



社區藥物教育輔導會
Community Drug Advisory Council



本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest

中學健康教育活動

2025-2026年度



費用全免

下載活動申請表格：<http://www.cdac.org.hk>
(如活動資助限額已滿，須酌量收費)

活動主題

F1. 情緒壓力Emo治

認識情緒健康和壓力，評估自己的情緒健康和壓力狀況；

了解回應壓力的各種方式及其利弊，特別是以煙酒毒減壓帶來的問題；

認識和體驗正確應對壓力的方法。

F2. 朋「誘」吸毒

探討朋輩的重要性；

理解正面及負面的朋輩影響；

學習應對朋輩壓力的技巧。

Best friend

F3. 吸·癮

拆解有關大麻、電子煙和啟靈藥的迷思；

認識不同成癮物質帶來的問題；

了解成癮行為背後的需要和正確的應對方法。

F4. 毒「+」試愛

建立「愛」與「性」的正面價值觀，特別是互相尊重和自愛；

探討「愛」與「性」背後的需要未被滿足可帶來的危機，包括吸毒和其他成癮行為；

認識毒品派對的危機和正確應對方法。

F5. 男神女神是如何煉成的

認識自我質疑和負面標籤帶來的問題，包括錯誤使用減肥藥和受朋輩影響而接觸煙酒毒；

學習接納自己的特質和應對負面標籤，建立正面的自我形象。

F6. 社交媒體網絡陷阱

透過案例和網絡現象，認識社交媒體和網絡上潛藏的陷阱；

辨識涉及金錢和性愛的勒索和欺騙，學習抗拒毒品、不良活動等誘惑。

F7. 學生法律教育

透過法律和案例，講解罪犯如何引誘青少年犯罪，以及青少年犯罪須面對的刑責和後果，特別是毒品相關罪行。

(如講座由律師提供或須收費)

F8. 戒毒康復人士分享

由戒毒康復人士分享吸毒和犯罪過程當中的迷失和掙扎及改變過程中經歷和克服的困難，加強學生堅拒毒品的決心，探討毒品以外尋求快樂和減壓的出路。

F9. 禁毒嘉年華

透過遊戲加強抗毒意識；

透過身體檢測提升健康意識。

(學校需自行準備學生禮物及安排義工負責攤位活動。)

F10. 健康大使訓練小組

提供健康和抗毒教育培訓；

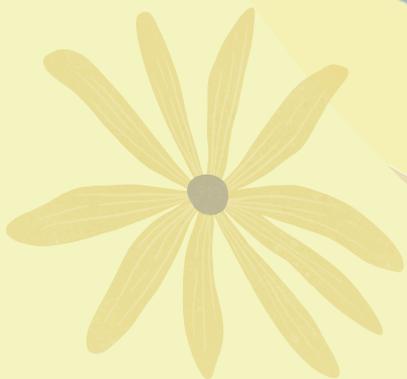
訓練參加者設計及執行健康攤位遊戲；

透過服務加強組織和社交能力。

F12. 健康教育易拉架展覽

學校可借用不同主題的易拉架，讓學生認識健康生活及藥物的知識；

當中學生可透過完成小任務，將知識活學活用，實踐無毒健康生活。



教師支援

G1. 新興成癮物質的應對

- 讓教職員了解電子煙和新興成癮物質的發展對學校的啟示；
- 如何辨識學生吸食新興成癮物質，如「依托咪酯」。
- 如何處理和預防學生誤用成癮物質。



社區藥物教育輔導會於1985年成立，一直致力「從小著手」，推行以「健康為中心」的抗毒教育，透過多元化的到校活動，在知識、態度及技巧方面上，照顧兒童及青少年不同階段的身心發展及需要之餘，亦希望加強參加者抗毒意識及能力，建立正向健康生活。學校及跨專業伙伴的支援同樣不可或缺，為此，本會著重與學校包括老師、社工及家長攜手合作，共同裝備及建立資源網絡，深化抗毒教育，讓正向健康生活的種子在每個成長階段紮根茁壯。

如有查詢，請透過以下電話或電郵與本會同工聯絡。

地址：香港皇后大道中99號中環中心地下7號單位

電話：2521 2880 傳真：2525 1317 電郵：enquiry@cdac.org.hk

