

逆旅
先鋒

全人歷奇籌款
Inner Challenge 2019



TOGETHER

WE

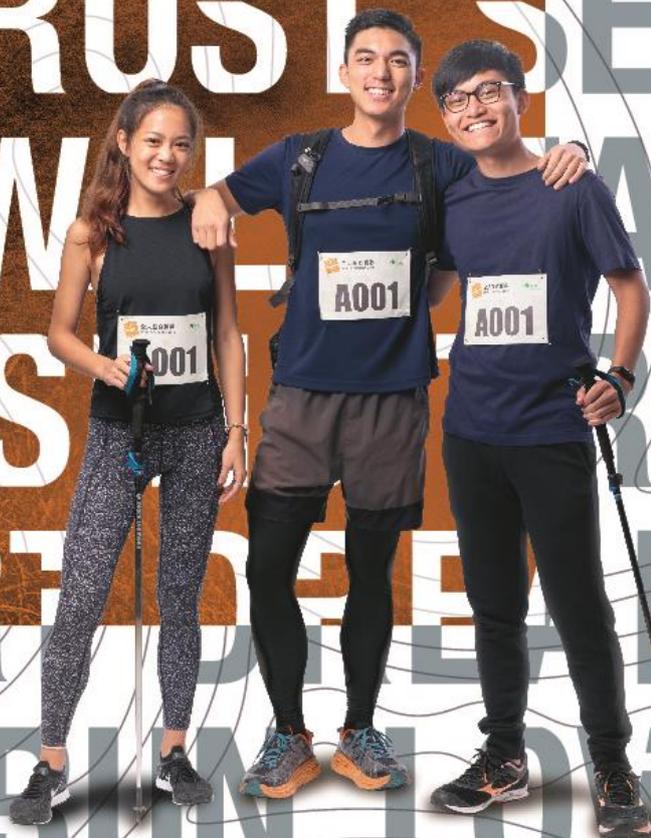
HOPE TRUST SEE

CLIMB WILL THAT

ENJOY SURELY

SUPPORT GREAT TEAM

LAUGH RUN LOVE



參加者活動資料手冊

NOV.23-24

組別：

12km

25km

在乎同行 · 在乎堅持

籌募港幣180萬發展青少年工作

目錄

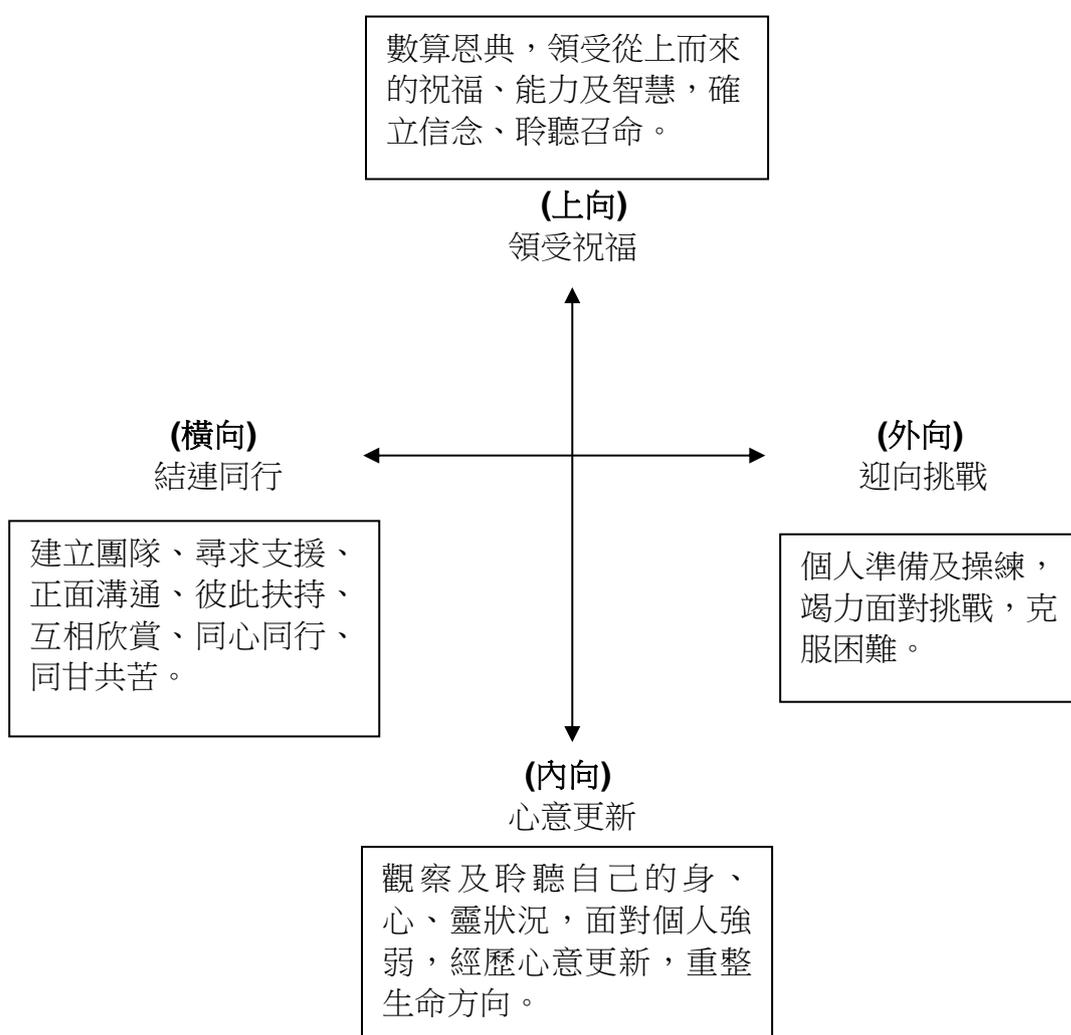
I.	「逆旅先鋒」之核心理念	P.1-2
II.	參加者須知	P.3-6
III.	支援隊須知	P.7-8
IV.	隊長及導師須知	P.9
V.	活動安全須知	P.10-11
VI.	參考資料 及 惡劣天氣指引	P.12
VII.	籌款細節	P.13-14
VIII.	突破機構簡介	P.15
IX.	「逆旅先鋒」主題曲	P.16
X.	個人及隊伍裝備小貼士	P.17

