

第二十六課 總結篇

遠足是一項老少咸宜的活動，除有益身心外，亦可親子聯誼，但要緊記每個活動都有其風險，因此遠足活動亦不例外。

出發前，我們必須做好準備，如裝備、旅程策劃中的路線資料、天氣資料、交通資料、同行者的資料及身體狀況，並將旅程告知家人；旅程中不斷察看是否在活動路線行進，如偏離應盡快回頭修正；要制定應變計劃，當旅程中如天氣突然變差，甚或有同伴受傷，我們也可以應付並安全撤離。

整個課程與大家分享了不同的範疇及項目，希望讓大家了解遠足安全的重要性，及如何能在好好準備下，享受遠足的樂趣。

希望大家都能快樂遠足，安全回家。