



### برگزاری دوره آموزشی طبخ ماهی ویژه بانوان شهری و روستایی

مرکز آموزش فنی و حرفه ای شبستر با هماهنگی جهاد کشاورزی شهرستان دوره آموزشی یکروزه طبخ ماهی را برگزار نمود.

مرکز آموزش فنی و حرفه ای شبستر با هماهنگی جهاد کشاورزی شهرستان دوره آموزشی یکروزه طبخ ماهی را برگزار نمود.

به گزارش روابط عمومی اداره کل آموزش فنی و حرفه ای استان آذربایجان شرقی، مجمدرضا کیان، رئیس مرکز آموزش فنی و حرفه ای شبستر ضمن اعلام این خبر افزود: در راستای تفاهمنامه استانی اداره کل آموزش فنی و حرفه ای آذربایجان شرقی با مدیریت شیلات و آبزیان استان، دوره آموزش یکروزه طبخ ماهی برای اعضای پایگاه بسیج خواهران و صندوق اعتبارات خرد زنان روستایی و شهری شهرستان شبستر برگزار گردید.

وی خاطرنشان کرد مصرف ماهی در بسته غذایی خانواده‌ها بسیار مهم بوده و سرشار از ویتامین D است و به علت داشتن اسیدهای چرب اشباع نشده ( امگا 3 ) در کاهش چربی‌های نامطلوب خون مانند کلسترول و تری گلیسیرید تأثیر مهمی داشته و در حفظ تعادل فشار خون و نگهداری آن در حد نصاب مؤثر می‌باشد.

رئیس مرکز آموزش فنی و حرفه ای شبستر ادامه داد: ترغیب و تشویق زنان با ارائه آموزش روش‌های صحیح و مناسب طبخ ماهی و گنجاندن این منبع غذایی بر سر سفره ایرانی بسیار حائز اهمیت می‌باشد.

شایان ذکر است؛ سرکار خانم شندآبادی به عنوان مدرس دوره، انواع روش های طبخ ماهی را به بانوان شرکت کننده در این دوره آموزش دادند.