

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
「感」知「心」體驗	2025年8月13日 博愛醫院吳馬賽嬌紀念 家庭多元智能中心	通過提供合適發展的展品和活動， 去探索不同的主題。	每人\$100	6 - 13 歲青少年	20	親臨中心報名	博愛醫院 吳馬賽嬌紀念家庭 多元智能中心	2693 2635	不適用
我要做廚神	2025年8月4日 博愛醫院吳馬賽嬌紀念 家庭多元智能中心	讓參加者透過參觀Pizza Hut廚房， 認識食物製作過程，同時學習餐桌禮儀。	每人\$100	6 - 13 歲青少年	20	親臨中心報名	博愛醫院 吳馬賽嬌紀念家庭 多元智能中心	2693 2635	不適用
叮！叮！電車遊	2025年7月30日 博愛醫院吳馬賽嬌紀念 家庭多元智能中心	通過活動深度認識香港， 提升參加者對香港歷史文化的瞭解。	每人\$100	6 - 13 歲青少年	16	親臨中心報名	博愛醫院 吳馬賽嬌紀念家庭 多元智能中心	2693 2635	不適用
Summer Fun「鬆」Camp	2025年8月2日、3日 沙田婦女會利安服務中心	透過兩日一夜的活動， 訓練小朋友的自理能力， 增強社交能力，學習團隊精神。	每人\$200	6 - 29 歲青少年	20	親臨中心報名	沙田婦女會 利安服務中心	2633 4111	不適用
放暑假！童您製包包	2025年8月18日 沙田婦女會利安服務中心	讓小朋友親手製作麵包， 學習製作食物的衛生的重要性及 團隊精神。	每人\$40	6 - 29 歲青少年	30	親臨中心報名	沙田婦女會 利安服務中心	2633 4111	https://dodomites.com.hk/pages/groupevents
「有愛」茶餐廳	2025年7月28日、8月2日 路德會新翠少年中心	活動可增進親子互動和家庭溫暖， 強化家庭關係， 對社會穩定有間接的正面影響。	港式奶茶工作坊： 每人\$170 菠蘿包工作坊： 每人\$150	中心會員	24	先到先得	路德會新翠少年中心	2691 2102	不適用
Amazing Summer – 海星船長訓練班 & 成長挑戰夏令營	2025年7月26日 路德會新翠少年中心	在活動過程中可以學習與人合作及 加強溝通技巧，展現其領導才能及 解難能力。	訓練班：每人\$160 夏令營：每人\$120	中心 6 - 14 歲之會員	30	先到先得	路德會新翠少年中心	2691 2102	https://www.hklss.hk/hk/service-information/t-division/133-y03
Chill~Chill Yoga	2025年8月10日 香港青少年服務處 一 微^米網上青年支援隊	透過瑜珈體驗、冥想體驗、反思及工作員講 解等環節，學習留意自己的身體與情緒的狀 態，協助參加者認識及掌握照顧情緒的知識 與技巧。	每人\$40	15 - 24 歲 沙田區青少年	8	網上報名或 向社工報名	香港青少年服務處 一微^米 網上青年支援隊	3615 8331	https://esmiley.hkcys.hk
Move It !	2025年8月12日 香港青少年服務處 一 微^米網上青年支援隊	鼓勵青少年在安全互動的環境中分享個人經 歷，從而建立互信，打破對心理壓力的負面 標籤。	每人\$30	6 - 24 歲 沙田區青少年	8	網上報名或 向社工報名	香港青少年服務處 一微^米 網上青年支援隊	3615 8331	https://esmiley.hkcys.hk
你值得休息	2025年7月24日 香港青少年服務處 一 微^米網上青年支援隊	活動會邀請導師提供園藝盆景體驗，讓青少 年重新檢視自己的情緒健康狀態，提升青少 年對自身情緒健康的意識以及關注。	免費	6 - 29 歲 沙田區青少年	8	網上報名或 向社工報名	香港青少年服務處 一微^米 網上青年支援隊	3615 8331	https://esmiley.hkcys.hk

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
開心做Pizza	2025年8月21日 沙田婦女會瀝源服務中心	透過參觀及製作Pizza，了解食物背後的製作過程，讓參加者學會珍惜食物。	免費	6 - 29 歲青少年	20	親臨中心報名	沙田婦女會 瀝源服務中心	2605 3733	不適用
新興運動潮玩訓練營	2025年8月13日、14日 香港中華基督教青年會 顯徑會所 (綜合青少年服務中心)	利用新興運動作介入，培養參加者做運動的習慣，改善身心健康並促進社交發展及兒童自理的能力。	每人\$80	7 - 12 歲青少年	21	親臨中心報名 或網上報名	香港中華基督教青年會 顯徑會所 (綜合青少年服務中心)	2692 2035	http://hkc.ymca.org.hk
YM Volunteer 義工訓練日營	2025年8月17日 香港中華基督教青年會 顯徑會所 (綜合青少年服務中心)	透過團隊建立遊戲、溝通技巧訓練等，讓參加者認識社會弱勢社群需要，提升其領導能力及正向價值觀。	免費	14 - 18 歲青少年	35	親臨中心報名	香港中華基督教青年會 顯徑會所 (綜合青少年服務中心)	2692 2035	http://hkc.ymca.org.hk
做個星級烘焙師	2025年8月26日 香港遊樂場協會 顯徑青少年中心 暨閱覽自修室	讓參加者學習烘焙技巧、廚房衛生和安全知識，並發揮創意設計自製的麵包。	每人\$20	7 - 12 歲青少年	30	公開招募	香港遊樂場協會 顯徑青少年中心 暨閱覽自修室	2693 0113	http://hkcyc.hkpa.hk
黑暗體驗之旅	2025年8月4日 香港遊樂場協會 顯徑青少年中心 暨閱覽自修室	藉體驗全黑環境來提升參加者對視障人士的了解，培養其同理心、包容及多元共融的能力。	每人\$20	7 - 16 歲青少年	24	親臨中心報名	香港遊樂場協會 顯徑青少年中心 暨閱覽自修室	2693 0113	http://hkcyc.hkpa.hk
『廚神DIY爭霸戰』合味道紀念館	2025年8月17日 香港遊樂場協會 顯徑青少年中心 暨閱覽自修室	活動旨在於品牌博物館內打造一個新奇的食物製造互動體驗，藉此引發參加者的探索精神及創意。	每人\$20	8 - 24 歲青少年	24	親臨中心報名	香港遊樂場協會 顯徑青少年中心 暨閱覽自修室	2693 0113	http://hkcyc.hkpa.hk
科學達人體驗日	2025年8月13日 浸信宣道會恩禧中心	通過參觀博物館和分組活動，開拓學員對天文科學的視野。並增強學員自理及與人溝通合作的能力。	免費	6 - 15 歲青少年	20	親臨中心報名 或網上報名	浸信宣道會恩禧中心	2606 3656	https://jubilee-centre.net
小腳板遊香港	2025年8月6日 浸信宣道會恩禧中心	透過團體遊戲和分組活動，讓參加者學習發揮團隊精神及領導才能，同時增強對香港的認識及歸屬感。	免費	6 - 15 歲青少年	20	親臨中心報名 或網上報名	浸信宣道會恩禧中心	2606 3656	https://jubilee-centre.net
小腳板探索香港之旅	2025年8月27日 浸信宣道會恩禧中心	通過參觀博物館和團隊活動，增強參加者對香港歷史文化的認識，並培訓其社交技巧。	免費	6 - 15 歲青少年	20	親臨中心報名 或網上報名	浸信宣道會恩禧中心	2606 3656	https://jubilee-centre.net
沙田區籃球同樂日	2025年7月31日、 8月13日、29日 新界東青年體育會	除了籃球技術示範及學員練習外，亦加插籃球友誼比賽，希望青少年參與有益身心的體育活動。	免費	公開	25	電郵或傳真	新界東青年體育會	6152 6342	www.ntesports.org.hk

