

수지구보건소에서 어르신 건강교육 프로그램 대상자를 모집합니다

2021년 **100세** 어르신 건강시킴이 프로젝트



99세까지 88아게



☞ 모집기간: 2021. 10. 05.(화) ~ 모집 완료까지

☞ 모집대상 : 만 **65세 이상** 어르신 64명

총 2기수 8개반 운영

		1회차	2회차	3회차	4회차
1기	화요일 오전반	10월 19일	10월 26일	11월 2일	11월 9일
	화요일 오후반				
	목요일 오전반	10월 22일	10월 29일	11월 4일	11월 11일
	목요일 오후반				
2기	화요일 오전반	11월 16일	11월 23일	11월 30일	12월 7일
	화요일 오후반				
	목요일 오전반	11월 18일	11월 25일	12월 2일	12월 9일
	목요일 오후반				

○ 시 간 : 09:30 ~ 12:00 / 14:00 ~ 16:30 (매주 화요일, 목요일)

○ 장 소 : 수지구보건소 지하 1층 건강증진프로그램실

☞ 운영내용 : 통합건강증진교육 월 4회 시행

- VR을 이용한 실내 자전거, 한의약을 이용한 기공체조, 운동/영양 교실, 성북천 걷기 대회 등 다양한 프로그램 제공

- 개근자에게 소정의 상품 제공

☞ **참여신청 : 전화신청(031-324-8838)**



수지구보건소

SUJI-GU PUBLIC HEALTH CENTER