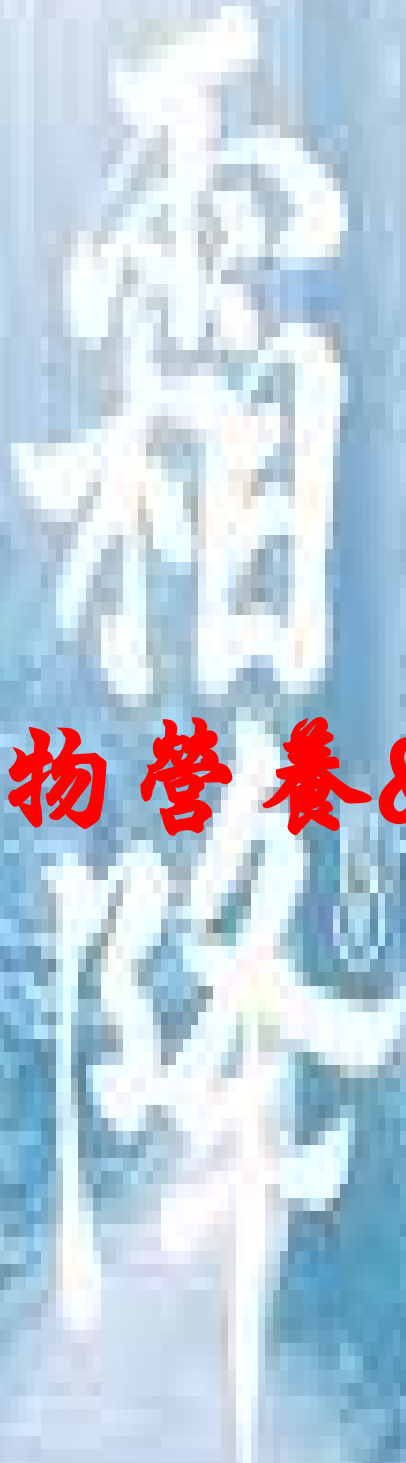


107 長青學苑



健康管理-食物營養&在地美食記憶

10月26日	在地經典美食-	老酒麵線	伊嬭、伊姆
第6週 10月29日	預防高血壓-飲食 DIY-喜氣六餃行	營養分類與食物的對應	營養師
11月02日	二十四節氣食補 [立冬] 栗子香菇雞湯	立冬，冬季的開始，這時太陽位於黃經 225 度。冬這個字含有「終了」的意思，農作物收割後要收藏的含意。當一年的節氣走到立冬，了藏伏避寒的時刻。	伊嬭、伊姆
11月05日	板栗雞煨煲		伊嬭、伊姆

時間:星期一、星期五 上午(10:00-12:00)

地點:津沙社區老人活動中心

辦理單位:

- (一) 指導單位:連江縣衛生福利局/連江縣南竿鄉公所
- (二) 主辦單位:連江縣南竿鄉津沙社區發展協會
- (三) 協辦機關(單位):社團法人台灣盲人協會

