

明愛樂群學校

通告(學生活動): 香港青年獎勵計劃 — 野外鍛鍊科第一次訓練活動

(1819-020)

敬啟者: 為了讓學生透過訓練營學習及實踐野外鍛鍊技能, 並透過裝配和收拾露營裝備及準備簡單餐膳, 提升自我管理能力及協作能力。本校特意在西貢白沙澳青年旅舍舉辦第一次訓練營活動, 詳情如下:

- (一) 活動日期: 4/10/2018 – 5/10/2018 (星期四至五)
- (二) 活動時間: 10:00am (星期四) – 1:20pm (星期五)
- (三) 活動地點: 西貢白沙澳青年旅舍、北潭凹、土瓜坪、南山洞、荔枝莊進行野外旅程
- (四) 膳食安排: 4/1 遠足期間進食簡單午餐, 在青年旅舍自煮晚膳
5/1 在青年旅舍進食早餐及遠足期間進食簡單午餐
- (五) 費用: 活動費\$80
- (六) 服裝: 整齊運動校服 (4/10)及合適遠足的便服 (5/10)
- (七) 活動內容: 1)食物及野外烹飪及營藝
2)基本急救須知及處理緊急事故
3)郊野守則及環境保護及公路守則
- (八) 返放學安排: 1) 4/10(四)返學時間和上車地點如常, 10:00 離校參加露營;
2) 5/10(五)活動完結後, 由校車送學生往解散地點。家長須於 13:10 在馬鞍山新港城鞍祿街或 13:20 在沙田排頭街 69k 小巴士站旁接回子弟。
- (九) 其他事項: 1) 不參與活動之學生, 4/10 至 5/10 照常上課, 返放學接送時間及地點如常。
2) 參加活動學生需自行帶備個人用品, 詳情參閱附件之活動備忘。大背囊、帳幕、睡袋、地蓆、炊具由學校提供。2/10 學校會派發大背囊, 學生需於所有訓練營完結後, 在 18/2/2019 至 22/2/2019 期間交回已清洗的露營大背囊、睡袋、地蓆。
3) 由於是次訓練活動以野外鍛鍊為主 (4/10 有 5.5 小時野外訓練, 5/10 有 4 小時野外訓練, 期間有上落山, 請家長於報名前考慮子弟之體能及健康狀況)。為保障學生安全, 出發前學校會考慮學生健康狀況, 決定當日是否適合繼續參與活動。
4) 是次活動與香港扶幼會則仁中心學校合辦, 我校學生與則仁中心學校學生以小組形式進行遠足及露營活動。
5) 如學生需服藥(必須是註冊醫生處方之藥物), 家長需於 2/10 或之前交回藥物, 該藥物須貼上有效標籤, 標籤上須印有學生姓名、日期、藥物名稱、服用份量及次數。
6) 則仁學生會於此旅程期間進行拍攝, 而部份照片或影片有機會刊登於則仁中心學校的刊物及網頁, 讓社區人士認識學生的才能, 請家長能給予支持。

請家長填妥下列回條, 於 10 月 2 日或以前交回組負責老師, 以便統計人數, 如有疑問, 歡迎致電學校向鍾錦源老師查詢。

此致
貴家長

明愛樂群學校校長

郭思穎 謹啟

2018 年 9 月 27 日

明愛樂群學校

《附件一香港青年獎勵計劃 — 野外鍛鍊第一次訓練活動備忘

參加者請於 4/10/18(四)穿著運動校服回校，並以學校提供的露營大背囊帶備下列用品，由於學生需背著背囊進行野外鍛鍊，背囊重量不可超過體重五分之一，故此所有裝備必需輕便。

1. 日常用品：

面巾、浴巾、沐浴露、牙刷、牙膏、漱口盅、紙巾、梳、數個膠袋、衛生巾（女生）及個人自用藥品（須為醫生處方）

2. 衣物：

合適遠足的衫及褲一套(請勿穿牛仔褲)、內衣褲一套、拖鞋一對、襪一雙及禦寒衣物（如：防風外套）、或按學生個人需要增添衣物。(建議不帶睡衣，晚上洗澡後會穿著翌日行山的衣物，以減輕背囊重量及讓學生學習以最輕便裝備露營為原則。)

3. 其他用品：

水壺（至少共可盛載 2 公升水）、電筒(包括電池)、後備電池、太陽帽、可循環再用的雨衣及防蚊用品（如：蚊怕水、蚊膏、蚊貼）

惡劣天氣注意事項：

1. 如 10 月 4 日早上 8:00 前懸掛或預計有可能懸掛 1 號或以上熱帶氣旋警告訊號、黑色或紅色暴雨警告，是次訓練活動將會取消(10 月 5 日之活動流程)，學生將留校上課及如常放學。如 10 月 5 日早上 8:00 前懸掛或有可能 1 號或以上熱帶氣旋警告訊號、黑色或紅色暴雨警告，是次訓練活動將取消，所有參加者會留在營舍內，直至有校車接送至解散地點。
2. 如 10 月 4 日至 10 月 5 日出發前遇有雷暴警告或黃色暴雨警告，則待警告訊號解除後及安全情況下出發，但如預計天氣會進一步惡劣，則取消是次訓練活動(包括 10 月 4 日至 10 月 5 日之活動流程)，10 月 4 日至 10 月 5 日學生將留校上課及如常放學。
3. 如活動前兩小時預告將除下所有風球/暴雨警告，活動會在安全情況下照常舉行。

(請☑表示，於10月2日或之前交回)

本人為_____組學生_____之家長，

- | | | |
|----|--|--------------------------------------|
| 現 | <input type="checkbox"/> 同意
<input type="checkbox"/> 不同意 | 敝子弟參加 4-5 /10/2018 (星期四至五) 之第一次訓練活動， |
| 並於 | <input type="checkbox"/> 馬鞍山新港城鞍祿街
<input type="checkbox"/> 沙田排頭街小巴士旁 | 接回子女， |
| 及 | <input type="checkbox"/> 同意
<input type="checkbox"/> 不同意 | 則仁學生攝錄及拍照敝子女，並刊登於則仁中心學校的網頁及刊物。 |

此覆

明愛樂群學校校長

家長簽署：_____

2018 年 月 日