

# 糖友俱樂部

## 緣起


汐止國泰綜合醫院於民國 94 年 12 月成立迄今，鑑於糖尿病友日趨增加，本院糖尿病衛教室為凝聚病友間的向心力，遂於民國 97 年 5 月，成立糖尿病病友會，取名「糖友俱樂部」。

## 宗旨

- 開闢一個讓病友們可以分享彼此生活經驗與獲取醫療資訊的空間
- 增加病友對糖尿病的瞭解，使病友們在身心上得到良好的協助。
- 藉由活動中，加強會員自我調適與自我照顧的能力。進而提昇病友健康層次及生活品質。
- 整合相關醫療資源，提昇醫療效果及整體保健功能。


## 如何入會

舉凡贊同本會宗旨的病友及家屬（不限本院病友），以及關心糖尿病的社會人士均可申請加入會員。目前暫不收取費用。

 諮詢電話：(02) 2648-2121 分機 5069

醫院地址：台北縣汐止市建成路 59 巷 2 號 糖尿病衛教室

服務時間：星期一至六上午，星期一至五下午

 活動時程：

序號	日期	講 題	主 講 者
1	1/6	什麼是糖尿病	黃幸玲護理師
2	1/20	節慶飲食-年節飲食	顏麗咬營養師
3	2/10	藥物	黃幸玲護理師
4	2/24	五穀根莖類	莊富如營養師
5	3/10	高血糖與低血糖	黃幸玲護理師
6	3/24	蔬菜水果類、油脂類	徐佳郁營養師
7	4/7	運動	黃幸玲護理師
8	4/21	奶類、蛋豆魚肉類	顏麗咬營養師
9	5/5	自我血糖監測	黃幸玲護理師
10	5/26	節慶飲食-端午節	盧映竹營養師
11	6/9	足部保養	黃幸玲護理師
12	6/23	五穀根莖類	莊富如營養師
13	7/7	什麼是糖尿病	黃幸玲護理師
14	7/21	蔬菜水果類、油脂類	徐佳郁營養師
15	8/4	藥物	黃幸玲護理師
16	8/8	涼夏糖友大集合	黃幸玲護理師
17	8/18	奶類、蛋豆魚肉類	顏麗咬營養師
18	9/8	高血糖與低血糖	黃幸玲護理師
19	9/29	節慶飲食-中秋節	盧映竹營養師
20	10/6	運動	黃幸玲護理師
21	10/20	五穀根莖類	莊富如營養師
22	11/10	自我血糖監測	黃幸玲護理師
23	11/24	蔬菜水果類、油脂類	徐佳郁營養師
24	12/8	足部保養	黃幸玲護理師
25	12/22	節慶飲食-冬至	顏麗咬營養師

🌸 活動花絮：



