

HONG KONG AIR CADET CORPS

Operations Group

No 4 (KOWLOON WEST) WING

From	:	OIC No. 69 JNCOTC	To	:	Corresponding OC Units
Ref	:	(2) in 69JNCOTC/Admin	Your Ref	:	() in
Date	:	20 August 2013	Dated	:	

No. 69 Junior Non-Commissioned Officer Training Course

Joining Instruction

Please be informed that all candidates in the **Appendix I** are successfully selected to join No.69 JNCOTC. This course will be held at Wah Yan College, Kowloon with details as follows:

Course Date & Time : Day 1 – 24th August 2013 (Saturday), 0900-1800 Hours
Day 2 – 31st August 2013 (Saturday), 0900-1800 Hours
Day 3 – 1st September 2013 (Sunday), 0900-1730 Hours

Dress Code : No 3B (Rolled Sleeve) Field Dress (No 3B FD)
***No other optional item on uniform is allowed while foul weather jacket may wear if necessary.*

Course Outline :

- Elementary/ Practical Leadership
- Interpersonal Communication Skills
- Role of JNCO
- Footdrill Training
- Physical Training

Course Material : The training manual will be distributed on Day 1 of the course. However, candidates are reminded to refer to the latest documents on the structure of the Corps.

Assessment : Day 1 – Lectures and Footdrill Practical Assessment
Day 2 – Lectures, Written Test on HKACC and C&C and Physical Training Assessment
Day 3 – Practical Test in Leadership and Presentation

Attendance : The course requires 100% attendance and candidates must sign on and off personally on the Attendance Sheet. Late comer will be treat as absence from the course.

Remarks :

All candidates are required to submit the following items on Day 1 of the course.

- Exact amount of Course Fee: HKD \$50 (Non-refundable) &
- Health Declaration Form (**Appendix II**) &
- PAR-Q Form (**Appendix III**) with Parent's Consent

Should you have any query, please do not hesitate to contact the undersigned at 9674 0226 or 69jncotc@gmail.com

F/O Gary Y TAT

OIC

No.69 JNCOTC

c.c: CO, DCOs, CSO, OC Trg, OC Ops, OC Wgs, OC Sqns

Shortlist of No.69 JNCOTC

	Sqn	Rank	S/N	Name
1	103	BC	M09-16151	NG Chi-hang
2	103	BC	F10-17176	NG Hiu-tung
3	201	BC	M09-16017	HAU Pak-him
4	201	BC	M09-16762	LEUNG Yat-long
5	201	BC	M09-16768	SCHÖNSTEIN Alexander
6	201	BC	M09-16779	MUI Cheuk-yin
7	201	BC	M11-18988	SIT Ho-ting
8	201	BC	M11-18999	LEUNG Siu-chung
9	303	BC	M11-18700	WAI Chung-kwan
10	401	1CC	M09-16466	LUI Chung-hang, Jason
11	401	BC	M10-17387	POON Fui-chi
12	402	1CC	F10-17104	LEE Lok-yiu
13	402	1CC	F10-17105	YU Yik-hei
14	402	BC	M11-18776	LAM Siu-ning
15	403	BC	M10-17819	IP Pui-lam
16	403	BC	M10-17823	CHAN Ming-yui
17	403	BC	M11-18137	HO Ming-hin
18	403	BC	M11-19062	SO Tsz-kit
19	403	BC	M11-19064	TU Chi-yan
20	403	BC	M11-19059	SIN Ka-yin
21	403	BC	M11-19054	YIP Kai-ting
22	403	BC	M11-19053	LAU Ka-wai
23	403	BC	M11-19057	LAU Chak-kai
24	403	BC	M11-19061	HUI Chun-tung East
25	404	BC	F12-19831	LAM Tsz-yan, Angel
26	404	BC	M11-18582	WONG Wang-lik
27	404	BC	M11-19145	KWONG Chun-lum
28	404	BC	M12-14827	AU Siu-chun
29	404	BC	M12-19962	LAI Ho-wang, Howard
30	404	BC	M12-19835	Fung Tsz-hin
31	405	BC	M11-18874	TO Chung-kin
32	405	BC	M11-18869	HO Sin-ming
33	406	1CC	F09-16523	WU Chung-yan
34	406	BC	F11-18226	WONG Wai-tung
35	406	BC	F11-18765	NG Mei-sze
36	406	BC	F11-18769	WONG Mei-yuet
37	406	BC	F11-18766	LO Ching-in
38	407	1CC	M11-18434	LEUNG Hoi-ching

