



通訊刊物「茶跡」 二零一一年十月第六期



1. 23.10 苗圃茶馬古道助學行出發啦！

「君是茶馬人，應知茶馬事」經過了十一個月的籌備，今年的苗圃茶馬古道助學行出發啦！是次我們在香港招募的人數達160多人！而把國內的步行者計算在內的話總數達210人！你有幸成為當中的一份子，高興嗎？記得多多把我們苗圃行動的助學訊息跟朋友分享啊！



2. 茶馬參加者戶外運動用品優惠



「長征加油站」取名是因為它認同「苗圃行動」的助學理念，主理人都是長期會員及義工，所以捐出店鋪營業額5%予「苗圃行動」以支持其運作經費。現在「苗圃茶馬古道助學行2011」參加者每人可獲「長征加油站」購物優惠！如果大家出發前希望裝備各種戶外運動用品，可以帶同你的活動確認信光臨九龍城沙浦道 40號（即富豪酒店側）的「長征加油站」選購。**購物兼可助學，**

一舉兩得！記得多多支持！（<http://www.longmarchstation.com/>）



記得去長征加油站啦！優惠放送中！



3. 而我不知「溫哥華苗圃」是誰？

大家在茶馬的海報之中得知合辦單位有「溫哥華苗圃行動教育協會」（溫苗）。其實溫苗是於2002年註冊成立，並於2006年成為慈善機構（慈善號碼：85995 6286 RR0001）。溫苗是香港「苗圃行動」的聯會，同樣是非宗教、非政治、非牟利的慈善機構，有著共同的理想和守則。今年溫苗將有7位代表參加茶馬的騰沖段，大家屆時可以和他們打個招呼，了解認識一下大家啦！



香港九龍旺角廣東道1155號日昇廣場1樓101室 電話：2597 4739 傳真：2597 4731 www.sowers.org.hk
Room 101, 1/F, Sunbeam Plaza, 1155 Canton Road, Kowloon, Hong Kong Tel.:2597 4739 Fax:2597 4731
· 內容純粹分享· 鼓勵到處傳閱· 「苗圃茶馬古道助學行2011」籌委會 teahorse@sowers.org.hk



4. 小提醒（一）：請購買旅遊保險

Do Do 姐在電視廣告說：「**意外就是意料之外！**」所以為了旅程的安心，一份合適自己

需要的**旅遊保障**不可缺少！我們提醒大家記得要為自己的行程預備旅遊保障，也記得將文件交予家人保管，以便一旦有需要時可以立即為你跟進。



5. 「茶跡」小提醒（二）：出外旅遊請自備環保餐具

在偏遠的地區，人類活動對生態的影響特別嚴重。因為當地沒有完備的設施及條件處理額外增加的拋棄物。我們給大家一個建議就是**自備環保可重覆使用的餐具**！其實這一種文化已經在世界各地普遍傳開了。想一下如果我們每天都拋棄幾套筷子湯匙，整團人旅程的消耗數量真不少！所以**你我每一步，環保齊做到**！一起學習這一種美德為愛地球盡一分力吧！



6. 「茶馬」人強馬又壯！



很多參加者都不介意在旅程中擔當一些崗位。是次籌委會在今次活動之中挑選了好些步行者擔當**組長、房務、膳食、保安、醫療、娛樂、攝影及領隊**等不同崗位！請記得大家遵循指示活動，令各位沿途安全又開心！

7. 「茶跡」小提醒（三）：穿著舊鞋子、多帶一雙鞋

每一天在路上走數個小時，鞋子的選擇真的不可以忽視。一些有經驗的茶馬人就提醒大家記得不要穿太新和太硬的鞋子。因為長時間行走會很容易令腳底**長水泡**。此外，如果鞋子太久沒有穿著也可能會硬化而甩底。所以**多帶一雙鞋**會較有保障！

8. 最低籌款已完成，還有呢？

我們籌款的正式**截止日期為十二月底**。因此大家不要以為活動完成之後就完結了，其實大家仍然可以向身邊朋友繼續籌募助學捐款的。而我們為了令大家籌款更落力，會在截止後向籌款最高人氣及籌得最多善款的參加者頒發獎牌以茲鼓勵。而且我們已經在籌備慶功宴之中，預算在2012年的1月初舉行，大家記得預留時間參加啦！



9. 「茶跡」係唔係好好睇先？

好睇都有完的一刻o架！我們好快又會再同大家講o下我地茶馬趣聞逸事！**「你我每一步 成就助學路」**。下期見！