

樂活不老 吃出營養 新住民文化料理團體

招生簡章

您是否正面臨更年期健康的問題？

您是否希望吃得營養、活得健康？

歡迎加入課程，透過專業講師分享更年期常見的症狀、掌握身體保健的方法。除了認識更年期自我照顧方式外，更從健康的飲食出發，帶您親手製作營養又健康的輕食料理！

○ 日期: 113年8月16日至113年10月4日

○ 時間: 每週五，下午2點至下午5點

○ 上課地點: 臺北市中正婦女支持培力中心
(地址: 台北市中正區延平南路207號4樓)
捷運: 小南門站2號出口，出站走路約8分鐘

○ 招生對象: 至少15人，40歲以上新住民，以居住在臺北市的市民優先報名，其他縣市列為候補

○ 團體講師: 新住民文化推廣講師、臺北醫學大學食品安全學系及臺北醫學大學附設醫院護理部團隊

○ 報名專線: 02-22300339 洽詢張社工、吳社工



報名請掃描

指導單位: 臺北市政府衛生局

執行單位:  財團法人 EDEN SOCIAL WELFARE FOUNDATION
伊甸社會福利基金會

