

肌不可失 逐夢踏實

主辦單位 | 弘道老人福利基金會

活動日期 | 2024 年 5 月 25 日 (六) 早上 8:00~11:00

報名日期 | 2 月 26 日 (一) 至 3 月 22 日 (五) 下午 17:00 截止

活動地點 | 臺北市大佳河濱公園 (近八號水門) · 舞台區集合

報名限額 | 2,300 名, 不限參與對象

報名費用 | 300 元 (80 歲以上長者、65 歲以上中低收入戶、由弘道邀約之中小型機構長者免付費用)

健走里程 | 5 公里

健走大使 | 阿亮-卜學亮

活動網站 | <https://cwonline.page.link/p4hB>線上報名 | <https://cwonline.page.link/ZJ5Z>

線上報名



活動網站

活動流程

時間	活動內容	時間	活動內容
08:00-08:15	活動開始	10:00-10:15	主舞台表演節目
08:15-08:25	健走大使分享	10:15-11:00	摸彩活動
08:25-08:35	暖身操、健走出發	08:00-11:00	公益園遊會
08:35-10:00	健走達陣	11:00	賦歸

報名方式 (服務時間週一至週五, 早上 09:00 至 17:00, 報名表請參閱附件)

主辦單位	弘道老人福利基金會	電話	(02)2322-1735
Email	B0079@hondao.org.tw	傳真	(02)2322-3867
地址	台北市中正區紹興北街 2 巷 3 號 4 樓		

報名費用

報名費用	每位 300 元
免報名費用資格	80 歲以上長者、65 歲以上中低收入戶、由弘道邀約之中小型機構長者
80 歲(含)以上長者	以實歲計算, 民國 33 年(含)前出生, 報名時需同報名表檢附健保卡正面影本或身分證正面影本為依據。
65 歲(含)以上中低收入戶	以實歲計算, 需提供 113 年度中低收入戶核定公文影本或區公所開立之中低收入戶證明書影本, 以供查驗, 可以電子或紙本方式提供。
中小型機構長者	合法立案中小型、評鑑優良之安養護機構 (需事前電洽 02-23221735)。

肌不可失 逐夢踏實

參與好禮

報名禮

〈活動前寄出，包括紀念 T 恤乙件、壹百元園遊券乙張（含摸彩券、達陣禮兌換券）〉

- ①主辦單位透過新竹貨運於 5/8（三）-5/10（五）寄送，寄送不額外收取運費，但如因寄送地址不全或無人簽收而造成包裹無法送達者，則須自取；若需再次協助寄送，須自付運送費用。
- ②自取報名禮者，可於 5/8（三）-5/23（四）期間至弘道臺北服務處領取。
- ③健走當日請穿著紀念 T 恤，並攜帶園遊券（含摸彩券、達陣禮兌換券）至活動現場，忘記攜帶者恕現場不再補發，僅限當日使用及兌換，逾期無效。
- ④紀念 T 恤尺寸如下：（完成報名後，恕無法更換尺寸）

單位(公分)	3XS	2XS	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL
胸圍	83	89	94	98	103	108	114	119	124
衣長	53	56.5	58.5	63.5	66.5	69	71.5	75	77
肩寬	34.5	36.5	38	38.5	40	41.5	43	44	45.5
袖長	16.5	19.5	20	20.5	21.5	23.5	24.5	26.5	28.5



達陣禮

〈健走當日兌換，包括達陣獎牌乙個、達陣禮乙份〉

- ①達陣獎牌：完成 5 公里健走者，即可獲得青年志工為您戴上獎牌喔！
- ②達陣禮：完成 5 公里健走者，憑券至達陣禮兌換處完成兌換。

摸彩禮

〈摸彩活動 | 摸彩禮「Vbot 智慧型掃地機器人」〉

（圖片及顏色僅供參考，依實際產品為主）及多項好禮等您來抽喔！

- ①主辦單位依所得稅法規定，依據獎品價值「預先扣繳」10%稅款，此稅款須由得獎者支付，若得獎者經主辦單位通知拒絕繳納代扣稅額，視為放棄得獎權益。
- ②活動日 5/25（六）10:15 前，請至「摸彩券投遞處」投遞，未投遞者即放棄摸彩權益，摸彩活動於 10:15 開始在舞台上抽出得獎號碼，得獎者需上台憑「兌獎聯」領獎，唱名三次未領獎者，視同棄權。



一日孫子及輪椅借用

一日孫子

〈須事前提出申請，限量 30 位，申請成功者，將由主辦單位事前聯繫接送事宜〉

無家屬陪同、且為高齡 80 歲（含）以上長者，可申請「一日孫子」陪伴參與活動，「一日孫子」自捷運行天宮站 2 號出口或捷運圓山站 1 號出口開始陪伴，並於活動結束後，陪伴長者至捷運行天宮站 2 號出口或捷運圓山站 1 號出口。

輪椅借用

舞台旁及休息站皆可借用輪椅，因輪椅數量有限，僅提供現場臨時不舒服長者或緊急需要使用。

肌不可失 逐夢踏賽

場地圖



- + 醫護站 R 休息區 廁所 加水站 輪椅借用/加水站 活動接駁專車
 i 服務台/媒體接待處 V 貴賓休息區 摸彩券投遞處 滅火器 哺乳室 臨時補(集)乳室

