

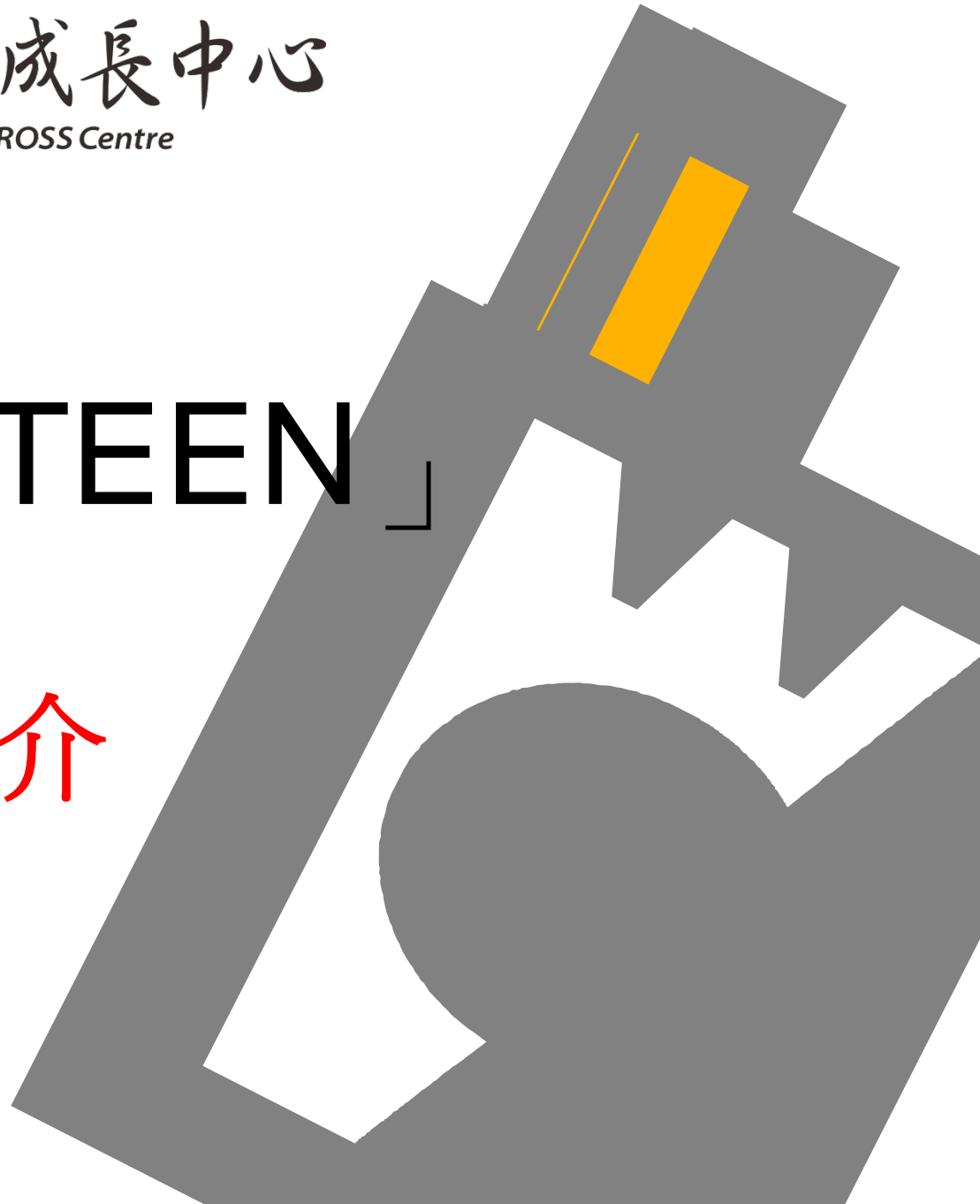


東華三院越峰成長中心

Tung Wah Group of Hospitals CROSS Centre

「清新每一TEEN」

計劃簡介



計劃背景

計劃名稱：「清新每一TEEN」計劃

