



工作間靜觀(Workplace Mindfulness)體驗工作坊

CONNECTION 裝備未來
TECHNOLOGY
FUTURE SKILLS

如何讓同事們既愉快、又能提高生產力？

疫情後，人力資源市場出現了新趨勢，大企業開始投放大量資源在員工身心健康上，員工亦較以往重視情緒與生活質素。身為新世代的人力資源顧問或管理者，應該如何把握住這個機遇？

這個工作坊讓參加者了解何為靜觀——一個既科學，且不含宗教元素的新技術，並如何應用靜觀於工作間，提升同事情緒健康之餘，亦能提高生產力！

課程編號

10015056-06

日期及時間

2024年6月21日 (星期五)
16:00-17:30

地點

九龍達之路78號
生產力大樓

語言

粵語

課程費用

港幣300元 /港幣270元*
*優惠適用於二人同時報讀

工作坊目標

- 認識靜觀
- 體驗靜觀
- 了解靜觀於工作間的應用
- 了解如何於工作間啟動員工健康計劃

課程對象

人力資源顧問、管理者、對身心健康有興趣的人士

查詢 譚小姐 | +852 2788 5750 | caseytam@hkpc.org
嚴小姐 | +852 2788 6042 | winkyyim@hkpc.org

導師簡介

Victor Ching

香港註冊心理學家、英國特許心理學家、靜觀發證導師，曾任藍籌上市集團及跨國企業人才發展主管，及後聯合創辦全港最大Playgroup集團，業務覆蓋內地、台灣、香港、澳門，現時亦為一名私人執業心理學家，為政府部門、公營團體、大學、國際企業等提供人才發展顧問工作，亦致力推動工作間身心健康，曾接受電視、報章、雜誌等訪問數百次。



證書頒發

完成課程可獲本學院頒發之出席證書

報名方法

請掃描QR code 於網上報名或

填妥報名表格，並連同學費（教材及證書費用於首日課程時遞交），送交香港生產力促進局。地址：九龍達之路78號生產力大樓一樓，生產力學院譚小姐收。

名額有限，先到先得。

