

## 111年職場健康促進活動

No.	時間	活動名稱	地點
1	2月17日	透析飲食	腎臟科討論室
2	2月23日	健康飲食相見歡(听力減重班)	視訊課程
3	3月2日	認識食物與營養(听力減重班)	視訊課程
4	3月9日	外食與減重(听力減重班)	視訊課程
5	3月15日	健康促進醫院輔導工作坊-無菸醫院	視訊
6	3月16日	運動與減重(听力減重班)	視訊課程
7	3月23日	減重飲食面面觀(听力減重班)	視訊課程
8	3月25日	地中海飲食	集保公司
9	3月30日	藥物與減重(听力減重班)	視訊課程
10	4月18日	代謝症候群與飲食	體育局
11	4月26日	抒壓飲食	線上
12	5月12日	健康減重	輝達(視訊課程)
13	5月13日	老人營養評估與營養照護原則	22病房+Webex
14	5月19日	吃對了就會瘦	智統科技(視訊課程)
15	5月23日	運動與營養	精英電腦(視訊課程)
16	5月24日	運動與營養	智統科技(視訊課程)
17	5月27日	111年度心臟疾病照護團隊研討會—心臟疾病營養照護	視訊課程
18	5月30日	疫起慶端午	輝達(視訊課程)
19	6月2日	吃對了就會瘦	智統科技(視訊課程)
20	6月3日	端午節活動-發放大幅	國泰總院
21	6月15日	汐止國泰綜合醫院衛教師充能課程	視訊
22	6月29日	血脂動脈學會衛教師核心課程	視訊
23	7月8日	麥得飲食	e-learning
24	7月8日	減重飲食	e-learning
25	7月20日	血脂動脈學會衛教師核心課程	視訊
26	7月20日	外食原則	上海銀行(視訊)
27	7月27日	代謝症候群與飲食	中天電視台
28	8月1日	血脂動脈學會衛教師專門課程	視訊
29	8月10日	健康飲食與熱量計算	國泰金控
30	8月12日	戒菸衛教學會充能課程	實體+視訊
31	8月12日	減重與飲食	上海銀行(視訊)
32	8月16日	健康減脂	王道銀行
33	8月19日	國泰醫院充能課程	視訊
34	8月19日	吞嚥困難飲食分級與製備原則	22病房+Webex
35	8月22日	戒菸衛教學會充能課程	視訊
36	8月25日	三重醫院充能課程	實體
37	8月29日	戒菸專門課程	視訊
38	9月1日	減糖小學堂	睿澤公司
39	9月1日	重症病人營養照護	視訊課程
40	9月14日	高血脂症治療飲食	6W討論室
41	9月18日	聯合ERAS工作坊 (CRS營養主題)	台北慈濟
42	9月19日	戒菸核心課程	實體+視訊
43	9月20日	腸保健康	精英電腦
44	9月21日	健康減重	碩天公司(視訊)
45	9月22日	健康減重不復胖	國泰世華銀行
46	9月30日	戒菸專門課程	實體+視訊
47	10月12日	古亭國小戒菸宣導課程-教師研習會	實體
48	10月12日	高血脂症治療飲食	6W討論室
49	10月14日	外食族健康有訣竅	精誠電腦
50	10月17日	降低慢性發炎	精英電腦

## 111年職場健康促進活動

51	10月20日	北市衛生局充能課	視訊
52	10月20日	腸保健康	強茂公司(視訊)
53	10月22日	長庚體系參訪ERAS工作坊	33會議室
54	10月29日	重症病人營養需求與處置	33會議室
55	10月29日	個案管理戒菸小組介紹	視訊
56	11月2日	職場流感疫苗接種站	台北郵件處理中心
57	11月4日	職場流感疫苗接種站	福華飯店
58	11月6日	年會暨國際學術研討會 (ERAS營養主題)	林口長庚
59	11月10日	我的餐盤·健康營養跟著來	7樓會議室
60	11月11日	吃魚防失智	內湖區農會/漁業署
61	11月12日	醫師節活動-發放咖啡	國泰總院
62	11月24日	職場流感疫苗接種站	國泰人壽(人壽+產險+金控)
63	12月2日	減重飲食	中鼎公司
64	12月13日	職場流感疫苗接種站	健保署
65	12月18日	ERAS國際專家論壇暨工作坊	北醫
66	12月20日	吃出免疫力(視訊)	集保中心
67	12月28日	111年全人照護暨跨領域成效經驗分享研討會	31會議室 線上會議