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
沙田區（遠離毒害） 籃球同樂日暨挑戰賽	2025年8月6日、 10日、20日 新界東青年體育會	透過毒品禍害選擇題配合籃球同樂日，藉此提升青少年對毒品禍害的認識，且鼓勵參與有益身心的體育活動。	免費	公開	25	電郵或傳真	新界東青年體育會	6152 6342	www.ntesports.org.hk
國家安全 — 籃球同樂日暨挑戰賽	2025年8月8日、 27日、31日 新界東青年體育會	以籃球作誘因，讓青少年了解基本法及國安法，從而加強國民及公民意識，提升青少年守法觀念。	免費	公開	25	電郵或傳真	新界東青年體育會	6152 6342	www.ntesports.org.hk
開心Pizza 大遊踪	2025年8月5日 保良局田家炳 康復支援中心	透過參加薄餅工作坊，讓參加者認識Pizza小歷史，加強參加者自理能力及自信心。透過參觀南豐紗廠，擴闊參加者眼界。	每人\$100	6 - 24 歲，兒童及 青少年殘疾人士	15	親臨中心或 透過Whatsapp或 於網上報名	保良局田家炳 康復支援中心	3525 1013	http://rehab.poleungku.org.hk
參觀可樂廠	2025年8月14日 保良局田家炳 康復支援中心	讓參加者了解環保知識，並使用手工包將飲品包裝變成獨一無二的藝術品。	每人\$50	6 - 24 歲，兒童及 青少年殘疾人士	24	親臨中心或 透過Whatsapp或 於網上報名	保良局田家炳 康復支援中心	3525 1013	http://rehab.poleungku.org.hk
參觀MTR站見鐵路	2025年7月24日 保良局田家炳 康復支援中心	透過參觀MTR站見鐵路展，擴闊參加者眼界，解構箇中奧秘。	每人\$50	6 - 24 歲，兒童及 青少年殘疾人士	16	親臨中心或 透過Whatsapp或 於網上報名	保良局田家炳 康復支援中心	3525 1013	http://rehab.poleungku.org.hk
沙青宿舍	2025年7月30、31日 香港神託會 沙角青少年中心	通過營地小組活動遊戲，增強青少年自理及與人相處的能力，同時增強公民意識。	每人\$150	中心會員 及年滿8 - 12 歲青少年	13	親臨中心報名	香港神託會 沙角青少年中心	2647 8816	https://skycs.stewards.hk
直立板 GO GO GO !	2025年8月25日 香港神託會 沙角青少年中心	透過直立板上運動，增加參加者運動的機會，鼓勵他們勇於挑戰自己界限，養成正向價值觀。	每人\$20	中心會員 及年滿8 - 12 歲青少年	8	親臨中心報名	香港神託會 沙角青少年中心	2647 8816	https://skycs.stewards.hk
暢游夏日工作坊 — 創意手工繪本	2025年8月24日 沙田婦女會 馬鞍山服務中心	以粵英雙語來進行故事演講及遊戲和手作活動，增加參加者與社區之間的連結，提供發揮創意的機會。	免費	6 - 15 歲青少年	20	現場報名	沙田婦女會 馬鞍山服務中心	2631 5188	不適用
夏日繽紛遊	2025年8月3日 婦女動力	帶領青少年參觀香港太空館，激發對天文學的興趣和探知精神，使暑假更充實。	免費	6 - 29 歲青少年	20	現場報名	婦女動力	2631 5188	不適用
劍擊體驗日	2025年8月10日 沙田婦女會國民教育中心	聘請劍擊導師，教導參加者劍擊基本知識和技巧，以推廣劍擊運動，培養團隊合作與社交能力。	每人\$30	6 - 29 歲青少年	20	到國民教育中心登記 或掃描相關 QR Code	沙田婦女會 國民教育中心	3113 9715	不適用

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
白巷	2025年8月28至30日 香港小童群益會 大圍青少年綜合服務中心	參加者將排練和演出3場以精神健康為主題的劇本，探討其重要性。台前幕後的運作均由青年人負責，提高組織能力和團隊精神。	參加者：免費 觀眾：每人\$40	8歲或以上的 兒童和青少年	15	網上報名 先報先得	香港小童群益會 大圍青少年綜合服務中心	2694 9322	不適用
FRI童遊08.01~夏水禮	2025年8月1日 香港小童群益會 大圍青少年綜合服務中心	擴闊視野及體驗群體生活，培養參加者自理能力，提昇與人相處技巧及挑戰自我。	每人\$360	7 - 11 歲青少年	38	親臨中心報名	香港小童群益會 大圍青少年綜合服務中心	2694 9322	不適用
重拾「Chill」能力嘉年華	2025年8月23日 香港小童群益會 大圍青少年綜合服務中心	以表演、攤位遊戲及身心靈工作坊等，讓青少年認識精神健康的重要性，實現「情緒危機早期識別、預防和支援」。	免費	6 - 24 歲青少年	140	網上報名 即場報名	香港小童群益會 大圍青少年綜合服務中心	2694 9322	不適用
是時候走出社區	2025年7至8月 香港聖公會沙田青少年 綜合服務中心 - 賽馬會青年幹線	透過不同的活動讓小孩子走出社區，享受大自然並擴闊視野，同時發揮自我挑戰及團隊精神。	單元一：每人\$100 單元二：每人\$120 單元三：每人\$160 單元四：每人\$180	中心會員	單元一：12 單元二：20 單元三：10 單元四：20	親臨中心報名	香港聖公會 沙田青少年綜合服務中心 - 賽馬會青年幹線	2698 3341 / 2698 6466	https://sticysc.skhwc.org.hk
Sports Kids 動「敢」夏日2025	2025年7至8月 香港聖公會沙田青少年 綜合服務中心 - 賽馬會青年幹線	通過體驗不同新興運動，使參加者增強體魄，學習和人相處合作的技巧。	小組活動（一）： 每人\$80 小組活動（二）： 每人\$80 一次性戶外活動： 每人\$30	中心會員 及 6 - 12 歲青少年	30	親臨中心報名	香港聖公會 沙田青少年綜合服務中心 - 賽馬會青年幹線	2698 3341 / 2698 6466	https://sticysc.skhwc.org.hk
輕鬆一點：免焗夕陶瓷製作	2025年8月13日 仁濟醫院荃仁社區 保姆服務（沙田）	讓參加者感受不同形式的減壓方法，從而抒發自己的情緒和感受，多了解自己情緒和學習正確表達情緒的方法。	免費	6 - 12 歲 兒童及青少年	10	直接致電 6281 6558 與中心聯絡	仁濟醫院荃仁社區 保姆服務（沙田）	6281 6558	https://www.yanchai.org.hk/services/social-services/youth-and-child-care-services/yan-chai-hospital-tsuen-yan-neighbourhood-support-child-care-project-sha-tin
有「營」小廚神	2025年7至8月 仁濟醫院荃仁社區 保姆服務（沙田）	讓參加者學習健康飲食的重要性，同時透過烹飪活動輕鬆減壓。	免費	6 - 12 歲 兒童及青少年	10	直接致電 6281 6558 與中心聯絡	仁濟醫院荃仁社區 保姆服務（沙田）	6281 6558	https://www.yanchai.org.hk/services/social-services/youth-and-child-care-services/yan-chai-hospital-tsuen-yan-neighbourhood-support-child-care-project-sha-tin

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
遊。戲。沙田	2025年7至8月 仁濟醫院荃仁社區 保姆服務（沙田）	與參加者一同到戲院觀賞電影，提升對電影文化的認識，亦透過遊走沙田，認識沙田的好去處。	免費	6 - 12 歲 兒童及青少年	12	直接致電 6281 6558 與中心聯絡	仁濟醫院荃仁社區 保姆服務（沙田）	6281 6558	https://www.yanchai.org.hk/services/social-services/youth-and-child-care-services/van-chai-hospital-tuen-yan-neighbourhood-support-child-care-project-sha-tin
Running Kids 小團隊大挑戰	2025年8月中旬 聖公會聖基道兒童院 同心牽	培養團隊合作精神及溝通能力，建立自信與決策力，增強解難能力。	每人\$90	6 - 12 歲 低收入家庭兒童	20	先通過Whatsapp或 致電留位，再到 機構報名	聖公會聖基道兒童院 同心牽	2646 6190	www.hkrunninggames.com
INTO THE UNKNOWN 2025	2025年7至8月 香港聖公會馬鞍山(南) 青少年綜合服務中心 - 賽馬會青年幹線	透過探索未知事物，讓參加者學習活在當下，從而訂立人生目標，並為整個社群建立正面影響。	免費	升中二 - 中五的 中學生及大專生	16	親臨中心報名	香港聖公會馬鞍山 (南) 青少年綜合服務 中心 - 賽馬會青年幹線	2641 6812	https://mos.skhw.org.hk
幸福由藝創	2025年7月29日至8月23日 香港聖公會馬鞍山(南) 青少年綜合服務中心 - 賽馬會青年幹線	透過菲林相機攝影和繪本製作，令參加者發揮創意，作品更會公開展覽，提升參加者成就感。	菲林相機攝影：每人\$350 繪本製作：每人\$240	7 - 12 歲青少年	16	親臨中心報名	香港聖公會馬鞍山 (南) 青少年綜合服務 中心 - 賽馬會青年幹線	2641 6812	https://www.skmos.org.hk
MOS League (青年籃球挑戰賽)	2025年8月上旬及下旬 香港聖公會馬鞍山(北) 青少年綜合服務中心 - 賽馬會青年幹線	推行3VS3籃球挑戰賽，鍛煉青少年堅毅意志力，提升面對逆境的能力。透過交流，建立正面人際關係。每區6隊名額，首、次名出線能晉級總決賽。	每隊\$50	區內籃球健兒	90	填寫Google form 或 向中心社工報名	香港聖公會馬鞍山 (北) 青少年綜合服務 中心 - 賽馬會青年幹線	2633 2231	www.skmos.com/
青春共聚 - 身心舒展歡樂月	2025年7月至8月 香港聖公會馬鞍山(北) 青少年綜合服務中心 - 賽馬會青年幹線	活動包括桌球比賽、燒烤活動、香水製作和蚊膏DIY工作坊，讓青年建立友誼和分享樂趣，加強社區聯繫。	免費	13 - 24 歲青少年， 經常在深宵時分出沒的 區內青年	20	親臨中心報名	香港聖公會馬鞍山 (北) 青少年綜合服務 中心 - 賽馬會青年幹線	2633 2231	www.skmos.com/
暑期探索家	2025年8月1日、20日 香港小童群益會賽馬會馬鞍山青少年綜合服務中心	透過參觀博物館和參與密室解謎，培養探究精神，訓練邏輯思考和解難能力，亦提升合作和社交能力。	每人\$20	6 - 12 歲人士	28	先到先得	香港小童群益會賽馬會馬 鞍山青少年 綜合服務中心	2641 7999	不適用
SUMMER滿FUN分	2025年7月31日、8月18日 香港小童群益會 賽馬會馬鞍山青少年綜合服務中心	先透過黑暗中對話體驗館，體驗失明人士的需要，再進行工作坊帶失明人士外出提高關社情懷。透過室內射擊活動，學習與人相處。	每人\$23	9 - 11 歲青少年	16	先到先得	香港小童群益會 賽馬會馬鞍山 青少年綜合服務中心	2641 7999	不適用
荔枝窩社區復甦生態考察	2025年8月16日 香港童軍總會 沙田南第59旅	透過戶外生態考察，增加參加者對自然的認識，提高愛護環境的公民責任意識。	每人\$50	香港童軍總會 沙田南第59旅 童軍 / 幼童軍成員	30	由家長簽署相關活動 通告回條並交回	香港童軍總會 沙田南第59旅	2692 2035	https://group.scout.org.hk/sts059/about/

