

## 香港理工大學 服務研習活動



大家好！我們是香港理工大學學生。感謝大埔三育中學師生和校工的協助和參與，讓我們所有活動都得以順利進行，並取得良好成果。

是次服務研習主題有三項：推廣健康生活模式，

食物營養和校園安全問題。我們的服務對象主要為中一至中三級學生。活動於二零一七年十月初至十一月中期間進行。希望同學們能藉着多元化的活動，學習有關食物營養，校園安全和禁煙三方面的知識，並改善過往不健康的生活模式，活出健康、愉快每一天。

### 活動簡介

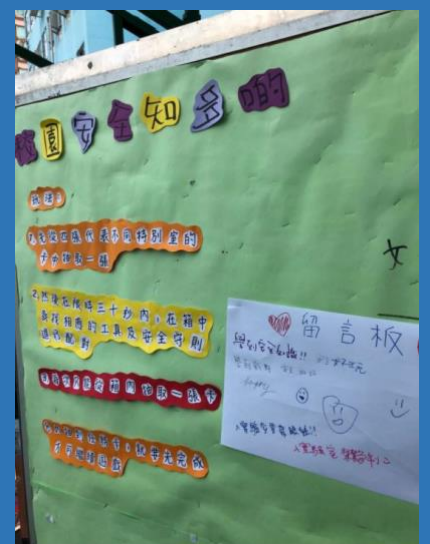
#### 認識超級食物

超級食品含有豐富的營養價值。為了令同學了解超級食物及其多種營養價值，我們向同學們介紹了五種常見的超級食物，亦在活動中提供了試食環節，讓同學對奇亞籽和綠茶有更深入的认识。



我們希望同學能透過是次活動，學會選擇超級食物，補充日常所需的營養，建立良好飲食習慣，改善健康。

### 留言板



多謝一眾同學熱烈參與！

## 校園安全知多啲

校園安全是一個重要的議題。為了提升同學的校園安全的意識，我們準備了一個攤位遊戲及課堂活動，讓同學學習有關知識。

我們在攤位中以美術室、家政室、木工室和實驗室為主題，教導同學在上課時如何正確使用工具及應有的行為。在課堂活動中則以校園欺凌為主題與同學以話劇及遊戲傳遞安全知識。



## 攜手締造無煙無毒校園

眾所周知，吸食香煙和毒品危害健康，絕非「有型」的表現。然而香港不少青少年誤信吸煙及吸食毒品是成熟的行為，或受朋友慫恿下接觸香煙及毒品。



有見及此，我們在家長日設置了攤位及遊戲，旨在喚起同學對香煙及毒品的關注。我們更在當日邀請同學和家長一同高舉禁煙信息拍照，並鼓勵他們分享照片到社交平台，攜手向朋友和家人宣揚禁煙信息。同學玩過遊戲，拍過照後，還在留言板上留言，許下堅決拒絕吸煙和毒品的承諾，相信同學們必定會身體力行，攜手締造無煙無毒校園。

