



Learn to Camp Initiation
au camping

繁體中文 TRADITIONAL CHINESE



1. 營地的類型
(Types of Camping)

4. 維護個人安全
(Keeping Safe)

2. 檢查清單
(Checklist)

5. 保持營地整潔
(The "Bare" Campsite
Program)

3. 如何搭建一頂帳篷
(How to set up a tent)

6. 不留痕跡
(Leave No Trace™)

請注意，雖然為著您的方便，有些資訊已經被翻譯成其它語言。但加拿大公園管理局的工作人員只提供兩種官方語言的服務：法語和英語。



Parks Canada
Parcs Canada

Canada



營地的類型 (Types of Camping)

野營地

加拿大公園管理局的野營地，裝備完善，讓您的露營盡可能保持舒適。允許您駕車到達您的露營地。這種的野營地往往比起其它的營地更為擁擠，因為提供了絕大多數設施和設備，包括淋浴設施、抽水馬桶、電影院、遊樂場、小吃店、節目安排、高爾夫球場等等。一對夫婦來到我們的露營地，甚至可享有游泳池！

提供服務的營地

提供服務的營地提供有電力、下水道和休閒車（房車）、拖車、帳篷的拖車等的接水裝置。這些服務的組合有不同的價格組合。一般情況下，營地提供更多的服務，比起提供少量服務，將會收取更多的每晚費用。由於房車頻繁使用這些營地，可能會因此不能提供理想的帳篷區域。如果您計劃在公園進行露營，在預約場地前，請務必進行檢查。

不予提供服務的營地

不提供服務的營地適合於帳篷露營，因為這些帳篷本身提供帳篷墊和周邊設施，如抽水馬桶、淋浴和飲用水。通常是對房車和露營拖車等不需要連接裝置的車輛開放，因為“不予提供服務”的營地不直接現場提供電力、下水道和接水裝置。

暢通無阻的營地

暢通無阻的營地也被稱為駕車穿越營地，是專為大型旅遊巴或房車所設計的。營地各有一個入口和一個出口，讓您無需倒車，暢通無阻地出入營地。

步入式營地

步入式露營是以步行之方式到達的營地，故您不能夠直接駕車到現場。在營地附近通常設有停車場，在那裡您可以卸下裝備，並在逗留期間停泊您的車輛。這些地方的設施通常較為落後。

團體營地

團體營地的設計，足以容納大批的團體，故通常只預留給參觀公園的有組織團體。有關團體營地的更多信息，請直接聯繫公園。

鄉郊露營

鄉郊露營是實現遠離設施和設備的露營。大多數情況下，您將不得不長途跋涉、攀山越嶺，通過滑雪、划獨木舟或皮艇，以達到鄉郊或原始地。這種的營地往往只設有很少的設施，但不會過於擁擠，可以真正地感受遠離繁囂的樂趣。



檢查清單 (Checklist)

