

臺灣宜蘭地方檢察署新聞稿



發稿日期:113 年 6 月 21 日

發稿單位:臺灣宜蘭地方檢察署

聯絡人:主任觀護人 黃婉鈺

電話:(03) 9253000 轉 320

宜蘭地檢辦理榮觀成長訓練 核心逆齡超慢跑及講授觀護實務

宜蘭地檢署於民國 113 年 6 月 19 日在二樓會議室辦理榮譽觀護人成長訓練課程，特別邀請了知名健身教練徐棟英先生，帶來了核心逆齡節拍超慢跑課程，另由洪生輝觀護人講授執行保護管束案件相關申請與資源連結，總計有榮譽觀護協進會理事長賴文典在內的 40 餘位榮譽觀護人參加。

黃婉鈺主任觀護人在致詞中提到，本署特別邀了徐棟英教練來上課，介紹當下相當火紅的超慢跑及核心課程，對於身心健康極具幫助，希望各位榮觀在幫助他人時也要好好照顧自己身心健康。

訓練現場準備了一整排的瑜伽墊，參加者進行了多項肌力訓練，並學習如何在日常生活中實踐超慢跑，以促進健康、預防老化及改善肌少症。所有人在活動中都付出了努力，全身洋溢著汗水。

隨後，本署資深洪生輝觀護人講授執行保護管束期間個案相關申請及資源連結，這些知識將有助於榮譽觀護人在執行任務時能妥善向個案說明及更有效地利用資源，提供個案更好的協助。

總結以上課程，希望這些訓練能夠幫助榮譽觀護人更好地照顧自己的健康，提升身心狀況，並在觀護作業中表現更卓越。