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
探遊螢火蟲	2025年8月2日 香港童軍總會 沙田南第59旅	透過戶外考察夜行昆蟲和植物，增加參加者對自然的認識，提高愛護環境意識。	每人\$20	香港童軍總會 沙田南第59旅 童軍 / 幼童軍成員	30	由家長簽署相關活動 通告回條並交回	香港童軍總會 沙田南第60旅	2692 2035	https://group.scout.org.hk/sts059/about/
Run 毒	2025年7月至8月 香港中華基督教青年會 沙田青少年外展社會工作隊	以分站競賽、追逐、合作等類似《奔跑吧》的模式，融入抗毒元素，了解其禍害及影響。同時增強合作精神，促進自我成長。	每人\$20	只限單位會員參加	16	向負責社工報名	香港中華基督教青年會 沙田青少年 外展社會工作隊	2693 5097	https://sto.ymca.org.hk/
沙田及馬鞍山桌球比賽2025	2025年8月中旬或下旬 香港中華基督教青年會 沙田青少年外展社會工作隊	舉辦桌球比賽暨毒品禍害、刑罰推廣日，培養運動習慣，同時設有抗毒攤位遊戲，增加毒品禍害及刑法的認識，加強抗毒意識。	免費	12 - 24 歲青少年	16	向負責社工報名	香港中華基督教青年會 沙田青少年 外展社會工作隊	2693 5097	https://sto.ymca.org.hk/
「夏·水·樂」暑期活動閉幕嘉年華	2025年8月23日 香港小童群益會 馬鞍山東青少年綜合服務中心	暑假結束前舉行閉幕嘉年華，有助促進社區交流，營造關懷與歡樂氣氛，亦能提升青少年對社區的參與感及公民意識。	免費	公開招募	150	不適用	香港小童群益會 馬鞍山東青少年 綜合服務中心	3525 0440	https://www.bgca.org.hk/
義走山林 — 青年義工訓練計劃	2025年7月至8月 香港小童群益會 馬鞍山東青少年綜合服務中心	培養青年義工領導力，促進個人成長與生涯規劃；提升青年國民及公民意識，透過社區服務實踐回饋社會的責任感。	免費	社工推薦	8	由社工推薦	香港小童群益會 馬鞍山東青少年 綜合服務中心	3525 0440	https://www.bgca.org.hk/
沙綜「Chill」精神健康大使	2025年7月21日至8月25日 基督教香港崇真會 沙田綜合服務中心	通過擺設精神健康攤位、參觀「精神健康體驗館」等，加深參加者對精神健康的關注與認識。	免費	9 - 12 歲青少年	20	親臨中心報名	基督教香港崇真會 沙田綜合服務中心	2647 7337	https://www.ttmssd.org/st.htm
「陶」醉工作坊	2025年7月19日至8月31日 基督教香港崇真會 沙田綜合服務中心	透過陶瓷製作，令參加者抒發生活壓力，學習正視和接納自己的情緒和精神健康狀態。	免費	12 - 24 歲青少年	7	親臨中心報名	基督教香港崇真會 沙田綜合服務中心	2647 7337	https://www.ttmssd.org/st.htm
杯間畫語工作坊	2025年8月28日 沙田居民協會 顯徑綜合服務中心	參加者可通過手繪玻璃杯，自由發揮藝術靈感，創作獨一無二的作品，幫助參與者靜心專注，享受藝術創作的樂趣。	免費	公開	20	親臨中心報名	沙田居民協會 顯徑綜合服務中心	2691 8033	不適用
景泰珐華工作坊	2025年8月1日 沙田居民協會 顯徑綜合服務中心	讓參與者認識掐絲珐瑯的歷史，提升對非物質文化遺產的保護意識；鼓勵參與者發揮創意，完成獨一無二的掐絲珐瑯。	免費	公開	20	親臨中心報名	沙田居民協會 顯徑綜合服務中心	2691 8033	不適用
深宵籃球集訓	2025年7月16日至8月27日 循道衛理楊震社會服務處 沙田青少年綜合發展中心	藉著籃球讓區內深宵青少年遠離毒品及童黨，協助他們建立正面的自我形象，重新融入社會。	免費	12 - 24 歲區內 深宵青少年	12	向負責職員報名	循道衛理楊震社會服務處 — 沙田青少年 綜合發展中心	2609 1855 / 6022 4484 / 5977 3559	www.yang.org.hk

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
智Fun小特工	2025年7月18日、 8月1日及8日 循道衛理楊震社會服務處 沙田青少年綜合發展中心	通過集體活動，孩子可提升自信心，發揮合作精神，同時提升環保意識。	免費	6 - 12 歲青少年	8	向負責職員報名	循道衛理楊震社會服務處 — 沙田青少年 綜合發展中心	2609 1855	www.yang.org.hk
「錄」在區區 — 青少年音樂義工小組	2025年7月10日至8月23日 循道衛理楊震社會服務處 沙田青少年綜合發展中心	透過音樂活動，提升青少年對情緒精神健康的關注，增加他們對社區的連結。	每人\$100	14 - 29 歲青少年 (需通過面試)	8	親臨中心報名 或網上報名	循道衛理楊震社會服務處 — 沙田青少年 綜合發展中心	2609 1855	www.yang.org.hk
「親親老友記」之愛心小義工	2025年7月28日至30日 循道衛理楊震社會服務處 沙田家庭成長軒	透過日營、義工服務準備工作坊及外出義工服務，裝備參加者溝通及社交技巧，提供與他人接觸及服務長者的機會。	免費	升小二至 升中一的學生	20	由社工邀請 合適對象參與	循道衛理楊震社會服務處 — 沙田家庭成長軒	2605 7155	https://yang.org.hk/
做個健康小先鋒	2025年8月1日至8月13日 循道衛理楊震社會服務處 沙田家庭成長軒	透過參觀和煮食活動，讓參加者認識身心健康的重要性，培養健康的生活習慣和對不同職業的尊重。	免費	升小二至 升中一的學生	20	由社工邀請 合適對象參與	循道衛理楊震社會服務處 — 沙田家庭成長軒	2605 7155	https://yang.org.hk/
SING世代	2025年7月5日至8月16日 救世軍隆亨青少年中心	由現職歌唱總監來帶領青少年認識相關行業，教授歌唱技巧，安排表演，提升個人技能和自信心。	每人\$490	11 - 20 歲青少年	7	親臨中心報名	救世軍隆亨 青少年中心	2605 5569	不適用
【童你FUN享盛夏】 單元一：自我認識—和諧粉彩樂 單元二：同理心培育—災禍與人類 單元三：大自然探索—夜觀螢火蟲 單元四：自我挑戰—歷奇自我挑戰宿營	2025年7月14日至8月16日 救世軍隆亨青少年中心	透過多樣體驗增加見聞，提升參加者抗逆力和能力，同時舒緩壓力和放鬆身心。	單元一：每人\$120 單元二：每人\$100 單元三：每人\$100 單元四：每人\$100	6 - 12 歲青少年	單元一：8 單元二：25 單元三：16 單元四：19	親臨中心報名	救世軍隆亨 青少年中心	2605 5569	不適用
【動感盛夏】 單元一：與沙同樂 單元二：新興運動挑戰站—躲避盤 單元三：郊野遊學團	2025年7月17日至8月22日 救世軍隆亨青少年中心	透過沙畫、躲避盤小組和野外定向活動，讓參加者舒展身心，認識自己，增加面對困難的信心。	單元一：每人\$100 單元二：每人\$100 單元三：每人\$100	6 - 12 歲青少年	單元一：8 單元二：12 單元三：16	親臨中心報名	救世軍隆亨 青少年中心	2605 5569	不適用
隆亨渡假營	2025年8月26日、27日 香港青年協會 隆亨青年空間	參加者可透過歷奇活動訓練來探索自我，提升自信心及正能量，同時加強合作精神及解難能力。	每人\$70	12 - 24 歲青少年	14	親臨單位報名	香港青年協會 隆亨青年空間	2698 5565	不適用
一級山藝證書課程	2025年8月8日、 15日及22日 香港青年協會 隆亨青年空間	通過基本山藝訓練，青年人可以體會到登山充足準備的重要性，提升其應變能力及自信心。	每人\$30	15 - 24 歲青少年	10	親臨單位報名	香港青年協會 隆亨青年空間	2698 5565	不適用
廣東歌DJ	2025年7月24日至8月28日 香港青年協會 隆亨青年空間	參加者學習基本廣東歌打碟技巧，亦學習如何在公開活動帶動全場氣氛，從而建立自信及領導能力。	免費	16 - 24 歲青少年	10	親臨單位報名	香港青年協會 隆亨青年空間	2698 5565	不適用