裝備

帳篷：請務必一定要租用、選購或借用一頂帳篷，這將會使您保持乾爽和舒適。但在開始您的第一個露營之旅前，請在家中練習如何搭建帳篷。

鋪地用的防潮布：鋪地用的防潮布是一塊幫助保護您的帳篷地面的布料。

帆布：帶上一張“帆布”，並垂掛在野餐桌上方，可以讓您在下雨天保持乾爽。

睡袋：如果你沒有睡袋，可從家中帶上一條毯子和床單。

枕頭：為了您額外的舒適，請帶上一個小枕頭。如果您喜歡的話，可以將額外的衣物填滿一袋，充當一個臨時的露營枕頭。

睡墊或氣墊：在您的睡袋下，鋪上一塊睡墊或床蓆，能夠讓您獲得額外的舒適和溫暖。

吊燈：在您的帳篷內使用電池式的吊燈；以天然氣或丙烷為燃料的吊燈在戶外也有相當好的效果，但切記絕不應在帳篷內使用。

具備用電池的手電筒或頭戴型照明燈：頭戴型照明燈足以免除您雙手的負擔，且有足夠耀眼的光芒照亮您的工作。每位營友都配置一盞頭燈是最為理想的。

繩索：繩和線可以用於很多事情上，如用作晾衣服的繩和掛防水布。

膠帶：強大的防水膠帶，可以暫時解決任何事情！

置物袋：這些袋子將有助於壓縮和整理您的衣物。

廚房設備

各式各樣的套件（碟/杯/碗/容器）：塑料或不銹鋼的碟子、杯子、碗和容器是最好的，因為它們夠堅固，且相當輕便，又可重複使用。

營地爐灶：有許多種類的野營爐灶，故應尋求專家的意見，找出一組適合您的理想類型。

燃料：燃料有許多不同的種類，所以應確保使用正確又合適您的爐灶或吊燈的燃料。

大碗盤：一個大碗對於在營地中做飯、混合食材是十分有用的。

切菜板：一塊切菜板能在切小吃和餐點的食材時，派上用場。



鍋鏟/木勺/過濾器/鉗子：應思考您將會準備的飯菜，執拾將會使用到的煮食用具。

鍋子/平底炒鍋：如果您打算明火煮食，請帶上專為明火烹食而設計的鍋碗瓢盆。

烤箱手套：當您從爐子或明火上移動鍋子時，一塊鍋墊或一雙烤箱手套將會讓您的雙手感到舒適。

鍋夾：有些野營用的油炸鍋和盆不設有手柄，因此需要用上鍋夾拿起和移動盤或鍋。

洗碗盆：帶上一個大容量的塑料容器或水桶，可以讓您用來裝水和洗盆子。

可降解的餐具清潔劑：請確保您的洗潔精是可生物降解的，並應在水槽或排水管處使用，切記不可以在湖泊中或地面上直接使用。可查閱“露營的基礎知識”部分，以了解更多的詳情。

