第一屆 T1DM 樂活營家長組-*行前通知*

親愛的家長朋友們：收信愉快！

今年，我們在台東舉辦第一屆 T1DM 樂活營，台東有美麗的風景、舒活的空氣及熱情的人。在這裡，你不用擔心孩子，因為營隊中由林瑞祥教授領軍的專業的醫療團隊+來自聯電文教基金會的志工大哥大姐+T1DM 大哥姐，構成了一個堅強服務團隊。而您，平時辛勞照顧孩子，請在營隊活動期間喘口氣、放開壓力，好好享受這得來不易的台東樂活之旅，並與來自全省各地的糖尿病家長分享心路歷程與照護經驗！期待這三天二夜的行程讓您精彩無限，回憶無窮。

為讓您的行程更順暢，請詳細閱讀並配合下列事項，做好萬全的準備：

1. 報到日期：101 年 8 月 3 日(五)上午 09:00-10:00 （請勿遲到喔！）。
2. 報到地點：台東聖母醫院（台東市杭州街 2 號 3 樓大禮堂）。
3. 報到時請家長務必與醫護人員詳細交代子女的照顧須知及特殊需求。
4. 住宿地點：知本東遊季溫泉渡假村(台東縣卑南鄉溫泉村溫泉路 376 巷 18 號 電話：089-516111)
5. 回程日期：101 年 8 月 5 日(日)下午 14:00-14:30
6. 如有任何問題，請電洽 02-23810096 或 0931-690-096 劉小姐。
7. 攜帶物品：環保杯、環保筷、換洗衣物、薄外套及長褲、雨具、防曬乳、遮陽帽、泳衣、泳帽、泳鏡、大浴巾。
8. **請務必攜帶手機(請開機狀態)，以利方便聯繫。**
9. 8/4(六)下午聖母健康農莊舉辦感恩祈福收穫祭，歡迎親朋好友自由參加一起同樂！
   聖母健康農莊：台東市知本路二段 370 號，電話：089-512789
   (位於台 11 縣 174.4 公里處接近知本)
10. 中部遊覽車，出發與解散地點與時間：務必提早報到，發車時間逾時不候。

地點一：台中市文心路一段 521 號 1 樓	聯絡人:楊麗娟 0912-381-033	去程 8/3(五)集合時間:04:00、出發時間:04:30
地點二：斗南/虎尾交流道下全家便利商店前	聯絡人:賴淑惠 0935-582-033	去程 8/3(五)集合時間:05:10、出發時間:05:30
地點一：斗南/虎尾交流道下全家便利商店前	聯絡人:賴淑惠 0935-582-033	回程 8/5(日)集合時間:13:45、出發時間:14:00
地點二：台中市文心路一段 521 號 1 樓	聯絡人:楊麗娟 0912-381-033	

10. 【台東聖母醫院交通圖示】: 台東市杭州街 2 號 3 樓大禮堂

11. 三天二夜活動行程

101 年 8 月 3 日(五)		
時間	內容	地點 / 備註
09:00-10:00	集合	健康會館
10:00-10:30	車程　往加路蘭	
10:30-11:00	加路蘭	賞海景、聽浪滔
11:00-12:00	車程	前往成功三仙台
12:00-13:30	午餐	比西里岸部落
13:30-14:30	比西里岸部落導覽	三仙台原名比西里岸(PiSiLiAng)
14:30-15:00	車程	
15:00-16:00	原住民表演－阿美族旮亙樂團	觀光局東海岸風景區管理處
16:00-16:30	車程	
16:30-17:45	富山護魚區	餵魚
17:45-18:00	車程	
18:00-19:00	晚餐	富岡 特選餐廳
19:00-20:00	車程至東遊季+配寢	
20:00-	自由活動+泡湯	
101 年 8 月 4 日（六）		
時間	內容	地點 / 備註
07:30-08:00	晨喚+盥洗	東遊季
08:00-09:00	早餐+散步	早餐自助式
09:00-09:20	出發(車程)－往聖母農莊	
09:20-10:20	參觀聖母農莊	農莊導覽
10:20-12:00	家有寶貝－照顧經驗談	各縣市的家長交流
12:00-14:00	午餐+大展身手	
14:00-18:00	參加祈福收穫祭+晚餐	

18:00:18:20	車程-回東遊季	
18:30-	自由活動+泡湯	
101 年 8 月 5 日(日)		
時間	內容	地點 / 備註
07:30-08:00	晨喚+盥洗	東遊季
08:00-08:30	早餐	東遊季
08:45-09:00	車程往知本森林遊樂區	知本森林遊樂區
09:00-10:45	森林浴	知本森林遊樂區
10:45-11:00	車程返回東遊季	
11:00-12:00	參與結業活動	
12:00-13:00	午餐	東遊季
13:00-13:45	遙控模型表演	台東遙控模型協會
14:00-14:30	送到健康會館+回到溫暖的家	