

我的健康餐盤活動流程及注意事項：

活動日 2024/5/9(四)、5/16(四)、5/23(四)		
時間	流程	注意事項
1010-1020(10)	學生報到	須完成前測問卷
1020-1025(05)	活動開場	本次活動說明
1025-1055(30)	我的健康餐盤講座	營養師指導、示範
1055-1125(30)	學生實際操作 營養師檢視及學員分享	<ol style="list-style-type: none">1. 不符合我的餐盤原則(如海報圖示)，該餐須自費2. 餐費 100 元(不含白飯)3. 僅提供糙米及水果
1125-1140(15)	結尾、填寫後測及回饋 量表	須現場完成後測及回饋量表， 全部答對者(現場顯示手機螢幕)，才有機會參加摸彩(餐券 50 元或全家禮券 100 元)