



東華三院 越峰成長中心



越峰領航員計劃 2

無毒健康校園支援計劃

東華三院越峰成長中心

地址：香港筲箕灣寶文街六號東華三院方樹泉社會服務大樓九樓

電話：2884 0282 傳真：2884 3262

網址：<http://crosscentre.tungwahcsd.org> 電郵：csdcross@tungwah.org.hk

督印人：鍾燕婷

印刷數量：500份

印刷日期：2009年10月



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。得蒙各學校的支持，中心自成立以來，每年也為港島及離島區超過七成半的中學提供不同形式的健康生活活動。今年，中心繼續支援學校建立「無毒健康校園」，除了特設「學校支援隊伍」外，更設計了一系列的精彩活動，旨在為青少年的健康成長作好準備。

活動名稱：認識多一「D」

內容：講解香港青少年現今吸食危害精神毒品的禍害及文化，並教授學生拒絕毒品誘惑的方法和技巧。

形式：講座
人數：不限
時間：1小時

活動名稱：個案輔導

內容：中心專業社工及臨床心理學家專責處理學生吸食危害精神毒品問題。

形式：個別面談
人數：不限
時間：每節1至1.5小時

活動名稱：Everybody, Check Your Body!

內容：於午膳時間，透過身體檢查，讓學生了解自己的身體狀況，並能認識到吸食危害精神毒品對身體健康所帶來的禍害。身體檢查項目

包括：量血壓、血氧量及皮膚水份測試等。
形式：展覽 / 有獎問題遊戲 / 身體檢查站
人數：不限
時間：約1小時(午膳時間)

活動名稱：健康生活小組

內容：於小組活動中，協助青少年了解危害精神毒品的知識及禍害，遠離毒品，建立健康美好的生活。

形式：小組
人數：6-8人
時間：約1小時

活動名稱：清新每一TEEN

內容：透過不同類型活動協助有吸煙習慣或屬會吸煙的高危青少年明白吸煙對身體的禍害，從而推動他們戒除或遠離吸煙的習慣，為健康成長作好準備。

形式：展覽 / 身體檢查站 / 有獎問答遊戲 / 講座 / 小組 / 體驗營 / 個案輔導
*詳情請參閱隨附「清新每一TEEN」計劃單張

活動名稱：0% zone - 酗酒教育講座

內容：讓青少年瞭解飲酒的禍害，提高青少年對酒精的認識，及酒治療的途徑，以預防青少年「豪飲」或「酗酒」問題。

形式：講座
人數：不限
時間：1小時

活動名稱：壓力溫度計

內容：面對大量功課、測驗，以及公開考試令不少學生感到壓力，有學生為逃避讀書壓力而選擇逃學，部份甚至不惜借用危害精神毒品來麻醉自己。本講座將講解處理壓力的方法，與學生一起窺探他們的精神健康，為迎接更多的挑戰作好準備。

形式：講座
人數：不限
時間：1小時

活動名稱：「魔鏡·魔鏡·邊個最靚」

內容：「瘦就是美」是時下傳媒所吹噓的價值觀，這導致不少青少年為了確定自我價值，不惜吸食危害精神毒品或濫用減肥產品去達至「美」的標準。本講座將為學生講解各類危害精神毒品的禍害及揭示各減肥健美產品的成份及副作用，以協助學生以正確的方法，達至健美的效果及建立正面的自我形象。

形式：講座
人數：不限
時間：1小時

活動名稱：度身訂造服務

內容：按個別學校的需要，訂立合適的活動。

*除「度身訂造服務」外，以上活動費用全免
如貴校對以上活動有興趣，歡迎致電2884 0282與我們的當值社工聯絡，以取得更詳細的資料。

煙

健康

