

WISE 在職女性戒煙計劃

WISE 通訊 第 1 期 2015 年 3 月 13 日

www.loksintong.org/womensmokefree



(左起)無煙大使江美儀小姐、九龍樂善堂副主席梁紹安先生、食物及衛生局副局長陳肇始教授,JP、九龍樂善堂主席羅永順先生、無煙大使葉翠翠小姐及九龍樂善堂常務總理劉文文女士 BBS,MH,JP 為「WISE 在職女性戒煙計劃」主持啟動儀式。

3.8 婦女節「WISE 在職女性戒煙計劃」正式啟動

最新消息

- 「WISE 在職女性戒煙計劃」啟動禮完滿結束
- 計劃現已接受報名，歡迎各大小企業及個人報名參與計劃

九龍樂善堂自資港幣 200 萬元，於 3、8 婦女節推出全港首個為女性煙民而設的「WISE 在職女性戒煙計劃」，由專業社工及註冊護士以外展形式，為在職女性提供非藥物治療的戒煙服務，當中包括健康講座、靜觀訓練、壓力管理等。計劃費用全免。

為隆重其事，樂善堂於過去周日(2015 年 3 月 8 日)舉行啟動禮，特別邀請到食物及衛生局副局長陳肇始教授 JP 擔任主禮嘉賓，與樂善堂主席羅永順先生、副主席梁紹安先生、一眾常務總理，以及無煙大使江美儀小姐及葉翠翠小姐一同假荃灣愉景新城舉行啟動禮，為計劃揭起序幕。



by WISE
在職女性戒煙計劃

活動之特別鳴謝：

主禮嘉賓

食物及衛生局副局長陳肇始
教授,JP

合辦機構

香港大學護理學院及公共衛生學院

場地贊助

愉景新城商業服務有限公司

參與計劃公司

Dream Beauty Pro

瑪沙醫學美容集團

綠葉療膚國際集團有限公司

「活」美容塑身纖體集團

Nan Sing Plastics Ltd

紀念包贊助

班尼路集團有限公司

利來藥業有限公司

仙跡岩(國際)有限公司

米施洛營養護康中心

天使化妝品國際有限公司

雪肌蘭

許留山

樂善堂羅永順主席在致詞時表示，近年女性吸煙率有上升趨勢，整體由 2010 年的 3%，微升至去年的 3.1%，30 至 39 歲女性吸煙率在 2002 年時為 4.3%，2010 年則為 5.2%，至去年升至 6.5%；40 至 49 歲女性吸煙率亦由 2002 年的 2.7%，逐步升至 2010 年的 2.8%及去年的 4.2%。而上升之年齡組群的女性相信以在職人士居多。

為回應社會需要，樂善堂自資近 200 萬元推出為期一年的「WISE 在職女性戒煙計劃」，目的為 200 名女性煙民提供針對其需要的戒煙服務。計劃夥拍香港大學心理學系研究出一套以「靜觀」方法，訓練女煙民以意志力戒煙，再加入生涯規劃及壓力管理等元素強化戒煙成效，另邀請到香港大學公共衛生學院及護理學院進行專業的數據分析及檢視服務成效。

計劃於本月正式展開，至今已有十多間機構及個人單位參與，主要來自零售及美容等前線行業，希望藉住各企業的支持，推動更多女性吸煙員工戒煙，不單提升公司形象同生產力，更為員工個人及家人健康帶來莫大益處。另呼籲有志戒煙的女性，可登入本堂網站 www.loksintong.org/womensmokefree 或致電 2272 9828 報名。

各支持及參與機構

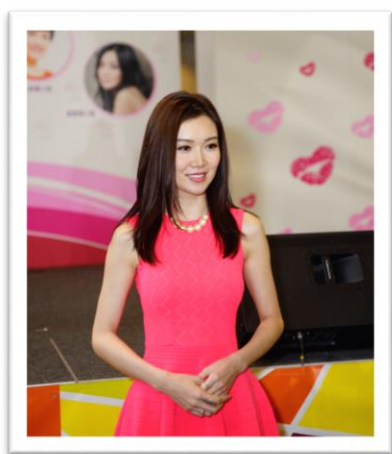


一眾支持及參與機構與樂善堂一同積極推動女性戒煙運動



無煙大使

【江美儀一口氣戒煙】江美儀表示自己曾經是煙民，煙齡更達十多年，當年她離開亞視時正值人生谷底，因沒拖拍情緒起落又大，身體欠佳要服用中藥，為了把沙啞的聲音弄好並得到姻緣，她遂下定決心戒煙。「同自己講要戒煙，一口氣話唔食就唔食」。憑著意志力成功戒煙後，她最大得著是身體變得健康，早上起床不再怕口氣，更認識到現任男友吳君祥。江美儀表示會向身邊的女性煙民講述其自身經歷，鼓勵她們戒煙。



【葉翠翠以不吸煙為擇偶條件】葉翠翠曾經拍攝節目時被指牙齒比紙更白，被問是否曾經漂牙，翠翠當時否認，牙科醫生認為是翠翠從不吸煙的習慣引致。她也表示未婚夫沒有吸煙習慣，現時如果朋友想約她兩人吃飯最好不要吸煙。以免要等友人為了抽煙離開片刻。



靜觀瑜伽操

瑜伽導師 Cherry 為大家示範靜觀瑜伽操，透過練習瑜伽能更易掌握「靜觀」方法，提高自我控制能力及幫助舒緩身心壓力。

攤位活動

現場設三個攤位活動，包括查詢及報名處、簡單身體檢查(量度血壓、一氧化碳呼氣測試及皮膚水份測試)及煙害攤位遊戲。現場朋友不論老幼都踴躍參與，攤位共送出超過 300 份精美紀念包。



活動之特別鳴謝:

司儀服務

C2 司儀義工團

出席支持機構

香港吸煙與健康委員會

香港牙醫學會

懲教署

美國輝瑞科研製藥

靜觀瑜伽示範

Ms. Cherry Li

義工

香港公開大學護理服務文憑學生

香港理工大學護理系學生