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
沙田青春扇藝慶回歸 2.0	2025年7月30日、8月6日 東北關注組	讓居民體驗傳統工藝的魅力，增進對中華文化的認識與熱愛。通過關懷和陪伴，提升獨居老人的幸福感。	免費	沙田區6 - 29 歲青少年	20	網上報名	東北關注組	6292 1866	不適用
創意珍珠畫DIY工作坊	2025年8月12、19日 東北關注組	結合藝術、創意與實用性的手作活動，在導師的指導下將個人創意融入設計，製作出獨一無二的冰箱貼。	免費	沙田區6 - 29 歲青少年	50	網上報名	東北關注組	6292 1866	不適用
「青凝花語」療癒工作坊	2025年7月28日、8月7日 東北關注組	提供一個讓青年放鬆心神、發揮創意的平台。參加者將在導師指導下，親手製作屬於自己的浮游花擺設。	免費	沙田區6 - 29 歲青少年	40	網上報名	東北關注組	6292 1866	不適用
2025「源」途望出「邨」外 x 義工嘉許禮	2025年8月23日 連青網絡 – 香港神託會 青年綜合服務中心	參與者可以親身體驗活動前期籌備工作，各司其職，並從中找到自己的潛能。	免費	6 - 24 歲青少年 及其家長和廣源邨居民	50	直接參與	連青網絡 – 香港神託會 青年綜合服務中心	2637 1866	https://youthonline.stwards.hk
青年峽谷挑戰2025	2025年8月7日 連青網絡 – 香港神託會 青年綜合服務中心	參加者可透過於山澗和峽谷間的運動來挑戰自我極限，練就勇氣，增強抗壓能力。	每人\$50	12 - 24 歲青少年	16	親臨單位報名	連青網絡 – 香港神託會 青年綜合服務中心	2637 1866	https://youthonline.stwards.hk
2025暑期「青年潛能啟航」 小領袖培育計劃	2025年7月5日至8月27日 浸信宣道會明恩堂 有限公司	培育10名14至24歲青少年成為社區活動小領袖，策劃暑假活動，促進多元發展，強化領導意識及提升青年實踐能力。	小領袖培育計劃： 免費 暑期活動（每個）： 每人\$20	12 - 29 歲青少年	小領袖：10 暑期活動班：20	小領袖： 親臨明恩堂報名 暑期活動： 親臨明恩堂報名或填寫 Google Form留位	浸信宣道會明恩堂 有限公司	2642 3564 / 6508 0814 (Whatsapp 查詢)	http://www.mingyan.org.hk/
兒童游泳（進階）班 2025	2025年7月至8月 舞動芳華	在專業教練的指導下，提升參與者的游泳技巧，促進健康生活方式，專注於進階泳姿及競賽準備。	每人\$300	6 - 29 歲青少年	20	網上報名	舞動芳華	2607 1780 / 5100 0097	不適用
土耳其燈工作坊	2025年7月至8月 舞動芳華	教授參與者土耳其燈的製作技術，增強他們的手工藝技能和創造力，促進文化交流。	免費	12 - 29 歲青少年	12	網上報名	舞動芳華	2607 1780 / 5100 0097	不適用
獨木舟旅程挑戰營S25	2025年8月23日至24日 香港青年協會賽馬會 乙明青年空間	透過獨木舟訓練，讓參加者挑戰自我，體驗團隊精神，探索大自然的奇趣生物。	每人\$700	9 - 14 歲青少年	12	親臨中心報名 或網上報名	香港青年協會 賽馬會 乙明青年空間	2647 0744	https://jm.hkfyg.org.hk
Summer 獨木舟浮潛2025	2025年8月30日 香港青年協會賽馬會 乙明青年空間	透過獨木舟活動，讓青年多接觸有益身心的戶外活動，減少接觸電子產品，同時於浮潛時認識海洋多樣性。	每人\$30	15 - 29 歲青少年	19	青協會員易網上報名 或親臨單位報名	香港青年協會 賽馬會 乙明青年空間	2647 0744	https://jm.hkfyg.org.hk

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
巴士背後的故事	2025年7月至8月 馬鞍家悠站	導賞團能提高參加者對九巴歷史發展的認識，同時教授巴士維修知識及環保意識，鼓勵參加者成為負責任的乘客。	每人\$20	6 - 29 歲青少年	40	透過社交媒體報名	馬鞍家悠站	2607 1780 / 5100 0097	不適用
海下灣探索之旅	2025年7月至8月 馬鞍家悠站	參與者可在船上觀賞海下灣的珊瑚群落，認識海洋生態系統及海下灣的生態，了解珊瑚的生態功能及其重要性。	每人\$150	6 - 29 歲青少年	34	網上報名	馬鞍家悠站	2607 1780 / 5100 0097	不適用
惜食工作坊	2025年7月至8月 力行社有限公司	參加合味道工作坊，學習創意食譜，分享自己的創作，有關惜食的資料和小貼士，幫助參加者在日常生活減少浪費。	免費	6 - 29 歲青少年	64	透過社交媒體報名	力行社有限公司	2607 1780 / 5100 0097	不適用
墨魚與海洋的秘密	2025年7月至8月 力行社有限公司	活動提供釣魚體驗，還教育參加者如何以可持續的方式享受海洋資源，並鼓勵他們成為海洋環境的守護者。	免費	18 - 29 歲青少年	20	透過社交媒體報名	力行社有限公司	2607 1780 / 5100 0097	不適用
直立板初級班2025	2025年7月至8月 力行社有限公司	教授參與者直立板的基本技巧，增強平衡力和核心肌肉力量。培養水中安全意識，確保參與者能安全享受水上活動。	免費	18 - 29 歲青少年	12	透過社交媒體報名	力行社有限公司	2607 1780 / 5100 0097	不適用
仲夏三人籃球比賽2025	2025年8月1日至30日 香港青少年服務處 馬鞍山青少年外展社會工作隊	透過籃球比賽建立良好團體合作精神，善用餘暇，同時加入抗毒教育。	每人\$50	12 - 24 歲青少年， 認識中心社工的外展青年	18 隊 (每隊3至5人)	公開招募	香港青少年服務處 馬鞍山青少年 外展社會工作隊	2328 6903	http://cys.org.hk/
馬鞍山外展桌球菁英賽	2025年7月26日、8月2日 香港青少年服務處 鞍山青少年外展社會工作隊	透過桌球比賽鼓勵善用餘暇，加上互動式抗毒防賭教育，強化堅抗不良文化態度。	每人\$20	15 - 24 歲青少年， 認識中心社工的外展青年	16	公開招募	香港青少年服務處 馬鞍山青少年 外展社會工作隊	2328 6903	http://cys.org.hk/
夏日動物義工隊	2025年7月14日至8月31日 香港青少年服務處 馬鞍山青少年外展社會工作隊	提供義工服務，協助青少年發揮能力和優勢，同時學習照顧小動物的知識，培養責任心。	免費	15 - 24 歲青少年， 認識中心社工的外展青年	24	公開招募	香港青少年服務處 馬鞍山青少年 外展社會工作隊	2328 6903	http://cys.org.hk/
營得漂亮	2025年8月23日 沙田之友社	活動包括竹筏製作、羅馬炮架和中心定向等，培養青年的競賽精神，增加青年之間的合作精神及青年對運動的興趣。	每人\$85	6 - 29 歲青少年	25	親臨中心報名 或電話報名 或網上報名	沙田之友社	2696 9446	不適用
Summer Kids才藝館 x 同玩「童」樂園	2025年8月24日 香港青少年服務處 賽馬會恆安綜合青少年服務中心	為小學生提供展示才藝的舞台，鼓勵他們發揮潛能，建立自信與自我表達能力。加強家校社合作，凝聚社區力量。	免費	社區人士	10	親臨中心報名 或網上報名	香港青少年服務處 賽馬會恆安綜合 青少年服務中心	2642 1555	https://hkcyshnit.org.hk