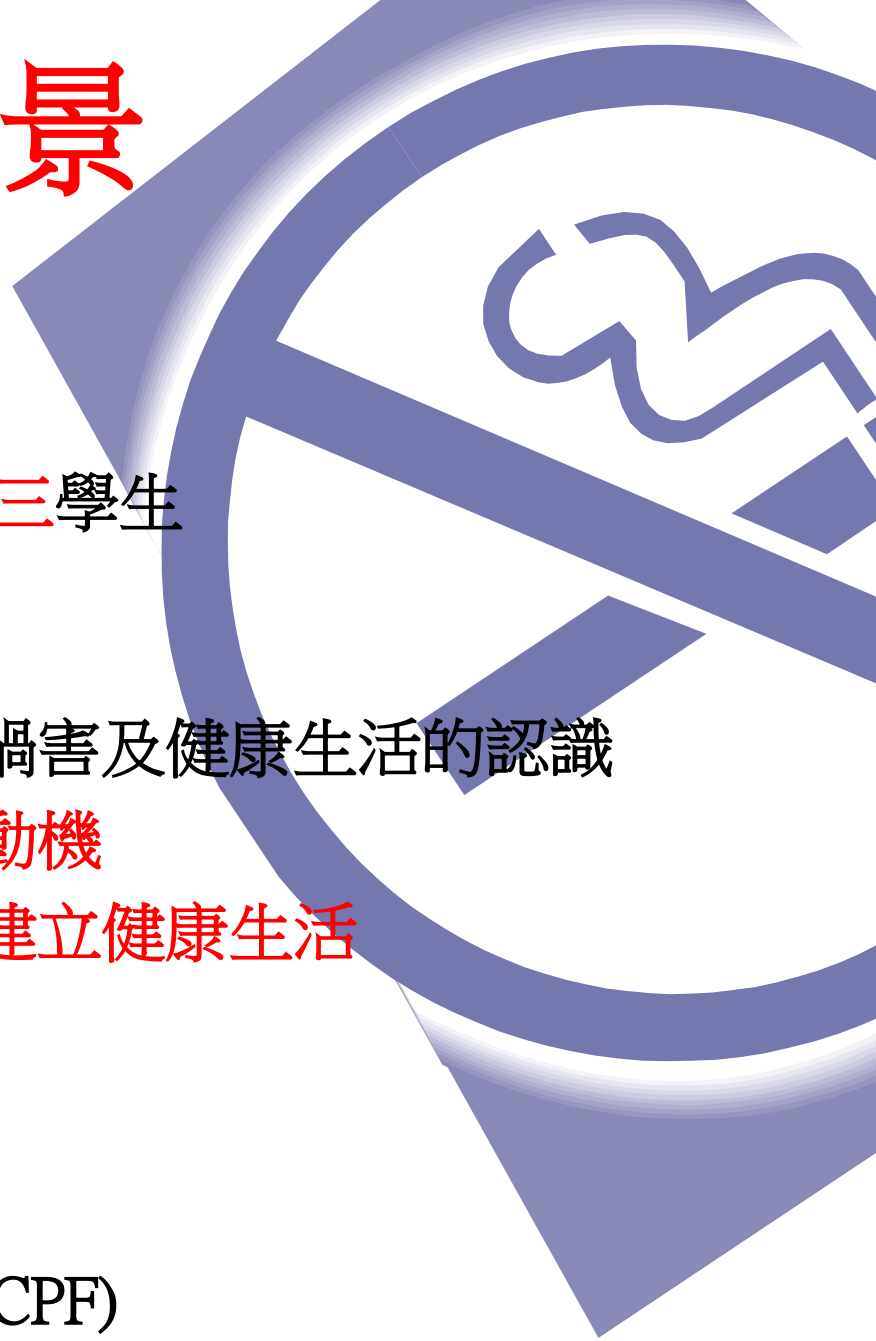
服務對象：港島及離島區中一至中三學生

計劃目的：

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

計劃推行時段：4/2009-3/2011

撥款基金：健康護理及促進基金 (HCPF)



