coupang newsroom

打造健康職場文化Coupang酷澎邀物流員工上班動起來

2025. 6. 11.

*Coupang*酷澎健康促進計畫結合四大主題，其中運動講座邀請有氧老師示範教學，幫助物流員工建立運動習慣保持健康。

誰說運動健身一定要出門? Coupang酷澎為第一線員工推出為期六周「酷澎健康促進計畫」（Coupang Care Program），繼營養講座後登場的是運動講座，期待經由建立健康飲食習慣跟規律運動，幫助Coupang酷澎員工促進健康，蓄積家庭與工作的更多能量

Coupang酷澎設置數十人專業環境安全衛生團隊及常設職場護理師，以充沛的資源照護各級員工健康，尤其是人力需求較高的物流倉儲，EHS團隊每日進行職場動線維護等檢測，確保物流員工能安全、有效率地完成每日目標。

Coupang酷澎台灣今年5月起首度推出「酷澎健康促進計畫」（Coupang Care Program）結合健康基礎檢測、一對一專業諮詢、主題式專家講座，利用工作時間內促進個人健康，樹立科技物流業的健康職場新典範。
在Coupang酷澎物流中心工作的柯姓員工指出，近一年來Coupang酷澎的員工健康課程有感增加，因此積極參與公司系列健康促進活動，一方面提升運動知識，另一方面也期待Coupang酷澎持續這類活動，就像是多一個人關心自己。

運動講座主講者、專業有氧舞蹈老師李芝嫻老師建議，如果想開始培養運動習慣，可以從上肢活動著手，對於初學者身體的負擔較小；理想情況還是建議每周至少運動2次，讓身體持續熟悉動作並漸漸增加強度。

Coupang[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Coupang [illegible]

Coupang[illegible]15[illegible]Coupang[illegible]101[illegible]Coupang[illegible]

Coupang[illegible]101[illegible]

Coupang [illegible]2024[illegible]101[illegible]Coupang[illegible]EAP[illegible]24[illegible]

同年11月，Coupang　酷澎世界各地辦公室舉行步行挑戰賽，並將公益目標作為動力，在8成參與者每天跨出7000步的努力下，成功捐出2000萬韓元予聯合國兒童基金會（UNICEF），幫助世界各地有需要的兒童，既照顧自身健康也為兒童福祉盡一份心力。

취재 문의