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
Drama King? Drama Queen?	2025年7月24日至8月31日 香港青少年服務處 賽馬會恆安綜合青少年服務中心	導師為青少年進行系統化的戲劇排練，讓青少年提升表演技巧與自我表達能力，促進青少年的自我覺察與情緒管理。	免費	12 - 24 歲青少年	15	公開	香港青少年服務處 賽馬會恆安綜合 青少年服務中心	2642 1555	http://hkcyshnit.org.hk
AR 虛擬世界	2025年8月11日 香港聯校科技教育協會	學習使用Cosplaces製作虛擬人物和虛擬世界	免費	6 - 29 歲青少年	15	網上報名	香港聯校 科技教育協會	9203 4938	www.jstea.org.hk
3D立體設計師	2025年8月18日 香港聯校科技教育協會	透過使用3D立體繪圖平台Tinkercad，製作立體設計品，增加參加者的創意思維及提升表達技巧。	免費	6 - 29 歲青少年	15	網上報名	香港聯校 科技教育協會	9203 4938	www.jstea.org.hk
參觀香港合味道紀念館	2025年8月22日 菁新交流協會	透過參觀著名品牌博物館，參加者可以了解更多即食麵的歷史和發展，提升對本地飲食文化的認識。	免費	12 - 29 歲青少年	30	親臨議員 辦事處報名	菁新交流協會	2144 3788	https://flashexchange.org.hk/
包餃子體驗班	2025年8月15日 菁新交流協會	通過學習包餃子來訓練參加者的耐性和毅力，並同時體驗中國文化食品製作。	免費	12 - 20 歲青少年	30	親臨議員 辦事處報名	菁新交流協會	2144 3788	https://flashexchange.org.hk/
沙田。義營	2025年7月11日及 8月26日、27日 香港傷健協會 賽馬會沙田青少年綜合服務中心	透過宿營集體活動，讓參加者體會團隊合作的重要性及提升對自我的了解，從而建立自信心及社會歸屬感。	每人\$50	12 - 24 歲青少年	14	親臨中心報名	香港傷健協會 賽馬會沙田青少年 綜合服務中心	2637 2266	https://hkphab.org.hk/archives/center/st-ch
Chill 型 Wakesurf	2025年7月22日、31日及 8月7日 香港傷健協會 賽馬會沙田青少年綜合服務中心	參加者在進行無繩滑水（Wakesurf）時能提升其體能及身體平衡技巧，繼而發掘出自己的潛能，挑戰自我極限並建立自信。	每人\$50	12 - 24 歲青少年	20	親臨中心報名	香港傷健協會 賽馬會沙田青少年 綜合服務中心	2637 2266	https://hkphab.org.hk/archives/center/st-ch
【舞】【障】愛【義】童 x 「Sing」「Sing」相「識」	2025年7月29日至8月24日 香港基督教女青年會 賽馬會沙田綜合 社會服務處	透過學習手語和義工計劃，推廣關注聽障人士的需要，另外讓參加者學習K-Pop，為社區人士進行表演。	無聲的世界： 每人\$260 K-Pop 小星星： 每人\$150 「Sing」「Sing」相「識」 x Acapella 無伴奏合唱 訓練班： 每人\$300	6 - 24 歲青少年	無聲的世界：8 K-Pop 小星星：8 「Sing」「Sing」相「識」 x Acapella 無伴奏合唱訓練 班：8	網上報名 或 親臨中心報名	香港基督教女青年會 賽馬會沙田綜合 社會服務處	2691 9170	http://itst.ywca.org.hk
「義」家家居維修師	2025年7月16日至8月25日 香港基督教女青年會 賽馬會沙田綜合 社會服務處	包括家居維修工作坊及訓練，提升青年維修知識外，更會運用在義工服務，幫助獨居長者維修。	每人\$200	14 - 20 歲青少年	10	網上報名 或 親臨中心報名	香港基督教女青年會 賽馬會沙田綜合 社會服務處	2698 3008	不適用

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
不說再見·DSE畢業營	2025年7月1日至8月15日 香港基督教女青年會 賽馬會沙田綜合 社會服務處	透過團隊建立活動強化支援網絡，學習自立 和合作，同時回望高中的努力與遺憾，整理 成長歷程。	每人\$200	現屆及下屆 DSE考生	11	網上報名 或 親臨中心報名	香港基督教女青年會 賽馬會沙田綜合 社會服務處	2691 9170	不適用
綠色健康生活在我手2025 — 標語創作比賽	2025年7月至8月 義連班	活動可讓青少年發揮創意，宣傳健康生活訊 息，促進社區綠色生活、健康及和諧。	免費	沙田區居民 / 就讀 / 所屬參與機構的 小一至小六、 中一至中六或 29 歲以下青少年	最少 20 (不設上限)	網上報名 或 親臨通訊地址報名	義連班	9870 8578	https://www.facebook.com/profile.php?id=100064801386262
社區晴天@出前一丁工作坊	2025年7月至8月 義連班	參加者到「合味道體驗館」去製作出前一丁 ，並在職員指導下設計食物包裝，宣傳惜食 訊息。	免費	沙田區居民 / 就讀 / 所屬參與機構的 6 - 29 歲青少年	20	親臨通訊地址報名	義連班	9870 8578	https://www.facebook.com/profile.php?id=100064801386262
國安港安家安 — 推廣基本法標語創作比 賽	2025年7月至8月 義連班	比賽讓青少年發揮創意，促進學生對公民身 份思考及認同。	免費	沙田區居民 / 就讀 / 所屬參與機構的 小一至小六、 中一至中六或 29 歲以下青少年	最少 20 (不設上限)	網上報名 或 親臨通訊地址報名	義連班	9870 8578	https://www.facebook.com/profile.php?id=100064801386262
【王者來臨】暑期電玩比賽	2025年8月10日 火炭連線	比賽以小組形式進行，學生們能於遊樂中同 時學習溝通技巧及組織能力，亦可增強反應 能力。	免費	6 - 29 歲青少年	20	網上報名 或 親臨中心報名	火炭連線	9870 8578	https://www.facebook.com/groups/628775383980573/?locale=zh_HK
長幼共融·共建安樂窩	2025年8月8日、15日及 22日 香港青年動力協會	透過區內家訪活動，促進青銀共融，使年輕 人更關心自己的社區。	免費	15 - 29 歲青少年	50	公開招募	香港青年動力協會	3690 2608	https://www.hkypa.org.hk/
國家安好 激發青年正能量	2025年8月10日 香港青年動力協會	通過參觀國家安全相關主題紀念館，提升青 少年對國家安全發展的認識和興趣。	免費	8 - 16 歲青少年及其家長	20	公開招募	香港青年動力協會	3690 2608	https://www.hkypa.org.hk/
2025年幼童軍領袖訓練	2025年7月18日、25日 及 8月1日、29日 沙田西區第三十七旅童軍團	參加者參與歷奇活動後可獲取獎章，增強自 理能力及自信心，還可以學習到與人相處之 技巧。	免費	沙田西區第三十七旅 童軍團的幼童軍成員及 預備晉升幼童軍成員	12	通過沙田西區 第三十七旅 童軍團報名	沙田西區 第三十七旅童軍團	2699 4100	不適用
2025年童軍團領袖訓練計劃	2025年7月19日、26日 及 8月2日、29日 沙田西區第三十七旅童軍團	通過參與領袖訓練，參加者可以發掘潛能及 磨練領導才能，更可以提升解難能力及野外 求生技巧。	免費	只限沙田西區 第三十七旅 童軍團成員	12	通過沙田西區 第三十七旅 童軍團報名	沙田西區 第三十七旅童軍團	2699 4100	不適用
暑期潛能發展課程2025	2025年7月18日至8月22日 東華三院賽馬會沙田綜合服務中心	透過戶外學習活動了解社區常識、文化藝 術、環保保育等主題，讓兒童親身體驗啟發 潛能。	免費	暑期潛能發展課程學員	12	親臨中心報名	東華三院賽馬會 沙田綜合服務中心	2602 1220 / 2699 4100	https://jcsisc.tungwahc.org/

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
主線任務：飛越火炭谷	2025年8月1日至15日 東華三院賽馬會沙田綜合服務中心	透過WAR GAME以及VR元素互動格仔團體賽，鼓勵參加者多合作和溝通，並學習輸贏後的情緒調節。	每人\$215	8 - 12 歲青少年	13	親臨中心報名	東華三院賽馬會 沙田綜合服務中心	2699 4100	https://jcsisc.tungwahc.sd.org/
黑暗中對話	2025年8月7日 沙田婦女會新田總會	透過體驗失明人士的感受，從而提升參加者對弱勢社群的需要的關注。	免費	9 - 26 歲青少年	18	親臨中心報名	沙田婦女會新田總會	2695 3282	不適用
綠色青年手作坊	2025年7月29日、8月5日 港智政策研究所	傳遞「資源再生」的概念，講解都市廢物問題和再造的正面影響，鼓勵建立綠色生活。	免費	6 - 29 歲青少年	50	網上報名	港智政策研究所	9608 4298	不適用
青年扎染藝術坊	2025年7月25日、8月1日 港智政策研究所	透過全面的古法紮染體驗，了解背後文化意義，激發創造力和藝術潛能。	免費	6 - 29 歲青少年	40	網上報名	港智政策研究所	9608 4298	不適用
環保酵素清潔劑製作工作坊	2025年7月15日、17日 社區發展脈搏	透過將廚餘轉化為實用清潔劑，鼓勵從源頭減廢，積植利用社區資源。	免費	6 - 29 歲青少年	50	網上報名	社區發展脈搏	6506 8005	不適用
茶籽粉環保手工皂製作坊	2025年7月22日、24日 社區發展脈搏	向青少年傳授實用環保技巧，鼓勵從日常生活實踐環保，加強社區歸屬感。	免費	6 - 29 歲青少年	50	網上報名	社區發展脈搏	6506 8005	不適用
環保隔熱墊製作工作坊	2025年7月31日、8月1日 社區發展脈搏	利用舊衣等廢棄布料歸製作隔熱墊，以推廣「升級再造」及源頭減廢的環保概念。	免費	6 - 29 歲青少年	50	網上報名	社區發展脈搏	6506 8005	不適用
體育種籽隊訓練	2025年7月20日至8月14日 浸信會沙田圍呂明才小學	為提升種籽隊的專業水準，校方安排每週兩次校外加時練習，聘請校外教練，為學生提供更具有針對性和高水準指導。	免費	體育種籽隊隊員	60	簽回學校通告	浸信會沙田圍 呂明才小學	2647 6242	不適用
暑假籃球訓練班	2025年7月至8月 馬鞍山聖若瑟小學	由專業教練任教，增強基本籃球技巧、進階戰術及體能訓練。	免費	學校籃球隊隊員	30	電子回條	馬鞍山聖若瑟小學	2642 9186	https://mossips.edu.hk
暑假花式跳繩班	2025年7月 世界龍岡學校黃耀南小學	透過學習花式跳繩，提高運動興趣及強化身體機能。	免費	學校小一至小五學生	18	簽回學校通告	世界龍岡學校 黃耀南小學	2637 8637	不適用

