

【520 與礙同行，健康齊步走】活動簡章

一、活動目的

白永恩神父社會福利基金會(以下簡稱本會)在南迴四鄉(太麻里鄉、金峰鄉、達仁鄉、大武鄉)服務身心障礙者與家庭已十年，深切體會身心障礙者因行動不便外出機會少、生理機能快速退化。

有鑑於此，本會於 111 年起發起「520 與礙同行，健康齊步走」活動(以下簡稱本活動)，鼓勵身心障礙者走出家門及培養健康休閒活動，同時邀請其家庭成員、社區長者及社會大眾一同參與或擔任志工，獲得參與者熱烈迴響。

今年隨著疫情趨緩，本活動將擴大參與對象、並延長健走路線。開放外縣市民眾一起參與，除了達到增進家庭關係、鄰里互動，也讓社會大眾接觸及認識身心障礙者及弱勢族群，並給予更多的關懷及支持，促進族群融合及社會和樂，同時能沿路看見大武之美，並將愛延伸擴偏鄉。

二、主辦單位：財團法人天主教白永恩神父社會福利基金會

三、活動時間：112 年 5 月 20 日(星期六)上午 7:30~12:00

四、活動地點：

起點：大武多功能活動中心(地址：台東縣大武鄉大武街 21 巷 1 號)

終點：南迴驛大武之心(地址：台東縣大武鄉環港路 56 號)

五、活動流程：

活動時間	內容/流程說明	備註
0710-0730	健走報到	1. 地點：大武多功能活動中心 2. 搭接駁車前往者另規劃搭車地點和時間。
0740-0750	致詞及說明注意事項	說明志工及活動應注意事項
0750-0800	暖身操	
0800-0805	出發前大合照	
0805-1100	起步走	
1100-1105	健走結束大合照	
1105-1200	大武之心自由參觀/解散	領取回饋贈品、午餐

六、健走路線：活動公里數：約 5.4 公里(單程)，時間 3 小時

大武多功能活動中心 -> 0.5km 林務局大武工作站 -> 2.2km 金龍湖休憩區 -> 3.8km 金龍山紫雲寺 -> 4.4km 尚武社區(經大武鄉公所) -> 5.4km 大武之心南迴驛。



七、集合時間與地點：

1. 集合地點：大武多功能活動中心(台東縣大武鄉大武街 21 巷 1 號)：上午 7:10 開始報到。
2. 搭接駁車前往集合地點：
 - 2.1 活動前去程：
 - ◎大武火車站：上午 7:20 發車。
 - 2.2 活動後回程：
 - ◎大武之星：中午 12:00 發車，返回集合地點及大武火車站。

八、參加對象：身心障礙者、長者及社區民眾等，預估人數 100 人。

1. 身障學員：本會賓茂樂活站、大武日照中心、金崙友善工坊、太麻里賽谷工坊身障者與家屬，預計參與人數：40 人。
2. 陪走志工：邀請社區、部落居民，與其他縣市民眾或企業團體可報名參加，以陪伴與協助身障者完成活動為主要任務。預估人數：30 人。
3. 一般民眾：捐款 100 元¹參加活動(身障者與陪同者 1 位、12 歲以下者、60 歲以上者免費)，體驗南迴沿途風光並支持本會在地服務。預估人數 30 人。

¹ 報名費作為本會於台東南迴服務經費，可開立捐款收據。

十、報名時間：即日起至 5/10(三)截止。

十一、報名方式：

1. 現場報名：親赴本會金崙友善工坊、賓茂樂活站、太麻里賽谷工坊、大武日照據點填寫資料並完成繳款(不含免費資格者)。
2. 網路報名：掃描 QR-code 填妥資料，並完成繳款程序(不含免費資格者)。
3. 其他：個人或企業團體可電話或 email 報名，聯絡人：陳詠恩先生，電話 089-771077、[yungen. tai tung@beunen.org.tw](mailto:yungen.tai tung@beunen.org.tw)。
4. 匯款資訊：



國泰世華銀行士林分行(代號 013)