「逆旅先鋒」之核心理念

在乎同行 • 在乎堅持

「逆旅先鋒—全人歷奇籌款」，是一個非競賽的歷奇籌款活動，除了為突破機構籌募發展青少年工作的經費外，更讓參加者從身、心、靈出發，跨越大自然艱辛的環境，並藉著歷奇任務，以同行及堅持精神，經歷逆境旅程。

1. 面對逆境之四重視野



2 基本信念

2.1 全人歷奇

2.1.1 身、心、靈之預備及參與

2.1.2 從外在旅程進入內在旅程

2.1.3 從外在挑戰體會內在挑戰

2.1.4 從軟弱中體會剛強

2.2 團隊力量

2.2.1 同心同行，一個也不能少

2.2.2 一個受苦，全隊受苦；一個成功，全隊喜樂

2.3 羣體支援

2.3.1 尊貴的歷奇、尊貴的生命、尊貴的支援

2.3.2 挑戰者也是支援者，支援者也是挑戰者

2.4 歷奇的超越

2.4.1 上山，為的是要下山

2.4.2 歷程與完成一樣重要

2.4.3 每一趟旅程結束，也是另一段旅程的開始

神呀！求祢賜我勇氣，去改變可以改變的事情，
求祢賜我寧靜，去接納不可改變的事情，
更求祢賜我智慧去分辨兩者。

II. 參加者須知

1 參加者「起步報到」安排

1.1 報到時間：2019年11月23日(星期六) 12:30至13:15

1.2 報到地點：突破青年村(沙田亞公角山路33號)

1.3 報到程序：

1.3.1 請全隊隊員前往「報到處」報到，領取隊伍號碼布(註一)、地圖等物資及物品暫存；

1.3.2 若仍未領取大會活動 T-shirt 的隊伍 (只適合已購買 T-shirt 隊伍)，請依大會指示領取；

1.3.3 完成報到程序後，請與支援隊員(如適用)到大會指定地方等候起步禮儀式。

(註一)：號碼布必須掛於 T-shirt 前方，以便工作人員辨認。

活動程序				
	日期	時間	事項	地點
起點	2019年11月23日 (星期六)	1230 – 1330	參加者報到 (可於人造草地自由熱身)	突破青年村大堂
		1330 – 1400	起步禮	人造草地及體育館
		1400	第一時段出發 (註二)	12公里/25公里起步區
		1430	第二時段出發 (註二)	12公里起步區
	組別	預計到達時間	事項	地點
終點	12公里(B組) 野外歷險組	11月23日(六) 1900 - 2200	完成「終點報到」程序、 進行鳴鑼儀式，並獲頒發 嘉許狀及紀念品。	突破青年村大堂
	25公里(A組) 高峰挑戰組	11月24日(日) 0000 – 0800		

(註二)：A組25公里-高峰挑戰組只會在第一時段出發。而B組12公里-野外歷險組則需要分兩個時段起步，第一時段出發隊伍為B001至B050，第二時段出發隊伍為B051至B100，請各隊伍按所指定時間出發。

