



132, TUNG CHOI STREET, 1/F.,  
MONGKOK, KOWLOON.  
TEL: 2381 0844, 2381 0096  
Fax: 23975678  
Homepage: www.amb-u.com.hk  
E-mail: 1970@amb-u.com.hk

香港消防處救護員會  
H.K. FIRE SERVICES DEPARTMENT AMBULANCEMEN'S UNION

九龍旺角  
通菜街132號二樓  
電話：23810844, 23810096  
傳真：23975678  
網址：www.amb-u.com.hk  
電郵：1970@amb-u.com.hk

本會檔號：(20220907) in AU 1009

## 福利通告 27/2022

### 【背後護航活動】

【活動預告】「背後護航」教育資訊開放日將於 2022 年 10 月 15 及 16 日（星期六及日）下午舉行，屆時註冊職業治療師及行動治療師提供專業指導，以在工作及日常生活中保護腰背；亦有睡眠治療師及營養師傳授夜更工作人士睡眠建議及飲食健康貼士。同場更設有最新款式電動擔架床，分享正確使用的方式及姿勢避免工作過程中受傷。適逢 10 月 16 日「世界脊椎日」，大家一起來認識更多護背資訊啦！

活動以小組形式舉行，每節一小時，有興趣參加者請 WhatsApp [5985 0350](https://www.whatsapp.com/channel/00299100000000000000) 聯絡主辦單位，或按此連結報名及揀選時段：<https://bit.ly/3Lo3WqL>

主辦機構：Stryker 及 Joint Dynamics

註：名額有限先到先得；進入健身室人士需遵守相關防疫措施



會員可掃描以上 [QR Code](#) 報名或參閱附件詳情。



香港消防處救護員會  
福利組  
二零二二年九月二十二日

敬請留意：本通告僅供參考，惠顧與否請自行選擇，閣下與本通告所列各商戶／優惠提供者之間的商業貿易，與本會無關。如有意見，可向有關商戶／優惠提供者或本會反映。

# 背後護航

## 教育資訊開放日

### ！助你預防腰背勞損！



註冊物理治療師及行動治療師分享保護腰背的 **運動和貼士**




睡眠治療師及營養師分享夜更工作人士 **睡眠及健康飲食建議**




新款電動擔架床示範，分享 **正確使用方式及姿勢** 避免工作過程中受傷

 日期：2022 年 10 月 15、16 日（星期六及日）

 地點：鰂魚涌英皇道 979 號多盛大廈 12 樓 Joint Dynamics 健身中心

 時間：下午 1 時至 5 時（共設 4 節，每節一小時）

 報名方法：請掃描二維碼報名及揀選時段（名額有限先到先得）

**費用全免、向公眾開放**

**立即報名**



法例規定，進入健身中心者必須出示疫苗通行證，並需使用「安心出行」流動應用程式記錄到訪；顯示「紅碼」及「黃碼」的人士恕不能進入。進入處所時需量體溫，體溫達攝氏 38 度或以上人士恕不能進入。



場地：



JOINT DYNAMICS  
intelligent movement