計劃內容摘要

1. 基層預防

項目	內容	對象
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，當中會加插一些有獎問答遊戲及角色扮演以加強趣味性。	中一至中三學生
清新校園好Teen 氣日	於午膳時間在校內擺放禁煙展板，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。	中一至中三學生
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 。得獎作品將會被印裝，並在港島及離島區的各間中學張貼，宣傳拒煙訊息。	中一至中三學生

2. 中層預防

項目	內容	對象
晴Teen 小組 (治療小組)	<p>以小組遊戲、分享、影片播放方式協助參加者了解個人吸煙的原因，吸煙的謬誤及思考長遠吸煙的利弊，並鼓勵他們訂立可行的戒煙計劃。</p> <p>安排參加者參與義工服務，鼓勵他們善用時間，令生活更充實及有意義。</p>	有吸煙行為的中一至中三學
「至In、晴Teen」 無煙生活體驗營 (4日3夜)	<p>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及協助他們訂立生活目標及計劃。</p> <p>指導參加者拒絕技巧，並透過小組活動讓他們有機會練習所學的技巧，也讓參加者有機會體驗無煙生活的好處。</p>	有吸煙行為，並願意嘗試無煙生活的中一至中三學校

3. 深層介入工作

項目	內容	對象
清新每一Teen-青少年戒煙服務輔導	以個別輔導的形式，透過動機式面談及醫療轉介，協助參加者戒除煙癮。	曾參與無煙生活體驗營的參加者



計劃成效

整體數字:

1. 計劃共服務52間香港島及離島區中學
2. 計劃共舉辦178節主題性講座、反吸煙展覽、治療小組以及無煙體驗宿營等活動
3. 共20,000名中學生受惠



個別活動成效

1. 基層介入

項目	服務節數/人數	成效指標
清新Teen 堂主題性講座	參與中學數目: 30間 參與學生數目: 7913名 共提供講座節數: 30節	1. >80%參加者認為講座能增加他們對吸煙禍害的認識 2. >80%參加者表示講座能夠幫助他們拒絕吸煙引誘
清新校園好Teen 氣日	參與中學數目: 30間 參與學生數目: 15,000名 共提供展覽服務節數: 36次	>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	參與中學數目: 12間 參與學生數目: 159名 收回作品數目: 103份	當中揀選了3份得獎作品，各印製成大型海報100份，並送往港島及離島區各中學張貼。

個別活動成效(續)

2. 中層介入

項目	服務節數/人數	成效指標
晴Teen 小組 (治療小組)	參與學生數目: 114名 共提供小組數目: 13個(共78節)	<ol style="list-style-type: none">1. >79% 參加者在參與活動後表示已經嘗試減少吸煙2. 整體參加者對吸煙禍害的認識及處理吸煙問題的態度上均有正面的改變，並已實踐減少吸煙(詳見後表)
「至In、晴Teen」 無煙生活體驗營 (4日3夜)	共舉辦體驗營: 4次 參與學生數目: 61名	<ol style="list-style-type: none">1. >80%參加者表示活動增加了他們對吸煙禍害的認識2. >70%參加者認為參與體驗營能夠增加他們的戒煙動機3. 雖然有約48%參加者感到實行戒煙計劃有困難，但平均>70%參加者願意嘗試戒煙及讓社工跟進戒煙進度。

附表：參加者活動前與活動後問卷結果比較

	活動前 贊成%	活動後 贊成%	相差 %
1.我認爲我不是時常吸煙	57	65	+8
2.我已經嘗試減少吸煙	65	79	+14
3.我享受吸煙時的感覺，但承認有時吸得太多	65	28	-37
4.有時我認爲有需要減少吸煙	57	65	+8
5.反省我的吸煙情況是浪費時間的	36	50	+14
6.我最近轉變了吸煙的習慣	43	58	+15
7.很多人都只在談論減少吸煙，但我已經開始實行減少吸煙	36	65	+29
8.我現在處於減少吸煙的階段	36	64	+28
9.有時候我認爲吸煙是一個問題	36	79	+43
10.我認爲沒有需要改變我的吸煙習慣	14	14	0
11.我現在落實改變我的吸煙習慣	22	50	+28
12.減少吸煙對我來說並沒有任何意義	29	14	-15