戶名：財團法人天主教白永恩神父社會福利基金會

帳號：068-03-500520-3

十二、活動贈品：

1. 於報名時間完成程序後，本會辦理活動保險並提供午餐。
2. 舉凡全程參與活動者可獲本會服務對象感謝回饋禮，依報名身份別之贈品項目如下：

身份別	一般民眾	身障者	身障陪同者	陪走志工	60 歲以上
資格	100 元	免費	限 1 名免費	免費	免費
回饋贈品	身障者手作藍染方巾 1 件	洗手乳 1 瓶	洗手乳 1 瓶	身障者手作藍染方巾 1 件 + 雞蛋糕 1 份兌換券 + 志工時數證明(若有需求)	沙拉油 1 瓶

十三、注意事項：

1. 活動時間較早，建議參加者前一天(5/19)安排夜宿大武或金崙火車站附近民宿，第二天可至接駁地點集合。需要住宿推薦可向主辦單位聯絡。
2. 歡迎擔任陪走志工，主要服務內容為在工作人員引導下，陪同及推行使用輪椅的學員，可視個人體力情形，與其他志工輪替。歡迎有服務熱忱的民眾或團體組團參加。
3. 考量坡度及路程，輪椅者於林務局大武工作站處乘車，接送至金龍山紫雲寺後繼續步行，此路段陪走志工可衡量身體狀況，選擇乘車或繼續步行欣賞山林之美。

- 4.所有參加人員均由主辦單位投保公共意外責任險。
- 5.活動中請遵守工作人員指揮引導，參加人數眾多請多注意自身及家人安全，以期活動順利圓滿。
- 6.活動於終點-大武之心南迴驛解散，參與者自行安排回程交通或於報名時申請搭接駁車返回集合地點或大武火車站。
- 7.請自備茶水，毛巾，帽子、陽傘等防曬物品，自備包包或袋子裝健走物資，並穿著包鞋以策行走健康與安全。
- 8.歡迎企業團體組隊參加，請洽：(02)88662976 分機 12 崔小姐、(089)771077 陳詠恩先生
- 9.雨天活動仍如期舉行，請參與民眾自備雨具。
- 10.個資法及肖像權：主辦單位或活動合作單位發佈或傳達給各參賽者活動相關訊息，以及活動過程之錄影、相片用於與本活動有關之宣傳與播放活動上，請同意者再行報名。

附件一 健行路線圖

➤ 全路線圖(共 5.4 公里)



1. 路線前段(約 0.5 公里)：

大武多功能活動中心 -> 林務局大武工作站



2. 路線中段(約 3.3 公里)：(此段輪椅組乘車)

林務局大武工作站 -> 金龍湖休憩區(廁所 1、補給站 1) -> 金龍山紫雲寺(廁所 2、補給站 2)



3. 路線尾段(約 1.6 公里)：

金龍山紫雲寺(廁所 2、補給站 2) -> 尚武社區(經大武鄉公所)-> 大武之心南迴驛



用心做好一件事 我就是100分超人



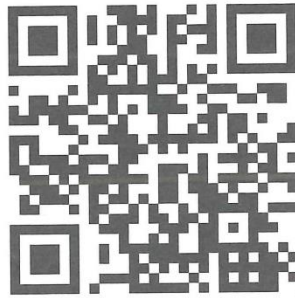
白永恩神父五十年前從荷蘭來到台灣，
持續著在台北、宜蘭、高雄為重度身障者、
貧困獨居長者照顧的服務，2007年踏上臺東
大武土地，關懷身障原住民的服務從未間斷。

我們是南迴公路上唯一提供身心障礙者訓練機構，
金崙友善工場在南迴公路誕生，
我們和身心障礙原住民牽手向前。

你的支持，是幫助身心障礙原住民走
出部落、重回職場的動力！
線上行動讓臺東和你更靠近。



線上捐款



愛心義賣



財團法人
天主教白永恩神父社會福利基金會
Beunen Foundation



白永恩神父基金會

【520 與礙同行，健康齊步走】報名表

QRcode 報名



- 一、活動日期：112 年 5 月 20 日 (星期六) 上午 7:30~12:00
- 二、活動地點：大武多功能活動中心(集合) - 南迴驛大武之心(提供午餐)
- 三、集合地址：台東縣大武鄉大武街 21 巷 1 號

