

法務部行政執行署宜蘭行政執行處員工健康衛教宣導講座

宗旨：為加強同仁預防重於治療觀念，紓解工作壓力強健身心體魄，配合社團法人職業災害防治中心巡迴宣導，辦理衛教講座。

時間：98年7月29日下午3時30分至4時30分

地點：本處二樓第一會議室

講題：紓壓減壓慢性病防治

講師：周宏志研究委員

參加人員：本處員工及委外助理、替代役男



牢記：為了身心健康，一定不可熬夜！



雙手反扣簡單啦！再由內往外翻？難喔！
講師曰：無法外翻者，要多運動，才能遠離五十肩。