2 參加者交通安排

2.1 大會備有專車接載參加者前往突破青年村報到，每隊隊長請在21/11或之前登入逆旅先鋒網站登記，候車處：沙田火車站旁康樂及文化事務處總部正門側。

2.2 開車時間：2019年11月23日(六)下午12:15、12:30、12:45

2.3 突破青年村外設有公眾咪錶停車場(只可使用八達通咭付款)，車位有限，敬請留意。

2.4 大會因應需要安排旅遊車接載完成旅程之參加者離開突破青年村，車程表請留意大會公佈。

2.5 其他公共交通：67K專線小巴(沙田火車站往返突破青年村)，車費\$6.1，約15-20分鐘一班，星期一至日 上午6:30 - 晚上11:00。

營辦商熱線：6879 0928

2.6 電召的士電話：2343 3189(城市)或2657 2267(新界電召)。

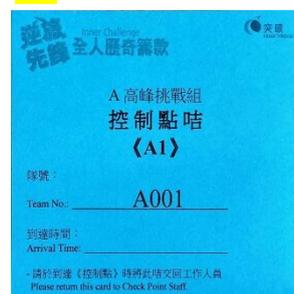
3 未滿 18 歲隊員安排

每隊必須有最少一位 18 歲或以上隊員，否則不能繼續前行。
(除非加入擁有 18 歲或以上隊員之隊伍)

4 控制點安排

4.1 隊伍必須按次序經過每一控制點 (Check Point)，並且在到達後把控制點卡(Check Point card)交給工作人員記錄到站時間。請妥善保存控制點卡 (見圖 1)。

圖 1



4.2 沿途將有各類指示，如控制點 (見圖 2)、反光帶指示等，敬請留意。

圖 2



4.3 控制點收站時間(以抵達時間計算)

日期	組別	控制點	地點	收站時間
11 月 23 日 (六)	12 公里(B 組) 野外歷險組	B2	梅子林報警器	2000
		A3	馬鞍山郊野公園	2000
	25 公里(A 線) 高峰挑戰組	A5	西貢山寮涼亭	0000
11 月 24 日 (日)		A8	花心坑村	0500

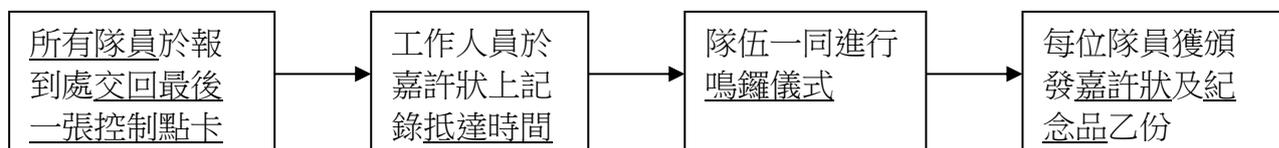
註：若隊伍在以上收站時間後仍未離開該站，將不能繼續前行或參與。若參加者受傷，而經大會評估後不適宜再前行，大會將安排車輛接載返回突破青年村，往「終點報到處」，進行終點報到程序。

4.4 大會將在部份控制點提供食水、救傷服務等資源給參加者使用。詳情請參考大會資料。

4.5 大會不會在控制點替參加者保管私人物品。如要暫存物品，請在出發前向報到處工作人員查詢，物品將暫存於突破青年村，隊伍在完成旅程後可取回。

5 參加者「終點報到」安排

5.1 突破青年村為最後的控制點，隊伍抵達後，必須往「終點報到處」報到程序如下：



5.2 未能完成全部旅程之隊伍，在返回青年村後，仍須往「終點報到處」報到，完成終點報到程序，亦會獲頒發嘉許狀及紀念品乙份，但嘉許狀將蓋上「只完成部份路段」字句。

5.3 大會將於餐廳備有少量食物給參加者補充體力，建議支援隊準備食物為隊員完成旅程慶祝。

5.4 參加者於完成旅程後，可使用突破青年村營舍大樓浴室更衣梳洗，請自備沐浴用品。

6 中途退出安排

- 6.1 若有隊員中途退出離隊，必須向最近的控制點的工作人員填寫「離隊聲明」。
- 6.2 隊伍中若只剩 2 名隊員，大會嘗試安排與其他隊伍合併，否則大會得以安全理由終止該隊繼續活動。

7 特殊事故處理

7.1 如遇特殊事故，請緊記：**S.T.O.P.**：

S：Sit (坐下) **T**：Think (想一想) **O**：Observe (觀察) **P**：Plan (計劃)

7.2 特殊事故的程度及處理

7.2.1 輕微事故或創傷 (1 級)

例如：皮外傷、水泡、抽筋、嘔吐、肚瀉、輕微受傷

處理：保持鎮定，在合適地方休息，評估情況，運用隊中的資源處理，休息過後再上路。經過控制點或大支援站時通知工作人員，並探索尋求大會支援的需要。

7.2.2 嚴重事故或傷病 (2 級)

例如：迷途、創傷出血、嚴重疲勞、持續肚瀉嘔吐、哮喘、蛇咬、蜂襲

處理：保持鎮定，暫停活動，休息，評估情況，運用隊中的資源初步處理，致電大會 (**2632-0658**) 尋求支援。

7.2.3 危急事故或非常嚴重傷亡 (3 級)

