



銀娛积极推动工作与生活平衡 为员工举办运动及芳疗工作坊

2018年4月12日 — 银河娱乐集团（下称「银娱」）一直视员工为重要资产，冀透过构建多元化的活动平台，鼓励员工注重身心健康全面发展，推动作息平衡的文化。近日，银娱特意为员工举办一连串的员工活动，藉此带出工余趣味生活的重要性，活动包括「齐齐来运动！」、「芳香心灵疗癒之旅」系列工作坊及禅绕画工作坊，吸引数以百计来自不同部门的员工参与。

银娱向来支持员工多做运动，积极配合澳门特区政府提倡全民运动的方针，透过在员工后勤区域举办四场「齐齐来运动！」活动，旨在向其宣传运动对健康的重要性，多名银娱管理层亦亲身上阵，以身作则地参与，同时吸引了 **20** 个部门的同事热烈响应，场面气氛热闹。是次，银娱邀请专业医疗人员从健康和运动科学的角度，教导员工正确的运动方式及进行运动时的注意事项。透过活动，员工不但享受到运动的乐趣，同时了解运动对健康的多种好处，并学习到多种适合在工作环境进行的伸展运动，有助伸展筋肌、促进血液循环、舒缓压力，有效减低活动时受伤的风险。

除鼓励员工透过动态活动达致身心健康，银娱亦举办「芳香心灵疗癒之旅」系列工作坊及禅绕画工作坊，让员工亦能透过静态活动舒缓压力。「芳香心灵疗癒之旅」包括香薰蜡烛工作坊、纾压香水膏自製坊及芳疗精油乾花工作坊，由国际着名的水疗渡假村品牌悦榕 **Spa** 及悦榕阁的专业人员教授有关芳疗用品的基本知识、製作原理、使用方法及注意事项；禅绕画工作坊透过教导员工绘画简单规律图桉，让身心达到自然放鬆状态，有助解除焦虑及平静思绪。参加芳疗精油乾花工作坊的工程部同事韦咏仪表示：「很高兴公司经常举办这些有趣又有益身心的活动，启发我可以有多一种舒缓身心的手作。透过专业导师的讲解，更让我们了解更多正确的芳疗及精油使用知识，获益良多。」

银娱一直十分重视员工身心健康发展，并定期举办多元化的活动及工作坊，包括银娱健身月及银娱健康关注检查等。此外，银娱亦成立龙舟队、篮球、足球等共八支体育团队，支持及组织员工参加不同类型的康体活动及竞赛，包括澳门国际龙舟赛、博彩从业员篮球赛、博总盃乒乓球赛及澳门四人拔河公开赛等。未来，银娱将一如既往，积极推动工作与生活平衡，协助员工达致身心健康全面发展。

- 完 -

图片说明：



P001：为协助员工建立健康生活，银娱于员工后勤区域举办四场「齐齐来运动！」。



銀娛 GEG



P002：銀娛特意邀请专业医疗人员从健康和运动科学的角度，教导员工正确的运动方式及进行运动时的注意事项。



銀娛 GEG



P003：「芳香心灵疗之旅」悦榕 Spa 及悦榕阁的专业人员教授有关芳疗用品的基本知识、製作原理、使用方法及注意事项。



銀娛 GEG



P004：透过专业导师的讲解，同事们了解更多正确的芳疗及精油使用知识。