



ขอเชิญเข้าร่วม
อบรมเชิงปฏิบัติการ



"วัตถุดิบทองถิ่น สู่จานอาหารเพื่อสุขภาพ"



ภายใต้โครงการส่งเสริมสุขภาพกายใจให้เข้มแข็งอย่างยั่งยืน
กิจกรรม Healthy cooking made easy (ชุมชนปลอด NCDs)

วิทยากรโดย คุณลิขิต คำบุญ เชฟร้านกะเพรา29

1.

Pasta เส้นผักเขียวดา ผัดซอสโหระพา ปลาย่าง

- ✓ Pasta
- ✓ เส้นผักเขียวดา
- ✓ โหระพา
- ✓ ปลาย่าง



รูปภาพเพื่อการโฆษณา



รูปภาพเพื่อการโฆษณา

เค้กกล้วยน้ำหว่าธัญพืช สูตรไม่แป้ง ไม่น้ำตาล

- ✓ กล้วยน้ำหว่า
- ✓ ธัญพืช
- ✗ แป้ง
- ✗ น้ำตาล

2.

รับจำนวนจำกัดเพียง
25 ท่าน

- 7 สิงหาคม 2568 -

รอบเช้า 08.00-12.00 น. รอบบ่าย 13.30-17.30 น.
ณ ศูนย์บริการสุขภาพฯ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

อัตราค่าลงทะเบียน 200 บาท
✓ ลงทะเบียนผ่าน QR Code

เปิดลงทะเบียนตั้งแต่วันที่
ถึง 31 กรกฎาคม 2568

REGISTER NOW

ลงทะเบียน