例如：休克、嚴重骨折、燒傷、灼傷、山火、中暑、昏迷、大量出血

處理：保持鎮定，停止活動，評估情況，運用隊中的資源初步處理，致電大會 (**2632-0658**) 尋求支援。在情況許可，請由大會知會有關救傷站。在緊急情況下可自行尋求支援(消防處控制中心緊急救護站總機(2735-3355)，並通知大會配合。

8 逆旅環保先鋒計劃

我們相信大自然是天父神奇的創造，我們一直鼓勵參加者結連大地，同時也好好珍惜天父所創造的，在曠野間只留下美好的回憶，不留下任何一件垃圾。

計劃重點：

本年活動中加入更多愛護大自然的元素，盡力做到源頭減廢及減排的工作，減低對大自然的衝擊為目標進發。

- 8.1 **零膠樽行動** - 邀請參加者及所有義工自備可循環使用的水樽以作活動之用，大會將於大站提供食水，方便參加者補給。
- 8.2 **垃圾大分類** - 我們今年於大站進行分類回收，請大家將可以循環之廢物，放入大會預設的循環回收箱中，以達致廢物循環再做。
- 8.3 **郊野不留痕** - 我們鼓勵參加者將所有垃圾帶回山下，並放於合適的垃圾桶中，也請支援隊員把垃圾帶到垃圾站棄置。

9 心靈支援安排

大會將在青年村／大站安排「心靈支援」人員，並設置「逆旅心靈加油站」於各大站內，與參加者分享鼓勵信息。此外，心靈支援人員亦會為各隊的需要祈禱祝福。

10 保險安排

- 10.1 大會已為所有參加者(已提交隊員資料者，不包括支援隊)購買保險(一般責任保及第三者責任保)。
- 10.2 參加者可按需要自行額外購買其他保險，如意外傷亡及保障財物保險。
- 10.3 敬請支援隊自行購買保險。

11 其他注意事項

- 11.1 建議隊伍列出詳盡物資清單，以便收拾行裝如：身份證明文件、指南針、水、電筒、藥物、後備食物、手提電話及衣物等。
- 11.2 突破青年村訪客必須遵守以下規則：
 - ◆ 嚴禁吸煙
 - ◆ 嚴禁飲用含酒精成份的飲品
 - ◆ 嚴禁生火煮食
 - ◆ 嚴禁攜帶寵物
 - ◆ 嚴禁鳴放噴條花炮

12 其他安全指引

郊野公園遠足安全指引：

https://www.afcd.gov.hk/tc_chi/country/cou_vis/cou_vis_gac/cou_wha_whe_sat.html



13 查詢

活動前及進行期間，大會將設總部於突破青年村，查詢 2632-0658。大會如有任何資料發放或更新，將於活動網站內公佈，請瀏覽 www.breakthrough.org.hk/ic

III. 支援隊須知

1. 支援隊隊長：擔任統籌，必須清楚整個旅程的每項細節，請參考「參加者須知」。
2. 招募成員：因時間長，可安排不同人輪流接班，隊長須凝聚組員以建立隊工。
3. 角色分工／行程表：崗位可包括：司機、廚師、雜務及按摩等。行程表須預計到達不同支援點之時間、行車路線、所需物品及人力分配等。
4. 財政預算：以參加者定下之預算購買食物及所需物品。
5. 菜單及特殊要求：食物以高澱粉及低脂肪為標準，且應因著不同環境、天氣而決定食物及菜單、飲料則可有熱湯及冰凍橙汁。
6. 車務安排：來往支援點及終點接送。
7. 情緒服侍：以耐心聆聽為原則，為參與者提供心靈關顧服務。
8. 陪行：可挑選部份較艱深的路程安排專人作陪行，以作打氣。
9. 裝備清單：冰箱／煮食爐具／水／照明工具／地蓆／睡袋／參加隊伍替換物資／保暖衣服。

心靈支援錦囊

在漫長的征途中，參與者無論在身、心、靈各方面也會經歷大小不同的挑戰，作為他們的支援者，你可以運用創意，及按著你的隊友性格和嗜好來設計適合他們口味的錦囊，並鼓勵他們於不同時段及處境中打開，以收到你們適切的鼓勵。內容沒有限定，最重要是「精簡到 POINT」、「風趣有時，認真有時」、亦可包括溫馨的提示及摯愛的祝福語，既能回應他們的狀態，又能給與鼓勵與指引，讓你們的關切一直伴隨左右。

- **參與者將經歷的處境：**
 - ~ 出發前、大休中、受傷或意外後、退出時、完成後。
- **可考慮之形式：**
 - ~ 挑選勵志歌曲、富啟發的智慧言語、簡短詩歌、經文、精緻零食、摯愛親人的相片或祝福語、攝錄親人及朋友的鼓勵說話，然後於現場中播放。
- **心靈加油站**
 - ~ 大會亦會安排心靈支援人員，於大會所設之休息及補給站中慰問參加者，以提供支援。
 - ~ 為各支援隊伍提供大會資訊，以增加與參加者的聯繫。