食物冷卻器：由於您的冷卻器不是防野生動物型的，所以一定要在夜間或任何不在營地的時候，妥善將之保管。

防水型的火柴/打火機：如果您沒有防水的火柴或打火機，請將您的火柴保管在防水的容器或袋中。

開罐器：如果在您的口袋中沒有開罐器，罐頭刀將會十分方便。

桌布：帶上一張堅固的和可重複使用的塑膠桌布。易於餐後擦拭，且也不會被雨水損壞。

鋁箔紙：在營地中使用鋁箔紙是十分方便的，特別是在火堆上做飯和用於包裹剩菜。

紙巾：如同在家中，紙巾可以得心應手地幫助清理汁液和混亂。

垃圾袋：垃圾袋能用於存儲您所有的垃圾。但到晚間，請不要忘記把您的垃圾保存於您的車輛中。

蠟燭和燭台：尤其是沒有帶上一個吊燈的時候，餐桌上的蠟燭或茶燈將照亮您的餐桌。建議帶上一個防風的獨台。

個人裝備

殺蟲劑：有不同配方的驅蟲劑，請確保找到一瓶合適您的。

防曬乳液：尤其當身處高海拔地區時，太陽光線更加猛烈，且光線也可以通過水面成倍反射。防曬乳是必不可少的用品。

哨子：一個好的哨子，可以在可及範圍內警示人們，您正在身處危難之中。

鑷子：鑷子可用於夾出插在手指的碎片。

蘆薈膠：蘆薈可以舒緩被曬傷的皮膚。



個人衛生用品

可生物降解的洗髮水和香皂：選購一些可生物降解的洗髮水和肥皂。切記- 即使是可生物降解的產品，也只可在水槽或排水溝中使用，而不是在湖泊中。

帶上小孩去露營

尿布和手帕：為旅程帶上足夠的尿布和手帕（額外地多帶上一些）。無需帶上整包的尿布！

額外的衣服/鞋：多準備幾套的衣服和鞋子，以確保孩子們能保持乾爽和溫暖。孩子們喜歡露營，但往往較在家中更容易弄濕和弄髒。

帶上寵物去露營

牽引繩：許多國家公園都規定了涉及寵物和皮帶的規定 - 請務必確保在行程前，熟知所有的規定。

狗袋：無論在任何的時刻，請記得清理您寵物的排泄物。

寵物食品/零食：如同您的食物一樣，寵物食品在夜間和任何您離開營地的時候，都應該適當地被保存。

刷子：刷子可以清理在您的寵物皮毛上的污垢等等。

其它

衣夾：帶上幾個衣夾，可以用於將濕透的物品晾在曬衣繩上。

小掃帚和簸箕：利用小掃帚和簸箕掃出任何的樹葉、松樹針葉和污垢，並使您的帳篷保持乾淨整潔。

急救包：請確保您的急救包是齊全的和最新的。

用於生火的報紙：如果您沒有任何的報紙， 其它類型的紙張也是可以的。



如何搭建一頂帳篷 (How to set up a tent)

基礎知識 - 如何搭建一頂帳篷

搭建一頂帳篷很容易，只要您經過一次或兩次的練習。為了方便解釋，我們已經將步驟分解。您可以觀看影片或按照下列的說明完成。在您了解前，您必須有帳篷搭建和準備就緒！

這些步驟將有助您搭建帳篷。儘管所有的帳篷都不盡相同，但其搭建過程在所有情況中都是雷同的。

1. **找一個合適的區域來搭建您的帳篷。** 很多加拿大公園的營地將有一塊帳篷墊，用作預先確定在您的帳篷位置。假使沒有，您需要選擇一個沒有雜碎物的區域 - 如樹根、石塊、樹枝和其它東西等，一切會使您睡覺時感到不舒服的東西。接下來，確保該地區是平坦的，而不是傾斜的。請切記，這些區域應能遠離您的火坑，以防止有餘燼落在您帳篷上的風險。
2. **取出帳篷包內所有的配件。** 現在，解開您的帳篷包，並確保盡數具備所需的配件，包括帳篷體、防潮布（如果有）、帳篷擋簾、支架、樁釘和繩索。將它們放到方便您取到的位置。
3. **將您的帳篷（及防潮布）平坦地放在地上。** 假如您擁有一塊防潮布或一個基台體，將您的帳篷放到您希望的位置上。接著，完全鋪開帳篷。請確保帳篷的出入口設置在您想要的方向。



支架的末端 (© Parks Canada / S. Burroughs)



一根支架的兩節 (© Parks Canada / S. Burroughs)

4. **將支架架入帳篷。** 這裡的第一個步驟是組裝支架。小心地將每根支架接連到下一根支架。重複相同的步驟於所有的支架上。帳篷通常有兩種將支架固定到帳篷的方法：有些帳篷使用帳篷的支架管套，有些使用帳篷扣子。一些帳篷兼具兩者的特點。



管套：大多數的帳篷都有管套的設計，有兩條的管套貫穿帳篷的頂部。首先將第一根支架，完全地套入其中一邊的帳篷管套之中。接著，將所述的第二根支架，滑動通過另一根管套。現在，把支架的末端系牢在帳篷體的一側。這項的步驟取決於帳篷的類型而有所不同。許多帳篷在底部只會有一個扣眼，去插入支架的末端。支架的末端將保持支架的穿過。其他的帳篷將有金屬銷子和環，系牢插入帳篷底部的支架。

一旦您已經將支架固定在帳篷的一側，走到帳篷的另一側。對於較大型的帳篷，如果兩人一起行動將會更加容易。各人抓起一根靠近底部的支架，並開始推動它，順着管套滑動，升起帳篷體。緩慢地進行這一動作，如果您感到有阻力，請立即停止動作，以確保沒有任何阻礙。如果有阻礙，而您繼續推動，將可能會損壞支架或帳篷。一旦支架的末端到達帳篷的底部，如同您在帳篷的另一邊所進行的一樣，固定帳篷的支架。

