



保良局百周年李兆忠紀念中學  
中二級生活體驗營

敬啟者：

秉承保良局五育並重的辦學宗旨，著重學生全人教育，本校特為中二學生舉辦「中二級生活體驗營」，旨在透過遠足和不同的團體活動，培養學生的自信心和彼此欣賞的素質，並豐富其學習經歷。活動詳情臚列如下：

- 日期：二零二四年三月六日至三月八日（星期三至星期五）
- 活動地點：保良局賽馬會大棠渡假村
- 集合時間：三月六日上午八時十五分
- 集合地點：禮堂
- 解散時間：三月八日下午四時三十分
- 解散地點：本校籃球場
- 費用：二佰元正（費用已包括營費、膳食費、教練費、保險及車費。）
- 獲學生資助辦事處學校書簿津貼計劃全額資助的學生可申請豁免費用；
  - 家庭現正領取綜合社會保障援助的學生可申請豁免費用；
  - 若學生近期家境有特別困難，亦可申請減免營費，校方將按個別情況處理。
- 帶隊老師：張鳳玲老師、劉銘德老師、曹劍雄老師、王肇峰老師、陳昆輝老師、劉慧琦老師、黃希琳老師及余學勤老師
- 備註：各項活動均由合資格專業教練帶領。

請填妥回條及「生活體驗營參加者個人健康狀況調查」，並囑咐貴子弟於二月二十八日或之前交回班主任。學生如因特殊健康理由未能參與，必須具醫生證明書申請。各班請於二月二十九日至三月五日小息或 3:45 p.m. - 4:15 p.m. 到學校正門以八達通繳交費用。

同學必須留意，三月六日至三月八日為學校上課日，因特殊健康原因而未能參加生活體驗營的學生，請在該段期間每日依正常上課時間，上午八時十五分回校完成老師指定的課業，敬希垂注。

此致  
貴家長



保良局百周年李兆忠紀念中學  
呂恒森校長謹啟

二零二四年二月二十二日



保良局百周年李兆忠紀念中學  
中二級生活體驗營回條

敬覆者：來函有關「中二級生活體驗營」事宜，現已得悉。本人      \*同意/不同意 敝子弟參加是次活動。本人聲明本頁的「生活體驗營參加者個人健康狀況調查」內容正確無誤。

此覆

保良局百周年李兆忠紀念中學

家長簽署：\_\_\_\_\_

學生姓名：\_\_\_\_\_

班 別：中二\_\_\_\_\_ 學號：\_\_\_\_\_

緊急聯絡人姓名：\_\_\_\_\_

緊急聯絡電話：\_\_\_\_\_

二零二四年二月 日

\*請刪去不適用者。

生活體驗營參加者個人健康狀況調查

為確保 貴子弟之安全，作為釐定活動難度調節之參考，請 貴子弟填寫以下調查表，其內容絕對保密，多謝合作。

填表日期：二零二四年二月\_\_\_\_\_日

(1). 在未開始活動之前，請先誠實回答下列問題，請用「✓」表示你的答案。

問題

是	否	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1. 你的醫生曾否說過你的心臟有毛病？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2. 你是否經常覺得心臟及胸口部位疼痛？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3. 你是否經常感暈眩，或曾否嘗試過一陣陣嚴重的昏厥？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4. 有否醫生說過你的血壓過高？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5. 你的醫生曾否告訴你，你的骨骼或關節毛病(例如:關節炎)已因運動而加深，或可能因運動而惡化？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6. 除上述各項外，是否有其他健康上的理由令你不能參加遠足活動？請註明：_____
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7. 你是否平時極少參與運動，且不慣於進行劇烈運動？

以上問卷中，如果有其中一題答『是』的話，請於運動前先請示醫生。

(2). 個人健康問卷：

為 貴子弟個人及整體安全設想，敬請誠實作答，以『✓』表示你的答案。

A. 你是否曾經/現時患有下列所列舉之疾病：

- 心臟病       高血壓       哮喘病       痲瘋症  
 畏高       胃病       空間幽閉恐懼       其他(請註明:\_\_\_\_\_ )

B. 你有否長期/定期服食藥物的習慣或需要？       沒有       有(請註明:\_\_\_\_\_ )

C. 你最近三年內曾否入住醫院？       沒有       有(原 因:\_\_\_\_\_ )

D. 曾否接受外科手術？       沒有       有(原 因:\_\_\_\_\_ )

E. 曾否看過心理醫生？       沒有       有(原 因:\_\_\_\_\_ )



保良局百周年李兆忠紀念中學  
「中二級生活體驗營」減免收費申請表

敝子弟（學生姓名：\_\_\_\_\_ 班別：中二\_\_\_\_\_（\_\_\_\_\_））參加 貴校舉辦之中二級生活體驗營，現申請豁免收費，原因如下：

- #  本人現正領取綜合社會保障援助（須呈交社署之批核文件副本）  
 小兒 / 小女獲學校書簿津貼計劃全額資助  
 其他原因：(需附家長信)
- 

備註：申請表必須於 28/2 或以前交回校務處許小姐。獲批准的申請恕不通知，不獲批准的申請將於 29/2 或之前另行通知。

家長姓名：\_\_\_\_\_

家長簽署：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

#請於適當方格  內加上✓號

二零二四年二月\_\_\_\_\_日

---

此欄由校方填寫

核准人姓名

核准人簽署

日期