

「無煙新世代」 健康講座

自1991年起，委員會到訪全港各區幼稚園、中小學及大專院校舉辦健康講座，向兒童及青少年推廣無煙信息，讓他們及早認識清和遠離煙草禍害。

及早建立正確無煙觀念

健康講座由教育幹事以生動有趣的方式主講，亦會播放短片及設問答環節，讓學生從中了解吸煙、二手煙、三手煙及另類吸煙產品的禍害、煙草商的宣傳伎倆，掌握最新的控煙資訊，如本港的控煙政策及工作。講座提供實體及網上學習兩種形式供學校選擇。網上學習版配以「無煙健康學習資源套」，讓學生善用在家學習的時間參與延伸學習，增進無煙知識。

每年約 100 間學校參與
每年逾 20,000 名學生參與



講座詳情及申請

講座對象：中一至中六學生
講座日期：全年接受申請
講座時間：每節約45分鐘
講座形式：到校主講 / 網上學習（直播 / 錄影）
講座語言：廣東話 / 英語
申請方法：填妥及遞交申請表格（最少於舉行前四星期遞交申請，費用全免）

香港吸煙與健康委員會簡介

香港吸煙與健康委員會成立於1987年，屬法定團體。《香港吸煙與健康委員會條例》（第389章）賦予以下職權，專責保障市民健康，以及提高公眾對煙草禍害之認識：

- 提高及教育市民有關吸煙與健康之知識；
- 進行或委託專人進行有關吸煙的研究；
- 向政府、社區衛生組織及社會服務團體提供有關吸煙與健康之意見。

電話：2185 6388

傳真：2575 3966

電郵：enq@cosh.org.hk

無煙大家庭 [wisemike_hk](https://www.instagram.com/wisemike_hk)

地址：香港灣仔皇后大道東183號合和中心44樓4402-03室

©2022年香港吸煙與健康委員會版權所有

2022年5月版

www.smokefree.hk

中學 無烟 活躍

2022-2023



什麼是三手煙？

- 吸煙後殘留在衣服、牆壁、家具、地氈、靠墊，甚至頭髮和皮膚等的煙草殘餘物。
- 可存留數周甚至數月。
- 由於幼兒會因處處探索去、嚥吸，較成年人更容易接觸到殘留在家具和衣物表面的有害煙草物質。
- 影響兒童呼吸系統、認知能力、閱讀能力。



「無煙新世代」
健康講座

無煙Teens
精英計劃

無煙 Teens 精英計劃

2022-2023
Smoke-free Elite Teens Programme

累積得到逾 140 間中學、
青少年中心及制服團體支持

累積培育逾 2,800 名無煙領袖

傳遞無煙信息予
超過 30 萬名學生及市民



活動策劃及實踐 無煙行動

各參加隊伍可申請委員會提供的資助金額，運用創意於校內或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。



自2012年起，香港吸煙與健康委員會(委員會)舉辦「無煙 Teens 計劃」，培育青少年多方面的才能，並傳遞最新的控煙資訊。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交流元素，讓青少年提升各項技能、增進煙害及控煙知識，裝備他們成為社區未來領袖。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。

計劃內容

計劃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，讓學生靈活參與。有關主要精彩活動，請參閱計劃詳情。

知識及技能培訓 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。活動包括實體及網上工作坊、大學參觀、訓練營及師友分享等。



體驗學習 暑期遊學團及實習

於「無煙行動」中獲得冠、亞、季軍之隊伍將有機會參與暑期遊學團，考察及了解其他城市或地區的無煙文化及控煙措施。同時，表現優異之學生更有機會到委員會參與暑期實習，有助做好生涯規劃，完成實習將獲發證書。

體驗學習 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」。團員可獲繼續參加延伸活動的機會，並協助委員會舉辦控煙活動，如展覽、遊戲攤位等，發展領袖才能，成為未來的控煙精英。

獎項及證書

隊伍：「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甄選勝出隊伍，並舉行成果發佈暨分享會，以表揚參加者對推廣無煙文化的努力，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。

個人：計劃活動設不同學分，參加者完成指定學分及「無煙行動」，將獲頒證書嘉許。

學校 / 機構：參與學校 / 機構均會獲嘉許為「無煙夥伴學校 / 機構」。

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

計劃成效

90%+ 參加者認為培訓活動提升了多方面技能及知識：

- 創意及批判思考
- 解難能力
- 領導能力
- 溝通技巧

資料來源：「無煙 Teens 計劃」2020-2021問卷調查
(委託香港大學護理學院及公共衛生學院進行)

計劃詳情

對象：由學校 / 機構提名的2021-2022學年就讀中一至中四 / 14至18歲之青少年

費用：全免 **語言：**廣東話

申請方法：

- 每年5月至6月開始接受報名，由學校 / 機構遞交參加回條
- 每間學校 / 機構最多可提名4隊，每隊由3至6人組成，男女不限
- 參加名額有限，先到先得

備註：計劃與「全方位學習」 / 「其他學習經歷」之
「價值觀教育」範疇相關

協辦：



計劃詳情及
精彩片段