夾子：使用夾子的帳篷，比起帶管套的帳篷稍微不一樣。首先扣緊帳篷體一側的支架。這項工作取決於帳篷的類型而有所不同。許多帳篷的底部只會有一個扣眼，去插入支架的端部。其它的帳篷則有金屬銷子和扣環，系牢插入帳篷底部的支架。

一旦您已經在帳篷體的一側固定了帳篷支架，走到到帳篷的另一側。彎曲支架，使它們的中間有弧度，並以另一側所使用的相同方式來固定支架。然後在各支架的底部，連接每根支架和固定扣子。升起帳篷體，並將其固定在帳篷支架。

對於兼具帳篷兩種系統的帳篷，先從管套開始，然後再扣子。對於有更多支架的帳篷體，通常先從跨越帳篷頂部的支架開始，然後再添加剩餘的支架，直至升起帳篷。



用於加上帳篷樁釘的扣眼。 (© Parks Canada / S. Burroughs)

5. **固定帳篷。**現在，您的帳篷升起了，您需要將它固定在地上。在開始固定前，對帳篷的位置作出最後的調整。大部分的帳篷會有尼龍織帶綁緊該環或在末端有一個扣眼。通過這些繩索的掛鉤固定和拉遠離帳篷，拉緊帳篷的底面。現在以 45 度角的方式將每個樁釘插入地面。保持動作，直至所有的繩索固定下來，現在您的帳篷是安全的。樁釘不應垂直插入，因為大風能將它們彈出地面。吹起大風的情況下，風的吹動將對帳篷的樁釘施加壓力。如果它們是以直角的方式插入，將會在沒有任何阻礙的情況下，而使樁釘滑出地面。



6. **把擋簾放置在帳篷上。**現在需要將擋簾附加在您的帳篷上。一般情況下，帳篷體是不防水的。帳篷擋簾能讓您在惡劣天氣下保持乾爽。有些帳篷的擋簾是需要支架去系牢的。有許多的設計是易於其固定支架，但並不是所有的帳篷型號都是這樣的。如同一條毯子般，輕輕地抖動着擋簾。確保擋簾的前緣放置在帳篷的入口處。大多數的擋簾是需要系牢在帳篷支架或固定在帳篷底部的支架。這將取決於擋簾的大小和帳篷的型號。一旦固定了擋簾，您就可以搬置您的床上用品和其它裝備！

請記住：

保持拉緊帳篷出入口的拉鍊，將會使您免卻很多不必要的麻煩！
在進入帳篷前，脫去雙鞋，可以使您避免帶入污物。



維護個人安全 (Keeping Safe)

雖然已經採取很多的措施，去維護入園人士的安全。但歸根結蒂，入園人士需要為在國家公園期間的個人人身安全負上責任。這裡有一點提示，去幫助保持您和您的家人在國家公園露營期間的安全。

天氣

永遠不要低估大自然的力量。離開酒店，開始一日遊、徒步旅行或過夜露營之前，請查閱當地的天氣預報。這將有助您應對— 因為天氣變化，特別是在山區或水域附近的天氣條件迅速地改變。

請務必一定要切記，保護自己及其家人遠離陽光的侵害。配戴帽子和太陽眼鏡，並選擇適合您肌膚的防曬用品，為暴露在外的部位塗上保護（請不要遺留您的雙耳！）。穿著長袖衣服和褲子，也有助於保護您免受陽光的侵害。如果您在高海拔地區進行露營、探索或接近水域或遊覽雪景，請謹記和警惕紫外線在這些環境中的增強。

另外也要保護自己免受雷擊。當風暴接近時，請務必留意天氣，並在風暴突襲前，採取適當的預防措施。有關防雷安全的更多信息，請瀏覽加拿大環境部的網頁 <http://www.ec.gc.ca/foudre-lightning/default.asp?lang=Fr&n=159F8282-1>。

