

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 11 月 10 日 (日) 早上 8:00~12:00

報名日期 | 8 月 01 日 (四) 至 9 月 15 日 (日) 下午 17:00 截止

活動地點 | 東海大學-東海湖旁草地，從東海大學第二教學區門口進入。

經緯度 24°10'52.0"N 120°36'34.6"E

報名限額 | 600 名，不限參與對象

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

健走里程 | 3 公里

活動網站 | [籌備中](#)

線上報名 | <https://pse.is/6a5kfs>

活動流程

時間	活動內容	時間	活動內容
08:00-08:30	舞台前集合,攤位逛逛	10:00-11:00	主舞台:表演+互動
08:30-08:50	開場表演,貴賓致詞	11:00-11:30	摸彩活動
08:50-09:15	暖身操、健走出發	11:30-12:00	賦歸
09:15-10:30	健走達陣	08:00-12:00	主題攤位逛逛

報名方式 (服務時間週一至週五，早上 09:00 至 17:00，電洽人員或參閱下方附件:報名表)

① 報名方式一：填寫線上報名表格

② 報名方式二：填寫紙本報名表(如下方附件)後，mail 或傳真給簡小姐

主辦單位	弘道老人福利基金會	電話	(04)2206-0695#532 簡小姐
Email	D0387@hondao.org.tw	傳真	(02)2206-0705
地址	台中市西區民權路 234 號 5 樓		

肌不可失 逐夢踏實

報名費用

報名費用	每位 300 元
免報名費用資格	80 歲(含)以上長者、不限年齡低收入戶、由弘道邀約中小型安養機構長者
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。
不限年齡低收入戶	以實歲計算，需提供 113 年度低收入戶核定公文影本或區公所開立之低收入戶證明書影本，以供查驗，可以電子或紙本方式提供。
中小型安養機構長者	合法立案中小型、評鑑優良之安養護機構。 (若您有意願成為我們邀約對象，歡迎您事前電洽 04-2206-0695 王小姐)。

參與好禮

報名禮

〈活動前寄出，包括紀念 T 恤乙件、帽子乙件、摸彩卷乙張、活動通知書〉

- 主辦單位將於 10/23 (三) -10/25 (五) 透過新竹貨運寄送，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。
- 自取報名禮者，可於 10/23 (三) -11/07 (四) 服務時間至弘道台中服務處(台中市西區民權路 234 號 5 樓)領取。
- 健走當日請穿著紀念 T 恤，帽子，並攜帶摸彩券至活動現場，忘記攜帶者恕現場不再補發，摸彩卷僅限當日使用及兌換，逾期無效。
- 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，包括達陣獎牌乙面、達陣禮乙份〉

- 達陣獎牌：完成 3 公里健走者，即可獲得志工為您戴上獎牌喔！
- 達陣禮：完成 3 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 | 摸彩禮多元，電視、電鍋、吸塵器、寢具、隨身椅、摺疊推車、餐卷、咖啡禮盒等.....〉

(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！

- 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。
- 活動日 11/10 (日) 11:00 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 11:00 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。

肌不可失 逐夢踏賽

健走路線圖 (精美路線圖製作中)



集合場地配置圖 (精美配置圖製作中)

交通指南

① 活動接駁專車與大眾運輸

活動接駁專車(直達會場)

行駛時段

早上 7:00-9:00 (六班次)
中午 11:00-13:00(六班次)

接駁點(暫定)

捷運市政府文心路公車站
東海大學爺奶健走接駁點
(現場有志工舉牌引導)

公車

台中捐血中心站 下車

步行約 6 分鐘
東海大學第二教學區入口
進入活動場地

公車 220、28、323、
324、325、326、361、
60、67、69、75、88、
220 路

BRT公車300路

玉門路站 下車

步行 15-20 分鐘
東海大學第二教學區入口
進入活動場地

BRT公車 301 - 310號

② 自行前往

小客車：導航至東海大學第二教學區，由此入口進入周邊付費停車場皆可以停。

遊覽車：入校須提前登記車牌，請於 11/1(五)前提供「遊覽車車牌」給主辦單位，

請傳至電子信箱 shin157359@hondao.org.tw。

肌不可失 逐夢踏賽

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-台中服務處】連絡電話：04-22060695#532 簡小姐