姓名	性別	身分證字號	出生(民國) 年月日	連絡電話	報名身份/費用	搭乘接駁車		午餐 (葷/素)	報名費 小計(元)
						去程	回程		
(範例)	男	A123456789	750502	0912345678	<input type="checkbox"/> 一般民眾 100 元 <input type="checkbox"/> 年長者 0 元 <input type="checkbox"/> 陪走志工 0 元 <input type="checkbox"/> 身障者 0 元 <input type="checkbox"/> 身障陪同者 0 元	V	V	葷	100
(團體聯絡人)					<input type="checkbox"/> 一般民眾 100 元 <input type="checkbox"/> 年長者 0 元 <input type="checkbox"/> 陪走志工 0 元 <input type="checkbox"/> 身障者 0 元 <input type="checkbox"/> 身障陪同者 0 元				
					<input type="checkbox"/> 一般民眾 100 元 <input type="checkbox"/> 年長者 0 元 <input type="checkbox"/> 陪走志工 0 元 <input type="checkbox"/> 身障者 0 元 <input type="checkbox"/> 身障陪同者 0 元				
					<input type="checkbox"/> 一般民眾 100 元 <input type="checkbox"/> 年長者 0 元 <input type="checkbox"/> 陪走志工 0 元 <input type="checkbox"/> 身障者 0 元 <input type="checkbox"/> 身障陪同者 0 元				
					<input type="checkbox"/> 一般民眾 100 元 <input type="checkbox"/> 年長者 0 元 <input type="checkbox"/> 陪走志工 0 元 <input type="checkbox"/> 身障者 0 元 <input type="checkbox"/> 身障陪同者 0 元				

四、報名說明：

- 1.身分證字號及出生日期僅供辦理活動保險之用，不做其他用途。
- 2.若為團體報名，主要聯絡人請填於第一列。
- 3.舉凡全程參與活動者可獲本會服務對象感謝回饋禮，依報名身份別之贈品項目如下：

身份別	一般民眾	身障者	身障陪同者	陪走志工	60歲以上
參加資格	捐款 100 元	免費	限 1 名免費	免費	免費
回饋贈品	身障者手作藍染方巾 1 件	洗手乳 1 瓶	洗手乳 1 瓶	身障者手作藍染方巾 1 件、 雞蛋糕 1 份兌換券、志工時 數證明(若有需求)	沙拉油 1 瓶

- (1) 身障者為領有身心障礙手冊者。
- (2) 領有身心障礙手冊者及一位陪同者得享免報名費，多於一位的陪同者請以其他身分報名。
- (3) 陪走志工主要服務內容為陪同身障者及協助推送輪椅。

五、集合時間與地點：

- 1.健走出發起點：大武多功能活動中心(台東縣大武鄉大武街 21 巷 1 號) 、上午 7:00 開始報到。
- 2.接駁車前往集合時間與地點：
 - (1)活動前去程：
 - ◎大武火車站：上午 7:20 發車。
 - (2)活動後回程：
 - ◎大武之星：中午 12:00 發車，返回集合地點及大武火車站。

六、各項注意事項：

- 1.活動時間較早，建議參加者前一天(5/19)安排夜宿大武或金崙火車站附近民宿，第二天可至接駁地點集合。需要住宿推薦可向主辦單位聯絡。
- 2.歡迎擔任陪走志工，主要服務內容為在工作人員引導下，陪同及推行使用輪椅的學員，可視個人體力情形，與其他志工輪替。

歡迎有服務熱忱的民眾或團體組團參加。

- 3.考量坡度及路程，輪椅者於林務局大武工作站處乘車，接送至金龍山紫雲寺後繼續步行，此路段陪走志工可衡量身體狀況，選擇乘車或繼續步行欣賞山林之美。
- 4.所有參加人員均由主辦單位投保公共意外責任險。
- 5.活動中請遵守工作人員指揮引導，參加人數眾多請多注意自身及家人安全，以期活動順利圓滿。
- 6.活動於終點-大武之心南迴驛解散，參與者自行安排回程交通或於報名時申請搭接駁車返回**集合地點或大武火車站**。
- 7.請自備茶水，毛巾，帽子、陽傘等防曬物品，自備包包或袋子裝健走物資，並穿著包鞋以策行走健康與安全。
- 8.歡迎企業團體組隊參加，請洽：(02)88662976 分機 12 崔小姐、(089)771077 陳詠恩先生
- 9.雨天活動仍如期舉行，請參與民眾自備雨具。
- 10.個資法及肖像權：主辦單位或活動合作單位發佈或傳達給各參賽者活動相關訊息，以及活動過程之錄影、相片用於與本活動有關之宣傳與播放活動上，請同意者再行報名。