

新聞稿及相片 即時發佈

## 永健坊 X 香港乳癌基金會「粉紅絲帶月-----乳健任我行」 迎接母親節好主意 健步運動配以健康飲食 減低乳癌威脅

2016年5月5日 – 為熟齡人士而設的健體養生中心「永健坊」與香港乳癌基金會合作，趁母親節將至，推出「粉紅絲帶月-----乳健任我行」慈善步行活動。市民只要於五月內向香港乳癌基金會每次捐款港幣350元或以上，便可在「永健坊」完成3.5公里或更長路程健行，活動參加次數不限。累積最長路程的個人及隊伍將獲頒發永健坊終極大獎健體養生套餐，最高價值達\$21,600。這項慈善活動旨在鼓勵熟齡女士養成運動習慣，建立健康的生活方式，減低患上乳癌的風險。

「永健坊」股東、亞洲金融集團(控股)有限公司總裁陳智思先生今日在「粉紅絲帶月-----乳健任我行」啟動儀式上表示，香港人口老化，市場上的健身中心服務未能全面和貼心地照顧長者的身心健康，「永健坊」正致力填補這個缺口。「人人都面對年歲增長，要保持活力充沛和享有優質生活，以熟齡人士為對象的健康教育至為重要。為了使長者能進一步了解身心靈健康的重要性，「永健坊」不時為熟齡人士和他們的子女舉辦有關運動和識食的講座和工作坊，推廣預防勝於治療的訊息。」

他呼籲大家適逢母親節，一同支持「粉紅絲帶月」，行善之餘亦鼓勵母親或年長的女性親友踏出第一步，體驗在教練指導下定期運動的好處和樂趣，而且可在「永健坊」認識志同道合的朋友，投入參與健康活躍的社群。

乳癌為本港女性的頭號癌症。根據香港癌症資料統計中心數字，每年逾三千人確診，患者確診年齡中位數為54歲，而且年紀愈大，風險愈高。另有數據顯示，本港乳癌患者共通並與生活習慣有關的四大乳癌風險因素分別為：缺乏運動(77%)、年齡為40歲或以上(88%)、未曾餵哺母乳(66%)及感到高度精神壓力(37%)。

「永健坊」行政總監陳曉鈴小姐指出，「粉紅絲帶月-----乳健任我行」結合推廣運動和對抗乳癌兩個目標，正好切合「永健坊」致力幫助熟齡女性保持強健身心和體驗豐盛人生的宗旨。除了健行籌款，「永健坊」會在「粉紅絲帶月」推出多項活動，包括在場內設置乳健教育展板，介紹乳癌風險因素和乳健貼士；旗下餐廳 The Restaurant by The Kinnet 將推出粉紅健康餐單，部分收益將撥捐基金會；在5月7日及21日，「永健坊」將與基金會合辦免費的《及早發現 治療關鍵》乳健教育講

座。

香港乳癌基金會主席霍何綺華女士指出，基金會一直提倡「及早發現 治療關鍵」，鼓勵婦女由 40 歲開始定期進行乳健檢查，即每月自我檢查乳房、每年由醫護人員進行臨床檢查，及每兩年接受乳房 X 光造影檢查，實行「三管齊下」，防治乳癌。霍何綺華女士表示，即使不幸患上乳癌，只要在最早階段偵測，尋求有效治療方案，便可減少不必要的身心創傷。霍太亦提醒婦女在照顧家人的同時，不要忽略了自己的健康。

香港乳癌基金會每年十月都會在中環山頂舉辦旗艦步行籌款活動「乳健同行」，向公眾宣揚乳健訊息之餘，亦為組織籌募營運經費。去年，基金會擴展了「乳健同行」的活動模式，增設「乳健任我行」項目，讓未能在活動日參與的市民可以隨心隨意、隨時隨地以健步方式，支持基金會的工作-----參加者可在便利自己的地點(例如步行機上或公園等)健行，同時以計步器或應用程式記錄所步行之距離，並邀請親友按該距離捐款支持(每 3.5 公里捐款 350 元)。「永健坊」是率先把這項活動延伸到十月以外的企業夥伴。

#### 立即參加「粉紅絲帶月-----乳健任我行」!

由即日起，凡捐款港幣 350 元或以上予香港乳癌基金會，可在「永健坊」以跑步機、單車機或划艇機完成 1、2 或 3.5 公里甚至更長的路程；累積最長健行路程的個人及隊伍更可獲得終極大獎。

#### 參加方法

表格可在星期一至六 上午 7 時 30 分至下午 7 時於「永健坊」(上環禧利街 33 號)索取；或於「永健坊」網站 [www.thekinnet.com/zh/promotions](http://www.thekinnet.com/zh/promotions) 下載。

查詢電話：3968 7600

分享「乳健任我行」相片：[www.facebook.com/TheKinnethk/](http://www.facebook.com/TheKinnethk/)

— 完 —

永健坊 [www.thekinnet.com](http://www.thekinnet.com)

「永健坊」是香港創意健體養生中心的開創者，致力為熟齡人士提供全方位健康改善方案，包括健體、啟智、管理情緒及營養諮詢服務。「永健坊」的健體養生中心位於上環，佔地三層，配備有功能齊全的健身室、課程多樣的學習中心以及設有餐廳，提供一流美味的健康餐飲。此外，「永健坊」由來自醫療及教育界人士組成的諮詢會來共同管理，並聘請專業私人健身教練、營養師及全面的養生專家，務求為您提供全面而愉悅的健身養生體驗。

香港乳癌基金會 [www.hkbcf.org](http://www.hkbcf.org)

香港乳癌基金會於 2005 年 3 月 8 日成立，是本港首間專注乳健教育、患者支援、研究及倡議的非牟利慈善組織，致力減低乳癌在本地的威脅。其使命是提高公眾對乳癌的認識及推廣乳房健康的重要性；支援乳癌患者踏上康復之路及倡議改善本港乳癌防控和醫護方案。

#### 傳媒聯絡

永健坊

廖穎斯

電話： (852) 3968 7606

手提號碼：(852) 9235 1873

電郵： [franki.liu@thekinnet.com](mailto:franki.liu@thekinnet.com)

PR for Good

石海慧

電話： (852) 2114 2102

手提號碼：(852) 9103 7177

電郵： [Fiona.shek@pr4good.com](mailto:Fiona.shek@pr4good.com)

香港乳癌基金會

蘇穎文

電話： (852) 3413 7310

電郵： [evaso@hkbcf.org](mailto:evaso@hkbcf.org)

圖片說明:

相片下載：<https://goo.gl/CQac07>

1. 永健坊與香港乳癌基金會合作推出「粉紅絲帶月-----乳健任我行」，鼓勵大家寓運動於行善，到永健坊的健身室健行為香港乳癌基金會籌募善款。亞洲金融集團總裁陳智思先生、永健坊行政總監陳曉鈴小姐(左四)、香港乳癌基金會主席霍何綺華女士(右三)、副主席麥黃小珍女士(左三)、關許建香女士(左二)及理事會成員劉李瑩瑩女士(右一)在啟步儀式上呼籲熟齡女性支持這項活動，助己助人，遠離乳癌威脅。



2. 乳癌是香港婦女頭號癌症，每 17 位女性便有一人 75 歲前有機會患上乳癌，而且風險隨年齡增加。香港乳癌基金會乳癌資料庫亦發現，運動不足是本港乳癌患者主要的罹患乳癌風險因素。乳癌康復者李慧筠女士現身說法，分享運動對身心健康的好處，並在跑步機上為「粉紅絲帶月-----乳健任我行」主持起步。