嘗試減少吸煙↑ 14%

認爲有需要減少吸煙↑ 8%

處於減少吸煙階段↑ 28%

落實改變吸煙習慣↑ 28%

活動成效(續)

1. 深層介入工作

項目	服務節數/人數	成效指標
清新每一Teen-青少年戒煙服務輔導	<ol style="list-style-type: none">1. 完成小組活動及體驗營後，共有30位學生(23男7女)願意接受進一步的戒煙輔導2. 這30位青少年並繼續參與了中心舉辦的健康生活活動，包括遠足、燒烤、看日出、射擊訓練等	<ol style="list-style-type: none">1. 當中15位參加者能停止吸煙行為達最少兩個月2. 當中10位願意接受戒煙輔導服務的學生舉辦「Wild 煙 Out露營3. 當中8位願意接受戒煙輔導服務學生舉辦「無煙不吹射擊體驗」4. 當中8位願意接受戒煙輔導服務學生舉辦「奇趣樂日」

計劃單張

查詢及聯絡

電話 2884 0282

地址 香港筲箕灣寶文街6號東華三院方樹泉
社會服務大樓9樓

電郵 csdcross@tungwah.org.hk

網址 <http://crosscentre.tungwahcsd.org>

健康護理及促進基金委員會 贊助

中心簡介

東華三院越峰成長中心成立於2002年10月，以協助青少年確立自我價值、抗拒毒品誘惑、建立健康人生為目標。

計劃簡介及目標

現時大部份有吸毒習慣的青少年均從吸煙開始，為了預防這個危機，本計劃設計了一系列不同類型的活動以協助青少年減低吸煙的機會，及協助有吸煙習慣的青少年明白吸煙對身體的禍害，從而推動他們戒除吸煙的習慣，為健康成長作好準備。

服務對象

港島及離島區的青少年



Tung Wah Group of Hospitals
CROSS Centre

東華三院越峰成長中心
CROSS Centre



清新每一-TEEN計劃

愛秩序灣道

東區走廊

筲箕灣地鐵站A2

望隆街

筲箕灣東大街

東華三院
越峰成長中心

寶文

愛秩序街

金華街

巴士總站

計劃 活動 內容

清新校園好TEEN氣日

內容：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

形式：展板、身體檢查、有獎問答遊戲

人數：不限

時間：約1小時(午膳時間)

清新TEEN堂

內容：中心專業社工處理青少年吸煙的問題

形式：個別面談

人數：不限

時間：每節1至1.5小時

海報設計比賽

內容：讓參加者設計他們心目中具吸引力的海報以宣傳拒煙訊息，得獎作品將會被印製，並在香港島及離島區中學張貼，宣傳拒煙訊息

形式：比賽

人數：不限



「至W、晴TEEN」無煙生活體驗營

內容：以歷奇活動及團體合作遊戲，增強參加者的個人解決問題能力及協助他們訂立生活目標及計劃；指導參加者拒絕技巧，並透過小組活動，讓他們有機會練習所學的技巧；亦讓參加者有機會體驗無煙生活的好處

形式：體驗營

人數：20人

時間：四日三夜

晴TEEN小組

內容：協助參加者了解個人吸煙原因，吸煙的謬誤及思考長遠吸煙的利弊，並鼓勵參與義工服務，善用時間，令生活更充實及有意義

形式：小組遊戲、分享、影片播放、義工服務等

人數：8-10人

時間：6節(約共9小時)

個案輔導

內容：中心專業社工處理青少年吸煙的問題

形式：個別面談

人數：不限

時間：每節1至1.5小時

總結



1. 學校對預防青少年吸煙服務計劃的有需求，其中學校較為著重基層及中層介入服務
2. 學生的心理依賴比生理依賴較強，可舉辦預防性的健康生活活動，培養學生健康的興趣
3. 加強健康無煙生活的宣傳