

2015.03.30 健康服務站講座成果

- ◆健康服務站名稱：龍洲里馬偕健康服務站
- ◆時間：下午 14:30-15:30
- ◆對象：社區民眾
- ◆主題：馬偕活力運動操
- ◆講師：馬偕醫院 陳玉華 護理師
- ◆參加人數：12 人
- ◆滿意度成果分析：(有效問卷 12 份)

分析項目	非常滿意%	滿意%	普通%	不滿意%	非常不滿意%
時間安排	92.0%	8.0%	0%	0%	0%
場地安排	100%	0%	0%	0%	0%
講師表達	100%	0%	0%	0%	0%
課程內容	100%	0%	0%	0%	0%
服務態度	92.0%	8.0%	0%	0%	0%
總體滿意度	96.8%	3.2%	0%	0%	0%

◆活動相片：



“運動”具有多項好處，除了能減低生理疾病的發生率之外，心理層次的快樂感也能提升，讓自己更有活力、健康、長壽。透過馬偕活力運動操 DVD，隨著音樂，參照物理治療師的指導，建立規律運動習慣，並護理師介紹認識運動前中後注意事項，避免運動傷害。