



## ชมรมผู้สูงอายุบ้านคำแสนราช ดูงานคลินิกผู้สูงอายุ ศูนย์อนามัยที่ 7 อุบลราชธานี

เมื่อวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2556 ที่ผ่านมา ชมรมผู้สูงอายุบ้านคำแสนราช อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ศึกษาดูงานคลินิกผู้สูงอายุ ศูนย์อนามัยที่ 7 อุบลราชธานี ได้ศึกษาฐานการเรียนรู้ด้วยตัวเองเกี่ยวกับอาหาร การออกกำลังกาย และการเพิ่มความแข็งแรงของร่างกาย เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถนำไปปรับใช้กับการใช้ชีวิตประจำวัน เพื่อสุขภาพที่แข็งแรง นอกจากนี้ ยังได้ศึกษาดูงานศูนย์เรียนรู้ลดโลกร้อน การเลี้ยงไส้เดือนเพื่อกำจัดขยะและการปลูกผักปลอดสารพิษอีกด้วย

