	1
30	2	2
45	3	3
60	3*	3

*每天最多可转动包赢幸运转盘 3 次，即使您赚取的保健积分超出相应的点数。

31. 包赢幸运转盘的转动次数有限制吗?

每位 Healthy 365 帐户持有人每天最多可转动幸运转盘 3 次，无论其当天在几个地点参加活动。

32. 参加包赢幸运转盘活动需要接受哪些验证?

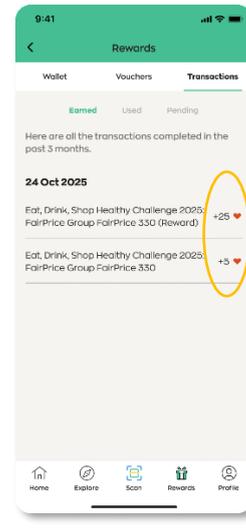
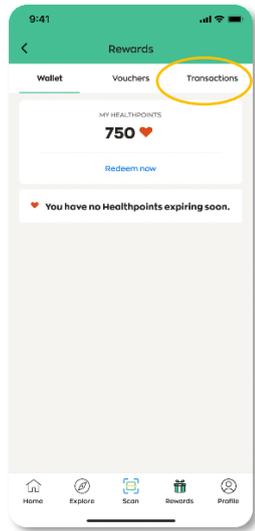
在参加包赢幸运转盘活动之前，现场工作人员将检查您 Healthy 365 应用程序中的保健积分以确保您符合条件。每位参与者每天最多可转动幸运转盘 3 次。

保健积分验证流程

1. 登入您的 Healthy 365 应用程序，打开“奖励”页面，然后点按“交易”。

2. 在“交易”页面查看保健积分。

例如，您在 5 月 7 日通过吃吃、喝喝、买买，保健大挑战赚取了 25 点保健积分，那么您可以在当天举行的包赢幸运转盘活动中转动幸运转盘 1 次。



33. 如何参加在小贩中心举办的包赢幸运转盘活动？

要参加在小贩中心举办的包赢幸运转盘活动，您需要在指定小贩摊位购买更健康的食物或饮料以获得食物或饮料积分券。

之后，您可以前往吃吃、喝喝、买买，保健大挑战柜台将食物或饮料积分券兑换相应的食物或饮料 QR 小票。每天每位用户最多可兑换 4 张食物 QR 小票和 4 张饮料 QR 小票。

扫描 QR 小票即可赚取相应的数码印章和保健积分。活动当天，您在 Healthy 365 应用程序中通过参加2026 年吃吃、喝喝、买买，保健大挑战每累计15 点保健积分即可转动幸运转盘一（1）次。

请参考以下饮料积分券（左）和食物积分券（右）的图片。



34. 怎么知道哪些小贩中心摊位参与包赢幸运转盘活动？

参与包赢幸运转盘活动的小贩摊位将张贴以下贴纸。



客服支持

35. 为什么我获取的数码印章、保健积分和/或奖励没有计入我的帐户？

出现这种情况可能是由于以下原因之一：

- 您的帐户累计奖励已经达到每周顶限。请参考问题 21 了解每周奖励顶限的更多详情。
- 在较健康选择计划/较健康饮食计划下登记的条形码或商品与指定商店实际销售的商品不符。
- 您的线上购物尚未完成送货或交易尚未处理完成。

您可以提交补偿申请，以便我们进一步调查，经核实后，符合条件的数码印章和保健积分将计入您的帐户。

请参考问题 38 了解如何提交补偿申请以及所需的证明文件。

36. 我收到的 QR 收据或 QR 小票由于印刷不清而无法扫描，我该怎么办？

由于不同机器的打印质量有所差异，有些打印出来的 QR 码可能会出现模糊或缺失的情况。如果 QR 码不够清晰，Healthy 365 应用程序的扫码功能可能无法成功读取和处理 QR 码。

您可以提交补偿申请，以便我们进一步调查，经核实后，符合条件的数码印章和保健积分将计入您的帐户。

请参考问题 38 了解如何提交补偿申请以及所需的证明文件。

37. 如果我购买了符合条件的商品但是没有获得 QR 收据或者 QR 小票，我该怎么办？

请确保您是从 EatDrinkShopHealthy.gov.sg 上列出的指定线下商店或线上伙伴平台购买相关商品。

如果您购买了符合条件的商品，您可以提交补偿申请，以便我们进一步调查，经核实后，符合条件的数码印章和保健积分将计入您的帐户。

请参考问题 38 了解如何提交补偿申请以及所需的证明文件。

38. 如何提交补偿申请？我需要提供哪些必要的证明文件？

要通过 Healthy 365 应用程序提交补偿申请，请按照以下的简单步骤操作：

1. 登入您的 Healthy 365 应用程序。
2. 进入“个人资料”页面，点击右上角的设置图标.
3. 向下滚动至“支持”部分，然后点击“联系客服”。
4. 在第 4 个问题下选择“QR Scan”（QR 码扫描），然后提交相关证明文件。

或者，您也可以在购买之日起 7 天内发送电邮至hpb_mailbox@hpb.gov.sg 或致电 1800 223 1313 联系我们的客户服务团队。手机拨打 1800 服务热线需支付通话费用。

您需要提供以下证明文件以便我们核实您的补偿资格。

- 线下或线上购物的完整收据的清晰图片，包括交易编号、购买日期/时间戳和商店信息，并列出所购买物品以及相应数量。
- 所收到的 QR 收据或 QR 小票的清晰图片（适用于收到 QR 收据或 QR 小票的情况）
- 所购买的符合条件商品的图片，需显示带有较健康选择标签和/或标识符的包装详情，以及商品的条形码（适用于线下购物时无法扫描 QR 码的情况，或者线下或线上购买的商品数量与所赚取的数码印章和保健积分不符的情况）。

39. 客户服务热线的工作时间是什么时候？如何联系他们寻求帮助？

您可以发送电邮至 hpb_mailbox@hpb.gov.sg 或者致电 1800 223 1313 联系我们的客户服务团队。手机拨打 1800 服务热线需支付通话费用。

我们的客户服务热线工作时间为星期一至星期五上午 8 点至傍晚 6 点，周末和公共假日除外。