



# 樂善堂陽光青年計劃 今年繼續為大家帶來不同類型活動，務求為大家注入更多正能量，一齊WORK HARD & PLAY HARD！



### 陽光校園週

連續5日不同主題，Lunch time 喺操場同大家進行各項「陽光」大挑戰



### 健康推廣

每兩個月一次，一齊實踐健康生活，由內到外做個健康有型學生！



### 領袖訓練

挑戰大家體能、腦筋、反應、溝通能力，做領袖其實唔難學！



### 新興運動體驗

好玩又唔難學，適合少做運動的你，同朋友仔一齊試下！

### 正能量青年領袖嘉許計劃

作為學校正能量代表，除了自己要經得起考驗，更重要係將正面的態度感染其他人，靠大家啦！

### 大型聯校活動

想擴闊眼界，認識更多支持正能量同學仔，咁就要一齊黎參加！

機會難得，萬勿錯過，有興趣就要把握報名機會。我們都好期待喺活動中見到大家！



詳情請留意活動宣傳海報，亦可以向學校教學助理/副校長查詢，或者與我們聯絡：

Instagram: Sunshinyouthist | Phone: 2272 9858 | Address: 九龍城龍崗道61號 | Facebook: 樂善堂陽光青年計劃 | WhatsApp: 6647 8047

Like · follow我們的專頁 可知更多活動詳情 #記住放左學先like & follow

# 撐

# 任

02  
第二期

# 你



## 假糖出沒



圖片來源：太陽報、TVBS New

## 小心#偽糖果真毒品



不法份子常把毒品改頭換面，將毒品混入我們常見的糖果、啫哩、咖啡粉、維他命丸、朱古力，製造「糖果毒品」。

糖果毒品成份含糊，有機會是混有化學物質的合成毒品。合成毒品比其他傳統毒品容易產生強烈的精神依賴和成癮。它所引起的身體反應亦較大，容易對心血管產生興奮作用，導致急性心肌缺血和心律失常，更嚴重是可產生腦出血和猝死。

按現行法例，非法販運及製造危險藥物，最高可被判罰款500萬元及終身監禁，而管有及服用則最高可被判罰款100萬元及監禁7年。



## 陽光青年計劃。教你點 SAY NO



1. 堅持拒絕 — NO! 唔食! 唔制! 你迫唔到我架!
2. 轉移話題 — 不如去食麻醬撈烏冬/麻辣湯/雞脾/豬扒包/腿蛋治/熱狗
3. 反說服 — 聽我講，你都唔好食啦。開心駛乜靠呢啲?
4. 離開現場 — 有事走先/Kelvin sir約左我/夠鐘打波/夠鐘食飯

《溫馨提示：個個都話唔好吸毒，唔通個個都呢你咩？係醒目仔一定唔會以身試藥》



毒品真係無處不在，你地搵下圖片入面出現左咩毒品？

## 試找出圖中的毒品



## 減壓鬆一ZONE

### 多做運動，醒腦提神

讀書縱使多忙碌，記得要維持適量的運動，運動有助大腦釋放「安多芬」，令到我地身體得到放鬆，每日30-60分鐘就夠架啦！



### 同人傾訴，一齊搵出路

堅強的巨人都要有休息的時候，有需要時向信任的朋友或長輩傾訴，讓自己重新充滿能量！



### 積極樂觀的態度

《半杯水的故事》教曉我們看事情有不同角度，無論成功或失敗，最重要能夠從中學習，為下次成功做準備！

## Game答案：

