

玩聲音 聽世界 森林解憂一日遊

走進太平山的檜木森林
打開感官，讓心回歸自然

9/21 鐵杉林 見晴 鳩之澤

對象：16 歲以上一般民眾，限額 30 名（未達 16 人報名，活動取消）

時間：2025 / 9 / 21（日）07：30～17：30

費用：2,500 元/人，含門票、深度導覽、午餐&地熱煮食、交通、保險、紀念小禮、活動材料等

聯絡方式：羅東自然教育中心 03-9540823、ld.service@eef.org.tw

活動地點：羅東火車站後站報到&解散 / 太平山國家森林遊樂區

時間	活動名稱	地點	活動說明
07：15～07：30	報到	羅東後火車站	報到集合
07：30～09：30	車程	火車站→見晴	遠離城市，前進太平山
09：30～11：10	打開感官 聽聲景	見晴懷古步道	在世界最美小徑的見晴懷古步道，步入今昔交錯的時光，透過專業講師引導體驗「聲景繪圖」，讓耳朵打開，重新學習如何專注，發現森林裡的每一個聲音都在為你紓壓
11：10～12：00	車程	見晴→太平山莊	深入山林
12：00～14：15	寂靜森林 之旅	鐵杉林自然步道	雲霧瀰漫的人間仙境，指尖輕撫苔蘚大地，感受苔蘚吸音的神奇作用，聽見自己內心最真實的聲音，深度體驗野地寂靜的力量
14：15～15：30	車程	太平山莊→鳩之澤	沿途欣賞高山山林風光
15：30～16：10	補充 地熱能量	鳩之澤	地熱在此湧出，提著竹籃用地熱煮熟蛋與玉米，從舌尖補充地熱能量，透過溫暖的食物填滿你的身心
16：10～17：30	賦歸	鳩之澤→羅東轉運站	再見太平山，帶著滿滿回憶回家

註 1：見晴古道、鐵杉林自然步道行程因包含森林五感體驗活動，無規劃走完步道全程。羅東自然教育中心保有活動調整權利。

註 2：因太平山國家森林遊樂區進行翠峰環湖步道維護作業，為確保行程安全，調整地點至同樣位於霧林帶的【鐵杉林步道】。

學員回饋



★ 沒想過『安靜』可以這麼有層次，彷彿森林在對我說話

★ 來過幾次太平山，都不曾用這種的角度去認識森林，原來能非常療癒放鬆

★ 很驚訝自己能在專注聆聽時，長年的耳鳴干擾竟然暫時消失，能聽到遠方非常美妙的鳥叫聲

旅途收穫

- ◆ 專業引導的聆聽體驗
- ◆ 解鎖太平山森林秘境
- ◆ 生活放鬆小技巧
- ◆ 溫泉地熱小點心
- ◆ 森林寄來的明信片
- ◆ 心聲筆記本套組&寂靜徽章一枚

小提醒

1. 山區易受天氣影響，羅東自然教育中心保留活動時間與內容調整之權利。
2. 活動地點海拔約 2,000m，且多步行行程，須有一定體力。
氣溫低於平地 12°C，可能出現高山反應，請評估個人狀況報名
3. 此為套裝行程，單筆費用價差恕無法拆計退費（如：門票）。
4. 活動前一週將寄送行前通知信件，說明本次活動內容與攜帶物品事項。
5. 山區降雨機率高，為求活動安全請攜帶雨衣、雨傘，並著防水鞋為佳。
6. 山區路況多，建議回程車票請訂購 18:10 以後的班次。

肖像權與個人資料使用

1. 肖像權：活動進行中，本中心將適時拍攝活動影像，供日後環境教育推廣用，謝謝您的支持讓更多人可以分享精彩內容（若您不同意，請於報名時註記告知，我們將尊重您的選擇）。
2. 個人資料：為進行本活動報名及相關後續聯繫事宜，報名時將請您提供相關資料，前述資料使用期間為活動報名開始至本活動結束 3 個月止。*建議您可多參閱個人資料保護法及相關法令以保障自身權益。

報名請先讀我

- 【權益須知】 為維護活動正取者權益及活動品質，並考量活動安全及保險事宜，謝絕非活動正取者旁聽、同行，違者將由工作人員請離現場。
- 【報名方式】
1. 請上「台灣山林悠遊網」線上報名系統→羅東自然教育中心→玩聲音聽世界（提醒您：本系統需預先註冊成為會員始能登入）或直接由以下網址進入[報名頁面](https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?Id=LD-C1412)
<https://recreation.forest.gov.tw/Education/Course?Id=LD-C1412>
 2. 填妥資料報名後，本中心將在 3 個工作天內與您確認報名資料，如未接獲電話，請主動來電進行報名資料確認。
 3. 如欲取消報名，請務必與本中心聯絡（03）954-0823，以維護相關權益。
- 【繳費流程】
1. 經電話確認報名核准後，本中心將於當天寄發匯款虛擬帳號至您的 Email，若於次工作日尚未收到匯款帳號，請務必主動來電，以利本中心協助您完成繳費程序。
 2. 寄發匯款帳號後，逾七個工作日未繳費者或報名後七日內無法取得聯繫以完成資料確認者，將視同放棄名額，本中心得以將該名額開放予後補民眾。
 3. 完成繳費後，請妥善保留繳費證明單據。本中心將於三個工作日內寄發 Email 通知已完成報名程序，如繳費後三個工作日內未接獲 Email 通知，請來電本中心。
 4. 繳費方式：（1）ATM 或網路 ATM 轉帳、（2）台灣銀行臨櫃、（3）郵局櫃檯繳費、（4）便利商店繳費，如選擇臨櫃現金繳款，請自行列印 Email 中的繳款單，並依各單位規定繳納手續費。
- 【退費標準】
1. 活動日 10 天前告知取消報名，全額退費，需扣除匯款手續費。
例如：活動日為 9/21，則需於 9/11 下午五點前告知取消報名。
 2. 活動日前 10 天內告知取消報名，因行政作業程序，恕不退費。
 3. 如遇天災或不可抗拒之事件，致活動被迫取消，全額退費，需扣除匯款手續費。
- 【注意事項】
1. 如遇颱風、地震、大雨等不可抗力之天災，本中心將視狀況調整，或於活動前一天中午前通知取消，故請填寫清楚聯絡電話與 Email。
 2. 本活動為參與者投保國泰人壽旅遊平安險，每人身故或傷殘最高額度為 100 萬元，請自行斟酌是否額外投保。國泰人壽承辦人員：黃條柱（03）935-6128 分機 2101。