

食在有力

夏季美食-麻笋

臺中
限定

活動日期 (第四場)

112年8月11日(五)下午2時至下午5時

活動地點

臺中市南屯區新生里新德街261號

參加對象

臺中市市民
(孩童參加需有家長陪同)

限額

報名方式

採線上報名
每人僅限報名1場

免費



報名 QR CODE

活動時間

時間	活動內容	主講人
13:45-14:00	簽到、前測	
14:00-14:10	行前介紹	召集人
14:10-15:10	農業體驗	農業體驗講師
15:10-15:50	飲食營養與健康	衛生局營養師
15:50-16:50	飲食文化(DIY手作)	料理示範講師
16:50-17:00	Q&A、後測	



注意事項

自備餐具

- 1.本活動不另提供免洗餐具，請參加學員自備。
- 2.建議可穿著建議穿著綠色系服裝以符合麻笋主題。
- 3.報名經通知錄取後，因故無法參加者，請於活動前3個工作天來電告知，以利釋放名額給其他有意願參加者。
- 4.本活動如有未盡事宜，主辦單位有權修改公告及活動內容之新增、修改、變更、刪除等權利。
- 5.如需協助請於週一至週五09:00 - 18:00洽蘇小姐 0988-761780或陳小姐 04-25265394#7097 電子郵件: greeninfarm@gmail.com

臺中市政府衛生局

112年「社區銀養健康促進」DIY實作活動

活動地點



臺中市豐原區衛生所-阿嬤ㄟ灶咖
(臺中市豐原區中興路136號1樓)

限額
20名

參加對象

本市社區長者及其親友或長者照顧者



報名方式

採線上google
表單報名



報名QR code

活動時間

上午08:45-12:50

活動日期

8月16日(三)

天然
辛香料
風味料理

活動流程

	活動內容	主講人
08:45-09:00	簽到、前測	
09:00-09:15	1.三好一巧飲食原則 2.飲食軟化技巧及在地食材推廣	本局社區營養師
09:15-12:35	料理示範及實作	主廚
12:35-12:50	後測、活動滿意度調查	

注意事項

需自備容器

- 1.為響應環保，本活動**不另提供免洗餐具**，請參加學員**自備餐具及盛裝容器**。
- 2.報名經通知錄取後，因故無法參加者，請於活動前3個工作天來電告知，以利釋放名額給其他有意願參加者。
- 3.本活動如有未盡事宜，主辦單位有權修改公告及活動內容之新增、修改、變更、刪除等權利。
- 4.如需協助請洽臺中市政府衛生局保健科 邱小姐
電話：(04)2526-5394分機7098

祖孫共融(青銀共學) 自創乳品料理DIY學習趣

活動日期 112年8月25日(星期五)

活動時間 下午13:15-17:20

參與對象

臺中市市民
可攜帶2-3名家屬(含
兒孫)共同參與活動



報名QR code

活動地點  臺中市豐原區衛生所-阿嬤ㄟ灶咖
(臺中市豐原區中興路136號1樓)

限額20名

活動內容

! 如有其他需求需自備食材或器具

- 食材主辦單位會提供鮮奶(牛奶)、起司片、無糖優格及芋頭(若民眾有其他食材需求可自行準備)，讓參與學員自行發想創意乳品料理DIY，專業主廚會在料理過程中提供建議及輔導!
- 活動場地僅提供常見廚具(如：卡式爐、平底鍋、打蛋盆、菜刀、砧板、鐵製碗筷、湯匙、小電鍋2個、隨行果汁機6台)，如料理過程有特殊容器需求請自行準備。

活動流程

時間	活動內容	主講人
13:15-13:30	簽到、前測	
13:30-13:45	乳品推廣議題宣導	本局社區營養師
13:45-15:45 (120分鐘)	民眾DIY創意料理暨主廚指導 (由3-5位家庭成員為1組)	主廚
15:45-17:15 (90分鐘)	主廚乳品料理示範	主廚
17:15-17:20	後測、活動滿意度調查	

注意事項

需自備容器

- 1.為響應環保，本活動不另提供免洗餐具，請參加學員自備餐具及盛裝容器。
- 2.報名經通知錄取後，因故無法參加者，請於活動前3個工作天來電告知，以利釋放名額給其他有意願參加者。
- 3.本活動如有未盡事宜，主辦單位有權修改公告及活動內容之新增、修改、變更、刪除等權利。
- 4.如需協助請洽臺中市政府衛生局保健科 邱小姐
電話：(04)2526-5394分機7098

