

員工的身心健康 企業發展的關鍵

對於企業僱主，員工長期處於亞健康狀態，甚或出現慢性病患初期症狀，例如血糖或血壓偏高，員工健康欠佳，不但降低工作效率，無論頻密病假或帶病上班，都拖累團隊工作士氣。

反之，僱主如能協助提升員工健康，不但有助於建立關愛企業的形象，更能吸引及留住人才。

▶ ReHealthier 智能健康教練

ReHealthier健康教練結合人工智能技術及營養心理學，用家每日執行一個**健康小任務**，拍照上傳作證據。ReHealthier亦配有**教練聊天室**，用戶可以查詢各種健康營養資訊。另外，通過與每位成員互動溝通與及搜集信息，ReHealthier運用人工智能系統計算**分析用家的進展**，適時提供**個人化建議**，從而調節健康改善策略。

對於繁忙的都市人，想健康但又怕尷尬，ReHealthier人工智能健康教練是一個出路！

▶ 大多數人都認同健康的重要

卻基於種種原因忽視健康，例如：缺乏動力、工作太忙、不懂得如何去「健康」，或誤以為必須要餐餐節食、做大量運動才算是健康。

▶ 懂得「輕鬆地健康」才是重點

研究顯示，要達至身心健康，只需及早實行簡單的健康生活習慣，例如每日喝足夠的水、飯後散步、吃真正食物等，便能大幅度減低急性和慢性病患的風險。ReHealthier就是要引領大家輕鬆持續地執行這些習慣。



ReHealthier
Health and Lifestyle Reboot

▶ 建議企業方案

1. 健康講座 配合 ReHealthier 智能教練

我們因應企業員工的健康需要，制定講座內容，並以智能教練作為日常健康行為的小管家，幫助員工建立愉快及可持續的健康生活。

2. ReHealthier 智能教練 配合 智能手帶

企業亦可以比賽形式，配合智能手帶及智能教練的指引將活動數據記錄，概覽各團隊的表現，亦增加員工互動的趣味。



