

# Yeosu Web Contents

2024년 05월 03일 11시 47분



# 목차

목차	2
보건소 소식	3
스위치on!건강on! 온택트 가족건강 걷기대회	3

## 스위치on!건강on! 온택트 가족건강 걷기대회

2021.04.29 조회수 84 담당부서 건강증진과 담당자 박정진 연락처 061-659-4213

- 운영기간 : 2021.5.1.(토) ~ 2021.5.9.(일) (9일간)
- 대 상 : 워크온 앱 설치자 중 참여 희망자 (워크온 여수!)
- 방 법 : 생활속 거리두기 실천 비대면 나 홀로 및 5인이하 가족걷기
- 장 소 : 4코스 중 택1
- 인센티브 : 인센티브 : 목표 달성한 선착순 4,000명에게 모바일 상품권(3,000원권) 지급
  - GS상품권 & CU상품권/ 타인에게 양도할 수 없음
  - 휴대폰 명의로 본인 명의 동일 (본명이 아니고 닉네임 사용 시 지급불가)
  - 지급방법 : 챌린지 달성 2주 후 개인 핸드폰 문자 메시지로 전송

온택트 가족 건강 걷기의 또 다른 방법

사랑하는 자녀들과 함께

건강도 챙기고 환경도 지키는 온택트 플로깅(plogging)에 참여해 보세요^^

플로깅(plogging)은 이삭을 줍는다는 뜻의 스웨덴어 plocka upp와 영어 조깅 jogging의 합성어로 달리면서 쓰레기를 줍는 운동임. 거리에 쓰레기를 최대한 많이 주우면서 목적지까지 일정한 속도를 유지하는 것이 핵심! 그냥 달리거나 걷기보다 칼로리 소모에 더 효과적이며, 운동을 하면서 건강과 환경을 동시에 지킬 수 있음.

- 참여대상 : 관내 초·중·고등학생 /2,000명
  - 참여방법 : 같은 기간에 걷기 코스를 걸으면서 주변 환경 정화 활동 수행
  - 준비물품 : 쓰레기 봉투/ 개별 준비 (장갑, 집게 등 선택 준비)
  - 인센티브 : 자원봉사시간 인정 (2시간)
  - ※ 모바일 상품권과 중복 신청 불가하며, 모바일 상품권과 자원봉사시간(2시간) 중 선택 가능합니다.
  - 지급대상 : 온택트 플로깅 코스 완주자 + 활동사진 제출자 (2장 이상)
  - 제출방법 : 여수 커뮤니티(또바기 하루 만보의 기적) 내 게시판에 사진 업로드
  - 신청절차 : 참여방법은 기본 참여방법과 동일하며, 리워드 선택과 사진업로드 단계 추가
  - ① 챌린지 완료 후 반드시 기간 내 리워드 자원봉사시간(2시간) 받기 클릭
  - ② 1365자원봉사포털 시간인증을 위한 배송 정보 입력 란 에 기재 (1365아이디,학교,학년,반,이름,핸드폰번호 입력 필수)
  - ③ 활동사진 여수 커뮤니티(또바기 하루 만보의 기적) 내게시판에 업로드
- ex. 쓰레기 봉투가 나오도록 상반신 사진 촬영/ 쓰레기 줍는 사진 제출

첨부파일

[전체\(Zip\)다운로드](#)

-  온택트 가족건강 걷기대회 홍보용.hwp (690 hit/ 244.5 KB) [↓](#) [미리보기](#)
-  1-1.jpg (209 hit/ 206.2 KB) [↓](#) [미리보기](#)
-  2.png (210 hit/ 683.0 KB) [↓](#) [미리보기](#)
-  3.jpg (208 hit/ 711.1 KB) [↓](#) [미리보기](#)
-  4.jpg (212 hit/ 306.0 KB) [↓](#) [미리보기](#)
-  5.jpg (207 hit/ 253.9 KB) [↓](#) [미리보기](#)

(http://www.yeosu.go.kr)

---

목록

이전글

2021년 6월 사회복지시설 식단표 안내

다음글

2021년 5월 사회복지시설 식단표 안내

---

COPYRIGHT © YEOSU. ALL RIGHTS RESERVED.

# Yeosu Web Contents

