



中信証券國際

絞盡腦汁助員工戒煙

餐後或工作時想抽煙？想戒煙卻煙癮難耐？戒煙不容易，戒煙失敗的主因是不夠決心。一個支持無煙的工作環境，實有助推動及鼓勵吸煙者戒煙。作為貼心的僱主，中信証券國際有限公司（下稱「中信証券國際」）推行無煙工作間超過10年，近年更夥拍戒煙服務機構舉行戒煙工作坊，為工作壓力大的金融業員工提供減壓良方，戒除煙癮。

進入中信証券國際的辦公室，你會發現無煙措施無處不在。會議室、茶水間、洗手間、辦公室電梯大堂、走廊等室內範圍，都貼有禁煙標誌或海報，當眼位置亦擺放了無煙資訊，辦公室電腦的屏幕更設有無煙主題桌面背景，時刻推動員工戒煙。

設無煙大使 獎金添動力

時間是金錢，金融買賣爭分奪秒，中信証券國際有限公司執行董事兼人力資源部主管王綺蓮表示，公司大樓全面禁煙，員工要到戶外吸煙，一次來回要花10分鐘，「若一天吸煙數次，會浪費不少工作時間，甚至影

▲ 王綺蓮指出，公司定期舉辦不同的活動，有效減少員工依賴煙草減壓。
Elaine Wong mentioned that regular stress management activities can help staff reduce the dependence on tobacco.



▲ 中信証券國際早於1998年開始執行無煙政策。
CITIC Securities International first introduced the smoke-free policy in 1998.

響買賣。因此，中信証券國際推行無煙計劃，旨在提升員工健康意識及工作表現。」

煙草中的尼古丁令人上癮，若戒煙路上有同事打氣，必然能加強戒煙員工的士氣，對抗心癮。因此，中信証券國際委任成功戒煙的員工為無煙大使，支持正在戒煙的同事，發揮員工的團結精神。此外，公司不時透過內聯網提供戒煙小貼士及自助戒煙方法，如員工表示有意戒煙，公司亦會安排接洽戒煙服務機構，方便員工坐言起行。



▲ 中信証券國際在辦公室內張貼各式無煙海報。
Posters are put up to promote smoking cessation.

為進一步鼓勵員工戒煙，中信証券國際於2013年開始，宣佈向參加戒煙輔導的員工派發1,000港元獎金，成功戒煙者更可再獲1,000港元，反映公司對員工的支持。公司亦把「生活與工作平衡周」的第三天定為「無煙日」，提醒員工關注無煙生活，並與戒煙服務機構合辦無煙講座及工作坊。

辦減壓活動 抗煙草依賴

由於金融行業的工作壓力大，王綺蓮提到，公司定期舉辦不同活動，替員工減壓，包括為員工及其家屬組織旅行團，增加彼此溝通，「其中Friday Fever計劃，於每季其中一個周五下午舉行，我們會在會議室安排食物予員工享用，並提供穴位按摩，讓員工鬆一鬆，活動深受歡迎。」中信証券國際亦向香港吸煙與健康委員會借用無煙資訊展板，教育員工有關煙草禍害及控煙知識，同時在工作間放置健康小食，希望員工減少依賴煙草。

員工長期在辦公室工作，工作環境的好壞，直接影響員工的心情與效率，故中信証券國際早於1998年開始執行無煙政策，實行無煙工作間，並裝設空氣淨化系統，為員工提供一個舒適的辦公環境，保障員工的職業安全 and 健康。



▲ 辦公室當眼位置擺放了無煙資訊，藉以時刻推動員工戒煙。
Smoke-free information is available at prominent position in the office to motivate smoking staff to kick the habit.



▲ 中信証券國際與戒煙服務機構合辦無煙講座及工作坊。
CITIC Securities International co-organized smoke-free talks and workshops with smoking cessation service provider.

公司簡介

中信証券國際為中信証券股份有限公司旗下的全資附屬子公司。公司致力成為專注中國業務的國際投資銀行，以及作為中信証券海外業務的拓展平台，現有約380名員工。

CITIC Securities International Company Limited

Incentives to reward quit attempt

CITIC Securities International Company Limited first introduced the smoke-free policy in 1998 with an aim to foster a smoke-free workplace and to safeguard the occupational health and safety of its employees. Since 2013, the company has offered a substantial cash incentive of HK\$1,000 to every staff who has participated in cessation counselling and another HK\$1,000 to those who have successfully quit smoking. According to Elaine Wong, Executive Director & Head of Human Resources, the company has also designated the third day of the "Work-life Balance Week" as "Smoke-free Day" during which smoke-free seminars are arranged in collaboration with smoking cessation service provider. She added that healthy activities would be organized regularly to help staff relieve stress from work, hence reduce their dependence on tobacco. These include Friday Fever tea parties and massage services, as part of the company's well-being programme.