

香港吸煙與健康委員會
「無煙 Teens 精英計劃」2022-2023 計劃詳情

(一) 背景

自 2012 年起，香港吸煙與健康委員會（「委員會」）舉辦「無煙 Teens 計劃」，得到逾 140 間中學、青少年中心及制服團隊支持，累積培育逾 2,800 名青少年領袖。自上年度起，委員會推出「無煙 Teens 精英計劃」，並由教育局協辦，透過多元學習模式及加入生涯規劃及師友分享元素，讓青少年提升各項技能、增進煙害及控煙知識，裝備他們成為社會未來領袖。計劃亦提供機會讓參加者學以致用，於學校及社區籌辦不同類型的推廣活動。

(二) 目的

本計劃透過多元學習模式，旨在：

- 加深學生對吸煙、二手煙、三手煙及另類吸煙產品禍害的認識，以及對控煙工作和最新控煙資訊的了解；
- 幫助學生糾正有關吸煙的謬誤，建立正確的無煙態度；
- 協助學生掌握及提升領導才能、獨立、創意及批判思考、組織及策劃能力、團隊合作、溝通及衝突管理，以及戒煙輔導技巧等；及
- 鼓勵學生學以致用，於校園及社區實踐無煙文化的理念，裝備他們成為社會未來領袖。

(三) 對象

由學校/青少年中心/制服團隊（「機構」）提名的 2021-2022 學年就讀中一至中四/14 歲至 18 歲之青少年

- 附註：
- 從未參加本計劃者優先，名額有限，額滿即止
 - 如學校/機構提名多於 4 隊，委員會有權予以其他參加隊伍優先參加

(四) 費用：全免

(五) 語言：廣東話

(六) 參加方法

- 由學校/機構提名，以 3 至 6 名青少年為一隊，男女不限，每間學校/機構最多可提名 4 隊；及
- 由學校/機構負責老師/職員遞交學校/機構參加回條（附件三；每隊須遞交一份）及各參與學生之個人參加表格及家長同意書（附件三）。

(七) 截止日期：

遞交學校/機構參加回條：2022 年 7 月 22 日（星期五）
遞交個人參加表格及家長同意書：2022 年 8 月 5 日（星期五）

(八) 計劃時期：2022 年 8 月至 2023 年 5 月

(九) 證書嘉許

個人：

精英證書	取得 220 學分或以上，並完成「無煙行動」計劃書、活動及活動報告
參與證書	取得 160 學分或以上，並完成「無煙行動」計劃書、活動及活動報告

附註：隊伍的總分數亦是委員會評判定「無煙行動」各獎項時的考慮因素之一。

學校/機構：

參與學校/機構均會獲嘉許為「無煙夥伴學校/機構」。

(十) 獎項

「無煙行動」(見(十一)計劃內容 2.無煙行動)設冠、亞、季軍及優異獎，委員會將從眾多活動報告中按其創意度、無煙信息表達清晰度及活動成效作評分，並甄選勝出隊伍。委員會將於 2023 年 3 月至 4 月期間公佈得獎結果，成果發佈暨分享會暫定於 2022 年 5 月舉行，以表揚參加者對推廣無煙文化的努力，並嘉許表現優異的隊伍。勝出隊伍更有機會於分享會及本地報章分享舉辦無煙活動的心得及經驗。

冠軍	獎座及港幣 500 元書券
亞軍	獎座及港幣 300 元書券
季軍	獎座及港幣 200 元書券
優異獎	獎狀及港幣 50 元書券

附註：以每位隊員計

(十一) 計劃內容：

計劃內容圍繞知識及技能培訓、活動策劃及實踐兩大部分，結合實體及網上學習項目，並以學分制度進行，讓學生靈活參與及獲取學分。

1. 無煙學堂

「無煙學堂」結合實體及網上學習兩種形式，旨在讓參加者加深對控煙工作及煙草禍害的認識、掌握活動策劃宣傳及戒煙輔導技巧，同時培育及提升他們的領導才能、獨立、創意及批判思考、組織及策劃能力、團隊合作，以及溝通及衝突管理等。

