



致：教育版／港聞版 編輯／採訪主任

2024年6月11日

圖片故事

恒生大學邀得聯合國駐華協調員常啟德 教授師生呼吸及微笑之道

香港恒生大學一直非常重視學生及教職員的身心健康，並致力加強他們對身心健康的認識和實踐。大學今日（6月11日）邀得聯合國駐華協調員常啟德先生（Mr Siddharth Chatterjee），以「與常啟德保持呼吸及微笑」為主題，與學生及教職員分享他的生活經歷及保持健康的秘訣。

常啟德先生以科學的方法，教授參加者多個保持健康與幸福的方法，並即場帶領參加者練習呼吸，從而舒緩緊張情緒，達致身心鬆弛的效果。

圖片：





圖片說明：常啟德先生向參加者即場教授呼吸方法

圖片下載：<https://bit.ly/3Vxc7HZ>

香港恒生大學簡介

香港恒生大學是一所以博雅教育為主導的非牟利私立大學，設有五個學院，包括商學院、傳播學院、決策科學學院、人文社會科學學院、和翻譯及外語學院，全日制學生逾6,000人。恒生大學採用獨特的「博雅 + 專業」教育模式，致力培育青年成為具明辨思維、創新力量、人文關懷、道德價值和社會責任的人才。

恒生大學矢志成為區內具領導地位的私立大學，以本科教育為主，配合優秀的師資、獲獎的綠化校園與設施、創新的學位課程、結合生活與學習的住宿書院系統、互動小班教學、緊密師生關係、獲研究資助局資助的具影響力研究，以及優質的學生發展／支援服



香港恒生大學
THE HANG SENG UNIVERSITY
OF HONG KONG

務。在新加坡 AppliedHE 公布的 2023 年「東盟地區+」私立大學評鑑中，恒生大學整體位列第七，並在大中華地區及「就業能力」層面居首。恒生大學亦在 2021 年英國泰晤士高等教育「大學影響力排名 2021」位列「優質教育」及「良好工作和經濟增長」全球首 200 名。