

基隆市健康促進-健康體位議題親職活動簡章

多元文化餐桌趣

一、活動目的：

希望透過強化健康飲食之知識傳遞以落實健康的飲食習慣及健康體位。從認知層面建立正確飲食觀念，以期改善飲食習慣，進而改善體位過輕或過重問題。再從認知層面建立正確體型觀念，並進而以正常體位為目標。最後要強調放假日也要能維持健康體態、正常作息，並正確的實踐在日常生活中。

二、活動日期與時間：113年7月7日(星期日)9:00~12:30。

九、活動流程：

時間	課程內容	師資
09:00-09:30	報到	新北市新埔國小 營養師 林函儀
09:30-10:20	健康滿分-兒童飲食	
10:20-10:30	休息時間	
10:30-11:30	親子動手做：多元文化餐點	
11:30-11:40	休息時間	
11:40-12:30	餐桌的共享時光	
12:30-	賦歸	

四、活動地點：基隆市成功國民小學食育教室（基隆市仁愛區獅球路6號）。

五、活動對象：基隆市各國小學生及家長，依報名順序至多錄取12組家庭，每戶至多4人。

六、活動費用：免費參加。

七、報名時間：即日起至7月3日(星期三)中午12點止。

八、報名方式：填好的報名表請寄至 wani761030@gmail.com

七、錄取名單：將於7月4日星期四前mail通知，並公告於成功國小校網。

八、活動聯絡人：成功國小學務主任游文霓(洽詢電話24313939分機20)。

基隆市健康促進-健康體位議題親職活動報名表

多元文化餐桌趣

活動時間：113 年 7 月 7 日(星期日)9：00~12：30。

活動地點：基隆市成功國民小學食育教室（基隆市仁愛區獅球路 6 號）。

報名資料：

學生學校名稱		
參與人數統計	人(至多 4 人)	
聯絡人	主要聯絡家長	聯絡電話
		電話： 手機：
參與人員 本資料僅提供保險使用，請放心填寫。	姓名：	姓名：
	出生年月日：_____	出生年月日：_____
	身分證字號：_____	身分證字號：_____
	姓名：	姓名：
	出生年月日：_____	出生年月日：_____
	身分證字號：_____	身分證字號：_____
備註		

報名時間：即日起至 **7 月 3 日(星期三)中午 12 點止**。

報名方式：填好報名表請寄至 wani761030@gmail.com 成功國小學務主任游文霓。

錄取名單：將於 **7 月 4 日星期四前** mail 通知，並公告於成功國小校網。

活動聯絡人：成功國小學務主任游文霓(洽詢電話 24313939 分機 20)。