

活動主題：職場身心共修，與疼痛溫和共處

在快節奏的職場環境中，如何平衡工作壓力與身心健康，已成為每位專業從業員關注的焦點。

我們誠摯邀請您參與本次沙龍，與同行共同探討“鬆弛感職場”的構建之道，並學習有效的痛症管理方法，為您的職業生活注入更多活力與舒適。

活動簡介：

活動專為 HR 從業者設計，聚焦職場人士普遍面臨的身心挑戰。

從心理調適與身體理療兩個維度，專業與實用的健康管理策略。

活動議程：

- 17:00-17:15 交流
- 17:15-18:00 主題分享一：打造鬆弛感的職場文化——ER Club 葉燕女士
- 18:00-18:45 主題分享二：職場常見痛症的科學管理與預防——恆豐堂中醫師
- 18:45-19:30 互動問答與自由交流

活動詳情：

日期及時間：9 月 30 日（星期三）下午 5:00-7:30

地點：恆豐堂- 九龍尖沙咀亞士厘道 29-39 號九龍中心 14 樓 05-07 室(尖沙咀站 A1 出口)

對象：專業從業員（香港人才管理協會會員優先）

人數：15 人 (額滿即止)

分享嘉賓：

1、葉燕(Kay Yip)

ER Club 員工關係線上首席顧問暨 CEO、香港人才管理協會（HKPMA）執行委員、廣東省北京大學校友會理事及優秀工作者、廣州市女企業家發展促進會創始會員暨紅棉匯智道社常務副社長、家族傳承專委會會長、廣州市優秀女企業家(2021 年度)、馬雲公益基金會鄉村教育人才計畫優秀公益講師

2、恆豐堂中醫師

從醫五十載，資深臨床醫師，專注疼痛調理與日常養護

可透過這連結或 QR code 報名: <https://luma.com/rmao25h0>



截止報名日期: 2026 年 9 月 28 日(先到先得，額滿即止)