

說明會重點整理

1. 『衣服怎麼帶』

衣物選擇原則「越輕便越快乾越好」，即使全程參與也至多五套，行進時會熱，穿薄長袖 + 風衣即可，停下來休息時記得找擋風的地方。每天晚上洗完澡自己手洗並扭乾，工作人員會拉數條公用的曬衣繩讓大家自己晒自己收，一般的經驗是以大電扇吹一晚幾乎都能乾，若遇到連續幾天下雨，濕氣太重，卡車上也自製簡易晾衣服的方法可以弄乾。

剛出發在北部路段較容易遇到衣服弄不乾的情況，行程會在基隆、頭城、蘇澳、花蓮市等地安排空檔時間讓需要的朋友去市區自行尋找洗衣店處理。

2. 『吃飯』

我們不提供免洗餐具，請務必自備「可以扣緊的便當盒」與「個人餐具」，正餐大多是由工作人員開卡車載著大家的便當盒去買便當，部分偏遠地區找不到便當店，將會自己煮麵。

3. 『睡覺』

住宿幾乎都在各地學校活動中心、教室、體育館等室內空間，主辦單位會準備很大的帆布鋪在地上，但沒有寢具，因此請務必自備睡墊、睡袋、帳篷（或蚊帳），正常情況下所有人會住在同一個空間裡，每天入住時請自己找喜歡的地方搞定自己。

4. 『洗澡』

每天的住宿空間都有跟對方表達盥洗的需求，但會依照各地設備不同而改變，最好的情況是宿舍的公共浴室、或跟附近民宅、海巡、警局等單位借浴室，其次是有裝電熱水器的某間廁所、最陽春是拉水管進廁所灌洗，最貼心是主辦單位準備了兩個快速爐、兩個大鍋子、兩個直立式盥洗帳，準備在必要時燒熱水給大家洗澡。

5. 『廁所』

海邊行進時若突然內急想上廁所，請自行設法解決，找最近的民宅、海巡、廟宇，或找最近的無人的隱密角落。

6. 『如何報到』

每天的行程幾乎都是0630或0700就開始了，你幾乎無法在當天上午才來報到，因此請前一晚就來住宿，隔天才能一起準時出發，而且每晚七點都會固定做今天的心得分享以及跟大家報告明天行程的注意事項、里程數、生態人文故事等資料，若沒參與，隔天不一定有機會在重複講，所以請前一晚就來報到。

最重要的是，活動每天所收取的費用就是從前晚住宿費開始計算，算到隔天晚餐為止，因此您一定要前一晚就來住宿。

7. 『手機如何充電』

每天借宿的地點都有電源，請放心，也請自備一條延長線好方便使用。

以上七點整理，若有不清楚請留言補充或來電或來信討論。

02-2821-1097

tamee@tamee.org

by 兆偉