



活力營養系列社區活動

季刊編寫

倪曼婷◆彰化基督教醫院 營養師

營養部活力營養季刊於民國91年1月創刊，每三個月發行一次，一年總共四次，屬營養部活動組活動之一，鎖定對象為一般民衆，發放於公家單位、活力營養門市、營養門診（31診）及各分院營養部，季刊中總共分為七大主題：

1. 主題報導一：根據季刊主題編寫，佔季刊中主要篇幅。
2. 主題報導二：根據季刊主題編寫，佔季刊中主要篇幅。
3. 食話食說：對於與該主題相關之單一營養素做詳細介紹。
4. 營養師上菜：針對主題設計食譜，使民衆可在家自行動手製作。
5. 食在最IN：依據當時時下流行的營養議題作介紹（如：迷思澄清、知識宣導…等）。
6. 營養你的生活：透過編輯自身分享與民衆實際接觸的衛教經驗或舉辦過的社區活動，使營養與生活結合。

7. 活力營養活動：宣傳當年度其他活力營養系列活動，如：大廳活動、大廳上菜、活力營養活動…等。

季刊編輯有線上營養師（含分院）、部門內PGY及大專院校實習生，此篇以大專院校實習生為例，在本篇以學員做簡稱。由負責教師召集學員舉行會議，告知學員當季季刊主題、說明內容大綱，由學員思考與設計文章題目及內容，文章因當年度學員人數決定每篇撰寫人數，如大專院校實習生共有12位，依照文章篇幅不同，一篇可能由1~3位學員共同完成。在第一次撰寫季刊時，可能面臨以下幾種問題：專有名詞及專業用詞過多、內容過於艱深、贅字冗詞繁多、資料蒐集後未整理、資料來源不明、語意不順、內容不一…等情形，須由教師反覆批改後與學員討論及修改文章內容，使季刊順利出刊。



動機與目標可分做三個面向：

1. 學員 (含部門內PGY及大專院校實習生)
 - (1) 團隊溝通：學員間可相互討論，培養團隊溝通。
 - (2) 思緒建立：建立思考邏輯，增強文章組織架構能力。
 - (3) 書寫能力：培養學員書寫能力，書寫能力可影響民衆接收資訊及學習的能力。
 - (4) 增加知識：讓學員透過蒐集資料的方式以增加專業知識。
 - (5) 系統化：將想傳達的知識透過系統性的思緒整理後，以文字方式呈現。
2. 教師 (含PGY及大專院校實習生教師)
 - (1) 訂定目標：協助學員訂定主題並提供方向。
 - (2) 溝通能力：培養與學員溝通能力，能清楚表達欲傳達理念。

(3) 流程掌握：制定時間表使學員可於時間內完成，確認可順利出刊。

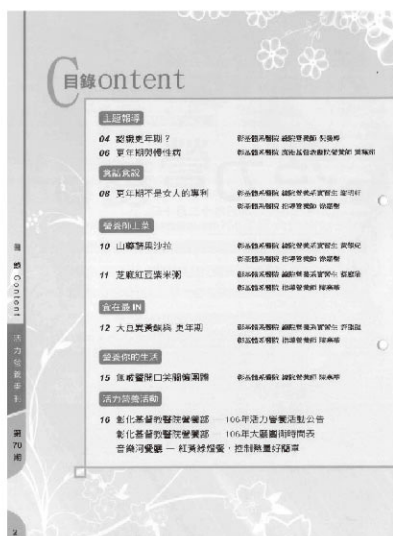
3. 民衆

- (1) 意識提升：提升民衆對於營養的意識並了解營養的重要性。
- (2) 增加知識：利用刊物傳達正確知識，加強民衆對於食物的認識。
- (3) 賦能：使民衆具有足夠的能力做食物的選擇。

本教案雖無法直接與民衆互動顯得較為單向，但利用書面的方式可較不受限於時間及空間，並有反覆提醒及複習的功能，而學員需注意避免語意內容過於艱深造成閱讀困難，並可利用圖片、表格及條列化…等增加閱讀者的注意力。此教案不僅對於學員及民衆具有教育能力，亦可培養教師教學經驗，可謂是三贏。



圖一、季刊封面



圖二、季刊目錄



圖三、討論過程