**桃園市政府111年知性講座－健康啟動系列**

**「美食背後的危機與健康」研習課程表**

|  |  |
| --- | --- |
| **主題** | 美食背後的危機與健康 |
| **講師** | 柏飛營養諮詢中心李立慈營養師 |
| **時數** | 3小時 |
| **人數** | 160人 |
| **日期** | 111年10月17日（星期一）下午2時至5時 |
| **地點** | 本市綜合會議廳2樓會議廳 |
| **訓練對象** | 各機關學校公務人員、約聘僱人員及臨時人員 |
| **訓練目標** | 為使同仁了解飲食當中的危機，並認識環境賀爾蒙，遠離生活中隱形毒物，找尋適合的安全美食，以維持健康人生。 |
| **大綱** | 1. 說明飲食中所蘊藏的危機，包含體重、健康問題及心理疾病等因素。
2. 如何避免飲食中的環境賀爾蒙。
 |
| **備註** | 另本課程將納入本府相關政策及法令宣導。 |