1. 為鼓勵親子建立共同運動紓壓習慣，董事基金會邀請知名主持人巴鈺及其兒子恩典，拍攝《邊玩邊跳，親子共動好心情》親子操，短短一分鐘的影片即能達到全身律動、運動紓壓效果。敬請協助推廣本片，影片請參見附件一連結。
2. 為促使更多學生與家長參與親子共同運動活動，基金會設計親子操照片募集活動，民眾透過社群平台(Facebook或Instagram)上傳照片參與抽獎活動。
3. 參與方式如下： 1.拍下與親友倆倆一組跳《邊玩邊跳，親子共動好心情》親子操之照片並將照片上傳於自己的社群平台。 2.於貼文中寫下「#邊玩邊跳動出好心情」及「#董氏攜手康健」，並將其畫面截圖。 3.至活動貼文留言區，貼上完成活動之截圖或連結，即可參加抽獎。詳情請參見附件一活動連結