交通指南

活動接駁專車(直達會場)

早上7點開始，每15分鐘
一班車

搭乘處：捷運圓山站1號
出口、捷運行天宮站2號
出口

公車

大佳國小、河濱公園大佳
段站

公車222路、公車72路

自行開車

<注意事項>

早上8:00~9:30
七號、八號、九號水門
將進行車輛彈性管制

注意事項

- ① 相關措施隨時依照中央流行疫情指揮中心及各縣市政府防疫規定，進行活動內容調整。
- ② 如遇中央氣象局發布海上陸上颱風警報或超大豪雨特報、不可抗力之天然災害、或依據中央流行疫情指揮中心公告或其他不可歸責於主辦單位之事由致本活動無法舉行，為考量參與者安全，主辦單位有權宣布取消活動並主動發出簡訊及郵件通知。
- ③ 更多相關資訊可參閱活動網頁。【弘道老人福利基金會-臺北服務處】連絡電話：02-23221735、傳真：02-23223867、地址：臺北市中正區紹興北街2巷3號4樓、郵件：B0079@hondao.org.tw。

2024 爺奶 Color Walk 台北場

① 基本資料

報名方式	☐ 個人報名 ☐ 團體報名(2 位以上)	報名資料	總報名人數：_____位、輪椅人數：_____位
聯絡人姓名			聯絡人電話
聯絡人信箱			
寄件地址	□□□-□□		
報名禮領取方式	☐ 自取：請於 5/8 (三) - 5/23 (四) 至 臺北市中正區紹興北街 2 巷 3 號 4 樓領取 ☐ 寄送：5/8 (三) - 5/10 (五) · 務必確認有人簽收		

② 總費用

總報名費用	☐ 總報名費用：_____位 X 300 元 = _____元 ☐ 免報名費用人數：_____位
我要捐款	☐ 捐款_____元贈票弱勢參與者，支持獨老/弱勢長輩走出家門 ☐ 每月定期定額捐款_____元，自西元_____年_____月起至_____年_____月止支持弘道全年長者服務

③ 繳款/捐款方式

☐現金：_____元

☐匯款：國泰世華(代號 013)健行分行 帳號：237-03-500192-1 戶名：財團法人弘道老人福利基金會，您的帳戶後五碼_____，金額_____元，匯款日期_____。(臨櫃匯款請備註匯款人姓名)

☐信用卡：月扣款金額_____元，單次扣款金額_____元

卡別：☐VISA ☐MASTER ☐JBC ☐美國運通卡

卡號：_____ - _____ - _____ (共 16 碼)

有效期限：_____ (月)/_____ (年)

持卡人姓名：_____，持卡人簽名_____

發卡銀行：_____

(請與信用卡背面簽名相同)

④ 捐款收據資料

收據抬頭：_____	身分證字號/統編_____
------------	---------------

⑤ 參與者報名資料

序	姓名	年齡	性別	T 恤尺寸	是否符合資格	一日孫子	一日孫子接送點
1					☐ 80 歲以上 ☐ 65 歲以上中低收	☐ 申請 ☐ 不申請	☐ 捷運行天宮站 2 號出口 ☐ 捷運圓山站 1 號出口 ☐ 大佳河濱公園
2					☐ 80 歲以上 ☐ 65 歲以上中低收	☐ 申請 ☐ 不申請	☐ 捷運行天宮站 2 號出口 ☐ 捷運圓山站 1 號出口 ☐ 大佳河濱公園
3					☐ 80 歲以上 ☐ 65 歲以上中低收	☐ 申請 ☐ 不申請	☐ 捷運行天宮站 2 號出口 ☐ 捷運圓山站 1 號出口 ☐ 大佳河濱公園
4					☐ 80 歲以上 ☐ 65 歲以上中低收	☐ 申請 ☐ 不申請	☐ 捷運行天宮站 2 號出口 ☐ 捷運圓山站 1 號出口 ☐ 大佳河濱公園
5					☐ 80 歲以上 ☐ 65 歲以上中低收	☐ 申請 ☐ 不申請	☐ 捷運行天宮站 2 號出口 ☐ 捷運圓山站 1 號出口 ☐ 大佳河濱公園

⑥ 請問您在哪得到此次活動消息呢？(可複選)

☐ 曾經參與過 ☐ 親朋好友介紹 ☐ 弘道 FB 或官網 ☐ 新聞 ☐ 廣播節目 ☐ 海報 ☐ 其他_____
--

「財團法人弘道老人福利基金會」(以下簡稱本會)基於本活動之聯繫、辦理及管理業務，本會需蒐集、處理及利用您的個人資料，包含：姓名、地址、電話、活動中照片，及其他得以直接或間接識別個人的資訊。本會續存期間內將在合於本活動業務範圍內及依業務需求委託外單位處理您的個人資料時，以合理方式使用您的資料，並善盡監督之責。您對於提供之個人資料，得行使下列權利：查詢、閱覽、複製、補充、更正，亦可隨時請求停止處理、利用及刪除。您亦可拒絕提供相關之個人資料，惟可能無法獲得或可能影響本會提供之相關服務、活動與資訊。您已詳閱上述內容，並同意本會得於合理範圍內處理及使用您的個人資料，若不同意上述內容，恐無法報名活動。