支援隊安排

- 由於突破青年村場地所限，大會建議每隊最多只可邀請 8 位支援隊隊員出席起步禮及旅程完成後的頒獎儀式。敬請支援隊員自行安排有關交通。
- 支援隊大站位置及注意事項：

支援隊大站位置	注意事項	大會資源提供
馬鞍山郊野公園 (A3)	<ul style="list-style-type: none">● 附近有停車場、公廁、燒烤場● 留心現場工作人員之交通安排指示	食水、救傷服務、 心靈支援
西貢山寮涼亭 (A5)	<ul style="list-style-type: none">● 因道路狹窄，支援隊只能在附近尋找合適地點停泊車輛，而不會影響其他車輛通過。	食水、心靈支援
花心坑村 (A8)	<ul style="list-style-type: none">● 因道路狹窄，支援隊只能在恒生管理學院外停泊車輛，而不能駛入此處。● 可由黃泥頭步行約 10 分鐘到達此處。● 附近有住宅，需保持安靜	食水、救傷服務、 心靈支援
梅子林報警器 (B2)	<ul style="list-style-type: none">● 此處為馬路可到達地點● 小心村屋惡犬	食水、救傷服務、 心靈支援

註：敬請支援隊留意現場指示，並與大會工作人員合作。

IV. 隊長及導師須知

「逆旅先鋒」除了能夠協助突破機構青少年事工籌募經費外，更可以成為隊員得著訓練及成長的機會。若你所帶領的隊伍期望在逆旅先鋒有訓練元素，請注意以下事項。

1 活動前準備

- 1.1 招聚合適的隊員
- 1.2 安排首次聚會，彼此認識，瞭解各人的背境、經驗、專長、需要等，以確認參與之名單
- 1.3 簡介逆旅先鋒的理念、特色、要求及安排，分享各人的期望
- 1.4 建立有關參與組別之共識，確立隊伍之籌款、時間及過程目標
- 1.5 釐訂個人及整體之成長訓練目標，訂立訓練主題及焦點
- 1.6 安排技術訓練策略，包括飲食、作息、運動、跑步、遠足，並按組別需要而探路及練習有關之項目
- 1.7 安排成長訓練策略，包括閱讀、查經、分享及祈禱
- 1.8 安排提升隊伍精神的策略，包括隊衣、帽、口號等，購置有關器材
- 1.9 安排籌款策略，讓身邊的人成為隊伍的支援，在大會指定時間交回款項
- 1.10 招聚支援隊，委任支援隊隊長，商討支援策略，包括財政預算、人手、物資、衣物、菜單、路線、支援點、拍攝、交通安排、電訊溝通、心靈支援等
- 1.11 出席大會安排之「逆旅前奏工作坊」聚會
- 1.12 商討意外應變、隊員退出及中止參加的策略
- 1.13 大會只替活動參加者購買保險(一般責任保及第三者責任保)，提醒支援隊及陪行者自行購買保險及承擔在活動中引致的意外傷亡及財物損失。

2 活動當日

- 2.1 安排隊員之前有足夠休息，吃豐富早餐，預早到達會場
- 2.2 安排交回籌得款項給大會
- 2.3 安排隊員出發前進行伸展及熱身活動
- 2.4 安排隊員攜帶所需物資，安排支援隊帶走其他物資
- 2.5 安排隊員在接近支援點時預先與支援隊聯絡，確保得著所需支援
- 2.6 安排隊員在意外發生時，除知會大會尋求協助外，更知會支援隊，以便配合
- 2.7 有需要時與大會溝通，以確保隊員得著最合宜的支援
- 2.8 在休息時，引發深情分享及進度檢討
- 2.9 在終點處安排物資支援及慶祝聚會，分享過程中之感受及得著
- 2.10 安排交通接載回家

3 活動後

- 3.1 安排分享會，檢視過程中的學習及成長，表達彼此的欣賞
- 3.2 跟進身體的傷患及心靈的震撼
- 3.3 向大會表達有關意見

V. 活動安全須知

隊伍守則

1. 各隊必須共同進退，不可分頭行事，是次活動並非競賽，以團隊精神為主。
2. 如途中有隊員輕微受傷，可自行處理或到指定支援(補給)站交救護員護理。
3. 如途中有隊伍發生意外或想退出，必須立刻通知大會(電話或直接通知工作人員)，唯大會亦會盡力支援該隊伍完成旅程。
4. 各隊必須順序走訪每一控制站。

補給安排

1. 各隊必須自行安排支援隊補給食物及所需用品。
2. 各隊必須自備垃圾袋以裝載廢物返回基地。
3. 因著支援隊之安全，除大會指定支援(補給)站外，不建議沿途進行補給。
4. 大會會於指定支援(補給)站提供食水及急救護理。

