

行的奇蹟

希望基金會 紀政董事長

行的奇蹟

主講者：紀政



每日一萬步， 健康有保固。



有錢真好，
有閒更好，
有健康才是寶！

人生的兩本存摺，
有形的金錢，無形的健康。
健康是富裕人生重要的「**本金**」。
以**健康**成就「**財富**」，
以**健康**守護「**幸福**」。





影片分享

還記得開幕當天接到外交部來電，要求我別讓主辦單位掛我國國旗，因為中共打壓、挑釁，我既驚訝又憤怒.....

連主辦國都說，你們這麼不愛你們國旗嗎？而且即使你們不想掛國旗恐怕我們也不能依你們，因為這是我們的傳統，我們不管政治只管文化，所有參加國家一律懸掛國旗，並且會將這面旗子永遠留存在我們這裡，我們有一面牆壁掛滿了所有參加國家的國旗，即使將來有一天，你們國家因為政治因素，國旗不見了，但是在我們這裡，你絕對可以看到你們這面國旗，我們會永遠留存著。

懷念...那旗海飄揚的十月

洪綾慧 寫於望安國中 2006.10.31.

最近，我教老師們畫國旗，再由他們在課堂上教學生畫，十二道光芒、青天白日滿地紅，其背後的故事跟意涵，現在教科書都不教這些了，但是在我教學生涯中，我不會中斷國旗國歌的教學！

我曾三度奉教育部指派，代表我國率領合唱團遠赴德國及匈牙利參加國際音樂節演唱，榮獲主辦單位在活動期間於會場及市政府廣場懸掛中華民國國旗五天，並於開幕典禮時吹奏國歌.....

在中共打壓下，以藝術文化打出外交局面，達成不可能的任務，獲教育部及外交部頒獎表揚（1995年~1999年）。

我們全體師生哭成一團，我決定不理會外交部，決定掛國旗，因為，這也是教育。

隔天，當地報紙用頭條新聞刊登[來自戰火邊緣的國家]，因為當時中共飛彈正落在台灣海峽，引起全世界矚目，也將中共暴行公諸於世，許多外國記者訪問我們，回國後，接到總統府來函感謝，並下令外交部表揚我們。

所以，我深愛國旗，因為我曾經在如此艱難的情境下捍衛過她，過去，光輝的十月處處可見國旗，如今.....

我不禁深深懷念起 那旗海飄揚的十月...

洪綾慧 寫於望安國中 2006.10.31.



Velkommen!

Program

Startkontingent

Innkvartering

Informasjon og påmelding

Transport

Stiklestad - Norway

www.sagamarsjen.no

27ª Edizione

mare e monti arenzano

Marcia a passo libero non competitiva
Sabato 10 / Domenica 11 settembre 2011

Eventi correlati al marchio "Mare e Monti"
Half Marathon Arenzano - Arenzano - Domenica 11 settembre 2011
Prenova 1st Walking - Domenica 11 settembre 2011
Triathlon Sprint di Arenzano - Domenica 25 settembre 2011

Panorama di Arenzano dalla mangrovia del CCM. Coniata Collaborazione Medica Delta
Per avere il programma dettagliato e sempre aggiornato di tutti gli altri eventi:
www.maremontiarenzano.org

Partecipazioni da oltre 26 paesi nel mondo

INFO

www.2daagse.be
info@2daagse.be

VVV Blankenberge
tel +32-50-41.22.27
fax +32-50-41.61.39

1 en 2 mei 2010
41^e Tweedaagse Blankenberge

Strand, Duinen und Polder

- Hippoburgenwandering ± 6 km
- Familienwandering durch die Polder ± 14 km
- Sportliche Naturwandering ± 24 km
- Marathonwandering ± 42 km

Gute Verpflegung und Unterhaltung

Anmelden ab dem 1. Januar 2010

La plage, les dunes et les polders
Beach Castle Walk ± 6 km
Beach Walk ± 14 km
Beach Nature Walk ± 24 km
Marathon Walk ± 42 km

Soins généraux et animation

Strand, duin en polders
Beach Castle Walk ± 6 km
Beach Walk ± 14 km
Beach Nature Walk ± 24 km
Marathon Walk ± 42 km

Goede verzorging en animatie

Beach, Dunes and Polders
Beach Castle Walk ± 6 km
Beach Walk ± 14 km
Beach Nature Walk ± 24 km
Marathon Walk ± 42 km

Good Care and Animation

DE 41 DAAGSE

The Walk of the World

荷蘭尼米根國際健走

15





2012芬蘭 國際健走



2013挪威 國際健走



一連串的感動

來自國際友人的經典感言

Peter：「這是個我願意永眠的地方。」

Jan：「如果我在此因意外而亡，請勿將我的大體帶回荷蘭。」

Lo：「我已健走數十國，每到一個國家，到達時說“Hello”，離開時說“Bye Bye”，但是離開台灣，我捨不得說“Bye Bye”。」

Rachel：「台灣的護理工作容易找嗎？」

相會在台灣



相逢在義大利





“For me Taiwan was just an Island on the map but they (that is you four) gave Taiwan a face”



銷美麗台灣永不止息!

32

歡迎加入



財團法人
希望基金會
www.hope.org.tw