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
義工 100 — 長者服務計劃	2025年7至8月 德信中學	聘請導師於第一節活動向學生教授製作手工藝品，學生於第二節活動將技巧教授長者，導師從旁協助。	免費	長者中心服務對象	20	由長者中心安排	德信中學	2317 4339	www.tsss.edu.hk/
關愛校園培訓暨中一迎新日	2025年8月13日、16日 東莞工商總會劉百樂中學	學長發揮領袖潛能，藉迎新日增加中一新生對校園的認識，增加中一新生歸屬感，盡早融入中學生活。	免費	不適用	140	校內宣傳及招募	東莞工商總會 劉百樂中學	2695 1336	https://lplss.edu.hk
基本法國安法知多少 — 籃球同樂日	2025年7月15至8月31日 馬鞍山崇真中學	以籃球作誘因，讓學生了解基本法及國安法，加強國民及公民意識，以提升學生整體守法觀念，增加他們對國家的歸屬感。	免費	只限學校 中一至中六女同學參加	25	在學校壁報板上的 報名表報名	馬鞍山崇真中學	2640 4938	不適用
職志大搜尋2025	2025年7月28日至8月8日 博愛醫院陳楷紀念中學	透過座談會及參觀活動，讓青少年能夠反思興趣和職涯發展的關係，有助他們及早規劃人生目標。	免費	12 - 18 歲同學	16	向學校報名	博愛醫院 陳楷紀念中學	2604 4118	www.pohck.edu.hk
暑期棋藝課程	2025年7月6日至8月30日 沙田圍胡素貞博士 紀念學校	透過圍棋對弈培養學生獨立思考、邏輯計算及專注力等能力，亦能學習自我檢討和面對勝負。	每人\$1,575	學校學生	30	自行到棋院報名	沙田圍胡素貞博士 紀念學校	5392 3594	不適用
升中四暑期銜接課程： 生涯規劃及適應工作坊	2025年8月8日 沙田蘇浙公學	通過分享會活動讓中四學生了解高中課程的轉變，增加自我認識及確立目標。	免費	學校所有中三學生	120	所有學校中三學生 必須參與	沙田蘇浙公學	2697 2179	https://kccshatin.edu.hk
新中一男子暑期體育訓練營 (排球、羽毛球、乒乓球及射箭)	2025年7月28日至8月14日 浸信會呂明才中學	發掘新生潛能，培養對運動的興趣，並學習與人相處及自我激勵的精神。	每人\$280	學校的中一新生 (2025 / 2026)	21	填寫Google表單	浸信會呂明才中學	2692 2161	https://www.bimcss.edu.hk
射箭體驗及訓練	2025年8月18日、21日、 25日、28日 基督書院	透過射箭活動，讓學生在挑戰中增強專注力、耐心與自信，並學習在壓力下保持冷靜與果斷和提升團體合作能力。	免費	中一級學生	132	簽回學校通告	基督書院	2635 3330	https://www.ccst.edu.hk/
暑假田徑訓練班	2025年7月17日至8月30日 保良局王賜豪 (田心谷)小學	透過田徑訓練，激發學生團隊合作精神，同時提升其體力和成長。	每人\$200	學校田徑隊隊員	25	簽回學校通告	保良局王賜豪(田心谷) 小學	2606 2363	https://www.plkwch.edu.hk
幸福烘焙時光：手作蛋糕	2025年8月19日 保良局朱敬文中學	透過烘焙工作坊來學習蛋糕甜品的製作技巧，發揮創意，提升社交能力。	免費	學校學生	18	向負責老師報名	保良局朱敬文中學	2699 1031	https://www.plkcwc.edu.hk/it-school/php/webcms/public/mainpage/main.php

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
重塑自我	2025年7月22日 台山商會中學	通過歷奇活動，學生們可提升其毅力和勇氣，並發揮正能量生活態度。	免費	學校中一至中二學生	20	由老師挑選	台山商會中學	2637 5589	http://www.tsac.edu.hk
創科解難活動日	2025年8月22日 梁文燕紀念中學（沙田）	為學生提供多種變化的互動答題方式，於解答題目時經歷觀察、實驗和反覆嘗試，讓學生以全新形式體驗學習樂趣。	免費	梁文燕紀念中學（沙田）2025 - 2026 學年中一級學生	124	不適用	梁文燕紀念中學（沙田）	2694 1414	https://www.hlmssst.edu.hk/rIndex
青少年暑假射箭訓練班	2025年8月25日、28日； 9月4日、9日、 11日、16日、18日 東華三院黃鳳翎中學	透過射箭訓練，幫助學生提高自信同時讓學生了解到運動安全的重要性。	免費	本校 2024 - 2025 年度學生	15	先到先得	東華三院黃鳳翎中學	2641 6238	https://www.twghwflc.edu.hk/tc/
Sports Team Summer Training Camp	2025年8月11日至13日 樂善堂楊葛小琳中學	14-17歲青少年的運動營，為促進學生在體育各方面的才能與發展。	免費	校隊運動員	37	由老師甄選	樂善堂楊葛小琳中學	2605 6632	https://www.lstyoungkhl.edu.hk/
守望學校訓練日營	2025年8月18日 宣道會鄭榮之中學	透過團隊挑戰、領袖元素探索、模擬實戰任務，提升領導力與合作能力，為校內職務做好準備。	免費	學校學生領袖	72	簽回學校通告	宣道會鄭榮之中學	2604 9762	www.cwgc.edu.hk
中二級歷奇活動	2025年8月19日 香港中文大學校友會聯會 陳震夏中學	透過小組訓練，讓學生提升團隊合作及建立人際關係技巧，從而增加對班級的歸屬感。	免費	學校中二學生 必須參與	120	學校中二學生 必須參與	香港中文大學校友會 聯會陳震夏中學	2630 5006	https://www.cch.edu.hk
LEADERSHIP TRAINING CAMP	2025年8月4日至6日 聖母無玷聖心書院	透過多元活動培養學生領袖才能，團結能力及解難能力，提升責任心與自信心。	每人\$380	學校學生領袖	36	校內招募	聖母無玷聖心書院	2647 1358	不適用
自信啟航日營2025	2025年7月11日至9月28日 佛教覺光法師中學	活動包括繩網挑戰和歷奇項目，提升學生的自我認識和信心，培養解決問題能力。	免費	學校學生	14	向學校社工 或老師報名	佛教覺光法師中學	2647 3737	https://www.bkks.edu.hk/
風紀培訓	2025年8月26日 宣道會陳元喜小學	通過歷奇活動，學生可以提升團隊合作技巧、解難能力及紀律性。	免費	2025 - 2026年度 學校風紀	100	校內招募	宣道會陳元喜小學	2699 8030	https://www.cahcc.edu.hk
浮潛體驗暨沙灘清潔日	2025年9月21日 香港專業教育學院 （沙田）	除了教授浮潛技巧，還會介紹各種海洋生物。參加者將前往附近水域的沙灘，進行沿岸清潔活動，為香港海洋環境保育出力。	每人\$40	於學院就讀之 全日制學生	20 - 25	經學院內聯網報名 並到辦事處繳費	香港專業教育學院 （沙田）	2256 7737	不適用

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
中一新生運動體驗日	2025年8月22日、25日 五育中學	透過不同類型運動，讓學生得到全身運動的機會，同時培養團體合作精神。	每人\$17	學校中一新生	130	中一註冊申請	五育中學	2692 1870	https://www.nyss.edu.hk
夏日童心STEAM親子體驗日	2025年8月30日 馬鞍山靈糧小學	舉辦創客、編程、STEAM+SPORT 等體驗式學習活動，提升參加者對探索科學及科技知識的興趣。	免費	馬鞍山區內K2 - K3 學生及準小一家庭	50個家庭	填寫主辦機構的電子報名表格 (Google Form)	馬鞍山靈糧小學	2643 0707	http://www.mosllps.edu.hk
暑期足球訓練班	2025年7月14日至8月13日 天主教聖華中學	透過足球團隊訓練，提升同學們之間的友誼及默契，從而體現合作精神。	免費	學校學生及學校足球隊隊員	15	簽回學校通告	天主教聖華中學	2692 4593	不適用
攜手邁向中一計劃	2025年8月25日至8月28日 潮州會館中學	透過活動增強安全感，認識學校，建立新朋友關係。	免費	潮州會館中學 2025-26年度 中一級學生	93	全部學校中一新生都必須參與	潮州會館中學	2642 8383	http://www.ccass.edu.hk
薪火相傳2025	2025年8月 青年會書院	透過培訓中三至中五學兄學姐成為BBS，籌劃一系列讓中一新生減壓的活動，包括：過來人分享會；校園定向；尋寶召集令。	免費	青年會書院就讀之中一及中三至中五學生	不適用	由老師及社工甄選學生參加	青年會書院	2641 9588	https://www.cymcac.edu.hk/
籃球隊訓練暨籃球同樂日	2025年8月18日至29日 聖羅撒書院	推廣籃球運動，提升體能質素，建立團隊精神，增加對學校的歸屬感。	免費	本校籃球隊成員	22	本校籃球隊成員	聖羅撒書院	2337 1867	https://hksrl.edu.hk
活力、汗水三人籃球比賽	2025年8月 富寶花園業主立案法團	團結沙田區內學校及青少年團體，提倡合作精神及運動興趣。以年齡作分組比賽，設立冠、亞、季軍獎牌及獎盃。	免費	6歲以上青少年	80	到法團報名 先到先得	富寶花園業主立案法團	2633 0008	不適用
「羽」你共聚 · 交流會	2025年8月17日 御龍山業主立案法團	通過羽毛球交流會鼓勵參與者互動合作，拓展社交圈，同時在交流會中培養自信、增進聯繫，留下難忘的回憶。	免費	御龍山居民	12	於御龍山會所報名	御龍山業主立案法團	2469 3010	不適用
銀湖劇本殺	2025年8月9日 銀湖天峰業主委員會	希望透過劇本殺，令居民促進團隊合作精神。	免費	銀湖天峰住戶 且年齡介乎6 - 29 歲	16	到銀湖天峰會所接待處進行報名	銀湖天峰業主委員會	3657 9292	不適用
西九藝術文化之旅	2025年8月 福安花園業主立案法團	參加者可獲得更全面的藝術文化體驗。	每人\$20	居住屋苑之 6 - 29 歲青少年	50	親身報名	福安花園業主立案法團	2643 6032	不適用

