



香港防癆心臟及胸病協會  
林貝聿嘉健康促進及教育中心

# 社區保健大使(義工培訓)工作坊(CM-05)

你對健康保健知識感興趣嗎？

你有空閒成為義工以發揮助人自助的精神嗎？

學到的知識可惠及家人、鄰里甚至社區上有需要的人士

義工經驗、年齡、性別不限，

歡迎有意參與的人士報名

此工作坊人數不多於15人  
名額有限  
有興趣者請於2月15前日報名

課程目的：

增加參加者對**基本健康知識**和**健康檢查**的認識、  
並提昇他們的**人際關係與溝通技巧**。完成6小時  
課程後，參加者可獲本會頒發之聽講證書；有興趣  
者更可參與本會的義工服務。



內容務實豐富、簡列如下：

- 體重指標反映什麼？
- 怎樣才算是中央肥胖？
- 什麼是蘋果型、梨型身型？
- 如何解讀測試指數背後的意思？
- 穴位按摩應按那裡？
- 中醫如何分辨體質、治療高血壓？
- 如何達到有效的溝通？



日期：CM-05 2016年2月18、25日，3月3、10日 (逢星期四 共四堂)

時間：下午2:30至4:00

上課地點：林貝聿嘉健康促進及教育中心 (香港灣仔皇后大道東266號地下)

費用：港幣 100 元 (非會員) / 90 (會員)

(若報名人數不足，本會有權取消該課程。學員出席**全部堂數**，可獲本會發出的出席證書)

查詢/報名：電話: 28349333，或可親臨林貝聿嘉健康促進及教育中心



The Hong Kong Tuberculosis, Chest and Heart Diseases Association  
Peggy Lam Health Promotion and Education Centre

香港防癆心臟及胸病協會  
林貝聿嘉健康促進及教育中心

Ground Floor, 266 Queen's Road East, Wanchai, Hong Kong 香港灣仔皇后大道東 266 號地下  
Tel 電話: (852) 2834 9333 Fax 傳真: (852) 2834 5522 E-mail 電郵: hpc@antib.org.hk

保健知識課程/工作坊報名表

請在以下適當方格內加上 '√' 號。

(1) 個人資料

中文姓名: \_\_\_\_\_ 英文姓名: \_\_\_\_\_

年齡: \_\_\_\_\_ 性別:  男  女 中心會員:  是  否

聯絡電話: \_\_\_\_\_ 電郵: \_\_\_\_\_

聯絡地址: \_\_\_\_\_

(2) 課程資料

課程名稱/ 編號	費用 (港幣)
社區保健大使(義工培訓)工作坊(CM-05)	\$
繳費方法: <input type="checkbox"/> 現金 \$ _____ <input type="checkbox"/> 支票 \$ _____ 號碼: _____ 銀行: _____	

簽署 \_\_\_\_\_ 日期 \_\_\_\_\_

備註:

- 填妥之表格請連同費用交回中心。費用可以現金或支票繳付。切勿郵寄現金。
- 若以支票繳費，支票抬頭請寫「香港防癆心臟及胸病協會」。支票背後請寫上閣下姓名、聯絡電話及課程名稱。
- 所有已交之報名費用一經確定，不可退款或轉班。(除課程取消外)
- 參加者須考慮自己的能力及身體狀況是否適合參加相關之活動。
- 以上資料僅供本中心作內部之用，並受到《個人資料(私隱)條例》保障。

(以下部份由本中心職員填寫)

臨時收據

本中心茲收到 \_\_\_\_\_ (姓名) 報讀以下課程: \_\_\_\_\_ 日期 \_\_\_\_\_

課程名稱/ 編號	費用 (港幣)	合共(港幣)	中心印章
社區保健大使(義工培訓)工作坊(CM-05)	\$	<input type="checkbox"/> 現金: \$ _____ <input type="checkbox"/> 支票: \$ _____	

- 備註: 所有已交之報名費用不可退款。(除課程取消外)

查詢: 林貝聿嘉健康促進及教育中心 地址: 香港灣仔皇后大道東 266 號地下 電話: (852) 2834 9333