

致：各採訪主任、編輯及記者  
由：基督教懷智服務處

**【新聞稿】**

請即發佈

2023 年 7 月 7 日

**衝出香港比賽 資格失而復得！  
智障人士化身馬拉松好手 幕後推手功不可沒**

你對上一次參加跑步比賽是幾時？很多時普通人提起跑步都會「怕怕」，更何況要鼓勵一群身體機能稍弱的智障人士練跑又比賽，難度可想而知！但原來只要加以鼓勵，他們會比想像中投入，不過練跑非最難，難在如何克服「心魔」。



朗藝坊的服務使用者在特殊馬拉松中獲得佳績，同工們的努力功不可沒。（左起：單位業務副經理周淑雲、服務使用者容惠芳、李靜雯、業務助理梁華坤、服務使用者吳迪文。）

**成績突出 代表到海外參賽**

基督教懷智服務處朗藝坊及朗屏宿舍（下稱朗藝坊）在今年「香港賽馬會特殊馬拉松 2023」（下稱 iRun）再度獲得佳績，三名服務使用者容惠芳、吳迪文和李靜雯尤其突出：惠芳是長青女子組第一名，迪文和靜雯分別在先進男子組和先進女子組拿下第三名；單位也獲得本年度「最積極參與團體獎」第一名。其中惠芳更將於 8 月到馬來西亞參加海外賽事，提起此事惠芳總是很靚腩，又說比賽獲佳績「很開心，因為沒練過。」

反而身旁的迪文更雀躍「開心 Share」參賽經驗，原來他是所屬組別的六屆冠軍，更曾先後到台灣、馬來西亞參加海外比賽，今年比賽更是種子選手。「至於靜雯，今年剛由青年組升上先進組，同組之中算是年輕也成優勢，再加上她的鬥心很強，故取得好成績也不意外。」單位業務副經理周淑雲（周姑娘）娓娓道出各人特點，她和物理治療助理謝韻儀（車車）、業務助理梁華坤（坤哥）正是一眾服務使用者跑出好成績的「同行者」。

### **獲獎屬其次 最重要能長見識**

周姑娘說：「當初帶他們比賽沒考慮是否得獎，純粹是想他們做多點運動和長見識；能參與到不同團體舉辦的比賽，是一個好好的學習機會。」主意雖然是好，不過要令一班服務使用者願意「落場」練跑，同工們真誠的鼓勵不可少。本身也是跑步愛好者、負責統籌活動的車車認為，「最緊要是服務使用者開心，雖然知道部分人有潛力爭取名次，但只要他們不願意（參賽），也不會強迫他們。」又坦言「學員往往是輸心理，怕輸就不想參加。」

話雖如此，但報名參賽、日常練跑、安排義工做陪跑員等，每個安排環環相扣，要對服務使用者有足夠了解才可「完成任務」。事實證明一眾同工都「超額完成」，難怪單位每年都有不少服務使用者報名參加 iRun。

### **疫情後訓練要重新調整**

問到新冠疫情是否一大挑戰？的確疫情迫使比賽暫停，周姑娘和車車也說服務使用者難免失望。好不容易等到今年疫情放緩比賽重啟，又碰上練習場地元朗大球場裝修，如何調整訓練安排就考驗同工的智慧。

車車舉例：「好像迪文要和陪跑員陸生跨區到葵涌練習，靜雯則在我的陪同下，在屋企樓下的公園練跑，但始終不是標準運動場，計算成績和時間會有偏差。」同時，又要安排他們做好基礎的體能鍛煉、制定訓練策略，否則練到受傷得不償失。

### **比賽小插曲 冠軍失而復得**

終於在同工、舊同事和沙田浸信會愛心義工隊群策群力下，成功帶領服務使用者在今年一月上旬到中西區海濱展長廊參賽，沒想到卻發生了一件「小插曲」。「本來惠芳在長青組是先過終點，但是同組對手竟然上訴，質疑她不是長青組。為了公正主辦單位要將比賽結果待定，原來已掛在惠芳頸上的獎牌也要除下，一下子令大家心情受創，她（惠芳）也不明所以。」

幸好單位一早安排坤哥拍攝整個比賽過程，掌握惠芳的實際衝線時間，故周姑娘和車車均表示：「我們對惠芳有信心！」後來主辦單位證明惠芳的確是冠軍，並派員到朗藝坊補發冠軍獎牌，所有人都很高興，也令她成功獲得到馬來西亞參賽的資格，錦上添花。

即將陪惠芳到海外參賽的車車，笑說會用「志在參與」的心態同赴馬來西亞，畢竟名次非重點，讓服務使用者有更多機會到海外交流才是最重要。說到底單位的「終極願望」，是發掘人才及持續推廣活動，過程雖有波折，但眾人提起比賽都滿臉笑容，已足見成功了！



同工們會與服務使用者在比賽前練習體能，鍛煉身體。



iRun 召集人蕭俊文（左）親自到單位向惠芳補發冠軍獎項，陪跑員張藹儀（右）一同見證。

### 關於基督教懷智服務處 ([www.wjcs.org.hk](http://www.wjcs.org.hk))

基督教懷智服務處於 1979 年創立，致力為智障及殘疾人士提供優質的服務，並以彰顯耶穌基督的愛為使命，透過社區教育倡導平等共融、提供創新性和多元化服務、配合研究、夥同家人和社區人士，致力支援殘疾人士融入社群，體現公民權責。全港設有 26 個服務單位及宿舍，每年受惠之智障及殘疾人士逾 1,300 人。

#### 傳媒查詢

機構傳訊及拓展部

林倩雯女士 或 洪紫瑩女士

電郵：[prwj@wjcs.org.hk](mailto:prwj@wjcs.org.hk) | 電話：2777 9039 | WhatsApp：9868 8004