39	407	1CC	M11-18436	CHU Man-tik
40	407	1CC	M11-18429	KONG Chun-hin
41	407	1CC	M10-17418	YUNG Chi-wing Frank
42	407	1CC	M11-18426	YU Cheuk-yin
43	407	1CC	M10-17437	YU Man-hin
44	407	1CC	M11-18574	LI Chun-bong
45	407	1CC	M11-18559	LEUNG Tsz-hin
46	407	1CC	M11-18437	PAU Jonathan
47	407	BC	M11-18427	CHAN Sheung-man
48	506	BC	M11-19029	Li Wing-him
49	601	1CC	M08-15927	Mohamed Shakoor
50	601	1CC	F08-15493	Lake Odette Claudia Lam
51	606	BC	M09-16406	WAN Kwun-ho
52	606	BC	M09-16389	CHU Ming-him
53	606	BC	F08-15395	TAM Wing-lam
54	606	BC	M10-17238	CHAN Wang-hei
55	606	BC	M10-17232	TANG Tsz-him
56	CT	1CC	F09-16069	SACK Jasmine Shing-ka
57	CT	BC	F10-17037	CHAN Tsz-ying, Cathy
58	CT	BC	M10-17054	CHU Hin-ching
59	CT	BC	M10-17040	CHU Hin-ping
60	CT	BC	M10-17035	YEUNG Shek-nam

香港航空青年團
HONG KONG AIR CADET CORPS

團員姓名

Name of Member _____

身份證號碼

HKIC Number _____

團員編號

Serial Number () _____

健康狀況聲明

HEALTH CONDITION DECLARATION

If it cannot be confirmed and declared that the Member is free from any medical concerns, please circle one or more of the following choices that best describe the relevant medical concerns, and feel free to provide further information you consider appropriate.

若閣下不能確認及聲明上述團員並沒有任何健康問題，請在以下一項或多項最能描述上述團員健康狀況的選擇上打圈，並在適當情況下提供進一步資料。

Neurological 神經系統

History of epilepsy, fits or blackouts 癲癇、肌肉抽搐或昏厥

History of migraine 偏頭痛

History of psychiatric illness 精神病

Othorhinolaryngological 耳鼻喉

Acute otitis media or externa 急性中耳或外耳炎

Chronic suppurating otitis media 慢性化膿性中耳炎

Scarred ear-drum 耳膜損傷

Sinusitis 鼻竇炎

Abdomen 腹部

Abdominal operation within the last month 月內曾進行腹部手術

Colostomy 結腸造口

Other significant abdominal conditions 其他嚴重腹部毛病

Endocrine and Drugs 內分泌及藥物

Diabetes 糖尿病

Under treatment by antihistamines, tranquilizers, or

decongestant drugs, or any type of drugs with side effects

that could affect alertness and judgement

正接受抗組織胺、鎮靜劑或通鼻塞藥物，或其他影響警覺性及判斷藥物的治療

日期

Date

/ /

補充資料(如適用) Further Information (if appropriate)

Respiratory 呼吸系統

Acute respiratory conditions 嚴重呼吸系統問題

Bronchitis 支氣管炎

Asthma 哮喘 (please provide further information 請提供進一步資料)

- frequency and severity of attacks 發作頻率及程度：

- date of last attack 上次發作日期：

- treatment required 所需治療：

Cardiovascular 心臟及循環系統

Cardiac illness 心臟毛病

Hypertension 高血壓

Visual 視力

Acute Myopia 深度近視

Visual field limitation or unocular vision 視野障礙或單眼

Locomotor 運動系統

Limitation of limb or hand movement 肢體或手部活動障礙

Others 其他

Allergic to Drugs 對藥物敏感 (Type of Drug 藥物種類):

Allergic to Food 對食物敏感 (Type of Food 食物種類):

Other conditions not mentioned on this page

其他在本頁未曾敘述症況:

DECLARATION 聲明

I/We hereby declare that to the best of my/our knowledge and belief the information contained in this *Health Condition Declaration* is true and complete in every aspect. The Hong Kong Air Cadet Corps is authorized to contact the Member's physician for further verifications if necessary.

本人/我們謹此聲明就本人/我們所知本健康狀況聲明上所提供的資料乃正確齊全。香港航空青年團有權就上述資料向上述團員的醫生要求核實。

FAMILY PHYSICIAN 家庭醫生

If requested by HQ HKACC, Family Physician's endorsement
若香港航空青年團總部要求，須由家庭醫生簽署：

I certify that, to the best of my knowledge, _____ (member's name) does / does not
* suffer from any of the diseases or disabilities listed in this Declaration.

就本人所知，_____〔團員姓名〕患有 / 沒有 * 本聲明上所述疾病或殘障，特此核實。

*Delete as appropriate 刪去不適用

Additional Comments (if any) 補充資料〔如適用〕： _____

Name of Physician 醫生姓名： _____ Signature 簽名： _____

Address 地址： _____

Telephone 電話： _____ Date 日期： _____

CONTACT PERSON IN CASE OF EMERGENCIES 遇上緊急事故時的聯絡人

Name 姓名： _____

Address 地址： _____

Telephone 電話： _____

I/We understand and accept that the information given in this Health Condition Declaration will be used by the Hong Kong Air Cadet Corps and other authorized persons or entities related to the running of its activities and administration of its affairs.

