

# 飲食與營養



飲食與營養 密不可分 也與健康息息相關

透過營養師循序引領

提供豐富正確的食物選擇參考資訊衛教

學習紀錄飲食日誌 分析營養攝取 了解日常飲食型態

讓飲食成為一種享受 而非負擔

講師 | 張心怡營養師

時間 | 4月22日 ~ 5月27日 每週五 10:00-12:00 AM

地點 | 台灣癌症基金會南部分會 (高雄市三民區九如二路 150 號 9 樓之 1)

## 課程說明

- > 課程為期六週，癌友身份初次報名保證金 500 元，癌友家屬報名行政費用 900 元
- > 每堂課會由營養師引領練習並食譜示範，參加學員請自備文具以及碗筷杯具
- > 療程概況請於報名時說明，若患有其他慢性疾病亦請事先說明之
- > 洽詢專線: (07)3119137 分機 208 或 206