

新聞稿

致 貴傳媒機構 / 編輯 / 記者：

## 港安星級約會 毛舜筠教慈善素食班

要維持健康和優質生活，香港港安醫院一直深信，健康飲食的角色舉足輕重，所以一直不遺餘力將素食、健康和預防疾病的概念推廣至全社區。有見及此，香港港安醫院舉辦各類型健康活動和慈善素食烹飪班，希望將「健康」和「滋味」結合，與社區一同共建健康。

### 毛舜筠將親身示範烹飪創意素食料理

香港港安醫院榮幸邀得廚藝精湛的影視紅星毛舜筠小姐擔任星級嘉賓，她即將完成藍帶廚藝學院的料理文憑，幸得她熱心公益和關注大眾健康，她將會與香港港安醫院合作，親身教授素食烹飪班。她在 10 月 19 日於海港城 Superlife Culture Club 的記者會上，與記者分享她親自設計和構思的杯子點心，大談她的豐富入廚心得和健康飲食之道。

### 營養師講解素食生活

不少人對素食都有同樣疑問：單靠素食能否吸收足夠營養？香港港安醫院註冊營養師譚潔妤指，素食並不難實行，關鍵在於多元化食材和均衡營養。記者會上亦有展示包羅萬有的素食食材及近年新興的「超級食物」，營養師在現場介紹各類食材的營養和配搭，教導大家如何選擇食材烹調精緻有營素食。

### 烹飪班所有收益撥歸慈善用途

香港港安醫院特意準備了經廚師和營養師改良的香港特色「菠蘿包」，為傳統味道再添上營養，菠蘿包也可吃得健康！健康生活慈善基金主席林曉盈小姐指，這正正代表醫院「全人健康」的理念，希望健康從日常生活開始。

香港港安醫院希望能持續地推廣健康，所以烹飪班的所有收益，將全數撥捐港安醫院慈善基金轄下的「健康生活基金」，宣揚預防疾病的訊息和協助建立健康生活模式。

慈善烹飪班參與者在學習烹調各類素食菜式之餘，同時為善最樂，為公益出一分力，以幫助更多的人，利己利人，活動可謂意義非凡。

如有任何傳媒查詢，請聯絡：

香港港安醫院—荃灣傳訊主任黃小姐，電話：2275 6959。

**活動相片：**



1. 星級嘉賓毛舜筠小姐。



2. 毛舜筠小姐準備了曲奇和素杯子點心供記者試食。



3. 左起：香港港安醫院註冊營養師譚潔紋小姐、香港港安醫院健康生活基金主席林曉盈小姐和星級嘉賓毛舜筠小姐。