



勞工處職業健康公開講座

2022 年 12 月

勞工處轄下的職業健康服務，每月均舉辦職業健康公開講座，以提高僱主及僱員對職業健康的認識，所有講座以廣東話進行，免費入場。請預先報名，不設即場報名。出席整個講座，可獲發「出席證書」。

網上報名: www.oshsreg.gov.hk

報名查詢: 2852 4040



講座 (1)	講座 (2)
<p>題目: 工作壓力</p> <p>內容: 介紹工作壓力的徵狀及其對僱員健康的影響，並透過模擬個案講解一般處理壓力的方法。</p> <p>日期: 2022 年 12 月 6 日(星期二)</p> <p>時間: 下午 3 時 30 分至 5 時</p> <p>地點: 上環文娛中心演講廳 香港皇后大道中 345 號 上環市政大廈 5 樓 (港鐵上環站 A2 出口)</p> <p>講者: 職業健康護士</p>	<p>題目: 職業司機的職業健康</p> <p>內容: 介紹危害職業司機健康的因素、預防措施、常見的健康問題及保健錦囊，並示範和帶領參加者練習工作間運動。</p> <p>日期: 2022 年 12 月 8 日(星期四)</p> <p>時間: 下午 3 時 30 分至 5 時</p> <p>地點: 勞工處職業安全健康中心 觀塘協和街 60 號 觀塘社區健康中心大樓地下 (港鐵觀塘站 A1 出口) <i>(因應場地調動，原定的講座地點「香港太空館演講廳」已被取消)</i></p> <p>講者: 職業健康護士</p>
講座 (3)	講座 (4)
<p>題目: 體力處理操作及預防背部勞損</p> <p>內容: 簡介背部組織及功用，講解腰背勞損的成因、預防措施和正確的體力處理操作方法，並示範和練習工作間運動。</p> <p>日期: 2022 年 12 月 15 日(星期四)</p> <p>時間: 下午 3 時 30 分至 5 時</p> <p>地點: 勞工處職業安全及健康訓練中心 荃灣眾安街 68 號荃灣千色匯 I 13 樓 (港鐵荃灣站 B 出口) <i>(因應場地調動，原定的講座地點「香港中央圖書館演講廳」已被取消)</i></p> <p>講者: 職業環境衛生師 職業健康護士</p>	<p>題目: 辦公室僱員職業健康系列(III) 勤運動 工作醒</p> <p>內容: 介紹運動的好處，並示範和帶領參加者進行工作間運動的練習。</p> <p>日期: 2022 年 12 月 21 日(星期三)</p> <p>時間: 下午 7 時 15 分至 8 時 45 分</p> <p>地點: 香港中央圖書館演講廳 香港銅鑼灣高士威道 66 號 (維多利亞公園對面/ 港鐵天后站 B 出口)</p> <p>講者: 職業健康護士</p>