

浦东成人教育 -

书院镇新舒苑居委举办健康知识讲座进社区活动

基层动态

作者：书院镇

发布于：10-17

(本站发表日期：2016-10-17) 浅浅



浅浅 生命无价，健康第一，健康对每个家庭来说都是至关重要的，注重日常保健，活到百岁不是梦。为进一步提高居民健康观念和防病意识，提高中老年人自我保健意识，倡导科学合理健康的生活方式。书院镇新舒苑社区居委会为了让社区内的中老年朋友能拥有一个健康的身体，丰富他们的身体保健知识，10月13日上午，特邀请上海市质子重离子医院的张志红医生在居委三楼的多功能教室内举办一场“中老年人膳食知识讲座”进社区活动，约有70余位居民参加。健康对每个家庭来说都是至关重要的，随着人们生活水平的不断提高，如何以健康的生活方式获得最佳的生活质量显得尤为重要。讲座中，张医生向各位居民讲解了各类食材的营养效果，以及其所富含的微量元素对人体健康的帮助。讲座最后，还与大家进行了互动，并针对部分居民不良的饮食习惯给出了健康合理的建议，居民纷纷表示受益匪浅，希望以后能更多地组织开展此类贴近民生的活动。此次讲座在社区内营造“人人关注健康、享有健康、人人享受健康”的氛围。今后，社区将经常性的举办适合中老年人的保健知识讲座，普及防病抗病知识，提高居民的生活质量。 (书院镇新舒苑居委王双双供稿 浅浅惨” 破鹤踊福