

做你的眼睛 beYoureyes

运动无障碍，让视障者参与运动变得简单

(2016年6月)

“希望我们在比赛中汇集的能量，可以流动到需要它们的人们那里，希望我们在运动中得到的勇气，让更多的人有力量面对困难。”

——纪元

目录 Agenda

- 关于我们 About us
- 我们的理念 Concepts
- 我们的活动 Events
- 我们的使命、愿景、价值观 Mission, Vision, Value
- 媒体报道及社会关注 Media Coverage

关于我们

About us

做你的眼睛是一个民间自发的公益活动，由李纪元与陆向东夫妇于2015年1月在上海发起，集合热爱运动的小伙伴，和视障跑者一起奔跑起来。

从2015年1月发起到2016年6月中，已陆续组织视障陪跑活动**53**期，参加大型路跑赛事**4**次，马拉松赛事**5**场，越野赛**1**场，举办独立赛事**1**场，设计并组织2016上海城市定向挑战赛“做你的眼睛”蓝睛灵公益体验线，累计参与者超过**3500**人次，服务时间超过**9500**小时。



蓝晴灵



在“做你的眼睛”活动中，无论是视障者，还是健视者，我们都称呼彼此为**蓝晴灵**。蓝晴灵传达一个理念：在各种运动场所，在路跑、游泳、自行车、铁人三项等赛事中，身体有障碍但是热爱运动的人们都可以自由又自然的投入运动，参加比赛。

我们的理念

Concepts



平等

我们希望随着活动的进展，能够让更多热爱运动的人们**参与**进来，让身体有障碍的小伙伴们都可以自由无碍的运动起来。通过我们的活动，推动运动无障碍的理念，通过运动搭建这么一个平台，在我们的城市中，在这个社会里，在我们的时代，在每个人的心里，逐步建立起**残障平等**意识。

同时，我们倡导各大运动场所，运动团体支持**运动无障碍**。运动团体欢迎身体障碍人士的加入，并提供需要的支持；运动场所具备无障碍运动设施的条件，为身体障碍人士运动提供便利设施。

运动
无障碍



我们希望，通过不断的**实践**，做你的眼睛可以摸索出可行的方法，最终成为政府的政策，通过运动改善残障不平等的现状，促进社会和谐、平等、包容。



实 践

我们的活动

Events

常规活动

- 跑步
 - 时间
 - 夏季 09:00-11:00
 - 冬季 14:00-16:00
 - 地点
 - 浦东 世纪公园
 - 浦西 新虹桥中心花园
 - 杨浦 黄兴公园
- 游泳
 - 不定期
- 培训
 - 系统的健视陪跑员培训
 - 跑步基础培训
 - 急救培训



赛事活动

2015做你的眼睛•VGT铁三公益路跑赛

时间：2015年9月5日

地点：上海汽车博览公园

内容：5公里路跑

人数：200人



- 第一个为健视者提供在“**黑暗中奔跑**”的比赛；
- 第一个专门为视障跑者与陪跑员们举办的比赛

赛事活动

2015做你的眼睛•VGT铁三公益路跑赛
有两名视障运动员完成了铁三接力赛



赛事活动

2016 上海坐标·城市定向挑战赛 “做你的眼睛” 蓝睛灵公益体验线

时间：2016年4月23日

地点：上海全市

参与者：300人，60组，5人/组

- 每组1位视障者，
- 1位蓝睛灵健视者，
- 3位健视挑战者

志愿者：100人

- 上海坐标城市定向挑战赛第一条公益体验线
- 由“做你的眼睛”设计并组织
- 独立进行参赛者和志愿者招募及培训
- 获得上海坐标城市定向挑战赛最佳合作单位称号



赛事活动

- 2016上海坐标·城市定向挑战赛“做你的眼睛”蓝睛灵公益体验线
- 线路主题：残障平等，运动无障碍



赛事活动



2015.0
4.25
跑者
世界
跑步
节



2015.0
9.20
北京
马拉
松



2016.0
1.01
上赛
道蒸
蒸日
上四
环跑



2016.0
4.16
江南
越野
赛



2016.0
4.24
扬州
马拉
松



2015.0
5.17
顾村
公园
健康
跑



2015.1
1.02
上海
马拉
松



2016.0
3.20
无锡
马拉
松



2016.0
4.17
上海
半程
马拉
松



2016.5
.22 挑
战100
接力



CSR企业社会责任项目

CSR全称为Corporate Social Responsibility, 即企业社会责任

- 企业专场活动/企业主题月
 - 企业内部举办专场活动, 同事自愿报名参加
 - 企业主题月活动, 当月最后一个周末举办专场活动, 例如 beYoureyeS 1km
- 企业社会责任合作企业



