



親愛的校長、體育科及課外活動科組老師、學校社工：

樂施會青年毅行者培訓計劃

現正接受招募

由樂施會主辦的「樂施毅行者」，為年度全港最大型的遠足活動，今年更是活動舉辦40周年。為了將毅行精神（堅毅、團結、迎接挑戰、賦權）傳承給新一代，同時回應社會對學生身心健康的關注，配合教育局推動的《4Rs精神健康約章》，樂施會將於2025年舉辦「樂施會青年毅行者培訓計劃」，計劃並獲得發展夥伴及捐助機構陳廷驊基金會的全力支持。

計劃將透過一系列遠足訓練、挑戰日及活動，培養學生關注個人身心健康，擴闊人際及支援網絡，建立成功感和自信心，培養新一代「青年毅行者」。我們現正招募中學生參與，歡迎老師鼓勵及推薦學生參加，計劃詳情如下：

樂施會青年毅行者培訓計劃

計劃特色	<ul style="list-style-type: none"> ✧ 成為「青年毅行者」，由樂施毅行者、專業越野跑教練全程指導 ✧ 每堂訓練於全港各山徑進行，包括麥理浩徑部分路段，欣賞香港獨特自然風光 ✧ 訓練設有特定主題，包括行山知識、閱讀地圖、基本急救等，少運動、沒有行山遠足經驗的青年參與均適合參與 ✧ 鼓勵參與青年按自己步伐和身體情況完成計劃，學會享受大自然和遠足的樂趣 ✧ 舉辦特別活動如山徑攝影教學、夜行等，增加趣味性 ✧ 青年分成四人一隊，學習互相配合和支援，全隊一同完成挑戰 ✧ 提供車費津貼、行山裝備贊助和獎勵，鼓勵參與和完成挑戰目標的青年
計劃日期	2025年2月至11月（首次活動將於2025年2月上旬舉行）
對象	12至21歲青年 (來自低收入家庭、有學習困難、低學習動機或有需要的青年優先)
計劃內容	<ul style="list-style-type: none"> ■ 訓練：每月2-3節，於周末及公眾假期 ■ 挑戰日：整個計劃3次，挑戰路程較長、難度轉高的路段，更有機會體驗正式「樂施毅行者」活動；青年需組織自己的支援團隊 ■ 額外活動：山徑攝影教學、夜行、靜觀、義工服務等 ■ 結業及慶祝營



樂施會
OXFAM
Hong Kong

無窮世界
World
Without
Poverty

報名	<p>步驟一：請學校負責教師填妥「學校報名表格」，電郵至 holly.wu@oxfam.org.hk</p> <p>步驟二：請參加學生填妥「參加者報名表格」，由學校統一收集並電郵至 holly.wu@oxfam.org.hk；或由學生自行填妥網上表格（https://forms.gle/VYREXr2BYQSFnPgh7）及「參加者聲明與家長或監護人同意書」，完成後電郵至 holly.wu@oxfam.org.hk</p> <p>* 所有電郵標題請註明：報名「樂施會青年毅行者培訓計劃」</p>
截止日期	<u>2025年1月24日（五）</u>
其他事項	<ul style="list-style-type: none">● 青年需要出席80%課堂及最少2次挑戰日，方為完成計劃● 參加青年需事先獲得家長 / 監護人同意，及擔任緊急聯絡人● 樂施會將會負責所有聯絡工作，包括安排及提醒參加青年出席訓練、活動等，並會向其家長 / 監護人，以及學校負責教育匯報青年情況● 樂施會將會安排足夠比例的人手，照顧參與青年，並為參與青年購買活動保險● 如遇上惡劣天氣或其他特殊情況，訓練及活動將會改為室內、或改期進行

如有任何查詢，歡迎聯絡樂施會教育組胡小姐（電話：3120-5131 / 電郵：holly.wu@oxfam.org.hk）或徐小姐（電話：3120-5149 / 電郵：tiffany.chui@oxfam.org.hk）。

敬祝 教安！

樂施會教育組