

# 報名方法

網上接受報名

**24/5/2025**  
上午 10:00 起

**3** 個工作天內  
電話或短信通知確認

**3** 個工作天內  
到中心交費

PTS & Mini PTS之公開報名會以網上留位形式進行，並由**2025年5月24日上午10:00**起開始接受報名。報名者必需為本中心之會員，網上留位時需要輸入會員編號(如未有會員編號之報名者，該報名將不作計算)，而重覆報名亦會只當一位計算。

成功留位後，將於**3個工作天內**收到負責職員之電話或短信通知確認收到其申請，而成功留位者需於收到通知後**3個工作天內**到中心交費，否則該名額視為放棄論。報名時需帶會員證、填妥報名表格，並提交參加者身份証副本(購買保險之用)及費用。

網上公開報名

PTS MINI PTS



✉ [jcsisc@tungwah.org.hk](mailto:jcsisc@tungwah.org.hk)

🌐 <https://jcsisc.tungwahcsd.org>

穗禾服務處

穗禾路 Sui Wo Rd

穗禾苑商場

穗禾苑街市

📍 新界沙田穗禾苑商場一樓18室

☎ 2602 1220 ☎ 2602 1230

途經車輛：巴士 80M、81K、280X / 小巴 811、811S / 港鐵火炭站A出口轉乘小巴811

方樹福堂服務處

✳ 火炭站 C 出口

88K 801

樂景街

Lok King St

銀禧薈商場

銀禧花園

📍 火炭樂景街2至18號銀禧花園第三至四座平台

☎ 2699 4100 ☎ 2602 7167

途經車輛：巴士 88K、A46 / 小巴 801、811 / 港鐵火炭站C出口



東華三院  
Tung Wah Group of Hospitals



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by the Social Welfare Department

東華三院賽馬會沙田綜合服務中心  
Jockey Club Shatin Integrated Services Centre

暑期體驗計劃

PTS

P 迎接挑戰，衝破困難  
Problem solving

T 善於表達，團隊溝通  
Team building

S 建立自信，肯定自我  
Self-confidence

暑期初體驗計劃

Mini PTS

Syzygy

網上公開報名

**24**  
**MAY 2025**

上午 10:00

PTS



MINI PTS



第21屆

PTS

暑期體驗計劃

FAM25260037

Syzygy



計劃理念

萬眾期待的PTS暑期體驗計劃已踏入第21屆，本年度PTS暑期體驗計劃以「SVZVGV」為主題，SVZVGV指太陽、地球及月亮連成一線的時刻，象徵着PTS三大元素，願每位參加者都能學習、結合並在活動中發揮最強的力量。

參加者及家長簡介會\*

\*最少一位家長出席

5/7/2025 六  
8:00PM - 9:30PM

★ 團隊建立 家長簡介  
★ 向參加者及家長簡介活動

♥ 穗禾服務處

DAY 1

13/7/2025 日  
9:30AM - 5:00PM

日曜·團戰

攻防箭 團隊競賽

♥ 賽馬會西貢戶外訓練營

DAY 2

14/7/2025 一  
8:30AM - 4:45PM

月曜·獨游

水上活動 獨木舟  
需填妥水上活動參加者聲明書及免責書

♥ 大美督戶外活動中心

DAY 3&4

15-16/7/2025 二  
2:00PM - 翌日2:00PM

火曜·星宿

自理訓練 歷奇訓練

♥ 賽馬會銀礦灣營(暫定)

DAY 5

17/7/2025 四  
5:45PM - 10:00PM

木曜·夜行

夜行、獨行

♥ 松仔園(暫定)

PTS結業禮\*

\*PTS成員及家長出席

16/8/2025 六  
7:45PM - 9:00PM

片段重溫，經驗總結，嘉許及分享重要時刻

♥ 穗禾服務處

活動後備日期：18/7, 19/7, 20/7, 23/7, 24/7

主角 8歲至12歲兒童 / 30名 (額滿即止)

輔助者 每名參加者之家長(最少一位)需出席簡介會及結業禮

費用 每位 \$3080

早鳥優惠 於6月1日或之前報名，  
每位 \$2980 (費用包括專業導師費、戶內/外活動物資、營費、車費、活動制服2件、個人評估報告、畢業證書及活動相片)

參加者的得著

- ★ 提升接受不同挑戰的勇氣和決心
- ★ 提升解難能力
- ★ 學習正面面對挑戰中的成敗得失
- ★ 學習自我激勵

如有興趣參加或查詢，請致電2602 1220 與負責社工蘇皓瑤姑娘聯絡。

活動特色

- ★ 課程由專業社工及導師帶領，監察學員的進度；
- ★ 全課程以經驗學習法讓學員親身體驗及自我反省；
- ★ 全課程均提供茶點及旅遊巴接送由火炭方樹福堂服務處來往活動地點；
- ★ 課程將由合資格急救員隨隊及貼身照顧確保在安全中經歷挑戰和成長；
- ★ 設有活動大獎，加強學員投入感及自我肯定

第16屆

Mini PTS

暑期初體驗計劃

FAM25260036

Syzygy

計劃理念

第16屆MINI PTS暑期初體驗計劃又來到，本年度名為「SVZVGV」。SVZVGV指太陽、地球及月亮連成一線的時刻，象徵着MINI PTS三大元素，願每位參加者都能學習、結合並在活動中發揮最強的力量。

活動目標

迎接挑戰，衝破困難 Problem solving | 善於表達，團隊溝通 Team building | 建立自信，肯定自我 Self-confidence

Mini PTS簡介會\*

\*最少一位家長出席

5/7/2025 六  
6:15PM - 7:45PM

向家長和參加者簡介活動及須知事項，進行團隊初體驗

♥ 穗禾服務處

DAY 1

20/7/2025 日  
9:00AM - 5:00PM

追日千里

守衛戰、忍者活動

♥ 東蒲

DAY 2

21/7/2025 一  
8:30AM - 5:00PM

地厚天高

解難挑戰、原野歷奇

♥ 粉嶺鶴藪

DAY 3

22/7/2025 二  
5:45PM - 10:00PM

月影獨行

黑夜行山、獨行

♥ 大尾督家樂徑(暫定)

Mini PTS結業禮\*

\*最少一位家長出席

16/8/2025 六  
6:15PM - 7:30PM

片段重溫，經驗總結，嘉許及分享重要時刻

♥ 穗禾服務處

活動後備日期：25/7, 27/7, 28/7

主角 5.5歲至7歲兒童 / 30名 (額滿即止)

輔助者 每名參加者之家長(最少一位)需出席簡介會及結業禮

費用 每位 \$2080

早鳥優惠 於6月1日或之前報名，  
每位 \$1980 (費用包括專業導師費、戶內/外活動物資、營費、車費、活動制服2件、個人評估報告、畢業證書及活動相片)

參加者的得著

- ★ 兒童能學會基本的生活求生技能，同時提升兒童與人發揮團隊合作和溝通的能力，以及建立兒童的自信心
- ★ 活動完成後可獲個人評估報告一份
- ★ 出席達90%以上者可獲證書一份

活動特色

- ★ 由專業社工帶領，監察學員進度；
- ★ 全課程以經驗學習法讓學員親身體驗及自我反省；
- ★ 全課程均提供茶點及旅遊巴接送由火炭方樹福堂服務處來往活動地點；
- ★ 設有活動大獎，加強學員投入程度

1 抗逆先鋒大獎 2 飛躍進步大獎 3 最踴躍參與大獎

如有興趣參加或查詢，請致電2699 4100 與負責社工麥詠恩姑娘聯絡。