

112 年四健志工訓練

按讚的理由~FB、IG 社群圈粉策略

錄取名單

	姓名	推薦/所屬單位	職稱	費用	交通方式
1	曹若健	宜蘭縣蘇澳地區農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
2	李怡庭	新北市八里區農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
3	彭敏華	新北市土城區農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
4	陳素香	新北市土城區農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
5	陳澤凱	新北市土城區農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
6	蔡秋峽	新北市汐止區農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
7	詹雅甯	新北市汐止區農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
8	陳俊男	新北市深坑區農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
9	邱彥翔	新北市蘆洲區農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
10	簡仕泓	新北市蘆洲區農會	推廣人員	1800	自行前往
11	呂佩紋	桃園市桃園區農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 竹南車站
12	林世爵	桃園市龜山區農會	技工	2700	自行前往
13	翁茂權	苗栗縣南庄鄉農會	指導員	1800	自行前往
14	江淑卿	臺中市大里區農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
15	李鳳娥	彰化縣花壇鄉農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 竹南車站

	姓名	推薦/所屬單位	職稱	費用	交通方式
16	吳凱雯	彰化縣花壇鄉農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 竹南車站
17	林宛淨	南投縣國姓鄉農會	指導員	2700	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
18	何易澄	南投縣國姓鄉農會	指導員	2700	自行前往
19	曾華為	雲林縣口湖鄉農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 竹南車站
20	吳碧玲	嘉義市農會	督導	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
21	陳珮欣	嘉義縣民雄鄉農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 竹南車站
22	黃芸圃	臺南市官田區農會	特約人員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
23	郭揚平	高雄市湖內區農會	助理技術員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
24	吳胤純	高雄市鳳山區農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
25	鍾玉珍	屏東縣南州地區農會	指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
26	潘緯蓉	屏東縣南州地區農會	指導員	2700	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
27	劉雅芬	屏東縣南州地區農會	義務指導員	2700	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
28	萬俊宏	臺東縣長濱鄉農會	指導員	2700	自行前往
29	林素瑛	花蓮縣鳳榮地區農會	指導員	2700	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
30	王君如	花蓮縣鳳榮地區農會	義務指導員	2700	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站
31	蘇晁弘	高雄市大社區農會	義務指導員	1800	搭乘接駁車- 高鐵苗栗站

112 年四健志工訓練

按讚的理由~FB、IG 社群圈粉策略
行前通知

親愛的學員們：

感謝您參加「112 年四健志工訓練」，請各位夥伴在出發之前，注意並配合下列幾點事項：

【課程時間】112 年 9 月 23 日（六）至 24 日（日）

【課程地點】苗栗馥藝金鬱金香酒店(苗栗縣竹南鎮公園路 106 號)

【課程費用】配合款依所選房型費用，於 9/13(三)17:00 前繳交，
匯款資訊如下。

- 銀行分行:013 國泰世華商業銀行古亭分行
- 戶名:中華民國四健會協會
- 帳號:030-50-115-7518

【交通方式】

一、 苗栗高鐵站接駁：10:00 於【1 號出口】集合出發，建議班次如下：

左營  苗栗

2023/09/23(六) 08:00

出發時間	行車時間	抵達時間	車次	自由座車廂
------	------	------	----	-------

08:25

01:29

09:54

0810

9-12

台北  苗栗

2023/09/23(六) 08:30

出發時間	行車時間	抵達時間	車次	自由座車廂
------	------	------	----	-------

08:36

00:47

09:23

1509

10-12

09:11

00:46

09:57

0813

10-12

二、 臺鐵竹南站：10:30 於【維新路】出口集合出發。

台北出發建議班次如下：

車種車次 (始發站 → 終點站)	出發時間 ▲	抵達時間
 區間 2153 (基隆 → 嘉義)	08:03	10:09
 自強 115 (基隆 → 屏東)	09:00	10:27

台中出發建議班次如下：

車種車次 (始發站 → 終點站)	出發時間 ▲	抵達時間	行駛時間 ▲
 區間 2144 (嘉義 → 基隆)	08:40	10:00	1 小時 20 分

三、 自行前往：

➤ 國道三號

- ✓ 由北往南，於香山交流道下，車程約十分鐘。
- ✓ 由南往北，於竹南交流道下，車程約十分鐘。

➤ 國道一號下頭份交流道，車程約十分鐘。

➤ 本酒店設有地下室停車場 出入口位於中庭花園旁。

【個人物品】

一、 房間內備有盥洗用具，行李請酌量攜帶以減輕負擔。

二、 攜帶證件及物品：

1. 身分證、健保卡。
2. 個人藥品、口罩。
3. 準備換洗衣物，請穿著長牛仔褲或長休閒褲（褲子寬鬆為佳、請勿穿著短褲或裙子）以及穿著運動鞋等方便活動之衣物。
4. 文具用品、環保餐具及水杯、雨具。

【注意事項】

一、 請參加人員評估交通時間，勿遲到早退，9/24（日）回程建議購買 16:30 後發車的車票。

二、 課程結束前發放研習時數條，務必配合參與全程，未參與全程者無法取得學習時數證明。

三、 為實踐綠飲食不提供紙杯及竹筷，請自備水杯與環保餐具。

【聯絡資訊】

陳鈺欣 專員 (02)2362-6021 分機 16



112 年四健志工訓練
按讚的理由~FB、IG 社群圈粉策略
課程表

時間	9/23(六)
1030-1100	報到
1100-1200	相遇在四健(破冰)~中華民國四健會協會
1200-1300	活力午餐
1300-1330	開幕式
1330-1730	抓住精彩的瞬間~學員自備慣用相機、手機，學習拍照工具使用方式、拍照技巧並實作練習拍攝。
1730-1900	美味晚餐
1900-2100	魅力文案創作~透過有效的訓練寫出令人欣賞及難忘的文案。
2100-	一夜好眠
時間	9/24(日)
0800-0900	活力早餐
0900-1100	實作與演練(一)
1100-1200	成果分享與回饋(一)
1200-1300	活力午餐
1300-1330	實作與演練(二)
1330-1430	成果分享與回饋(二)
1430-1530	課程回饋與分享&閉幕式

講師介紹

于宗永 | phil yu | 阿伯 三恆一樹行銷有限公司執行長室主任

學歷：屏東大學文化創意產業學系碩士

經歷：

1. 屏東縣政府青年學院專案辦公室 | 主任 — 2014-2021
協助推動青年創業政策，規劃了青年學院、青創聚落、職人町等創業空間。
2. 屏東縣政府青少年中心 | 主任 — 2014-2015
協助推動全台灣首座青少年專屬空間，就是在這裡撿到現在的老闆。

專長：色彩/影像/文字力/創意/政策行銷

附件四

致 中華民國四健會協會

本_____農會，姓名：_____（主任/四健督、指導員/
義務指導員），報名貴會辦理「112 年四健志工訓練」，日期：112 年
9 月 23 至 24 日，因 _____

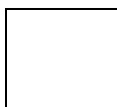
故取消參加此次訓練課程，特此告知。

_____ 農會

推廣部主任：_____



四健指導員：_____



推廣部用章



中 華 民 國 一 一 二 年 月 日