



財團法人罕見疾病基金會

104 年度 罕見疾病-料理廚房系列課程

活動簡章

料理非難事 只怕有心人

一起在廚房裡 環遊世界吧！



各位親愛的家屬們：

為體恤罕病病友照顧者的辛勞，基金會今年將舉辦第一屆的「料理廚房」系列課程，目的是讓照顧者能以輕鬆有趣的方式體驗烹飪的樂趣，也希望藉由參加料理廚房課程，達到喘息、療癒的效果，暫時忘卻煩惱，投身於美食料理的世界當中。

本系列課程共三堂（隔週上課），採分組、料理全實作的方式進行，基金會特別邀請到 Yamicook 美食廚藝教室總經理 - 張馨月老師為大家示範及指導，課程中本會營養師還會傳授各位學員營養小知識，讓大家不僅享受美食又可吃得健康安心，各位已經準備好，跟我們一起在廚房裡環遊世界了嗎？

★課程內容、時間：

環遊世界第一站：義法經典輕鬆做 104 年 03 月 29 日(星期日) 上午 09:30-13:30

白酒蛤蜊墨魚義大利麵、法式經典紙包魚、綜合野菇濃湯

第二站：優雅英式下午茶 104 年 04 月 11 日(星期六) 下午 14:00-17:30

黑麥豬肉三明治、蘋果派、水果茶(需煮果香糖水)

第三站：南洋風味泰熱情 104 年 04 月 26 日(星期日) 上午 09:30-13:30

綠咖哩豬、打拋豬、蝦醬高麗菜



★課程地點：Yamicook 美食廚藝教室

台北市長安東路二段 246 號 8 樓之 1

★主辦單位：財團法人罕見疾病基金會

★課程對象：本會病友的主要照顧者，一家最多二人。(以三堂課皆可參加者為優先)

* 小提醒：礙於活動性質及場地限制，請勿攜帶 12 歲以下孩童參加

★報名時間：即日起至 104.03.13 為止(名額有限，額滿為止！)

★報名方式：以電話或傳真方式報名

- 電話報名專線：02-2521-0717 分機 151 醫療服務組 劉兆純專員
- 傳真專線：02-2567-3560【傳真後務必請記得來電確認】

★活動流程：

➤ 104.03.29(日) 義法經典輕鬆做 & 104.04.26(日) 南洋風味泰熱情

| 時間 | 內容 | 備註 |
|-------------|------------|--------|
| 09:10~09:30 | 報到 | 病友家屬報到 |
| 09:30~09:40 | 開場致詞 & 相見歡 | 全體人員 |
| 09:40~10:00 | 營養小常識 | 基金會營養師 |
| 10:00~11:30 | 料理示範、教學 | 張馨月 老師 |
| 11:30~13:00 | 分組動手做 | 全體人員 |
| 13:00~13:30 | 享用成品、快樂賦歸 | 全體人員 |

➤ 104.04.11(六) 優雅英式下午茶

| 時間 | 內容 | 備註 |
|-------------|------------|--------|
| 13:40~14:00 | 報到 | 病友家屬報到 |
| 14:00~14:10 | 開場致詞 & 相見歡 | 全體人員 |
| 14:10~14:30 | 營養小常識 | 基金會營養師 |
| 14:30~15:30 | 料理示範、教學 | 張馨月 老師 |
| 15:30~17:00 | 分組動手做 | 全體人員 |
| 17:00~17:30 | 享用成品、快樂賦歸 | 全體人員 |

