



勞工處職業健康公開講座

2023 年 2 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： 工作與心腦血管疾病</p> <p>內容： 目的是提高僱主及僱員對心腦血管疾病的認識，並介紹健康生活方式和工作間的護「心」保「腦」小貼士。</p> <p>日期： 2023 年 2 月 9 日(星期四)</p> <p>時間： 下午 3 時 30 分至 4 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>	<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： 2023 年 2 月 16 日(星期四)</p> <p>時間： 下午 6 時 30 分至 8 時</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>
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： 2023 年 2 月 21 日(星期二)</p> <p>時間： 下午 3 時 30 分至 5 時</p> <p>地點： 香港科學館演講廳 九龍尖沙咀東科學館道 2 號 (港鐵尖沙咀站 B2 出口)</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(I) 使用電腦的職業健康錦囊</p> <p>內容： 簡介職業安全及健康（顯示屏幕設備）規例外，並探討長時間使用電腦對健康的影響及預防措施，藉此提高僱員對職業健康的關注。</p> <p>日期： 2023 年 2 月 27 日(星期一)</p> <p>時間： 下午 3 時 30 分至 5 時</p> <p>地點： 香港科學館演講廳 九龍尖沙咀東科學館道 2 號 (港鐵尖沙咀站 B2 出口)</p> <p>講者： 職業環境衛生師 職業健康護士</p>