

聽障青年支援網絡 (Hearing Impaired Support Network)

逆水 • 屏南 • 石澗行

2014 年 HISN 為會員舉行一次石澗遊活動，目的是讓參加者挑戰自己的毅力，並透過探索大自然環境，發掘石屎森林以外的世外桃源。屏南石澗是位於新界北，遙望沙頭角。上接老龍田，下接南涌的小水壩。由於位置較偏僻，水源非常清澈。適合初次進行石澗活動的參加者。



活動詳情

日期：2014 年 1 月 12 日 (星期日)

活動時間：上午 10 時至下午 5 時

活動地點：粉嶺屏南石澗

集合時間及地點：上午 9:15 粉嶺火車站

解散時間及地點：下午 5:30 粉嶺火車站

交通安排：參加者需自費來回程小巴費用，往返粉嶺火車站及南涌(每程\$7.8)

活動費用：每位參加者需繳交\$100 按金，出席後參加者獲原數退還

(活動獲 Love Ideas ♥ HK 集思公益計劃資助)

活動名額：15 人 (名額有限，額滿即止)

內容包括：●「漫」遊南涌：遊覽南涌一帶紅樹林及漁塘景色

●下游探索：澗口>小水堰>清簾潭>草裙瀑>老龍潭>赤壁棧道>壺穴>天池

●上游探索：石坡>雙瀑>九疊潭

個人裝備建議

- * 背囊 — 分隔式的背囊能把所需物資分類放置，方便使用。
- 照明工具 — 白天也應帶備電筒，作緊急之用。另外要帶後備燈泡及後備電池。
- 哨子 — 遇到意外時求救用。
- * 水壺 — 備有 1.5-2 公升飲用水。
- * 緊急食糧 — 以高熱量、輕便、易進食為主，如葡萄糖、提子乾、朱古力等。
- 手提電話 — 留意網絡覆蓋及後備電源。
- 手錶
- * 必須帶備

個人衣履建議

- 登山鞋 — 短靴會較為適合，一般的運動鞋宜鞋底要有較深的坑紋
- 襪子 — 長襪，並帶一對後備，質料以羊毛或棉質為佳
- 上衣 — 穿長袖和有領的恤衫
- 外衣 — 衣服的颜色務求要鮮艷，如紅、橙 及黃等色
- 褲 — 以鬆身長褲為佳，不建議穿牛仔褲
- 防風雨衣 — 備用
- 帽 — 備用
- 後備衣物 — 包括一套內衣褲，附加保暖衣物及襪子。全部放在密封的膠袋內，再放進背囊，以備不時之需

天氣安排

1. 暴雨警告訊號
如在旅程開始前兩小時懸掛紅雨、黑雨，旅程取消。
如在旅程進行時懸掛黃雨，旅程暫停或改道，由導師帶領參加者尋找最近的遮蔽處直至天氣好轉。
2. 強烈季候風訊號 / 雷暴警告 / 颱風訊號一號
活動開始前，導師會根據當時情況，決定活動是否開始或停止進行。
3. 颱風訊號三號或以上
如在旅程開始前兩小時懸掛，旅程取消。
如在旅程進行時懸掛，旅程暫停，導師會利用安全的路徑撤回。

備註

- 參加者需自備水及午膳(中途沒有補給站);
- 活動已包括第三者保險及意外保險;
- 活動共安排三名山藝導師及兩名職員隨隊;
- 進行石澗遊時參加者可不用除耳機, 但若耳機有任何損壞, 參加者需自行負責;
- 參加者需衡量自己身體狀況, 如有身體不適必須通知教練及職員;
- 活動時請以安全為上, 嚴格遵守指示和規則;
- 參加者以人頭為單位;
- 如需要特別安排, 請參加者在報名時列明於報名表上及口頭通知報名職員;
- 大會有權按活動需要作出內容修改, 參加者不得異議。

報名方法：

親身報名：參加者填妥報名表格，可於辦公時間內親臨以下三所中心報名及繳費；

郵寄報名：參加者填妥報名表格及附有劃線支票，支票抬頭「香港聾人福利促進會」，寄回將軍澳中心，信封面註明「報名參加-聽障青年支援網絡【逆水·屏南石澗行】活動。

- 將軍澳中心：新界將軍澳尚德邨尚美樓 6 樓
- 香港中心：香港北角英皇道 668 號健康村康勝閣平台
- 新界中心：新界屯門安定邨定龍樓地下 105-108 室

查詢：電話 2711 1974 / 傳真 2761 4390 / 電郵 hisn@deaf.org.hk 與何姑娘聯絡

網址：<http://hisn.deaf.org.hk>

鳴謝： Love Ideas ♥ HK
集思公益計劃資助項目
香港仁愛香港

香港聾人福利促進會 主辦

