



## 家校參與系列

學校與家庭的參與是建立無毒校園文化的重要一環，透過舉辦不同形式的講座、工作坊及培訓課程，讓家長及教師們認識毒品及其他成癮資訊，從而認識青少年的身心發展需要、辨識吸菸及其他成癮危機，有效建立緊密及互信的關係，家校攜手一同支援青少年健康成長。

### D1 「家・連繫」家庭活動

活動形式：展覽/講座/工作坊/親子活動

- 提升家長對青少年需要的認識
- 創造親子溝通平台，促進彼此關係

透過不同形式活動向家長分  
享有關青少年成長需要的資  
訊，提升溝通及管教技巧，  
讓家長更有信心協助子女健  
康成長，提升抗逆能力。

### D2 「健康校園」教師工作坊

活動形式：展覽/講座/團隊培訓

- 提升教師對毒品資訊的認識，從而加  
強處理學生面對吸菸/成癮迷思時的  
應對能力及信心
- 促進教師認識建立健康生活的重要性

向教師提供預防學生吸食毒  
品及行為成癮的培訓，讓教  
師掌握精神健康與毒品之間  
的連繫，提升教師建立「健康  
校園」的能力。

## 東華三院心瑜軒

一般查詢：2827 1408

戒癮輔導專線：2827 1000

傳真：2877 9559

電郵：[icapt@tungwah.org.hk](mailto:icapt@tungwah.org.hk)

地址：灣仔駱克道193-197號東超商業中心15樓

Let's Shine Instagram

心瑜軒 Facebook

心瑜軒 Website

禁毒處  
健康校園計劃  
Website



## 計劃簡介

由禁毒基金資助的「健康SUN動力」健康校園計劃，自2011年起為多間中學提供以校為本的多元化校園活動，以及學生自願參與的校園檢測服務。本計劃由專業社工及護士團隊提供毒品預防教育及支援工作，促進學生整全發展以鞏固他們遠離毒品的決心，建立無毒校園文化；觸發曾接觸毒品學生的求助動機，為有需要的學生、家長及教師提供適切支援。

## 計劃目標

- 1) 提升學生及其家庭抗逆力
- 2) 強化學生於建立健康校園的角色及參與度
- 3) 支援學校實踐校本健康校園政策
- 4) 推廣整全健康(身、心及社交健康)，  
共同建立健康無毒的校園文化



東華三院  
Tung Wah Group of Hospitals

Institutionalized on  
Addiction Prevention & Treatment

心瑜軒

Institutionalized on  
Addiction Prevention & Treatment

健康  
SUN  
動力

Let's SHINE

禁毒基金  
BEAT DRUGS FUND

贊助



## 服務模式

本計劃以三層模式及六大主題項目配合學校健康校園政策發展，支援在健康校園政策中以「提升精神健康」、「預防吸菸」或「預防成癮」的發展導向，展開分層預防服務，以切合不同學生需要。

- 01 毒品知識及預防成癮資訊
- 02 青少年正向發展
- 03 社交及人際相處
- 04 生命及社區探索
- 05 家長及教師培訓
- 06 自願性測檢



## 伙伴學校

2022/2023學年與心瑜軒合辦健康校園計劃學校名單(排名不分前後)

港島及離島區官立中學

- 何東中學
- 仁書院
- 英皇書院
- 金文泰中學
- 長洲官立中學
- 葆箕灣官立中學
- 蒲箕灣東官立中學
- 許羅士女子中學
- 鄭肇堅維多利亞官立中學

東華三院旗下中學

- 東華三院黃笏南中學
- 東華三院李潤田紀念中學
- 東華二院張明添中學
- 東華三院陳兆民中學
- 東華二院辛亥年總理中學
- 東華二院若渝夫人紀念中學
- 東華三院清潔麗亭中學
- 東華三院黃鳳翎中學
- 東華三院邱金元中學
- 東華二院邱子田紀念中學
- 東華三院申寅年總理中學