日期(暫定)	項目	內容
2022 年 8 月 22 日或 23 日(其中一日)	無煙精英迎新營 (一天實體)	計劃簡介、香港大學護理學院參觀及分享、戒煙輔導技巧工作坊
2022 年 9 月至 11 月	網上課堂 1 至 4 (必修) (每節約 35 分鐘)	「無煙行動」簡介、活動計劃書及報告書撰寫、策劃及宣傳技巧工作坊、煙害及控煙知識
2022 年 9 月至 2 月	網上課堂 5 至 6 (選修) (每節約 35 分鐘)	手機拍攝技巧宣傳工作坊、升學及生涯規劃分享
2022 年 12 月 28 日或 29 日(其中一日)	無煙精英大本營 (一天實體)	互動體驗及跨校團體遊戲，訓練團隊合作、溝通、領袖及解難能力
2023 年 5 月(暫定)	成果發佈暨分享會	嘉許參加者及參與學校/機構、交流及分享經驗、師友分享

附註：活動舉行形式(網上/實體)視乎當時疫情情況或會作出調整

2. 無煙行動

各參加隊伍可申請委員會提供的資助金額，運用創意於校內及社區策劃及組織不同類型的活動，實踐他們於「無煙學堂」所掌握的知識及技巧，將無煙健康生活的信息推廣至家庭、學校及社區。例如，讓同學及市民認識煙草禍害，鼓勵身邊的家人、朋友及鄰舍戒煙及參與推動公共衛生政策。

內容	參加者須以隊伍形式於學校或社區策劃及籌辦「無煙行動」之活動，宣傳及推廣無煙健康生活的信息。	
關鍵日期	2022年9月30日或之前	遞交「無煙行動」計劃書初稿及物資申請
	2022年10月	委員會審核及確認計劃書、資助及物資申請（如有需要，委員會將與負責老師/職員溝通須修改/補充之地方）
	2022年11月至2023年2月期間	根據獲批計劃書於校內或社區進行相關宣傳及推廣活動
	2023年2月24日或之前	遞交「無煙行動」活動報告、資料及支出單據供委員會評審及審核，逾時遞交將被取消角逐獎項之資格
	2023年3月至4月	委員會進行活動報告評審，並審核活動支出及安排退款（如有需要，委員會將與負責老師/職員溝通須修改/補充之地方）
形式	不限，可以網上或實體形式進行	
資助	最高可獲資助港幣一千元正，以支持各項獲批撥款的行動開支項目，資助將以支票形式發放。「無煙行動」計劃書、報告書及資助詳情將於稍後發放予負責老師/職員。	
獎項	見（十）獎項	

3. 遊學團及實習

委員會將邀請於「無煙行動」中獲得冠、亞、季軍隊伍之參加者在2023年暑假期間參加遊學團，考察及了解其他城市或地區（擬訂為澳門）的無煙文化及控煙措施。同時，表現優異之同學更有機會到委員會參與暑期實習（設面試遴選），體驗在委員會獨特的環境下工作，接觸機構日常營運，並參與有意義的項目計劃，獲取寶貴的工作經驗，有助做好生涯規劃，完成實習將獲發證書。

附註：2023年暑期遊學團地方擬定為澳門，但視乎當時各地疫情情況或會作出調整。

4. 無煙精英團

為使參加者能繼續參與推動無煙文化的活動，延續使命，完成計劃的參加者均可加入「無煙精英團」。團員可獲繼續參加委員會延伸活動的機會，並協助委員會籌辦控煙活動，如展覽、遊戲攤位等，發揮領袖才能，成為未來的控煙精英。