Nike CSR Day



SAP DT Workshop



CSR企业社会责任项目

CSR全称为Corporate Social Responsibility, 即企业社会责任

LIVE RUN SAP助力运动无障碍

时间：2016年5月14日 地点：上海徐汇滨江



我们的使命、愿景、价值观

Mission, Vision, Value

使命：让视障者参与运动变得简单

愿景：运动无障碍

价值观：残障平等

短期目标

- 将视障陪跑活动推广到更广泛的地区：除了现有的上海浦东世纪公园活动点，浦西新虹桥中心花园活动点，还将在其他区域开展活动，多渠道多元化的推动活动发展
- 多种手段推广运动无障碍的理念：除了现有的微信、微博、网站等，还将拍摄微电影等，并有计划设计开发自己的活动平台应用程序；组织公益赛事，开展企业社会责任活动，推动校园公益实践

长期目标

- 将运动无障碍公益事业常态化、固定化；学习国内外先进NGO的运作模式，透明、高效、踏实、健康的发展，建立具有公信力的本土公益组织
- 寻求更广泛的社会资源和社会合作，进行探索，将公益事业变成社会工作，通过实践最终成为政府的政策

媒体报道及社会关注

Media Coverage

社会关注

得到联合国开发计划署等社会各界的支持与鼓励

黑暗并不可怕。
只要你愿意努力。
会有很多人愿意做
你的眼睛。有梦想
就去实现它。千万不要
空谈!

不见做你的眼睛
活动顺利成功。
把这份爱传递
下去。让更多的人
感到温暖!
徐三景

运动无障碍，携手“心灵无障碍”
蒙上双眼开始奔跑的那一刻，开
始感同身受的旅程。
从“行”到“道”的旅程，改变
改变追求的人生。

上海市志愿服务公益基金会
愿“做你的眼睛”公益跑步活动
越办越好;
愿快乐公益的理念广泛传播!

路德會石硤尾失明書中心
路德會失明書中心
SHUI KAI HOP MELLUTHERAN CENTRE FOR THE BLIND
SHUI KAI HOP MELLUTHERAN CENTRE FOR THE BLIND

此光，向及各位親愛的服務員：
雖然我們分處在距離的兩端，但為視障人士服務的心卻一直
是緊緊地相連。很高興知道“做你的眼睛”這平台一直積極地成長，
這不僅是視障人士的福氣，因為這也“生命影響生命”，這過程，加上
各位服務員能做的讓視障人士的一定會是像健康而健康的果子，這也對在遠
方的我們，起着相當鼓勵的作用。
親愛的各位，讓我們繼續努力，即在不久的將來，大家可以
在同一個地球上轉動、勞動、學習，那必定會是一種非常漂亮的展
示。
祝一切平安、幸福!
威強
林啟強
(路德會香港失明人士服務會主席)
二〇一五年九月二日

United Nations Development Programme
联合国开发计划署

UNDP
Engineering and
Infrastructure
ACTION

志愿服务公益基金会
陈昭行

愿在黑暗中奔跑的勇气和力量经传承而生生不息，
愿“运动无障碍”的理念经蓝晴灵的传播而深入人心，
愿做你的眼睛·安亭铁三公益路跑赛事取得圆满成功!

联合国开发计划署
战略合作特别顾问
张启豪先生
張志豪
Howard Chang

21 Longmarche Road, Beijing, China, 100600. Tel: 86-10-85320800 Fax: 86-10-85320900 www.un.org.cn
中国北京朝阳区望京二街 邮编: 100600

运动无障碍
蓝晴灵加油!
宋杰

跑的不快也要快乐奔跑!
此斌

沪爱阳光公益坊
为“做你的眼睛”
加油!
曹林

“运动无障碍，携手”心灵无障碍”
蒙上双眼开始奔跑的那一刻，开
始感同身受的旅程。
从“行”到“道”的旅程，改变
改变追求的人生。

神丹
马志博
沈娟

发展是责任，爱是承诺
发展是坚持，爱是行动
爱马·待以益地·做你的眼
有坚持下去，做你的
梁有地

Siemens
Run Club
西跑

看前方的路
照亮我们的心灵

上海市宝山区生态专项工程建设指挥部

青春是梦想的起点。
有梦才有目标。
有梦才有追求。
愿做你的眼睛望永远奔腾四十里。

顾明公司
王超
2015.9.2

地址: 沪九路418号 电话: 56043818 邮编: 201106

运动无
黑暗中奔跑
You never Run, a/om

“如果我是你的眼，带你飞，带你跑，带你去往世界各地。”
—东航MU跑团

beArts
ARTS

做你的眼睛。
看见美丽。
找到真情!
2015-9-5 安亭

VOY铁三公益路跑赛

上海跑步俱乐部
9月5日最支持

曹成成
MAG. CO. CO. 曹成成, LY. WEN.

荣获奖项

2015年度“青年影响社会”上海十大最具潜力青年公益项目



希望在**赛场**上，能够看到越来越多的蓝睛灵。

希望，运动无障碍。

谢 谢



邮箱 : info@beyoureyes.org
网址 : www.beyoureyes.org
微信 : [beyoureyes](https://www.wechat.com/p/qr?qr=...)
微博 : [@做你的眼睛-蓝睛灵](https://www.weibo.com/u/...)