

ข่าวสาร/กิจกรรม

เมื่อวันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ เวลา ๐๙.๓๐ น. ณ ที่ทำการชุมชนหนองบัว ๔ นายกเทศมนตรีนครอุดรธานี นายอิทธิพนธ์ ตรีวัฒนสุวรรณ นายกิตติกร ทัฬหีนันท์ รองนายกเทศมนตรีนครอุดรธานี พร้อมด้วยสมาชิกสภาเทศบาล ประธานชุมชนหนองบัว และประธานชมรมผู้สูงอายุชุมชนหนองบัว ๔ ร่วมโครงการอบรมชุมชนห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุชุมชนหนองบัว ๔ โดยโครงการมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้การดูแลสุขภาพและทักษะในการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพให้มีความแข็งแรง ห่างไกลโรค สร้างสัมพันธ์ที่ดีในชุมชนและระหว่างชุมชน ด้วยการสนับสนุนงบประมาณจากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่นเทศบาลนครอุดรธานี โดยมีวิทยากรจากสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี มาให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและแนวทางการแก้ไขปัญหาสุขภาพ การดูแลสุขภาพด้วยหลัก ๓ อ. (อาหาร , ออกกำลังกาย , อารมณ์) ๒ ส. (งดสูบบุหรี่ , งดดื่มสุรา) ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และการออกกำลังกายแบบยืดเหยียดกล้ามเนื้อโดยใช้ผ้าขาวม้า





ข่าวสาร/กิจกรรม



ข่าวสาร/กิจกรรม



Cr. ภาพ/ข่าวจาก ฝ่ายประชาสัมพันธ์ กองวิชาการและแผนงาน