



銀娛積極推動工作與生活平衡 為員工舉辦運動及芳療工作坊

2018年4月12日 — 銀河娛樂集團（下稱「銀娛」）一直視員工為重要資產，冀透過構建多元化的活動平台，鼓勵員工注重身心健康全面發展，推動作息平衡的文化。近日，銀娛特為員工舉辦一連串的員工活動，藉此帶出工餘趣味生活的重要性，活動包括「齊齊來運動！」、「芳香心靈療癒之旅」系列工作坊及禪繞畫工作坊，吸引數以百計來自不同部門的員工參與。

銀娛向來支持員工多做運動，積極配合澳門特區政府提倡全民運動的方針，透過在員工後勤區域舉辦四場「齊齊來運動！」活動，旨在向其宣傳運動對健康的重要性，多名銀娛管理層亦親身上陣，以身作則地參與，同時吸引了 20 個部門的同事熱烈響應，場面氣氛熱鬧。是次，銀娛邀請專業醫療人員從健康和運動科學的角度，教導員工正確的運動方式及進行運動時的注意事項。透過活動，員工不但享受到運動的樂趣，同時了解運動對健康的多種好處，並學習到多種適合在工作環境進行的伸展運動，有助伸展筋肌、促進血液循環、舒緩壓力，有效減低活動時受傷的風險。

除鼓勵員工透過動態活動達致身心健康，銀娛亦舉辦「芳香心靈療癒之旅」系列工作坊及禪繞畫工作坊，讓員工亦能透過靜態活動舒緩壓力。「芳香心靈療癒之旅」包括香薰蠟燭工作坊、紓壓香水膏自製坊及芳療精油乾花工作坊，由國際著名的水療渡假村品牌悅榕 Spa 及悅榕閣的專業人員教授有關芳療用品的基本知識、製作原理、使用方法及注意事項；禪繞畫工作坊透過教導員工繪畫簡單規律圖案，讓身心達到自然放鬆狀態，有助解除焦慮及平靜思緒。參加芳療精油乾花工作坊的工程部同事韋咏儀表示：「很高興公司經常舉辦這些有趣又有益身心的活動，啟發我可以有多一種舒緩身心的手作。透過專業導師的講解，更讓我們了解更多正確的芳療及精油使用知識，獲益良多。」

銀娛一直十分重視員工身心健康發展，並定期舉辦多元化的活動及工作坊，包括銀娛健身月及銀娛健康關注檢查等。此外，銀娛亦成立龍舟隊、籃球、足球等共八支體育團隊，支持及組織員工參加不同類型的康體活動及競賽，包括澳門國際龍舟賽、博彩從業員籃球賽、博總盃乒乓球賽及澳門四人拔河公開賽等。未來，銀娛將一如既往，積極推動工作與生活平衡，協助員工達致身心健康全面發展。

- 完 -



銀娛 GEG

圖片說明：



P001：為協助員工建立健康生活，銀娛於員工後勤區域舉辦四場「齊齊來運動！」。



銀娛 GEG



P002：銀娛特意邀請專業醫療人員從健康和運動科學的角度，教導員工正確的運動方式及進行運動時的注意事項。



銀娛 GEG



P003：「芳香心靈療之旅」悅榕Spa及悅榕閣的專業人員教授有關芳療用品的基本知識、製作原理、使用方法及注意事項。



銀娛 GEG



P004：透過專業導師的講解，同事們了解更多正確的芳療及精油使用知識。