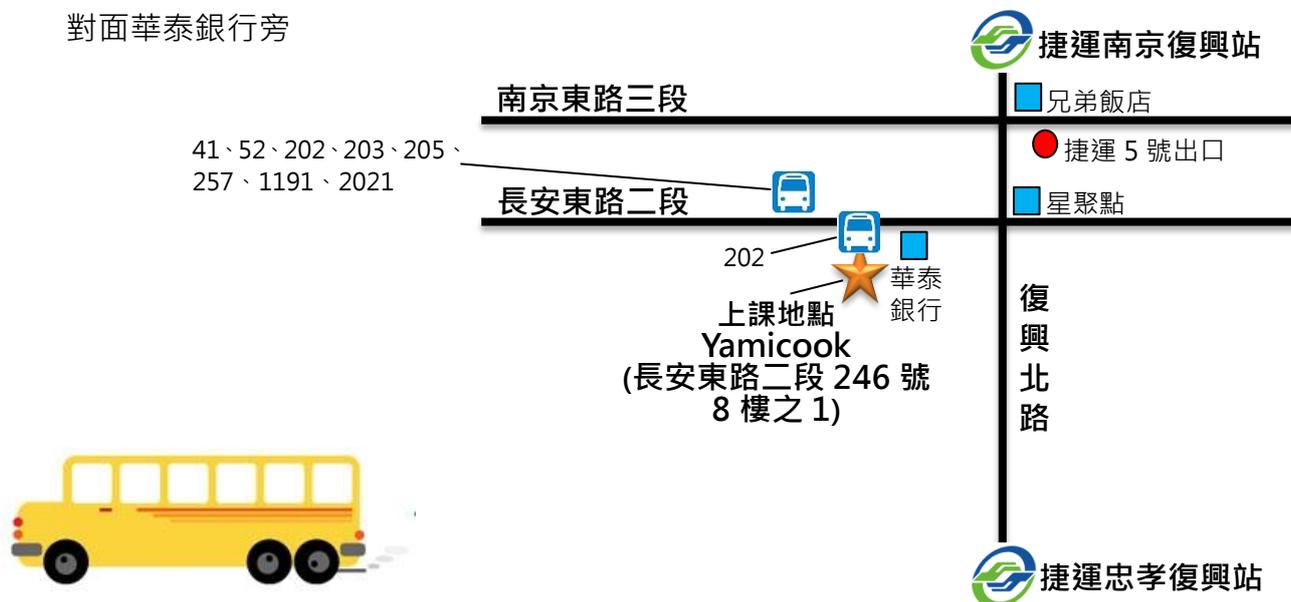
★交通資訊：

捷運

搭乘捷運文湖線至「南京復興站」下車，5號出口出來至復興北路上，往長安東路方向走約5-7分鐘可達長安與復興交叉口，上課地點位於星聚點右斜前方與華泰銀行旁。

公車

1. 搭乘公車 202 至「中興中學」下車，便可直接抵達上課大樓門口
2. 搭乘公車 41、52、202、203、205、257、1191、2021 至「中興中學」，上課地點於斜對面華泰銀行旁



財團法人罕見疾病基金會

104 年度罕見疾病-料理廚房系列課程

報名表



| | | | |
|--|---|-------|------------|
| 病友姓名 | | 性別 | |
| 疾病名稱 | | | |
| 參加者姓名 (限病友家屬) | 本次課程共_____人參加(請寫下姓名及與病友關係,一戶至多2位) 姓名: _____ 與病友關係: _____ 姓名: _____ 與病友關係: _____ | | |
| 課程報名 | <input type="checkbox"/> 義法經典輕鬆做 104年03月29(星期日) 上午09:30-13:30 <input type="checkbox"/> 優雅英式下午茶 104年04月11(星期六) 下午14:00-17:30 <input type="checkbox"/> 南洋風味泰熱情 104年04月26(星期日) 上午09:30-13:30 <input type="checkbox"/> 以上三堂課皆報名 *小提醒: 此活動為系列課程,故以三堂課皆可參加者為優先 | | |
| 聯絡電話 | 市話: 手機: | 緊急聯絡人 | 市話: 手機: |
| 通訊地址 | □ □ □ | | |
| 對課程的期待或其他需協助事項: <div style="text-align: right;"> </div> | | | |

***注意事項: 礙於活動性質及場地限制,請勿攜帶12歲以下孩童參加。**

***報名方式:** 1. 請以電話或傳真方式報名

2. 電話報名專線: 02-2521-0717 分機 151, 劉兆純專員

3. 傳真專線: 02-2567-3560, 傳真後務必請記得來電確認。