安全措施

1. 各隊出發前必須細閱大會派發之各指引及參考資料，並遵從大會一切指示。
2. 各隊出發時必須攜帶大會指定之物品。
3. 如大會在活動期間認為天氣惡劣，會發出【暫停】指示，活動會暫時停止。大會會因應天氣及安全緣故，而作出終止活動之最後決定。
4. 如大會認為某段山徑因人數過多而出現危險，會發出【禁止超越】指示，各隊需依照當時的次序前行。
5. 各隊員在活動前一星期或期間，如需服食藥物，必須事前或即時通知大會。
6. 各隊必須於活動時攜帶手提電話，以作緊急聯絡之用。

準備工作

- 1 心理方面:
 - 1.1 各隊員應有足夠的心理準備，因是次活動非郊遊玩樂，而是一項富挑戰性的野外歷奇體驗，有一定的危險性。
 - 1.2 各隊員宜在活動前有充分的溝通，以了解各人之期望及能力，並及早定立小組的共同目標。
- 2 生理方面:
 - 2.1 各隊員在活動前宜多作體能練習（可參考大會的「運動訓練資料」），並嘗試分段試行大會所提供的活動路線。
 - 2.2 各隊員在活動前一晚需有充分休息，以便有足夠的體力完成整個旅程。

3 裝備方面:

3.1 各隊員應準備合適的衣物及鞋襪參與活動，唯切記「不宜」穿著新購買之行山鞋或運動鞋。

3.2 各隊伍在活動前需準備大會指定攜帶之物品，如下：

個人及隊伍裝備、小貼士

個人物資	小組物資
1. 食水	1 地圖 x 2 (用密實袋保存)
2. 食物	2 地圖筆
3. 哨子	3 指南針(建議至少兩個)
4. 電筒／頭燈 (後備電筒及電池)	4 手提電話 (建議至少兩部)
5. 帽、太陽帽、防曬用品	5 垃圾膠袋
6. 風衣／雨衣／便利雨衣	6 後備食物 (建議：朱古力、餅、糖)
7. 禦寒衣服	7 小量急救用品 (建議：三吋彈性繃帶、紗布、醫生膠布、藥水紙巾、三角繃帶、藥水膠布、剪刀、鉗子、膠手套、管狀彈性繃帶。)
8. 後備衣服(連內衣褲、襪子)(用密實袋保存)	8 萬用刀
9. 行山鞋或波鞋	9 熱水壺
10. 防水袋	
11. 個人藥物	
12. 背囊	
13. 行山杖	
14. 勞工手套	

自選物資：太陽油、蚊膏、太陽眼鏡、相機、小毛巾、潤唇膏花士苓等

備註： 1) 花士苓(可塗於腳趾間及大腿內側)，減少皮膚之間的磨擦

2) 內衣褲最好選擇新的，因質地較柔軟，減少與皮膚產生較大的磨擦

3) 電筒：建議用黃光；頭燈：建議用 LED 白光

食物方面

- 少肉、多澱粉質、多糖、多水份

食物建議：

- 上午：罐頭生果或新鮮生果、麵包
- 晚上：蕃茄鏢絲粉、忌廉磨菇湯
- 宵夜：薯蓉
- 飲料：水、葡萄糖、運動飲品
- 後備食物：即食包裝糖水(如日清美味寶)、Power bar 或 Jel、得力素糖

VI. 參考資料 及 惡劣天氣指引

參考資料

以下各項資料，均可在「逆旅先鋒」網站(參加者專區>下載) www.breakthrough.org.hk/ic 下載。各參加者及支援隊宜在活動舉行前細讀。

- 危機應變 (山火指引及迷途指引)
- 運動訓練參考資料
- 漁農自然護理署—郊野公園遠足安全指引：
https://www.afcd.gov.hk/tc_chi/country/cou_vis/cou_vis_gac/cou_whe_whe_sat.html



- 漁農自然護理署—郊野樂行 (內有裝備及遠足技巧介紹)：
<https://www.hiking.gov.hk/chi/index.htm>



惡劣天氣指引

如於活動舉行前兩小時，天文台懸掛三號或以上風球、黃色或以上暴雨警號、或雷暴警告，活動將會暫停或終止。大會將按當時情況作最終決定。任何有關活動的臨時改動或消息，將以主辦機構網站 (www.breakthrough.org.hk/ic) 公佈為準。

查詢電話：**2632-0658**

VII. 籌款細節

1. 籌款目的

「突破」是一個非牟利、非政府資助的青少年文化、教育及服務機構。我們進行的青少年文化媒體、輔導服務、群體活動及整全訓練，均需經費去維持及發展。每年舉辦的「逆旅先鋒」籌款活動，便讓社會各界熱心人士，有機會透過捐款及參與，支持「突破」的青少年工作。

2. 籌款要求

基本籌款金額會按不同團體組別而定。每位隊員在報名表格上簽署有關聲名，除代表同意按大會的指示進行活動外，亦代表願意承擔籌款責任：所有直接或間接參與「逆旅先鋒」籌得的款項，將全數並於指定截算日或之前撥歸「突破」，作為發展青少年工作的經費。如因天氣或其他非人力控制的環境影響，大會有權更改或取消是次活動，所有已捐款項仍撥歸「突破」。

