

台北叢林探險家 第二梯-行前通知(學員篇)

各位台北背包客們看過來～準備好開始動手整理隨身行李了嗎？身為專業的背包客，擁有一個攜帶方便且實用的隨身雙肩背包或側背包，是相當重要的，接著就讓我們按照裝備檢查表，開始整理和收納吧！

【台北日歸營】第二梯 8/03(一)-8/07(五)

集合時間/地點：每日 08：30 於崇友基金會集合

解散時間/地點：每日 18：00 於崇友基金會解散

裝備提醒

1. 食：避免消耗資源並提倡環保，請自備筷子、湯匙及水壺等環保餐具，一起健康享受在地美食！
2. 衣：夏天建議可選擇排汗或輕薄材質的T恤及褲子，加上防曬薄外套及帽子，以避免曬傷；進行戶外活動時容易因天氣炎熱而滿頭大汗，建議準備一條小方巾或頭巾擦汗；夏日戶外易有蚊蟲，建議進行戶外導覽活動時穿著薄長褲，另可自備天然防蚊液，雙腳才不會變成紅豆冰喔！
3. 行：請穿上一雙好走的布鞋，才能玩得盡興！第二天及第四天進行淘金活動與河口生態導覽時，請另外攜帶一雙涼鞋及一件短褲替換。
4. 樂：可依自己的喜好或需要攜帶書籍、放大鏡、望遠鏡、數位相機…等，但是**禁止攜帶電動！**手機須於在上課以外的時間使用。

裝備清單

※圓圈圈內的『必』是我們強烈建議，『選』是可依個人需求喜好彈性調整，空白處可自己填。

隨身雙肩背包或側背包

必 環保碗筷、湯匙 (可置於夾鏈袋)	必 600cc 以上 大瓶口環保水壺	必 零錢包、健保卡	必 小腳丫日誌本及 預先蒐集的資料
必 遮陽帽子	必 薄外套(防蚊、防 曬、防車上會冷)	必 文具用品(筆、彩 虹筆、剪刀、膠水)	必 手帕、小方巾、衛 生紙
必 環保雨衣、雨具 (非拋棄式)	必 個人藥品(個人口 服或隨身藥)	選 袖套、魔術頭巾、 太陽眼鏡	選 數位相機/手機/ 電池
選 防曬油、防蚊液、 蘆薈露、乾洗手	選 休閒涼鞋		

出發前，請你善用小腳丫日誌本，一起來準備……

學會蒐集旅行資料，好處多多！您可以選擇上網、到圖書館找書、或買一本好書回家閱讀，上網時，建議先選擇政府部門或民間機構的官方網站，並注意資料更新日期，以確保資料的正確性喔！閱讀後，你可以將資料下載列印後，黏貼在日誌本上，豐富你的旅行記錄喔！

小腳丫旅行家

- 景點認識可查詢：鶯歌、九份金瓜石、屈尺壩、淡水竹圍、芝山岩。
- 議題認識可查詢：陶瓷藝術、琉璃藝術、水力發電、淘金歷史、河口生態保育。
- 想知道地理位置可在景點後面加上：地圖、交通位置。

出發前，先來認識彼此吧！



領隊 啾啾姊姊

- 林紆寧 本會執行企劃 世新大學觀光系畢業
- 歡迎各位成為可愛小腳丫的一員，今年夏天我們將帶著大家一起探索台北、發現旅行的意義，請帶著一顆充滿熱情與期待的心，與我們一起享受旅行所帶來的美好，快跟著小腳丫，一步一腳印踏上我們充滿冒險又精彩的旅程吧！

脂肪姊姊	珊珊姊姊	波波姊姊	玳玳姊姊
 巫佳玲 元智大學 財金系	 陳逸珊 台北市立大學 心理與諮商學系	 劉柏妤 台北市立大學 教育學系	 郭玳寧 國立臺中科技大學 老人服務事業管理系
小隊輔 熱情如火的夏天前腳到來，熱血沸騰的旅程也後腳追上囉！Hello～我是喜歡冒險的脂肪姐姐！今年夏天我們要用旅行感受不同風貌的台北，跟著小腳丫的步伐，快起身整理行囊！跟著脂肪姐姐一起奔向熱血無敵的台北探險之旅吧！	小隊輔 小朋友好，我是珊珊姐姐，今年夏天我們將一起在台北遊玩，前往平常可能沒有機會好好留意的地方，搭乘環保又方便的大眾交通工具，我們將會發現身邊有許多美好的風景，連巷弄間也有很多有趣的事物等著我們去發掘呢！可愛的小腳丫們，讓我們一起出發冒險去吧！	小隊輔 哈囉大家好，我是波波姐姐，很開心可以認識大家噢！我平常最喜歡做的事情就是到處走到處玩，所以也非常期待這次小腳丫的旅行！希望這五天可以和各位小朋友一起擁有一個很棒的回憶。大家準備好了嗎？讓我們帶著愉快的心情一起加入小腳丫的旅行吧！	小隊輔 哈囉各位小朋友，我是玳玳姐姐，很高興能認識你們！各位小腳丫們已經準備好跟我們一起去探險了嗎？這個暑假跟著我們，將會有很不一樣的活動體驗和旅行的回憶喔！讓我們一起手牽手準備出發吧！GOGOGO～