委員會將於活動期間進行拍攝及/或攝錄，並有權將參加者出席有關活動的視像資料，包括影片及相片等用作日後推廣本計劃或無煙信息之用；宣傳媒介不限於刊物、網頁及宣傳品等；所有參與隊伍必須同意遵守委員會的安排，委員會保留任何爭議的最終決定權。

(十二) 計劃活動及學分一覽：

計劃將以學分制度進行，結合實體及網上學習項目，讓學生靈活參與及獲取學分。

日期 (暫定)	項目	內容	學分
必修項目			
2022年8月22日或23日(其中一日)	完成基線問卷調查	了解參與計劃前之情況	10
	無煙精英迎新營(一天實體) (因要事而未能出席之參加者可觀看錄影版及完成作業以取得30學分)	「無煙Teens精英計劃」計劃簡介、香港大學護理學院參觀及分享、戒煙輔導技巧工作坊	40
2022年9月至11月	觀看網上課堂1及完成作業	「無煙行動」簡介、活動計劃書及報告書撰寫、策劃及宣傳技巧工作坊	15
	觀看網上課堂2及完成作業		15
	觀看網上課堂3及完成作業	控煙工作	15
	觀看網上課堂4及完成作業		15
	完成「無煙學堂」問卷調查	評估「無煙學堂」之成效	10
2022年10月至2023年1月	提交「無煙行動」活動計劃書，並完成至少一個活動	活動策劃及實踐	30
2023年2月	提交「無煙行動」活動報告		30
	完成計劃問卷調查	評估計劃對參與者之成效	10
2023年5月(暫定)	成果發佈暨分享會	嘉許參加者及參與學校/機構、交流及分享經驗、師友分享	10
必修項目總學分：			200
選修項目			
2022年12月28日或29日(其中一日)	無煙精英大本營(一天實體)	互動體驗及團體遊戲、訓練團隊合作、溝通、領袖及解難	40
2022年9月至2月	網上課堂5及作業	手機拍攝技巧宣傳工作坊、升學及生涯規劃分享	15
	網上課堂6及作業		15
2021年8月至2022年2月	於參與計劃期間追蹤委員會之社交媒體 (Instagram: wisemike_hk)		10
	於參與計劃期間追蹤計劃之社交媒體 (Instagram: smokefree_teens)		10
	於個人社交平台分享最少兩項無煙信息		10
選修項目總學分：			100

附註：活動舉行形式(網上/實體)視乎當時疫情情況或會作出調整

(十三) 學校/機構的角色

- 委派1名教師(公民教育/德育教師為佳)/機構職員於校內/機構內統籌本計劃，並與委員會負責人聯絡及協商計劃細節；
- 招募及提名合資格學生/青少年參加計劃；
- 將委員會發出之計劃資訊(如活動安排、「無煙學堂」及「無煙行動」等相關資訊)轉發學生/青少年；

- 安排學生/青少年參加各項活動並協調當中的細節 (如時間、場地及交通);
- 歡迎學校/機構自行安排教師/機構職員參與網上活動，以了解學生/青少年的參與情況；及
- 為學生/青少年於校內或社區進行「無煙行動」及提交相關文件上提供跟進及支援。

(十四) 活動資訊平台

- 為方便負責老師/職員了解及協助各參加者參與計劃，計劃同時將使用 Microsoft Teams 發放計劃相關消息、活動資料及文件；及
- 負責老師/職員及各參與者須提供已註冊 Microsoft 帳戶之電郵地址，以便委員會將有關電郵地址加入至計劃之 Microsoft Teams 相關頻道 (每間學校/機構均設一個獨立頻道)。

查詢：

如有任何查詢，請聯絡香港吸煙與健康委員會何子瑩小姐 (2180 5138) 或林曉彤小姐 (2180 5159)。

計劃網頁：www.smokefree.hk (首頁>委員會活動>教育及學校活動>無煙 Teens 精英計劃)



Facebook 專頁：[Smoke-free Teens](#)

Instagram 專頁：[smokefree_teens](#)