

**香港吸煙與健康委員會**  
**「無煙 Teens 精英計劃」2024-2025 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」，及後更新為「無煙 Teens 精英計劃」，並由教育局協辦，至今得到逾 180 間中學、青少年中心及制服團隊支持，累積培育逾 3,100 名青少年領袖。計劃透過多元學習模式，以及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「無煙學堂」及「無煙行動」以多元學習模式，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、創意及慎思明辨、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 2023-2024 學年就讀中一至中四之青少年

- 附註：
- 從未參加本計劃者優先，名額有限，額滿即止
  - 每間學校/機構最多可提名 4 隊，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：2024 年 9 月 13 日

遞交個人參加表格及家長同意書：2024 年 9 月 13 日

**(八) 計劃時期：2024 年 10 月至 2025 年 8 月**

### (九) 個人證書嘉許

參加者需完成「無煙學堂」和「無煙行動」，以及出席成果發佈暨分享會，按其完成之項目數目頒發精英證書或參與證書。

學生可透過「無煙學堂」及「無煙行動」取得學分，學分計算方法於稍後發放予負責老師/職員。

|      |                                   |
|------|-----------------------------------|
| 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 |

### (十) 隊伍獎項

按隊伍完成之「無煙行動」計劃書和報告，以及成功舉辦的無煙活動數目，頒發金、銀、銅獎。有意角逐冠、亞及季軍之隊伍，則需提交短片供委員會評審。委員會將按其創意度、無煙信息表達清晰度及活動成效作評分，並甄選勝出隊伍，而隊伍的總學分亦是委員會評判決定「無煙行動」各獎項時的考慮因素之一。

|          |   |
|----------|---|
| 角逐冠、亞及季軍 | 完成「無煙行動」計劃書及報告，並成功舉辦至少五項無煙活動，以及提交一段 5 至 10 分鐘的短片介紹其活動 |
| 金獎獎狀     | 完成「無煙行動」計劃書及報告，並成功舉辦至少五項無煙活動                          |
| 銀獎獎狀     | 完成「無煙行動」計劃書及報告，並成功舉辦至少三項無煙活動                          |
| 銅獎獎狀     | 完成「無煙行動」計劃書及報告，並成功舉辦至少一項無煙活動                          |

委員會將於 2025 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 2025 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 |

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、創意及慎思明辨、組織及策劃能力、團隊合作，以及溝通及衝突管理等。

「無煙學堂」包括：無煙精英迎新營（一天實體）、網上課堂（每節約 35 分鐘）、無煙精英大本營（一天實體），以及成果發佈暨分享會。（見（十二）計劃活動一覽）

## 2. 無煙行動

各參加隊伍可向委員會申請資助，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。

參加者須以隊伍形式於學校或社區策劃及籌辦至少一個「無煙行動」之活動，宣傳及推廣無煙健康生活的信息，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。活動形式不限，可以網上或實體形式進行。

每隊最高可獲資助港幣一千元正，以支持獲批撥款的行動開支項目。委員會進行活動報告評審，逾時遞交將被取消角逐獎項之資格，並審核支出單據及安排發放資助(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)。資助將於提交活動報告及審核支出單據後，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。(見(十二)計劃活動一覽)

## 3. 遊學團及實習

委員會將邀請於「無煙行動」中獲得獎項之隊伍在 2025 年暑假期間參加遊學團，考察及了解其他城市或地區的無煙文化及控煙措施。同時，表現優異之同學更有機會到委員會參與暑期實習(需接受面試遴選)，接觸委員會的機構日常營運，並參與有意義的無煙推廣項目計劃，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：2025 年暑期遊學團地方擬定為澳門，但視乎當時情況或會作出調整。*

## 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 (暫定)  |
|--------------|---------------------|---|--|
| 無煙學堂         | <b>必修項目</b>         |   |  |
|              | 2024年10月<br>(暫定)    | 完成基線問卷調查  | 了解參與計劃前之情況   |
|              |                     | 無煙精英迎新營 (一天實體)  | 「無煙 Teens 精英計劃」計劃簡介、大學或戒煙機構參觀及分享參觀、戒煙輔導技巧工作坊、「無煙行動」簡介及討論                 |
|              | 2024年10月至11月        | 觀看網上必修課堂及完成作業   | 「無煙行動」活動計劃書及報告書撰寫、策劃及宣傳工作坊、吸煙引致的疾病及破解煙草商營銷手法、香港吸煙人口趨勢及煙草產品的禍害、世界各地的控煙工作、 |
|              |                     | 完成「無煙學堂」問卷調查  | 評估「無煙學堂」之成效  |
| 2024年12月中至下旬 | 無煙精英大本營 (一天實體)      | 訓練團隊合作、溝通、領袖及解難                                       |  |
| 無煙行動         | 2024年10月18日或之前      | 完成遞交「無煙行動」活動計劃書及物資申請                                  | 活動策劃及實踐  |
|              | 2024年10月            | 委員會審核及確認計劃書、資助及物資申請<br>(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) |  |
|              | 2024年10月至2025年2月14日 | 根據獲批計劃書於校內或社區進行相關宣傳及推廣活動,完成至少一個活動                     |  |
|              | 2025年2月14日或之前       | 完成遞交「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       |  |
|              |                     | 完成計劃問卷調查  | 評估計劃對參與者之成效  |
| 成果分享         | 2025年5月             | 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   |

| 選修項目 |   |   |                       |
|------|---|---|-----------------------|
|      | 2024 年 10 月至 11 月                           | 觀看網上選修課堂及完成作業                                 | 手機拍攝技巧宣傳工作坊、升學及生涯規劃分享 |
|      | 2024 年 10 月至<br>2025 年 2 月 14 日<br>(社交媒體項目) | 於參與計劃期間追蹤委員會之社交媒體 (Instagram: wisemike_hk)    |                       |
|      |   | 於參與計劃期間追蹤計劃之社交媒體 (Instagram: smokefree_teens) |                       |
|      |   | 於個人社交平台分享最少兩項無煙信息                             |                       |

### (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 Google Classroom 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 Google 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 Google Classroom 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黎悅華女士或陳浩銘先生 ( 2180 6388 )。

計劃網頁：[www.smokefree.hk](http://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](https://www.facebook.com/Smoke-free-Teens)

Instagram 專頁：[smokefree\\_teens](https://www.instagram.com/smokefree_teens)