東華三院李嘉誠中學

- 東華三院吳祚川紀念中學
- 東華三院郭一蒼中學
- 東華三院盧幹庭紀念中學
- 東華三院呂潤財紀念中學
- 東華三院鄧錦坤伉儷中學

津貼及資助學校

- 中華基督教公理高中書院
- 中華基督教會燕京書院
- 中華基督教會扶輪中學
- 中華傳道會劉永生中學
- 可立中學(善德團主辦)
- 可道中學(善德團主辦)
- 佛教筏可紀念中學
- 佛教向善中學
- 佛教慈幼紀念中學
- 余振堯紀念第二中學
- 香港教育工作者聯會黃楚標中學
- 香港道教聯合會圓玄學院第三中學
- 香港道教聯合會青松中學
- 香港航海學校

- 瑪利諾中學
- 德善中學
- 明愛莊月明中學
- 新會商會陳白沙紀念中學

提供校園測檢服務

- 伊利沙伯中學舊生會中學
- 伊利沙伯中學舊生會湯國華中學
- 佛教黃鳳翎中學
- 鐘聲慈善社胡陳金枝中學
- 九龍三育中學
- 西島中學
- 基督書院
- 香港神託會培敦中學
- 獅子會中學
- 慕光英文書院
- 順德聯誼總會鄒裕彤中學
- 妙法寺劉金龍中學
- 培僑中學

共服務 58 間學校

# 4大活動策略

本計劃分別以四大活動策略的形式推行以校為本的多元化校園活動，推廣整全健康，幫助學生達致身、心及社交健康。計劃為家長及教師提供專業培訓，共同為學生建立健康校園。



## A 資訊教育系列

透過提供禁毒及其他預防成癮等資訊，以多元活動日、講座及工作坊等，提升學生對毒品及其他成癮問題的認識及警覺性，並認識建立健康生活的重要性，推廣「無毒健康校園」文化。

### A1 健康生活講座

活動形式：講座/工作坊

- 增加學生對禁毒資訊及成癮的認識
- 明白建立健康生活模式的重要性

活動提供以校為本的專題講座/工作坊，如：大麻及其他新興毒品資訊、電子煙、網絡成癮或精神健康等。透過互動環節及資訊講解，讓學生明白如何預防成癮，更關注個人身、心及社交健康。

### A2 抗毒健康360活動日

活動形式：展覽/活動日/攤位遊戲/健康檢查

- 提升學生健康意識和對毒品的警覺性
- 推廣「無毒健康校園」的文化

活動配合學校的主題訊息，設計多元化的攤位活動，揉合運動及靜觀的元素，讓不同特質的學生也能投入其中。在輕鬆、互動的氣氛下，讓學生加深對毒品及其他成癮問題的禍害，從而推廣「無毒健康校園」的文化。

### A3 學生創作比賽

活動形式：問答比賽/創作比賽

- 增強學生於校園的自主性及參與度
- 宣揚「健康校園文化」的訊息

活動會與校方共同擬定年度主題，如「拒絕大麻」、「無毒校園」、「情緒健康」等。而比賽形式可分為問答挑戰或作品創作，如班際問答比賽、標語、海報、紀念品、徽章、短片或微電影等。由本單位及校方代表共同評分，得獎作品可印製紀念品以供全校派發，及作為計劃宣傳及教育用途。

## B 社交情緒系列

以社會情緒學習(SEL)為框架，強調提升自我覺察、社會覺察、自我管理、人際關係技能及作負責任的決定等核心能力。活動提供不同興趣技能培訓、成長小組、自我探索工作坊及歷奇體驗活動等，提升學生對自己的認識及自我價值，以及培訓學生與人溝通、相處和合作的能力，從而提升學生的抗逆力。

