



YES, I CAN

帶著我的糖尿病 e 起去旅行
體驗秀姑巒溪泛舟，乘風破浪之樂
再來一場視覺及聽覺的熱氣球光雕音樂饗宴
讓我們一起
將旅行的回憶及豐富的體驗裝滿行囊
成為你我未來成長的動力

一、活動目標：

- ☺ 結識新朋友，感受自己並不孤獨。
- ☺ 提昇糖尿病自我管理。
- ☺ 培養面對問題和獨立自主的能力。
- ☺ 建立合群的態度與互助精神。
- ☺ 體認愛與關懷的力量。

二、擁有愛.熱誠.專業的服務團隊：有 T1DM 照護經驗的糖尿病醫療團隊。

三、辦理單位：

主辦單位：天主教台東聖母醫院

協辦單位：中華民國糖尿病病友全國協會

四、活動時間：104 年 8 月 7 日(五)-10 日(一)四天三夜

五、報到地點：花蓮火車站

六、邀請對象：願意報名參加小旅行的國一以上 T1DM 青少年 40 名(含手足 5 名)

1. 台東縣市 15 名
2. 外縣市 25 名

七、報名聯絡人：

報名聯絡人：全國糖協 劉靜慧 02-2381-0096/0931-690096

八、即日起開始報名，名額有限，額滿即止(活動前一個禮拜會收到行前通知)。

總費用：6000 元(含保險、餐飲、活動交通、住宿、教材及活動費用等)

T1DM 及手足：只需繳交報名費\$4000 元整(不足款由主辦單位募款補助)

備註：學員來回交通請自理。

繳費方式列在報名表內(請先電話確認是否尚有名額)

九、報名表：可至網址下載 www.tapd.tw 或來電 02-23810096 索取

2015 年我的花東小旅行-報名表

報名方式：E-Mail：tapd.tapd@gmail.com 或傳真 02-23810096

繳費帳號：台北復興橋郵局 0001085-0457487 社團法人中華民國糖尿病病友全國協

1. 匯款繳費 2. 無摺繳費 3. ATM 繳費(請電話確認是否已完成報名事宜)

※務必請配合以正楷填寫下列每項資料※

T1DM 姓名		身分證字號	
生 日	年 月 日	我 是	☐ 男生 ☐ 女生
學校名稱_____國中 年級_____ ☐ 高中 年級_____ ☐ 大學 年級_____			

就診院所：_____醫生：_____發病日期：____年 月 日

最近的胰島素注射情況※請自己填寫或由家長協助(可請教主治醫師、護理師、營養師)

時 間	早餐前	午餐前	晚餐前	睡前
藥 名				
劑 量				

是否用筆針？ ☐是 ☐否 何種廠牌？_____藥水藥名？_____

注射者(T1DM) ☐自己 ☐父母 ☐其他_____自己會不會打針？(請務必註明) ☐會 ☐不會

是否會抽藥 ☐會 ☐不會

使用胰島素幫浦者 ☐是 ☐否

手足姓名		身分證字號	
生 日	年 月 日	我 是	☐ 女生 ☐ 男生
學校名稱_____國中 年級_____ ☐ 高中 年級_____ ☐ 大學 年級_____			

緊急聯絡人姓名		關係		爸爸 e-mail：
		關係		媽媽 e-mail：

聯 絡 電 話 (家) _____ (傳真) _____
(公司) _____ (行動) _____

聯 絡 地 址 郵遞區號：

資 訊 來 源 ☐收到簡章 ☐網站 ☐mail ☐病友或家長介紹 ☐醫療人員推薦 ☐其他_____

報 名 費 用 ☐已於____月____日付現 ☐已於____月____日匯款或轉帳 ☐尚未付

*繳交報名表時，請同時於此欄位撰寫報名的動機及目的(至少 100 個字以上，未撰寫者不予錄取)

繳 費 收 據 浮 貼 處

報名前煩請務必詳閱活動簡章，請將繳費收據浮貼於此欄

並回傳至 E-Mail：tapd.tapd@gmail.com 或傳真 02-23810096 務必請來電 02-23810096 確認

繳費收據正本請自行保留~~謝謝您！

十、 我的花東小旅行：集合時間會以行前通知單上的行程為主

★★★隨時提醒大家補充水份監測血糖★★★			
第一天 8 月 7 日(五)			第二天 8 月 8 日(六)
時間	內容	時間	內容
1230-1300	我的小旅行-花蓮火車站集合	0630-	起床- Morning call
1300-1400	報到聯誼-花蓮牧靈中心	0630-0730	早餐+測血糖
1400-1430	旅行裝備檢查	0730-1000	瑞穗泛舟中心
1430-1530	分組+認識朋友+補給+測血糖	1000-1020	補給+測血糖
1530-1630	我的旅行、運動札記	1020-1200	泛舟(瑞穗泛舟中心-奇美部落)
1630-1800	我知道我可以(分享個人故事)	1200-1300	午餐便當+測血糖
1800-1900	配寢+晚餐+測血糖	1300-1530	泛舟(奇美部落-港口部落長虹橋)
1900-2030	花蓮市區趴趴走	1530-1700	補給+測血糖+回飯店
2030-2200	補給+測血糖+盥洗	1700-1800	配寢+盥洗
2200	睏飽飽-花蓮牧靈中心	1800-1900	晚餐+測血糖
		1930-2200	星空夜談+補給+測血糖
		2200	睏飽飽-千喜山莊
★★★隨時提醒大家補充水份監測血糖★★★			
第三天 8 月 9 日(日)			第四天 8 月 10 日(一)
時間	內容	時間	內容
0700-	起床- Morning call	0700-0830	早餐 + 測血糖+健走~台東海濱公園
0700-0830	早餐 + 測血糖	0830-0900	整理行李
0830-0930	八仙洞遊憩區	0900-1030	鐵路步道~台東聖母醫院
0930-1130	三仙台遊憩區-補給+測血糖	1030-1040	補給+測血糖
1130-1230	泰源部落	1030-1200	自助助人最快樂 - 心動不如行動
1230-1330	泰源健康廚房+測血糖	1200-1300	午餐+測血糖
1330-1530	鹿野	1330	回家~Goodbye
1530-1630	龍田社區	讓我們 e 起創造精彩的回憶 	
1630-1800	鹿野高台逍遙遊		
1800-1830	晚餐+測血糖		
1830-2000	熱氣球光雕音樂會		
2000-2040	回台東市區 + 配寢		
2040-2200	補給+測血糖		
2200	盥洗+睏飽飽-芳心好美館		