

## برگزاری ساعت نشاط و سلامت

ساعت نشاط و سلامت ویژه کارکنان در دانشکده علوم پزشکی مراغه برگزار شد.



**به گزارش مفدا** مراغه، ساعت نشاط و سلامت با همکاری کانون ورزش و کانون سلامت در معاونت فرهنگی و دانشجویی دانشکده علوم پزشکی مراغه برگزار شد. ساعت نشاط و سلامت به منظور ایجاد نشاط و شادابی در بین کارکنان معاونت فرهنگی و دانشجویی دانشکده علوم پزشکی مراغه نطقه عطف این برنامه سالم بود.

بهزاد موسی زاده مدیر فرهنگی و دانشجویی دانشکده علوم پزشکی مراغه در این مورد گفت: ایجاد بستر مناسب جهت رشد سلامتی و تندرستی کارکنان از طریق آشنایی و گسترش ورزش های همگانی و همچنین نهادینه شدن شادی و نشاط واقعی در بین کارکنان و تاثیر آن بر سلامتی جسمی و روحی، رشد و موفقیت فردی از اهداف برگزاری ساعت نشاط و سلامت در دانشکده می باشد.

وی افزود: در حال حاضر با توجه به اینکه کارمند موظف است چندین ساعت پشت میز بنشیند اگر به سلامت جسمی خود توجه نکند با گذشت سن متوجه عارضه های جسمی زیادی خواهد شد. بنابراین مدیریت فرهنگی و دانشجویی دانشکده علوم پزشکی مراغه در تلاش است که بسترهای مناسب برای کارکنان این معاونت فراهم کند زیرا ورزش برای افراد سلامتی، نشاط و افزایش طول عمر و کاهش هزینه های درمانی و در نتیجه بالا رفتن راندمان کاری را موجب می شود.

بهزاد موسی زاده خاطر نشان کرد: متقارن بود این هفته با هفته سلامت بانوان فرصت مغتنمی است تا با ایجاد بستر مناسب برای بانوان به سلامت جسمی و روحی آنها تلاش کرده باشیم زیرا مشکلات جسمی و روانی زنان می تواند تاثیر مستقیمی بر سلامت همه اعضای خانواده داشته باشد بطوریکه آثار نامطلوب بیماری و مرگ و میر مادر بر سلامت اعضای خانواده غیر قابل چشم پوشی است.

گفتنی است در اولین جلسه ساعت نشاط و سلامت مسابقات دارت، فوتبال دستی و تنیس روی میز در گروه های مجزا ویژه برادران و خواهران برگزار شد و مسابقات طناب کشی نیز در هفته های آتی برگزار خواهد شد. همچنین این مسابقات با رعایت پروتکل بهداشتی و رعایت فاصله جهت جلوگیری از ابتلا به ویروس کرونا برگزار شد.