### B1 健康校園KOL

活動形式：第一階段：領袖訓練

第二階段：戶外歷奇活動

第三階段：籌備/實踐/成果分享

- 培訓學生與人溝通、相處和合作的能力
- 提升學生積極面對各種困難及挑戰的能力

「健康校園KOL」希望透過一系列的培訓，建立學生的自信及領導才能，促進其團隊建立，從而有效帶領或支援校內/社區的健康生活活動及宣傳。

### B2

## “Better Me”情緒支援小組

活動形式：小組

- 提升學生對自身情緒的認識
- 協助學生以適當的方式表達情緒，避免以不當方式(如吸毒)抒發情緒



小組主要支援有情緒困擾、人際相處出現困難或高危青少年，提供一個空間讓學生學習表達和抒發情緒，透過不同媒介如：藝術、音樂或運動等方式，以健康的方式抒發情緒。

### B3

## “Better Life”生活重整小組

活動形式：小組

- 加強學生對成癮問題的認識和警覺性
- 協助學生重建健康生活模式



為了及早識別及支援有成癮危機的學生(包括：吸毒、沉迷網絡遊戲、吸煙、飲酒等)，小組會提供針對性支援服務，協助學生避免跌入成癮的陷阱，藉此建立支援網絡，並建立良好的生活習慣及興趣。

### B4 才藝培訓

活動形式：小組/工作坊

- 培養及發展學生的才能和興趣
- 提升學生的自信心及成功感



為了建立學生不同的興趣，發掘自身能力，本計劃為學生安排多元化的興趣班，如咖啡拉花、藍染、玻璃盆景或皮革等。當發掘到學生需要及才能後，亦會透過長時間的班組，讓他們鞏固所學的技能，並藉學校提供的實踐平台(如家長日攤位、開放日攤位或校慶活動日等)，讓學生發揮及實踐所學，建立成功感及能力感。

## C 生命及社區探索系列

為了讓學生掌握生命的意義及擴闊其社區視野，活動以不同類別的義務工作及生命體驗，讓學生接觸及了解不同社區人士的經歷，如：戒毒人士、更生人士及弱勢社群，從別人的生命故事或親身體驗中，培養同理心及反思人生的意義。

### C1 「親歷親為」探訪團

活動形式：參觀/義工服務/社區探訪

- 提升學生的自我效能感
- 協助學生建立對社區的歸屬感

學生透過自行計劃及決策，為社區人士安排一系列活動、遊戲或表演，陪伴有需要組群，建立自我價值，同時提升學生對社區的歸屬感，加強學生與社區的連繫。

### C2 “Another Life”體驗活動

活動形式：生命體驗活動

- 透過不同活動促進學生反思生命的意義，建立正面積極的價值觀

透過安排不同主題性的生命體驗活動，例如參觀住院式戒毒機構、「黑暗中對話」體驗館、人道教育中心體驗活動、預防犯罪教育活動、高齡體驗活動等，讓學生認識不同生命故事中順逆處境，反思人生價值取態，從而作出適合自己的抉擇，抵抗毒品及其他成癮誘惑，建立屬於自己的健康人生。

### C3 「自我探索」工作坊

活動形式：性格測試/職業分享/模擬人生體驗

- 發掘並了解自身強項、限制及獨特性

透過互動工作坊的形式，讓學生了解自己的價值觀、興趣、能力等，從中探索自己的人生目標，使學生建立正確的人生觀及價值觀，並遠離毒品。

### C4 「健康SUN動力」全港抗毒健康日

活動形式：嘉年華/學生藝術展

- 創造平台讓學生向公眾宣揚健康生活資訊，鞏固學習成果並建立正面社區文化

-透過大型嘉許禮肯定學生的努力，建立正面的個人價值

由本計劃社工帶領學生設計及推廣健康生活訊息，並向社區人士宣傳無毒健康資訊，同時向各校參與「健康校園KOL」及「全港抗毒健康日」的學生進行嘉許，以表揚學生在校內及社區推動健康生活的付出。

更多活動  
在後頁