

預防工作壓力及精神健康

講者： 吳文駿先生 香港青少年服務處心弦成長中心註冊社工
王秀鳳女士 香港青少年服務處心弦成長中心註冊精神科護士

香港生活節奏急速，壓力似乎是無可避免的。但是過大的壓力或長期處於壓力下，不但會引起身體及心理疾病，更會為家庭關係帶來負面影響。職業安全健康局將於 2019 年 12 月 20 日舉辦公開講座，並邀請香港青少年服務處心弦成長中心的代表主講，讓參加者可以了解工作壓力與精神健康的關係，如何有效地減少或消除壓力，以及介紹多種健康減壓方法來維持精神健康。歡迎報名參加。




日期：2019 年 12 月 20 日 (星期五) 語言：粵語主講
時間：下午 6 時 45 分至 8 時 15 分 費用：免費入場，名額有限，先到先得
舉行地點：百福道 21 號香港青年協會大廈
9 樓演講廳 (港鐵鯪魚涌站 C 出口右側) 查詢：2116 5703 陳曉彤小姐

有興趣人士歡迎網上報名(www.oshc.org.hk 或掃描 QR code)或以電郵 seminar@oshc.org.hk
或傳真 2151 7438 預留座位



網上報名



中國香港北角馬寶道 28 號華匯中心 19 樓 19/F, China United Centre, 28 Marble Road, North Point, Hong Kong SAR, China
電話 Tel: (852) 2739 9377 傳真 Fax: (852) 2739 9779 電郵 Email: oshc@oshc.org.hk   OSHC HK 
職安熱線 Hotline: (852) 2739 9000 職安資訊傳真服務 SafeFax: (852) 2316 2576 網址 Website: www.oshc.org.hk

報名表格 (請電郵: seminar@oshc.org.hk 或傳真回: 2151 7438)

本人報名參加 2019 年 12 月 20 日 (星期五) 職安健公開講座：預防工作壓力及精神健康

申請人姓名 (中文)：_____ (英文)：_____
(必須與香港身份證姓名相同) 姓氏 Surname

行業： 製造業 批發、零售、進出口貿易、飲食及酒店業 建造業 金融、保險、地產及商用服務業
 公共事務 運輸、倉庫及通訊業 政府/法定機構 教育、醫療、康樂及個人服務業
 物業管理 其它 (請列明_____)

職位： 專業人員 管理人員 安全健康從業員 技術人員
 操作人員 文職人員 其它 (請列明_____)

公司名稱：_____

電話：(辦事處) _____ (手提電話) _____ (傳真) _____
(本局可透過短訊提供此活動的安排及資料) (如透過傳真報名，必須提供傳真號碼)

電子郵件：_____

如欲索取出席證明，必須填寫 閣下之香港身份證號碼：_____ ()，並選擇其中一項索取出席證明方式：

- 電子郵件方式 (請確保電子郵件一欄已填寫)
 - 郵寄方式 (請於講座當日帶備一個回郵信封 (11cm x 22cm)，於信封面寫上收件人姓名及地址並貼上 \$2.0 郵票)
- (出席證明將於講座後一星期內發出，如同時選擇以上兩種方式，為環保理由，本局將以電子郵件方式發出)

備註：1. 參加者如遲到逾二十分鐘或於講座完畢前提早離開，均作缺席論，將不獲發出出席證明。

2. 參加者如需申領有關活動的出席證明核證副本，必須填妥「出席證明核證副本申請表格」及遞交所需文件。本局會於十四個工作天內通知參加者到本局領取，申領出席證明核證副本費用為每張港幣 50 元。

3. 本局會在講座、分享會及頒獎典禮進行期間拍照或錄影，以作日後宣傳之用，當中包括但並不限於刊物、多媒體製作、影片及網上宣傳等。

《收集個人資料聲明》

1. 你向職業安全健康局 (「本局」) 所提供的資料，包括《個人資料 (私隱) 條例》所指的個人資料，只會用於相關活動。
 2. 為讓你得知最新的本局活動，本局將使用你的個人資料，包括你的姓名、電話號碼、郵寄和電郵地址，將有關職業安全健康訓練課程、活動、服務及資訊提供給你。你的個人資料亦可能被用作本局之研究及統計用途。
 3. 你可選擇是否同意接收上述資訊。若不同意的話，請於下列拒收資訊一欄之空格內加上「✓」號。
 4. 你有權要求查閱及修正你的個人資料。有關申請須以書面向本局提出，地址為香港北角馬寶道 28 號華匯中心 19 樓。
- * 本人不同意日後接收由職業安全健康局發出其活動和相關的資訊。

簽署：_____ 日期：_____ 此表格只適用於一位參加者，如要作出額外的報名，請複印副本。