



# Smart Health and Wellness Ltd.

## 營康靈健康教育中心

### 功能醫學與營養工作坊

1. 目的 : 功能醫學 (functional medicine) 為 21 世紀新一代的醫療模式，以科學為基礎，除了改善症狀以外，更著重找出發生疾病潛藏的原因，根據個人體質的獨特性，制定出個人的治療方針，進而提昇自身系統功能，以恢復健康。功能醫學為跨器官系統的全面性個體檢視，而非焦點擺在疾病本身，協助我們用不同的角度切入思考，找出疾病的成因。
2. 工作坊內容 : 在兩天的課程中，講師將結合自身多年經驗，深入淺出，針對核心生理過程作解說，並結合功能營養 (functional nutrition) 料理 (包括腸道修復、抗發炎、肝臟排毒等料理)，帶領大家將功能醫學的知識融入到日常生活的飲食中，讓我們一同享受食物與營養帶來的健康、美味與人生樂趣。
3. 主講者 : 呂美寶營養師  
(功能醫學課程/營養與健康促進課程/保健食品課程 講師)
4. 日期 : 2016 年 12 月 17 日及 18 日 (星期六及日)
5. 時間 : 早上 9:00 - 下午 5:00
6. 地點 : 中環砵典乍街 24-26 號 寶城大廈 3 字樓
7. 參加資格 : 歡迎任何有興趣人士參加
8. 費用 : \$1,380 元(包括料理材料費用)  
12 月 8 日或之前報名，特惠價 \$800 元
9. 報名辦法 : 將填妥的報名表格交回本中心或聯絡本中心職員查詢及報名
10. 查詢電話 : 2810 7600 (梁小姐)

### 報名表

課程名稱： 功能醫學與營養工作坊	課程日期： 2016 年 12 月 17 日及 18 日	
參加者資料：		
姓名：	性別：	年齡：
聯絡電話：	聯絡電郵：	
費用： HK\$800 / HK\$1,380	報名日期：	