



嶺南鍾榮光博士紀念中學

健康新向度：由校園到社區

本校本着「弘基格致 服務社群」的校訓和辦學理念，向來關注學生及教職員的健康狀況，致力提供理想和優質的學習及工作環境。自2012年起，在朱蓓蕾校長的帶領下，落實深化「健康校園」發展，銳意蛻變成一所全方位的「健康促進學校」；從內而外，由學生的健康開始層層遞進至全體教職員，更把健康推廣的使命延伸至家長、地區鄰里及社會不同層面，自助助人，服務社群。有關發展包括以下重點：

一、目標訂定 完備學校政策

學校領導層銳意發展「健康促進學校」，自2012年起由專職部門負責統籌《健康校園政策》，並逐年進行修訂，除了基本健康學校及健康教育元素外，更備有「環保校園政策」、「安全用藥指引」、「職業安全及健康指引」及「傳染病防治指引」等重要部分。此外，我們亦連續三年參與「優質教育基金健康校園網絡計劃」，在香港中文大學健康教育及促進健康中心團隊的專業支援下，逐步按世界衛生組織倡議的健康促進學校六大發展領域的概念推展健康促進學校。除了連續三年簽署「健康校園約章」，更由計劃的「夥伴學校」晉升為「資源學校」，今年更有幸獲邀成為「學生健康軍團獎勵計劃」新界西（葵涌）支部。

二、生活培養 兼營低碳健康

為學生建立「最完備的安全網」是我校健康校園發展中一個重要目標之一，除了政府部門規定的基本項目，我們於2014學年開始為每一位入學新生建立《學生個人健康紀錄》，並逐年更新。同年，獲環境及自然保育基金撥款興建「綠色廚房」，並以「現煮現分」方式為全校700名師生提供健康午餐；法團校董會亦額外撥款加裝相關配套設施，打造區內中學獨有的「五星食堂」，整個項目開支約港幣230萬。



新城電台訪問 (2015年)



「綠得開心學校」、「綠色新聞」大獎 (2014年)

E-cigarettes should be banned in HK to protect adolescents

I am smoke-free youth ambassador for Lingnan Dr Chung Wing Kwong Memorial Secondary School, and I am concerned about the usage in secondary school students using electronic cigarettes.

E-cigarettes are growing in popularity among youths. A survey conducted by the Hong Kong Council on Smoking and Health found that the rate of people aged 15 to 29 using e-cigarettes was higher (4.4 per cent) than people aged 30 or above (1 per cent). This is a very alarming signal.

E-cigarette manufacturers say e-cigarettes are non-addictive and an aid for smoking cessation. But scientific research has shown they contain toxic chemical substances such as propylene glycol and glycerine and carcinogens such as formaldehyde and acrolein.

In addition, a survey conducted by the school of public health at the University of Hong Kong found that e-cigarette users were more likely to have respiratory problems. Teenager's health will, in all likelihood, be affected.

Manufacturers continue to use clever marketing to obscure the risk posed by use of e-cigarettes. Resembling the marketing strategies of traditional cigarettes in the past, e-cigarettes are promoted through multiple channels. Celebrities are invited to be spokespeople for these products, and social media are utilized extensively to promote them to our youth.

Moreover, flavours, designs and packaging are creative. Distinctive flavours are the main selling point, encompassing fruits, soft drinks and tobacco. So why can adolescents purchase e-cigarettes so easily?

The reason is that they are readily accessible in Hong Kong at places such as convenience stores, news kiosks and even through social media.

No legislation has been passed to forbid selling e-cigarettes to teenagers. The government has turned a blind eye to this problem. To remedy this situation, something concrete has to be done promptly to prevent the problem worsening.

The World Health Organisation has urged countries to regulate e-cigarettes and opinions to minimise the risk of exposing youngsters and non-smokers to them. Authorities should keep abreast of the world situation and implement laws to ban e-cigarettes with a view to preventing adolescents having access to them.

Considering all of the above, I hope that Hong Kong will ban the sale of electronic cigarettes.

Cheung Ka-shing, Tsz Fong



全港傑出無煙青少年大使團隊兩連冠 (2015年)

《南華早報》刊登文章：要求港府全面禁售電子煙 (2015年)



榮獲第十三屆綠色學校獎 (2015年)



郭俊傑醫生擔任本校「健康促進學校專業顧問」 (2015年)



立法會衛生事務委員會會議 (2015年)



滋味水果日日食 水果體驗活動 (2015年)



《低碳？難不倒我！》新書簽名會 (2015年)



清潔香港2014最佳隊伍獎 (2014年)

三、社區互動 推動健康使命

本校學生為「全港傑出無煙青少年大使團隊」兩連冠，決心建設「無煙香港 健康都市」，協助香港吸煙與健康委員會進行全港性無煙推廣活動，在學界推廣「無煙訊息」，並接受報章、電台及網絡媒體訪問，更出席立法會會議支持政府「加強控煙措施」建議。此外，今年更有四名學生編輯出版健康環保新書《低碳？難不倒我！》，推廣健康低碳生活；我校更與香港小童群益會舉辦「幸福同行健葵青」活動，邀請不同社區團體參與，為區內獨居長者製作「多菜少肉」麵食，再由義工送餐送愛。

四、媒體應用 發展健康網絡

我們藉校園電視、電影培訓具潛質的學生在演出、拍攝及後期製作等，再以互聯網協助推動健康社區發展。單在YouTube嶺鍾中頻道已有接近20段健康環保短片，以及超過4000個瀏覽人次；在「健康促進學校視頻」亦上載了4段短片，加上香港青年協會、新城電台、DBC數碼電台、各大報章等媒體，更能實踐我們「推廣健康 延伸社會」的理念和目標。



嶺南鍾榮光博士紀念中學

新界葵涌荔景山道

27439488

<http://www.ldcwkmss.edu.hk>