

## 附件二、『小樂活食育』教師暨家長講座說明

- 一、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。
- 二、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。
- 三、講座內容說明：

◆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 90 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(分組討論使用)

四、注意事項：

1. 請填妥資料報名，並致電：(02)2775-2529 轉 19，小樂活承辦人，於兩周內 email 回覆。
2. 講座一學期上限 10 場次（本會保有決定權，謝謝）。依報名先後順序安排，若時間衝突將另行協商。
3. 若學校講座中有現場實作餐點需求，請洽基金會。

### 網路報名

五、講座申請時間：113 年 03 月 04 日(一)至 113 年 06 月 28 日(五)

● 講座報名連結：<https://forms.gle/dsC2BJ4YKfLs3ajs5>

● 相關問題請來電：02-2775-2529 轉 19，小樂活承辦人。

六、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，收到報名資料後，

將於 3 周內以電子信箱通知確認。請務必填寫常用信箱，未來皆以此信箱通知，不另

電話告知，請老師 2 周內回覆信件，無回覆視同放棄。