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
青年藝術節2025	2025年10月 - 2026年1月 活動地點待定	以市集形式向青年人提供免費展示及銷售文創產品的平台，激發創意潛力及培育創業精神。	免費	12 - 29 歲青少年	市集：75 快閃舞：75	不適用	香港菁新交流協會司	5503 7843	www.flashexchange.org.hk
慶祝中華人民共和國成立76周年 — 家國情「全港填色及標語創作比賽」暨中華文化及基本法進社區系列活動	2025年9月 - 2026年1月 比賽：全港 系列活動：沙田、北區、西貢	透過各類全港性比賽增加青少年對國家的了解，並在各區推展中華文化活動及基本法。	免費	6 - 29 歲青少年	300	網上報名/ 郵寄報名	義連班	9870 8578	不適用
全港小學棒球邀請湯偉奇盃2026	2026年1月14日 - 16日 香港道教聯合會純陽小學棒球場	透過聯校棒球比賽，促進青年之間的體育精神及培養團隊合作，發掘有潛質的青年加入香港棒球代表隊。	每隊 \$500， 共12 隊	全港小學	12 - 16 隊， 每對上限 15 人	2025年9月1日 - 10月 31日 向純陽小學報名	香港道教聯合會 純陽小學	2642 2355 6422 2239	https://www.syps.edu.hk/r/index
綠動香港	2025年8月23日及25日 沙灘及沙田車廠	「綠動香港 — 清潔沙灘」工作坊 「綠動香港 — 探秘沙田車廠」參觀日	工作坊：免費 參觀日：每人 \$10 家長需自付全款	6 - 29 歲青少年	工作坊：30 參觀日：30	電郵	社區發展脈搏	6506 8005	www.facebook.com/Cdpulsation
「禾嶺·藝墟」 青年才藝培訓計劃2025	2025年7月12日 - 11月1日 禾嶺邨及其他戶外地點	促進參加者能力感及加強對自我價值的認同，強化社區上持份者之間聯繫。	每人 \$60	10 - 24 歲青少年	180	網上或 親臨中心	香港基督教女青年會 賽馬會沙田 綜合社會服務處	2691 9170 / 2698 3008	https://www.ywca.org.hk
「源」來更美麗 — 壁畫製作活動	2025年11月 - 2026年1月 瀝源邨房屋署外牆	鼓勵青年發揮創意，積極參與社區建設，美化屋邨環境，提升社區居民幸福感和歸屬感。	免費	6 - 29 歲青少年	70	親臨中心 或由學校或 社福團體邀請	沙田婦女會 瀝源服務中心	2605 3733	https://www.facebook.com/ShatinWomen
回歸祖國 — 沙田區籃球同樂日暨挑戰賽	2025年8月1日 - 11月30日 新界區康文署室內籃球場	提高體育精神; 提升對國家及社區的認識及歸屬感	免費	公開	25	電郵或傳真	新界東青年體育會	6152 6342	www.ntesports.org.hk
TEENS TEAM - 暑期義工訓練計劃	2025年7月1日 - 12月31日 保良局賽馬會大棠渡假村	提升青少年的自我效能感、公民意識及社區歸屬感。	每人 \$100	6 - 24 歲青少年	543	親臨中心	香港小童群益會 大圍青少年 綜合服務中心	2694 9322	不適用
JM 聖誕青年藝聚	2025年10月 - 12月 香港青年協會賽馬會乙明青年空間	「聖誕節」為題體驗藝術創作，把作品送給社區人士，加強對社區的歸屬感，增加節日氣氛和增進鄰舍關係。	免費	公開	工作坊：105 社區同享聖誕倒數月曆：1 200 JM 青年聖誕派對夜：40	親臨中心	香港青年協會 賽馬會乙明青年空間	2647 0744	jm.hkfyg.org.hk
「沙田青春悅遊記」青年成長計劃2.0	2025年8月1日 - 21日 合味道紀念館 香港海洋公園	提升青年人個人素質與社會意識，透過不同體驗激發參與者的創思能力、建立愛護自然的價值觀及增加對國家的認識和歸屬感，培養國民身份認同。	免費	6 - 29 歲青少年 出前一丁製作工作坊的參加者 最低身高要求為110厘米	78	網上或電話	港智政策研究所	6090 2622	https://www.facebook.com/hkwisdministute

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
「樂 TEEN 使」文化之旅深度遊	2025年9月 - 2026年1月 長洲、塔門、大澳及顯徑中心	長洲、塔門、大澳及顯徑中心蘊含本港傳統文化特色，希望透過活動向參加者推廣本港傳統文化特色，認識歷史，增加青年對本土的歸屬感。	免費	公開	每節 30 (共 90)	親臨中心	沙田居民協會	2691 8033	不適用
舞龍舞獅體驗班	2025年8月 沙田區學校禮堂	透過舞龍舞獅興趣班讓年青人深入了解中國傳統文化，增強團隊合作、提升身體素質及促進社交等。	免費	兩間學校的學生	60 - 100	學校通告	香港菁新交流協會	2144 3788	https://flashexchange.org.hk/
「騎跡燒烤」	2025年12月 馬鞍山	讓年輕人通過富有沙田特色的單車道騎行活動更加了解沙田，同時讓青少年放鬆身心，體驗生活的美好。	免費	6 - 29 歲青少年	80	網上或電話或現場報名	沙田之友社	2696 9446	不適用
香薰時光手作坊	2025年10月4日 - 11月22日 沙田區社區會堂 / 學校禮堂	透過香薰活動，協助青年人紓緩生活和學習壓力，鼓勵青年人與同儕交流合作，增加團隊精神。	免費	14 - 29 歲青少年	120	網上報名	迎日天空	不適用	不適用
沙田青年健康推廣活動2.0	2025年8月4日 - 9月3日 沙田區	活動一：「樂學健康知識坊」 第一部分：健康知識教 第二部分：艾草錘 活動二：「溫暖傳遞長者行」上門探訪， 長者中心探訪 活動三：「健康樂遊日」健康攤位， 健康遊戲區	免費	6 - 29 歲青少年	30	網上報名	東北關注組	6466 8683	
音樂之路 LIVE YOUR DREAM 計劃	2025年7月 - 2026年1月 基督教香港崇真會 沙田綜合服務中心	讓青少年學以致用，發揮個人潛能，並與現實社會接軌，學習與不同團體洽商，藉此提升個人組織能力、合作能力、執行能力及責任感。	免費	12 - 29 歲青少年	30	親臨中心	基督教香港崇真會 沙田綜合服務中心	2647 7337	https://www.tmssd.org/st.htm
青聚童行	2025年9月 - 12月 救世軍隆亨青少年中心	持續培養參加者才藝與興趣潛能、建立參加者的生活目標與動力，同時提升參加者能力感、自信心、社交技巧，及有助建立良好的朋輩支援網絡。	K-Pop Dance T.E.A.M. 每人 \$100 唱出好聲音 每人 \$100 少年射擊訓練 每人 \$100 小結他 Ukulele 每人 \$100 SMILE DRAMA 每人 \$320	6 - 29 歲青少年	40	親臨中心	救世軍 隆亨青少年中心	2605 5569	不適用
義剪傳情 長幼同行	2025年8月 - 2026年1月 沙田區	組織青年志願者為社區長者及有需要人士提供免費理髮服務，傳遞溫暖與關懷。	免費	15 - 29 歲青少年	30	公開報名	香港青年動力協會	3690 2608	http://www.facebook.com/hkypa2000
BOOM DANCE 看我今天怎麼跳	2025年7月 - 2026年1月 東華三院賽馬會沙田綜合服務中心	招募沙田區內對跳舞有興趣及熱誠的青少年，提供跳舞訓練及一次聯區表演的機會	免費	13 - 18 歲青少年	30	親臨中心	東華三院賽馬會 沙田綜合服務中心	2699 4100	http://jcsisc.tungwahcsd.org/

