

## 員福會草嶺古道健行 健康又療癒

學校要聞

【記者林渝萱淡水校園報導】員工福利委員會為鼓勵教職同仁走出戶外、享受大自然，11月14日舉辦「草嶺古道健行一日遊」活動，教職同仁、退休同仁及眷屬共73人參與。草嶺古道為「淡蘭古道」中的一段，因每年秋季盛開滿山芒花，得名為「草嶺古道」。

同仁們上午7時30分自游泳館出發，9時30分展開健行之旅，下午1時30分於烏石港「章魚哥餐廳」享用美味佳餚，同時補充體力；接著參觀以自然健康態度為理念的「宜蘭龍潭湖畔悠活園區」及寺廟林立、富含清澈水質的「龍潭湖風景區」，療癒工作上的疲憊，同時放鬆身心，更能一同欣賞特色建築與大自然風景，增進情誼。

招生策劃中心組員陳非凡分享：「儘管當日不時飄著細雨，仍不減大家的熱情，一行人共同在4小時完成總長約8.5公里的路程，都覺得很有成就感。草嶺健走，超越自我，堅持到底，不分你我。」

