

苗栗縣後龍鎮衛生所
「活力清新除菸害」議程表

時間：113 年 5 月 21 日（星期二）13：00~15：00

地點：圖書室

時間	課程	講師
13:00~13:10	報到	
13:10~14:00	魔”戒”-菸知非福	個管師 鄭曉慧
14:00~14:10	下課十分鐘	
14:10~15:00	菸害防制及危害	個管師 鄭曉慧
15:00~	賦歸	

苗栗縣後龍鎮衛生所
「活力清新除菸害」議程表

時間：113 年 5 月 28 日（星期二）13：00~15：00

地點：圖書室

時間	課程	講師
13:00~13:10	報到	
13:10~14:00	一定「繪」成功	個管師 鄭曉慧
14:00~14:10	下課十分鐘	
14:10~15:00	戒斷期之健康飲食新生活	個管師 鄭曉慧
15:00~	賦歸	

苗栗縣後龍鎮衛生所
「活力清新除菸害」議程表

時間：113年6月4日（星期二）13：00~15：00

地點：圖書室

時間	課程	講師
13:00~13:10	報到	
13:10~14:00	當我們同在一起 start 讓我們一起“戒“	承辦人 李芋嫻
14:00~14:10	下課十分鐘	
14:10~15:00	菸癮攻防戰及實務演練	承辦人 李芋嫻
15:00~	賦歸	

苗栗縣後龍鎮衛生所
「活力清新除菸害」議程表

時間：113年6月11日（星期二）13：00~15：00

地點：圖書室

時間	課程	講師
13:00~13:10	報到	
13:10~14:00	投下勝利的一球 (球類有氧韻律)	承辦人 李芋嫻
14:00~14:10	下課十分鐘	
14:10~15:00	重生的機會 心得分享	承辦人 李芋嫻
15:00~	賦歸	