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
慢活・成長日誌	2025年7月 - 2026年1月 香港聖公會 沙田青少年綜合服務中心	計劃共分為兩個部分，包括探索篇及成長篇，促進青年人的情緒健康及自我價值	單元一：每人 \$50 單元二：每人 \$60 單元三：每人 \$40 單元四：每人 \$60 單元五：每人 \$90 單元六：每人 \$50	12 - 24 歲青少年	48	親臨中心	香港聖公會 沙田青少年綜合服務中心 — 賽馬會青少年幹線	2698 6466	不適用
運動多面「體」	2025年10月 - 12月 香港中華基督教青年會中心	透過生涯發展日營，提升青少年對生涯發展的規劃；透過行業體驗活動，提升青少年對不同行業的興趣和認識	每人 \$20	6 - 29 歲中心會員	20	向社工報名	香港中華基督教青年會 沙田青少年 外展社會工作隊	2693 5097	http://sto.ymca.org.hk
「賀國慶.慶全運」 全城運動同樂日 暨 國慶填色比賽	2025年9月 - 11月 香港傷健協會 賽馬會沙田青少年綜合服務中心	單元一：「賀國慶」填色比賽 單元二：「慶全運」全城運動同樂日 單元三：「賀國慶」填色比賽 社區成品派發	免費	填色比賽：小學生(6歲以上) 運動同樂日：任何人士	不限	填色比賽： 親臨或郵遞 運動同樂日： 任何人士	香港傷健協會 賽馬會沙田青少年 綜合服務中心	2637 2266	不適用
沙田青年顯愛心行動暨 非遺文化入社區2025	2025年8月 - 2026年1月 沙田區	9月：向 60 歲以上長者贈送 300 份 中秋關懷小禮物 10月 - 12月：共 2 次手作坊， 向學生介紹國家非物質文化遺產	免費	6 - 29 歲青少年	20	親臨中心	沙田婦女會 馬鞍山服務中心	9870 8578	不適用
義人行社區服務計劃2025-26	2025年10月 - 2026年1月 沙田區	活動期間安排2次行動贈送年曆、 年糕等物資。	免費	6 - 29 歲青少年	20	親臨中心	沙田婦女會 利安服務中心	9870 8578	不適用
沙田區推廣基本法及 國家安全大使計劃2025	2025年10月 - 2026年1月 沙田區內學校 斬竹灣抗日英烈紀念碑 國家安全館	沙田區推廣基本法及國家安全大使計劃2025 開幕禮 / 參觀國家安全展覽館 / 斬竹灣抗日 英烈紀念碑獻花 / 製作小組報告及攝影作 品。	免費	小五至小六學生	30	經獲邀小學校長推薦	火炭連線	9870 8578	不適用
連青網絡-3X3 籃球挑戰賽	2025年12月 沙田區籃球場	賽前簡介會簡介規則、賽制、計分方法、獎 項及注意事項。 比賽日進行淘汰賽，並頒發冠亞季軍及最 佳球員。	每隊 \$350	10 - 19 歲青少年	每隊 4人 (共 100)	郵寄報名或 親臨中心	連青網絡 — 香港神託會 青少年服務中心	2637 1866	http://www.stewards.hk
第15屆沙田學生大使計劃	2025年9月-2026年1月 曾璧山(崇蘭)中學(大型活動)	計劃包括啟動禮、義工計劃訓練及服務，讓 學生大使透個項目學習籌辦活動的技巧及認 識社區需要，服務新來港人士、基層家庭、 老人、殘障人士、特殊學習困難的學生、甚 至動物。其後舉辦成果分享嘉年華暨閉幕禮 ，分享經驗及展示活動成果。	免費	沙田區中小學生	每間學校10至20人	沙田區各中小學校長 推薦，同時由大會邀 請	曾璧山(崇蘭)中學	2640 4933	https://www.tpssiss.edu.hk/
戶外學習日	2025年12月18日 西貢戶外康樂中心及 麥理浩夫人度假村	透過戶外學習加深對大自然及社區的認識， 促進身心靈發展，培養探索精神、團體合作 及解難技巧，享受大自然環境並提升環境保 護意識。 小二、小四及小六：西貢戶外康樂中心 小一、小三及小五：麥理浩夫人度假村	每人 \$50	學校學生	不適用	學校發出電子通告給 學生，由家長簽覆電 子回條	馬鞍山聖若瑟小學	2642 9186	mossjps.edu.hk

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
中一訓練營(3日2夜)	2025年10月21日 - 23日 保良局賽馬會大棠渡假村	透過訓練營的活動，培養學生守紀律、建立歸屬感、促進社會技能發展如團隊合作、解難技巧和溝通能力、幫助學生認識和管理情緒，增強身心健康。	每人 \$550	學校中一學生	165	學校所有中一學生 自動參與	浸信會呂明才中學	2692 2161	https://www.blmcss.edu.hk/main
CHEER UP 快樂校園計劃 2025-26	2025年9月22日 - 2026年1月18日 東莞工商總會劉百樂中學	系列(一)透過團體合作活動，建立互助網絡，締造快樂學習的校園氣氛。 系列(二)愛心行動，培養關愛社會的服務精神，連繫學長及中一學生。	免費	不適用	不適用	校內宣傳	東莞工商總會劉百樂中學	2695 1336	http://lplss.edu.hk
生命領袖訓練營	2025年11月28日 博愛醫院陳楷紀念中學	透過模擬遊戲及攤位 1)加強自我認識，提升學生的自尊感以及自信心 2)訓練學生排難解紛的能力，協助他們裝備自己，迎接未來挑戰 3)學習訂立目標，檢視今天自己與未來目標的差距	免費	12-18 歲青少年	110	老師及社工推薦	博愛醫院陳楷紀念中學	2604 4118	
奮進營 (2日 1夜)	2025年11月14日 - 15日 保良局北潭涌度假營	團體活動包括：營前抗逆能力工作坊、歷奇工作坊、戶外團隊挑戰等；藉此提升自信與領導能力，提升抗逆能力，促進同學間的團結及連繫，鼓勵個人反思與成長，強化對學校的歸屬感。	每人 \$100	學校中六學生	學校中六學生	未有提供	東華三院馮黃鳳亭中學	2691 3738	https://www.twghfwf.ts.edu.hk/
薪火「青」傳計劃	2025年7月14日 - 2026年1月 青年會書院	活動一：BBS中一迎新小組 2025 活動二：青傳工作坊 2025 活動三：BBS領袖訓練營 2025 活動四：青傳 SMART TEENS 活動一至三，培養中三至中五學生的溝通技巧、解難能力和領導力 活動四：透過義工培訓及服務，建立中一新生的校園適應，建立對校園的歸屬感。	免費	學校中一、 中三至中五學生	不適用	老師及社工推薦	青年會書院	2641 9588	http://www.cymcac.edu.hk/
賜豪森林課程	2025年11月20日 - 21日 保良局賽馬會大棠渡假村	通過日營，讓學生認識不同的天然資源，了解其來源及處理過程，體驗到大自然的寶貴，從而建立感恩之心。	每人 \$200	學校小三學生	100	校內通告	保良局王賜豪 (田心谷)小學	2606 2363	https://www.plkwch.edu.hk
沙田青年啟航匯	2025年11月22日 東華三院邱金元中學	通過活動讓學生積極尋找發展路向，成為有視野、有領導能力及肯承擔的人，同時促進學生對社會的關注與參與，培養積極回饋社會的態度。	免費	不限	不限	透過學校網站連結報名預留位置， 或屆時直接來訪	東華三院邱金元中學	2649 7385	https://www.twyky.edu.hk/zh_tw/site/index
文燕非遺推廣計劃	2025年12月9日 梁文燕紀念中學(沙田)	讓學生體驗傳統手工藝製作，培養學生的創造力；攤位活動能發揮學生的領導才能和社交智慧；透過公開展覽，向公眾推廣中華傳統文化藝術。	免費	學校中一至中五學生	20	校內報名	梁文燕紀念中學(沙田)	2694 1414	https://www.hlmssst.edu.hk/rindex
數理科技日 (STEAM DAY)	2026年1月8日 沙田公立學校	透過一天數理科技活動，培養青年探索科學、科技、工程、藝術和數學的興趣及精神；透過實作體驗，培養青年的創意、社交、溝通及解難的能力。	免費	學校 6 - 29 歲學生	255	學校學生 自動參與	沙田公立學校	2691 1492	http://www.shatinpublicschool.edu.hk

2025-26年度沙田區青年發展計劃活動

活動名稱	活動日期及地點	活動簡介	活動費用	報名資格	報名名額	報名方法	舉辦機構	查詢電話	舉辦機構/ 活動網址
AIGC 創意科技課程暨 國民教育作品展	2025年8月 - 10月 台山商會中學	活動透過 AI 繪圖基礎入門，引導學生體驗 圖片生成，並講解回歸歷史背景，分組討論 創意方向。	免費	沙田區小四至 小五學生	60	小學校內報名、透過 海報二維碼 (如參加者超過60人 將會進行面試)	台山商會中學	2648 7871	https://www.tsac.edu.hk/
沙田文化 AI 動畫宣傳影片課程	2025年10月 - 2026年1月 保良局莊啟程小學	透過 AI 動畫課程，結合文本、圖像、影 像、語音生成等技術，引導學生在探究沙田 歷史與文化的同時，習得21世紀數碼素養， 創意表達與團隊協作能力，並以公開網頁推 廣成果，促進地區文化承傳與社區連結。	免費	學校四至六年紀學生	25	校內報名	保良局莊啟程小學	2641 0221	https://www.plkcktps.edu.hk
乒乓球比賽2025	2025年8月16日 晴碧花園 PL4 平台	以單打淘汰賽進行，令居民可以享受運動的 樂趣	免費	晴碧花園住戶	20	填妥表格交管理處	晴碧花園業主立案法團	2144 6032	不適用
冰皮月餅製作班	2025年9月27日 嘉田苑	介紹冰皮月餅的起源，令居民更了解中秋。	免費	嘉田苑業戶	20	填妥表格交管理處	嘉田苑 (A至F座)業主立案法團	2697 5348	不適用