

## 社區營養服務



# 健營人生 Healthy Us 2.0

註冊營養師助市民推行健康管理，實踐健康生活

每個營養教室均附送一個實踐活動

**\$299** /位  
(原價\$499)

### 營養教室

四選一

4星期線上群組  
(以WhatsApp或Zoom進行)

- 食得夠Fit關注組
- 輕鬆逆轉高糖高脂
- 營養多面睇
- 「營」繫身心 +

時期：2024年8月至11月

### 實踐活動

四選一

- 烹飪示範及靜觀飲食
- 烹飪示範及中醫體重管理分享
- 烹飪示範及物理治療與痛症分享
- 超市遊及有「肌」燒脂班



立即報名



更多詳情



查詢詳情：☎ 3188 9994 | 📞 9769 2502