



집밥을 부탁해 프로그램

가공식품 섭취의 문제점에 대해 알아보고 가공식품 최소화
청년 맞춤 건강 간단 집밥 레시피를 알려드립니다!

구분	내용	
교육대상	노원구민 중 만 34세 이하 청년층	
세부내용	주요 프로그램 ▷ (이론) 가공식품 섭취 시 나트륨, 당, 지방 과잉 섭취 문제 이해하기 ▷ (조리) 청년 맞춤 영양만점 간단 집밥 만들기	
일시 (택 1)	1차시 ▷ 8월 5일 (수) 14:00 - 16:00	2차시 ▷ 8월 12일 (수) 10:30 - 12:30
신청방법	▷ 1차시  https://moaform.com/q/JXpdac	▷ 2차시  https://moaform.com/q/13YERG
	차시별 15명 선착순 모집! ~ 마감 시 종료 QR코드 스캔 또는 URL 접속하여 신청해 주세요!	
장소	마들보건지소 2층 영양조리실	
참가비	무료	
문의사항	노원구보건소 건강증진과 ☎ 02-2116-0719, 0732	