

建造業健康生活講座

香港建造業發展蓬勃，大型基建及裝修維修的工程進行得如火如荼。建造業員工需要長時間工作以應付施工需求，員工的工作壓力隨著繁重的工作與日俱增，容易忽略均衡飲食，缺乏運動及休息，最終導致身體健康受損。職業安全健康局聯同業界舉辦「建造業健康生活講座」，旨在提醒建造業員工兼顧工作之餘亦應培養良好的生活習慣。是次講座分別由瑞安建築有限公司代表、營養師及體適能導師講授，透過多角度切入，傳遞健康訊息，鼓勵員工建立及維持健康生活模式，保持強健的體魄，歡迎報名參加。

日期 2015年4月16日(星期四)
時間 晚上7時至8時15分(晚上6時30分開始登記)
地點 九龍紅磡香港理工大學蔣震劇院
語言 粵語 **費用** 免費



程序表	
晚上 6時30分	開始登記
7時	推廣建造業健康生活經驗分享 瑞安建築有限公司安健環經理韋國傑先生
7時20分	建造業員工如何食得有「營」健康 香港營養師學會會長張智良先生
7時45分	建造業員工舒展筋骨運動的秘訣 中國香港體適能總會代表
8時05分	提問環節
8時15分	活動結束

報名辦法：

1. 請填妥下列表格，於2015年4月9日前傳真或郵寄回香港北角馬寶道28號華匯中心19樓職業安全健康局收。
2. 名額有限，先到先得。

查詢：2116 5677 岑小姐

傳真：2739 9779

電郵：wing@oshc.org.hk



報名表格

* 確認通知將於講座舉行前一星期內以傳真或電郵發出

(請於2015年4月9日前傳真回：2739 9779)

本人報名參加「建造業健康生活講座」(2015年4月16日)

申請人姓名(中文)： (英文)

(必須與香港身份證姓名相同)

公司名稱：

職位：

地址：

電話：(辦事處) (手提電話) (傳真)

(本局可能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\$1.7郵票)

(出席證明將於講座後一星期內寄出，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。

《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。



0100024430

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。