

沒有人是完美無缺，但只要大家攜手合力，便能締造完美的結果，就如剛剛舉行的東華三院「奔向共融」—香港賽馬會特殊馬拉松2018 (iRun) 來自不同背景組織及地區的近四千名跑手和伴跑員，手牽手齊踏步，跑出的每一步也是實踐及傳揚傷健共融的理念，讓大家活得更精彩。

參加iRun的健兒在中環龍和道上出發，一起「奔向共融」。

政務司司長張建宗及東華三院主席李鑾麟博士太平紳士等一眾嘉賓發號令，iRun健兒隨即起步奔跑。

東華三院「奔向共融」—香港賽馬會特殊馬拉松2018 攜手發放正能量 傷健共融更出色

隨著愈來愈多人認識及認同iRun「傷健共融」的理念，參加人數亦由2011年的約一千人，持續增加至今年的3930人，而參賽的智障跑手及伴跑員亦來自不同地區，包括廣東省、香港、澳門及台灣嘉義等地區，並吸引不少市民無懼寒風到場觀看和打氣，令賽事氣氛更加熱烈。

亦師亦友 齊攞i-dArt

七十歲的梁日洪，一直是iRun的忠實支持者，今年更與在修讀藝術課程時結識的導師王建衛拍檔參賽，為i-dArt 籌款。王Sir說，出任籌款大使及參與慈善跑，是希望讓更多人發揮才能的機會，初時擔心平日慢慢行路的日洪跑不動，結果一開步就見到他「衝向前」，順利完成賽事。日洪笑稱，比起畫畫更喜歡跑步，能夠參加比賽更感到「好開心」。



日洪(中間)與王建衛(左)搭檔出跑，為i-dArt籌款。右為東華三院主席李鑾麟博士太平紳士。

傷健共融帶動熱潮氣氛

擔任iRun 2018主禮嘉賓的政務司司長張建宗在致辭時指活動特別有意義，標誌着推動社會共融的精神深入社群，除了體現本地社區共融外，還有整個大中華區的共融。他稱，特區政府致力建立一個關愛共融、平等包容的社會，從政府資源的投放充份體現，從復康撥款在十年間增加九成至三百多億元，反映政府高度重視復康、殘疾人士的福祉。

明愛莊月明中學的區卓文老師(左一)的學生欣潼及雪敏，成為David及翠琼的伴跑員。

東華三院主席李鑾麟博士太平紳士致辭時表示，很高興今年的參賽人數再破紀錄，一起實踐「傷健共融」的理念。他又特別感謝香港賽馬會慈善信託基金捐助活動的支出，以及多個政府部門的協助，及各團體及企業伙伴的積極參與，令賽事可以圓滿舉行。

iRun已踏入第八屆，香港賽馬會慈善信託基金自第二屆起每年提供捐助，而今年東華三院更獲基金撥款910萬元，捐助2018年起共三年的賽事。除了捐款之外，馬會今年分別派出21位員工擔任伴跑員和90位義工，實行全方位支持賽事。



改變觀念 同行邁步

十四名明愛莊月明中學的學生在區卓文老師帶領下，參與iRun的「與校共融」計劃，夥拍東華三院莫端瑞華綜合職業復康中心會員，作為多名參賽者的伴跑員，而在過程中大家也得著很多。

區老師表示，同學經由訓練及比賽與跑手建立長期聯繫，令他們更有耐性和包容力，做事亦更細心及更觀察入微，也因此即使工作繁忙，他仍以身作則鼓勵同學參與義工，並指只要「有心」再忙也能抽出時間。同學雪敏和欣潼表示，初次接觸翠琼和David時感到害怕，擔心無法相處，但透過訓練和伴跑，慢慢互相了解，建立友誼。

雪敏說，認識翠琼後，自己變得更有耐性，「無咁容易發脾氣」，由初時聽不明白翠琼的問題，現在則能理解和回答。翠琼亦說與雪敏拖住手一起跑步「好開心」，就算平日練跑再辛苦也值得。

至於欣潼亦稱，以前會覺得智障人士會流水口很不衛生，又可能會打人或自言自語，但認識David後，想法完全改變，更覺得這名跑友「好可愛」，現在兩人已經做了朋友，在街上見到也會打招呼。

今年David因為疲倦而不大願意跑，欣潼則在旁邊鼓勵及為他加油，見David跑完之後，大家都好有成就感，而David大讚欣潼「好好人，好關心我，佢會拖住我隻手一齊跑，一邊叫我慢慢跑，小心啲」，所以他明年想繼續參加比賽，更會向身邊朋友推薦這計劃。

各界全力支持 以跑步行善

東華三院致力推廣iRun的理念，今年推行「與校共融」計劃，組織中學生配對智障跑手，並加入「iRun for Colour 陪你跑·出色」活動，以支持不同能力人士的藝術發展，同時為「愛不同藝術i-dArt」舉行網上眾籌，籌得款項將用於舉辦藝術課程、展覽、表演及共融藝術，讓不同能力的人士都可發揮藝術才能。

另外，為鼓勵各參賽者挑戰自己及提升比賽經驗，今屆iRun部份組別冠軍跑手及其伴跑員，更獲資助參與海外馬拉松比賽。

iRun是全港唯一一個專為智障人士而設的長跑比賽活動，藉此鼓勵智障人士積極參與運動，而參賽者需由一位健全人士擔任伴跑員一同參與，向社會傳遞「傷健共融」的訊息。



東華三院主席李鑾麟博士太平紳士指今年iRun參加者再創紀錄，並期望可以吸引更多地區人士參與。



今屆iRun的參加人數達到破紀錄的近四千人。