駕車

駕駛是國家公園中最危險的活動之一，而且比起在熟悉的都市環境中駕駛十分不同。當您進行駕駛時，請記住以下幾點：

請務必遵守車速限制的規定

注意在園內的其他駕駛人士。他們可能因美麗的風景分心或走失。

留神騎自行車的人士。他們很可能難以被察覺到。

當心野生動物。

野生動物

切勿靠近或喂飼野生動物，並嚴格遵守所遊覽的國家公園之全部規則。由於難以預測野生動物在所有的的情況下會作出的反應，故避免近距離接觸是保持個人自身、您的家人和野生動物的安全之最好方法。

欲了解更多資訊，請造訪您正在遊覽的國家公園遊客服務中心，領取一本小冊子，並與我們友善的工作人員進行交談。



昆蟲和植物

在戶外不難發現被蚊叮或蟲咬，尤其在沿途小徑和營地。請務必攜帶殺蟲劑，並避免噴塗會吸引昆蟲的香水和香味乳液。



毒藤 (© Parks Canada)

有些植物，如毒藤，當進行接觸時，可引起皮疹和過敏性反應。然而，在一般情況下，這些植物已經從營地周圍的公共區域中被移除，但您應當留神沿途的道路和小徑。

了解如何避免接觸和觀察，請瀏覽公園的網頁或抵達遊客中心時，與相關的工作人員討論。

飲用水

在戶外活動時，尤其在炎熱的天氣下，陽光明媚的日子，飲用大量的水是十分重要。請確保只飲用來自可靠源頭的水，例如：營地中設置的飲用水水龍頭。雖然在溪流中、河流和湖泊中的水，通常是潔淨的，且可能看起來能夠被飲用，但可能含有有害的細菌或寄生蟲。如果您不確定是否能夠被飲用，請務必進行查詢！



保持營地整潔 (The "Bare" Campsite Program)

在這裡宿營，您將與動物分享他們賴以生存的環境。這些動物包括：熊、美洲豹、狼、叢林狼等。

如何保持營地“整潔”。

The "Bare" Campsite program 是為了保證您的安全，並且讓野生動物在國家公園裡自由生存。是為了保證您的安全，並且讓野生動物在國家公園裡自由生存。

確保沒有落下任何會引來野生動物的東西。保證自己的安全，並且幫助讓野生動物在國家公園裡自由生存。

請保持營地整潔。

如果您在此露營，您需同意：

將所有暫時不用的食物或與食物相關的物品，藏在車輛中、或藏在現成的儲物櫃中。



請保持營地整潔。(© Parks Canada)

該政策適用於這些物品閒置的時候，包括您已入睡的夜晚，以及您的營地無人照看的時候，無論無人照看的時間長短。

任何有氣味的東西都可能被認為是食物，從而可能招來野生動物。切勿將如下物品放在營地中，無人看管。

食品冷卻劑——滿的/空的

食物——開封的/密封的

垃圾/包裝材料

餐盤/鍋

寵物食品/碗

瓶/罐

一切帶香味的物品，如洗發水、牙膏、蠟燭、香茅和洗潔精

帳篷式拖車不防熊。

如果您的營地不“清潔”……



切勿將吸引動物的物件留在無人看守的營地 (© Parks Canada)

當人們將食品露在外麵，熊或其他動物會失去對人類的恐懼。一旦某隻動物習慣了人類的食物，那麼它將會威脅到公共安全，從而可能需要處理掉。通過保持營地“清潔”，您在防止“問題”動物的產生和處理的過程中，起到重要作用。

