

附件二、『小樂活食育』教師暨家長講座說明

一、講座規劃與內容說明

1. 家庭與校園的支持是培養兒童健康飲食習慣的關鍵，而孩子健康飲食習慣的建立，並非在短時間內即能養成，唯有家長的陪伴與學校的支持，方能鼓勵孩子正確挑選食物，進而真正落實於日常生活中。
2. 本會特別精心規劃教師及家長講座，強化飲食營養知識及技巧，以期協助及鼓勵兒童養成良好的習慣，強化學生飲食行為改變。
3. 講座內容說明：
 - 講座預約承辦日期：115 年 03 月 09 日(一)至 115 年 06 月 30 日(二)
 - 宣導主題：成為更健康的我
 - 宣導內容：透過健康風險數字激發動機、破解常見的 NG 飲食習慣，以及簡單好記易落實的飲食原則，並相互討論如何成為更健康的自己
 - 宣導對象：學校師長/家長
 - 費用：免費（此講座為愛心捐款提供學校師長/家長講座堂數，非社區講座）
 - 活動時間：每場 80 分鐘
 - 需請學校準備：麥克風、影音設備、簡報筆、投影機、A3 紙、彩色筆數支
4. 注意事項：
 - 請填妥資料完成線上報名，本會將於 115 年 01 月 05 日（一）起陸續以電子郵件通知講座申請成功之學校。
 - 本會提供教師暨家長講座一學期上限 15 場次（本會保有決定權，敬請見諒）。依報名順序安排，若時間衝突將另行協調。

二、線上報名

1. 報名時間：即日起至 115 年 06 月 30 日(二) **(額滿為止)**

如需修改日程及相關資訊請於 115 年 02 月 26 日(四)前通知，逾期則不協助辦理，再煩請各申請學校配合，謝謝（需要臨時取消場次請儘速通知本會）。

- 此講座為「教師及家長講座」，預約學童講座請詳見附件一。
 - 講座報名連結：<https://www.surveycake.com/s/6daR2>
 - 相關問題請來電：02-2775-2529 轉 19，徐營養師。
2. 教師暨家長講座講座，即日起接受**線上報名**，請上網填妥各項資料，本會將於 115 年 01 月 05 日（一）起陸續以電子郵件通知講座申請成功之學校，請務必填寫常用信箱，未

來皆以此信箱通知，不另電話告知，並請老師於 2 周內回覆信件，無回覆視同放棄。