



嘉義基督教醫院推出「快樂玩、輕鬆動，健康嘉基人-動動生活節」主題活動

來源:波新聞 | 日期:2024-07-06 11:47:32 | 瀏覽次數:3667

3%80%81%E8%BC%95%E9%AC%86%E5%8B%95%EF%BC%8C%E5%81%A5%E5%BA%B7%E5%98%89%E5%9F%BA%E4%BA%BA-

波新聞-辜士陞/嘉義

嘉義基督教醫院於7月5日晚間推出以「快樂玩、輕鬆動，健康嘉基人-動動生活節」主題活動，共吸引超過300位同仁及眷屬一同至院內員工運動中心共襄盛舉，活動內容包括自我健康目標宣示、體適能闖關、員工運動中心牆面美化彩繪、員工動靜態社團博覽及小市集嘉年華等，希望透過動動生活節活動，讓參與的同仁及眷屬在夏夜中享有「快樂玩、輕鬆動」的休閒氛圍。



此次「動動生活節」從員工運動中心牆面美化彩繪中拉開序幕，由嘉基院長陳煒、社區部劉中賢副院長、行政部副院長陳明晃及副院長周恬弘共同進行開幕彩繪儀式，陳煒院長表示，嘉基了解擁有健康滿點、活力十足的員工，是醫院永續經營的最大資產，因此以SDGs概念提供安全、衛生、舒適的工作環境，並展現對員工身心健康、生活平衡的重視，是維持競爭力的重要關鍵，亦是永續發展目標的核心之一。因此院方積極為同仁們營造更多元與友善的工作場域，希望藉此活動讓同仁在工作忙碌之餘，也能輕鬆入門養成運動的好習慣，同時和家人一起參與休閒活動，促進工作與生活平衡，致力於成為更加健康活力的幸福職場。



現場的小市集嘉年華更結合了慢飛天使晨光咖啡、再耕園庇護工場手工餅乾、慢慢猴商品義賣、長青園與大齡食堂長輩手作產品及部落特色農產等攤位；除了公益販售攤位，各個社團設計的闖關體驗也十分多元有趣，例如30秒體適能挑戰或16蹲進階挑戰、球類社團趣味遊戲、養生太極拳的腹肌訓練；同時也有熱音社精彩的舞台表演、益智社及魔術社互動遊戲等，豐富熱鬧的活動內容讓與會同仁與眷屬享有盡興而歸的夏夜。

圖：嘉基推出「快樂玩、輕鬆動，健康嘉基人-動動生活節」主題活動 (嘉基醫院提供)