工作人員會在營地巡邏，確保宿營者未將招野生動物的東西放在外麵。如果您回到營地，發現物品失蹤了，請看公園工作人員給您留下的說明。

不遵守 the “Bare” Campsite program 規定的宿營者，將被取消宿營資格，費用概不退還，而且可能根據加拿大國家公園法律法規給予罰款處罰。

共享生態系統——在野生動物的棲息地宿營

注意您周圍的環境，特警是在黃昏和黎明時或是在草木茂盛的區域。驚到忙於覓食的動物，會非常危險！各種動物依賴這個生態系統的每一個部分生存。他們需要捕食天然食物，讓自己長肥以度過冬季。保持營地“清潔”並且不喂食動物，您是在幫助他們在這個具有挑戰性的環境中生存。

寵物主人注意！

請用皮帶一直栓住寵物。勿讓寵物獨自在外，尤其是晚上。會招來食肉動物，可能會被襲擊。

觀看野生動物——安全第一！

您隨時可能遇到野生動物。請警惕，不要將食物留在外麵，會招動物。

觀看野生動物時，時刻注意：

- 每個野生動物都有潛在危險。即使是外表溫順的麋鹿，也會嚴重傷人。
- 不管是什么种类、什么大小的野生动物，切勿靠近或喂食。
- 不管是什麼種
- 時刻保持安全的觀看距離（30 至 100 米）。



保持營地整潔
(The “Bare” Campsite Program)

看到任何食肉動物（熊、狼等），請立即告知公園工作人員。
謝謝！感謝您努力保持“營地清潔”！



看到任何食肉動物（熊、狼等） (© Parks Canada)



不留痕跡 (Leave No Trace™)

做好準備！記得帶上防寒、防熱和防雨的衣物。使用地圖查看要去的地方，這樣就不會迷路。了解您將遊覽的區域。行前閱讀相關書籍並且諮詢他人。了解的越詳細，您就會玩的越開心。

選擇正確的路徑。

請保護環境、走在人行道上，切勿獨自漫步踩踏。避開花草或小樹。它們一旦受傷，可能就長不回來了！利用現有營地-露營地與大路、小徑和水域至少距離 100 大步。

清除垃圾。

收拾起來，帶出去。把垃圾，甚至是碎屑，放入垃圾桶或帶回家。在有洗手間或戶外廁所的地方如廁。如果實在要“上”，請像貓那樣挖個坑，如廁後再填蓋起來。坑挖 4 到 8 英寸深，而且需要距離水域 100 大步。將用過的廁紙放在一個塑料袋中，再把袋子丟進垃圾裡帶回家。保護水體清潔。勿讓肥皂、食物或糞便流入湖水或河流中。

什麼都帶走。

將您發現的植物、石頭和歷史文物，留在原處，讓後來的遊客也能欣賞到。尊重植物。砍伐或剝皮會導致植物死亡。好的營地是自然天成的，而非人工建造的。切勿在營地上挖掘和建造。

小心失火。

使用野營用爐做飯。野營用爐與燃火相比，更為簡便，且容易清潔。請確保您遊覽的地方可以生篝火。使用現有火環，保護地麵。保持較小的火勢。請記住：篝火上不能燃燒垃圾或燒烤食物。切勿折取樹杈，無論樹是活的、死的還是倒下的。取而代之的是，請拾取散落在地上的樹枝。將所有木頭都燃盡，離開前確保篝火已完全熄滅並已冷卻。

尊重野生動物。

在遠處觀看動物，切勿靠近、喂食或跟隨。人類食物對於任何動物都是不健康的，給他們喂食是壞習慣。藏好您的食物和垃圾，以保護野生動物和您的食物。時刻管好寵物，或者將寵物留在家裡。

善待其他遊客。

確保您在戶外享受樂趣時，不打擾到他人。記住其他遊客也是來此享受戶外活動的。聆聽大自然的聲音。不要製造大的噪聲或大聲喧嘩。保持安靜，您可以看到更多的動物。記住-照看好自己的地方，您將會更好的享受大自然。

需要更多信息和素材，請撥打 1-877-238-9343。