

香港女童軍總會

香港賽馬會社區資助計劃「盡責公民展潛能」跨代共融計劃 2023-2026

「Free 3」跨代日營 – 新興運動挑戰日

活動備忘

活動名稱	「Free 3」跨代日營 – 新興運動挑戰日
活動日期	2026 年 1 月 4 日 (星期日)
活動時間及地點	上午 10:00 – 下午 4:15 香港女童軍賽馬會元朗康樂中心
集合及解散時間	集合：上午 9：00 / 解散：下午 5：00
集合及解散地點	九龍塘站 D 出口 (耀中國際學校 (中學) 門外) 註: 大會將安排旅遊車接送參加者往返活動場地。如參加者已選擇自行入/離營，入營必須於上午 10:00 前抵達營地，活動完畢後才可離營。

注意事項：

1	參加者須穿著整齊女童軍戶外制服，如穿著外套，外套的顏色必須為黑色或深藍色為主的外套。如有需要，可穿著學校外套。因活動在戶外進行，請穿著舒適運動鞋，以策安全。
2	如參加者有發燒或身體有任何不適情況，均不可參與活動，並請領袖/領隊立即致電通知負責職員。
3	是次活動有午餐供應。如參加者有食物敏感，可自行在是次活動已準備的食物中挑選適合吃的食物或自備食物，但不會提供任何冷藏或加熱的用具。
4	參加者可視乎個人需要，自備飲用水、雨傘、防蚊用品、防曬用品、適當藥物及嘔吐袋等。
5	是次活動屬於跨代活動，各參加者需要按照當天的分組安排，與組員一起活動。
6	參加者須準時出席並完成活動，才可獲得出席證書及紀念布章。遲到 15 分鐘或以上亦不會獲發證書及布章。
7	活動期間會進行拍攝工作，活動照片用於總會用途，包括並不限於內部紀錄、宣傳及刊登於總會刊物等。
8	本活動由「香港賽馬會慈善信託基金」資助，故請獲取錄者珍惜資源，如有獲取錄的參加者未能出席活動，請盡早通知總會職員，以便作出安排。否則，無故缺席者將會列入缺席者名單，日後再報名時亦將不被考慮。缺席之快樂小蜜蜂需補交家長信；樂齡女童軍需補交解釋信。
9	如對活動有任何查詢，歡迎致電 2359 6886 與附屬會員部職員聯絡。 活動日聯絡電話：9738 9465 (李文端 Elisa)
10	天氣影響之安排請參閱總會「惡劣天氣及空氣污染應變措施」。 https://hkgga.org.hk/tc/resources/bad-weather-and-air-pollution-arrangements-hkgga-activities

香港女童軍總會

惡劣天氣及空氣污染應變措施

撮自「活動安全規則及指引」2023年9月版本

以當天活動開始前兩小時由香港天文台發出之天氣報告為準：

(活動負責領袖/領隊/主辦方亦有權因應天氣情況提早取消活動以保障參加者安全)

類別		戶內活動 (見註一)	戶外活動 (不包括海上活動)	渡假營/露營 (見註二)	海上活動 (見註三)	
寒冷天氣/酷熱天氣/ 山泥傾瀉/霜凍警告		照常	活動負責領袖/領隊應密切留意活動地點安全及參加者狀態及衡量環境情況，決定是否需要更改活動場地、將活動押後，甚或取消 (見註四)			
雷暴警告		照常	活動負責領袖應確保參加者留在安全地方，直至警告解除			
強烈季候風信號		照常			延期/取消	
颱風信號	一號風球	照常				
	三號風球	照常	延期/取消	活動延期或取消； 負責領袖/領隊應確保參加者留在安全地方，直至警告解除		
	八號風球 或以上	延期/取消				
極端情況 (見註五)		延期/取消				
暴雨警告 信號	黃色	照常	活動延期或取消； 若活動正在進行中， 負責領袖/領隊應安排參加者於戶內暫避	若活動正在進行中，負責領袖/領隊應安排參加者於戶內暫避		
	紅色	活動延期或取消； 若活動正在進行中，負責領袖/領隊應確保參加者留在安全地方，直至警告解除				
	黑色					
空氣質素 健康指數	高 (7)	照常	應盡量減少體力消耗及戶外活動，活動負責領袖/領隊應勸喻對空氣污染敏感 (即患有心臟病及呼吸系統毛病) 的參加者不要參加在空氣污染地區進行的活動			
	甚高 (8-10)	照常				
	嚴重 (10+)	在空氣污染地區進行的活動，應予以中止、取消或延期				

註一：

「戶內活動」指在戶內地方進行的活動和訓練，包括於恆常集會地方以外舉行的戶內活動。活動負責領袖/隊必須遵照有關活動場地的使用守則及惡劣天氣安排。

註二：

正值度假營及露營舉行期間，懸掛三號颱風信號、紅色或黑色暴雨警告信號時，營負責領袖/領隊須考慮所有安全因素，包括道路安全等，然後透過分區總監及區總監聯同香港副總監商討決定是否解散女童軍。

註三：

海上活動須遵照有關活動場地的使用守則及惡劣天氣安排或場地教練的指引。

註四：

天文台發出寒冷或酷熱天氣警告，意味著天氣會持續寒冷或酷熱。領袖/領隊應衡量情況，決定是否需要將活動押後，甚至取消。在寒冷天氣下，建議參加者多穿保暖衣物以防低溫症。在酷熱天氣下，避免過份暴露在陽光下，因身體未能有效散發體溫，便可能出現痙攣、熱衰竭及中暑等徵狀。若陽光猛烈，亦應提醒參加者配戴闊邊帽子及能過濾紫外光的太陽眼鏡，並於外露的身體部分重複塗抹防曬系數 15 或以上的防曬油。

註五：

「極端情況」是香港政府因颱風及暴雨等惡劣天氣下引發的嚴重情況而發出的特別指示，其效力相等於香港天文台的八號烈風或暴風信號或黑色暴雨警告。故此，有關應變措施將遵照八號烈風或暴風信號或黑色暴雨警告安排。