

1. 計劃



- ✓ 登山前，應先計劃路線，並最好有兩手準備
- ✓ 除帶備地政總署的郊野地圖以確保萬無一失外，亦可以預先下載一些附有離線功能的香港郊野地圖手機應用程式
- ✓ 把行程及同行者資料複製一份，留給家人、朋友或負責這次活動的團體。萬一發生意外或未有依時完成旅程，他們亦可代為通知警方及尋求協助

2. 觀天



- ✓ 出發前應注意天氣情況，尤其留意是否將有雷暴、風雨或氣溫驟降等情況。詳情可瀏覽天文台的網頁，以取得更多資料。

5. 裝備



- ✓ 穿着適當的行山服及行山鞋，並帶備足夠的食水、太陽帽、行山手杖、地圖、指南針、急救藥品、電筒、哨子及紙筆，亦須攜帶後備衣物，當氣溫下降時可作保暖之用
- ✓ 通訊器材及後備電池亦必不可少，如不幸迷路，可用作求救

6. 結伴



- ✓ 切忌單獨登山，應結伴同行，互相照應，最好四人同行。一旦有人在意外中受傷，除留下一人照顧傷者外，其餘兩人可下山尋求協助
- ✓ 另外，應確保同行者中有人具備遠足經驗及急救知識

7. 通訊



- ✓ 應帶備手提電話等通訊器材，並確保電源充足
- ✓ 遠足前可啟動漁農自然護理署的「GPS遠足留蹤」服務功能，亦可以在手機安裝緊急救援應用程式，例如 HKSOS

民安隊

遠足錦囊

3. 察地



- ✓ 盡量選擇一些較多郊遊人士使用的山徑，並應沿擬定的路徑而行，切忌行走捷徑和不明顯的山路。

4. 衣着



- ✓ 必須穿着適當的衣物及行山鞋
- ✓ 宜穿上多層薄衣物代替一件厚衣物，以幫助保暖和有效地排汗

8. 求救



- ✓ 旅程中如遇上意外，可使用手提電話致電 999 或 112 向警方求救，亦可利用設置在郊野公園的緊急求助電話裝置或手機緊急救援應用程式求援