

# 專題環節

## Talk 1c – Tobacco Control 專題 1c – 控煙

計劃編號：22080484

計劃名稱：清新每一 TEEN

主辦機構：東華三院越峰成長中心

### 計劃成員：

鍾燕婷（越峰成長中心主任）

### 計劃開始及完成日期：

2009 年 4 月 1 日至 2011 年 3 月 31 日

### 目的 / 目標：

1. 提升中一至中三的學生對吸煙禍害及健康生活的認識；
2. 提升有吸煙行為青少年的戒煙動機；
3. 協助有吸煙習慣青少年戒煙及建立健康生活。

### 對象 / 受惠者：

香港島及離島中一至中三學生（當中包括有吸煙危機及吸煙習慣的學生）

### 計劃活動內容及成效：

#### 基層預防

活動 / 推行大綱	預期及實際參與人數	效益 (問卷調查方式)
清新 Teen 堂主題性講座 講座內容以吸煙禍害及健康人生價值觀為主，當中會加插一色有獎問題遊戲及角色扮演以加強趣味性。	7,913 名學生	超過 80% 的參加者認為講座能增加他們對吸煙禍害的認識，並同時有超過 80% 參加者表示講座能夠幫助他們拒絕吸煙引誘，建立健康生活。
清新校園好 Teen 氣日 於午膳時間在校內擺放禁煙展板，及為學生提供體適能及心肺功能測試，以助他們認識吸煙禍害、控煙法例及健康生活的重要。	約 15,000 名學生	收回 3,454 份問卷，當中有約高達 89% 參加者認為展覽能增加他們對吸煙禍害的認識。
海報設計比賽 讓青少年設計他們心目中具吸引力的海報以宣傳拒煙訊息，並把得獎作品印製及送到香港島及離島區各間中學張貼，宣傳拒煙訊息。	共 159 位學生參與	/

#### 中層介入

活動 / 推行大綱	預期及實際參與人數	效益 (問卷調查方式)
晴 TEEN 小組 以小組遊戲、分享、影片播放方式協助青少年了解個人吸煙的原因，食煙草的謬誤及思考長遠吸煙的利弊，以提升他們戒煙的動機。同時社工會協助組員於校內以義工身份，籌辦展覽活動以推廣戒煙訊息及把所學的內化為個人的戒煙動力。	114 位有吸煙行為或高危學生	有 79% 參加者在參與活動後表示已經嘗試減少吸煙。
「至 In、晴 Teen」無煙生活體驗營 透過 4 日 3 夜的體驗營，讓參加者有機會體驗無煙生活的好處。以歷奇活動及團體合作遊戲，增強參加者個人解決問題能力，指導他們拒絕技巧，並協助他們訂立生活目標及計劃。	61 位有吸煙行為學生	超過 70% 的參加者認為參與體驗營能夠增加他們的戒煙動機及有超過 70% 的參加者願意嘗試戒煙之路，以及願意讓社工跟進他們的戒煙進度。



## 深層介入工作

活動 / 推行大綱	預期及實際 參與人數	效益 (問卷調查方式)
青少年戒煙服務輔導 以個別轉導的形式，協助參加者戒除煙癮。	30 位 學生願意接受轉導服務	有 15 位參加者能停止吸煙行為達最少兩個月。

### 總結：

本計劃主要透過不同的方式，包括：講座、展覽，以及小組活動，向參加者講解吸煙對身心和身邊的人所帶來的禍害，指導他們如何建立健康的生活模式及其重要性。此外，除了宣傳健康生活訊息外，本計劃更刻意安排當中有吸煙習慣的參加者體驗無煙的健康生活，讓他們有機會參與 4 日 3 夜的「至 In、晴 Teen」無煙生活體驗營，當中社工鼓勵及提醒他們必須遵守營內的規則，不可吸煙，並安排不同類型的歷奇活動及團體遊戲給他們，以提升他們戒煙的動機。離開體驗營後，更繼續為他們舉辦健康活動及提供輔導服務，以協助他們戒除吸煙的習慣。可見此計劃透過基層、中層及深層三個層面的介入服務，協助青少年遠離吸煙的禍害。