本人/我們明白並同意香港航空青年團及其授權的人仕及單位，有權使用以上提供的資料，作為舉辦該團隊活動及處理該團隊事務之用途。

Member's Signature 團員簽署： _____ Date 日期： _____

Parent's/Guardian's name (if the member is under 21 years of age)
家長/監護人姓名〔如團員為二十一歲或以下〕：

Parent's/Guardian's Signature 家長/監護人簽署： _____

Date 日期： _____

Remarks by HQ HKACC 香港航空青年團總部批註

香港航空青年團
體能活動適應能力問卷

請仔細閱讀下列問題，然後誠實作答：

請答「是」或「否」

如填妥問卷後有疑問，請先徵詢醫生意見，然後才進行體能活動。

是	否	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1. 醫生曾否說過你的心臟有問題，以及只可進行醫生建議的體能活動？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2. 你進行體能活動時會否感到胸口痛？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3. 過去一個月內，你會否在沒有進行體能活動時也感到胸口痛？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4. 你會否因感到暈眩而失去平衡，或會否失去知覺？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5. 你的骨骼或關節(例如脊骨、膝蓋或髖關節)是否有毛病，且會因改變體能活動而惡化？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6. 醫生現時是否有開血壓或心臟藥物（例如 water pills）給你服用？
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7. 是否有其他理由令你不應進行體能活動？

如果 你的 答案 是：	<p>一條或以上答「是」</p> <p>在開始增加運動量或進行體能評估前，請先致電或親身與醫生商談，告知醫生這份問卷，以及你回答「是」的問題。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 你可以進行任何活動，但須在開始時慢慢進行，然後逐漸增加活動量；又或你只可進行一些安全的活動。告訴醫生你希望參加的活動及聽從他的意見。 • 找出一些安全及有益健康的社區活動。
----------------------	--

<p>全部答「否」</p> <p>如果你對這份問卷的全部問題誠實地答「否」，你有理由確信你可以：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 開始增加運動量 - 開始時慢慢進行，然後逐漸增加，這是最安全和最容易的方法。 • 參加體能評估 - 這是一種確定你基本體能的好方法，以便你擬定最佳的運動計劃。此外，亦主張你量度血壓；如果讀數超過 144/94，請先徵詢醫生的意見，然後才逐漸增加運動量。 	→	<p>遲增加運動量：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 如果你因傷風或發燒等暫時性疾病而感到不適 <ul style="list-style-type: none"> - 請在康復後才增加運動量；或 • 如果你懷孕或可能懷孕 <ul style="list-style-type: none"> - 請先徵詢醫生的意見，然後才決定是否增加運動量。
<p>請注意：如因健康狀況轉變，致使你隨後須回答「是」的話，便應告知醫生或健身教練，看看應否更改你的體能活動計劃。</p>		

本人已閱悉，明白並填妥本問卷。

姓名： _____ (中文) _____ (英文)

年齡： _____ 性別： _____

所屬單位： _____ 團員編號： _____

聯絡電話： _____ 電郵： _____

有效之急救証書，簽發機構和簽發日期： _____

參加者聲明：

本人(在下方簽署者)，聲明以上填報資料均真確無訛，並為事實之全部。本人同意香港航空青年團使用本人之個人資料，以作行政、活動籌備及緊急事故上之安排。

本人同意遵守所有香港航空青年團訓練守則，尤其在活動進行期間，不飲酒、不吸煙、不使用違禁藥物，並積極參與各項活動，盡力與工作人員及他人合作。本人明白倘若有違反守則或指引，可能會被香港航空青年團終止參與是項活動。

本人明白活動牽涉體能運動，並且要求嚴格。據本人所知所信，並無任何健康或其他理由導致本人不宜參加是項香港航空青年團訓練。本人健康狀況良好，並無隱瞞任何既有之健康或心理問題或過敏症。

本人明白香港航空青年團訓練工作人員會盡力照顧及監管參加者。假如在活動進行期間，本人因有不負責任的行為，而導致他人受傷或其財物受到損毀，香港航空青年團及其工作人員將不須負任何責任。本人也明白，若本人不遵守香港航空青年團訓練工作人員的安全指引，而最終導致他人受傷或其財物受到損毀，本人須負上責任。

本人願意遵守是次活動的一切章程及規則。本人明白本活動可能涉及歷險成份，如本人於參與活動期間遭遇意外，香港航空青年團及有關人仕將毋須承擔任何責任。若在參與活動期間需要接受治療，本人亦同意由註冊醫生給予診斷及醫治。

活動期間，如發生緊急事故，請聯絡：

姓名：_____ 關係：_____

聯絡電話：_____

本人在所有表格上填報之所有資料，均屬正確無誤。

參加者姓名：_____

參加者家長姓名：_____

參加者簽署：_____

參加者家長簽署：_____

日期：_____