



劳工处职业健康公开讲座

2023 年 2 月

劳工处辖下的职业健康服务，每月均举办职业健康公开讲座，以提高雇主及雇员对职业健康的认识，所有讲座以广东话进行，免费入场。请预先报名，不设即场报名。出席整个讲座，可获发「出席证书」。

网上报名: www.oshsreg.gov.hk/sc

报名查询: 2852 4040



讲座 (1)	讲座 (2)
<p>题目: 工作与心脑血管疾病</p> <p>内容: 目的是提高雇主及雇员对心脑血管疾病的认识，并介绍健康生活方式和工作间的护「心」保「脑」小贴士。</p> <p>日期: 2023 年 2 月 9 日(星期四)</p> <p>时间: 下午 3 时 30 分至 4 时 45 分</p> <p>地点: 香港中央图书馆演讲厅 香港铜锣湾高士威道 66 号 (维多利亚公园对面/ 港铁天后站 B 出口)</p> <p>讲者: 职业健康护士</p>	<p>题目: 工作压力</p> <p>内容: 介绍工作压力的征状及其对雇员健康的影响，并透过模拟个案讲解一般处理压力的方法。</p> <p>日期: 2023 年 2 月 16 日(星期四)</p> <p>时间: 下午 6 时 30 分至 8 时</p> <p>地点: 香港中央图书馆演讲厅 香港铜锣湾高士威道 66 号 (维多利亚公园对面/ 港铁天后站 B 出口)</p> <p>讲者: 职业健康护士</p>
讲座 (3)	讲座 (4)
<p>题目: 体力处理操作及预防背部劳损</p> <p>内容: 简介背部组织及功用，讲解腰背劳损的成因、预防措施和正确的体力处理操作方法，并示范和练习工作间运动。</p> <p>日期: 2023 年 2 月 21 日(星期二)</p> <p>时间: 下午 3 时 30 分至 5 时</p> <p>地点: 香港科学馆演讲厅 九龙尖沙咀东科学馆道 2 号 (港铁尖沙咀站 B2 出口)</p> <p>讲者: 职业环境卫生师 职业健康护士</p>	<p>题目: 办公室雇员职业健康系列(I) 使用电脑的职业健康锦囊</p> <p>内容: 简介职业安全及健康（显示屏幕设备）规例外，并探讨长时间使用电脑对健康的影响及预防措施，借此提高雇员对职业健康的关注。</p> <p>日期: 2023 年 2 月 27 日(星期一)</p> <p>时间: 下午 3 时 30 分至 5 时</p> <p>地点: 香港科学馆演讲厅 九龙尖沙咀东科学馆道 2 号 (港铁尖沙咀站 B2 出口)</p> <p>讲者: 职业环境卫生师 职业健康护士</p>