

110 年社區健康廚房健康飲食系列課程

- 一、主辦單位：臺北市立聯合醫院、臺北市社區營養推廣中心
- 二、活動地點：臺北市立聯合醫院萬華辦公室 11 樓社區健康廚房
- 三、活動對象：社區民眾、社區長者、院內員工、醫護相關人員、營養師、廚師、實習學生等，每場 20~30 位。
- 四、活動訊息：每月 15 日公告下個月課程於聯合醫院網站/營養部/活動訊息
- 五、課程聯絡人：營養部 2555-3000*2775 陳營養師 A4275@tpech.gov.tw
社區營養推廣中心 龔小姐 2303-1297
- 六、活動場次：5 月份健康飲食系列活動

場次	日期	課程主題	活動對象	預計人數	主辦單位
1	5/5(三) 14:00~15:00	高齡友善食品設計及應用	(內部訓練) 本院營養師	10	營養部
2	5/7(五) 11:30~13:00	感恩母親，灌鈣營養	(員工健康促進) 本院員工	20	和平
3	5/11(二) 14:00~15:00	低蛋白餐點設計及應用	(內部訓練) 本院營養師	20	營養部
4	5/14(五) 11:30~13:00	大腦繽紛樂：思緒清晰美味餐	(員工健康促進) 本院員工	20	和平
5	5/17(一) 12:00~13:00	認識藥膳食材及飲品體驗	(內部訓練) 本院員工/ 營養師	20	營養部/ 林中昆
6	5/19(三) 14:30~16:00	共餐據點營養教育課程 軟質餐點示範	(社區營養) 共餐據點負 責人	20	陽明
7	5/20(四) 8:00~9:00	健康的 168 飲食法	(樹蛙特攻隊 社團) 本院員工	20	社團
8	5/21(五) 9:30~11:30	健康烘焙系列課程1	(社區營養) 社區長者	20	社區營養 推廣中心
9	5/25(二) 14:00~15:00	腸道機能性食品介紹及應用	(內部訓練) 本院營養師	20	營養部