主辦單位	 弘道老人福利基金會	主要贊助單位	 自然主意	 Labelle 拉蓓					
贊助單位	 丸文食品	 清淨海 天然環保洗劑專家	 mojocoffee EST. 2003	 MSIG 明台產物保險	 USR 東海大學社會責任教育推動辦公室 Office of Tunghai University Social Responsibility	 東福開放式養生村			
響應單位	 賢者の食卓 ジブスサポート	 ion water ELECTROLYTE	 酷覓星 KOOBESTAR	 借借 KUN-KUN 康普茶	 Austin 泉斯汀藥師	 理據企業服務	 白佳欣眼科診所 Bair's Eye Clinic	 STEP2.GOLD 永錫實業有限公司	 裕豐建設
	 清水	 味丹 味丹文教基金會	 梨子	 光田綜合醫院 光田醫院 光田綜合醫院 光田醫院 光田綜合醫院	 陳碧真助老委員	 弘道臺中服務處助老委員			

附件:

2024 年爺奶 Color Walk 肌不可失【台中場】報名表

① 基本資料					
報名方式	<input type="checkbox"/> 個人報名 <input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 自取：請於 10/23 (三) -11/07 (四) 至台中服務處 (臺中市西區民權路 234 號 5 樓)領取 <input type="checkbox"/> 寄送：10/23 (三) -10/25 (五) · 務必確認有人簽收				
② 總費用					
總報名費用	<input type="checkbox"/> 總報名費用：_____位 X300 元 = _____元 <input type="checkbox"/> 免報名費用人數：_____位				
我要捐款	<input type="checkbox"/> 捐款_____元 · 支持獨老/弱勢長輩走出家門 · 參與健走活動。 <input type="checkbox"/> 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 報名費繳款/捐款繳費方式					
<input type="checkbox"/> 現金：_____元，請至【弘道台中服務處】台中市西區民權路 234 號 5 樓 繳費					
<input type="checkbox"/> 匯款：國泰世華(代號 013)健行分行 帳號：237-03-500046-1 戶名：財團法人弘道老人福利基金會 · 帳戶後五碼_____ · 金額_____元 · 匯款日期_____。(臨櫃匯款請備註匯款人姓名)					
<input type="checkbox"/> 信用卡：月扣款金額_____元 · 單次扣款金額_____元					
卡別： <input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> MASTER <input type="checkbox"/> JBC <input type="checkbox"/> 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)					
繳費通知與問題洽詢請致電：04-22060695 #532 簡小姐					
④ 捐款收據資料					
<input type="checkbox"/> 收據抬頭：_____ <input type="checkbox"/> 身分證字號/統編：_____上傳國稅局必填_____					
收據開立 <input type="checkbox"/> 年度寄發 <input type="checkbox"/> 每次捐款皆寄發 <input type="checkbox"/> 不須寄發 <input type="checkbox"/> 不寄紙本收據 · 同意上傳資料至國稅局 · 以利電子申報					
⑤ 參與者報名資料					
序	姓名	年齡	性別	T 恤尺寸	是否符合免報名費資格
1					<input type="checkbox"/> 80 歲(民國 33 年(含)前出生)以上 <input type="checkbox"/> 不限年齡低收入戶
2					<input type="checkbox"/> 80 歲(民國 33 年(含)前出生)以上 <input type="checkbox"/> 不限年齡低收入戶
3					<input type="checkbox"/> 80 歲(民國 33 年(含)前出生)以上 <input type="checkbox"/> 不限年齡低收入戶
4					<input type="checkbox"/> 80 歲(民國 33 年(含)前出生)以上 <input type="checkbox"/> 不限年齡低收入戶
5					<input type="checkbox"/> 80 歲(民國 33 年(含)前出生)以上 <input type="checkbox"/> 不限年齡低收入戶
⑥ 請問您在哪得到此次活動消息呢？(可複選)					
<input type="checkbox"/> 曾經參與過弘道健走 <input type="checkbox"/> 親朋好友介紹 <input type="checkbox"/> 弘道 FB 或官網 <input type="checkbox"/> 新聞 <input type="checkbox"/> 廣播節目 <input type="checkbox"/> 海報 <input type="checkbox"/> 其他_____					