



**通告（學生活動） — AYP 銅章及銀章野外鍛鍊科第二次訓練活動** (2223-053)

敬啟者：為了讓學生透過執拾露營及遠足裝備，提升責任感及自我管理能力和讓學生學習面對困難時，能勇於嘗試，提升情緒管理能力，本校現舉辦 AYP 野外鍛鍊科銅章及銀章第二次訓練活動，有關資料如下：

- (一) 活動日期： 2022 年 11 月 16 日（三）至 2022 年 11 月 17 日（四）
- (二) 活動時間： 上午 9:45（11 月 16 日）—下午 4:00（11 月 17 日）
- (三) 活動地點： 在學校禮堂露營；在吊草岩、經沙田坳、沙田頭新村、城門水塘進行野外旅程
- (四) 餐 膳： 16/11 遠足期間進食簡單午餐，在學校烹煮晚膳  
17/11 在學校烹煮早餐，遠足期間進食簡單午餐  
（以上食物由學校提供）
- (五) 費 用： 交通費每次每位 10 元，兩天共 20 元（將於 12 月份月費一併收取）  
活動費 80 元
- (六) 服 裝： 合適遠足的便服（建議參考洋蔥式穿衣法，並必須穿著長褲），可穿著行山鞋
- (七) 活動內容： 1) 遠足；2) 學習起營及收營；3) 烹煮餐膳；4) 執拾露營及遠足物資
- (八) 返放學安排： 1) 16/11 上學時間及地點如常，  
2) 17/11 的放學時間及方式如常。
- (九) 其他事項： 1) 不參加活動的學生會繼續留校上課  
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。露營背囊將於 11 月 14 日派發，完結時給學生帶回家，並於活動後歸還學校  
3) 由於是次訓練活動以野外鍛鍊為主（11 月 16 日有 6.5 小時野外訓練，11 月 17 日有 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 11 月 14 日或之前交回藥物，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

請家長填妥下列回條，於 11 月 14 日交回組負責老師，以便統計人數，如有疑問，歡迎致電學校向倪美娟老師或陳樂欣老師查詢。

此致  
貴家長

明愛樂群學校校長

郭思穎 謹啟

2022 年 11 月 11 日

# 明愛樂群學校

## 附件一：香港青年獎勵計劃 — 野外鍛鍊科第二次訓練活動備忘

參加者請於 11 月 16 日（四）穿著合適遠足的便服回校，並以學校提供的露營背囊帶備下列用品，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：

合適遠足的上衣及長褲（不可牛仔褲）一套、內衣褲一套、拖鞋一對、襪一雙及禦寒衣物一件（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：

小背囊（遠足時用）、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：

- 參加者請留意出發前一日之天氣報告。若果出發當日早上 8:00 前懸掛或有可能懸掛 1 號或以上風球/雷暴/黑色/紅色/黃色暴雨警告，活動將延期出發。活動負責人將盡速通知參加者最新的行程安排
- 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。如參加者已在前往集合地點的途中遇到惡劣天氣，參加者應盡量留在安全的地方，或在安全情況許可下，盡快回家。在集合地點的活動負責人或導師會照顧及協助已到達或正前往集合地點的參加者

回條 (學生活動) — AYP 銅章及銀章野外鍛鍊科第二次訓練活動 (2223-053)

(請以☑表示，並於 11 月 14 日交回學校)

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 AYP 銅章及銀章野外鍛鍊科第二次訓練活動，
---	---	------------------------------

此覆  
明愛樂群學校校長

家長簽署：\_\_\_\_\_

2022 年 11 月\_\_\_\_\_日