**新竹馬偕紀念醫院糖尿病病友支持團體**

**隨著年齡增長，體力逐漸下降、精神不濟?**

**跟著樂齡運動教練動一動，杜絕骨質疏鬆及肌少症找上門。**

**強化肌肉骨骼、減緩慢性病風險，促進身心健康!**

**\ 作伙動起來☺ /**

* 主辦單位：新竹馬偕紀念醫院糖尿病衛教室、社會服務課
* 活動時間：2024年9月23日 星期一，下午14:00~16:30
* 活動主題：**「樂齡肌力訓練大補帖」**
* 活動地點：本院平安樓13樓陽光會議室
* 活動對象：本院糖尿病病友及家屬
* 人數限制：30人(名額有限，請儘速報名)
* 報名方式： ❶ 電話03-6889595分機6219

 ❷ 二樓糖尿病衛教室現場報名

 填妥後撕下交回糖尿病衛教室

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 患者 | 姓名 |  | 性別 |  | 年齡 |  | 電話 |  |
| 家屬 | 姓名 |  | 性別 |  | 年齡 |  | 電話 |  |
| 罹患糖尿病時間？ □1年以下 □1~5年 □5年以上 |