

## 明愛樂群學校

通告(學生活動)：香港青年獎勵計劃－野外鍛鍊科第三次訓練活動

(1819-072)

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。本校現舉辦第三次訓練營活動，詳情如下：

- (一) 活動日期： 11/12/2018 – 14/12/2018 (星期二至五)
- (二) 活動時間： 10:00am (星期二) – 3:30pm (星期五)
- (三) 活動地點： 西貢赤徑白普理堂露營(11/12)、西貢白沙澳青年旅舍露營(12/12)、荃灣大帽山施樂園露營(13/12)、吹筒坳、大浪坳、赤徑、大枕蓋、嶂上、大帽山
- (四) 膳食安排： 11/12 遠足期間進食簡單午餐、在青年旅舍自煮晚膳  
12/12 在青年旅舍進食早餐及晚膳，遠足期間進食簡單午餐  
13/12 在青年旅舍進食早餐及晚膳，遠足期間進食簡單午餐  
14/12 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\$255
- (六) 服裝： 整齊運動校服 (11/12)及合適遠足的便服 (12-14/12)
- (七) 活動內容： 製作實習旅程計劃書、地圖閱讀、野外烹飪和營藝
- (八) 返放學安排： 1) 11/12(二)返學時間和上車地點如常，10:00 離校參加露營；  
2) 14/12(五)活動完結後，由專車送學生往解散地點。家長須於 15:20 在馬鞍山新港城鞍祿街或 15:30 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，11/12 至 14/12 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。帳幕、炊具由學校提供。露營大背囊、睡袋、地蓆已於第二次野外訓練完結時給學生帶回家，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 (11/12 有 8.5 小時野外訓練，12/12 有 8 小時野外訓練，13/12 有 7.5 小時野外訓練，14/12 有 6.5 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) 如學生需服藥(必須是註冊醫生處方之藥物)，家長需於 10/12 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。
  - 5) 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。
  - 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 12 月 4 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 11 月 26 日

## 明愛樂群學校

### 《附件一 香港青年獎勵計劃 — 野外鍛鍊三次訓練活動備忘》

參加者請於 11/12/18(二)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。[學生需於所有訓練營完結後(18/2/2019 至 22/2/2019 期間)，交回已清洗的露營大背囊、睡袋、地蓆。]

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：

合適遠足的上衣及長褲(不可牛仔褲)三套、內衣褲三套、拖鞋一對、襪三雙及禦寒衣物一件（如：風褸）、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 12 月 11 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(12 月 11 日之活動流程)，學生將留校上課及如常放學。如 12 月 12 日、12 月 13 日及 12 月 14 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 12 月 11 日至 12 月 14 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 12 月 11 日至 12 月 14 日之活動流程)，12 月 11 日至 12 月 13 日學生將留校上課及如常放學 / 留在營舍內。14/12 則取消當日訓練活動，所有參加者會留在營舍內，直至有校車接送至解散地點。
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。

回條(學生活動) — 香港青年獎勵計劃 — 野外鍛鍊科第三次訓練活動

(1819-072)

(請☑表示，於12月4日或之前交回)

本人為\_\_\_\_\_組學生\_\_\_\_\_之家長，

現  同意  
 不同意

敝子弟參加 11-14 /12/2018 (星期二至五) 之第三次訓練活動，

並於  馬鞍山新港城鞍祿街  
 沙田排頭街小巴士旁 接回子女，

及  同意  
 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