隊伍界別	基本籌款金額
全職學生隊	每位隊員港幣 1,000 元
公開隊	每位隊員港幣 2,500 元
企業贊助隊	贊助金額為一隊港幣 30,000 元

- ◇ 參加隊伍報名一經確實，便會收到由大會發出的確認信及贊助表格(電郵或郵寄)，各隊員可以開始邀請贊助人支持。
- ◇ 隊伍須於 **2019 年 11 月 20 日(三)**或以前交齊基本籌款金額，否則會影響全隊的參加資格。

3. 隊伍專頁 (<https://icweb.breakthrough.org.hk/>)

專頁功能

- ◇ **更新資料**：參加者可上載隊伍／個人的圖像及文字介紹，分享參與逆旅的目標，呼籲親朋好友支持
- ◇ **分享專頁**：設有 Facebook 及 WhatsApp[^]分享按鈕，可將專頁分享給支持者進行募捐（[^]WhatsApp 的分享按鈕經手機瀏覽專頁才會顯示）
- ◇ **捐款贊助**：以信用卡網上捐款(PayPal)，即時經電郵獲發電子捐款收據，快捷方便
- ◇ **留言支持**：歡迎留言打氣，支持者的網上捐款記錄及留言會顯示在專頁的「支持記錄」內
- ◇ **籌款進度**：大會定時更新隊伍已籌得的捐款總額，以便掌握隊伍的籌款進度
- ◇ **贊助／收據登記**：可在專頁登記贊助及收據資料[^]，以減省大會處理收據的行政程序（[^]只適用於登記其他途徑的捐款，包括支票、銀行存款或於前奏工作坊/活動日以現金繳交之款項。如透過專頁網上捐款者，已獲發電子捐款收據，故不用重覆在專頁內登記其贊助資料）
- ◇ **活動日隊伍進度**：活動當日會顯示隊伍在各檢查站報到的時間記錄，讓支持者緊貼隊伍的旅程進度（相關資料將於活動日才顯示）

隊伍專頁



參加者登入步驟

- i. 首次登入後，參加者請選用其中一種方式以作日後登入之用：**Facebook 帳號**／**Google 帳號**／**電郵註冊帳號**；
- ii. 登入後，於頁面左上角**點擊「啟動參加者帳號」**，輸入報名時登記的**電郵地址及出生日期**，以便將您的登入帳號配對您所屬的隊伍專頁；
- iii. 成功配對後，**點擊「我的隊伍」**，便可進入您所屬的隊伍專頁。
- iv. 登出帳號後，如參加者再次登入隊伍專頁時，請以**步驟 i**的方式和帳號登入。
- v. 如在啟動帳號時遇有疑難，請盡快與大會聯絡。

4. 捐款形式

- ✧ **網上捐款**：各支隊伍有專屬的隊伍專頁，參加者可與親朋分享。贊助人可以信用卡網上捐款(PayPal)，並會獲發電子捐款收據。
- ✧ **支票捐款** *：支票抬頭請寫「突破有限公司」或 Breakthrough Limited，並於支票背面註明「逆旅先鋒」、隊伍編號、姓名及聯絡電話。
- ✧ **銀行存款** *：可把款項存入以下「突破」銀行戶口，銀行存款收據請註明「逆旅先鋒」、隊伍編號、姓名及聯絡電話。

恒生銀行：279-037360-002 匯豐銀行：165-302381-001 東亞銀行：157-10-4049134

5. 交款途徑

如非經「隊伍專頁」網上捐款，請把籌募之捐款(及或其他捐款證明) 經以下途徑交回「突破」：

- ✧ **郵寄地址**：香港新界沙田亞公角山路 33 號突破青年村突破機構外事部 (信封面請註明「逆旅先鋒」，請勿郵寄現金！)
- ✧ **傳真/電郵**：可把捐款證明以傳真(2632-0388)或電郵遞交。(請註明「逆旅先鋒」、隊伍編號、姓名及聯絡電話)
- ✧ **面交捐款**：請於辦公時間內(週一至五 9:30am-12:30nn & 2:30pm-5:30pm) 親臨突破青年村繳交，由大會籌委即場簽收及發放臨時收據。

6. 贊助表格遞交途徑

贊助人如非經隊伍專頁網上捐款，並且需要捐款收據，參加者須於 **2019 年 12 月 31 日**前在 **1) 隊伍專頁** 或 **2) 贊助表格** 登記及遞交贊助人資料。贊助表格的遞交方法，請參考上述「交款方法」。切勿重複使用隊伍專頁和贊助表格登記及遞交贊助人資料，以免造成混亂。

捐款港幣 100 元或以上的贊助者可獲發免稅收據，大會將於 2020 年 3 月底，根據贊助人資料寄發正本捐款收據予每隊隊長／通訊聯絡人。經隊伍專頁網上捐款者已獲發電子捐款收據，故大會不會再寄發正本。

7. 最傑出籌款隊伍

大會於各隊伍界別中特設「最傑出籌款隊伍」，鼓勵參加隊伍繳交基本籌款金額後，繼續積極額外為「突破」籌募更多捐款。大會將以 **2019 年 12 月 31 日** 為籌款截數日，籌款最高的隊伍均可額外每人獲得由活動贊助商送出之豐富禮品。大會將於 2020 年 3 月底通知得獎隊伍。

捐款查詢：2632 0117 及 2632 0331 電郵：donate@breakthrough.org.hk

VIII. 突破機構簡介

關於「突破」

- 始於一九七三年
- 本於基督教信仰
- 始創人蘇恩佩女士
- 非牟利青少年文化、教育及服務機構
- 機構網站：<https://www.breakthrough.org.hk/>

我們的使命

「突破」是以基督信仰為基礎的青少年機構，藉媒體及人際接觸，啟發香港青年探索生命，關心社會，活出積極人生，認識並跟隨耶穌基督。

我們的事工群組

出版及媒體事工 Media Ministry	以書刊出版、禮品製作，培養本地創作及閱讀社羣，結合設計及營銷團隊，向青少年和社會大眾傳達信息，回應時代。其中書籍出版分為三大主線：心理成長、人文價值、社會文化；而每季出版的《突破書誌 Breakazine》則聚焦當前社會狀況，疏理處境脈絡，探索城市出路。 <ul style="list-style-type: none">✧ 突破書籍：https://www.facebook.com/btbooks.page/✧ 突破產品：https://www.btproduct.com/tc/✧ Breakazine：https://www.breakazine.com/
人際事工 Interpersonal Ministry	團隊由多位專業輔導員、社工及歷奇教練組成，藉面談輔導、社區創路、以及訓練營會接觸青少年，幫助他們面對成長中的風浪，發揮生命中的潛能，拉闊對未來的想像，成為關心社會的僕人領袖。 <ul style="list-style-type: none">✧ 突破輔導：https://www.facebook.com/btcounselling/✧ 突破創路坊：https://www.facebook.com/btpathfinding/✧ MineCity：https://www.facebook.com/minecity.breakthrough/✧ 回歸曠野：http://blog.breakthrough.org.hk/hike/
文化及創意事工 Creative Cultural Ministry	與年輕人一起推動並塑造文化，孕育且激發創意，讓城市展現不一樣的活力。事工集合共享工作空間 Trial and Error Lab、突破書廊、連同影像及數碼媒體，引發青年作批判思考，抗衡文化，帶來價值轉化 <ul style="list-style-type: none">✧ 突破書廊：https://btgalleries.breakthrough.org.hk/✧ Trial and Error Lab：https://trialanderror.hk/
營地及物業管理 Facility Management	透過創造空間及建立羣體，為青年提供成長訓練、生命反思、價值重整的環境和設施。突破青年村及突破中心每年接待逾 2,000 個團體，服務超過 10 萬名青少年及青少年工作者。
事工發展及支援 Corporate Function	負責機構的財務、人力資源、與外界及同行者溝通等，亦積極連繫各界伙伴，包括與學校、教會、以及企業等，一起並肩服侍年輕人；同時亦進行有關青少年的研究，讓青年人的聲音被聽見，並為整體事工發展提供參考基礎。

「逆旅先鋒」主題曲

追追趕趕，日夜不怕力疲。我要踏遍，我要望見，
漫漫長路高山多遠，哪裡是我終點？

攀得多高，並未代表走到。這次是我，自我突破。
緩緩流下汗水中的我，灼熱了心窩。

這一次，不只是我一個獨行，身邊有天使伴我共行。

就算跌倒或許兜錯路，總有你為我鼓舞。

(副) 闖讓我闖，從內心經歷四方。
有創傷苦楚感到失望，但全程我也會嚮往。

飛讓我飛，能站於高地躍起。
跳出自我的界限，逆旅自強作先鋒趕上。

個人及隊伍 裝備、小貼士

個人物資

- 食水
- 食物
- 哨子
- 電筒/ 頭燈
(後備電筒及電池)
- 帽、太陽帽、防曬用品
- 風衣/ 雨衣/ 便利雨衣
- 禦寒衣服
- 後備衣服
(連內衣褲、襪子)
(用密實袋保存)
- 行山鞋或波鞋
- 防水袋
- 個人藥物
- 背囊
- 長褲、長襪
- 勞工手套

小組物資

- 地圖 x 2
(用密實袋保存)
- 地圖筆
- 指南針
(建議至少兩個)
- 手提電話、後備電池
(建議至少兩部)
- 垃圾袋
- 後備食物
(建議：朱古力、餅、糖)
- 急救用品
(建議：三吋彈性繃帶、紗布、
醫生膠布、藥水紙巾、三角繃
帶、藥水膠布、剪刀、鉗子、
膠手套、管狀彈性繃帶。)
- 萬用刀
- 熱水壺

贊助：

